



The Aquila Throwdown  
MMXIX

## THE AQUILA THROWDOWN RULEBOOK

**Voor deelname aan de kwalificatiewedstrijden en finales van de The Aquila Throwdown stemt de atleet in met alle regels en het beleid dat wordt nagestreefd door de organisatie van The Aquila Throwdown. De atleet accepteert alle risico's die verbonden, of redelijkerwijs geassocieerd kunnen worden met dit sportevenement.**

### ATLETEN

1. Door aanschaf van een kwalificatie-ticket of finale-ticket stemt de atleet in met alle regels en het beleid dat wordt nagestreefd door de organisatie van The Aquila Throwdown, zoals beschreven in dit reglement.
2. Deelname aan de kwalificatiewedstrijden geschiedt op eigen risico. Deelname aan de finale workouts van The Aquila Throwdown geschiedt op eigen risico.
3. Voor deelname aan The Aquila Throwdown moet de atleet 18 jaar of ouder zijn.
  - a. Atleten onder de 18 jaar worden uitgesloten van deelname.
4. Alle atleten zijn zelf verantwoordelijk voor het afsluiten van noodzakelijke en wettelijke verzekeringen. Als een verzekeraar in een particulier geval niet (volledig) uitkeert op een claim, kan de atleet geen schade verhalen op of doorsturen naar de organisatie van The Aquila Throwdown.
5. De organisatie van The Aquila Throwdown kan op geen enkele manier aansprakelijk worden gesteld voor eventuele verwondingen, inclusief sportletsel veroorzaakt tijdens de kwalificatie wedstrijden of finales.
6. De atleet verklaart dat hij/zij de risico's kent van: de bewegingen, de trainingen/workouts en deelname aan The Aquila Throwdown. De atleet verklaart zelf verantwoordelijk te zijn voor overschrijding van mentale of fysieke grenzen.

### BEWEGINGSTANDAARDEN

1. De regels die betrekking hebben op de bewegingen die door de atleet worden uitgevoerd, worden door de organisatie van de The Aquila Throwdown voorgeschreven. Deze beschrijvingen zijn bindend en overtuigend.
2. De organisatie van de The Aquila Throwdown zal de vereiste bewegingen demonstreren en uitleggen aan de atleten en de scheidsrechters.
3. Als een atleet een handicap heeft een daarom niet kan presteren of in verband kan worden gebracht met een standaard beweging als voorgeschreven door The Aquila Throwdown, telt de beweging niet als een herhaling in de workout en zal dat worden beschouwd als een "no-rep"



## The Aquila Throwdown MMXIX

### **KWALIFICATIE**

1. De atleet kan zich op de website, [www.aquilathrowdown.nl](http://www.aquilathrowdown.nl), registreren voor de kwalificatie-workouts.
2. De registratie voor de kwalificatie-workouts sluit op de datum die wordt weergegeven op de website.
3. De kwalificatie-workouts voor The Aquila Throwdown bestaan uit een reeks workouts die kort voor de start van de kwalificatie gepubliceerd zullen worden.
4. Scores moeten ingediend worden voor de vermelde datum op de website.
5. De kwalificatie-workouts moeten voorzien zijn van video-opnamen.
6. Scores die voorzien zijn van een video, kunnen door The Aquila Throwdown aangepast worden. Deze beslissingen zijn definitief.
7. Er zijn vier mogelijke uitkomsten bij het beoordelen van online video inzendingen.
  - a. Geldig: De atleet voldoet aan de vereiste bewegingsnormen voor alle herhalingen in de workout en de score is correct ingevoerd. Deze score wordt geaccepteerd.
  - b. Geldig met verminderde straf: In de loop van de video toont de atleet 1 tot 3 "no-reps". De score wordt in verhouding aangepast door de organisatie van de The Aquila Throwdown.
  - c. Geldig met zware straf: In de loop van de video toont de atleet meer dan 3 "no-reps". De score wordt met 15% van de totaal score, weergegeven in tijd of aantal reps, in mindering aangepast.
  - d. Ongeldig: In de loop van de video kan de atleet de workout niet voltooien zoals beschreven. De atleet voert een onaanvaardbaar aantal "no-reps" uit. De video voldoet niet aan de beschreven video-standaarden. De atleet levert geen video aan. De score van de atleet zal worden verworpen. De atleet zal een nieuwe video moeten inleveren. Als de atleet geen nieuwe video in de kwalificatie periode aan kan leveren, wordt de atleet gediskwalificeerd.
8. Vragen over de kwalificatie workouts kunnen doorgestuurd worden naar: [info@aquilathrowdown.nl](mailto:info@aquilathrowdown.nl).

### **KWALIFICEREN VOOR DE FINALE VAN THE AQUILA THROWDOWN**

1. Gebaseerd op de scores van de kwalificatiewedstrijden die ingezonden zijn door de deelnemende atleten, zullen de beste 30 mannen en beste 30 vrouwen zich plaatsen voor de finale van The Aquila Throwdown.

### **CATEGORIEËN VOOR DE FINALE VAN THE AQUILA THROWDOWN**

1. Het deelnemersveld van The Aquila Throwdown kent één categorie en twee verschillende divisies. In totaal kunnen er 30 mannen en 30 vrouwen op RX-niveau deelnemen aan The Aquila Throwdown.



## The Aquila Throwdown MMXIX

### **RESERVELIJST FINALE VAN THE AQUILA THROWDOWN**

1. De atleten die zich niet hebben gekwalificeerd voor de finale, worden door de organisatie van de The Aquila Throwdown op een reservelijst geplaatst. Wanneer een gekwalificeerde atleet niet kan deelnemen aan de finale, faalt om binnen 7 dagen na bekendmaking van deelname aan de finale een finale ticket te kopen of anderszins gediskwalificeerd is door de organisatie van de The Aquila Throwdown, komen de atleten op de reservelijst in aanmerking voor een finaleplaats.
2. De atleten met de hoogste rangorde op de reservelijst worden per e-mail uitgenodigd door de organisatie van de The Aquila Throwdown en krijgen 48 uur de tijd om een ticket voor de finale te kopen.

### **KOSTEN**

1. De kosten voor deelname aan de kwalificatie workouts bedragen € 12,50 per atleet. Alle kosten gemaakt door de eigenaar van een CrossFit box voor de kwalificatie en/of de prijs die de atleten aan de eigenaar van de CrossFit box moeten betalen waarin de kwalificatie wordt gehouden, maken geen deel uit van deze vergoeding.
2. De kosten voor deelname aan de finale van The Aquila Throwdown bedraagt € 35,00 per atleet. Naast deelname aan de finale van The Aquila Throwdown ontvangt de atleet, onder voorbehoud van wijzigingen, een T-shirt en een goodiebag.
3. Bij een te late betaling van een finale ticket zal de atleet worden gediskwalificeerd. De organisatie van de The Aquila Throwdown zal een atleet op de reservelijst benaderen voor deelname aan de finale van The Aquila Throwdown.
4. Kosten gemaakt door de atleten voor de kwalificatie en/of finale, inclusief ticketkosten, worden onder geen geval terugbetaald.

### **JUDGES**

1. Judges zijn nodig om de scores van de workouts officieel te maken.
2. Judges zijn verantwoordelijk voor de movement- en workout-standards.
3. Het is de verantwoordelijkheid van de atleet om op tijd zijn of haar scores in te voeren en video's te maken van zijn of haar workouts bij de kwalificatie. Scores die niet volledig zijn ingegeven, zullen niet geaccepteerd worden en leiden tot diskwalificatie.
4. De judges worden tijdens de finale gecoördineerd door de head judge.
5. Bij twijfel of discussie heeft de head judge de definitieve beslissing over de scores.



## The Aquila Throwdown MMXIX

### SCORES KWALIFICATIE WORKOUTS

1. De organisatie van de The Aquila Throwdown wijst een tie-break toe aan één specifieke WOD. Op andere workouts wordt alleen een eindscore genoteerd, welke beoordeeld zijn door de judges.
2. De scores en de tie-break die de atleet heeft behaald in alle kwalificatieworkouts, moeten door de atleet ingevoerd worden op de website van The Aquila Throwdown.
3. De kwalificatie wordt niet alleen gemeten aan de hand van het eindresultaat (aantal herhalingen, een bepaald gewicht) maar ook door de tie-break.
4. Per workout wordt op basis van de scores van elke atleet een rangorde bepaald. Aan deze rangorde worden punten toegekend. De ranglijst geeft het aantal punten weer dat de atleet met de workout heeft behaald.
5. Als twee atleten dezelfde score hebben op een workout, en dezelfde tie-break, zullen deze twee atleten dezelfde ranking en hetzelfde aantal punten voor deze workout toegekend krijgen.
6. In het geval van een gelijkspel tussen twee atleten, wordt de tie-break gebruikt om te beslissen wat de definitieve ranking van beide atleten op deze workout is.
7. Alle punten van de kwalificatie workouts worden bij elkaar opgeteld. Het totaal aantal punten van de kwalificatie workouts bepaalt of je wel of niet kwalificeert voor de finale van The Aquila Throwdown.
8. Op basis van de totaal score zullen de beste 30 mannen en 30 vrouwen zich plaatsen voor de finale van The Aquila Throwdown.
9. Als twee of meerdere atleten dezelfde totaal score en eind ranking hebben, die bepalend is voor het wel of niet doorgaan naar de finale (plaats 30), dan bepaalt de laagste ranking van de drie workouts, welke atleet doorgaat naar de finale. Als dit ook gelijk is, dan bepaalt de score op workout 2 wie er doorgaat naar de finale.
  - a. Voorbeeld: Atleet 1 eindigt in de drie workouts op plaats 2, 5, 20 en heeft een totaal score van 27 punten behaald en eindigt hiermee op de 30<sup>e</sup> plaats. Atleet 2 eindigt in de drie workouts op plaats 1, 4, 22 en heeft ook 27 punten behaald en eindigt op een gedeelde 30<sup>e</sup> plaats met atleet 1. Atleet 2 heeft bij deze drie workouts de laagste ranking gehaald (plaats 22) en zal daardoor verschuiven naar plek 31 en niet doorgaan. Atleet 1 wordt 30<sup>e</sup> en zal wel doorgaan naar de finale.

### SCORES FINALE WORKOUTS

1. Na afloop van een workout tekenen zowel de judge als de atleet het scoreformulier. Scoreformulieren worden ingeleverd bij de organisatie van The Aquila Throwdown. De organisatie zal de scores invoeren op de website van The Aquila Throwdown.
2. Per workout wordt op basis van de scores van elke atleet een rangorde bepaald. Aan deze rangorde worden punten toegekend. De ranglijst geeft het aantal punten weer dat de atleet met de workout heeft behaald.



## The Aquila Throwdown MMXIX

3. Als twee atleten dezelfde score hebben op een workout, en eventueel dezelfde tie-break, zullen deze twee atleten dezelfde ranking en hetzelfde aantal punten voor deze workout toegekend krijgen.
4. In het geval van een gelijkspel tussen twee atleten, wordt indien mogelijk, de tiebreak gebruikt om te beslissen wat de definitieve ranking van beide atleten op deze workout is.
5. Alle punten van de vier finale workouts worden bij elkaar opgeteld. Het totaal aantal punten van de finale workouts bepaalt de eindranking.
6. Na vier finale workouts, zullen alleen de beste 4 mannen en vrouwen zich plaatsen voor de vijfde en finale workout.
7. Als twee of meerdere atleten dezelfde eind ranking hebben, die bepalend is voor het wel of niet doorgaan naar de finale workout (plaats 4), dan bepaalt de laagste ranking van de vier workouts, welke atleet doorgaat naar de vijfde en finale workout. Als dit ook gelijk is, dan bepaalt de score op WOD 2 wie er doorgaat naar de finale.
  - a. Voorbeeld: atleet 1 eindigt in de vier workouts op plaats 2, 5, 7, 20 en heeft een totaal score van 34 punten behaald en eindigt hiermee op de 4<sup>e</sup> plaats. Atleet 2 eindigt in de vier workouts op plaats 3, 3, 6, 22 en heeft ook 34 punten behaald en eindigt op een gedeelde 4<sup>e</sup> plaats met atleet 1. Atleet 2 heeft bij deze drie workouts de laagste ranking gehaald (plaats 22) en zal daardoor verschuiven naar plek 5 en niet doorgaan naar de finale workout. Atleet 1 wordt 4<sup>e</sup> en zal wel doorgaan naar de finale workout.

### **OVERIGE REGELS FINALE**

1. Alle deelnemers en toeschouwers kunnen door de organisatie van de The Aquila Throwdown worden gevraagd om zich van of naar een gebied te begeven indien nodig. Alle instructies van de organisatie van de The Aquila Throwdown moeten worden opgevolgd.
2. Het is niet toegestaan om te adverteren of zakelijke activiteiten uit te oefenen zonder de voorafgaande toestemming van de organisatie van de The Aquila Throwdown
3. De organisatie van de The Aquila Throwdown is niet aansprakelijk voor verloren kleding of andere bezittingen van atleten.
4. De organisatie van de The Aquila Throwdown heeft het recht om een atleet te diskwalificeren als de atleet zich niet houdt aan de opgestelde regels, of zich op een onsportieve of ongepaste manier gedraagt, of als het noodzakelijk wordt geacht vanwege medische redenen.
5. Van atleten wordt verwacht dat zij geen schade aan eigendommen van anderen veroorzaken en geen afval achterlaten.
6. Het gebruik van drugs is strikt verboden. Als er een vermoeden van drugs gebruik is, zal de atleet worden gediskwalificeerd door de organisatie van de The Aquila Throwdown.