skyraceGORBEIA SUZIEN 21K ARAUDIA 2021

1. Eguna eta lekua: Gorbeia Suzien 21K mendi lasterketaren 2021-ko Irailaren 26an izango da. Zeanuriko herritik abiatuko da goizeko 11:00etan.

2. Ibilbidea: 21 kilometro luze eta 1200m positiboko desnibela izango du Gorbeiako parke naturalean zehar. Antolakuntzak ordezko ibilbide bat prestatuta izango du ibilbidean edo lasterketaren prestaketan arazoak sortuko balira. Ustekabeko arrazoi pisutsu batengatik antolakuntzak lasterketa bertan behera uzteko ahalmena izango du.

3. Parte hartzea: 15 urtetik gorako edozein korrikalarik parte har dezake. Izena ematen duen orok bete behar du araudi hau, baita FEDME-rena ere.

4. Kategoriak: Emakumezkoen eta gizonezkoen kategoria absolutua.

5. Izen-ematea:
- VIII. Gorbeia Suzien mendi lasterketan izena emateko epea **Apirilaren 1**ean zabalduko da.
- 2020ko uztailaren 21ean dortsala izan zutenek izango dute izena emateko aukera.
- Apirilaren 22ra arte izango dute izena emateko aukera.
- Izena ematea egiteko korrikalariek “rockthesport” plataformatik mezu bat jasoko dute argibide guztiekin. .
- Dortsalak libre geratzekotan, iazko edizioko itxaron zerrendako ordena jarraituz beteko dira.
- Ez da korrikalaririk onartuko diru sarrerarik egin ezean. Horrela izatekotan, itxaron zerrendako hurrengoari emango zaio izen ematea egiteko aukera.
- Dortsalen itzulketa itxaron zerrendako korrikalariren batek haren lekua hartzen badu egingo da:

2021 URTEA	**ITZULIKO DEN DIRUAREN %a**
APIRILA-MAIATZA	%80
EKAINA- UZTAILA	%70
ABUZTUA	%60
IRAILAREN 1etik aurrera	EZ DA ITZULKETARIK EGINGO

6. Eskubide eta bete beharrak:
- Gorbeia Suzien 21K lasterketan izena emango duten korrikalariek lasterketaren eta FEDMEren arautegia errespetatu beharko dute.
- Dortsala hartzen den momentuan hau eskuratuko da: proban parte hartzeko eskubidea, istripu eta erantzukizun zibileko asegurua, antolakuntzak ezarritako zerbitzuak erabiltzeko aukera eta lasterketako oparia.
- Dortsala norberarena eta transferiezina izango da. Horregatik, korrikalariak berak hartu behar du, NAN-a aurkeztuz ezarritako lekuan eta orduan.
- Bajak direla eta gertatuko diren hutsuneak, itxaron zerrenda errespetatuz beteko dira eta antolakuntzatik zuzenean jarriko dira korrikalari hauekin harremanetan. Kasu hauetan ere izen ematea egiteko baldintza guztiak bete beharko dira dortsala eskuratzeko. Ordainketa egiteko 7 eguneko epea izango da.

7. Seinalizazioa: Ibilbidea behar bezala seinalatuta egongo da. 5 kilometrora helmugara bitarteko distantziak zehaztuko ditugu.

8. Kontrol puntuak: Zazpi izango dira ibilbidean zeharreko kontrol puntuak eta derrigorrezkoa izango da bertatik pasatzea. Ibilbideko mapa eta perfiletan zehaztuko ditugu kontrol puntuak.

9. Anoaguneak: Helmugakoaz gain, sei anoa-gune solido-likido egongo dira. Ibilbideko mapa eta perfiletan zehaztuko dira anoa-guneak.
- Anoa-guneetan sartzerakoan maskara erabiltzea derrigorrezkoa izango da.
- Anoa-gunera sartzerakoan eta irteterakoan eskuak hidrogelez garbitu beharko dira, horretarako prestatutako gunean.
- Anoa-guneetan dauden arduradunen argibideak betetzea derrigorrezkoa izango da. Arau hau ez betetzeak zuzenean lasterketatik kanporatzea ekarriko du.
- Anoa-gunean jan edo edateko maskara kendu behar bada, segurtasun distantzia mantendu beharko da.

10. Denbora mugak:
- 4 ordu eta 30 minutu baino lehen iritsi beharko da helmugara. Denbora hori gaindituz 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 lasterketako kideekin jarrera desegokia erakutsi duelako.
- Kontrol puntuetan aurreikusitako denbora mugak:

KONTROLA	Km	ORDUA	DENBORA MUGA
Gorbeiako aterpea	9	13:00	120 min
Zenigorta	11	14:00	180 min
Lanbreabe	17	14:45	225 min

- 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.

11. Sariak:
Sariak lasterketako web orrian ikusgai egongo dira.
https://www.gorbeiasuzien.eus

12. Azalpen batzarra:
Antolakuntzak azalpen batzar bat eskainiko du lasterketa bezperan, 2021eko irailaren 25ean, Zeanuriko frontoian. Bertan, ibilbidearen zehaztasun guztiak emango dira. Azalpen batzarrean aforoa mugatua izango da eta, horregatik, online ere jarraitu ahal izango da.

13. Dortsal banaketa:
Zeanuriko frontoian emango dira dortsalak lasterketa bezperan, 2021ko irailaren 25an, arratsaldeko 17:30etatik 19:30etara, baita lasterketako egunean bertan ere goizeko 09:30etatik 10:30etara.

14. Ingurumena:
Lasterketak paraje ederrak zeharkatuko ditu, beraz, guztien betebeharra da ingurua zaintzea anoa-guneetatik kanpo zaborrik bota gabe. Anoa-guneetatik 100 metrora arte zabor poltsak ipiniko dira. Korrikalaria kanporatu ahalko da arau hau ez errespetatzekotan.

15. Osasun zerbitzua:
Puntu estrategikoetan osasun zerbitzua jarriko da, baita irteera gunean ere.

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

17. Istripuak:
Korrikalariak zauritutako kideak laguntzera behartuta daude, baita kontrol puntuetan informatzera ere.

18. Ezinbesteko materiala eta oharrak:
- Haizearen kontrako jaka eramatea derrigorra da eta bakoitzaren neurrikoa izan beharko da, mahuka luzeduna eta txanoduna. Txano gabekoa izatekotan, aparteko txapela, buffa edo burua osorik estaltzen duen antzeko janzkiren bat eraman beharko da.
- Eguraldiaren arabera, antolakuntzak beharrezko material gehigarria eska dezake, adibidez, manta termikoa edo euritarako jaka.
- Antolakuntzak eskatutako lekuetan maskara erabiltzea derrigorrezkoa izango da.
- Anoa-guneetan ez da edalontzirik egongo, korrikalariak berak eraman beharko du edalontzia.

19. Oharrak:

- Derrigorrezko materialaren kontrola egingo da irteeran eta helmugan. Irteerako kontrolera aurrerapen nahikorekin joan behar da.
- Dortsala bular parean eraman behar da eta ahal den neurrian, une oro ikusgai. Kontrol guztietan erakustea eskatuko da.
- Lasterketa uztekotan kontrol batean egin behar da. Derrigorrezkoa izango da dortsala kendu eta antolakuntzaren esku uztea. Berreskuratu nahi izatekotan, antolakuntzari jakinarazi behin lasterketa amaituta.
- Ez da antolakuntzaren betebeharra lasterketa utzi duten korrikalariak herrigunera eramatea. Hala ere, antolakuntza laguntzen saiatuko da posible den neurrian.
- Hornikuntzarik ezin da jaso hornidura guneetatik kanpo.
- Bastoiak erabil daitezke. Hala ere, irteeratik San Justoko ermitaraino ezin dira erabili eta tolestuta eraman behar dira. Bastoiok kontrol eta hornidura guneetan hartu eta utzi ahal izango dira.
- Lasterketa egunean kontsigna zerbitzua egongo da dortsalak hartzeko gunearen ondoan.

NOTA GARRANTSITZUA (COVID-19)

- **Egoera epidiemologikoa ikusita, lasterketa aurretik antolakuntzan neurri zehatzak hartuko ditu eta COVID protokolo zehatz bat zehaztuko du. Protokolo hau korrikalari guztiek eskuragarri izango dituzte lasterketa aurretik.**

REGLAMENTO GORBEIA SUZIEN 21K 2021

1. Fecha y lugar: Gorbeia Suzien 21K se celebrará el 26 de septiembre de 2021 en la localidad de Zeanuri (Bizkaia) a las 11:00 horas.

2. Recorrido: La prueba cuenta con un recorrido de 21 kilómetros y un desnivel positivo de 1200m, que discurre en su mayor parte por el parque natural de Gorbea. La organización tendrá preparado un recorrido alternativo por si surgieran problemas en el recorrido o en la preparación de la carrera. Por una razón imprevista y pesada la organización tendrá la potestad de suspender la carrera.

3. Participación: Podrán participar todos/as los/as atletas, montañeros/as o deportistas mayores de 15 años. Todos/as los/as participantes inscritos están obligados/as a cumplir con el presente reglamento y el de la FEDME.

4. Categorías: Absoluto masculino y femenino.

5. Inscripciones:
- El plazo de inscripción para la carrera de montaña Gorbeia Suzien se abrirá el 1 de abril.
- La inscripción la podrán realizar las personas que tuvieron dorsal el 21 de julio de 2020.
- Dichos corredores podrán inscribirse hasta el 22 de abril.
- Para realizar la inscripción los corredores recibirán un mensaje con todas las indicaciones desde la plataforma “rockthesport”.
- En caso de que los dorsales queden libres, se rellenarán siguiendo el orden de la lista de espera de la edición pasada.
- No se admitirá a ningún corredor que no haya realizado el pago, si no se le dará la oportunidad al siguiente de la lista de espera.
- Devolución de dorsales siempre y cuando otro corredor ocupe vuestro lugar:

AÑO 2021	**% A DEVOLVER**
ABRIL- MAYO	%80
JUNIO- JULIO	%70
AGOSTO	%60
A PARTIR DEL 1 de SEPTIEMBRE	NO SE DEVOLVERÁ EL DINERO

6. Derechos y obligaciones:
- Los corredores que realicen la inscripción en la GORBEIA SUZIEN 21K tendrán que cumplir la normativa de la FEDME.
- Cuando se coge el dorsal se obtiene: el derecho a participar en la prueba, seguro de accidente y responsabilidad civil, derecho a utilizar los servicios que presta la organización y el regalo de la prueba.
- El dorsal es personal e intransferible, por eso tiene que recogerlo en persona el mismo corredor presentado su DNI.
- Las bajas se cubrirán respetando el orden del sorteo, y la organización se pondrá en contacto con estas personas. En estos casos también será obligatoria realizar todos los pasos de la inscripción para conseguir el dorsal. Para realizar el pago dispondrán de 7 días.

7. Señalización: El recorrido está debidamente señalizado con carteles indicadores y cintas de balizamiento bien visibles. Existen referencias kilométricas cada 5 kilómetros.

8. Controles: En el desarrollo de la prueba la organización ha dispuesto de 7 puntos de control intermedios en el recorrido principal siendo obligatorio el paso por los mismos donde se efectuarán los controles de paso reglamentarios. La situación de los mismos figura en los mapas y perfiles de los recorridos.

9. Avituallamientos:
- Se dispone de 7 puntos de avituallamientos sólido-líquidos en el recorrido principal, más el de meta. En estos puntos se ofrecerán a los/as participantes productos sólidos y líquidos. La situación de los mismos figura en los mapas y perfiles de los recorridos.
- Será obligatorio el uso de máscara en el acceso a las zonas de avituallamiento
- Al entrar y salir de la zona de avituallamiento será obligatorio lavarse las manos con hidrogel en la zona habilitada para ello.
- Será obligatorio seguir las indicaciones de los responsables que se encuentren en los avituallamientos. El incumplimiento de esta norma dará lugar a la expulsión directa de la carrera.
- En caso de que se vaya a retirar la mascarilla de comer o beber en la zona de avituallamiento, se deberá mantener la distancia de seguridad.

10. Tiempos de paso:
- El tiempo máximo de entrada en meta será de 4 horas y 30 minutos, por lo que quienes excedan del tiempo máximo establecido perderán toda opción de figurar en la clasificación final.
- En cualquier caso, los/as responsables de la organización tendrán potestad para retirar de la prueba a los/as corredores/as que no cumplan con las expectativas de los tiempos establecidos para los controles de cronometraje, así como de cualquiera que haya infringido las normas de la prueba, no haya completado el recorrido marcado, no lleve el dorsal reglamentario de

forma visible, desatienda las indicaciones de la organización o mantenga una actitud poco deportiva hacia los demás participantes.
- Tiempos de corte para los controles:

CONTROL	Km	HORA	LÍMITE
Gorbeiako aterpea	9	13:30	120 min
Zenigorta	11	14:00	180 min
Lanbreabe	17	14:45	225 min

- A estos efectos, la organización tiene prevista la participación de dos personas que actuarán como cierre de carrera. Todos/as aquellos/as participantes que se vean afectados/as por una decisión de descalificación deberán hacer entrega del dorsal en el puesto de control más cercano y abandonar la prueba atendiendo a las indicaciones de los/as miembros de la organización.

11. Premios:
Los premios aparecerán en la página web https://www.gorbeiasuzien.eus

12. Reunión informativa:
La organización facilitará información topográfica de los sitios que transita la prueba, así como los detalles organizativos más relevantes en una presentación que se celebrará en el frontón de Zeanuri, la víspera, 25 de septiembre de 2021 a la tarde.
El aforo será limitado, por lo que se podrá seguir también online.

13. Entrega de dorsales:
La entrega de dorsales se efectuará en el frontón de Zeanuri el día 25 de septiembre de 2021 (víspera) entre las 17:30 y las 19:30 horas. Y el mismo día de la prueba entre las 09:30 y las 10:30 horas, en el mismo lugar.

14. Medio ambiente:
La carrera se desarrolla en su mayor parte por parajes de excepcional belleza natural, por lo que será de obligación para todos/as preservar el entorno evitando arrojar desperdicios fuera de las áreas de avituallamiento. A tal efecto se colocarán contenedores o bolsas de basura hasta una distancia de 100 metros desde el puesto de avituallamiento.
Será motivo de descalificación directa el incumplimiento de esta norma por parte de los/as participantes.

15. Asistencia sanitaria:
La organización dispondrá de servicios de asistencia sanitaria en los puntos más estratégicos del recorrido y en la zona de salida-meta.

16. Seguridad:
La organización se reserva el derecho a desviar la carrera por recorridos alternativos y realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes

condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor.

17. Auxilio en accidentes:
Los/as participantes están obligados/as a auxiliar a los/as accidentados/as que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.

18. Obligatoriedad de portar cortaviento.
Es obligatorio portar durante el transcurso de la carrera, un cortaviento, a todos/as los/as participantes. Este cortaviento deberá ser de la talla correspondiente al/a (la) participante, con mangas largas y con capucha. En el caso de carecer de capucha, se podrá aceptar un cortaviento sin esta, siempre y cuando se acompañe de gorro, braga (buff) o similar que cubra la cabeza del participante en su totalidad. En caso de previsión meteorológica especialmente adversa, la organización podrá exigir, además del cortaviento, una manta térmica como parte del material obligatorio.
Será obligatorio el uso de máscara en los lugares solicitados por la organización.
En las zonas de avituallamiento no habrá vasos, deberá ser el propio corredor quien lleve el vaso.

19. Observaciones:
- Se realizará control de material obligatorio en la salida y en la llegada. Se recomienda acudir al control de salida con suficiente antelación.
- Hay que llevar el dorsal a la altura del pecho y a poder ser visible en todo momento. Se requerirá mostrarlo en todos los puntos de control.
- Hay que retirarse en los puntos de control. Es obligatorio que se retire el dorsal y que quede en manos de la organización. En caso de querer recuperarlo hay que notificarlo a la organización una vez finalizada la carrera.
- La organización no está obligada a trasladar a los/as corredores/as retirados hasta Zeanuri. Se intentará hacerlo en la medida de lo posible.
- No se puede recibir avituallamiento fuera de la zona de avituallamiento
- El uso de bastones está permitido. Pero hasta San Justo no se pueden utilizar, solo llevarlos plegados. Se podrán coger y dejar en los puntos de control y avituallamientos.
- El día de la carrera habrá servicio de consigna al lado de la entrega de dorsales.

NOTA IMPORTANTE (COVID-19)

- **Ante la situación epidemiológica que vivimos la organización tomará medidas concretas antes de la carrera y definiremos un protocolo COVID específico. Este protocolo estará disponible para todos los corredores antes de la carrera.**

REGULATION GORBEIA SUZIEN 21K 2021

1.- Date and place: Gorbeia Suzien 21K will be held on September 26, 2021 in the town of Zeanuri (Bizkaia) at 11:00 am.

2.- Routes: The race is 21 km in length with an accumulated height gain of 1200m running the most part through the Gorbeia Natural Park.
The organization will have an alternative route prepared in case problems arise on the route or in the preparation of the race. For unexpected and heavy reasons, the organization will have the power to cancel the race.

3.- Participation: All athletes, mountaineers or athletes over 15 years of age may participate in the course. All registered participants are obliged to comply with these regulations and the FEDME.

4.- Categories: Absolute male and female.

5.- Registration:

- The registration period for the Gorbeia Suzien mountain race will open on April 1st, 2021.
- Registration will be open to those who had a race bib on July 21st, 2020 (previous edition).
- These runners (with a bib number from last year) will be able to register until April 22nd, 2021.
- To register, runners will receive a message with all the instructions from the "rockthesport" platform.
- After April 22nd, if there are still bibs available, they will be given following the order of the waiting list of the last edition.

Regarding the date of returning the bib number, the amount of money will be the next:

YEAR 2021	**% AMOUNT**
APRIL - MAY	%80
JUNE - JULY	%70
AUGUST	%60
AFTER SEPTEMBER 1	NOT RETURNING

6.- Rights and obligations:
- Runners who make the registration in the GORBEIA SUZIEN will have to comply with the FEDME regulations.
- When you pick up your bib you get: the right to participate in the race, accident and liability insurance, the right to use the services provided by the organization and the rece gift.
- The bib number is personal and non-transferable, so it must be collected in person by the runner presenting his/her ID.
- The organization will contact the runner in case of cancellations, respecting the order of the draw. In these cases it will also be mandatory to complete all the steps of the registration to get the bib. To make the payment you will have 7 days. The proper size of the race gift will not be assured for runners who enter from the waiting list.

7.- Signage: The route is properly marked with visible signs and beacon tapes. There are kilometers references every 5 kilometers.

8.- Controls: In the development of the race the organization had had 7 intermediate control points in the route, being obligatory to pass through them where the regulatory step controls. The situation of the same figures in the maps and profiles of the routes.

9.- Provisioning facilities: There are 7 points of solid-liquid refreshments in the main route, plus the finish line. At these points, solid and liquid products (water, isotonic, fruit, energy bars, etc.) will be offered to the participants. The situation of the same figures in the maps and profiles of the routes.
- It will be mandatory to wear a face mask at the refreshment areas.
- When entering and leaving the refreshment area it will be mandatory to wash your hands with hydrogel in the area provided for this purpose.
- It will be mandatory to follow the instructions of those in charge at the refreshment posts. Failure to comply with this rule will result in direct expulsion from the race.
- In case of removing the mask to eat or drink in the refreshment area, the safety distance must be maintained.

10.- Time of passage: The maximum time of entry into the finish line will be 4 hours and 30 minutes for the main race, so those who exceed the maximum time established will lose all options to appear in the final classification.
In any case, the people in charge of the organization will have the power to withdraw from the race the runners who do not meet the expectations of the times set for the timing controls, as well as anyone who has violated the rules of the race, have not completed the course marked, do not wear the regulation number in a visible way, disregard the indications of the organization or maintain a non-sporting attitude towards the other participants. For these purposes, the organization has planned the participation of two people who will act as a career closing. All those participants who are affected by a decision of disqualification must deliver the number at the nearest checkpoint and leave the race according to the indications of the members of the organization.

CONTROL	Km	TIME	LIMIT
Gorbeiako aterpea	9	13:30	120 min
Zenigorta	11	14:00	180 min
Lanbreabe	17	14:45	225 min

11.- Prizes: The following prizes are established:
See on www.gorbeiasuzien.eus

12.- Informative meeting: The organization will provide topographic information on the sites that pass the race, as well as the most relevant organizational details in a presentation to be held at the gym of Zeanuri, on the evening, September 25th, 2021.
Due to covid mesures, entry will be limited, so it will also be available online.

13.- Bib delivery: The delivery of bibs will take place at the fronton of Zeanuri on September 25, 2021, between 17:30 and 19:30 hours. And the same day of the race between 9:30 and10:30 hours, in the same place.

The bib number is personal, being mandatory to show up personally, show the original DNI of the participant to collect the bib number and the gift bag.

14.- Environment: The race takes place for the most part in areas of exceptional natural beauty, so it will be an obligation for all / as to preserve the environment avoiding littering outside the refreshment areas. For this purpose, containers or garbage bags will be placed up to a distance of 100 meters from the refreshment station.
Failure to comply with this rule by the participants will be grounds for direct disqualification.

15.- Healthcare: The organization will have health assistance services in the most strategic points of the route and in the exit-goal area.

16.- Security: The organization reserves the right to divert the race by alternative routes and make the modifications it deems necessary depending on the different conditions, as well as the suspension of the test if the weather conditions or force majeure.

17.- Assistance in accidents: The participants are obliged to help the injured / as they need help, as well as to report any mishap in the controls of passage.

18.- Mandatory to wear a windbreaker and a face mask. The organization forces to carry all the participants during the course of the race, a windbreaker. This windbreaker must be of the corresponding size to the participant, with long sleeves and hood. In the case of lack of a hood, you can accept a windbreaker without it, as long as it is accompanied by a hat, buff or similar that covers the head of the participant in its entirety. In case of especially adverse weather forecast, the organization may require, in addition to the windbreaker, a thermal blanket or something else as part of the mandatory material.

It will be mandatory to wear a face mask in the places requested by the organization.
In the refreshment areas there will be no cups, the runner will have to carry the cup.

19.- Important points:

- It is mandatory to carry a windbreaker with a hood. If the weather forecast requires, the organization may require to carry added gear (gloves, thermal blanket…) as mandatory. In case the organization decided to add gear, the runners will be informed the day before the race by email.
- Mandatory gear control will be made at the start point and the finish line. It is recommended to go to the start point control with enough time.
- It is required to bring the race bib to the height of the chest and it has to be visible at all times. It will be required to show it at all the control points.
- The route is marked with flags and tape. Every kilometer is numbered.
- If you have to give up and retire, try to do it in a checkpoint. It is mandatory that you remove your bib and give it to the organization. In case you want your bib back, notify the organization by email once the race is over.
- The organization is not responsible for transferring the retired runners to Zeanuri. We will try our best in case the transfer is need it.
- It is prohibited to get any food or drinks supplies outside the provisioning areas.
- The use of poles is allowed. (Until San Justo you can't use them, you will have to bring them in your hands). You will be able to take and leave them on the checkpoints and provisioning areas.
- The race day will be a gear room service beside the bib delivery. You can leave extra gear and clothes at this place.
- At the end of the race, there will be a massage service beside the showers.
- Take care of the environment, save all wraps and containers. If you throw a wrap or containers out of the defined areas, you must be disqualified by the organization.

IMPORTANT NOTE (COVID -19)

- **Regarding the epidemiological situation we are experiencing, the organization will take specific measures before the race and we will define a specific COVID protocol. This protocol will be available to all runners before the race.**