TRIKUHARRI
MENDI LASTERKETA
AMASA - VILLABONA

II. TRIKUHARRI MENDI LASTERKETA
ARAUDIAK 30K, 20K ETA 10K

2023ko ARAUDIA: 30K, 20K ETA 10K

0. artikulua: ANTOLAKETA

- Villabonako Triatloi Taldea, Euskadiko kirol erakundeen G-02942290 erregistro zenbakiarekin, 30k, 20k eta 10k TrikuHarri Mendi Lasterketa antolatzen du.

1. artikulua: DATA ETA LEKUA

- 30K (30 kilometro) distantziako lasterketa 2023ko maiatzaren 20an, larunbatean, ospatuko da, goizeko 8:30etan, irteera eta helmuga, Villabonako udaletxe plazan izanik.
- 20K (20 kilometro) distantziako lasterketa 2023ko maiatzaren 20an, larunbatean, ospatuko da, goizeko 9:00etan, irteera eta helmuga, Villabonako udaletxe plazan izanik.
- 10K (10 kilometro) distantziako lasterketa 2023ko maiatzaren 20an, larunbatean, ospatuko da, goizeko 9:30etan, irteera eta helmuga, Villabonako udaletxe plazan izanik.

2. artikulua: IBILBIDEA

- 30K lasterketa VILLABONA, BERASTEGI, ELDUAIEN eta TOLOSA herrietako mendiak zeharkatzen ditu, 30 kilometroko distantzia izanik eta 1500 metroko desnibel positiboarekin. Neurketak homologatu gabekoak dira.

  Igotzen diren mendiak ONDDOLAR (435), KIRIKI (645m), MUÑOTSA (674), ARNABAR (819), BELABIETA (699m), UZTURRE (730m) Eta LOATZO (636m). dira.

- 20K lasterketa VILLABONA eta TOLOSA herrietako mendiak zeharkatzen ditu, 20 kilometroko distantzia izanik eta 1050metroko desnibel positiboarekin. Neurketak homologatu gabekoak dira.

  Igotzen diren mendiak ONDDOLAR (435 metro) BELABIETA (699 metro) eta LOATZO (633 metro) dira.

- 10K lasterketa VILLABONA herriko mendiak zeharkatzen ditu, 10 kilometroko distantzia izanik eta 452metroko desnibel positiboarekin. Neurketak homologatu gabekoak dira.

  Igotzen den mendia ONDDOLAR (435 metro) da.

- Arrazoi desberdinengatik, hasiera batean pentsatutako ibilbideak egiteko aukerarik ez badago, antolakuntzak ordezko ibilbide bat izango du prest. Aldaketa hau ahalik eta azkarren jakinaraziko da.

  Arrazoi desberdinak direla medio ere, hauek pisuzko arrazoiak izanik, antolakuntzak proba bertan behera uzteko eskubidea izango du.

3. **artikulua: PARTE-HARTZEA**

   30k, 20k eta 10k lasterketetan 18 urtetik gorako atleta, mendizale zein kirolari, federatuta edo federatu gabekoaek, parte har dezakete, beti ere 18 urteak egunean bertan beteta baldin baditu. Baldin eta araudi honetan xedatutakoa betetzen badute. Antolakuntzak, proba baino lehen, mediku-azterketa bat egitea gomendatze du, parte-hartzaile bakoitzak kirol jarduerak dauzkan arriskuak onartuz.

- Antolakuntzak edozein parte-hartzailerentzat, sarrera ukatzearen erreserba izango du, beti ere parte-hartzailearen presentziak lasterketaren irudian negatiboki eragin dezakeela uste badu.

3. artikulua: DERRIGORREZKO MATERIALA

- 1. Eguraldi txarra eginez gero: zira. Bero handia egitekotan, edari kantitate mínimo bat eramatera derrigortu daiteke. Hau guztia dortsalak banatzeko momentuan jakinaraziko da, eguraldiaren azken iragarkia kontuan izanda.
- 2. Derrigorrezkoa den materiala irteera lekurako sarreran aurkeztea ezinbestekoa izango da. Atal hau ez betetzeak, lasterketatik kanporatua izatea suposatuko du.
- 3. Lasterketari hasiera ematen diogun material berdinarekin egin beharko da proba guztia, adibidez, bastoiak. Atal hau ez betetzeak, lasterketatik kanporatua izatea suposatuko du.

5. artikulua: KATEGORIAK

- Ez emakumezko ezta gizonezko probetan ere, ez da kategoria desberdinik egongo.
- Parte-hartzaile guztiek kategoria absolutuan parte hartuko dute.
- Seniorrak 18 urtetik gorakoak.

6. artikulua: SARIAK

30K lasterketan emakumezko eta gizonezkoak, kategoria absolutuan (senior):

- 1- 350 euros.
- 2- 250 euros.
- 3- 150 euros.
- 4- 75 euros.
- 5- 75 euros.
- 6- 75 euros.

20K lasterketan emakumezko eta gizonezkoak, kategoria absolutuan (senior):

- 1- 200 euros.
- 2- 150 euros.
- 3- 100 euros.

- 10K lasterketan lehen 3 emakume eta lehen 3 gizonezkoarentzat egongo da saria.
- 30K eta 20K lasterketetan Billabonako lehen emakume eta gizonezkoarentzat egongo da saria.
- Proben irabazleek txiparen bidez denborarik azkarrena markatzen dutenak izanen dira.

7 . artikulua: IZEN-EMATEAK

- 30K. Gehienez 200 parte-hartzaile, inskripzioaren ordenaren arabera. Izen-ematea, kronoak.com web orrian egingo da. 2023ko urtarrilaren 21etik (14:00 etan) apirilaren 30a arte (00:00 etan) prezioa 35 eurokoa izango da. Eta maiatzaren 1etik (00:00 etan) maiatzaren 14a arte (00:00 etan) 40 eurokoa izango da.
- 20K. Gehienez 200 parte-hartzaile, inskripzioaren ordenaren arabera. Izen-ematea, kronoak.com web orrian egingo da. 2023ko urtarrilaren 21etik (14:00 etan) apirilaren 30a arte (00:00 etan) prezioa 25 eurokoa izango da. Eta maiatzaren 1etik (00:00 etan) maiatzaren 14a arte (00:00 etan) 30 eurokoa izango da.
- 10K. Gehienez 200 parte-hartzaile, inskripzioaren ordenaren arabera. Izen-ematea, kronoak.com web orrian egingo da. 2023ko

urtarrilaren 21etik (14:00 etan) apirilaren 30a arte (00:00 etan) prezioa 15 eurokoa izango da. Eta maiatzaren 1etik (00:00 etan) maiatzaren 14a arte (00:00 etan) 20 eurokoa izango da.

- Izen-ematearen ordainketa, proban parte hartzeko eskubidea ematen du, erantzunkizun zibileko segurua edukitzeko eskubidea, korrikalariaren poltsa, kamiseta/finisher oparia. Behin ordainketa eginda, eta nahiz eta lasterketa ezin egin izan, ez da dirua itzuliko. Jabetza-aldaketa itxaron-zerrendaren ordenari soilik jarraituz onartuko da, ez lagunartean.
- Jabetza-aldaketa egin ahal izateko, apirilaren 31a izango da azken eguna. Data horretatik Aurrera ezingo da inolako kudeaketarik egin.
- Dagokion mediku ziurtagiriaren bidez soilik itzuliko da dirua, korrikalariaren heriotza, gaixotasun larria edo istripuren bat gertatuz gero
- Itxaron zerrendak bere prozesua dauka: korrikalariei berrespen-mezu bat bidaliko zaie 48 orduko epean izena eman dezaten. Epe hori igarota ordainketarik ez bada egin, aukera zerrendako hurrengora pasako da.
- Antolakuntzak lasterketa bakoitzerako dortsal batzuk ditu bere konpromezuentzat.
- Behin izen-ematea eginda, ezingo da probaz aldatu.
- Dortsala personal eta besterenezina da.
- Hurrengo arau-hausteak izango dira probatik deskalifikatzeko, probaren historiala ezabatzeko edota beste proba batzuetan parte-hartzea ukazteko arrazoia:
    - Izen-ematea egin duen pertsona baten dortsalarekin parte-hartzea jabetza-aldaketarik egin gabe (jabea zein arau-hauslea).
    - Dortsala fotokopiatzeko uztea eta lasterketan beste korrikalari batek erabiltzea (jabea zein arau-hauslea)
    - Antolakuntzako edozein kiderekiko zein lasterketako partehartzaile batekiko edozein jokabide larri izatea.

8. artikulua: SEINALEZTAPENA

- Ibilbidea behar bezala seinaleztatuta egongo da seinaleztagailuz, laranja koloreko banderinekin eta argi eta garbi ikus daitekeen zintarekin. Jarraibide hauek ez betetzea kanporatua izateko arrazoia izango da.

9. artikulua: HORNIDURA

- 30K lasterketan, 5 anoa-postu egongo dira, helmugakoa barne.
- 20K lasterketan, 4 anoa-postu egongo dira, helmugakoa barne.
- 10K lasterketan, 2 anoa-postu egongo dira, helmugakoa barne.
- Puntu hauetan, produktu energetikoak eta hidratatzaileak eskainiko zaizkie parte-hartzaileei.

10. artikulua: KANPO LAGUNTZA

- Parte-hartzaileen ondoan korrika egitea debekaturik dago.

11. artikulua: KONTROLAK

- Antolakuntzak hainbat kontrol-puntu ezarriko ditu, derrigorrezkoa izanik haietatik pasatzea, bertan arauzko kontrol-guneak egingo direlarik.
    - 30K lasterketan Belabietan, 15,7 kilometroan.
    - 20K lasterketan Belabietan, 11 kilometroan.
- Derrigorrezkoa izango da horiek guztiak pasatzea. Kontroletatik ez pasatzeak penalizazioa izango du.
- Kontroletara denbora-mugetan iristen ez diren korrikalariek, proba utzi beharko dute eta antolakuntzak Villabonara eramango ditu.
- Antolakuntzak proba gelditzeko, aldatzeko edo eteteko eskubidea gordetzen du eguraldi-baldintzak edo segurtasun arrazoiak direla medio.
- Lesio edo istripua batengatik ez bada, korrikalariek ezin dute proba kontrol puntuetatik kanpo utzi. Kontrol horretara iritsi baino lehen proba bertan behera uztea erabakitzen bada, proba isten duten arduradunei edo antolakuntzako kideren bati jakinaraziko zaio. Beraiek desaktibatuko dute txipa metara eraman ahal izateko.
- Korrikalariek dortsala gordeko dute antolakuntzak eskaintzen dituen zerbitzuez baliatu ahal izateko.
- Nahitaezko uztea. Antolakuntzak parte-hartzaileak aldi baterako geldiarazi ditzake edota lasterketa uztera behartu, baldin eta haien egoerak osasuna zein segurtasuna arriskuan jartzen duela uste badu.
- Mediku-taldeari abisatzen dion korrikalari orok, bere egoeraren inguruko balorazio zein emandako iritziari men egingo dio, haien erabakia onartuz. Osasun-zerbitzu ofizialek, nolanahi ere:
    - Probarekin jarraitzeko gai ez den korrikalari oro lasterketatik kanporatu ahal izango dute (dortsala baliogabetuta).

- Arriskuan dagoen edozein korrikalari lasterketatik atera dezakete.
- Edozein korrikalari osasun-etxe batera eraman dezakete, bere egoera dela-eta egokiena dela uste dutenean.

12. artikulua: KRONOAK

30K lasterketan helmugara iristeko gehienezko denbora 6 ordukoa izango da. Belabietan (15,7 kilometroan) 3 orduko denbora mozketa egongo da.

20K lasterketan helmugara iristeko gehienezko denbora 4 ordukoa izango da. Belabietan (11 kilometroan) 2 orduko denbora mozketa egongo da.

10K lasterketan helmugara iristeko gehienezko denbora 2,50 ordukoa izango da.

Nolanahi ere, antolakuntzako arduradunek, kronometraje-kontroletarako ezarritako denboretako aurreikuspenak betetzen ez dituzten korrikalariak probatik kanporatzeko ahalmena izango dute, baita honako kasuren batean oker egiten duen edonor ere:

- Probako arauak haustea
- Markaturiko ibilbidea ez egitea
- Dortsala agerian ez izatea
- Antolatzaileek esandakoari jaramonik ez egitea
- Parte -hartzeile, ikusle zein boluntarioekiko jarrera txarra izatea.

13. artikulua: KRONOMETRAJEA

- Lasterketaren kronometrajea dortsal-txiparen bidez egingo da. Parte-hartzaileek, sailkapenak ergitaratzen direnetik, 30 minutu izango dituzte edozein motatako erreklamazioa egiteko, hortik aurrera ofizial emaitzak ofizialak izango direlarik. Txipa ikusten den leku batean edo zinta elastiko baten bidez eraman beharko da.

14. artikulua: DORTSALEN BANAKETA

- Dortsalen banaketa maiatzaren 19an, ostiralean, banatuko dira Villabonan, 16:00etatik 20:00etara, lasterketaren irteera izango den udaletxeko arkupeetan.
- Proba egunean eta leku berdinean ere banatuko dira: 30K lasterketarako 07:00etatik 08:00etara, 20K lasterketarako 07:00etatik 08:30etara eta 10K lasterketarako 07:00etatik 09:00etara

15. artikulua: KONTSIGNA

- Antolatzaileek kontsigna zerbitzua eskainiko die parte-hartzaile guztiei irteera/helmuga gunean. Derrigorrezkoa izango da dortsala eta eskumuturrekoa erabiltzea bertan sartu ahal izateko.

16. artikulua: DUTXAK

- Antolatzaileek dutxa zerbitzua eskainiko die parte-hartzaile guztiei Billabonako Olaederra kiroldegian.

17. artikulua: INGURUMENA

- Lasterketa, gehienbat, edertasun natural handiko lekuetan egiten da; beraz, guztion betebeharra izango da ingurunea zaintzea, eta erabat debekatuta dago hondakinak lurrera botatzea.
- 1. Horretarako, zabor-edukiontziak jarriko dira hornidura-puntu bakoitzaren amaieran. Derrigorrezkoa izango da antolakuntzak eskainitako birziklatze-sistema erabiltzea.
- 2. Korrikalariek oinarrizko arau hau betetzea, deskalifikatzeko arrazoia izango da.

18. artikulua: OSASUN-LAGUNTZA

- Antolakuntzak sorospen- eta salbamendu-zerbitzuak izango ditu ibilbideko puntu estrategikoenetan. Era berean, helmugan dutxak eta mediku-arreta eskainiko ditu aparteko premiaren bat duten kirolarientzat. Nahitaezkoa izango da haiek esandakoa betetzea.

19. artikulua: SEGURTASUNA

- Antolakuntzak lasterketaren ibilbide alternatibo batetik desbideratzeko eta baldintza desberdinen arabera beharrezkotzat jotzen dituen aldaketak egiteko eskubidea gordetzen du, bai eta proba bertan behera uzteko eskubidea ere, eguraldiak hala behartzen badu edo halabeharrez, betiere lasterketa-batzordeak aldez aurretik hala adosten badu.

20. artikulua: LAGUNTZA ISTRIPUAN

- Parte-hartzaileek laguntza behar duten beste korrikalariei lagundu behar diete, eta ezbeharren bat gertatuz gero, horren berri eman behar dute kontrol puntuetan. Puntu hau betetzen ez bada, korrikalaria deskalifikatu egingo da.

21. artikulua: ERANTZUNKIZUNA

- Antolakuntza, zirkuituaren barruan eta beti ere kontratatutako aseguruan sartuta dauden istripuez arduratuko da, baina ez du inolako erantzukizunik izango korrikalarien axolagabekeriaz sorturiko istripuen aurrean. Parte-hartzaileek beren buruari eta

beste batzuei eragin diezaieketen edozein kalteren erantzukizuna izango dute.

- Antulakuntzak kontratatutako aseguruen estalduretatik kanpo ez ditu bere gain hartuko parte-hartzaileei, laguntzaileei edota zaleei eragindako kalteen ondorioz jarritako erreklamazioak, ez eta galduta edo hondatutako materialeen aurrean jarritakoei.
- 30K, 20K eta 10K lasterketetan parte hartzen dutenek beren borondatez eta beren ardurapean parte hartzen dutela ulertzen dute. Ondorioz, erakunde antolatzailea, laguntzaileak, babesleak eta beste parte-hartzaile batzuk ez salatzea onartzen dute eta erantzukizun zibil orotatik uko egiten eta salbuesten dute.

22. artikulua: IRUDI-ESKUBIDEA

- Parte-hartzaile orok baimena ematen dio antolakuntzari eta bere babesleei lasterketan ateratako argazki edo bideo guztiak askatasunez erabili eta argitaratzeko. Horretarako ez da paperik sinatu beharko. Puntu hori ez onartzeak ez du parte hartzeko eskubiderik ematen.

23. artikulua: ONARPENA

- Araudi honek aldaketak izan ditzake, antolakuntzak egoki baderitzo.
- Aldaketak behar bezala iragarriko dira, ohiko kanalen bidez.
- Araudi honetan aipatzen ez den beste punturen bat badago, EMF-FVMren erregelamenduaren bidez egiaztatuko da.
- Proba honetan parte hartzean araudia onartzen dela ulertzen da.

Antolakuntza.

VILLABONAKO TRIATLOI TALDEA

AMASA-VILLABONA
Villabonako Udala