



Città di Alcamo



# OCR Sicily Race

## Alcamo/Bonifato

**III° Edizione**  
**27 settembre 2026**

### PRESENTAZIONE MANIFESTAZIONE

L'A.S.D. "O.C.R. Palermo", con il patrocinio del Comune di Alcamo (TP) e sotto l'egida di ENDAS, organizza domenica 27 settembre 2026 una competizione di O.C.R. (Obstacle Course Race) adatta a tutte le età e livelli di preparazione. L'O.C.R. è una disciplina sportiva che trae ispirazione dai percorsi utilizzati per l'addestramento militare; prevede la corsa con il superamento di ostacoli sia naturali che artificiali come muri, filo spinato, trasporto di sacchi, equilibri, multi rig e molto altro.

In particolare, saranno allestiti quattro percorsi:

- Hard Race: 7 Km e 25+ ostacoli
- Easy Race: 7 Km e 20+ ostacoli
- YOUNG: 2 Km e 15+ ostacoli
- KIDS: 1 Km e 10+ ostacoli

La manifestazione vuole promuovere la sana attività sportiva all'aria aperta nello splendido paesaggio che offre il bosco di Monte Bonifato.



# REGOLAMENTO

## **ART. 1. Informazioni Generali**

Tutte le competizioni sono competitive e quindi prevedono la premiazione (vedi art.4).

- L'**HARD RACE** rientra come **terza tappa del campionato siciliano OCR 2026**, denominato "OCR TRINACRIA CUP" e consente di accumulare punti per qualificarsi alla Finale OCRA Series 2026. Prevede **ostacoli di un livello tecnico maggiore**.
- L'**EASY RACE** si sviluppa sullo stesso tracciato di 7km della HARD RACE ma con ostacoli ridisegnati rendendoli più accessibili a tutti. È l'opzione ideale per debuttare in questo sport o per chi vuole godersi il divertimento della gara priva delle complessità tecniche estreme degli ostacoli. Una formula pensata anche per chi sceglie di gareggiare in gruppo, condividendo la fatica e il traguardo.
- La categoria **KIDS** è riservata a bambini e bambine dai 6 agli 11 anni, mentre la **YOUNG** è dedicata a ragazzi e ragazze dai 12 ai 17.

Tutti gli atleti che taglieranno il traguardo riceveranno la medaglia FINISHER.

### **ATTENZIONE**

- La partecipazione sia alla Hard che alla Easy Race è riservata agli atleti **da 15 anni in su** (anno di nascita 2011).
- I ragazzi e le ragazze da 15 a 17 anni (anno di nascita 2009-2011), essendo in un'età di mezzo, avranno la possibilità di scegliere se partecipare alla YOUNG, all'HARD RACE o all'EASY RACE in base al proprio livello di preparazione

**N.B.** In caso di maltempo l'organizzazione si riserva di riadattare gli ostacoli alle condizioni meteo.

## **ART. 2. Documenti Necessari**

Per poter prendere parte alla HARD RACE è necessario munirsi di **certificato medico agonistico** e compilare la **liberatoria** scaricabile dal sito [www.ocrpalermo.com](http://www.ocrpalermo.com). Gli atleti minorenni dovranno presentare apposita liberatoria autorizzata da un genitore o tutore.

Per la EASY RACE, KIDS e YOUNG è sufficiente anche il certificato medico NON agonistico.

## **ART. 3. Braccialetti**

I partecipanti di tutte le tipologie di gara (HARD, EASY, YOUNG e KIDS), dovranno necessariamente indossare al polso 4 braccialetti numerati che troveranno nel proprio pacco gara.

Gli atleti hanno la possibilità di tentare l'ostacolo un numero illimitato di volte tranne per gli ostacoli DI SOSPENSIONE che invece saranno A DOPPIO TENTATIVO.

Ad ogni ostacolo non superato, il giudice effettuerà il taglio del braccialetto. Non saranno previsti penalty loop per il recupero dei braccialetti tagliati lungo il percorso gara.

La classifica sarà ordinata in base al tempo ma soprattutto in base numero di braccialetti portati al finish. I bracciali hanno priorità sul tempo di gara.

- a) Atleti con 4 braccialetti
- b) Atleti con 3 braccialetti
- c) Atleti con 2 braccialetti
- d) Atleti con 1 braccialetto
- e) Atleti con 0 braccialetti

**N.B.** Anche gli atleti arrivati con 0 braccialetti entreranno comunque in classifica e potranno andare a podio.

#### **ART. 4. Premiazioni**

##### **HARD RACE (Tappa di Campionato)**

Verranno premiati:

- I primi 3 assoluti Uomini e le prime 3 assolute Donne
- I primi 3 di ogni categoria

CATEGORIE: 15/17 – 18/24 – 25/29 – 30/34 – 35/39 – 40/44 – 45/49 – 50/55 – 55/59 – 60+

Gli atleti premiati assoluti verranno esclusi dalla premiazione di categoria.

##### **EASY RACE**

Verranno premiati i primi 5 assoluti uomini e le prime 5 assolute donne.

##### **KIDS & YOUNG**

Verranno premiati i primi 3 di ogni categoria: 6/7 – 8/9 – 10/11 – 12/13 – 14/15 – 16/17

#### **ART. 5. Programma orario**

Il seguente programma orario potrà subire variazioni in base al numero dei partecipanti. Seguiranno ulteriori informazioni.

- ➔ 08:00 – 09:00 ➔ Ritiro Pacco gara
- ➔ 09:00 – 9:15 ➔ Briefing
- ➔ 09:30 ➔ Partenza batterie HARD RACE come da start list
- ➔ 11:30 ➔ Partenze batterie EASY RACE come da start list
- ➔ 13:30 ➔ Partenze batterie YOUNG e KIDS
- ➔ 15:00 ➔ Premiazioni

#### **Art. 6. Iscrizioni**

Per info e iscrizioni visitare il sito: [www.ocrpalermo.com](http://www.ocrpalermo.com)

	<b>HARD RACE</b>	<b>EASY RACE</b>	<b>KIDS/YOUNG</b>
<b>Dal 1° luglio al 31 luglio</b>	<b>45€</b>	35€	20€
Dal 1° agosto al 31 agosto ore 23:59	<b>50€</b>	35€	20€
Dal 1° settembre al 18 settembre ore 23:59	<b>55€</b>	35€	20€

**CHIUSURA ISCRIZIONI: 18 SETTEMBRE 2025**

##### **Comprende:**

- Servizio di cronometraggio
- Pacco gara + N°4 braccialetti
- Punti di ristoro lungo il percorso
- Medaglia Finisher + Maglia Evento