

## ARAUDIA

### ERETZAKO V. IGOERA

1.- Lasterketa 2012eko abuztuaren 12an izango da, igandea, goizeko 11:00etan. Irteera zein helmuga Sodupeko Herriko plazan izango dira. Herri lasterketa izango da, eta Atletismoko Bizkaiko Federazioko egutegiaren barruan egongo da erregistratuta. Antolatzaileak honako hauek dira: **Sodupeko GALLARRAGA mendi taldea**. Halaber, Gueñesko Udalaren babesia izango du proba, betiere ARAUDI honetan zehaztutakoari jarraiki.

2.- 14,400 km-ko lasterketa izango da. Lehenengo eta azken kilometroa asfaltotik egin beharko dira; gainontzeko guztiak, ordea, estatik edo mendietatik.

3.- KATEGORIAK: Parte hartu nahi duen orok egin ahal izango du, betiere 18 urtetik gorakoa izanik. Bi kategoría izango dira:

- Emakumezko SENIORRA: 18-39 urte bitartean.
- Gizonezko SENIORRA: 18-44 urte bitartean.
- Emakumezko BETERANOAK: 40 urtetik aurrera.
- Gizonezko BETERANOAK: 45 urtetik aurrera.

4.- IZEN-EMATEA: Lasterketan izena emateko korreo elektronikoa bidali beharko da hurrengo helbidera: [www.herrikrossa.com](http://www.herrikrossa.com) Korreo horretan hurrengo datuak zehaztu beharko dira: izen-deiturak, jaiotze data eta herria.

5.- Abuztuaren 6a baino lehen **15 €** ordaindu beharko da izena ematean.

Lasterketari guztiak erantzukizun zibileko aseguruarekin zein istripu-asegurua izango dute.

6.- SEINALEZTAPENAK ETA KONTROLAK: Ibilbidea markatzeko, plastikozko kolore biziko zinta bat erabiliko da, eta beharrezkoa izango da kontrol-gune guztietatik igarotzea. Hainbat kontrol-gunetan, kilometroen erreferentzia zehaztuko da.

7.- JAN-EDAN POSTUAK: Hainbat postu egongo dira ibilbidean zehar jan eta edan ahal izateko, baita helmugan ere.

8.- SARIAK: Sailkapen orokorreko lehenengo hamar/10/ korrikalariak diru saria jasoko dute, bai gizonezkoen kategorian, bai emakumezkoen. 100€tako saria sortuko da, probako marka jeisten duen gizonezko zein emakumezko korrikalariarentzat. Gizonezkoa: Felipe Larrazabal 1h 05' 45" Emakumezkoa: Aitziber Ibarbia 1h 25' 00"

Kategoría bakoitzeko lehenengo hiru /3/ sailkatuek garaikurra ere izango dute. Herriko lehengoak ere garaikurra jasoko dute (emakumezkoak eta gizonezkoak). Parte hartzen duen orok kamiseta bat jasoko du oroigarri bezala.

9.- Araudi hau errespetatzen ez dutenak deskalifikatuak izango dira. Halaber, deskalifikatu egingo dira ibilbidea osatzen ez dutenak, dortsala begi-bistan eramaten ez dutenak edo antolatzaileen oharrak aintzat hartzen ez dituztenak.

10.- Antolatzaileek aldaketak egin ahal izango dituzte, beharrezkoa izanez gero. Eta lasterketa bertan behera utzi ahal izango dute eguraldia oso txarra bada edo ezinbesteko arrazoiak izanez gero.

11.- Parte-hartzaileen ardura izango dira istripuaren zein axolagabekeriaren ondoriozko gertaerak, bai eta zerbait galtzen badute ere. Parte-hartzaileek onartzen dute antolatzaileek ez dutela izango inolako ardurarik istripua edo lesioa gertatuz gero. Araudi honek jasotzen ez dituen zehaztasunetarako, Atletismoko Bizkaiko Federazioko araudiari jarraikiko zaio.

12.- Aldagelak eta dutxak egongo dira parte-hartzaile guztientzat.

### REGLAMENTO

#### de V SUBIDA AL ERETZA / ERETZA IGOERA

1.- La prueba tendrá lugar el día 12 de Agosto de 2012 (domingo) dando comienzo a las 11:00 horas, desde la Herriko Plaza de Sodupe, con llegada en el mismo lugar, tratándose de una prueba de carácter popular e inscrita en el calendario de la Federación Vizcaína de Montaña, organizada por el **GALLARRAGA MENDI TALDEA de SODUPE**, con el patrocinio del **AYUNTAMIENTO del CONCEJO de GÜEÑES**, bajo el presente REGLAMENTO.

2.- La prueba se celebrará sobre un recorrido de 14,400 Km, discurrendo su primer y último km sobre asfalto y el resto sobre pista y monte.

3.- CATEGORIAS: Podrán participar las personas que lo deseen mayores de 18 años, habiéndose dispuesto dos categorías:

- SENIOR FEMENINO de 18 a 39 años.
- SENIOR MASCULINO de 18 a 44 años.
- VETERANAS de 40 en adelante
- VETERANOS de 45 en adelante.

4.- INSCRIPCIONES: Para inscribirse a la prueba deberéis enviar un correo electrónico a la dirección [www.herrikrossa.com](http://www.herrikrossa.com), indicando, nombre, apellidos, fecha nacimiento y localidad.

5.- El precio de la inscripción será de **15 €** hasta el 6 de Agosto. Todo/as los/as atletas participantes en la prueba estarán cubiertos por un seguro de responsabilidad civil y de accidentes.

6.- SEÑALIZACION Y CONTROLES: El recorrido estará señalado con trozos de cinta de plástico de color vivo, siendo obligatorio el paso por los controles establecidos. Existirán referencias kilométricas en algunos controles.

7.- AVITUALLAMIENTO: Existirán avituallamientos líquidos y sólidos durante el recorrido, más los de meta.

8.- PREMIOS: Premios en metálico a los diez /10/ primeros de la general, tanto en masculino como femenino. Se crea un premio acumulable de 100 €, tanto en masculino como en femenino, para el/a atleta que baje la marca de la prueba. Masculino; Felipe Larrazabal 1h 05' 45" Femenino; Aitziber Ibarbia 1h 25' 00" Trofeos a los tres /3/ primeros cada categoría.

Trofeos al primero y primera local.

Por el mero hecho de participar se entregará camiseta conmemorativa.

9.- Quedará descalificado todo el que no cumpla el presente reglamento, ni complete la totalidad del recorrido, no lleve su dorsal bien visible o desatienda las indicaciones de la organización.

10.- La organización se reserva el derecho a 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.

11.- La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante. Los participantes exonerarán a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión. En todo lo no contemplado en ese reglamento, la prueba se basará en los reglamentos de la Federación Vizcaína de Montaña (FVM)

12.- La organización pondrá a disposición de lo/as atletas servicio de vestuario y duchas.

SARIA – PREMIOS		
GIZONAK	EMAKUMEAK	
1º 200 €	1ª 200 €	
2º 100 €	2ª 100 €	
3º 50 €	3ª 50 €	
4º 30 €	4ª 30 €	
5º 20 €	5ª 20 €	
6º 10 €	6ª 10 €	
7º 10 €	7ª 10 €	
8º 10 €	8ª 10 €	
9º 10 €	9ª 10 €	
10º 10 €	10ª 10 €	

Se crea un premio acumulable de 100 €, tanto en masculino como femenino, para el/la atleta que baje la marca de la prueba.

MASCULINO:	Felipe Larrazabal	1h 05' 45"
FEMENINO :	Aitziber Ibarbia	1h 25' 00"

CATEGORIAS

GIZONAK	Senior de 18 a 44 años	
	Veteranos a partir de 45 años	
EMAKUMEAK	Senior de 18 a 39 años	
	Veteranas a partir de 40 años	

HISTORIAL CAMPEONES DE LA PRUEBA

<b>I EDICION 08</b>	Felipe Larrazabal	Nerea Amilibia
<b>II EDICION 09</b>	Felipe Larrazabal	Ainhoa Juaregi
<b>III EDICION 10</b>	Walter Becerra	Yolanda Gurúndez
<b>IV EDICION 11</b>	Oier Ariznabarreta	Aitziber Ibarbia