

HIRU HAUNDIAK
LOS TRES GRANDES



HIRUHAUNDIAK

ARAUDIA 2020

ARTIKULUAK:

1. IBILBIDEA ETA DATA.....
2. ERRESPETUA INGURUNEAREKIKO ETA KIROLTASUNA.....
3. PARTE HARTZEKO BALDINTZAK.....
4. IZEN EMATEA.....
5. ERANTZUKIZUN OHARRA.....
6. IRUDI-ESKUBIDEAK, PUBLIZITATEA ETA DATUEN KUDEAKETA.....
7. PARTE-HARTZAILEAREN GIDA.....
8. LASTERKETAN ZEHAR ERABILTZEKO BALIABIDEAK.....
9. ERAMAN BEHARREKO MATERIALA.....
10. DORTSALA.....
11. GPSdun TXIPa
12. HORNITZE PUNTUAK.....
13. HELMUGA ETA LANDAKO POLTSAK.....
14. GEHIENEZKO DENBORA, KONTROLAK ETA EZ-AMAITZEAK.....
15. EMAITZAK.....
16. DESKALIFIKAZIO ETA ZIGORRA.....
17. ERREKLAMAZIOAK.....
18. ALDAKETAK.....
19. PARTE-HARTZAILEEN SEGURTASUNA.....
20. LARRIALDIEN KUDEAKETA.....
21. INSKRIPZIOAK BILTZEN DUENA.....

1. IBILBIDEA ETA DATA

Manuel Iradier Txangolari Elkartek HIRU HAUNDIAK – LOS TRES GRANDES (*hemendik aurrera Hiru Haundiak edo proba*) distantzia luzeko probaren XXII. edizioa sustatzen du, Araba Ascentium S.L.U. laguntzarekin, sekretaritza teknikoan eta probaren koordinazioan. Ibilbidea hurrengoa izango da: Murgia, **Gorbea**, Ubidea, Otxandio, Urkiola, **Anboto**, Landa, Elgea Mendatea y Urkilla, Urbia, **Aizkorri** eta Araia.

Erresistentzia handiko edo mendiko distantzia luzeko proba bat da, etapa bakar batean egiten da eta, behe eta erdi mendiko bideetan. Frogaren luzera 101 kilometrokoa da, 5.126 metroko malda positiboarekin.

Lasterketa 2020ko urriaren 17an, larunbata, ospatuko da.

Irteera larunbateko 00:00etan, urriak 17, izango da (ostiral gauean). Antolatzaileek ezarritako arauak eta ordutegiak zorrozki errespetatu behar izango dira. Betetzen ez duenak frogaz kanpo geratuko da.

Antolakuntzak proba ordezeko ibilbideetatik desbideratzeko eskubidea gordetzen du eta beharrezkoak ikusten dituen aldaketak egin ahal izango ditu gerta daitezkeen gertakari desberdinengatik, ala nola, aurkako baldintza meteorologikoak edo beste ezinbestekausa bat. Aldaketa hauek, beti probako batzordearen aurreko akordioa edukita. Hau gertatuz gero, ez litzateke inskripzioen dirua itzuliko ezta parte-hartzaileen gastuak berdinduko.

2. ERRESPETUA INGURUNEAREKIKO ETA KIROLTASUNA

Hiru Haundiak ingurunearengan guztizko errespetuz ospatuko da. Proba, bere zatirik handienera, salbuespenezko edertasun naturaleko inguruetatik, natura-parke bezala katalogatuta daudenak, igarotzen da. Horregatik ekitaldian parte hartzen duten guztien beharra, bai parte-hartzaileak eta antolakuntza, ingurunea errespetatzea izango da, bateragarria eginez probaren garapena eta balio patrimonialaren kontserbazioa. Derrigorrezkoa da, beraz, seinaleak errespetatzea, bai kontrol guneetan, bai hornidura postuetan, hondakinik prestatutako lekuetatik kanpo ez botatzea.

Era berean, herrietan eta erabilera publikoko bideetan errepideko arauak errespetatu behar izango dira. Nahitaezkoa da laborantzak, abereak eta jabetza pribatua oro har errespetatzea, proba pasatzen den natura-gune babestuen baliabide natural eta kulturalen gainean gerta daitezkeen aldaketak txikiagotuz ingurumen-eragina txikiagotzeko.

Parte-hartzaileek erantzukizun zuzena izango dute portaera desegoki baten ondorioz sortu daitezkeen kalteetan. Jarrera egoki bat eta kiroltasuna mantentzera behartuta daude, adibidez behar dutenei lagundu istripu/lesio baten ondorioz eta kontrol puntu

hurbilenari abisatu lehenbailehen, baita ere antolakuntzari informatzea bakoitzaren erretiratzeaz edo beste edozein gauzaz.

Parte-hartzaileentzako arau eta betebeharrak, ingurune naturalaren babesa eta errespetuarekin erlazionatuta daudenak:

- Ingurunea errespetatu. Baliabide natural, kultural eta geologikoak, ez kaltetzea.
- Antolakuntzak ezarritako ibilbidea errespetatu, bidetik atera gabe. Bigarren mailako bideak bide nagusiarekiko saihestu. Landa-eremuetatik eta bihurtuneetako barnetik laburtzea debekatua.
- Zaborra botatzea guztiz debekatuta dago (hondakin, bilgarri, elikagai, material, pila...), antolakuntzak prestatutako lekuetan izan ezik.
- Gau tartean ez igorri seinale edo distira argidunik, aurre-argitzapen propioa izan ezik.
- Beste parte-hartzaile batzuen edozein ingurumen-jokaera axolagabea antolakuntzari igortzea.
- Ibilbidean zehar ez oihukatzea. Gau-ibilbidean zehar, isilunean edo tonu baxuan hitz egin, animaliak edo pertsonak ez gogaitzeko.
- Gune hezeko inguruak zapaltzen saihestea: urmaelak, errekek, zohikaztegiak, etab.

Ingurumen-arau hauen ez betetzeak edota jarrera bortitz, xenofoboak... erakusteak, zigor-arrazoia eta/edo deskalifikazio zuzena ekarriko du

3. PARTE HARTZEKO BALDINTZAK

Gutzizko garrantziaz, parte-hartzaile guztiek baldintza hauek bete behar dituzte:

- 18 urte izatea, gutxienez probaren egunean beteak.
- Araudiaren baldintzak ezagutzea eta onartzea.
- Aurre-izen eta izen-emate pauso guztiak zuzenki egitea.
- Bere sasoi fisikoa eta erresistentzia proba egiteko egoeran dagoela bermatzea.

Izen-ematean, parte-hartzaile guztiek onartzen dute araudia eta erantsitako arauak.

4. IZEN-EMATEA

4.1. Aurre-izen ematea

Hiru Haundiak probarako aurre izen-ematea www.hiruhaundiak.com web-orrian egingo da, AURRE IZEN-EMATEAK atalean, 2020ko otsailaren 15etik 25era (biak barne).

4.2. Parte hartzearen esleitzea

750 dortsal esleituko dira 2020ko otsailaren 28an burutuko den zozketaren bitartez. Lasterketari-kopuru honi gehituko zaio “2019 Gasteizko Mendiak” proban erreserba lortu zutenekin eta beraien epean izena eman ez dutenekin (2020ko otsailaren 20a). e-mail bat bidaliko da zozketan saritutakoei izen-ematearen formalizaziorako instrukzioekin.

4.3. Izen-ematea eta ordaintzeko modua

Onartutakoek 2020ko martxoaren 2 eta 10 egunak bitartean behin betiko izen-ematea formalizatu behar izango dute (biak barne). Egiten ez duenak bere plaza galduko du.

Onartuko dira soilik www.hiruhaundiak.com webean egindako izen-emateak, IZEN-EMATEAK atalean, aipaturiko orrialdean zehazten diren instrukzioei jarraituz, beharrezko dokumentuak betez eta kreditu-txartelaren (ordainketa bakarrean) bitartez laburki deskribatutako izen-emate kuota ordainduz egiten diren izen-emateak.

Parte-hartzaile bakoitzak bere datu pertsonal guztiak bete behar izango ditu zuzenki, antolaketak hauek dortsalak erretiratzean erkatuko dituenek gero.

Izen-ematearen kuota, hau egiteko unean ordaindu behar izango denaren, 95€tan ezartzen da.

Martxoaren 15etik aurrera, parte-hartzeko lekuak bete gabe geratzen badira soilik, erreserba listan geratu direnei abisatuko zaie zer egin behar de interesatuta jarraituz gero.

Bai zozketarako aurre-izen emateak, bai behin formalizatutako izen-emateak, pertsonalak dira, eta ezin zaio beste norbaiti lekualdatu. Parte-hartzaileen izen-aldaketarik ez da onartuko.

4.4. Saritutako dortsalak “Gasteizko Mendiak” Proban

“2019 Gasteizko Mendiak” probaren zozketan sarituak edo sailkapenean lortutako emaitzagarik, erreserbatutako plaza izan dezaten 2020 Hiru Haundiak-rako, bere izen-ematea eta ordainketa formalizatu (95€) egin behar izango dute eta 2020ko otsailaren 20 eta 25 egunak bitartean (biak barne) www.hiruhaundiak.com webean (posta elektronikoa jasoko dute etortzeko era esanez).

Aipaturiko plaza pertsonal eta besteren ezina da; ezin izango zaio beste pertsona bati utzi.

Parte-hartze eskubidea esandako egunetan zehar ez burutuz, plaza hau aurre-izen emateetako tarte orokorrera zuzenduko da.

Pertsona hauen erlazioa leku-erreserbarekin kontsulta daiteke www.manueliradier.com web-gunean (*Gasteizko Mendiak 2019* atala barruan).

4.5. Hiru Haundiak 2018-ko boluntarioei esleitutako dortsalak

2018ko Hiru Haundiak Proban boluntario bezala parte hartu eta dortsalaren erreserba eskatuz gero, Hiru Haundiak 2020 ediziorako haien izen-ematea eta ordainketa formalizatu (95€) egin behar izango dute eta 2020ko otsailaren 20 eta 25 egunak bitartean (biak barne) www.hiruhaundiak.com web-orrian (posta elektronikoa jasoko dute betetzeko era azalduz).

Aipaturiko dortsalaren erreserba guzti pertsonala da eta ezin izango zaio beste pertsona bati utzi.

Parte-hartze eskubidea esandako egunetan zehar ez baldin bada burutzen, plaza hau aurre-izen emateetako tarte orokorrera zuzenduko da.

4.6. Baliogabetzea

Edizio honetan ez dago izen-ematea baliogabetzeko eta dirua itzultzeko asegurririk. Hala ere, antolakuntzak izen-ematearen kopuruaren diru-itzultzeari ekingo dio hurrengo taularen arabera.

EPEAK	ZENBATEKOAREN ITZULTZEA
15/03/2020- 01/05/2020	75%
02/05/2020- 01/07/2020	60%
02/07/2020- 20/08/2020	40%

2020ko abuztuaren 21eko 00:00etatik aurrera ez dira egingo diru itzultzerik haien izen-ematea kendu nahi duten parte hartzaileei.

5. ERANTZUKIZUN OHARRA

Hiru Haundiak lasterketan izena emandako parte-hartzaile guztiek ulertzen dute era boluntario batean parte hartzen dutela proban bere erantzukizunaren azpian, eta honen ezaugarri zehatzak araudi honetan agertzen dira. Horregatik, ados daude, salbuesten eta uko egiten dute entitate antolatzailea, kolaboratzaile, babesle eta beste parte-hartzaile batzuk ez salatzen. Baita ere, parte-hartzaileen erantzukizuna dena eta oinordekoetako, lagun edo zale, sufri ditzaketan kalteetako, materialaren galera edo zahartzea probako antolaketak kontratatutako aseguruaren arauzko estalduretan jasota ez daudenak.

Inola ere antolakuntza ez da arduratuko, arauetako eta araudiko zabarkeria betegabetasuna pairamenetik edo akats sorretik, zuhurtziagabekeriarik, ondorioztatzen duten ustekabeen, baita ere probaren irteerara edo helmugatik egiten diren lekua aldatzeetan gertatutako istripuak ez dira antolakuntzaren ardurapean egongo.

Parte-hartzaileek espresuki uko egiten diote lehen aipatutako antolakuntzaren aldetik adierazitako kausengatik egin ahal izan zitzaizen edozein kalte-ordainketari. Modu berean, honek erreserbatuko du Probaren edozein funtsezko-puntu modifikazioa edo proba etentzearen eskubidea, horrela jokatzek justifikatzen duen edozein gertakariren aurrean.

Parte-hartzaileak onartuko dute, izen-emateko momentuan, erantzukizun-deskargu dokumentuko testua.

Gomendatzen da urteko mendi federazioko lizentzia edukitzea, baita ere duela gutxi pasatutako osasun-azterketaren gaitasun agiria.

6. IRUDI-ESKUBIDEAK, PUBLIZITATEA ETA DATUEN KUDEAKETA

6.1. Irudi-eskubideak

Entitate antolatzaileak eskusibotasunean gordetzen ditu Hiru Haundiak irudiaren gaineko eskubidea, baita ere probaren ikus-entzunezkoa, fotografikoa eta kazetariaren ustiapena. Edozein publizitate edo media proiektu antolakuntzaren baimena idatzita izan beharko dute. Hau ez bada errespetatzen, beharrezkoak diren eginkizun legal guztiak hasiko dira.

6.2. Publizitatea

Aldatzeak, tolesteak edo publizitate-materiala ezkatutzeak ZIGORRAK eragingo ditu. Gainera, aipaturiko materialaren mantenua parte-hartzaileen erantzukizuna izango da: dortsala, besokoa, eranskailuak, etab.

6.3. Datuen kudeaketa

Hiru Haundiak proban inskribatzerakoan, parte-hartzaileek bere baimena ematen dute antolakuntzak bere izaera pertsonaleko datuak kirol, sustapen edo merkataritza helburuekin trata ditzan.

Halaber, inskribatutakoek antolakuntzarako berariazko eran uzten dituzte izena eta deiturak erreproduzitzeko eskubidea, lortutako sailkapena eta parte-hartzaileko, kategoriako, egindako kiroletako markako eta bere irudiko berezkoa. Aipaturiko lagapenaren helburua kiroletako ere, sustapenezko edo komertziala izan daiteke.

Abenduaren 13ko, 15/1999 lege Organikoaren arabera, Izaera Pertsonaleko (LOPD-etako) Datu-Babesak informatzen du Hiru Haundiak bere izen-emate-formularioan dauden datu pertsonalak izaera pertsonaleko datu fitxategien parte diren Probako parte-hartzailea. Fitxategi horien tratamenduko arduraduna Araba

Ascentium da; bere arrazoia, karaktere eskusiboaz, da Hiru Haundiak probako parte-hartzailearen eta honen edo aipaturiko gizarteak antolatutako mendiko beste proba baten beste edizio batzuen komunikazio posiblearen kudeaketa.

Informazio hau eskuratzean, partaidea bere baimena ematen du lehen aipaturako tratamendurako.

Antolatzaileak beharrezko neurrien hartzea bermatzen du izaera pertsonaleko datu-babeseko araudiaren arabera datu hauen tratamendurako. Parte-hartzaileak, atzeraeraginezko efektuak izan gabe, mailegatutako baimena baliogabetu ahal izango du, eta, abenduaren 5eko, 3/2018 Lege Organikoaren arabera Datu-Babes Pertsonalak eta tratamenduko, bere sartzeko eskubideetako arduradunaren, zuzenketaren aurreko eskubide digitalen, oposizioaren bermea, tratamenduaren muga, kentzea (“ahaztera zuzen”) eramangarritasuna eta bereizitako erabakiak arrazoi ez izatea.

Aipaturiko eskubideen ariketa egin ahal izango du Araba Ascentium-i zuzendutako idazkiaren bitartez, S.L.U., Zapataritza kalea 81 baxua, 01001 Vitoria-Gasteiz edo info@ascentium.org helbideari zuzendutako posta elektronikoko mezuaren bitartez.

7. PARTE-HARTZAILEAREN GIDA

Antolakuntzak editatuko du eta lasterkari bakoitzari bidaliko dio parte-hartzailearen gida-mapa eta ibilbidearen profila, baita ere bai kirolarientzat bai bere senideentzat ere den informazio interesgarria. Aipaturako gida hornidura puntuak zehaztuko ditu, baita erreferentzia puntu batzuk lasterketa ikusteko, mozketa orduak etab.

8. LASTERKETAN ZEHAR ERABILTZEKO BALIABIDEAK

Bakarrik martxa edo oinak erabili ahal izango dira progresio modu bezala. Debeakututa dago edozein motako kanpo laguntza, berezko egoera fisikoa eta mendi-bastoiak. Hauen erabilera erantzukizunez egin behar da inguruko beste parte-hartzaileak ez mintzeko. Antolakuntza gai hauei buruzko kexaz libre geratzen da.

9. ERAMAN BEHARREKO MATERIALA

9.1. Derrigorrezko materiala

Mendi-Proba hau hainbat gailurretatik pasatzen da, lasterketan zehar baldintzak alda daitezke muturrekotan bihurtuz, haizea, euria, argi ezarengatik edota hotzarengatik. Horregatik da parte-hartzaile bakoitzak bere materiala prestatu behar izango duena zailtasun hipotetiko hauek gainditzeari begira autonomia pertsonalaz dohatzeko. Horregatik Antolaketak eskatuko du parte-hartzaile bakoitzak hurrengo nahitaezko materiala eraman dezala harekin lasterketaren osotasunean zehar:

- **Identifikazio dortsala**, pertsonaren aurrealdean jarrita, ikusteko erraz den lekuan, tolestu eta moztu gabe.
- **Oinetako aproposak**, proba egingo den lekurako prestatuak: atxiki eta eusteko gaitasun egokia duten mendi botak edo trail running zapatilak.
- **Ura eramateko leku aproposa**, gutxienez litro bat ur eramateko.
- **Aurrealdean eramateko argia**(frontala edo linterna) aldatzeko bateriarekin.
- **Haizetako txamarra**, iragazgaitza partaidearen tamainakoa.
- **Txano, zapi edo antzeko zerbait**;
- **Larrialdietarako manta** (neurri minimoak: 100cm x 200cm);
- **Telefono mugikorra, kitapen eta bateria nahikoarekin**. Nahitaezkoa da parte-hartzaile bakoitzak bere telefono mugikorraren zenbakia Antolaketari izen-emateko unean ematea eta, baldin eta baterien iraupenak aseguratua estimatzen badu Proba guztirako, hura eraginkor eramatea. Horrela ez izatekotan, telefonoa kargatuta mantentzeko power bank bat edo kanpoko bateria eramatea komeni da.

9.2. Material gomendagarria

Komeni da, kiroletako proba izan arren, parte-hartzaile bakoitzak izan behar duela edozein zoritxar-motari, ustekabeokari edo errukigabetasun meteorologikoari aurre egiteko gai gogoan izatea, baita ere bere esku-hartzea beharrezkoa izango balitz salbamendu-zerbitzuen helduerari eta guzti baldintza onenetan eustea. Beraz, Antolaketak hurrengo materiala ere eramatea gomendatzen du:

- Mailak edo prakak (belaunaren azpitik gutxienez);
- Atzean eramateko argi gorria;
- Eskularruak;
- Eguzkirako betaurrekoak;
- Txistua;
- GPS-a edo brujula;
- Jakiak, gelak edo energia barrak.
- APP Alpify mugikorrean deskargatuta.

9.3. Egiaztapen teknikoak

Nahitaezko materialaren ausazko egiaztatzeak egingo dira irteeran, Proban zehar eta helmugan. Material hau eramaten ez duten, erabilezin duten, edo akastun duten parte-hartzaileek, ezin izango dute irteera hartu. Eskatzen zaien edozein kontrolatan erakusten ez dutenak, zigortuak edo deskalifikatuak izango dira.

Egingo dira kategoría bakoitzeko egiaztatzeak (gizon eta emakume) lehengo hamarrei, baita ere, era aleatorioan, helmugara heltzerakoan kopuru indeterminatu bati.

10. DORTSALA

Lasterkari bakoitzari emango zaio dortsal bat bere identifikaziorako, JARRITA ERAMAN BEHARKO DU PROBAN ZEHAR, TOLESTU EDO MOZTU BARIK, IKUSGARRI GORPUTZAREN AURREKALDEAN.

Parte-hartzaileak pasatu behar izango du zirkuituan zehar kokatutako kontrol BAKOITZATIK. Arau hauen ez betetzea DESKALIFIKAZIOA ekarriko du.

Halaber, ez dagokion zenbakiarekin parte hartzen duena deskalifikatua izango da. Erabiliko da eskumuturreko edo ezarritako pasatzeen kontrolerako txipa eta parte-hartzaile bakoitzaren denbora partzial eta azkenekoen kalkulurako gailu bat. NAHITAEZKOA izango da hauek itzultzea antolaketari, bai Proba amaitzen badute, bai erretiratzen badira. Itzultze hau egin behar izango da Araian (probaren amaieran) edo edozein erretira-puntutan.

11. GPSdun TXIPa

Aukerako eran, antolaketak jarraipen-txip bat emango du GPS teknologiaren bidez senideek eta probako parte-hartzaileen ingurukoek atletaren kokapena ikusi ahal dezaten edonoiz momentuan denbora errealean.

Zerbitzu hau lortzeko, izen-ematearen prezioa 10 euro igotzen da eta inskripzio formularioan aukeratu beharko da. Antolakuntzak GPS txip hau emango du dortsalen banaketan, momentu horretan 30 euroko fidantza bat eskatuko da, gailua bueltatzean Araian bueltan emango dena.

12. HORNITZE PUNTUAK

Hiru Haundiak ELIKAGARRI ETA LIKIDO ERDIAUTOSUFIZIENTZIAKO proba bat da. Horrela, beraren igarotzean zehar, parte-hartzaile bakoitzak beharrezkotzat bere hornikuntzarako hartzen duena eraman behar izango du.

Hala ere, antolakuntzak hainbat hornidura-puntu eta ibilbidean zeharreko osasun-zerbitzuak ezartzen ditu. Sortutako hondar plastikoak txikiagotzeko, parte-hartzaile bakoitzak likidoa betetzeko ontzia eraman behar izango du.

Parte-hartzaile ugartasun handiko uneetan, antolaketak kirolarien itxaronaldia hornikuntza-puntuan txikiagotzeko ontzi konpostagarriak erabiltzeko aukera izango du.

Hornidura-punturik garrantzitsuenak (elikagai sendoez eta likido ugarietz, baita ere mediko osasun asistentziaz hornituta) Otxandio-n, Landa-n eta Araia-n jarrita (helmuga) egongo dira. Hala ere, Ubidea, Urkiola, Zabalandi, Kurtzeta, Albiturri, Leizargarate,

Usabakotxena, Artaso-ko mendixkako, Arbelar eta Azkasaroi majadako, mendixkako mendatea bezala beste leku batzuetan jarriko da hornidura likidoa.

Hornidura-puntuak behar bezala seinalatuta egongo dira honen 100 metro baino lehen eta 100 metro eta gero. Haietan ontziak jarriko dira parte-hartzaileek sortutako edozein hondakin utz dezaten: ontziak, paperak, hondar organikoak, etab. Aipatutako areetatik kanpo egiten duena edo horretarako zuzendutako beste batzuk, Antolaketak deskalifikatuko du.

13. HELMUGA ETA LANDAKO POLTSAK

Poltsa pertsonala Antolaketara lekuetan eta ezarritako ordutegietan arroparekin edo ordezeko materialarekin, irteera baino lehen, utzi dutenek, hura eduki ahal izango dute LANDA kontrolean edo Probaren amaieran Araian, SOILIK.

SOILIK HELBURU HORRETARAKO ERABIL IZANGO DA POLTSA PERTSONALA, DORTSALAREKIN EMANGO DENA. BIZKAR-ZORRORIK EZ ANTOLAKETAK EMANDAKOAREN DESBERDINAK DIREN POLTSARIK EZ DA ONARTUKO.

Antolaketak poltsa hauek zainduko ditu, baina ez da egiten bere barnean utzitako objektuen arduradun.

14. GEHIENEZKO DENBORA, KONTROLAK ETA EZ-AMAITZEAK

Badaude Proba amaitzeko gehienezko denborak eta barne etapetan ere. Hauek kontrol nagusiko puntuetan eskatuko dira: Otxandio, Landa eta Urbia eta amaieran Araian. Denbora hauek gainditzen dituen deskalifikatuta egongo da eta behartuta egongo da bere txipa eta dortsala ematera, hau da Probatik erretiratzea.

Proban zehar 3 puntu egongo dira denbora maximoarekin, ezinezkoa izango zaio jarraitzea puntu horiek gainditu ez duenari ezarritako denboran, nahitaezkoa izanez erretira eta txiparen entregatzea, erretiratuta bezala egongo dira.

Kontrolak hurrengo lekuetan egongo dira:

Kontrol gunea	Kilometroa	Ordu maximoa
Otxandio	28.520	06:00-rak
Landa	60.550	13:50
Arbelar	89.810	20:20

Eta bakoitzean zehar martxa itxiera zerbitzua egongo da, hurrengo kontrolera aurrez ikusitako denborak barru iristeko gaitasunik gabekotzat hartzen dituen parte-hartzaileak erretiratzeko ahalmenarekin. Hauek Probatik kanpo geratuko dira eta txipa

eman beharko diote itxiera taldeari, erretira markatuko diote dortsalean eta hurrengo kontrol punturaino lagunduko diete, eta bertan erretiratu behar izango dira.

14.1. Bitarteko kontrolak

Ibilbidean zehar nahitaezko pasatzeko beste kontrol batzuk egongo dira. Hauek kokatzen dira jada profilean laburki deskribatutako puntuetan eta rutometro-an. Haietan Antolaketaren arduradun bat aurkitzen da. Kontrol hauetako bat do hainbat salto egiteak zigor-arrazoia edo deskalifikazioa ekarriko du.

Parte-hartzailearen erantzukizuna da pasatze denborak kontrol-puntu bakoitzean erregistratzen direla ziurtatzea.

14.2. Bajak/erretiratzea

Antolaketaren arduradunak eta baimendutako zerbitzu medikoak ahaleginduko dira kirolaria beti zaintzen eta bere osasuna bermatzen. Ikusten badute ahalmen fisikoetan urritze garrantzitsuak edota nekera eta Proban zehar metatutako higadurara zor izanda, bere erretira bortxatzeko ahalmena izango dute. Kasu honetan, parte-hartzaileek Antolaketak ematen dituen instrukzioei beti jarraituko diete eta Proba uztera behartuta egongo dira.

Berezko borondateagatik erretiratutakoek kontrol puntu hurbilenean Antolaketari bere uztea komunikatu behar izango dute, txipa emanez eta bere erretiraren fede emateko bere zenbakiaren markatzea baimenduz. Parte-hartzaileak erantzukizun oro onartuko du une horretatik. Hala ere, Antolaketak erraztuko du Otxandio eta Landako kontroleko puntu ofizialetatik erretiratutakoei helmuga gunerako ebakuzioa.

Uzteak egin behar izango dira Otxandio eta Landako kontrolen puntuetan, beraz, garrantzitsua da parte-hartzaile bakoitza bere egoera fisikoaz kontziente eta burukoa aipaturiko puntuetatik harantz jarraitu baino lehen izatea.

Istripuaren edo lesioaren ondorioz parte-hartzailea immobilizatuta geratzen bada eta puntu hauetara ezin bada iritsi, erreskate-operatiboa aktibatuko da dortsal atzealdean dagoen eta parte-hartzailearen gidaliburuan zehaztutako larrialdetarako telefono zenbakia antolakuntzarekin harremanetan jarritz.

15. EMAITZAK

Bakarkako sailkapena egingo da emakume eta gizonentzat, bakoitzeko lehengo hirurentzat saria bananduko da. DIPLOMA bat, sortuko da ere parte-hartzailearen izenarekin, bere denbora partzialekin eta Probaren guztizkoarekin.

Nahiz eta izen-ematea era indibidualean egin, parte-hartzaile bakoitzak ordezkatzeko du bere KLUBA edo SOZIJETATEA, ezarritako denbora maximoen barruan amaitzen

badu proba puntu bat lortuko du. Honek sailkapen bat eragingo du klubengatik edo sozietateengatik.

16. DESKALIFIKAZIOAK ETA ZIGORRAK

Zigortuak edo deskalifikatuak izango dira hurrengo kasuetan erortzen diren parte-hartzaileak:

- Laguntza behar duen partaide bati ez laguntzea
- Zaborra, hondakinak edo materiala ezarritako lekuetatik kanpo botatzea;
- Ingurunea ez errespetatzea. Baliabide natural, geologiko, kultural etab. kaltetzea
- Argi-seinaleak, oihuak edo jokaera desegokiak, animaliekin edo natural ingurunearekin topo egin dezaketenak, igortzea
- Balizatutako ibilbidea osorik ez osatzea
- Edozein kontrol puntu ofizialetik ez pasatzea
- Dortsala jarrita eramateari uko egitea, moztu edo beste norbaiti uztea.
- Aldatu edo modifikatu antolakuntzak jarritako materialeko markak
- Aurrerapena galaraztea edo beste parte-hartzaile bat oztopatzea
- Probako edozein arau urratu edo antolakuntzaren adierazpenak ukatzea
- Gainerako partaideenganako kiroltasun jarrera ez mantentzea
- Nahitaezko materiala ez eramatea beti
- Antolaketaren seinaleei eta epaileei jaramonik ez egitea
- Istiluak eragin (eraso edo irain) partaide, antolakuntzako kide, epaile edo ikusle batekin
- Borondatezko istripu bat eragitea.

Antolaketaren arduradunek, epaileek eta antolatzaileek izango dute, egokitzen hartzen badute, ohartarazpenak zigorra eman baino lehen egiteko ahalmena.

Probako Batzordearen erantzukizuna izango da zigorrak eta hauen gogortasuna, deskalifikaziora eta ekitaldiaren egozpena estimatutako larritasunek eta proportzionaltasuneko irizpideei arreta ipiniz iritsi ahal izango dena, ezartzera.

17. ERREKLAMAZIOAK

Kexak idatziz egingo dira eta formatu minimoko mota bete behar izango dute tokian bertan, hurrengo datuekin:

- Egiten duenaren izen-abizenak.
- NAN
- Kalteturiko kirolarien izen-abizenak
- Dorsal zenbakia
- Zergatia eta gertakizuna.

18. ALDAKETAK

Antolakuntzak aldatu, zuzendu edo hobetu dezake edozein datu, arau edo araudi honen edozein atal proba behar bezala burutzeko.

19. PARTE-HARTZAILEEN SEGURTASUNA

Probako antolakuntzak hurrengo zerbitzuak aurreikusiko ditu:

- Osasun-asistentzia zerbitzuak, anbulantzia eta mediku bat, irteeran eta helmugan gutxienez.
- Ibilbidearen osotasunean eta oinez, probaren zentzu berean ibiliko den itxiera taldea.
- Kontrolen artean, itxierako, irteerako, helduerako eta probako zuzendariko taldeen komunikazioa.
- Larrialdiko eta proban zeharreko parte-hartzaileen ebakuazio plana.

20. LARRIALDIEN KUDEAKETA

Azpimarratu behar da lasterketaren ezaugarriak iraupenagatik eta ingurumena, osasun-laguntza behar baino luzeagoa izan daiteke beste kasu batzuetan, beraz, gomendagarria da lehen sorospena hornitzea korrikalariaren poltsa lehen laguntza emateko.

Parte-hartzaile batek istripua, larrialdia edo edozein egoera ebakuazioa beharrezkoa bereko lekuan egiten dituen edozeinetan izanez gero, ezagutzea hobeezina da larrialdia lekutik nola kudeatu.

- 1) Nori abisatu?
 - a) **112-ra – Laguntza behar duenaren egoerak bere bizitza edo segurtasuna arriskuan jar dazakenean. Berehala harremanetan jarriko da antolaketaren telefonoarekin.**
 - i) Larrialdi medikoa bada, 112ak mediku bat dauka horri buruz instrukzio bidez lagun dezakeena.
 - ii) Behin 112ari komunikatuta antolaketari komunikatuko zaio.
 - b) **Antolaketari – Laguntza behar duenaren osasuna ez badago arriskuan.**
 - i) Kasu honetan Antolaketa arduratuko da laguntza prestatzen.
- 2) Nork deitu beharko du?
 - a) **Biktimari edo bere ondotik pasatzen den edozeini dagokio, laguntza ematera behartuta bait daude.**
- 3) Ze informazio transmititu behar da?
 - a) **Laguntza behar duenaren informazioa**
 - i) Pertsonaren identitatea. Ezezaguna bada edo inkontziente badago dortsal zenbakia esan.
 - ii) Zer gertatu da? Dauzkan lesioak.
 - iii) Nola dago?

- iv) Erortze sendoa sufritu badu, arriskua egon daiteke eta saiatu gutxien mugitzen, beti pertsona begiratuz eta transmititzen duena.
 - b) **Laguntza behar duenaren mugikor zenbakia** eta berarekin daudenen, telefonoren bat bateria edo seinale barik geratzen bada.
 - c) **Kokapena:**
 - i) Geolokalizazio bidez hobe, WhatsApp, Alpify edo koordenatuen bidez.
 - ii) Zein izan den azken kontrol puntua, deskribatu lekua, zer ikusten den.
 - d) **Bestelako informazioa**
 - i) Helikopteroaren esku-hartzea beharrezkoa izango balitz, puntu horretako egoera meteorologikoa informazioa helikopteroari ematea interesgarri da.
- 4) Laguntza itxaroten:
- a) **Laguntza behar duenari baldintza hoberenetan mantendu behar da.**
 - i) Arropa gehiago jarri eta manta termikoaren erabilera ZUZENA.
 - ii) Beste manta termiko batzuk erabili ahal dira azpian jartzeko, edo helikopteroari abisatzeko kokapenez.
 - b) **Ez erabili mugikorra, larrialdi zerbitzuak deitu ahal dezaketelako.**
 - c) **Beharrezkoa ez bada, ez mugitu lekutik.**
 - i) Larrialdi-zerbitzuak doaz puntu horretara, mugitzen bazara ez zaituzte aurkituko.
 - ii) Mugitzea ezinbestekoa bada larrialdi-zerbitzuei komunikatu.
 - iii) Larrialdi-zerbitzuekiko komunikazioko metodo bakarra denez gero, estaldura galera zaindu.
 - iv) Mugitzeko instrukzioak pertsona baten aldetik jasotzean, hura beti komunikatzea larrialdiko kudeatzaileari, 112ari edo antolatzaileari.
 - v) Pertsona inkontziente egongo balitz, laguntza-heldu arte segurtasuneko alboko posizioan jartzea.

21. INSKRIPZIOAN SARTZEN DENA

- Lasterketan parte hartzea.
- Osasun-laguntza lasterketan.
- Hornidura likido eta solidoa.
- Istripu-asegurua.
- Erantzukizun zibil-asegurua.
- Finisher oparia helmuga gurutzatzen duten parte-hartzaile guztientzat.
- Irteerarantz doako autobus zerbitzua.
- Otxandio eta Landaren artean erretiratutako parte-hartzaileen garraioa Araiara.
- Poltsa berrerabilgarriak ordezkoko arropa eta materiala eramateko.
- Aipaturiko poltsen garraioa Landaraino, antolaketak erabakitako lekutik.
- Opari eskusiboa Hiru Haundiak Probako partaideentzat.
- Dutxa zerbitzua Araiako polikiroldegian.
- Denbora osoaren eta partzialen kronometroa lasterketa amaitzean.
- Parte-hartzaileentzako aparkalekuak bukatu arte.