COLOMBIA CHAMPIONSHIP
OPEN CLASIFICATORIO 2027
EVENTO 27.1

Bienvenido al primer desafío del Colombia Championship Open Clasificatorio 2027.

El 27.1 será la primera oportunidad para demostrar tu preparación y comenzar a construir tu clasificación hacia la Gran Final. En este workout no solo se evaluará tu capacidad física, sino también tu técnica, estrategia y habilidad para ejecutar cada movimiento bajo los estándares oficiales de competencia.

Antes de iniciar, asegúrate de leer cuidadosamente la descripción del evento, los estándares de movimiento, los requisitos de grabación y el sistema de puntuación. El cumplimiento de cada uno de estos lineamientos será indispensable para la validación de tu resultado.

Recuerda que todos los atletas serán evaluados bajo los mismos criterios técnicos, garantizando un proceso transparente, objetivo y en igualdad de condiciones.

Cada repetición validada te acerca a la Final. Cada detalle cuenta.

¡Es momento de comenzar el camino hacia el Colombia Championship 2027!

PARÁMETROS DE GRABACIÓN DE VIDEO

Todos los atletas que participen en la fase clasificatoria deberán presentar sus pruebas en video cumpliendo con los siguientes lineamientos:

Generalidades

- El video debe ser continuo, sin cortes, ediciones ni pausas desde el inicio hasta el final del WOD.
- El atleta es responsable de garantizar que su grabación cumpla con los estándares, de lo contrario el intento podrá ser rechazado.
- Se recomienda usar aplicaciones como WODProof o WeTime, de lo contrario asegure que tenga un reloj visible durante todo el video

2. Visibilidad

- El atleta y el juez deben estar siempre visibles durante la ejecución.
- Los implementos, cargas, distancias y marcas de piso deben ser claramente identificables y medidos
- No se aceptarán videos con partes del movimiento bloqueadas por personas u objetos.

3. Ángulo de cámara

- La cámara debe ubicarse en un ángulo lateral o ¾ que permita ver la extensión completa y la profundidad de los movimientos.
- Los videos deberán grabarse en formato horizontal (landscape), asegurando una visualización completa del atleta, los implementos, el área de competencia y el monitor del equipo cuando corresponda.
- La altura de grabación debe permitir apreciar hombros, cadera, rodillas y pies durante toda la ejecución.
- No se aceptarán ángulos extremos (ej. desde el piso o muy elevados) que dificultan la verificación.

4. Reloj y control de tiempo

- Es obligatorio mostrar un cronómetro en pantalla durante todo el WOD.

- El cronómetro deberá permanecer visible durante toda la grabación y estar configurado en **conteo ascendente (00:00 → tiempo final del WOD)**, permitiendo verificar el tiempo oficial de ejecución del atleta.

5. **Verificación de cargas y medidas**

- Antes de iniciar, el atleta debe mostrar claramente los discos, barras, mancuernas y pesos utilizados.
- Cuando aplique, se debe mostrar la medición de implementos o distancias (ejemplo: altura de caja, distancia entre implementos).

6. **Condiciones del espacio**

- El área de competencia debe estar bien iluminada y despejada.
- El atleta debe usar ropa que permita observar la correcta extensión de cadera y rodillas (no se recomiendan prendas muy sueltas).

7. **Formato y entrega**

- El video debe subirse en calidad mínima de 720p (se recomienda 1080p).
- Solo se aceptarán links en YouTube o Google Drive en modo público o con acceso por enlace.
- Archivos enviados en otros formatos o con restricciones de acceso no serán evaluados.
- Revise muy bien su video antes de subirlo a la plataforma (invalidez o bloqueo por copyright)

8. **Invalidación del intento**

El video podrá ser rechazado si presenta alguno de los siguientes casos:

- Falta de visibilidad del atleta o del rango de movimiento.
- Cronómetro no visible durante toda la prueba.
- Uso de cortes o ediciones.
- Evidencia de incumplimiento de los estándares de movimiento.

27.1

Formato: 3 Rondas por tiempo
Time Cap: 15 minutos

EVENTO

Elite
30 Hand Stand Push Up
30 Power Clean
30 Box Jump Over 24/20

Avanzado - Master
30 Hand Stand Push Up
30 Power Clean
30 Box Jump Over 24/20

Intermedio
30 Hand Stand Push Up
30 Power Clean
30 Box Jump Over 24/20

Principiante
30 Hand Release Push Ups
30 Power Clean
30 Box Jump Over 24/20

Pesos

- **Élite** 135/ 85
- **Máster- Avanzado** 115/75
- **Intermedio** 95/65
- **Principiante** 75/55

FLUJO

El atleta inicia dando la espalda a la barra, a la señal de "3, 2, 1, GO", el atleta iniciará la primera ronda realizando 30 Handstand Push Ups (Élite y Avanzado-Máster, intermedio) o 30 Hand Release Push Ups (Principiante), según corresponda a su categoría. Una vez completadas todas las repeticiones válidas, avanzará inmediatamente a los 30 Power Clean. Al finalizar el segundo movimiento, el atleta deberá completar 30 Box Jump Over para dar por terminada la primera ronda.

Este mismo flujo deberá repetirse durante tres rondas completas, respetando en todo momento el orden establecido de los movimientos.

FINAL DEL EVENTO

El evento finalizará cuando el atleta complete la última repetición válida del Box Jump Over de la tercera ronda o cuando se cumpla el time cap de 15 minutos.

PUNTAJE Y PLANILLA

Score principal: el tiempo total en que el atleta finaliza el workout.
En caso de no terminar: el puntaje será la cantidad total de repeticiones completadas dentro del time cap.

PENALIDADES

- Toda repetición que no cumpla con el rango de movimiento establecido será invalidada.
- Dejar de grabar los 3 elementos durante la ejecución del workout **(todos deben estar enfocados)**

ANULACIONES

- Peso no identificable en cámara.
- Atleta fuera de plano cualquier parte del workout
- Cortes o ediciones del video
- Si el atleta acumula más 15 de No Reps sobre el total de repeticiones prescritas del workout
- El video se encuentre privado o restringido y no pueda ser evaluado.

ESTÁNDARES DE MOVIMIENTO

Power Clean

- La barra inicia en el suelo.
- Cada repetición deberá comenzar con la barra completamente apoyada en el piso.
- La barra deberá elevarse hasta la posición de front rack en un solo movimiento
- La recepción deberá realizarse **por encima del paralelo** (Power Clean).
- La repetición finaliza cuando el atleta alcance la extensión completa de caderas y rodillas, con la barra bajo control sobre los hombros.

Handstand Push Up

- El atleta inicia con los brazos completamente extendidos y los talones apoyados en la pared.
- En cada repetición, la cabeza deberá hacer contacto claramente con el suelo y la cadera deberá mantener contacto con la pared.
- La repetición será válida cuando el atleta alcance nuevamente la extensión completa de los codos con el cuerpo completamente estabilizado.
- El atleta podrá utilizar una colchoneta para la ejecución del movimiento.
- En la colchoneta **deberán marcarse dos líneas paralelas, con una separación de 76 cm entre ellas**. Las manos del atleta deberán colocarse sobre dichas líneas para ejecutar el movimiento, manteniendo el apoyo dentro del espacio demarcado.

Hand Release Push Up

- El atleta inicia en posición de plancha.
- En cada repetición, el pecho y los muslos deberán tocar el suelo.
- Las manos deberán despegarse completamente del piso antes de iniciar el ascenso.
- El atleta deberá despegar completamente ambas manos del suelo y extender los brazos lateralmente hasta quedar aproximadamente en posición horizontal, **formando una línea recta con los hombros**.
- La repetición será válida una vez los codos estén completamente extendidos.

Box Jump Over

- El atleta deberá despegar con ambos pies simultáneamente para subir a la caja.
- No es obligatorio extender completamente la cadera sobre la caja.
- Para descender podrá saltar o bajar caminando por el lado opuesto.
- La repetición contará cuando ambos pies hagan contacto con el suelo al otro lado de la caja.

Notas:

- Cada atleta es responsable de cargar su barra con los discos correctos antes del inicio.
- El atleta puede tener cargada la barra con el peso establecido según categoría, pero debe mostrar el peso en el video antes de comenzar.
- Es obligatorio contar con un juez durante la ejecución del workout

PLANILLA DE JUZGAMIENTO

COLOMBIA CHAMPIONSHIP **OPEN CLASIFICATORIO 2027** ***27.1***		
NOMBRE ATLETA:		**TIME:**
R1	30 Hand Stand Push Up	
	30 Power Clean	
	30 Box Jump Over 24/20	
R2	30 Hand Stand Push Up	
	30 Power Clean	
	30 Box Jump Over 24/20	
R3	30 Hand Stand Push Up	
	30 Power Clean	
	30 Box Jump Over 24/20	

OPEN 27.1

