

CROSSTRAINING



08 DE NOVEMBRE DE 2025

DATA

8 de novembre de 2025

LLOC

GRIT House CrossFit Sant Marti

C/ Cristobal de Moura 191-193, 08019 Barcelona

HORARI

15:30 h: Obertura zona d'escalfament

16:00 h - 17:00 h: heat 1

17:00 h - 18:00 h: heat 2

18:00 h - 19:00 h: heat 3

19:00 h - 20:00 h: heat 4

20:00 h - 21:00 h: heat 5

ORGANITZACIÓ I DIRECCIÓ TÈCNICA

Organitza: Wodcelona

Direcció tècnica: GRIT Programming i Limited Edition Athletes

PARTICIPANTS

Alumnes de qualsevol universitat catalana o centre adscrit, a més de personal docent universitari.

CATEGORIES

Es disposaran de dues categories per participar:

- **Rx (masculí i femení):** per a atletes experimentats que dominin la majoria de moviments bàsics (chest-to-bar pull-up, HSPU, snatch 60/40kg, etc).
- **Open** (masculí i femení): per a atletes inicials que encara no dominin els moviments bàsics i/o portin poc temps a l'esport.
- **Adaptada:** Els i les atletes amb algun tipus de discapacitat intel·lectual, sensorial o física podran participar al campionat en una divisió adaptada.

CROSSTRAINING



08 DE NOVEMBRE DE 2025

INSCRIPCIONS

Cada esportista ha de tramitar la seva inscripció a la pàgina web abans del **dijous 6 de novembre**. La inscripció ha de ser formalitzada com a part d'una de les universitats catalanes. El preu de la inscripció és de 30€.

Els torns de competició (heats) s'anunciaran el dilluns 3 de novembre. Tots els participants rebran la informació del seu torn i de la competició el dilluns 3 de novembre.

PROGRAMA

La competició començarà a les 16.00 h el dissabte 8 de novembre a GRIT House CrossFit Sant Martí, C/ Cristobal de Moura 191-193, 08019, Barcelona.

La competició es desenvoluparà en les modalitats RX i OPEN, ambdues categories amb competició masculina i femenina. Les dues competicions seran al mateix lloc de competició. Els horaris de cada categoria seran publicats el dilluns 15 de març amb l'assignació de carrils i torns de cada participant.

La competició tindrà una durada de 50 minuts, durant els quals es faran 4 esdeveniments diferents amb un descans marcat entre cadascun dels esdeveniments. Els i els atletes hauran d'estar presents 30 minuts abans del seu torn per fer el check-in.

Cada esdeveniment tindrà una classificació independent, puntuant 1 punt al guanyador, 2 punts a la segona posició, 3 a la tercera i així successivament. La classificació general es crearà amb la suma de punts de cada esdeveniment, guanyant la persona que menys punts acumuli durant els quatre esdeveniments.

DOCUMENTACIÓ NECESSÀRIA

- Original del D.N.I., Passaport o Permís de Conduir.
- Matrícula universitària o contracte de docent.

CROSSTRAINING



08 DE NOVEMBRE DE 2025

ASSEGURANÇA/ATENCIÓ MÈDICA

Cobrirà qualsevol eventualitat l'assegurança que els estudiants tenen contreta amb la seva universitat (Assegurança Escolar). Cada universitat es farà responsable de tenir cura que els i les participants que la representin tinguin la corresponent assegurança.

Igualment durant el decurs del campionat comptarem amb la presència d'equip mèdic per fer front a qualsevol eventualitat.

L'organització no es fa responsable dels danys materials i/o personals que els i les participants puguin patir o ocasionar a terceres persones durant la prova.