



REGLAMENTO OFICIAL: BOOTCAMP TRAIL 5K

Bienvenidos al desafío **Bootcamp Trail 5K**, una carrera que combina la resistencia del trail running con el espíritu de superación y compañerismo de un entrenamiento militar.

1. Fecha, Hora y Lugar

- **Fecha:** sábado 7 de noviembre.
- **Lugar:** San Francisco de las Sierras (terreno rústico con desniveles, senderos y arroyo).
- **Horarios:**
 - **13:00 hs:** Convocatoria, acreditación y entrega de kits.
 - **14:00 hs:** Largada oficial de la carrera.
 -

2. El Formato de Carrera

- El circuito consiste en **una vuelta de 5 kilómetros** de trail running.
- A lo largo del recorrido, los participantes deberán superar **6 estaciones de obstáculos**:
 1. *Puente de Troncos:* Reto de equilibrio sobre madera y túnel al final
 2. *El Asalto:* Superar la montaña de cubiertas y saltar.
 3. *La Fuerza:* Rodar los neumáticos 20mt y regresarlos al lugar.
 4. *El Túnel Táctico:* Cruce agachado por dentro de los caños en zig-zag.
 5. *La Montada:* Subir a los neumáticos y saltar.
 6. *Cuerpo a Tierra:* Reptar por el suelo bajo la red militar.

3. Filosofía y Espíritu de la Carrera (100% Recreativa)

Esta primera edición tiene un enfoque recreativo y de comunidad. Buscamos que te desafíes a vos mismo y disfrutes el proceso.

- **Compañerismo:** Está totalmente permitido (¡y recomendado!) ayudar a otros corredores o a tus compañeros de equipo a superar cualquier obstáculo.
- **Fallas u Omisiones:** Si un participante no puede o no desea realizar un obstáculo por razones de seguridad o capacidad física, deberá cumplir una penalización simple impuesta por el juez de la estación (**15 saltos de tijera / jumping jacks**) para poder continuar. No se descalifica a nadie por esto.
-

4. Premiación y Reconocimientos

En el Bootcamp Trail, el verdadero premio es superar el reto.

- **Medalla Finisher:** Todos los participantes que completen el recorrido y crucen la meta recibirán la **exclusiva chapita militar (Dog Tag)** del evento.
-
- **Trofeos top 5: Masculino General:** reconocimiento y premio para los 5 primeros hombres en cruzar la meta, según tiempo oficial.
- **Femenino General:** reconocimiento y premio para las 5 primeras mujeres en cruzar la meta, según tiempo oficial.
-

5. Recomendaciones Obligatorias

- Asistir con calzado deportivo con buen agarre (el terreno tiene inclinaciones y barro).
- Llevar ropa cómoda que se pueda ensuciar y mojar (¡vas a cruzar un arroyo y reptar por la tierra!).
- Llevar hidratación personal, aunque la organización contará con puestos de asistencia.