



# OSTACOLI INFERNO MUD 14-15 ottobre 2023

## **POCHE REGOLE, MA SEMPRE BUONE!**

- la campanella si deve suonare\toccare solo con le mani
- il tentativo unico su ostacolo in sospensione si considera iniziato non appena entrambi i piedi sono sollevati da terra
- pioli, anelli, uncini e altro strumento deve essere riportato all'inizio dell'ostacolo da ogni atleta
- fettucce e corde che reggono le prese in sospensione sono considerate parte della struttura e pertanto non possono essere toccate
- se ci sono le pedane si parte dalle pedane, in ogni caso non si entra dentro l'area dell'ostacolo
- durante il superamento degli ostacoli in sospensione non si può toccare la struttura o terra in maniera attiva, quindi è una infrazione se a discrezione del giudice ha portato un vantaggio
- per la tua sicurezza in generale sugli ostacoli la testa non deve mai essere più bassa del corpo

## **OPEN**

- in alternativa agli ostacoli 32 e 12 sono previsti altri ostacoli
- sul percorso della gara Lunga e della gara da 6 km sono previsti ostacoli riservati
  - Barbariccia
  - Paolo e Francesca
  - Le tre fiere (che non è il 27 ma sono altre tre fiere, quindi in totale abbiamo sei fiere )

## **TEAM**

- Alcuni ostacoli saranno modificati
  - Flegontone: un atleta sale sulla slitta e gli altri lo tirano lungo il percorso segnato
  - Antenora: portare il pneumatico luciferino lungo il percorso segnato, anche rotolandolo
  - Selva Oscura: gli atleti indossano i pattini e insieme percorrono il percorso segnato
  - Lete: Si prende il palo e si trasporta un membro del team lungo il percorso segnato
  - ostacolo sorpresa
- sui muri i membri del team possono aiutarsi



**OSTACOLI SHORT: 1, 3, 4 + 21-32**

**OSTACOLI STANDARD: 1, 3-32**

	<b>NOME</b>	<b>DESCRIZIONE</b>	<b>REGOLA PER GARA COMPETITIVA</b>	<b>tentativi</b>	<b>TIPO</b>
<b>1</b>	<b>ALEPPE</b>	su per l'aere sale senza cadere in tentazione	si prende un sacco e mantenendosi in equilibrio senza toccare terra occorre atterrare oltre la fine del percorso senza toccare terra, poi si riporta il sacco. Se si cade si può riprovare mettendosi in fondo alla fila se non ci sono corsie libere	infiniti	equilibrio agilità
<b>2</b>	<b>FLEGETONTE</b>	picchia e mena, tira la catena	ogni atleta prende slitta e la trascina lungo il percorso segnato	infiniti	trasporto forza
<b>3</b>	<b>MINOSSE</b>	più lieve legno convien che ti porti	trasporto tronchi in qualunque modo purchè sollevati da terra, si sollevano, non si trascinano, non si fanno rotolare, si portano e si riportano dove sono stati presi. Può cadere o essere appoggiato	infiniti - OBBLIGAT ORIO	trasporto forza
<b>4</b>	<b>TRISTA CONCA</b>	La giusta inclinazione	si scavalca il muro senza toccare i supporti laterali	infiniti	muro
<b>5</b>	<b>FETONTE</b>	Girala su presta e ratta	si ribalta frontalmente 4 volte la ruota, la scelta della ruota è libera. Dimensioni diverse ma stesso peso	infiniti - OBBLIGAT ORIO	trasporto forza
<b>6</b>	<b>CERBERO</b>	su in alto fino in cielo	si scavalca il muro senza toccare i supporti laterali - per inferiori a 160cm altezza si può usare scalino	infiniti	muro
<b>7</b>	<b>ULISSE</b>	portali da qui a là e da là a qui	trasporto sacchi, si sollevano da terra, non si trascinano, non si fanno rotolare, si portano e si riportano. Può cadere o essere appoggiato . 1 sacco a testa	infiniti - OBBLIGAT ORIO	trasporto forza
<b>8</b>	<b>PAPE SATAN</b>	Per ogni cerchio la sua cerchia	si supera la piramide portandosi dietro (sopra) il sacco	infiniti	muro
<b>9</b>	<b>MALEBRANCHE</b>	se i piedi non toccano è più difficile	si scavalca il muro senza toccare i supporti laterali, il peso si passa sotto il muro e poi si riprende	infiniti	muro
<b>10</b>	<b>CONTE UGOLINO</b>	da qua a la senza toccare terra	si parte dalla pedana e senza toccare terra, in mezzo si passa da cima a cima, fino a toccare la campanella solo con le mani senza toccare la struttura. Si parte con i piedi sulla pedana	un solo tentativo	sospensione
<b>11</b>	<b>CARONTE</b>	Dimonio dall'occhi di bragia	si entra in acqua, si nuota e si esce. Tutti entro le boe, vietati i tuffi di testa. Non si può usare la cima delle boe per trarne vantaggio.	infiniti - OBBLIGAT ORIO	nuoto



	<b>NOME</b>	<b>DESCRIZIONE</b>	<b>REGOLA PER GARA COMPETITIVA</b>	<b>tentativi</b>	<b>TIPO</b>
12	<b>CITTA DI DITE</b>	le mura della città più alta	si parte dalla barra orizzontale a inizio ostacolo, usando i pioli e infilandoli nei buchi predisposti si passa da una parte all'altra senza toccare terra, si possono saltare buchi. Ostacolo concluso al tocco della campana, la campana si tocca solo con le mani. L'atleta tira giù i paletti e li riporta a inizio ostacolo.	un solo tentativo	sospensione
13	<b>BARBARICCIA (solo open)</b>	Ed elli avea del cul fatto trombetta	con la sega a disposizione si deve segare il tronco dove indicato. va segato tutto il tronco in modo da separare un disco di legno dal tronco stesso	infiniti - OBBLIGATORIO	trasporto forza
14	<b>ACHERONTE</b>	se ti alzi ti punge	si passa sotto il filo spinato o rete	infiniti - OBBLIGATORIO	equilibrio agilità
15	<b>SCOGLIO SCONCIO</b>	Passare oltre e oltre	si parte dalla barra orizzontale a inizio ostacolo, afferrando gli anelli con le mani si passa da piolo a piolo, è possibile saltare dei pioli Ostacolo è considerato concluso quando l'atleta tocca la campana. la campana si tocca solo con le mani. L'atleta tira giù gli anelli e li riporta a inizio ostacolo	un solo tentativo	sospensione
16	<b>LIMBO</b>	Arrivare in cima non sarà facile	si sale sul quarter pipe e si scende dall'altra parte senza usare supporti laterali - in caso di fallimento si sale sui container dal fianco e si prosegue. con ostacolo successivo	infiniti	muro
17	<b>PALUDE STIGIA</b>	la scimmia sale, la scimmia scende	partendo dal container si percorre la cima orizzontale a tecnica libera fino a risalire su container successivo senza toccare terra	un solo tentativo	sospensione
18	<b>ANTENORA</b>	lo greve emisferio celeste	portare le sfere infernali lungo il percorso senza rotolarle. Si prende la sfera dalla zona indicata e la si riporta nella zona indicata, dolcemente- percorsi diversi per uomini e donne	infiniti - OBBLIGATORIO	trasporto forza
19	<b>LA LORDA POZZA</b>	un gran classico	pozze di fango da oltrepassare, anche saltando non toccando l'acqua, vietato tuffarsi di testa	infiniti - OBBLIGATORIO	equilibrio agilità
20	<b>POZZO DEI GIGANTI</b>	giusto un filo d'aria	si oltrepassa l'ostacolo entrando nella buca e passando sotto le reti, con lo sguardo al cielo, si possono toccare le reti	infiniti - OBBLIGATORIO	equilibrio agilità
21	<b>SELVA OSCURA</b>	Le anime grevi se ne attardano	prendere un secchio e portarlo lungo il percorso fino al punto indicato e riportarlo, senza romperlo, si può appoggiare. Può cadere o essere appoggiato ma non può rotolare nè strusciare a terra.	infiniti - OBBLIGATORIO	trasporto forza



	<b>NOME</b>	<b>DESCRIZIONE</b>	<b>REGOLA PER GARA COMPETITIVA</b>	<b>tentativi</b>	<b>TIPO</b>
<b>22</b>	<b>OSCURA COSTA</b>	peccator che la ragion sommettono al talento	senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si possono usare solo mani. Si inizia dalla pedana verde La campanella si suona\tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
<b>23</b>	<b>PLUTONE</b>	suoneremo le nostre campane	arriva in cima alle cime, usando mani e piedi. suonare\toccare la campana solo con la mano	un solo tentativo	sospensione
<b>24</b>	<b>CITTA' DOLENTE</b>	Ciò che sale poi scende	si scavalca il muro senza toccare i supporti laterali	infiniti	muro
<b>25</b>	<b>LETE</b>	amore che move il sole	senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si possono usare mani e piedi, la prima bara è obbligatoria. La campanella si suona\tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
<b>26</b>	<b>CAINA</b>	se propende e ratto s'apprende	senza toccare i supporti laterali si passa sopra la trave	INFINITI	muro
<b>27</b>	<b>LE TRE FIERE</b>	un serpente che si morde la coda	partendo dalla pedana senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a toccare la campanella. Si possono usare solo le mani. La campanella si tocca\tocca solo con le mani. si parte con i piedi sulla pedana	un solo tentativo	sospensione
<b>28</b>	<b>MINOTAURO</b>	passare oltre e oltre	partendo dalla pedana senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a toccare\toccare la campanella. Si possono usare solo le mani. La campanella si tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
<b>29</b>	<b>TOLOMEA</b>	leggeri come un' anima	mantenendosi in equilibrio senza toccare terra occorre atterrare oltre la fine degli equilibri e della slack line	infiniti	equilibrio agilità
<b>30</b>	<b>LUCIFERO</b>	Sator arepo tenet opera rotas	partendo dalla pedana senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si possono usare mani e piedi La campanella si suona solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
<b>31</b>	<b>CHIRONE</b>	d'ogni luce muto che muggia come mar in tempesta	con la pistola si deve colpire il bersaglio, si può ripartire dopo aver fatto tre centri ovvero quando il semaforo lampeggia verde (tre centri fatti) o rosso (tempo massimo scaduto)	a tempo	tiro
<b>32</b>	<b>MALEBOLGE</b>	olio cuore per sentirsi in forma	si scavalca il muro senza toccare i supporti laterali	INFINITI	muro



## Le Regole per le prese



## Le Regole per le prese



Le Regole per le prese



Le Regole per le prese



### Le Regole per le prese



### Le Regole per le prese

