



## Comisión Mountain Bike de Puerto Rico Inc.

**TABLA DE MEDIDA Y PESO CATEGORIA CLAYSDALE  
TEMPORADA 2017**

<i>Medida</i>	<i>Peso</i>	<i>Medida</i>	<i>Peso</i>	<i>Medida</i>	<i>Peso</i>
<i>Corredor</i>	<i>Mínimo</i>	<i>Corredor</i>	<i>Mínimo</i>	<i>Corredor</i>	<i>Mínimo</i>
4'-11"	178.7	5'-7"	207.3	6'-3"	239.7
5'-0"	182.1	5'-8"	211.1	6'-4"	242.8
5'-1"	185.6	5'-9"	214.9	6'-5"	246.0
5'-2"	189.1	5'-10"	218.7	6'-6"	249.2
5'-3"	192.6	5'-11"	222.6	6'-7"	255.4
5'-4"	195.2	6'-0"	225.6	6'-8"	264.6
5'-5"	199.9	6'-1"	230.6	6'-9"	269.3
5'-6"	203.6	6'-2"	234.6	6'-10"	272.9

**Revisión Febrero 2017**

- Para ser más precisos se debe utilizar el Índice de Masa Corporal.
- $IMC = \text{Peso} / \text{Estatura al cuadrado}$
- Se debe establecer un índice de masa corporal mayor de 30%.

Eso es alrededor de 25-30 libras sobre el límite mayor de peso por estatura.

## Regla

1. Todo corredor de la categoría de Claysdale se va a pesar y medir según las especificaciones antes mencionadas.
2. El pesaje se va a realizar el día de inicio de temporada en la carpa donde se esté llevando la inscripción.
3. Corredor que no proporcioné el peso pasa a correr la categoría nacional que le corresponde según su edad.
4. Durante la temporada se va a realizar un re pesaje, corredor que no del peso se va a ubicar en la categoría que le corresponde por edad.

Para efecto de punto el corredor se lleva la mitad de los puntos obtenidos al día de la carrera.

La documentación se valida con la "Sports Sciences Association" (2012).  
Revisión 1/2/2017