



***OCRAGalicia***  
Since2018

**LIGA GALLEGA**

Carreras de obstáculos

DESCRIPCIÓN CONTENIDO  
Reglamento 2024

OCRA Galicia es una entidad independiente creada para regular la clasificación general de carreras de obstáculos organizadas en Galicia y promoción de las carreras de obstáculos en la misma comunidad, Galicia. **Fundada en enero de 2018.**

En el 2024 se disputará la **6ª temporada**, efectiva de la Liga OCRA Galicia. Se solicitan unos requisitos mínimos **a las organizaciones de las carreras** para que estas pruebas cumplan unos estándares mínimos de calidad.

**OCRA Galicia no organiza pruebas como entidad**, ese es un campo reservado a organizadores, pero como asociación/empresa reguladora de las carreras de obstáculos en Galicia, supervisará las pruebas que puntúen o clasifiquen en las competiciones de OCRA Galicia para comprobar que cumplen con los compromisos adquiridos para ofrecer unas pruebas con unas condiciones aceptables en todos los niveles, **en caso de que alguna de las organizaciones no cumpliera con los condicionantes requeridos, no podrá pertenecer a OCRA Galicia** y si se incumple algún compromiso adquirido se consensuará con la misma su cese este año.

#### **Competiciones:**

- Liga OCRA Galicia: para todos los/as corredores/as, nacidos en Galicia o no, que quieran participar en la liga cumpliendo la normativa obligatoria.

## **Requisitos básicos para poder pertenecer a OCRA Galicia:**

### **Corredores:**

Registrarse en la base de datos que proporcionará OCRA Galicia en [www.ocragalicia.com](http://www.ocragalicia.com)

## **LIGA GALLEGA DE CARRERAS DE OBSTACULOS 2024**

La Liga gallega de carreras de obstáculos, es una competición a nivel individual y equipos, basada en el sistema de acumulación de puntos. En esta temporada 2024 los corredores sumarán como máximo sus 4 mejores resultados, descartándose las peores puntuaciones en caso de superar las 4 pruebas realizadas. Se deberá participar en un mínimo de 3 carreras en Elite y Elite GE y en un mínimo de 2 carreras en Popular y Popular equipos, OCRA Galicia, como ente regulador a nivel regional gallego de las OCR's (carreras de obstáculos), es la encargada de supervisar que se cumplan los requisitos establecidos en todas las pruebas que estén incluidas en la Liga, recibir, gestionar, actualizar y publicar los resultados de las tandas que forman parte de la liga, y hacer cumplir las normas internas.

## **CONDICIONANTES Y REQUISITOS PARA FORMAR PARTE DE LA LIGA GALLEGA DE CARRERAS DE OBSTACULOS 2024:**

Existirán 4 categorías:

- **Elite**
- **Elite grupos de edad:**
  - Promesa (hasta los 24 años)
  - Senior (desde los 25 a los 40 años)
  - Máster (mayores de 40 años)
- **Popular competitiva (Starter)**
- **Equipos**

Un mismo corredor no puede competir en 2 categorías.

## REGLAMENTO DE COMPETICION LIGA GALLEGA DE CARRERAS DE OBSTACULOS 2024

Todas las organizaciones de carreras de obstáculos, que quieran formar parte de la LIGA GALLEGA deberán ceñirse a esta normativa de competición.

Todos los atletas que compitan en las carreras de obstáculos puntuables para la liga y deseen puntuar en ellas, deberán ceñirse a esta normativa.

***REQUISITO IMPRESCINDIBLE:*** Los corredores que quieran puntuar al final de la liga en clasificación general, deberán participar por lo menos en 3 de las pruebas pertenecientes a OCRA Galicia en Elite y Elite Grupos de Edad y en un mínimo de 2 para la categoría Popular Competiva y Equipos. **Teniendo en cuenta que se computarán hasta 4 resultados en Elite y Elite Grupos de edad y 3 carreras en categoría popular competitiva.**

### **IMPORTANTE:**

En caso de empate a puntuación final entre corredores, se tendrá en cuenta para el desempate lo siguiente:

Puntuación del resto de carreras que no puntuaron, se tendrá en cuenta los mejores siguientes resultados no computados; por tanto, se premia la participación. En caso de seguir empatados habiendo contado el número de carreras totales, se contabilizarán las carreras en las que han participado en común, los corredores empatados, y computaremos tiempos totales, siendo campeón/a él/la que haya realizado mejores tiempos.

Carreras pertenecientes a OCRA Galicia y modalidades que puntúan:

**Pretorian Race Lugo:** Elite general individual, Elite Grupos de edad, popular individual competitiva (Starter) y equipos.

**Poseidon Race:** Elite general individual, Elite Grupos de edad, popular individual competitiva (Starter) y equipos.

**Gladiator Race (Pontevedra):** Elite general individual, Elite Grupos de edad, popular individual competitiva (Starter) y equipos. SOLO CATEGORIA WARRIOR.

**Samurai Xtreme:** Elite general individual, Elite Grupos de edad, popular individual competitiva (Starter) y equipos.

**Desafío Boot Camp Vigo:** Elite general individual, Elite Grupos de edad, popular individual competitiva (Starter) y equipos.

**IMPORTANTE A TENER EN CUENTA:**

Categorías élite:

- En las carreras en que sólo haya referenciada para inscribirse **CATEGORÍA ELITE**; OCRA Galicia publicará resultados generales Elite que nos proporcionen la organización de cada carrera y a su vez daremos resultados por grupos de edad para la clasificación general OCRA Galicia.
- En carreras en las que exista la modalidad **ÉLITE NO COMPETITIVA**, los resultados se compararán con Élite competitiva (de cara al ranking OCRA Galicia) ya que entendemos (y así lo han definido en años anteriores) que cada carrera tiene contemplado que esos corredores deben tener las mismas normas que élite competitiva de cara a superar los obstáculos (penalizaciones, Normativas OSO y similares).

## **1- PARTICIPACIÓN**

La edad mínima para participar es 16 años. Podrán participar todos los atletas sin importar condición o sexo. Cada carrera debe tener un seguro de accidentes individual que cubra las contingencias con corredores desde la edad de participación.

## **2- INSCRIPCIÓN [www.ocragalicia.com](http://www.ocragalicia.com)**

Las inscripciones se realizarán a través de los soportes o medios que las organizaciones pongan a disposición de los corredores. Los precios variarán según las organizaciones y las distancias recorridas, siendo cada organización la que establece los precios para su prueba. OCRA Galicia NO ORGANIZA las pruebas. OCRA Galicia sólo genera una liga en territorio regional y puntúa a los corredores según las clasificaciones que transmite cada organización, aporta comunicación para que cada vez más corredores participen en nuestros eventos.

### **COSTE INSCRIPCION LIGA OCRA Galicia:**

La inscripción en la Liga OCRA Galicia en todas sus categorías es **GRATUITA.**

## **3- DISTANCIAS Y MODALIDADES**

Las pruebas de la LIGA GALLEGA en la temporada 2024 estarán entre 5Kms. de distancia mínima y 15 Kms. de distancia máxima.

Las modalidades que puntúan por carrera son las indicadas en puntos anteriores.

#### **4- CATEGORÍAS**

En la temporada 2024 dispondremos las siguientes categorías:

**ELITE, ELITE grupos de edad, POPULAR COMPETITIVA (STARTER), POPULAR NO COMPETITIVA Y EQUIPOS.**

En 2024 los grupos de edad (**en ELITE**), tendrán un ganador/a absoluto/a de elite individuales de cada grupo de edad según estos rangos:

- Promesa (hasta los 24 años)
- Senior (desde los 25 a los 40 años)
- Máster (mayores de 40 años)

**IMPORTANTE RECORDAR ELITE:** Para OCRA Galicia se tendrán en cuenta los resultados elite globales, compitiendo los corredores que salgan en tandas OCRA Competitiva con los corredores Elite que participen en otras tandas Elite No competitivas. Por tanto, los elites compiten todos contra todos en OCRA Galicia.

#### **5- SISTEMA DE PUNTUACIÓN LA LIGA GALLEGA DE CARRERAS DE OBSTACULOS (se adjunta aparte)**

**Clasificarán los 100 primeros corredores de:**

- Elite masculina
- Elite femenina
- Elite grupos de edad
- Popular competitiva (Starter) masculino
- Popular competitiva (Starter) femenino
- Equipos

## **6– REGLAS TANDAS Elite y Popular competitiva (Starter) para clasificar en la Liga gallega:**

ES OBLIGATORIO CORRER CON EL CHIP ENTREGADO POR LA ORGANIZACIÓN. No se permite la participación sin el mismo, para todos los que quieran clasificar.

Es obligatorio correr con el distintivo que entregue la organización al corredor (si la hubiese).

La actitud antideportiva, de increpación o de insulto en carrera a otro corredor, juez, voluntario u organización, así como al finalizar la misma, supondrá una sanción por parte de OCRA Galicia, además de la posible sanción por parte de la organización, dependiendo del reglamento de competición en el apartado de sanciones, pudiendo ampliarse ésta durante más tiempo si esta persona fuera reincidente.

## **7- La decisión, sobre la apreciación de obstáculo superado o no, de un marshal/voluntario/juez en el obstáculo no es recurrible.**

Cada organización pública el reglamento que habrá que cumplir de manera estricta.

OCRA Galicia, ante recursos de corredores o apreciaciones de resultados de carrera, se guiará por los datos que proporcione cada organización.



## **8- NORMATIVA DE PENALIZACIONES ANTE LA NO SUPERACIÓN DE UN OBSTÁCULO**

Las organizaciones pueden trabajar con la normativa OSO (Obligación de Superar el Obstáculo), o con cualquiera de las normativas de penalizaciones indicadas en su reglamento interno, siempre que se especifique en el reglamento de la prueba en que obstáculos se van a aplicar las normativas que no son OSO.

## **9- SUSPENSIÓN DE LA PRUEBA**

OCRA Galicia no organiza ninguna de las pruebas de la LIGA gallega por lo que en estos casos es la organización de la prueba la que según sus criterios o reglas la que decide si la prueba se suspende. OCRA Galicia aceptará los criterios de las organizaciones para estos casos y decidirá, en caso de haber empezado la prueba, si los resultados son válidos para la liga o no.

## **10- RECOGIDA DEL DORSAL**

Para retirar el dorsal, se estará a lo que disponga cada organizador para su prueba.

## **11- USO DE LOS DATOS DEL PARTICIPANTE**

La participación en LIGA Gallega supone la autorización para el uso libre del nombre del participante y su foto en medios de difusión (emisión y programas de televisión o radio en su caso) en la prensa o en cualquier otro tipo de medio acreditado y relacionado con la prueba.

De conformidad con lo establecido en la ley orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal, se informa que la participación en la prueba implica el consentimiento para la incorporación de los datos personales facilitados al fichero automatizado existente para los organizadores. La finalidad de este fichero es el tratamiento para la gestión y desarrollo de la mencionada prueba.

Los atletas consienten tácitamente que las imágenes que se obtengan en la carrera podrán ser utilizadas por la organización y por las empresas colaboradoras para fines de difusión y publicidad del evento y/o productos asociados al mismo.

## **12- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO**

Todos los participantes en las pruebas que puntúan para la LIGA Gallega por el hecho de participar aceptan y se comprometen a cumplir las normas de competición de la LIGA.

## Anexo Puntuaciones:

POS.	PUNTOS	POS.	PUNTOS	POS.	PUNTOS	POS.	PUNTOS	POS.	PUNTOS
1	2000	21	720	41	525	61	427	81	368
2	1800	22	710	42	520	62	424	82	366
3	1650	23	700	43	515	63	421	83	364
4	1525	24	690	44	510	64	418	84	362
5	1425	25	680	45	505	65	415	85	360
6	1335	26	670	46	500	66	412	86	358
7	1255	27	660	47	495	67	409	87	356
8	1185	28	650	48	490	68	406	88	354
9	1115	29	640	49	485	69	403	89	352
10	1055	30	630	50	480	70	400	90	350
11	1000	31	620	51	475	71	397	91	348
12	950	32	610	52	470	72	394	92	346
13	905	33	600	53	465	73	391	93	344
14	865	34	590	54	460	74	388	94	342
15	830	35	580	55	455	75	385	95	340
16	800	36	570	56	450	76	382	96	338
17	775	37	560	57	445	77	379	97	336
18	755	38	550	58	440	78	376	98	334
19	740	39	540	59	435	79	373	99	332
20	730	40	530	60	430	80	370	100	330

OCRA Galicia se reserva el derecho de modificar alguno de los puntos, aquí reflejados, por motivos referentes a dar la mejor de las competiciones.