# KILOMETRO BERTIKALAREN ARAUDIA

1.- Eguna eta lekua: GORBEIA SUZIEN KILOMETRO BERTIKALA 2019ko irailaren 27an izango da. Zeanuriko herritik abiatuko da arratsaldeko 15:00retan.

2.- Ibilbidea: 4km eta 1000m+ izango ditu GORBEIAKO PARKE NATURALEAN zehar.

3.- Puntuagarria: Euskal Herriko Mendi Federazioko rankingerako izango da puntuagarria.

4.- Parte hartzea: 18 urtetik gorako edozein korrikalarik parte har dezake. Baita 15 urtetik gorakoek ere euren tutoreen baimena baldin badute. 150 korrikalari izango dira guztira.

5.- Kategoriak: Gizonezkoen eta emakumezkoen kategoria absolutua.

6.- Izen-ematea: Epea ekainaren 10an, goizeko 09:00etan hasiko da RockTheSport izen-emate plataformaren bidez eta 150 plazak bete arte eman ahal izango duzue izena. Irailaren 10a izango da izena emateko azken eguna.

7.- Prezioa: Federatuek: 25 euro. Ez federatuek: 30 euro.
Dortsala hartu bezain laster, antolakuntzak ezarritako zerbitzuak baliatu ahalko dituzue: anoaguneak, laguntza medikoa, dutxak, kontsigna, lasterketa osteko masajea, herri bazkarirako txartela, dagozkizuen aseguruak eta lasterketako oparia. Itxaron zerrendaren bidez izena emandakoei ez diegu bermatzen oparitutako janzkia euren neurrikoa izango denik.

8.- Seinalizazioa:
Ibilbidea behar bezala seinalatuta egongo da. Kilometro bakoitzaren hasiera seinalatuko dugu, baita desnibel metatuaren erreferentziak ere.

9.- Kontrol puntuak:
Hiru izango dira ibilbidean zeharreko kontrol puntuak. Hiruretatik pasatzea derrigorrezkoa izango da. Ibilbideko mapan eta perfilean zehaztuko ditugu kontrol puntuok.

10.- Anoaguneak:
Helmugakoaz gain, anoagune solido-likido bat egongo da. Ibilbideko mapan eta perfilean zehaztuko ditugu anoaguneok.

11.- Denbora mugak:
2 ordu eta 30 minutu baino lehen iritsi behar zarete helmugara. Denbora hori gainditu gero sailkapenetik kanpo geratuko da korrikalaria.
Antolakuntzak korrikalaria kanporatu dezake tarteko kontroletan aurreikusitako denbora mugak betetzen ez dituelako, lasterketako araudia errespetatu ez duelako, markatutako ibilbidea jarraitu ez duelako, dortsala dagokion moduan ez daramalako, antolakuntzako kideen esanak betetzen ez dituelako edo lasteketako kideekin jarrera desegokia erakutsi duelako.

Lasterketa osoan zehar antolakuntzako bi korrikalari azkenengo korrikalarien atzetik joango dira. Korrikalariren bat kanporatzekotan dortsala entregatu beharko du kontrol punturik hurbilenean eta lasterketa bertan behera utzi beharko du antolakuntzako kideek agindutako moduan.

12.- Sariak:
Hauek izango dira sariak:
KILOMETRO BERTIKALA. Gizonezkoa eta Emakumezkoa:

- 1º Garaikurra eta 300€.
- 2º 200€
- 3º 100€

13: Sailkapena:
Parte hartzaile guztiek lasterketako sailkapenerako puntuatuko dute eta federatuta daudenak Euskal Herriko Mendi Federazioko rankingean puntuatuko dute.

14.- Azalpen batzarra:
Antolakuntzak azalpen batzar bat eskeiniko du lasterketako egunean bertan, 2019ko irailaren 27an, eguerdiko 14:00etan, Zeanuriko Kultur Etxean. Bertan ibilbidearen zehaztasun guztiak emango ditugu. Garrantzitsua da korrikalari guztiak batzea esandako ordu eta lekuan.

15.- Dortsal banaketa: Zeanuriko frontoian emango ditugu dortsalak lasterketa bezperan, 2019ko irailaren 27an, eguerdiko 13:00etik 14:30etara.
Izena ematen duzuen guztiok daukazue parte hartzeko eskubidea. Eskubide hori zuena da dortsala hartu eta berehala. Dortsala norberarena eta transferiezina da. Horregatik, korrikalariak berak hartu behar du NANa aurkeztuz ezarritako lekuan eta orduan. Mendian federatuta zaudetenok, federazioko txartela erakutsi beharko duzue.

16.- Ingurumena:
Lasterketak paraje ederrak zeharkatuko ditu, beraz, guztion betebeharra da ingurua zaintzea anoaguneetatik kanpo zaborrik bota gabe. Anoaguneetatik 100 metrora arte zabor poltsak ipiniko ditugu.
Korrikalaria kanporatu ahalko genuke arau hau ez errespetatzekotan.

17.- Osasun zerbitzua:
Puntu estrategikoetan osasun zerbitzua jarriko dugu, baita irteera gunean ere.

18.- Segurtasuna:
Antolakuntzak ibilbidea alda lezake korrikalarien segurtasuna bermatzeak hala eskatuko balu. Bertan behera ere utz genezake lasterketa eguraldia edo halabeharrezko beste edozein baldintza medio.

19.- Istripuak:
Korrikalariak zauritutako kideak laguntzera behartuta zaudete, baita kontrol puntuetan informatzera ere.

20.- Haizearen kontrako jaka:
Haizearen kontrako jaka eramatea beharrezkoa da, zuen neurrikoa izan beharko da, mahuka (manga) luzeduna eta txanoduna. Txano gabekoa izatekotan, aparteko txapela, buffa edo burua osorik estaliko dizueten antzeko janzkiren bat eraman geharko duzue. Eguraldi bereziki eskasa egingo balu, antolakuntzak manta termiko bat eramatea eskatuko lizueke.