



OSTACOLI INFERNO MUD 12-13 ottobre 2024

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 aggiunta a quelli della corsa competitiva sul percorso della gara Lunga e della gara da 6 km sono previsti ostacoli riservati
 - Barbariccia (forza)
 - Paolo e Francesca (trasporto)
 - Città di Dite (lancio)

TEAM

- Alcuni ostacoli del percorso da 6km saranno modificati, aggiunti o sostituiti dai seguenti
 - VIRGILIO TRASPORTO SU PALO
 - PATTINI DEL DIAVOLO TRASPORTO PATINO
 - GIUDECCA TRASPORTO PNEUMATICO
 - SLITTE TRASPORTO SLITTE
 -
- sui muri i membri del team possono aiutarsi
- sulle sospensioni non è necessario aspettare che l'atleta che precede suoni la campanella prima che l'atleta seguente possa ingaggiare l'ostacolo

OSTACOLI INFERNO MUD 2024

	NOME	DESCRIZIONE	REGOLA PER GARA COMPETITIVA	tentativi	TIPO
1	COCITO	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 - OBBLIGATORIO	nuoto
2	MINOSSE	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 - OBBLIGATORIO	trasporto forza
3	ALEPPE	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
4	ANTENORA	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
5	LETE	un passo alla volta fino in paradiso	senza toccare terra si percorre la distanza segnata usando i quadrelli di legno forniti. Una volta fiinto si riportano al punto di partenza	infiniti - OBBLIGATORIO	equilibrio agilità
6	CERBERO	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
7	ULISSE	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 - OBBLIGATORIO	trasporto forza
8	TRISTA CONCA	La giusta inclinazione	si scavalca il muro senza toccare i supporti laterali	infiniti	muro

	NOME	DESCRIZIONE	REGOLA PER GARA COMPETITIVA	tentativi	TIPO
9	CARONTE	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 - OBBLIGATORIO	nuoto
10	ACHERONTE	se ti alzi ti punge	si passa sotto il filo spinato o rete	infiniti - OBBLIGATORIO	equilibrio agilità
11	CITTA' DOLENTE	Ciò che sale poi scende	si scavalca il muro senza toccare i supporti laterali	infiniti	muro
12	LIMBO	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
13	PALUDE STIGIA	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.se uno cade dalla tirolese sale comunque sul container	un solo tentativo	suspension e
14	SCOGLIO SCONCIO	la scimmia sale, la scimmia scende	partendo dal container si percorre il palo orizzontale a tecnica libera fino a risalire su container successivo senza toccare terra.se uno cade dai pali sale comunque sul container	un solo tentativo	suspension e
15	FETONTE	Girala su presta e ratta	si ribalta frontalmente 4 volte la ruota, la scelta della ruota è libera. Dimensioni diverse ma stesso peso	infiniti - OBBLIGATORIO	trasporto forza
16	OSCURA COSTA	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	suspension e
17	LA LORDA POZZA	un gran classico	pozze di fango da oltrepassare, anche saltando non toccando l'acqua, vietato tuffarsi di testa	infiniti - OBBLIGATORIO	equilibrio agilità
18	POZZO DEI GIGANTI	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
19	TORRE GARISENDA	suoneremo le nostre	arriva in cima alle cime, usando solo le mani.	un solo tentativo	suspension e

	NOME	DESCRIZIONE	REGOLA PER GARA COMPETITIVA	tentativi	TIPO
		campane	suonare\toccare la campana solo con la mano		
20	PLUTONE	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
21	LE TRE FIERE	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
22	ITALIAN DIET	la dieta italiana è la migliore al mondo	senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si inizia dalla pedana verde La campanella si suona\tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
23	MALEBRANCHE	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
24	CONTE UGOLINO	peccator che la ragion sommettono al talento	senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si inizia dalla pedana verde La campanella si suona\tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
25	MINOTAURO	passare oltre e oltre	senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si inizia dalla pedana verde La campanella si suona\tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
26	SPAGHETTI	come lo shangai ma per professionisti	senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si inizia dalla pedana verde La campanella si suona\tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
27	LUCIFERO	Sator arepo tenet opera rotas	senza toccare terra e senza toccare la struttura si arriva a suonare\toccare la campanella. Si inizia dalla pedana verde La campanella si suona\tocca solo con le mani.	un solo tentativo	sospensione
28	CHIRONE	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



	NOME	DESCRIZIONE	REGOLA PER GARA COMPETITIVA	tentativi	TIPO
29	TOLOMEA	leggeri come un' anima	mantenendosi in equilibrio senza toccare terra occorre atterrare oltre la fine degli equilibri e della slack line	infiniti	equilibrio agilità
30	MALEBOLGE	olio cuore per sentirsi in forma	si scavalca il muro senza toccare i supporti	INFINITI	muro
31	CAINA	se propende e ratto s'apprende	senza toccare i supporti laterali si passa sopra la trave	INFINITI	muro
	SOLO OPEN				
1	CITTA DI DITE	le mura della città più alta	si lancia il martello fornito contro il bersaglio posizionato a distanza	infiniti	forza trasporto
2	BARBARICCIA	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 - OBBLIGATO RIO	equilibrio agilità
3	PAOLO E FRANCESCA	tu con me io con te	ci si porta a turno in groppa		

l'ordine degli ostacoli potrebbe cambiare

INFERNO MUD LONG 2024 %

tipologia	numero per tipologia	percentuale per tipologia
equilibrio agilità	7	21,2%
forza trasporto	5	15,2%
muro	7	21,2%
nuoto	2	6,1%
tiro	1	3,03%
sospensione	11	33,3%
Totale generale	26	100,00%



OSTACOLI SHORT 3km INFERNO MUD 2024

- 1 - e da 22 a 32

OSTACOLI OPEN e TEAM 6km INFERNO MUD 2024

- 1 e 2 - da 14 a 32

Le Regole per le prese



Le Regole per le prese



Le Regole per le prese



Le Regole per le prese



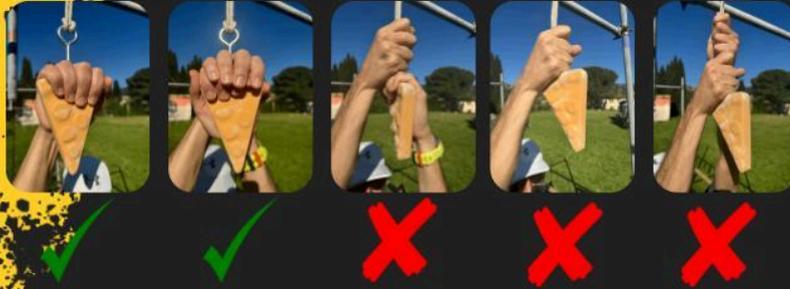
Le Regole per le prese



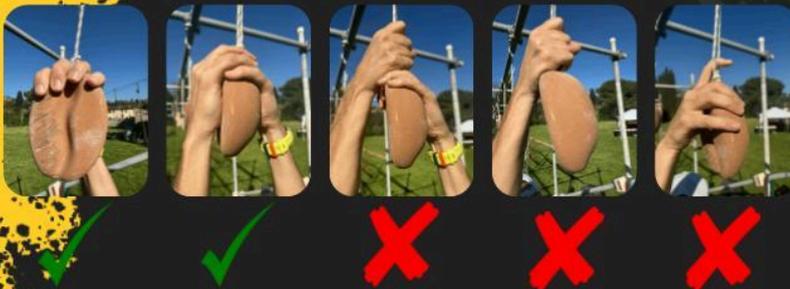
Le Regole per le prese



Le Regole per le prese



Le Regole per le prese



Le Regole per le prese

