

TITANES FITNESS

LINEAMIENTOS PARA COMPETIDORES

PRESENTACIÓN PERSONAL

Ropa y calzado deportivos, preferiblemente ajustada al cuerpo que permita tener libertad en los rangos de movimiento, prendas en tren superior e inferior. Los deportistas que no usen prendas deportivas serán causal de descalificación en el momento de la competencia.

Eviten usar joyería que obstaculice la libertad de movimiento o cohíba su buen desempeño.

PREPARACIÓN ANTES DE LA COMPETENCIA

Requerimientos técnicos de participación

- **Hardware:** Cámara HD, PC o laptop corei5 1.8 MHz o equivalente con micrófono, enlace a internet de MINIMO 5 Mbps de subida. Si la transmisión se realiza por Smartphone asegurar la mejor configuración; cámara en HD o FHD. 1080px a 30 fps o en lo posible a 60 fps.
 - Se recomienda conectar speakers/parlantes para escuchar adecuadamente las indicaciones de los jueces.
- Si existe la facilidad de conectarse por cable ethernet directamente del router evitará fluctuaciones o cortes en el internet y por ende en su transmisión en vivo, haga lo posible por mantener una conexión estable.
- **Software:** App Zoom, cualquier navegador Web (Chrome, Firefox, Edge) y WhatsApp.
- **Escenario físico e Iluminación:** Escenario suficiente para ejecutar las pruebas con abundante luz preferiblemente natural. Evitar contraluz: nada de luces detrás de los competidores, únicamente en la parte superior del escenario.
- **Transmisión en vivo:**
 - La cámara debe estar en posición Horizontal, y justo al frente de los competidores, posicionada a una altura de 1,5 mts del suelo.

- El encuadre no debe estar muy alejado ya que se perderían detalles en la ejecución de los ejercicios, debe asegurar que durante la prueba siempre se debe mostrar todo el cuerpo dentro de la visual de la cámara.
- Compruebe que no tenga otras aplicaciones abiertas en el pc o dispositivo móvil que puedan interrumpir la transmisión en vivo.
- La cámara no se debe mover en ningún momento de la presentación.
- Asegúrese de tener la mejor configuración en su cuenta de zoom para que le dé la mejor calidad en HD de video y sonido.
- Tenga en cuenta que en el momento de la prueba no deben aparecer mascotas ni otras personas frente a la cámara, esto le provocará repeticiones invalidas en la ejecución de la Prueba.
- **Otro:** Se recomienda tener una persona de apoyo a la hora de la transmisión en vivo, que se encargue de los parámetros técnicos mencionados, ya que los competidores deben enfocarse en su competición.
- **Prueba de campo:** Los competidores deben realizar antes de la competencia una simulación de su presentación, teniendo en cuenta los requerimientos técnicos anteriormente fijados (en especial la conectividad y velocidad del internet), de esta manera asegurar su excelente participación, ya que debido a fallos técnicos pueden ser descalificados de la competencia.

PROCEDIMIENTOS EL DIA DE LA COMPETENCIA

- El día previo a la competencia los equipos recibirán un comunicado por parte de la organización del evento, enviando los accesos de ingreso al coliseo virtual (App zoom).
- **Momento de participación:** 15 minutos previos a la competición, los equipos deben estar listos para la competencia en video - llamada de Zoom. Si el equipo no se encuentra en la video llamada 5 minutos antes de iniciar la competencia quedará automáticamente descalificado.
- Una vez ingresados los equipos en zoom van a estar ubicados en *sala de preparación*, allí se les guiará en los tiempos y horario de participación.
- Para autorizar el ingreso a la sala de zoom su cuenta debe estar identificada con el nombre del gimnasio/escuela/club/box el cual representan.
- Luego de la *sala de preparación*, será ingresado a la sala principal de zoom (*Área de competencia*) allí debe mantener la cámara y el micrófono apagado hasta el momento de la presentación de la prueba, donde va a ser guiado por las indicaciones del juez.

El protocolo en la presentación de la Prueba

1. Una vez se encuentre en la *sala de preparación* de zoom recibirá las indicaciones previas a su presentación.
2. El equipo será transferido al *Área de competencia* donde realizará la ejecución de las pruebas. Estando allí el juez central le indicará: Equipo por favor encienda su cámara y su micrófono y espere los comandos para iniciar.

3. Para dar inicio a la prueba el juez dará las indicaciones de inicio y finalización del ejercicio para cada uno de los competidores “competidor preparado, en 5, 4, 3, 2, 1 INICIA” – “5, 4, 3, 2, 1 TERMINA”
4. Durante la Prueba el juez realizará el conteo de cada repetición válida, también indicará la entrada del siguiente competidor.
5. El juez central les dará las indicaciones de espera y recepción de los resultados. En ese momento quedaran en posición cómoda esperando la lectura de su nota final y avance o no a la siguiente ronda de eliminación.

DESCALIFICACIÓN

Si por alguna situación durante las pruebas el equipo presenta fallas en la transmisión, se le asignará un tiempo de 5 minutos para que pueda solucionar su situación técnica y la oportunidad que se presente nuevamente, si el fallo persiste luego del tiempo asignado el equipo quedará descalificado.

CONSEJOS

Haga una prueba piloto precompetitiva donde evidencie:

- Que nunca saldrá de la visual de la cámara, es decir todo su cuerpo debe verse por completo en el momento de la ejecución de las pruebas.
- Que la cámara esté lista y quieta, teniendo en cuenta los parámetros indicados.
- Que preferiblemente contará con una persona de apoyo técnico en el momento de ejecutar las pruebas, la cual encenderá la cámara y el micrófono en el momento de su llamado a presentarse.
- Que no tendrá contra luz, ya que esto va a hacer que reciba deducciones en las pruebas (repeticiones invalidas).
- Que la calidad del internet en su lugar de transmisión será el óptimo evidenciando fluidez, calidad y cero intermitencias.
- Que la configuración de su dispositivo smartphone o laptop, sea la de mayor calidad garantizando la mejor definición y fluidez en la transmisión.

Tenga en cuenta cada uno de los videos demostrativos de los ejercicios, ya que la ejecución técnica correcta le garantizará mejor puntuación, evitando un mayor desgaste físico en repeticiones INVALIDAS. Optimice los resultados de su equipo entrenando correctamente.

¡BIENVENIDOS A LA COMUNIDAD TITANES FITNESS!



Wcompetition