



OLX GAMES

2026
Regulamento geral

The next evolution of Hybrid Fitness

REGULAMENTO GERAL

OVX Games

The Next Evolution of Hybrid Fitness

O **OVX Games — The Next Evolution of Hybrid Fitness** é uma competição de hybrid fitness em formato continuous race, concebida para testar a capacidade física, técnica e estratégica dos atletas através de segmentos contínuos de corrida e trabalho funcional. A prova é composta por blocos sucessivos de esforço, seguindo sempre a lógica **RUN → WORK → WORK**, em ambiente competitivo e sob arbitragem oficial.

01/ Identificação do evento

A prova **OVX Performance Arena** é uma competição de hybrid fitness integrada no universo OVX e desenvolvida sob o lema **The Next Evolution of Hybrid Fitness**. O presente regulamento estabelece as normas de participação, organização, execução, arbitragem, classificação, bilhética e funcionamento geral da competição.

02/ Local e data da prova

A prova realiza-se no **Estádio Municipal Mário Wilson, em Oeiras**. A competição terá lugar no dia **20 de junho**, decorrendo entre as **08:00 e as 24:00**, podendo os horários específicos de heats, briefings, chamadas e momentos protocolares ser ajustados pela organização sempre que necessário.

03/ Natureza da competição

A OVX Performance Arena é uma competição de hybrid fitness realizada em formato **Continuous Race**. A progressão competitiva da prova respeita uma sequência contínua e obrigatória de tarefas, na lógica **corrida, trabalho, trabalho**, sem interrupções do percurso competitivo salvo por indicação expressa da organização ou da equipa de arbitragem.

A prova foi desenhada para avaliar diferentes componentes do rendimento físico, incluindo capacidade aeróbia, resistência muscular, força aplicada, eficiência de movimento, gestão de ritmo, resistência de preensão e controlo técnico sob fadiga.

○ 04/ Divisões, formatos e categorias

A competição integra exclusivamente as divisões **Open** e **Pro**.

Dentro de cada divisão, a competição organiza-se nos formatos **Singles** e **Doubles**.

As categorias competitivas oficiais serão as seguintes:

4.1 Open

- Singles Masculino Open
- Singles Feminino Open
- Doubles Masculino Open
- Doubles Feminino Open
- Doubles Mixed Open

4.2 Pro

- Singles Masculino Pro
- Singles Feminino Pro
- Doubles Masculino Pro
- Doubles Feminino Pro

A categoria **Doubles Mixed** existe exclusivamente na divisão **Open**, não estando disponível na divisão **Pro**. Na categoria Doubles Mixed aplicam-se exatamente as mesmas cargas da categoria Masculino Open.

○ 05/ Regras de Participação por formato

No formato **Singles**, cada atleta completa individualmente a totalidade do percurso, estações e tarefas da prova.

No formato **Doubles**, a equipa é composta por dois atletas, que realizam a prova sempre juntos ao longo de todo o percurso competitivo. Nos segmentos de corrida, deslocações e estações, os dois elementos da dupla devem manter-se em prova em simultâneo, respeitando as orientações operacionais e técnicas definidas pela organização e pela equipa de judges.

○ 06/ Sistema de classificação

A classificação oficial da OVX Performance Arena será determinada pelo **tempo total** realizado por cada atleta ou dupla, desde o início oficial da prova até ao cruzamento da meta final.

O tempo final poderá ser ajustado pela organização ou pela equipa oficial de judges em caso de penalizações aplicadas por incumprimento do percurso, execução técnica inválida, incumprimento das distâncias ou qualquer outra infração ao regulamento.

○ 07/ Pódios

Haverá pódio geral para as categorias oficialmente abertas pela organização, de acordo com as divisões e formatos previstos neste regulamento.

A atribuição de pódios respeitará a distinção entre Open e Pro, bem como entre Singles e Doubles.

○ 08/ Estrutura global da prova

A prova é composta por cinco blocos principais e um sprint final, respeitando sempre a ordem previamente definida pela organização. Todas as estações e segmentos devem ser executados pela ordem indicada, não sendo permitidas inversões, omissões ou alterações de sequência por iniciativa do atleta ou equipa.

8.1 HEAT 01 - ENGINE + VOLUME

Singles

- 600m Run
- 2000m C2 Bike masculino / 1800m C2 Bike feminino
- 12 Sandbag Cleans

Doubles

- 600m Run
- 2000m C2 Bike masculino / 1800m C2 Bike feminino
- 20 Sandbag Cleans

8.2 HEAT 02 - ENGINE + VOLUME

Singles

- 450m Run
- 1000m Row masculino / 900m Row feminino
- 80 Wall Balls

Doubles

- 450m Run
- 1000m Row masculino / 900m Row feminino
- 100 Wall Balls

8.3 HEAT 03 - ENGINE + STRENGTH

Singles

- 450m Run
- 1000m SkiErg masculino / 900m SkiErg feminino
- 50m Walking Lunges (DB)

Doubles

- 450m Run
- 1000m SkiErg masculino / 900m SkiErg feminino
- 75m Walking Lunges (DB)

8.4 HEAT 04 - GRIP + INTENSITY

Singles

- 450m Run
- 100m Farmer Carry
- 20 Burpee Box Jump Overs

Doubles

- 450m Run
- 150m Farmer Carry
- 30 Burpee Box Jump Overs

8.5 HEAT 05 - FINAL BUILD

Singles

- 450m Run
- 50 cal Echo Bike masculino / 40 cal Echo Bike feminino
- 30m Sandbag Bear Hug Carry

Doubles

- 450m Run
- 50 cal Echo Bike masculino / 40 cal Echo Bike feminino
- 60m Sandbag Bear Hug Carry

8.6 FINAL

- Final run sprint

○ 09/ Interpretação das Distâncias e Cargas

Sempre que forem apresentadas duas distâncias numa estação de erg, a primeira corresponde à categoria masculina e a segunda à categoria feminina.

As cargas oficiais encontram-se organizadas por esta ordem: **Open Masculino, Open Feminino, Pro Masculino e Pro Feminino.**

○ 10/ Cargas oficiais

As cargas oficiais da competição são as seguintes.

10.1 Sandbag Cleans

- Open Masculino: 45 kg
- Open Feminino: 30 kg
- Pro Masculino: 68 kg
- Pro Feminino: 45 kg

10.2 Walking Lunges (DB)

- Open Masculino: 2 x 15 kg
- Open Feminino: 2 x 10 kg
- Pro Masculino: 2 x 20 kg
- Pro Feminino: 2 x 15 kg

10.3 Farmer Carry

- Open Masculino: 2 x 24 kg
- Open Feminino: 2 x 16 kg
- Pro Masculino: 2 x 32 kg
- Pro Feminino: 2 x 24 kg

10.4 Bear Hug Carry

- Open Masculino: 45 kg
- Open Feminino: 30 kg
- Pro Masculino: 68 kg
- Pro Feminino: 45 kg

10.5 Wall Balls

- Open Masculino: 6 kg
- Open Feminino: 4 kg
- Pro Masculino: 9 kg
- Pro Feminino: 6 kg

Alturas dos alvos:

- Feminino: 2,70 m
- Masculino: 3,00 m
- Mixed: 2,70 m e 3,00 m

○ 11/ Standards competitivos

Todos os atletas e equipas devem cumprir integralmente os standards competitivos definidos pela organização. Compete à equipa oficial de judges avaliar cada estação, validar repetições, fiscalizar o percurso, detetar infrações e aplicar as medidas corretivas e penalizações adequadas.

11.1 Run

O percurso de corrida é fixo, medido e obrigatório. O atleta ou equipa deve cumprir integralmente a distância e o traçado definidos para cada segmento. Qualquer corte de percurso, desvio indevido ou incumprimento da rota oficial constitui infração sujeita a penalização.

11.2 Ergs

Os ergs devem encontrar-se corretamente preparados para início de prova, de acordo com a configuração operacional definida pela organização. O monitor deve permanecer visível para o judge durante a execução, e o reset obrigatório do equipamento deve ser respeitado sempre que aplicável. O uso incorreto do equipamento, a tentativa de iniciar sem configuração validada ou qualquer interferência indevida com o monitor poderão originar penalização.

11.3 Sandbag Cleans

Cada repetição deve ser concluída de acordo com o padrão técnico validado pela arbitragem. O atleta deverá demonstrar controlo do implemento e conclusão efetiva da repetição, sem recurso a movimentos incompletos, receções manifestamente inválidas ou terminações não reconhecidas pelo judge.

11.4 Wall Balls

A repetição de wall ball apenas será considerada válida quando o atleta atinja profundidade total, com a prega da anca abaixo da linha do joelho, e quando a bola atinja o alvo fixado pela organização. A contagem oficial das repetições depende exclusivamente da validação do judge. Repetições incompletas ou com falha no alvo não serão contabilizadas.

11.5 Walking Lunges

Cada passada de lunge será validada apenas quando o joelho toque no chão e o atleta atinja extensão completa do corpo no final da repetição. O deslocamento deve respeitar a distância obrigatória, sendo inválidas as execuções incompletas, encurtadas ou tecnicamente fora do standard definido pela arbitragem.

11.6 Farmer Carry

O atleta deve transportar os implementos ao longo da distância integral definida para a estação. É permitido largar a carga durante a execução; contudo, a distância total tem obrigatoriamente de ser concluída de forma válida, dentro do percurso estabelecido para a estação.

11.7 Burpee Box Jump Overs

Cada repetição exige contacto do peito com o chão durante o burpee e passagem completa do atleta sobre a box. Qualquer repetição incompleta, com omissão de contacto, salto inválido ou transposição incompleta não será considerada válida pela arbitragem.

11.8 Sandbag Bear Hug Carry

O atleta deve transportar o saco ao longo da distância total prevista para a estação final, mantendo o controlo do implemento e respeitando o corredor definido pela organização. A perda de controlo, encurtamento da distância ou abandono indevido da trajetória poderá ser considerada infração.

11.9 Regras Específicas dos Doubles

No formato Doubles, os dois atletas realizam a prova sempre juntos desde o início até ao final. Ambos devem cumprir os segmentos de corrida e permanecer em progressão competitiva conjunta ao longo de toda a prova. A divisão de repetições nos workouts é livre e definida pela própria dupla.

A organização poderá definir regras operacionais de proximidade, entrada em estação, validação de transições e sincronização mínima de progressão, sempre que tal seja necessário para garantir segurança, justiça competitiva e controlo do fluxo de prova. O incumprimento dessas orientações poderá originar advertência ou penalização.

○ 12/ Judges e arbitragem oficial

A competição contará com uma equipa oficial de judges responsável por fiscalizar a prova e validar o cumprimento do regulamento. Compete à arbitragem, entre outras funções:

- validar repetições e distâncias;
- fiscalizar o percurso e a correta transição entre estações;
- confirmar o cumprimento dos standards técnicos;
- sinalizar infrações;
- aplicar advertências e penalizações;
- reportar à direção de prova situações de incumprimento grave ou passíveis de desclassificação.

As decisões da equipa de arbitragem, bem como da direção de prova, serão consideradas oficiais para efeitos de classificação e funcionamento da competição.

○ 13/ Penalizações

As penalizações serão aplicadas de forma simples e direta, de acordo com a natureza da infração verificada. Poderão ser aplicadas, designadamente, nas seguintes situações:

- corte ou incumprimento do percurso de corrida;
- repetições inválidas ou incompletas;
- incumprimento do standard técnico de uma estação;
- distância de estação não concluída na totalidade;
- vantagem competitiva obtida por execução irregular;
- incumprimento das regras operacionais do formato Doubles;
- desrespeito por instruções da equipa de judges ou da organização.

As penalizações podem assumir a forma de advertência verbal, repetição obrigatória, não contagem de repetições, acréscimo de tempo ou desclassificação, em função da gravidade, repetição ou impacto competitivo da infração.

○ 14/ Check-in

Todos os atletas devem efetuar o respetivo **check-in pelo menos 1 hora antes do heat** em que se encontrem inscritos. O incumprimento deste prazo poderá determinar a impossibilidade de participação, sem prejuízo da gestão operacional que a organização entenda aplicar em casos excecionais devidamente fundamentados.

○ 15/ Horários, heats e informação operacional

Os heats, horários detalhados, chamadas, briefings, organização de pistas e demais informações operacionais serão definidos e divulgados pela organização. A distribuição dos atletas pelos heats poderá atender a critérios logísticos, competitivos, técnicos ou de segurança.

A organização reserva-se o direito de alterar horários, reagendar heats, ajustar tempos de chamada, alterar fluxos internos ou introduzir adaptações operacionais sempre que tal se revele necessário ao bom funcionamento do evento.

○ 16/ Bilhetes e fases de venda

A bilhética do OVX Games será organizada por fases de venda, com valores distintos consoante o momento da inscrição. Aos valores indicados acrescem as taxas aplicáveis pela plataforma de venda.

16.1 Primeira Fase

Válida até **20 de maio**:

- **Single:** 50 € + taxas
- **Double:** 90 € + taxas

16.2 Segunda Fase

Válida até **20 de junho**:

- **Single:** 55 € + taxas
- **Double:** 95 € + taxas

A organização reserva-se o direito de encerrar antecipadamente uma fase de venda, esgotar vagas por categoria, limitar inscrições por heat ou implementar medidas operacionais de controlo de lotação, sempre que necessário.

○ 17/ Entrega de prémios

A cerimónia de entrega de prémios está prevista para as **19:00**, podendo a organização proceder a ajustamentos de horário sempre que razões operacionais, logísticas ou competitivas o justifiquem.

○ 18/ Condições gerais de participação

A participação no OVX Games pressupõe aceitação integral do presente regulamento, das normas operacionais do evento e das instruções transmitidas pela organização e pela equipa de arbitragem.

Todos os participantes devem adotar comportamento adequado, respeitar os restantes atletas, cumprir as regras de fair play, preservar os equipamentos e acatar as decisões técnicas e organizativas emitidas durante a competição. Qualquer conduta antidesportiva, abusiva, ofensiva, perigosa ou desrespeitadora poderá originar sanção disciplinar, incluindo desclassificação.

○ 19/ Segurança e integridade da prova

A organização poderá introduzir alterações ao percurso, às estações, ao calendário operacional, aos fluxos de circulação ou à configuração da prova caso tal seja necessário para proteção da segurança dos participantes, da equipa técnica, do público ou da integridade desportiva do evento.

Em situações de emergência, condições climatéricas adversas, falhas técnicas, constrangimentos logísticos ou qualquer outro fator relevante, a organização poderá interromper, ajustar, suspender ou cancelar total ou parcialmente a competição.

○ 20/ Casos omissos

Todas as situações não previstas no presente regulamento serão analisadas e decididas pela organização do OVX Games, com base em princípios de equidade, segurança, razoabilidade, integridade competitiva e bom funcionamento do evento.

A interpretação do regulamento compete exclusivamente à organização, podendo esta, sempre que necessário, articular-se com a direção de prova, equipa de arbitragem ou equipa técnica. As decisões tomadas nesse âmbito serão finais para efeitos de gestão desportiva e operacional da competição.

