

MEDIOLANVM ARENA – TEAM EDITION

2026

La gara si svolgerà presso CrossFit Mediolanvm, Via Antonio Mambretti, 9 - Milano nel weekend del 21-22 Novembre 2026

PREMESSA

La Mediolanvm Arena Team Edition è una gara per clienti delle classi di CrossFit, non per atleti.

La filosofia è mettere in condizioni gli utenti di accedere a una competizione equa e divertente, capire i colleghi di altri box come perfomano rispetto a loro, trovare una motivazione di miglioramento, conoscere gente nuova che condivide la stessa passione.

Quest’anno lasciamo libero arbitrio, quindi potrete scegliere in qualche categoria concorrere, ma ci premureremo di verificare con i vostri box owners che siate nel gruppo corretto.

La preghiera è, se siete indecisi, di ambire alla categoria superiore, lasciando la Experience a chi davvero ha iniziato da poco, anche perché sarebbe davvero di cattivo gusto veder un atleta che snatcha 80kg e poi fa i knee to chest e i single unders.

REGOLAMENTO

L’accesso alla gara è libero e senza qualificazioni precentive.

I team saranno uomo-uomo o uomo-donna.

Gli slot disponibili sono:

16 per i team MM Reg e 16 per i team MW Reg.

16 per i team MM Exp e 16 per i team MW Exp

In caso di ulteriori richieste saranno assegnate in waiting list.

Sabato 21 Novembre si sfideranno 16 Team MM e 16 team MW in Cat EXP

Domenica 22 Novembre sarà il turno dei 16 team MM e 16 team MW in cat REG

La gara sarà alla portata di chiunque si alleni nelle classi CrossFit con costanza e padroneggi pesi e skill tipiche di questi ambienti. Se in qualche wod a qualcuno dei partecipanti mancasse qualche skill potrà svolgerlo in maniera semplificata, consapevole del fatto che arriverà in coda all’ultimo che avrà eseguito tutti i movimenti come prescritto.

Tutti i team eseguiranno 3 wod garantiti, al termine dei quali ci sarà un taglio dei partecipanti, che saranno ridotti a 4 team, che disputeranno il wod finale.

2. STANDARD CATEGORIE

MM REG

Snatch 50Kg

Clean&Jerk 60Kg

American Swing 24Kg

Toes To Bar

Pull Ups/Chest to bar

Bar Muscle Up

Handstand Push Ups

Wall Ball Shots @9Kg

Box Jumps @75/60cm

MW REG

Snatch 50/35Kg

Clean&Jerk 60/40Kg

American Swing 24/16Kg

Toes To Bar

Pull ups /Chest To Bar

Bar Muscle Ups (M)

Handstand Push Ups con ABMat

Wall Ball Shots @9/6Kg

Box Jumps @60/50cm

MM EXP

Snatch 35Kg

Clean&Jerk 45Kg

American Swing 16Kg

Knee to Chest

Pull Ups

Wall Walks

Single Unders

Wall Ball Shots @6Kg

Box Jumps @60cm

MW EXP

Snatch 35/20Kg

Clean&Jerk 45/30Kg

American Swing 16/12Kg

Knee To Chest

Wall Walks

Single Unders

Wall Ball Shots @6/4Kg

Box Jumps @60/50cm

1.REQUISITI PER LA PARTECIPAZIONE

Per essere ammesso alla competizione i candidati devono:

• aver raggiunto la maggiore età alla data di partecipazione alla competizione o essere autorizzati dai genitori o chi ne fa le veci;

• accettare il regolamento e le norme sullo scarico di responsabilità e il trattamento dei dati personali;

• iscriversi sulla piattaforma ufficiale “Judge Rules” (www.judgerules.it);

• essere in regola col certificato medico standard richiesto in tutti i box e il pagamento dell'iscrizione. Ogni atleta partecipante, all'atto dell'iscrizione sul portale Judge Rules, dovrà specificare:

Cognome e Nome atleti

Nome Team (NO modifiche in corso d'opera)

Box/Palestra di Appartenenza

Taglia T-Shirt.

Numero cellulare e mail

2. ISCRIZIONE

Il costo di partecipazione varia a seconda della velocità di esecuzione:

110€ a team entro il 15 Ottobre

130 € tra il 16 Ottobre e il 31 Ottobre.

*Comprende partecipazione alle giornate di gara e Pack Gara

NB: CONTESTAZIONI

Ogni atleta deve firmare la score-card per convalidare il punteggio assegnato dal giudice; in caso di contestazioni , il partecipante deve immediatamente presentare appello all' Head Judge, che risolverà la disputa insieme ai Responsabili di Gara. Una score-card firmata non può essere contestata e il punteggio assegnato dal giudice risulta definitivo e inappellabile. In nessun caso sono ammesse variazioni dopo la chiusura della classifica, né contestazioni supportate da video se la score card è stata firmata.

NB1: REGOLE DI COMPORTAMENTO E DECISIONE DEI GIUDICI

Il partecipante accetta di comportarsi in maniera leale e sportiva: manipolazioni e tentativi d'inganno, comportamenti di disturbo o di ostacolo, discussioni violente e commenti offensivi, possono essere puniti dall'organizzazione con l’esclusione dalla competizione e allontanamento dal campo gara. Sono anche punibili con penalizzazioni sulla classifica tutte le condotte antisportive e ogni possibile atteggiamento volto a danneggiare l'organizzazione, i partecipanti, gli sponsor, gli spettatori e altri presenti o ad impedire ad altri concorrenti la partecipazione alla competizione in modo equo e corretto. Le decisioni dell'Organizzazione sono definitive e inappellabili.