



REGLAMENTO
LIGA OCR CANARIA
2026

**LA META
ES TU
SUPERACIÓN**





ÍNDICE:

- 1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS**
- 2. CORREDORES**
- 3. CATEGORÍAS Y NORMATIVA**
 - I. DESCRIPCIÓN CATEGORÍAS**
 - a. categoría Élite
 - b. categoría Pre-élite
 - c. categoría Popular
 - II. DESGLOSE DE CATEGORÍAS Y NORMATIVA**
- 4. CUOTA DE INSCRIPCIÓN CORREDORES Y PREMIOS**
- 5. SISTEMA DE PUNTUACIÓN**
 - I. Distancia**
 - II. Empates**
- 6. DERECHOS DE IMAGEN**
- 7. FUERZA MAYOR**
- 8. NORMAS DE CONVIVENCIA**
- 9. ENTREGA DE PREMIOS**



1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

Recordamos que LIGA OCR CANARIA es una asociación independiente sin ánimo de lucro, constituida para la regulación y promoción de las Carreras OCR en Canarias.

Su objetivo es fomentar este deporte tanto en la vertiente competitiva como recreativa, apoyando a Corredores, Organizadores de eventos y Clubs (pilares COC), desde 2022.

LIGA OCR CANARIA no Organiza ninguna de las pruebas directamente, pero si supervisamos que cumplan con unos mínimos para que esta competición sea lo más justa posible.

Objetivos para 2026:

- Crear una liga competitiva y justa.
- Fomentar los pilares COC
- Establecer una estructura sostenible con un reglamento claro para lograr el reconocimiento deportivo oficial.

Este documento marca el Reglamento de LIGA OCR CANARIA 2026 para los corredores, con las normas de la Competición.

2. CORREDORES

- Los corredores de LIGA OCR CANARIA, solo se deben inscribir de manera individual, independientemente de esto, el ORGANIZADOR se reserva el derecho de que ese atleta pueda formar parejas o equipos dentro de su evento, y que pueda optar a los podiums en dichas categorías.
- Los corredores deberán ser mayores de edad, o menores a partir de 16 años con autorización paterna (*).
- Los puntos solo podrán recibirse si el corredor está inscrito en LIGA OCR CANARIA antes del evento, y para la categoría en la que se dio de alta (siempre que sea antes del lunes previo a competición).
- Los corredores inscritos en LIGA OCR CANARIA, se comprometen a permanecer toda la temporada en la misma.
- Los corredores solo se pueden inscribir en una categoría de LIGA OCR CANARIA, podrán pedir el cambio a otra categoría solo hasta la 3ª Carrera del calendario y de manera definitiva (vía e-mail a info@ligaocrcanaria.es), perdiendo la puntuación de las carreras disputadas. El tratamiento para la fecha límite de cambio, será como si fuese una nueva inscripción, es decir, antes del lunes de la carrera.
- Los corredores tienen que poner el dorsal de LIGA OCR CANARIA al formalizar la inscripción en la carrera, en caso contrario, no puntuarán en la misma.

(*) Los menores solo puntuarán en aquellas carreras donde el ORGANIZADOR permita su inscripción.



3. CATEGORIAS Y NORMATIVA

I. DESCRIPCIÓN DE CATEGORIAS

a. Categoría Élite (Liga OCR Canaria)

La categoría elite es el máximo nivel competitivo dentro de LIGA OCR CANARIA. Los competidores elite deben superar los obstáculos con las oportunidades que determine el organizador.

La categoría elite representa el máximo exponente competitivo en las carreras de obstáculos.

b. Categoría Pre-Elite (Liga OCR Canaria)

En la categoría pre-élite, los participantes se enfrentan a los mismos obstáculos que los de la categoría elite. La única diferencia respecto a la categoría elite radica en que los competidores en pre-élite cuentan con dos oportunidades adicionales durante toda la carrera respecto de los participantes elite. Y si el organizador lo considerase oportuno, podrá adaptar algún agarre o normativa a esta categoría, con el objetivo de adecuarla al nivel pre-elite.

La categoría pre-élite es ideal para quienes buscan avanzar hacia el máximo nivel competitivo sin las restricciones más rigurosas de la categoría elite.

c. Categoría Popular (Liga OCR Canaria)

En la categoría popular, los participantes enfrentan un recorrido que puede incluir obstáculos distintos a los de las categorías superiores. Estos suelen ser menos exigentes, diseñados para garantizar que cualquier persona pueda disfrutar de la experiencia. Además, en esta categoría está permitido recibir ayuda de otros participantes.

Aunque mantiene un carácter accesible, los inscritos en la Liga son los corredores más competitivos, es por ello por lo que los animamos a retarse y a dar lo mejor de sí mismos.

d. Categoría Club (Liga OCR Canaria)

La categoría Club se define para todas las categorías de la misma forma, es decir, un grupo de Corredores que pertenecen a un Club OCR, un Gimnasio, o un grupo de Corredores Organizados entorno al mundo de las OCR, con un nombre de equipo para toda la temporada y una equipación reconocible de equipo, que debe de estar en la inscripción de cada corredor o corredora.

Para poder puntuar en cualquiera de las categorías, es necesaria la participación de una persona del sexo contrario y en todos en la misma categoría (ej: 2 categoría femenina elite + 1 categoría masculina elite). De no ser así, no podrán puntuar en dicha categoría.

*Las competiciones sin carrera a pie, "solo obstáculos", tendrán tres modalidades adaptadas al nivel de cada categoría: Elite, pre-elite, popular, por lo que no se usará el sistema de pulseras.

II. DESGLOSE DE CATEGORIAS Y NORMATIVA

- Las categorías que participan en LIGA OCR CANARIA son las siguientes:



- Élite Masculino y Femenino
- Pre-Élite Masculino y femenino
- Popular Masculino y Femenino
- Clubes Élite, clubes Pre-Élite, clubes populares

Descripción normativa por categoría:

CATEGORIA	NORMATIVA	PENALIZACIÓN
ÉLITE	En función del Organizador	En función del Organizador
PRE – ÉLITE	En función del Organizador	En función del Organizador
POPULAR	POPULAR	POPULAR
CLUBS	La propia de la categoría	La propia de la categoría

(*) El número de pulseras por categoría y sexo dependerá del organizador.

(**) La categoría popular debe salir en la Tanda Liga, no hacerlo conlleva la no puntuación en la carrera.

4. CUOTA DE INSCRIPCIÓN CORREDORES Y PREMIOS

- La cuota de inscripción de los corredores es de 20€ anuales (coste plataforma incluida).
- La inscripción se realizará por la plataforma que estará disponible en la WEB de LIGA OCR CANARIA a partir del 1 de enero de 2026 en <https://ligaocrcanaria.es>
- Se podrán inscribir durante todo el periodo de LIGA OCR CANARIA, solo puntuando para las carreras siguientes a la fecha de la inscripción (*)

(*) La primera carrera en puntuar será la siguiente, siempre y cuando dicha inscripción se formalice antes del lunes anterior a la celebración de la carrera

Cada corredor al inscribirse tendrá acceso a:

- *Dorsal LIGA OCR CANARIA*
 - LIGA OCR CANARIA asignará números de dorsales aleatorios según el orden de recepción de la inscripción cedidos por OCRA ESPAÑA, manteniendo a los atletas ya inscritos, el dorsal asignado en OCRA ESPAÑA y que deberán de informar en la inscripción.
 - Los atletas que en el futuro quieran pertenecer a OCRA ESPAÑA se les respetará el dorsal asignado por LIGA OCR CANARIA. Para ello, autorizan que LIGA OCR CANARIA, pueda intercambiar información a OCRA ESPAÑA.
 - En el Caso de Populares, tendrán un identificativo de LIGA OCR CANARIA

(*) Los dorsales que permanezcan sin uso durante un período de 1 año —es decir, un año sin inscribirse en la LIGA OCR CANARIA— quedarán disponibles para ser asignados a otro corredor. En caso de que no hayan sido reasignados, el titular original podrá solicitar su recuperación. Si el dorsal ya hubiese sido asignado a un nuevo corredor, se otorgará uno nuevo al solicitante.



- **Clasificación**

- Después de la publicación de las clasificaciones, se abrirá un periodo de solicitud de corrección de incidencias de 3 días naturales después de la publicación de estas, las clasificaciones están basadas sobre los datos oficiales de la carrera.
- El Organizador del evento es el responsable de la clasificación, así como del correcto funcionamiento del cronometraje. Cualquier incidencia técnica debe de ser resuelta por ellos, y en caso de que no se pueda hacer una clasificación oficial de dicha carrera, se pondrán puntos “0” a todos los participantes (caso extremo).

- Premios asignados según categoría y pendiente de definir en función de los ingresos (*)
- Inscripción gratuita 2026 (cedida por los organizadores que participaron en Liga OCR Canaria 2025) como ganadores de la temporada 2025 (**). Con la siguiente estructura (***)

CATEGORIA	INSCRIPCIÓN GRATUITA 2025
ELITE	PODIUM
PRE – ELITE	PODIUM
POPULAR	PODIUM

(*) Todo el dinero recaudado tanto por parte de los organizadores como resultado de las inscripciones será destinado a premios, trofeos, actividad marketing y comunicación y si fuera necesaria alguna otra inversión para la mejora del desarrollo de esta competición y gastos de desplazamientos si fuera necesario.

(**) En caso de que un Organizador tenga 2 o más carreras, cederá 1 “sola” inscripción para sus carreras, el Corredor deberá elegir en cuál de ellas quiere participar en la temporada siguiente (si están en LIGA OCR CANARIA). En caso, de tener dos carreras en la temporada siguiente el Organizador, pero solo una en LIGA OCR CANARIA, la inscripción será para la que esté dentro del circuito de LIGA OCR CANARIA.

(***) Las inscripciones son cedidas por los organizadores, y serán ellos quien las tengan que ceder para la carrera del año siguiente, independientemente de si dicha carrera sigue en LIGA OCR CANARIA o no. LIGA OCR CANARIA, no será responsable en caso de que no cumplimiento, ya que es una cesión de los ORGANIZADORES.

(****) Todos los premios cedidos por empresas que quieran colaborar con LIGA OCR CANARIA, serán entregados en la ceremonia, pero en nombre de ellos, no son premios directos de la LIGA. Sino colaboraciones de empresas.

5. SISTEMA DE PUNTUACIÓN

I. Distancia

Solo puntuarán las distancias más largas de cada evento de las categorías indicadas en el apartado anterior.



Exceptuando la carrera 1&1, que volverá a puntuar en LIGA OCR CANARIA con su formato de parejas, en su modalidad larga. En este sentido solo las parejas femeninas y masculinas puntuarán, quedando excluidas las mixtas. No es necesario que ambos componentes de la pareja estén inscritos en Liga OCR Canaria para puntuar.

El sistema de puntuación será el siguiente:

1º	100	6º	79
2º	92	7º	78
3º	86	8º	77
4º	82	9º	76
5º	80	10º	-1

(*) CLUBS: Se tendrán en cuenta máximo los 3 mejores resultados de cada carrera, entre los cuales uno de ellos deberá ser obligatoriamente del sexo opuesto (es decir, dos masculinos + 1 femenino, o dos femeninos + 1 masculino).

(**) COMBO LIGA: el combo LIGA OCR CANARIA dará +10 puntos adicionales (con pulsera) al corredor/a que lo pase (solo categoría POPULAR).

- El número de Carreras puntuables para la Temporada 2026, se designará una vez esté aprobado y confirmado el calendario de Carreras por todos los Organizadores (nº de carreras que suman para puntuación)

(*) En caso de disputar mayor número de carreras al necesario, y en beneficio del corredor, se estimarán los mejores tiempos, eliminando sus peores puntuaciones.

- Todas las reclamaciones deben de hacerse con los responsables del evento, en el plazo y forma que estos estipulan. LIGA OCR CANARIA toma como base para las clasificaciones la oficial de la carrera.

II. Empates

Para deshacer los posibles empates se establece el siguiente criterio, se priorizará según número de victorias, segundos puestos, y así sucesivamente

6. DERECHOS DE IMAGEN

- Al inscribirse en LIGA OCR CANARIA, el Corredor, cede sus Derechos de Imagen de las carreras del circuito de LIGA OCR CANARIA, para su uso en RRSS, TV y cualquier medio de difusión.
- La inscripción supone la autorización para la cesión de datos como el nombre completo, sexo y DNI a los organizadores que formen LIGA OCR CANARIA, así como OCRA ESPAÑA, para la realización de listados y clasificaciones de las pruebas, expresando la prohibición de ceder los datos a terceros.
- De conformidad con lo establecido en la L.O. 15/1999, de 13 de diciembre de Protección de Datos de Carácter Personal, se informa que la participación en la prueba implica el consentimiento para la incorporación de los datos personales facilitados al fichero automatizado existente para los organizadores. La finalidad de este fichero es el



tratamiento para la gestión y desarrollo de la mencionada prueba, así como en los campeonatos que se haya acogida dicha prueba.

- 6. DERECHOS DE IMAGEN Y PROTECCIÓN DE DATOS

6.1. Derechos de imagen

- La inscripción en la LIGA OCR CANARIA implica la autorización expresa y gratuita para la captación y uso de la imagen de la persona Corredora (fotografías, vídeos y retransmisiones) durante las pruebas del circuito, con fines informativos y promocionales relacionados con la competición.
- Dichas imágenes podrán ser utilizadas por la LIGA OCR CANARIA y por los organizadores de las pruebas en cualquier medio de comunicación, con ámbito territorial mundial y duración indefinida, sin derecho a compensación económica.
- Las personas que no deseen la utilización identificable de su imagen podrán comunicarlo por escrito a la organización, valorándose, en la medida de lo posible, alternativas que eviten su identificación.

6.2. Cesión de datos

- La inscripción autoriza la cesión de los datos personales estrictamente necesarios (identificativos y deportivos) a los organizadores de las pruebas, a OCRA ESPAÑA y a otras entidades federativas vinculadas a la gestión de clasificaciones, rankings y campeonatos oficiales.
- Los datos se utilizarán exclusivamente para la gestión de la competición, elaboración de listados, clasificaciones, rankings y estadísticas deportivas. No se cederán datos a terceros ajenos, salvo obligación legal.

6.3. Protección de datos personales

- De conformidad con el RGPD y la LOPDGDD, la LIGA OCR CANARIA es la responsable del tratamiento de los datos personales, que serán utilizados para la gestión de la inscripción, participación, resultados, comunicaciones relacionadas con la competición y difusión de información deportiva.
- La base legal del tratamiento es la ejecución de la inscripción, el consentimiento otorgado y el cumplimiento de obligaciones legales. Los datos se conservarán durante el tiempo necesario para la gestión de la competición y las responsabilidades legales o deportivas correspondientes.
- La persona Corredora podrá ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación y portabilidad, así como retirar su consentimiento, mediante solicitud escrita a la organización, y podrá presentar reclamación ante la Agencia Española de Protección de Datos.



7. FUERZA MAYOR

En caso de que una prueba no se celebre por Fuerza Mayor, quedará en suspenso hasta que el Organizador realice el evento. En caso de no celebrarse, dicho evento no sumará para la realización de la media de puntuación de LIGA OCR CANARIA. No se sumarán puntos, ni contará el evento como nº de carreras.

8. NORMAS DE CONVIVENCIA

LIGA OCR CANARIAS, es una organización que fomenta el desarrollo de las Carreras de Obstáculos junto con los Organizadores de los eventos, y para ello, se solicita a los Corredores de LIGA OCR CANARIAS, lo siguiente:

- Compañerismo y respeto entre Corredores
- Respeto a Voluntarios y Marshall en las pruebas (sin ellos esto no sería posible)
- Debido uso de las estructuras y normas de la Carrera

No respetar los puntos anteriores conlleva sanciones, siendo estas leves o graves (*):

- Tres sanciones leves = Descalificación de LIGA OCR CANARIA
- Un Sanción grave = Descalificación de LIGA OCR CANARIA

(*) Estas sanciones se verán junto con los Organizadores del Evento, y se determinará el grado de esta.

En estos casos, el corredor no tendrá derecho a reembolso alguno.

9. ENTREGA DE PREMIOS

Los ganadores para poder consolidar el premio deben asistir obligatoriamente a la ceremonia de entrega de premios.

En caso de no poder asistir, deberán asignar un representante para la entrega de este. En caso de que no se asigne a nadie, y no se dé una alternativa por parte del ganador, se declarará desierto.

(*) si la alternativa conlleva gastos de mensajería, estos serán a cargo del ganador.

LIGA OCR CANARIA

