

- 1) Jakékoli ústní či písemné instrukce poskytnuté před závodem nebo od dobrovolníků na trati mají přednost před těmito pravidly.
- 2) Pokud závodník pravidlům nerozumí, je jeho povinnost zeptat se dobrovolníka na překážce dřív, než začne překážku překonávat.
- 3) Pokud závodník nezdolá překážku, musí vykonat trest.
- 4) Pokud závodník nesplní trest za nepřekonání překážky, bude diskvalifikován.
- 5) Povinné překážky musí závodník překonat bez vykonání trestu (nošení břemen, plazení...). Pokud toho není schopen, je diskvalifikován.
- 6) Každou překážku se musí závodník pokusit překonat. Teprve potom může nastoupit na plnění trestu.
- 7) Každá překážka (případně trest) musí být zdolána. Pokud závodník nemůže překážku (trest) vykonat, odstoupí ze závodu a odevzdá čip nejbližšímu dobrovolníkovi.
- 8) Trestem za nesplnění překážky je cvik ZAJÍČEK, pokud není u překážky řečeno jinak. Je to základní lehce zvládnutelný cvik. Závodník si spojí kotníky nasazením gumové bandáže a na všech čtyřech (třech 😊) se bude přiskoky pohybovat vpřed po vyznačené trase, délka trasy závisí na obtížnosti nevykonané překážky, trest může být ztížen zátěží – na FB, webu i youtube je zveřejněno video, jak trest vypadá - [zde](#)
- 9) Závodníci si mohou vzájemně pomáhat na překážkách, pokud to však umožňuje charakter překážky. Nesmějí ale přijmout pomoc zvenčí. Výjimkou z tohoto pravidla je závod TERROR, kde je pomoc zvenčí popsána v propozicích závodu.
- 10) Závodník je sám zodpovědný za to, aby sledoval značení a zůstal během závodu na trati.
- 11) V případě úmyslného porušení pravidel má Organizátor právo změnit po skončení závodu výsledky.
- 12) Každý je povinen nastudovat si Podmínky závodu [zde](#)

TYPY PŘEKÁŽEK

I. PŘEKÁŽKY POVINNÉ

- tyto může závodník zkoušet zdolat víckrát, dokud překážku nepřekoná
- pokud bude závodník zkoušet překážku víckrát, nesmí bránit ostatním závodníkům v překonávání
- pokud závodník není schopen překážku překonat, bude diskvalifikován

II. PŘEKÁŽKY S MOŽNOSTÍ VYKONAT TREST

- na zdolání překážky má závodník pouze jeden pokus
- pokud obě nohy závodníka opustily zem a jsou na překážce, musí závodník překážku dokončit a žádný jiný pokus již nemá
- pokud překážku nezdolá, následuje trest