



CATEGORÍAS Y PARÁMETROS OFICIALES

Documento público de divisiones, pesos y distancias referenciales

5 de diciembre de 2026 – Club Colmito, Concón

CATEGORÍAS Y PARÁMETROS OFICIALES

Documento público de divisiones, pesos y distancias referenciales

5 de diciembre de 2026 - Club Colmito, Concon, Chile

Documento oficial

Los pesos incluidos son una base referencial temporal basada en parámetros usados por competencias híbridas nacionales similares. Hybrid Games podrá ajustarlos antes de la publicación final según equipamiento disponible, seguridad, nivel de inscritos y layout definitivo.

Descripción de categorías

PRO

División de mayor exigencia. Orientada a atletas avanzados, con experiencia en competencias híbridas, alto nivel de running, fuerza y tolerancia al trabajo bajo fatiga.

Parámetros referenciales PRO

Workout	PRO Hombres	PRO Mujeres	PRO Mixta
Run	800 m	800 m	800 m
Ski	1000 m	1000 m	1000 m
Sled Push	200 kg	150 kg	150 kg
Sled Pull	150 kg	100 kg	100 kg
Burpee Broad Jump	80 m	80 m	80 m
Row	1000 m	1000 m	1000 m
Farmer Carry	2 x 32 kg	2 x 24 kg	2 x 24 kg
Sandbag Lunges	30 kg	20 kg	20 kg
Wall Balls	100 reps / 9 kg	100 reps / 6 kg	100 reps / 6 kg

Amateur

División intermedia. Pensada para atletas que entrenan de forma regular, conocen movimientos funcionales y buscan competir con cargas y exigencias accesibles pero desafiantes.

Parámetros referenciales Amateur

Workout	Amateur Hombres	Amateur Mujeres	Amateur Mixta
Run	800 m	800 m	800 m
Ski	1000 m	1000 m	1000 m
Sled Push	150 kg	100 kg	100 kg
Sled Pull	100 kg	75 kg	75 kg
Burpee Broad Jump	80 m	80 m	80 m
Row	1000 m	1000 m	1000 m
Farmer Carry	2 x 24 kg	2 x 16 kg	2 x 16 kg
Sandbag Lunges	20 kg	10 kg	10 kg
Wall Balls	100 reps / 6 kg	100 reps / 3 kg	100 reps / 3 kg

Beginner

División de entrada. Diseñada para atletas que quieren vivir su primera experiencia híbrida competitiva. El foco está en participación, seguridad, aprendizaje y desafío personal.

Parámetros referenciales Beginner

Workout	Beginner Hombres	Beginner Mujeres	Beginner Mixta
Run	800 m	800 m	800 m
Ski	1000 m	1000 m	1000 m
Sled Push	100 kg	70 kg	70 kg
Sled Pull	70 kg	40 kg	40 kg
Burpee Broad Jump	80 m	80 m	80 m
Row	1000 m	1000 m	1000 m
Farmer Carry	2 x 24 kg	2 x 16 kg	2 x 16 kg
Sandbag Lunges	20 kg	10 kg	10 kg
Wall Balls	100 reps / 6 kg	100 reps / 3 kg	100 reps / 3 kg

Criterios de apertura de categorías

La organización podrá fusionar, abrir o ajustar categorías según cantidad de inscritos. En caso de baja participación en una división, se comunicará oportunamente cualquier integración con otra categoría compatible.