KOMUNITY
Txapel

¡UN AÑO MÁS, A POR LA TXAPELA! 🏆

¡Vuelve el TXAPEL!

Se acerca diciembre y con él llega la 9.ª edición del Txapel, nuestra competición por parejas. Un desafío en el que pondremos a prueba nuestra fuerza, resistencia, técnica y, sobre todo, nuestra capacidad de trabajar en equipo.

Podrás formar pareja en cualquiera de estas modalidades:

- Una atleta femenina + un atleta masculino.
- Dos atletas masculinos.
- Dos atletas femeninas.

Contaremos con dos categorías, RX y SCALED, para que cada pareja pueda disfrutar del desafío al nivel que mejor se adapte a sus capacidades.

01 · INSCRIPCIONES

Precio: 30 € por atleta (incluye camiseta oficial del evento).

Plataforma de inscripción: App KOMUNITY → Menú → Competiciones → Txapel Twins 2026/2027.

Apertura de inscripciones: 20 Noviembre 2026

Cierre de inscripciones: 15 Diciembre 2026, coincidiendo con el final del primer WOD.

Nombre del equipo: Cada pareja deberá elegir un nombre de equipo.

02 · CALENDARIO DE COMPETICIÓN

La competición estará formada por diferentes pruebas online y presenciales que determinarán qué parejas consiguen clasificarse para la gran final.

FASE	FORMATO	FECHAS
WOD 1	Online	4 Dic -13 Dic
WOD 2	Online	18 Dic - 27 Dic
WOD 3	Online	8 Ene - 17 Ene
WOD 4	Online	29 Ene - 7 Feb
FINAL	Presencial	13 Feb

📌 Las fechas y los plazos de entrega de cada prueba deberán respetarse estrictamente.

03 · CATEGORÍAS Y ESTÁNDARES

RX

Pesos orientativos:

EJERCICIO	PESO
Dumbbells (DB)	20 kg / 12,5 kg
Clean	80 kg / 55 kg
Clean & Jerk	60 kg / 40 kg
Snatch	40 kg / 30 kg
Kettlebell (KB)	24 kg / 16 kg

*En la Final podrán establecerse pesos superiores.

Gimnásticos simples:

- Toes to Bar
- Pull Ups
- HSPU
- Wall Walks

Gimnásticos complejos:

- Bar Muscle Up
- Handstand Walk
- Ring Muscle Up

Al menos uno de los integrantes de la pareja deberá dominar los movimientos gimnásticos complejos.

SCALED

Pesos orientativos:

EJERCICIO	PESO
Dumbbells (DB)	15 kg / 10 kg
Clean & Jerk	40 kg / 30 kg
Snatch	35 kg / 25 kg
Kettlebell (KB)	20 kg / 12 kg

*En la Final podrán establecerse pesos superiores.

Gimnásticos:

- Single Under
- Ring Row
- Wall Walk
- Toes to Bar

04 · REGLAS GENERALES

Realización de los WODs

- Todos los WODs online deberán realizarse y validarse dentro de las fechas indicadas.
- Los WODs solo podrán realizarse en OPEN BOX / OPEN QR ACCESS y dentro del plazo establecido.
- Los resultados deberán introducirse en la App antes de las 23:59 h del último día de cada prueba.
- Los resultados no serán visibles hasta que finalice el plazo correspondiente.
- Cada pareja podrá repetir el WOD tantas veces como quiera hasta la fecha límite.

Grabación y validación

Para que un WOD sea válido, deberá cumplir los siguientes requisitos:

1. Estar grabado en vídeo continuo.
2. Mostrar claramente a los atletas, los movimientos y los estándares exigidos.
3. Permitir visualizar las repeticiones y el marcador.
4. Estar subido a YouTube.
5. Adjuntar el enlace del vídeo en la App KOMUNITY junto con el resultado correspondiente.

Los vídeos podrán ser revisados por el Staff de la competición.

05 · NORMATIVA DE COMPETICIÓN

1. Plazos de entrega

Todos los resultados deberán estar registrados antes de las 23:59 h del último día establecido para cada WOD.

2. Repetición de pruebas

Los equipos podrán repetir cada WOD tantas veces como quieran dentro del plazo establecido. Solo se tendrá en cuenta el resultado validado conforme a la normativa.

3. Penalizaciones

En caso de revisión del vídeo, se aplicarán las siguientes penalizaciones:

- 5 segundos por cada NO REP.
- Más de 10 NO REPS: penalización adicional del 20 % sobre el resultado.
- Si el vídeo incumple los estándares exigidos, la organización podrá invalidar el WOD.

Todas las repeticiones no válidas serán especificadas junto con la penalización correspondiente.

4. Desempates

En caso de empate, prevalecerá el TIME BREAK que determine la organización.

5. No participación

Si una pareja no realiza alguno de los WODs, puntuará como última clasificada en esa prueba.

6. Cambios de pareja

Se permitirá un único cambio de integrante por pareja, que deberá comunicarse previamente a la organización por correo electrónico.

Correo: [EMAIL DE CONTACTO]

7. Prueba HYROX

En caso de que uno de los integrantes no pueda asistir a la prueba presencial HYROX, se permitirá que el otro realice la prueba individualmente, aplicándose la penalización correspondiente que establezca la organización.

8. Normas de seguridad

Se aplicarán las normas habituales de uso y seguridad de cada Box, salvo que el Staff del Txapel comunique expresamente alguna modificación para una prueba concreta.

06 · SISTEMA DE PUNTUACIÓN

Cada WOD otorgará una clasificación independiente que determinará la puntuación de cada pareja.

La suma de los resultados de las diferentes pruebas establecerá la clasificación general de cada categoría y determinará las parejas que competirán en la gran final.

WOD	PUNTOS
WOD 1	100 pts
WOD 2	100 pts
WOD 3	100 pts
WOD 4	100 pts
FINAL	200 pts
TOTAL	**600 PTS**

07 · LA GRAN FINAL 🏆

Las parejas clasificadas se enfrentarán en una jornada presencial en la que se decidirá quién consigue hacerse con la Txapela de esta 9.ª edición.

Una última oportunidad para demostrar todo el trabajo realizado durante la competición.

Fuerza, estrategia, resistencia y trabajo en equipo.

¡QUE EMPIECE EL TXAPEL!