



LANDARBASO TRAIL 2019 ARAUDIA:

1.- DATA ETA LEKUA

Landarbaso Trail Mendi Lasterketa, 2019ko maiatzaren 5ean izango da, goizeko 10:00etan. Irteera eta amaiera puntuak Listorretako gunean: (<https://www.google.com.br/maps/place/Merendero+de+Listorreta/@43.2705467,-1.9048569,16z/data=!4m8!1m2!2m1!1slistorreta!3m4!1s0xd51a92fa6eee3bb:0x5a811e857c2bc845!8m2!3d43.26762!4d-1.901783>) egongo dira.

2.- IBILBIDEA

Landarbaso Trail, Aiako Harria Parke Naturelean barrena joango den 18 kilometroko mendi lasterketa da. Ibilbideak 900 metroko desnibel positiboa du eta Urdaburu eta Aldurako tontorrek igotzeaz gain, Aizpitarteko kobak ikusi eta baso eta erreka zoragarrietatik igarotzeko aukera ahalbidetzen du.

3.- MAILAK

18 urtetik gorako atleten parte har dezakete soilik. Bi maila izango dira:

- * Helduak emakumezkoak: 18 urte eta gorakoak.
- * Helduak gizonezkoak: 18 urte eta gorakoak.

4.- IZEN-EMATEA

* Izen-emate prezioak:

- Urdaburuko bazkideak: 15€
- Gainontzekoak: 18€

* Izena-emateko epea:

2019ko otsailaren 24tik maiatzaren 3ra bitarte (hau barne). Izen emateko 250 dortsalak epea itxi baino lehen bukatuko balira itxaron zerrenda osatuko genuke. Maiatzaren 4ean Urdaburu Elkartearen izen-a emateko aukera egongo da, beti ere izen ematea bete ez bada.

Izen ematea internet bidez soilik egin daiteke, <https://www.herrikrosa.eus/> webgunean.

Apirilaren 21etik aurrera ez da izen-emateetan itzulketarik onartuko eta egon daitezkeen izen aldaketak gehienez ere, lasterketa baino astebete lehenago arte onartuko dira (apirilaren 28ra arte, hau barne).

5.- SEGURTASUNA

Antolakuntzak Ardura Zibileko eta Istripuko aseguruak izango ditu. Ibilbidean zehar ere DYaren laguntza izango dugu. Antolakuntzako edo DYako kideren batek korrikalariren baten osasuna arriskuan ikusten badu, dagoen egoeratik eta erretiratzea beharrezkoa dela antzematen badu, korrikalariak erabakia errespetatu beharko du. Hala egingo ez balu, antolakuntza ez da korrikalari horren kargu egingo, hemendik aurrera egon daitezkeen ondorioak bere kargu geldituko direlarik.



Antolakuntzak parte-hartzaile guztiei mediku-azterketa bat egitea gomendatzen die. Norberak bere gain hartu beharko du kirol jarduerak dakarren arriskua.

6.- SEINALEZTAPENA

Ibilbidea, anoa guneak, arreta bereziko guneak eta kilometrajea (5 kilometro) behar bezala seinaleztatutak egongo dira, honetarako zintak, banderillak eta kartel adierazle ezberdinak erabiliko direlarik.

7.- KONTROLAK

Parte hartzaile guztiek dortsala bularrean eta ondo ikusteko moduan eraman beharko dute proba guztian zehar.

Probaren luze-zabalean antolakuntzak kontrol guneak jarri ditzake, hala izango balitz bertatik igarotzea ezinbestekoa izango da, gune hauetan egingo baitira arauzko igarotze-kontrolak.

Kontrolguneak:

Landarbaso Trail kirol proba 3 ordu eta 30 minututan amaitu beharko da gehienez. Denbora muga honetatik aurrera lasterkariaren ardura izango da bere kabuz helmugara iristea.

8.- HORNIDURA-GUNEAK

Helmugakoaz gain, 5 hornidura gune egongo dira ibilbidean zehar 3 solido eta likido, eta 2 soilik likido. Hornidura gune likidoetan ura eta edari isotonikoak egongo dira, solidoetan berriz, likidoez gain: produktu energetikoak, fruitu lehorrak, fruta eta txokolatea.

- Benta Txiki bidea (ura eta isotonikoak): 3,72 KM
- Pagotzarteko borda 1: 5,52 KM
- Pagotzarteko borda: 9,6 KM
- Aldura (ura): 12 KM
- Susperregi: 14 KM
- Helmuga: Listorreta

9.- SAILKAPENA

EMF-FVMen araudiaren arabera egingo da kronometratzea. Sailkapena argitaratu ondoren, 30 minutu egongo dira edozein erreklamazio egiteko. Denbora hori pasa eta gero, ofizialak egingo dira sailkapenak.

10.- SARIAK

Emakumezko/Gizonezko nagusiak:

- 1.- Txapela, garaikurra eta 2 lagunentzat afaria herriko jatetxe batean.
- 2.- Garaikurra eta 2 lagunentzat afaria herriko jatetxe batean.
- 3.- Garaikurra eta 2 lagunentzat afaria herriko jatetxe batean.

Erretereriako lehen **neskarentzat eta mutilarentzat** "Asier Erkizia saria" emango da: 2 lagunentzat afaria herriko jatetxe batean.

Urdaburu Mendizale Elkarteko **lehen neskarentzat eta mutilarentzat** ere sari eta aipamena egongo dira.



11.- DORTSALEN BANAKETA

Dortsala eta lasterkariaren poltsa, maiatzaren 4an 11:30-13:30 eta 17:00-20:00 bitarte banatuko dira Urdaburu Mendizale Elkarteko egoitzan:

Juan de Olazabal 23, Orereta-Erreterria:
https://docs.google.com/document/d/1INMCsmBba7OJTJvXDzhf-QN7Rpd7OpEDAIC_D5msk-U/e/dit

Egunean bertan ere dortsalak jasotzeko aukera egongo da goizeko 8:30etatik 9:30etara, lasterketaren hasiera eta amaierako gunean (Listorretan).

12.- INGURUGIROA

Lasterketa mendi inguru zein lur pribatuetatik igaroko da. Ingurunea ahal beste zaintzeko, kontrol-guneetatik kanpo zaborrik ez botatzeko eskatzen zaie parte hartzaile guztiei. Helburu horretarako, hornitze guneetatik gertu zaborrontziak ezarriko dira, 25 eta 50 metrora. Oinarrizko arau hau betetzen ez duten korrikalariak probatik kanpo utziko dira.

13.- KONTSIGNA ETA DUTXAK

Lasterketa egunean kontsigna eta dutxa zerbitzua egongo da.

14.- IBILBIDEAREN SEGURTASUNA

Antolakuntzak proba ordezeko ibilbide batetik desbideratzeko, beharrezkotzat jotzen dituen aldaketak egiteko eta eguraldiagatik edota beste eragileren batek hala eskatzen badu, lasterketa bertan behera uzteko eskubide osoa izango du.

15.- LAGUNTZA EZBEHARRETAN

Parte hartzaileek betekizun gisa izango dute istripuren bat izan duen edonor laguntzea eta kontrol-guneetan edozein ezbeharren berri ematea.

16.- ERANTZUKIZUNA

Antolakuntzak bere gain hartuko du ibilbidearen barruan gertatzen den edozein istripuren ardura, baina ez korrikalarien istripua zabarkeriak eraginda gertatzen bada. Parte-hartzaileen objektu pertsonalei dagokienean ere ez du ardurarik izango, helburu horrekin kontsigna zerbitzu bat izango baita helmugan bertan.

Parte-hartzaileek hirugarren pertsonen eragindako kalte ororen erantzukizuna izango dute.

17.- PARTAIDEN KOPURUA

Gehienezko kopurua: 250

18.- IRUDI ESKUBIDEAK

Partaide orok antolakuntza eta bere babesleei, lasterketan zehar egindako argazki edo hartutako irudiak askatasun osoz erabili eta argitaratzeko baimena ematen die epe mugarik gabe.

19.- ARAUDIAREN ONARPENA

Parte-hartzaile guztiek, parte hartzeagatik, araudi hau onartzen dute. Bertan agertzen ez dena EMF-FVM-ren araudia kontuan izanda ikusiko da.