COLOMBIA CHAMPIONSHIP
OPEN CLASIFICATORIO 2027
EVENTO 27.2

Bienvenido al segundo desafío del Colombia Championship – Open Clasificatorio 2027.

El 27.2 pondrá a prueba tu capacidad para levantar la máxima carga posible bajo los estándares oficiales de competencia. En este evento, la técnica, el control y la estrategia en la selección de los intentos serán determinantes para alcanzar el mejor resultado.

Antes de iniciar, asegúrate de leer cuidadosamente la descripción del evento, los estándares de movimiento, los requisitos de grabación y el sistema de puntuación. Cada intento será evaluado conforme a los criterios establecidos en este Rulebook, por lo que el cumplimiento de todos los lineamientos será indispensable para la validación de la carga.

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

Cada intento representa una oportunidad. Cada kilogramo válido puede marcar la diferencia en la clasificación.

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.

27.2

Formato: For Time
Time Cap: 12 minutos

ELITE/AVANZADO/MASTER/INTERMEDIO/PRINCIPIANTE

Minuto 0- 4
RM Back Squat

Minuto 4-8
RM Shoulder to over head

Minuto 8 - 12
RM Deadlift

FLUJO
A la señal de "3, 2, 1, GO", el atleta dispondrá de 12 minutos continuos, divididos en tres ventanas de trabajo de cuatro (4) minutos cada una, para establecer su Repetición Máxima (RM) en los tres levantamientos programados.

Minuto 0:00 – 4:00

RM Back Squat

Durante los primeros cuatro minutos, el atleta podrá realizar los intentos que considere necesarios para establecer su carga máxima válida en Back Squat.

Minuto 4:00 – 8:00

RM Shoulder to Overhead

Al iniciar el minuto cuatro (4:00), el atleta deberá detener inmediatamente los intentos de Back Squat y comenzar los intentos para establecer su carga máxima válida en Shoulder to Overhead.

Minuto 8:00 – 12:00

RM Deadlift

Al iniciar el minuto ocho (8:00), el atleta deberá detener inmediatamente los intentos de Shoulder to Overhead y comenzar los intentos para establecer su carga máxima válida en Deadlift.

El evento finalizará al cumplirse los **12 minutos**. No se validarán levantamientos iniciados después de la finalización del tiempo reglamentario.

FINAL DEL EVENTO
El evento finaliza cuando se completa el último intento válido dentro del Time Cap o cuando el atleta decide detenerse.
Se tomará como resultado final el mayor peso levantado correctamente.

PENALIDADES

- Toda repetición que no cumpla con el rango de movimiento establecido será invalidada.
- Repeticiones realizadas fuera del time cap no cuentan.
- Barra sin seguros invalida el intento.

ANULACIONES

- Peso no identificable en cámara.
- Atleta fuera de plano cualquier parte del workout
- Cortes o ediciones del video
- El video se encuentre privado o restringido y no pueda ser evaluado.

REGLAS DEL EVENTO

- Es decisión del atleta si trabaja con una o tres barras completamente armadas antes del inicio del evento, una para cada levantamiento.
- Se permitirá recibir asistencia de terceros únicamente para cargar o descargar los discos de la barra. Ninguna otra ayuda durante la ejecución del levantamiento estará permitida.
- Todas las barras deberán contar **obligatoriamente con seguros** durante la totalidad del evento. Los intentos realizados sin seguros serán considerados inválidos.
- Al finalizar cada ventana de trabajo, el atleta deberá mostrar claramente a la cámara la carga total levantada (discos y barra) correspondiente al último intento válido de cada RM. Este procedimiento será obligatorio para la validación oficial del resultado.
- Es responsabilidad del atleta garantizar que el peso de la barra sea completamente visible en el video. Si el peso no puede verificarse, la organización podrá invalidar el intento o ajustar el resultado al último peso que pueda ser comprobado.
- Cada intento deberá cumplir en su totalidad los estándares oficiales de movimiento establecidos para cada levantamiento.
- Para la ejecución de Back Squat y Shoulder to Overhead, el atleta podrá utilizar el rack y podrá ubicarse de espaldas a la cámara, siempre que el movimiento y sus estándares sean claramente visibles.
- Para la ejecución del Deadlift, el atleta deberá ubicarse de frente a la cámara y en posición diagonal, de manera que se pueda observar claramente la ejecución completa del movimiento, incluyendo la posición inicial, el recorrido de la barra y la extensión final.

Importante: La orientación indicada para el Deadlift es de carácter obligatorio y deberá mantenerse durante todas las repeticiones realizadas para efectos de validación del video.

ESTÁNDARES DE MOVIMIENTO

BACK SQUAT

- La barra comienza sobre el rack
- La barra deberá apoyarse sobre la espalda (posición back rack).
- El atleta deberá iniciar y finalizar cada repetición con la barra bajo control.
- Antes de iniciar el descenso, el atleta deberá demostrar extensión completa de caderas y rodillas.
- El atleta deberá realizar la sentadilla hasta romper el paralelo
- El atleta deberá regresar a la posición de pie sin asistencia externa.

SHOULDER TO OVERHEAD

- La barra inicia apoyada sobre los hombros (Front Rack).
- Se permite cualquier modalidad de Shoulder to Overhead:
    - Strict Press
    - Push Press
    - Push Jerk
    - Split Jerk
- El atleta deberá llevar la barra desde los hombros hasta la posición overhead mediante cualquiera de las técnicas permitidas.

La repetición será válida cuando:

- La barra se encuentre sobre la línea media del cuerpo,
- Los codos están completamente extendidos.
- Caderas y rodillas completamente extendidas.

DEADLIFT

- La barra inicia completamente apoyada sobre el suelo.
- El atleta podrá utilizar cualquier tipo de agarre permitido.
- El atleta deberá levantar la barra desde el suelo hasta la posición final en un movimiento continuo.

La repetición será válida cuando:

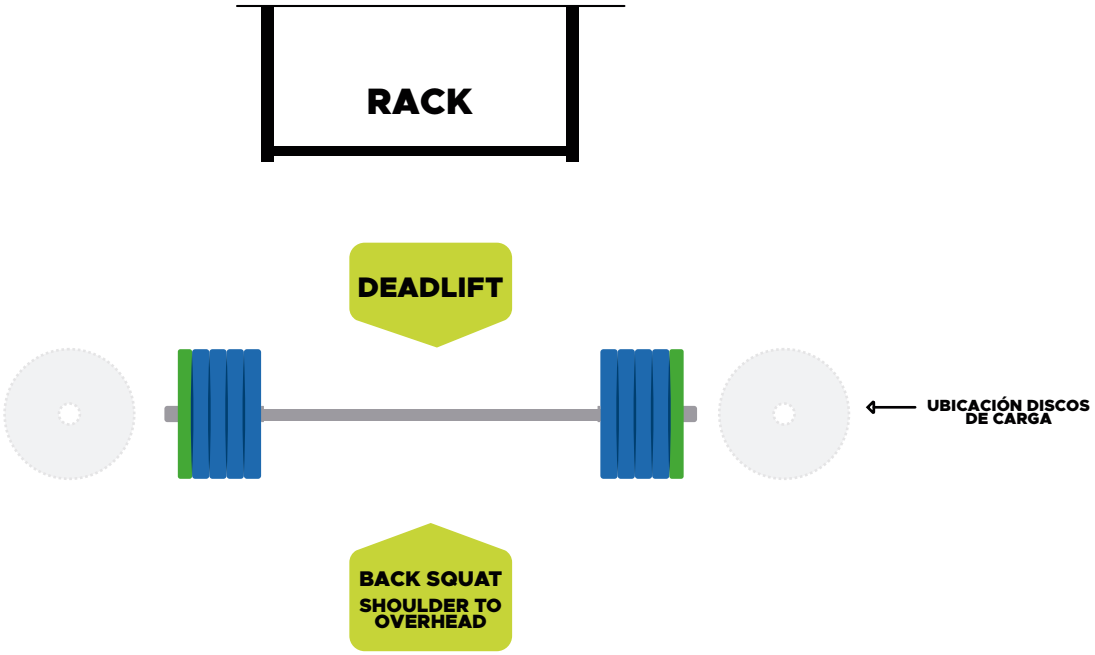
- Caderas completamente extendidas.

- Rodillas completamente extendidas.
- Hombros claramente detrás de la barra.
- Barra bajo control.

PLANILLA DE JUZGAMIENTO

COLOMBIA CHAMPIONSHIP **OPEN CLASIFICATORIO 2027** ***27.2***						
NOMBRE ATLETA:						
Minuto 0- 4	**RM BACK SQUAT**					
	INTENTO 1	INTENTO 2	INTENTO 3	INTENTO 4	INTENTO 5	INTENTO 6
Minuto 4-8	***RM SHOULDER TO OVER HEAD***					
	INTENTO 1	INTENTO 2	INTENTO 3	INTENTO 4	INTENTO 5	INTENTO 6
Minuto 8 - 12	**RM DEADLIFT**					
	INTENTO 1	INTENTO 2	INTENTO 3	INTENTO 4	INTENTO 5	INTENTO 6

OPEN 27.2



Nos emociona tenerte en este camino rumbo a la gran final del Colombia Championship 2027.

¡Nos vemos en la arena, y que gane el mejor!