

## ¿Qué es Extrem Titan Race?

Extrem Titan Race, es una prueba deportiva del formato de carreras de obstáculos, donde el simple hecho de llegar a la línea de meta ya es toda una hazaña.

Empezarás la prueba, estarás asustado o asustada, te habrán dicho que es muy dura que estas loc@ y muchas cosa más de este estilo. Pero, nada de lo que te hayan dicho es verdad, es mucho más, porque Extrem Titan Race no es normal, cruzarás el arco de START sin saber cuánta distancia tienes por delante, sin saber qué tipo de obstáculos te podrás encontrar, sin saber nada.... Porque si realmente eres un auténtico TITÁN no necesitas saber más que la hora y el día. Correrás, sufrirás, llorarás, andarás, saltarás, te arrastrarás, acumularás desnivel en tus piernas, puede que te toque cargar con piedras, sacos.... Después de todo esto, puede que tu camino se vea cortado por un lago.... Incluso puede que tengas que ponerte a cavar..... pero todo esto solo lo sabrás y al fin de cuentas los disfrutarás si decides superarte a ti mismo y cruzas la línea de salida.

Después llegarás a la meta, cansad@, magullado, dolorido, pero... content@ porque después de tanto sacrificio saborearás la gloria más exquisita. Te darás una medalla de FINISHER, elegirás tu recuperador entre todo tu avituallamiento final y dispondrás de tu servicio de ducha para limpiarte todo el barro y toda la sangre.

## Información y reglamento para la carrera

### HORARIOS

TITAN FESTIVAL: 08.00h – 15.00h

RETIRADA DE DORSALES: a partir de las 8h de la mañana (1h antes de tu salida)

### SALIDAS

Los primeros corredores saldrán a las 9.00h de la mañana.

Las salidas se realizarán por tandas de 75 participantes cada 30 minutos, asegúrate de llegar con suficiente antelación (1h) para recoger tu dorsal y chip.

Para la retirada de estos debes presentarte con tu documento de identidad en la mesa respectiva.

15 minutos antes de tu salida deberás entrar en la zona de CALENTAMIENTO, ya no habrá vuelta atrás!

Tandas de salida:

*1ª salida ÉLITE: 09.00h*

*2ª salida: 09.30h*

*3ª salida: 10.00h*

*4ª salida: 11.00h*

## **RECORRIDO:**

La tercera edición de la Extrem Titan Race cuenta con un mínimo de 12 km a 15km y con más de 30 obstáculos, no necesitas saber más.... prepárate para la batalla.

Ten en cuenta que el recorrido transcurre por zonas asfaltadas, ríos, montañas, túneles bajo tierra. Te encontrarás con agua, barro, alambres, cuerdas... y recuerda que esto es la guerra, así que vigila tus espaldas, no sabes con quien te puedes encontrar.

Durante el tiempo que tardes en completar el recorrido puedes sufrir daños como consecuencia del terreno, los obstáculos o los mismos participantes, así que se consciente de tu condición física y ajusta tu ritmo de carrera.

## **REGLAMENTO:**

Debes recoger tu dorsal en las carpas de dirección de carrera que localizaras en la zona de TITAN FESTIVAL, para poder retirar tu dorsal como tu chip deberás presentar un documento de identificación con fotografía. Estos serán personales e intransferibles. Deberás llevar tu dorsal (pulsera) durante toda la carrera, así mismo tu chip deberá ir situado en una de tus zapatillas para poder cronometrar tu prueba.

Para evitar infracciones encontrarás un punto de control en mitad del circuito

¿Te has preguntado qué pasará si no puedes superar algún obstáculo?

ELITE: una, dos, tres.... Quince, treinta... son las oportunidades que tienes para superar el obstáculo, si realmente eres un atleta Élite no tendrás inconveniente en dejarte la piel en superar los obstáculos. Si decides rendirte y no superar el obstáculo deberás entregar tu pulsera ÉLITE y el chip al juez del obstáculo, seguidamente podrás seguir con la prueba en categoría popular.

\*Solo los atletas que participan a en categoría Élite podrán optar a pódium.

AMATEUR: en cada obstáculo tendrás una o varias oportunidades, si no logras superar el obstáculo tendrás que pagar tu penalización, 25 burpees. En el caso de negarte deberás entregar el chip al juez del obstáculo, seguidamente deberás dirigirte al punto de encuentro para que un vehículo de la organización te recoja y te lleve a la zona de START/FINISH.

\*Solo los atletas que participan a en categoría Élite podrán optar a pódium.

Todas las pruebas estarán vigiladas por jueces, quienes verificarán si superas o no el obstáculo (25 BURPEES), claro está que en las batallas lo primero es la camaradería, así que si cabe la posibilidad podréis ayudaros entre vosotros.

No se podrás adelantar a otros participantes si el recorrido no lo permite o si al hacerlo puedes poner en peligro la vida de los demás participantes. Esperamos que te comportes con la mayor educación.

El hecho de no respetar cualquier comunicado de cualquier STAFF de la prueba puede suponer la descalificación de la misma.

## **AVITUALLAMIENTOS**

Durante la prueba encontrarás avituallamientos situados en lugares específicos, estos serán al más puro estilo batalla, así que ten en cuenta lo que puedes necesitar durante la batalla. Al finalizar la prueba tendrás tu recompensa, avituallamiento SOLIDO Y LÍQUIDO.

Cada avituallamiento tendrá señalizado su inicio y final, por tanto queda prohibido tirar botellas, envoltorios, etc. Fuera de las zonas habilitadas a tal efecto.

### **GUARDARROPA:**

Antes de la carrera puedes dejar tu bolsa en el guardarropa, una vez terminada la carrera la podrás recoger. Deberás identificarte con tu número de dorsal, ya que será con el mismo que estarán señalizadas tus pertenencias.

### **AL PASAR LA META**

Cuando cruces la línea de meta serás un auténtico guerrero, un auténtico EXTREM TITAN, deberás pasar directamente por el avituallamiento final para reponer fuerzas.

Después tendrás las siguientes opciones:

-Recoger tu camiseta. (Entregando el chip, si no realizas todo el circuito pierdes el derecho a obtener la camiseta Finisher)

-Recoger tu medalla Finisher. (Si no realizas todo el circuito pierdes el derecho a obtener la medalla Finisher)

-Recoger tu bolsa del guardarropa. (Numero de dorsal)

-Ir al servicio de ducha, lógicamente seguimos en un campo de batalla, así que no esperes toallas blancas con olor a lavanda, la aventura sigue.

## **TROFEOS**

Los tres primeros de cada categoría saborearán una victoria extra subiendo al pódium.

-GENERAL: 3 primeros masculino / 3 primeras femenina

-LOCAL: 3 primeros masculino / 3 primeras femenina (empadronados en BENIARBEIG, patrocinado por CONSTRUCCIONES VIÑALS)

## **FOTOS DE LA CARRERA**

Unos días después todas las fotografías de la carrera se publicarán GRATIS en nuestra página de Facebook

## **APARCAMIENTO**

Podrás aparcar tu vehículo en los alrededores de la TITAN FESTIVAL

## **ZONA DE ACAMPADA**

¿Y si además de la carrera pudierais quedaros a dormir en el mismísimo campo de batalla? Y lo mejor de todo... GRATIS!

Solo tienes que traer tu tienda de campaña, nosotros te facilitamos una zona para que te puedas instalar con las mejores comodidades que un auténtico ExtremTitan se puede permitir en una zona de batalla.

Servicio de barbacoa, W.C., bares cercanos para poder cargar de energía tu cuerpo la noche anterior a tu gran día.

Para reservar sitio solo envía un correo electrónico a [info@extremtitanrace.com](mailto:info@extremtitanrace.com) con el "asunto" "acampada" y todo estará listo!

## **ESPECTADORES Y ACOMPAÑANTES**

Esperamos que sean muchas las personas que vengan a ver la primera carrera de obstáculos de nuestra comarca, así que os invitamos a venir a disfrutar del TITAN FESTIVAL y de nuestro municipio

\*Estará permitido ver la carrera desde dentro del circuito (sin vehículo), lógicamente en lugares donde no se moleste a los participantes y bajo la responsabilidad de cada espectador.

## **CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN:**

Todo el mundo con un mínimo de 16 años puede participar en la Extrem Titan Race. No necesitas estar inscrita en ningún club de atletismo ni federación deportiva. (Menores de 16 años - con justificante)

Al inscribirte en la prueba declaras que no tienes ninguna lesión ni problema física grave que pueda impedir tu participación o que no lo recomiende.