



HYBRID  
GAMES®

**Bases de Competición 2025**





# ¿QUÉ SON LOS HYBRID GAMES?

Prepárate para un reto que pondrá a prueba tu fuerza, resistencia y estrategia. Los Hybrid Games son una competición híbrida diseñada para encontrar al atleta más completo. El éxito no solo depende de una base aeróbica sólida, sino también de encontrar el equilibrio perfecto entre la fuerza física y la acumulación de calorías en los ergómetros. Esta competición desafía a los participantes a demostrar su capacidad física integral, donde la estrategia y el manejo efectivo de las energías juegan un papel crucial.

Dos pruebas principales.

Un solo objetivo: demostrarlo todo.

## FORMATO DE COMPETICIÓN

La competición se compone de dos pruebas:

Puedes participar en dos modalidades:

- Categoría Individual
- Categoría por Parejas: Masculina (Masculino/Masculino) y Femenina (Femenino/Femenino)

\*No habrá categoría mixta.\*



# HYBRID TOTAL

La prueba insignia de los Hybrid Games. Se desarrolla en formato de ventanas de trabajo con timeline fijo, combinando:

## PARTE A: 3 movimientos de fuerza con barra olímpica

- Deadlift
- Back Squat
- Shoulder Press

## PARTE B: Ergómetros Concept2

- SkiErg
- BikeErg
- RowErg

## OBJETIVOS:

1. Acumular el máximo peso posible en los tres levantamientos de fuerza.
2. Acumular la máxima cantidad de calorías en los ergómetros.
3. Registrar el mejor tiempo posible en un 2000 metros de remo.

## MODALIDAD POR PAREJAS — “I GO, YOU GO”

En esta modalidad, los dos atletas compiten en conjunto pero nunca trabajan al mismo tiempo.

El formato es totalmente libre bajo la lógica “I GO, YOU GO”, lo que significa:

1. Pueden cambiar de atleta cuando quieran.
2. No hay repartos obligatorios.
3. Son libres de decidir cómo dividir el trabajo.
4. El único requisito es que solo trabaja un atleta a la vez.



# WOD RACE

Una prueba combinada de estaciones de fuerza + carrera, con dos particularidades:

1. Formato sorpresa: la combinación de ejercicios y carrera se desvelará pocos días antes del evento.
2. Tiempo límite: 40 minutos

## CARACTERÍSTICAS:

- De 1 a 10 elementos funcionales, combinados con carrera.
- Distancia total de carrera no superior a 5 km.
- Exige resistencia, adaptación y control mental tras haber superado Hybrid Total.

## REGLAS ESPECÍFICAS PARA PAREJAS:

1. Los atletas pueden repartirse libremente los trabajos de fuerza.
2. Ambos deben correr juntos en todo momento.
3. No se puede comenzar una estación si ambos no han cruzado el chip.
4. El equipo debe estar unido para activar y ejecutar cada estación de trabajo.



# SISTEMA DE CLASIFICACIÓN

La clasificación general de los Hybrid Games se determina sumando las posiciones obtenidas en las dos pruebas principales:

- HYBRID TOTAL/ WOD RACE

## ¿CÓMO SE CALCULA LA POSICIÓN EN CADA PRUEBA?

**HYBRID TOTAL:** Aunque esta prueba incluye tres elementos diferenciados (fuerza, calorías y remo), todos ellos se combinan para otorgar una sola posición final en Hybrid Total:

1. Kilos totales acumulados en los tres ejercicios de fuerza.
2. Calorías acumuladas en SkiErg y BikeErg.
3. Tiempo registrado en el 2000 metros de remo.

La suma de las tres posiciones determina el resultado final de HYBRID TOTAL.

**WOD RACE:** Los atletas o parejas obtienen una posición única según su desempeño.

## CLASIFICACIÓN GENERAL

1. Se suman las posiciones finales de ambas pruebas.
2. El ganador será quien tenga la menor suma.

En caso de empate, gana quien tenga el mejor tiempo en el 2000m de remo.

# PREMIACIÓN



## 1. Premiación General — HYBRID GAMES

Premios en metálico para los tres primeros clasificados de la clasificación global (Categoría Individual, masculino y femenino):

1er puesto: 300 €

2º puesto: 200 €

3er puesto: 100 €

## 2. Premiación Especial — HYBRID TOTAL

Premios otorgados por patrocinadores a los mejores en cada categoría individual:

- **STRONG ATHLETE:** mayor carga total levantada en los tres ejercicios de fuerza.
- **ENDURANCE ATHLETE:** mayor número de calorías acumuladas en SkiErg y BikeErg.
- **FAST ROWING ATHLETE:** mejor tiempo en 2000 metros de remo.

# PROTECCIÓN DEL FORMATO

El modelo de competición Hybrid Games, así como su categoría Hybrid Total, está registrado oficialmente ante notario, certificando su originalidad y autoría.

Además, las marcas Hybrid Games® y Hybrid Total® están registradas como marcas oficiales a nivel europeo (EUIPO) bajo las siguientes clases:

- Clase 25 — Ropa y equipamiento deportivo
- Clase 41 — Actividades deportivas, formación y entretenimiento
- Clase 16 — Material impreso y publicaciones
- Clase 35 — Publicidad, gestión y administración de eventos deportivos

Esto garantiza que tanto el formato como el nombre y la identidad del evento son propiedad exclusiva de Hybrid, y su uso no autorizado está protegido por la legislación vigente.



HYBRIDGAMES®



HYBRID **G**AMES®

