



TXAPEL TWINS 2020-2021

Se acerca Diciembre y con ello la 4a edición de nuestro Txapel Twins. Como bien sabéis, será una competición por parejas que podrá ser compuesta por una atleta femenina y un atleta masculino, dos atletas masculinos o dos atletas femeninas.

REGLAS

Todos los Wods clasificatorios, se deberán realizar y subir dentro de las fechas que publiquemos (Cada WOD, en la semana establecida), véase "Fechas de los Wods".

Para que el WOD se valide, deberá ser grabado y subido a la aplicación CFDNT Crossfit, dentro de las fechas correspondientes.

Los videos de los primeros 20 clasificados podrán ser revisados.

Los WODS del Txapel se realizarán en la clase de los viernes y también podrán realizarse en clases OPEN bien en Errenteria bien en Igara entre el plazo descrito a continuación en "Fechas de los Wods".

Para puntuar y grabar, por motivos de material y espacio, es posible que en clase sea restringido a un máximo de parejas integrantes del Txapel. Depende del WOD lo especificaremos en su publicación.

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

La fecha de inscripción del Txapel Twins se abrirá el día 6/11/2021 y se cerrará el día 28/11/2021 y se hará mediante la aplicación CFDNT Crossfit.

Cada pareja deberá elegir un nombre para su equipo.

El cobro de la inscripción se realizará mediante domiciliación bancaria una vez terminado el plazo (10€ x Atleta)

*En este precio se incluye una camiseta para cada integrante de equipo, la talla se especificará en los campos de inscripción.

FECHAS DE LOS WODS

WOD 1 y 2: del 9 al 23 Diciembre incluido para 2 Wods (1 individual y otro en pareja)

WOD 3: del 6 de Enero al 13 incluido (Individual)

WOD 4: del 20 de Enero al 27 incluido (Parejas)

WOD 5 (FINAL): 12 de Febrero FINAL TXAPEL (20 primeros en clasificar)

Encuentra tu pareja y disfruta de esta 4a edición de Txapel Twins!!

En caso de querer participar y no tener pareja mandarnos un mail a info@crossfitdonostia.es y nosotros intentamos buscarte pareja.



NORMATIVA

1- Los WOD se publicarán una semana antes de cada fin de semana de la prueba en cuestión. Ejemplo: Lunes día 10 de Diciembre publicación. Viernes día 17 Diciembre se realizará el WOD en la clase y el límite para validarlo será hasta el Domingo de ese fin de semana, 19 de Diciembre en este caso de ejemplo.

2- A partir de su publicación los WODs podrán ser realizados y validar sus resultados hasta el tiempo límite establecido.

3- Los WODs podrán realizarse solo en los siguientes contextos:

3.1- El Viernes que se realice el WOD en las clases regulares. Deberá validarlo un juez + video.

3.2- En cualquier OPEN BOX. Deberá validarlo un juez + video.

4- En caso de que tu video sea revisado, se procederá de la siguiente manera:

4.1- Si se considera una rep no válida se penalizará con 1".

4.2- Si hay más de 4 reps no válidas, además de la penalización por reps se añadirá la +20% en el resultado final.

4.3- Si se considera el wod puede darse como nulo.

Todas las reps no válidas serán especificadas en minuto y segundo exacto donde se haya producido el movimiento que no cumpla el standard.

5- Los WODs han de validarse mediante la introducción del resultado en la App CFDNT Crossfit introduciendo los campos debidamente cumplimentados y el link al video que previamente habrá de ser subido a Youtube, todo ello antes de terminar el plazo marcado como tope en el domingo a las 23:59 de la fecha marcada para cada Wod.

6- En caso de empate prevalece RX sobre escalado.

7- Los WODs serán 4+1 y serán publicados cada 15 días. Los 5 primeros contarán un 10% del total de puntos. El 5 y último WOD valdrá el 50% de toda la competición.

8- FINAL WOD, se realizará en el fin de semana del aniversario CFDNT en el que participarán los 20 mejores de la clasificación de los 4 primeros workouts del Txapel.

9- Si alguna pareja de atletas no puede hacer una de las pruebas puntuará directamente en el puesto siguiente al último del ranking en validar ese WOD.

10- Las normas y condiciones (salvo que así lo especifique el Staff del Txapel) serán las habituales de cada Box, ejemplo lanzar pesos o condiciones de carrera de cada Box.

11- No se podrán hacer cambio de parejas ni modificaciones en los WOD, en cualquiera de los casos esto supondrá que el WOD se considere nulo.



TXAPEL TWINS 2020/2021

Txapel Twins es una competición interna CFDNT por parejas compuesta de una serie de 4 eventos clasificatorios + 1 Final que este año celebrará su 4ª edición tras el parón sufrido en el año 2020/2021 en la que fue suspendida por motivos de Covid.

Queremos recordar el espíritu de esta competición que tiene un carácter amistoso y en el que debe prevalecer el buen ambiente para con todos los competidores así como para con todos los organizadores. Es por ello que se pide que cualquier ruego, queja, propuesta se mantenga al margen de los Coaches en sus horas de clase y fuera de ellas y en cualquier caso se envíe un mail a info@crossfitdonostia.es

El Txapel es por y para vosotros, no somos profesionales en la organización de eventos y hacemos todo con la mejor de nuestras intenciones.

Como siempre esperamos la máxima participación de todos vosotros ya que se seguirá contando con Wods para todos los públicos donde habrá escalas para que todo el mundo pueda disfrutar independientemente del nivel.

Participar ya es ganar, nuevos retos, nuevas sensaciones nuevos estímulos!! por lo que no nos fijemos en qué puesto quedamos o cómo vamos en el Ranking, sino en el esfuerzo de cada uno por superarse así mismo!

Por ello este año más que nunca.....Txapel Twins 2021/2022

#CFDNTCrossfit