



## GUIA DO ATLETA

**LX GAMES**  
LISBOA



Olá Atleta,  
Parabéns e bem-vinda/o aos Lx Games 2025.

Obrigada/o por fazeres parte desta aventura connosco.  
Estamos certos que, juntos, vamos fazer desta, uma edição muito especial,  
recheada de superação, onde o foco serás tu!

Pretendemos proporcionar-te um teste de condicionamento físico mais completo e  
divertido possível.

O nosso principal objetivo é que os mais de 400 atletas, os mais de 100 elementos  
da organização envolvidos (staff, juizes e voluntários) e todos os espectadores  
tenham a melhor experiência possível.

Procuramos que os Lx Games sejam um momento de partilha entre atletas,  
afiliados, parceiros, voluntários e todos os fãs de Crossfit.

Queremos colocar Lisboa no mapa da nossa comunidade e deixar uma marca.

Tudo isto foi projetado para te proporcionar a melhor experiência de competição  
possível com uma boa dose de entretenimento e com zonas para espectadores.

Portanto, reserva algum tempo para ler, atentamente, as informações seguintes para  
que o evento ocorra sem problemas e a que a tua experiência seja ótima.



## Check-in e Dia 1 da competição:

**17 Outubro**

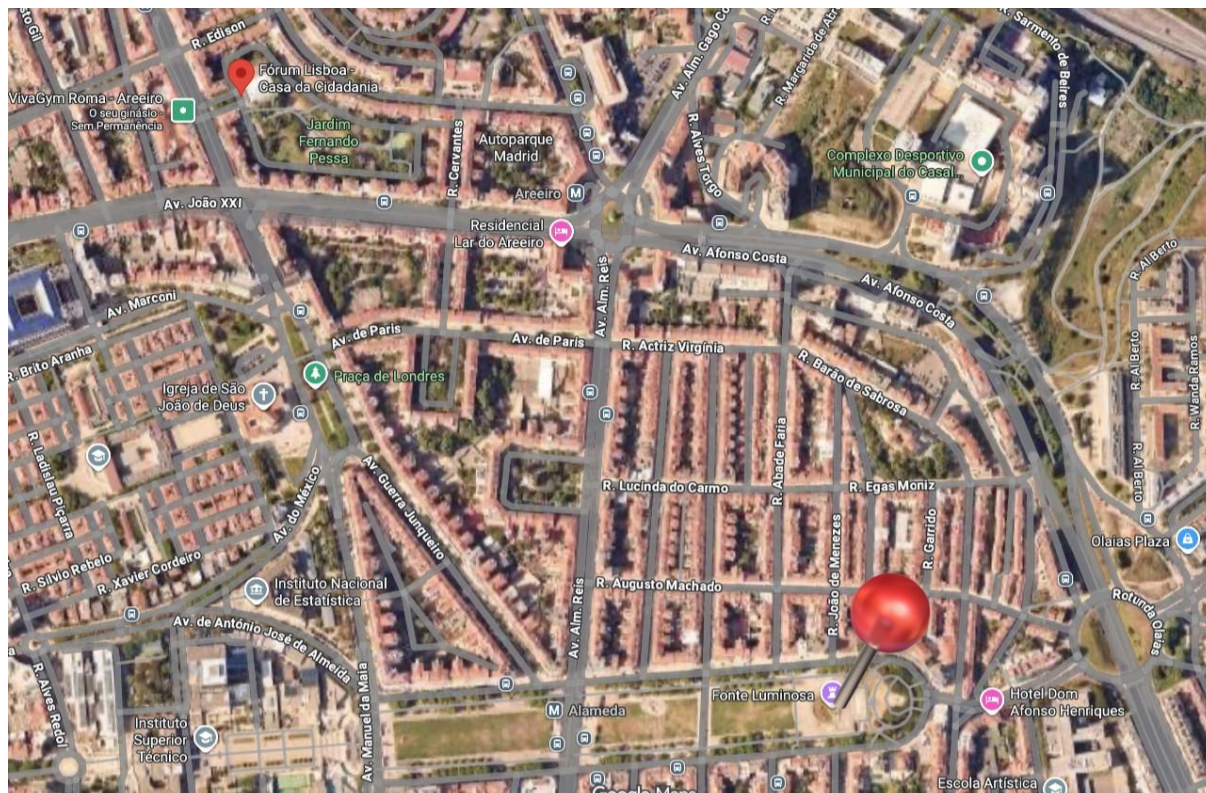
12h00 –Check-in

17h00 - Competição

Fonte luminosa

Alameda Dom Afonso Henriques

1900-221 Lisboa



É obrigatório a presença de todos os atletas individuais e pelo menos, o capitão de equipa.

**Todos os atletas deverão apresentar o Cartão de Cidadão ou respetivo documento de identificação válido.**

O capitão de equipa poderá responsabilizar-se pelo check-in da sua equipa, no entanto deverá apresentar a cópia da identificação válida de todos os elementos da sua equipa.

O **briefing** geral do evento e do 1º WOD será no local do check-in às 16h00.

O **WOD 1** está disponível nas nossas redes sociais **@lxgameslisboa**, **[www.lxgames.pt](http://www.lxgames.pt)** e na aplicação ou site **Wodbuster Arena**.





## Dia 2 e 3 da competição:

**18 e 19 Outubro**

08h40- Início da competição

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso

Rua João da Silva 20

1900-271 Lisboa



Os **WOD's** do dia 2 e 3 estarão disponíveis na nossa rede social **@lxgameslisboa**, em [www.lxgames.pt](http://www.lxgames.pt) e na aplicação ou site **Wodbuster Arena**. (exceto o Wod da final )

Os **heats** do dia serão anunciados em [wodbuster.com](http://wodbuster.com) ou na aplicação **Wodbuster Arena** no final do WOD anterior.

**Horários:****Sexta-feira:**

- 08:00 Chegada de staff e vendors.
- 12:00 Abertura de Check-in.
- 16:00 Briefings Wod 1 e evento.
- 17:00 Fecho de Check-in.
- 17:00 Início da competição.
- 21:45 Fim do 1º dia de competição.

**Sábado:**

- 08:00 Chegada de staff e vendors.
- 08:10 Abertura de portas **só** para atletas.
- 08:30 Abertura para espectadores.
- 08:40 Inicio da competição.
- 20:00 Fim do 2º dia de competição.
- 20:30 Show Gustavo Cunha

**Domingo:**

- 08:00 Chegada de staff e vendors.
- 08:10 Abertura de portas **só** para atletas.
- 08:30 Abertura para espectadores.
- 08:40 Inicio da competição.
- 18:30 Cerimônia de entrega de prémios.

**\*\*\*A programação diária está sujeita a alterações\*\*\***



## Como chegar:

### Metropolitano de Lisboa:

Estação de metro: **Alameda / linha vermelha** (Check-in e 1º dia)

Estação do metro: **Areeiro / linha verde** (2º e 3º dia)

### Carris:

Bus: 206 / 208 / 708 / 718 / 49B (Check-in e 1º dia)

Bus: 49B / 730 / 756 / 793 (2º e 3º dia)

### Parque de estacionamento:

Disponível na Fonte luminosa em parque exterior EMEL pago.

Disponível no Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso em parque EMEL gratuito ao fim de semana.

## DIRETRIZES PARA ATLETAS

### Zona de Briefing

- Os briefings serão feitos na área assinalada para o mesmo efeito.
- A esta área só é permitido o acesso de atletas credenciados, juízes e elementos da organização e staff.
- Os treinadores não são permitidos nesta área.
- Os atletas deverão apresentar as suas credenciais para ingressar nesta zona.
- Os atletas devem usar a área de aquecimento conforme o horário disponível na sua zona de atleta, na app Wodbuster Arena ou informação do Staff responsável pela área.
- Quaisquer outros profissionais de terapia pessoal ou comitiva de atletas são considerados espectadores de entrada geral e não será permitido o seu acesso às áreas de aquecimento ou áreas de acesso restrito a atletas.



### **Zona de aquecimento:**

- Somente atletas credenciados serão permitidos na área de aquecimento.
- Os treinadores não são permitidos nesta área.
- Os atletas deverão apresentar as suas credenciais para ingressar nesta zona.
- Os atletas devem usar a área de aquecimento conforme o horário informado na sua zona de atleta, na app Wodbuster Arena ou informação do Staff responsável pela área.
- Quaisquer outros profissionais de terapia pessoal ou comitiva de atletas são considerados espectadores de entrada geral e não será permitido o seu acesso às áreas de aquecimento ou áreas de acesso restrito a atletas.

### **Arena:**

- Os atletas serão levados do aquecimento aos corrais por um membro do staff.
- Somente atletas credenciados serão permitidos na arena.
- Os treinadores não são permitidos nesta área.
- Os atletas deverão apresentar as suas credenciais para ingressar nesta zona.
- Quaisquer outros profissionais de terapia pessoal, equipas de media ou comitiva de atletas são considerados espectadores de entrada geral e não será permitido o seu acesso à arena.

### **Zona de Arrefecimento**

- Ao longo do fim-de-semana haverá, à disposição dos atletas, uma área reservada para poderem recuperar e descansar.
- Nesta área estará localizada uma área de serviço de massagem e osteopatia (equipa da Compex e TEC Physio).
- Somente atletas credenciados serão permitidos nesta área.
- Os treinadores não são permitidos nesta área.
- Os atletas deverão apresentar as suas credenciais para ingressar nesta zona.
- Quaisquer outros profissionais de terapia pessoal, equipas de media ou comitiva de atletas são considerados espectadores de entrada geral e não será permitido o seu acesso à zona de arrefecimento.





## AJUIZAMENTO

### Scorecards:

- Todos os atletas receberão os Scorecards nos corrais antes de cada Wod. O Scorecard deverá ser entregue ao Juiz atribuído, imediatamente, após a entrada do atleta em pista. Caso cheguem à pista sem o respetivo Scorecard não terão pontuação.

### Reclamações:

- A reclamação deverá ser processada através de WOD BUSTER ARENA. Dentro da app/ as minhas competições / zona atleta / “reclamações” poderão processá-la/s.
- NENHUMA reclamação que não tenha sido processada através da plataforma WODBUSTER ARENA será ouvida nem processada. Os atletas terão um tempo limite de 30 min desde que seja publicada a pontuação de cada WOD para fazer essa reclamação exceto no WOD da final, que será de 15 min. Passado este tempo, nenhuma reclamação será atendida.
- A reclamação terá, obrigatoriamente, de ter anexado um vídeo ou link com o WOD, sem edição ou cortes. O WOD será revisto na totalidade e não apenas na parte correspondente à reclamação.
- As reclamações que se considerem falsas, sem fundamento ou realizadas com a intenção de afetar o processo, poderão levar a que se restrinja a capacidade de fazer futuras reclamações para o utilizador implicado, além de uma penalização de -25 pontos na classificação geral.

### Penalizações:

- Serão adicionados 10 segundos ao tempo total (FOR TIME) ou retiradas 3 repetições (AMRAP) por:
  - Partidas antes do tempo;
  - Invadir de forma consciente as pistas laterais, seja pelos atletas ou pelo seu material;
  - Largar DB ou KB acima da linha de cintura.
- Será atribuída penalização de WOD NULO caso o atleta utilize material de uma pista que não lhe foi atribuída. As penalizações serão registadas diretamente pelo juiz no Scorecard, no local correspondente





– a contabilização será feita pela equipa de Scoring. O atleta será informado antes de assinar.

## Execução de Movimentos

- Todas as repetições são realizadas com os atletas virados para o público exceto nos movimentos em que o exercício, ou flow do WOD, não o permita, sendo os atletas brifados previamente sobre os mesmos.
- Não é permitido deixar cair o material do WOD para trás das costas após a execução do movimento, tornando essa repetição inválida, salvo se as características do WOD assim o exigirem (ex. slam ball over the shoulder).
- Não é permitido executar o WOD descalço, salvo em situações que assim o determinem (ex. natação).
- Não é permitido o uso de acessórios de reforço nas mãos (estafas, luvas, straps ou similares) exceto em movimentos gímnicos na estrutura.

## Exclusão de atletas/equipas

Caso se verifiquem situações de agressões verbais ou físicas entre atletas, ou dos atletas com elementos da equipa de juízes ou staff, os mesmos serão, imediatamente, excluídos do evento.

## Leaderboard

A distribuição dos heats assim como horários dos eventos, WODs e todos os resultados serão apresentados em wodbuster.com ou na aplicação **Wodbuster Arena**.

## Bilheteira

Todos os ingressos de acesso à competição e ao show do Gustavo Cunha podem ser adquiridos em:

- <https://arena.wodbuster.com/entradas.aspx?id=3314>

Os ingressos adquiridos online deverão ser convertidos em pulseira de entrada na tenda LX Games.



Cada bilhete só pode ser apresentado uma vez.

Dependendo da disponibilidade, também poderão ser adquiridos, no local da competição, pulseiras para assistirem ao evento.

### **Código de Conduta**

- Todos os atletas, patrocinadores, fornecedores e espectadores devem ser acreditados e, durante o evento, terão de apresentar a pulseira de identificação oficial correspondente.
- Não são permitidos, nos locais da competição, animais exceto animais de serviço ou assistência.
- É proibido fumar dentro do pavilhão (área de fumadores é na zona exterior).
- As crianças devem estar sempre sobre responsabilidade e vigilância dos pais/educadores.
- São proibidos fogos de artifício e todos os tipos de material pirotécnico.
- As pessoas que não respeitarem as regras de conduta ou as leis em vigor terão o acesso ao evento ou permanência no mesmo negados.
- Qualquer pessoa com comportamento agressivo ou ofensivo será aconselhada a corrigir a sua conduta, caso contrário ser-lhe-á negados o acesso ou permanência na competição.
- Todos os atletas, patrocinadores, expositores e espectadores deverão seguir, em todos os momentos, as instruções da organização e dos voluntários.

### **Redes Sociais Oficiais**

Instagram: @lxgameslisboa

Hastags: #lxgameslisboa #lxgames2025

**Δ Todas as informações disponibilizadas neste documento são complementares às informações constantes no regulamento oficial da Competição.**

**A organização e o Staff do LX Games deseja a todos uma excelente prova!**