

Estándares de Pruebas Avanzado Varonil

En este documento se describen las pruebas oficiales de CALIFEST 2026 por categoría, incluyendo su formato, flujo de ejecución, estándares de movimiento, criterios de repetición válida, causales de no rep, sistema de puntuación y reglas específicas.

Cada atleta deberá revisar las pruebas correspondientes a su categoría antes de competir. Los estándares aquí descritos complementan las reglas generales de jueceo, el protocolo de competencia y el reglamento general del evento.

En caso de existir una diferencia entre una regla general y una regla específica de una prueba, prevalecerá la regla específica de la prueba.

Avanzado Varonil

Prueba 1: The Filter 2K26

Participantes

316 atletas

Día de competencia

Viernes 31 de julio

Formato

AMRAP por bloques

Estructura de la prueba

La prueba consiste en acumular la mayor cantidad posible de repeticiones válidas en cuatro elementos:

- 1. 1 minuto de máximo Pull-Ups unbroken con dead stop**
- 2. 20 segundos de descanso**
- 3. 1 minuto de máximo Push-Ups en parallettes con chaleco de 10 kg, unbroken y con dead stop**
- 4. 20 segundos de descanso**

5. **1 minuto de máximo Dips con chaleco de 10 kg, unbroken y con dead stop**
6. **20 segundos de descanso**
7. **1 minuto de máximo Muscle-Ups**

El score será la **sumatoria total de repeticiones válidas** de los cuatro elementos.

Ningún elemento tendrá mayor valor que otro.

Descripción general

The Filter 2K26 es la prueba clasificatoria inicial para los atletas varoniles inscritos en esta etapa.

A partir del resultado obtenido en esta prueba, los atletas serán ubicados de la siguiente manera:

- **Lugares 1 al 100:** clasifican a **Avanzado Varonil**.
- **Lugares 101 al 200:** clasifican a **Intermedio Varonil**.
- **Lugares 201 al 316:** quedan eliminados de la competencia.

Esta prueba también contará como el **primer puntaje oficial** dentro de la categoría a la que el atleta clasifique.

Flujo de ejecución

Al iniciar la cuenta regresiva oficial:

3, 2, 1, tiempo

comenzará a correr el primer bloque de trabajo.

El atleta iniciará en su carril, en su barra, con la **Estructura de Referencia Técnica** previamente colocada.

Bloque 1: Pull-Ups unbroken con dead stop

El atleta tendrá **1 minuto** para realizar el máximo número posible de:

Pull-Ups unbroken con dead stop

A partir de que el atleta se cuelgue de la barra, deberá mantenerse suspendido sin soltarse para continuar acumulando repeticiones.

Antes de cada repetición, deberá marcar al menos **2 segundos en dead hang**.

Cada repetición deberá cumplir con el estándar correspondiente de Pull-Up, manteniendo el control corporal y respetando la **Estructura de Referencia Técnica**.

El AMRAP de este elemento terminará inmediatamente si ocurre cualquiera de las siguientes situaciones:

- El atleta se suelta de una mano.
- El atleta se suelta de ambas manos.
- Los pies hacen contacto con el suelo.
- El atleta abandona la barra.
- Se rompe la continuidad unbroken del elemento.

Si el juez marca una **no rep**, el atleta podrá continuar acumulando repeticiones válidas mientras siga colgado, no haya roto la ejecución unbroken y aún quede tiempo dentro del minuto.

Al terminar el minuto, el atleta deberá detener la ejecución.

Descanso 1: 20 segundos

Al finalizar el primer minuto de trabajo, el atleta tendrá **20 segundos de descanso**.

Durante este descanso podrá avanzar hacia la marca señalada y colocarse correctamente el chaleco de **10 kg** para el siguiente elemento. Si el atleta terminó antes del minuto su ejecución de las Pullups, podrá aprovechar ese tiempo restante para preparar el siguiente elemento, esto aplica en todos los bloques.

El descanso no se extenderá bajo ninguna circunstancia.

Bloque 2: Push-Ups en parallettes con chaleco de 10 kg, unbroken y con dead stop

Al finalizar los 20 segundos de descanso, comenzará el segundo bloque de trabajo.

El atleta tendrá **1 minuto** para realizar el máximo número posible de:

Push-Ups en parallettes con chaleco de 10 kg, unbroken y con dead stop

El atleta no podrá iniciar su ejecución si el chaleco no está colocado de manera ajustada. El juez no tendrá permitido asistirlo.

Cada repetición deberá iniciar desde la posición de brazos bloqueados sobre las parallettes, manteniendo una posición correcta de plank alto.

Antes de cada repetición, el atleta deberá marcar al menos **2 segundos en la posición inicial**, con brazos bloqueados.

Después deberá descender rompiendo claramente los **90 grados** y volver a bloquear completamente los codos para validar la repetición.

El AMRAP de este elemento terminará inmediatamente si ocurre cualquiera de las siguientes situaciones:

- El atleta baja una o ambas rodillas al suelo.
- El atleta retira una mano de la posición de Push-Up o plank alto.
- El atleta sube la cadera de manera notoria y rompe la posición correcta.
- El atleta abandona las parallettes.
- El atleta rompe la continuidad unbroken del elemento.

Si el juez marca una **no rep**, el atleta podrá continuar acumulando repeticiones válidas mientras no haya roto la posición, no haya terminado su AMRAP de ese elemento y aún quede tiempo dentro del minuto.

Regla sobre inicio dentro de cada bloque

En todos los elementos, el atleta podrá decidir iniciar más tarde dentro de su minuto de trabajo.

Es decir, si el tiempo del bloque comienza y el atleta no está listo, podrá consumir parte de ese minuto para descansar, acomodarse o prepararse.

Sin embargo, el tiempo oficial del bloque seguirá corriendo de manera normal.

En cuanto el atleta marque la posición inicial del elemento correspondiente, comenzará su intento para acumular repeticiones.

Esta decisión será parte de la estrategia individual de cada atleta.

Descanso 2: 20 segundos

Al finalizar el minuto de Push-Ups, el atleta tendrá **20 segundos de descanso**.

Durante este descanso podrá avanzar hacia el fondo de su carril, donde se encontrarán las paralelas, y prepararse para el siguiente elemento.

El descanso no se extenderá bajo ninguna circunstancia.

Bloque 3: Dips con chaleco de 10 kg, unbroken y con dead stop

Al finalizar los 20 segundos de descanso, comenzará el tercer bloque de trabajo.

El atleta tendrá **1 minuto** para realizar el máximo número posible de:

Dips con chaleco de 10 kg, unbroken y con dead stop

Cada repetición deberá iniciar desde la posición de brazos bloqueados en paralelas.

Antes de cada repetición, el atleta deberá marcar al menos **2 segundos en la posición inicial**, con codos bloqueados.

Para que la repetición sea válida, el atleta deberá descender de forma clara, rompiendo la alineación de **90 grados** con los codos.

La cadera deberá acompañar el movimiento. Al bajar, la parte superior de la cadera deberá cruzar la altura de la paralela.

La repetición finalizará cuando el atleta vuelva a bloquear completamente los codos en la parte superior.

El AMRAP de este elemento terminará inmediatamente si ocurre cualquiera de las siguientes situaciones:

- El atleta baja los pies al suelo.
- El atleta abandona las paralelas.
- El atleta rompe la posición de soporte.
- El atleta deja de sostener la posición correcta para continuar.
- El atleta rompe la continuidad unbroken del elemento.

Si el juez marca una **no rep**, el atleta podrá continuar acumulando repeticiones válidas mientras no haya roto la ejecución unbroken y aún quede tiempo dentro del minuto.

El atleta también podrá decidir esperar parte de su minuto antes de iniciar, consumiendo tiempo de trabajo como parte de su estrategia.

Descanso 3: 20 segundos

Al finalizar el minuto de Dips, el atleta tendrá **20 segundos de descanso**.

Durante este descanso podrá quitarse el chaleco de 10 kg y avanzar hacia el otro extremo de su carril, regresando a su barra.

El descanso no se extenderá bajo ninguna circunstancia.

Bloque 4: Muscle-Ups

Al finalizar los 20 segundos de descanso, comenzará el cuarto y último bloque de trabajo.

El atleta tendrá **1 minuto** para realizar el máximo número posible de:

Muscle-Ups

En este bloque, los Muscle-Ups **no serán unbroken** y **no tendrán dead stop obligatorio**.

El atleta podrá bajarse de la barra las veces que lo desee y volver a subir mientras aún quede tiempo dentro del minuto.

La **Estructura de Referencia Técnica** seguirá activa durante este bloque.

Cualquier contacto con la Estructura de Referencia Técnica durante una repetición será considerado **no rep**.

Si un atleta no cuenta con este elemento, podrá indicarlo a su juez, firmar su hoja de score y abandonar la zona de competencia siguiendo la ruta indicada por el staff.

La prueba finaliza al cumplirse el minuto de Muscle-Ups.

Sistema de puntuación

El score oficial será la **sumatoria total de repeticiones válidas** acumuladas en los cuatro elementos.

La fórmula de puntuación será:

Pull-Ups + Push-Ups + Dips + Muscle-Ups = Score total

Ejemplo:

- 20 Pull-Ups
- 25 Push-Ups
- 10 Dips
- 5 Muscle-Ups

Score total: **60 repeticiones**

Ningún elemento tendrá mayor valor que otro dentro del score total.

Criterio de desempate

El criterio de desempate solo aplicará en lugares donde exista recorte.

En caso de empate en lugares de corte, se utilizará la siguiente jerarquía de desempate:

1. Mayor número de **Muscle-Ups**.
2. Mayor número de **Dips**.
3. Mayor número de **Pull-Ups**.
4. Mayor número de **Push-Ups**.
5. Mayor peso corporal del atleta.

Si el empate persiste después de revisar los cuatro elementos, clasificará mejor el atleta con mayor peso corporal registrado oficialmente.

Este criterio de desempate aplicará únicamente para posiciones donde el resultado determine clasificación, cambio de categoría o eliminación.

Prueba 2: The Aftermath

Participantes

100 atletas

Día de competencia

Sábado 1 de agosto

Formato

For Time

Time cap

8 minutos

Descripción general

El atleta deberá completar la siguiente prueba en orden:

1. **10 Muscle-Ups**
2. **20 Pull-Ups con chaleco de 10 kg**
3. **25 Push-Ups en parallettes con chaleco de 10 kg**
4. **30 Dips con chaleco de 10 kg**
5. **5 Muscle-Ups**

La prueba finaliza cuando el atleta completa y valida el último Muscle-Up dentro del time cap.

Flujo de ejecución

Al iniciar la cuenta regresiva oficial:

3, 2, 1, tiempo

comenzará a correr el tiempo de la prueba.

El atleta iniciará debajo de su barra, con la **Estructura de Referencia Técnica** previamente colocada, para realizar:

10 Muscle-Ups

Durante este segmento, la Estructura de Referencia Técnica estará activa. Cualquier contacto con la estructura durante una repetición será considerado **no rep.**

Al completar los 10 Muscle-Ups válidos, el atleta deberá colocarse el chaleco de **10 kg** y realizar:

20 Pull-Ups con chaleco de 10 kg

La Estructura de Referencia Técnica continuará activa durante este bloque.

Al completar las 20 Pull-Ups válidas, el atleta avanzará a la marca correspondiente dentro de su carril, donde estarán sus parallettes, y realizará:

25 Push-Ups en parallettes con chaleco de 10 kg

El atleta deberá mantener el chaleco colocado durante todo este segmento.

Al completar las 25 Push-Ups válidas, el atleta avanzará al final de su carril, donde se encontrarán las paralelas, para realizar:

30 Dips con chaleco de 10 kg

Al completar los 30 Dips válidos, el atleta podrá retirarse el chaleco y avanzar nuevamente hacia su barra, frente a la Estructura de Referencia Técnica, para realizar:

5 Muscle-Ups

La prueba concluye cuando el atleta completa y valida el quinto Muscle-Up final dentro del time cap.

Sistema de puntuación

El score oficial será el **tiempo total** en el que el atleta complete correctamente toda la prueba.

Para que la prueba sea considerada terminada, el atleta deberá completar y validar los 5 Muscle-Ups finales dentro del time cap de 8 minutos.

Si el atleta no completa la prueba dentro del time cap, su score será registrado conforme al avance alcanzado hasta el final del tiempo límite.

Time cap

El time cap de la prueba será de **8 minutos**.

Al cumplirse el time cap, el atleta deberá detener la ejecución inmediatamente.

No contará ninguna repetición, intento, transición o movimiento que no haya sido completamente finalizado y validado antes del tiempo límite.

Prueba 3: Leg Meltdown

Participantes

50 atletas

Día de competencia

Sábado 1 de agosto

Formato

AMRAP por bloques

Estructura de la prueba

La prueba consiste en acumular la mayor cantidad posible de repeticiones válidas en cinco elementos:

- 1. 50 segundos de máximo Squats con chaleco de 10 kg**
- 2. 10 segundos de descanso**
- 3. 50 segundos de máximo Desplantes hacia atrás con chaleco de 10 kg**
- 4. 10 segundos de descanso**
- 5. 50 segundos de máximo Squat Box Jumps**
- 6. 10 segundos de descanso**
- 7. 50 segundos de máximo Pistol Squats con disco de 25 lb**
- 8. 10 segundos de descanso**
- 9. 50 segundos de máximo Burpees**

El score será la **sumatoria total de repeticiones válidas** de los cinco elementos.

Ningún elemento tendrá mayor valor que otro.

Preparación previa

El atleta deberá comenzar con el chaleco de **10 kg** colocado y correctamente ajustado, salvo que haya excedido su tiempo de preparación previo al inicio de la prueba.

Si el tiempo inicia y el atleta no está listo, el reloj comenzará a correr de cualquier forma.

El atleta será responsable de iniciar cada bloque preparado, ya que los tiempos de trabajo y descanso no se extenderán bajo ninguna circunstancia.

Flujo de ejecución

Al iniciar la cuenta regresiva oficial:

3, 2, 1, tiempo

comenzará el primer bloque de trabajo.

Bloque 1: Squats con chaleco de 10 kg

El atleta tendrá **50 segundos** para realizar el máximo número posible de:

Squats con chaleco de 10 kg

Cada repetición deberá cumplir con el estándar de Squat correspondiente, rompiendo la profundidad requerida y finalizando con bloqueo completo de cadera y rodillas.

Al terminar los 50 segundos, el atleta deberá detener la ejecución.

Descanso 1: 10 segundos

Al finalizar el primer bloque, el atleta tendrá **10 segundos de descanso**.

El descanso no se extenderá bajo ninguna circunstancia.

Bloque 2: Desplantes hacia atrás con chaleco de 10 kg

Al finalizar el descanso, iniciará el segundo bloque de trabajo.

El atleta tendrá **50 segundos** para realizar el máximo número posible de:

Desplantes hacia atrás con chaleco de 10 kg

Los desplantes deberán realizarse hacia atrás, haciendo contacto de la rodilla con el suelo, regresando el pie hacia adelante en cada repetición y mostrando bloqueo de cadera al finalizar.

Los desplantes deberán ser **alternados**.

Cada repetición cuenta de forma individual. Es decir, si el atleta realiza un desplante con la pierna derecha y después uno con la pierna izquierda, habrá acumulado **2 repeticiones**.

Al terminar los 50 segundos, el atleta deberá detener la ejecución.

Descanso 2: 10 segundos

Al finalizar el segundo bloque, el atleta tendrá **10 segundos de descanso**.

Durante este descanso podrá retirarse el chaleco de 10 kg para prepararse para el siguiente elemento.

El descanso no se extenderá bajo ninguna circunstancia.

Bloque 3: Squat Box Jumps

Al finalizar el descanso, iniciará el tercer bloque de trabajo.

El atleta tendrá **50 segundos** para realizar el máximo número posible de:

Squat Box Jumps

Cada repetición deberá iniciar con una sentadilla.

Después de la sentadilla, el atleta deberá saltar a la caja y finalizar arriba de ella con bloqueo completo de cadera y rodillas.

Para que la repetición sea válida, al menos la mitad de cada pie deberá quedar dentro de la superficie de la caja.

El atleta podrá bajar de la caja con salto o con paso.

Al terminar los 50 segundos, el atleta deberá detener la ejecución.

Descanso 3: 10 segundos

Al finalizar el tercer bloque, el atleta tendrá **10 segundos de descanso**.

Durante este descanso podrá tomar el disco de **25 lb** que estará ubicado en su carril y prepararse para el siguiente elemento.

El descanso no se extenderá bajo ninguna circunstancia.

Bloque 4: Pistol Squats con disco de 25 lb

Al finalizar el descanso, iniciará el cuarto bloque de trabajo.

El atleta tendrá **50 segundos** para realizar el máximo número posible de:

Pistol Squats con disco de 25 lb

Las Pistol Squats podrán realizarse alternando piernas, con una misma pierna o con cualquier combinación que el atleta decida.

Cada repetición deberá romper los **90 grados** de profundidad.

Durante todo el trayecto de bajada y subida, el pie de la pierna que no trabaja no podrá tocar el suelo. Y el pie de la pierna que trabaja no podrá despegarse claramente del suelo.

La repetición termina cuando el atleta muestra bloqueo completo de rodilla y cadera.

Al terminar los 50 segundos, el atleta deberá detener la ejecución. Y sin arrojar o azotar el disco, deberá regresar con cuidado a su lugar.

Descanso 4: 10 segundos

Al finalizar el cuarto bloque, el atleta tendrá **10 segundos de descanso**.

El descanso no se extenderá bajo ninguna circunstancia.

Bloque 5: Burpees

Al finalizar el descanso, iniciará el quinto y último bloque de trabajo.

El atleta tendrá **50 segundos** para realizar el máximo número posible de:

Burpees

Cada repetición deberá iniciar bajando a posición de Push-Up.

No estará permitido escalonar los pies.

La secuencia correcta del burpee será:

1. Saltar con ambos pies hacia atrás.
2. Realizar la Push-Up.
3. Saltar con ambos pies hacia adelante.
4. Saltar hacia arriba.
5. Marcar una posición vertical con brazos estirados hacia arriba en el salto.

No será necesario realizar un salto excesivamente alto, pero deberá ser evidente la separación del suelo y la extensión vertical del cuerpo con brazos estirados hacia arriba.

Cualquier incumplimiento de estos puntos será causal de **no rep.**

La prueba finalizará al cumplirse los 50 segundos del bloque de Burpees.

Sistema de puntuación

El score oficial será la **sumatoria total de repeticiones válidas** acumuladas en los cinco elementos.

La fórmula de puntuación será:

Squats + Desplantes + Squat Box Jumps + Pistol Squats + Burpees = Score total

Ejemplo:

- 30 Squats
- 30 Desplantes
- 10 Squat Box Jumps
- 10 Pistol Squats
- 20 Burpees

Score total: **100 repeticiones**

Ningún elemento tendrá mayor valor que otro dentro del score total.

Finalización de la prueba

La prueba finaliza al terminar los 50 segundos del bloque de Burpees.

Al finalizar cada bloque, el atleta deberá detener inmediatamente la ejecución del elemento correspondiente.

No contará ninguna repetición que no haya sido completamente finalizada y validada antes del cierre del tiempo de cada bloque.

Prueba 4: Tabata Gauntlet

Participantes

30 atletas

Día de competencia

Domingo 2 de agosto

Formato

AMRAP por intervalos

Estructura de la prueba

La prueba consiste en acumular la mayor cantidad posible de repeticiones válidas en cuatro elementos, utilizando el formato:

30 segundos de trabajo / 15 segundos de descanso

Cada elemento se realizará en **2 sets** antes de avanzar al siguiente movimiento.

El orden de la prueba será:

1. **30 segundos de máximo Rope Climbs**
2. **15 segundos de descanso**
3. **30 segundos de máximo Rope Climbs**
4. **15 segundos de descanso**
5. **30 segundos de máximo Muscle-Ups**
6. **15 segundos de descanso**
7. **30 segundos de máximo Muscle-Ups**
8. **15 segundos de descanso**
9. **30 segundos de máximo Pull-Ups**
10. **15 segundos de descanso**
11. **30 segundos de máximo Pull-Ups**
12. **15 segundos de descanso**
13. **30 segundos de máximo Dips**
14. **15 segundos de descanso**
15. **30 segundos de máximo Dips**

El score será la **sumatoria total de repeticiones válidas** acumuladas en todos los sets.

Ningún elemento tendrá mayor valor que otro.

Regla obligatoria de continuidad

Cada set de cada ejercicio tendrá como requisito obligatorio validar al menos **1 repetición**.

Si el atleta no logra validar al menos 1 repetición dentro de cualquier set, su prueba terminará en ese momento.

Esto aplica para todos los movimientos y todos los sets:

- Rope Climbs.
- Muscle-Ups.
- Pull-Ups.
- Dips.

Ejemplo:

Si el atleta realiza 2 Rope Climbs válidos en el primer set, pero en el segundo set no logra validar al menos 1 Rope Climb, su participación en la prueba terminará ahí.

Las repeticiones válidas acumuladas hasta ese momento serán registradas como su score final.

Flujo de ejecución

Al iniciar la cuenta regresiva oficial:

3, 2, 1, tiempo

comenzará el primer bloque de trabajo.

Bloque 1: Rope Climbs

El atleta iniciará de pie, sosteniendo su cuerda.

Tendrá **30 segundos** para realizar el máximo número posible de:

Rope Climbs

Cada Rope Climb deberá realizarse de forma estricta.

El atleta deberá ascender hasta tocar la marca indicada y descender con control hasta tocar el suelo.

Durante el ascenso y descenso no estará permitido colocar piernas o pies en la cuerda.

El descenso deberá realizarse con brazadas. El atleta no podrá soltarse antes de tocar el suelo.

Tampoco estará permitido comenzar la escalada saltando.

Al finalizar los 30 segundos, el atleta tendrá **15 segundos de descanso**.

Después iniciará el segundo set de Rope Climbs, con las mismas reglas.

Para avanzar al siguiente elemento, el atleta deberá haber validado al menos 1 Rope Climb en cada uno de los dos sets.

Bloque 2: Muscle-Ups

Después del segundo set de Rope Climbs y del descanso correspondiente, el atleta avanzará a la barra de su carril para realizar:

Muscle-Ups

El atleta tendrá **30 segundos** para realizar el máximo número posible de Muscle-Ups.

Después tendrá **15 segundos de descanso** y realizará un segundo set de **30 segundos** de Muscle-Ups.

Durante los Muscle-Ups estará activa la **Estructura de Referencia Técnica**, como en todos los movimientos de barra donde aplique.

Cualquier contacto con la Estructura de Referencia Técnica durante una repetición será considerado **no rep**, conforme a los estándares establecidos.

Para avanzar al siguiente elemento, el atleta deberá validar al menos 1 Muscle-Up en cada uno de los dos sets.

Bloque 3: Pull-Ups

Después del segundo set de Muscle-Ups y del descanso correspondiente, el atleta continuará en la barra de su carril para realizar:

Pull-Ups

El atleta tendrá **30 segundos** para realizar el máximo número posible de Pull-Ups.

Después tendrá **15 segundos de descanso** y realizará un segundo set de **30 segundos** de Pull-Ups.

Durante los Pull-Ups estará activa la **Estructura de Referencia Técnica**, conforme a las reglas generales aplicables a los movimientos de barra.

Para avanzar al siguiente elemento, el atleta deberá validar al menos 1 Pull-Up en cada uno de los dos sets.

Bloque 4: Dips

Después del segundo set de Pull-Ups y del descanso correspondiente, el atleta avanzará al fondo de su carril, donde estarán las paralelas, para realizar:

Dips

El atleta tendrá **30 segundos** para realizar el máximo número posible de Dips.

Después tendrá **15 segundos de descanso** y realizará un segundo set de **30 segundos** de Dips.

Para completar la prueba, el atleta deberá validar al menos 1 Dip en cada uno de los dos sets.

La prueba finaliza al terminar el segundo set de Dips.

Sistema de puntuación

El score oficial será la **sumatoria total de repeticiones válidas** acumuladas en todos los sets de la prueba.

La fórmula de puntuación será:

Rope Climbs + Muscle-Ups + Pull-Ups + Dips = Score total

Ejemplo:

- Rope Climbs set 1: 2
- Rope Climbs set 2: 1
- Muscle-Ups set 1: 4
- Muscle-Ups set 2: 3
- Pull-Ups set 1: 15
- Pull-Ups set 2: 12
- Dips set 1: 18
- Dips set 2: 16

Score total: **71 repeticiones**

Si el atleta queda eliminado de la prueba por no validar al menos 1 repetición en un set, se registrará el total de repeticiones válidas acumuladas hasta ese momento.

Finalización de la prueba

La prueba finaliza al terminar el segundo set de Dips o en el momento en que el atleta no logre validar al menos 1 repetición dentro de cualquier set obligatorio.

Al finalizar cada bloque, el atleta deberá detener inmediatamente la ejecución del elemento correspondiente.

No contará ninguna repetición que no haya sido completamente finalizada y validada antes del cierre del tiempo de cada set.