

BRIEFING RELEVOS HYROX VALENCIA 16/10/26

INFORMACIÓN GENERAL:

Lugar: Zona de transición de relevos junto al Start Tunnel

Hora de los capitanes para hacer le check-in: 17:00

Hora del briefing: 18:00

ASISTENCIA AL BRIEFING

Todos los equipos de Relays deberán elegir a un representante o capitán de equipo, que será la **única** persona del equipo que deberá asistir al briefing obligatorio.

El capitán deberá realizar previamente el check-in para poder acudir al briefing a la hora indicada, el resto del equipo deberá hacerlo en otro momento.

En la zona de check-in habrá una cola exclusiva para los capitanes de los equipos de Relays.

Durante el briefing, el equipo de Sports explicará:

Las normas de la competición
El funcionamiento de los relevos
El recorrido y la dinámica de la prueba
Los puntos y procedimientos para realizar cada relevo

La asistencia es **obligatoria** para evitar dudas o malentendidos durante la carrera. Una vez finalizado el briefing, el capitán será el responsable de trasladar toda la información al resto del equipo. La organización no se responsabiliza de errores o penalizaciones que se den debido a la no asistencia del briefing.

DESARROLLO DE LA PRUEBA POR RELEVOS

Cada atleta deberá completar un total de:

2km de carrera + 2 workouts

Los dos bloques correspondientes a cada atleta pueden realizarse de manera consecutiva o alterna, pero siempre deberá respetarse la siguiente secuencia:

1km de carrera → 1 workout

FUNCIONAMIENTO DEL RELEVO

Carrera 1:

Sale desde el Start Tunnel
Realiza la vuelta de 1km de carrera
Entra por el arco de IN la segunda vez que lo vea, entra al SkiErg
Completa el workout
Al finalizar, sale por el arco de OUT. Continuando la carrera hasta la zona de transición (al final de esta carrera verá el IN por tercera vez)
En este punto, realiza el relevo al atleta 2 con un choque de manos (OBLIGATORIO)

Carrera 2 a 7:

Sale desde zona de transición de relevos
Realiza la vuelta de 1km de carrera

Entra por el arco de IN la segunda vez que lo vea, entra a su prueba

Completa el workout

Al finalizar, sale por el arco de OUT. Continuando la carrera hasta la zona de transición (al final de esta carrera verá el IN por tercera vez)

En este punto, realiza el relevo al siguiente atleta con un choque de manos (OBLIGATORIO)

Último carrera – Wall Balls:

El último atleta realiza su correspondiente km de carrera.

Al encontrar el arco de IN por tercera vez, deberá atravesarlo para dirigirse directamente a la última estación.

Completa los Wall Balls

Una vez finalizado el workout, se dirige directamente a la meta.

Dos workouts consecutivos:

En caso de que un mismo atleta realice dos workouts consecutivos, deberá seguirse el mismo procedimiento indicado anteriormente.

El atleta deberá pasar obligatoriamente por dentro de la zona de transición antes de continuar con el siguiente bloque, aunque en este caso no será necesario realizar ningún choque de manos, ya que continúa compitiendo el mismo atleta.

Entrada conjunta en meta:

Cuando el último atleta se encuentre realizando los Wall Balls, el resto de integrantes del equipo serán acompañados por el staff hasta el punto correspondiente para reunirse con él.

Los cuatro atletas deberán entrar juntos en meta. El atleta que haya realizado los Wall Balls deberá ser el primero del equipo en cruzar la línea de meta.

IMPORTANTE

La asistencia del capitán al briefing es obligatoria.

Rogamos máxima puntualidad, tanto para realizar el check-in como para acudir al briefing, con el objetivo de garantizar el correcto desarrollo de la competición.

¡Nos vemos en la Roxzone!