



ARAMOTZ MENDI LASTERKETA 2020

REGLAMENTO - ARAUDIA

(Actualizado-Eguneratua : 2020/9/25)

1.- Fecha y lugar:

ARAMOTZ MENDI LASTERKETA se celebrará en Amorebieta-Etxano (Bizkaia) el 18 de octubre de 2020 comenzando las salidas de los corredor@s a las 9,00 horas desde el parque Jauregibarria y llegando también al mismo punto de salida, organizado por el Zornotza Mendi Taldea.

1.- Data eta lekua:

ARAMOTZ MENDI LASTERKETA Amorebieta-Etxanon (Bizkaia) egingo da, 2020ko urriaren 18an. Lasterkarien irteerak 9:00etan hasiko dira Jauregibarria paretik, eta Zornotza Mendi Taldeak antolatutako irteera-puntu berera iritsiko dira.

2.- Participación:

Podrán participar todos los atletas, montañeros o deportistas mayores de 18 años (cumplidos el día de la prueba), hasta un máximo de 100 participantes. Estando obligados todos los participantes inscritos a cumplir con el presente reglamento. El participante reconoce ser conocedor de la dificultad de la prueba y de la disciplina de carreras por montaña.

2.- Parte-hartzea:

18 urtetik gorako atleta, mendizale edo kirolari guztiek (proba egunean beteak) parte har dezakete, gehienez ere 150 parte-hartzailek. Izen emandako parte-hartzaile guztiek araudi hau bete beharko dute. Parte-hartzaileak onartzen du badakiela proba egiteko zailtasuna eta mendiko lasterketen diziplina dituela.

3.- Inscripciones:

El período de inscripciones comenzará el 1 de junio de 2020 a las 6,00 horas a través de la plataforma de inscripciones <https://sportmaniacs.com/es>, y finalizarán el 10 de octubre de 2020 o cuando se completen las plazas.

La inscripción en la prueba supone el compromiso del participante a respetar el presente reglamento.

3.- Izen emateak:

Izena emateko epea 2020ko ekainaren 1ean hasiko da, 6:00etan, <https://sportmaniacs.com/es> izena emateko plataformaren bidez, eta 2020ko urriaren 10ean edo plazak betetzen direnean amaituko da.

Proban izena emanaz gero, parte-hartzaileak araudi hau errespetatzeko konpromisoa hartuko du.

4.- Precio:

La cuota de inscripción es de 12 euros. El pago del precio les dará el derecho a los inscritos a participar en la prueba con todos sus servicios.

No habrá servicio de duchas ni de consigna por motivos de evitar aglomeraciones y posibles focos de contagio.

4.- Prezioa:

Izena emateko kuota 12 eurokoa da. Prezioa ordaintzeak proban parte hartzeko eskubidea ematen die izen emandakoei, beren zerbitzu guztiekin.

Ez da dutxarrik ez kontsignarik jarriko, pilaketak eta kutsadura-fokuak saihesteko.

5.- Entrega de dorsales:

La entrega de dorsales se efectuará mediante envío por correo postal a los participantes.

El organizador podrá solicitar el DNI al corredor/a en el momento de la salida para comprobar la identidad del corredor.

Como máximo 2 días antes de la prueba, el participante deberá enviar por correo electrónico el documento “Clausula Covid-19 de inscripción y participación” y “Declaración de salud” que se os hará llegar también por correo electrónico unos días antes de la prueba. Al aramotzmendilasterketa@gmail.com

5.- Dorsal banaketa:

Parte-hartzaileei postaz bidaliko zaizkie dorsalak.

Antolatzaileak NANA eskatu ahal izango dio lasterkariari irteeran, lasterkariaren nortasuna egiaztatzeko.

Proba baino 2 egun lehenago, gehienez, parte-hartzaileak posta elektronikoz bidali beharko ditu "Izena emateko eta parte hartzeko Covid-19 klausula" eta "Osasun-adierazpena" agiriak. Proba baino egun batzuk lehenago bidaliko dizkizuegu posta elektronikoz.

aramotzmendilasterketa@gmail.com

6.- Recorrido:

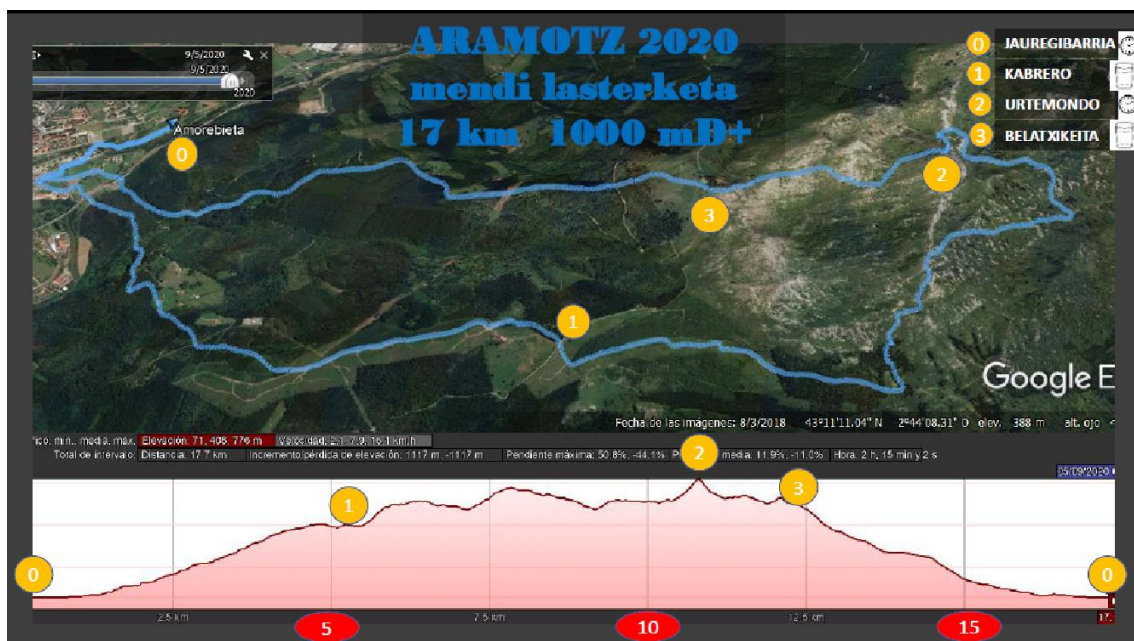
La prueba cuenta con un recorrido de 17 kilómetros y 1.000 metros de desnivel positivo acumulado; discurriendo por los senderos y pistas de la Sierra de Aramotz dentro del Parque Natural de Urkiola.

Podéis ver el video y la altimetría del recorrido en los siguientes enlaces:

6.- Ibilbidea:

Probak 17 kilometro eta 1.000 metroko desnibel positibo metatua du, eta Aramotz mendilerroko bidexka eta pistetatik igarotzen da, Urkiolako Parke Naturalean.

Esteka hauetan dituzue ibilbidearen bideoa eta altimetria:



<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/aramotz-mendi-lasterketa-2020-17k-57367973>

<https://www.relive.cc/view/vPv4MVn4P3O>

<https://www.youtube.com/watch?v=6D3WswOcf-U&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3Z8cqLhCJrKzL-ffU8Ep3vdpc1W1RhkIK2U0dXl1TNXSzhler99cWxuzA>

7.- Salida y llegada:

Se establecerá el horario de salida de cada participante, que se publicará en la web de la carrera días antes de su celebración. Cada corredor deberá presentarse en el punto de salida dos minutos antes de su hora. El corredor/a que no esté a su hora de salida, perderá su derecho a participar en la prueba.

A la entrada del recinto de salida, voluntarios de la organización tomarán la temperatura corporal a cada participante. En caso de ser superior a 37,5°C, no podrá tomar la salida. Y el participante se pondrá a disposición del responsable de salud de la organización, siguiendo en todo momento las indicaciones recibidas.

Los participantes deberán llevar puesta la mascarilla hasta el momento de su salida, y una vez tomada la salida, deberá llevarla consigo guardada en todo momento, para poderse poner en cualquier momento y circunstancia.

Durante la carrera, los participantes deberán respetar la distancia de seguridad de 2,5 metros, intentando mantener las mayores medidas de seguridad posible en los adelantamientos.

Inmediatamente después de cruzar la meta, los participantes deberán colocarse la mascarilla, siguiendo las indicaciones de los voluntarios y señalización.

7.- Irteera eta helmuga:

Parte-hartzaile bakoitzaren irteera-ordutegia ezarriko da, eta lasterketaren webgunean argitaratuko da lasterketa egin baino egun batzuk lehenago. Korrikalari bakoitza irteera-puntuan aurkeztu beharko da, ordua baino bi minutu lehenago. Irteera-orduan ez dagoen lasterkariak proban parte hartzeko eskubidea galduko du.

Irteera-barrutiaren sarreran, antolakundeko boluntarioek gorputz-tenperatura hartuko diote parte-hartzaile bakoitzari. 37,5°C-tik gorakoa bada, ezin izango da irten. Eta parte-hartzailea antolakundeko osasun arduradunaren eskura jarriko da, jasotako jarraibideei kasu eginez beti.

Parte-hartzaileek maskara eraman beharko dute irten arte, eta irteera hartu ondoren, beti aldean eraman beharko dute, noiznahi eta edozein unetan jarri ahal izateko.

Lasterketan, parte-hartzaileek 2,5 metroko segurtasun-tartea errespetatu beharko dute, eta ahalik eta segurtasun-neurri handienak hartzen saiatu aurreratzeetan.

Helmuga zeharkatu eta berehala, parte-hartzaileek maskara jarri beharko dute, boluntarioen jarraibideei eta seinaleei jarraituz.



8.- Señalización:

El recorrido está debidamente señalizado con carteles indicadores y cintas de balizamiento bien visibles. Siendo obligatorio realizar el recorrido marcado por la organización para la prueba. Existiendo referencias kilométricas cada 5 kilómetros.

8.- Seinaleztapena:

Ibilbidea behar bezala seinalizatuta dago kartel adierazleekin eta ongi ikusteko moduko balizaje-zintekin. Proba egiteko antolatzaileek ezarritako ibilbidea egin behar da nahitaez. Erreferentzia kilometrikoak 5 kilometroko.

9.- Controles:

En el desarrollo de la prueba la organización ha dispuesto de 3 punto de control intermedios aparte del de salida y llegada, siendo obligatorio el paso por los mismos donde se efectuarán los controles de paso reglamentarios. Los controles estarán situados en los siguientes puntos:

Km 10,5 Urtemondo (791m)

9.- Kontrolak:

Proba egiteko, antolatzaileek tarteko 3 kontrol puntu ezarri dituzte, irteera- eta iriste-puntuez gain. Horietan nahitaez igaro beharko dute arauzko pasatze kontrolak egiteko. Kontrolak puntu hauetan kokatuko dira:

Km 10,5 Urtemondo (791m)

10.- Avituallamientos:

Se disponen de 2 puntos de avituallamiento durante el recorrido más el de meta. En estos puntos intermedios se ofrecerán a los participantes productos líquidos (agua e isotónico). Cada

participante deberá llevar consigo un recipiente para poder beber, ya que en los puntos de avituallamiento intermedios solo se dispondrá de bidones para rellenar los envases que lleve cada participante por parte de los voluntarios de la organización. Los avituallamientos estarán situados en los siguientes puntos:

Km 6 Kabreru

Km 12 Belatxikieta

El avituallamiento final se repartirá en bolsas individuales a cada participante. La que contendrá bebida y alimentos sólidos.

10.- Anoa puntuak:

Bi hornitze-puntu daude ibilbidean eta helmugan. Tarteko puntu horietan produktu likidoak (ura eta isotonikoa) eskainiko zaizkie parte-hartzaileei. Parte-hartzaile bakoitzak edateko ontzi bat eraman beharko du berekin; izan ere, tarteko hornitze-puntuetan, antolakundeko boluntarioek parte-hartzaile bakoitzak daramatzan ontziak betetzeko bidoiak baino ez dira jarriko. Hornidurak puntu hauetan kokatuko dira:

Km 6 Kabreru

Km 12 Belatxikieta

Azken hornidura banakako poltsetan banatuko zaio parte-hartzaile bakoitzari. Edaria eta elikagai solidoak izanen dituena.

11.- Tiempos de paso y descalificaciones:

El tiempo máximo de entrada en meta será de 3 horas, por lo que quienes excedan el tiempo máximo establecido perderán toda opción de figurar en la clasificación final.

En cualquier caso, los responsables de la organización tendrán potestad para retirar de la prueba: a los corredores que no cumplan con las expectativas de los tiempos establecidos para los controles de cronometraje, no haya completado el recorrido marcado, no lleve el dorsal reglamentario de forma visible, desatienda las indicaciones de los organizadores en temas de seguridad u otros, mantenga una actitud poco deportiva hacia los demás participantes, cuando consideren que este tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga, no disponga del material obligatorio, o sus condiciones no sean las apropiadas para continuar en carrera. Todos aquellos participantes que se vean afectados 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 miembros de la organización. La organización tiene prevista la participación de dos personas que actuarán como cierre de carrera.

11.- Igarotze orgutegia eta deskalifikazioa:

Helmugan sartzeko gehieneko denbora 3 ordukoa izanen da; beraz, gehieneko denbora gainditzen dutenek azken sailkapenean agertzeko aukera guztiak galduko dituzte.

Nolanahi ere, antolakundeko arduradunek ahalmena izango dute probatik kentzeko: kronometratze-kontroletarako ezarritako denboren itxaropenak betetzen ez dituzten lasterkariei, markatutako ibilbidea osatu ez dutenei, arauzko dortsala ikusteko moduan ez daramatenei, segurtasun-gaietan antolatzaileek emandako jarraibideei jaramonik egiten ez dietenei edo bestelakoei, kiroltasunik gabeko jarrera izan dezatela gainerako parte-hartzaileekin, baldin eta uste badute lasterketak bere gaitasun fisikoak edo teknikoak murriztu dituela, nekearen arrazoi gisa. Deskalifikatzeko erabakiaren eraginpean dauden parte-hartzaile guztiak kontrolgunerik hurbilenean eman beharko dute dortsala, eta proba utzi, erakundeko kideen jarraibideei kasu eginez. Antolakundeak bi lagunen parte hartzea aurreikusten du, lasterketa izteko.

12.- Clasificación:

En la clasificación figurarán todos los participantes que han completado el recorrido dentro del tiempo máximo establecido y no hayan sido descalificados. Siendo añadidos al tiempo, las posibles penalizaciones.

12.- Sailkapena:

Sailkapenean, ibilbidea ezarritako gehieneko denboran osatu duten eta deskalifikatu ez diren parte-hartzaile guztiak agertuko dira. Aldi berean, izan litezkeen zigorrak gehituko zaizkio.

13.- Categorías:

Las categorías serán las siguientes teniendo en cuenta la edad el día de la prueba.

ABSOLUTO MASCULINO (Todos los participantes masculinos de la prueba)

ABSOLUTO FEMENINO (Todos los participantes femeninos de la prueba)

13.- Kategoriak:

Kategoriak ondoko hauek izanen dira, probaren egunean adina kontuan hartuta.

GIZONEZKOEN ABSOLUTUA (probako gizonezko parte-hartzaile guztiak)

EMAKUMEZKOEN ABSOLUTUA (probako parte-hartzaile guztiak)

14. Premios:

L@s tres primer@s puestos de cada categoría recibirán una serie trofeos y premios en metálico (1º 150€, 2º 100€ y 3º 50€ por cada categoría). La entrega de premios se realizará a las 12,30 horas en el escenario situado en el parque Jauregibarria. El/la primer@ zornotzarra recibirá un premio especial.

La entrega de premios será en pódium con distancia entre los premiados, donde solo subirán estos y teniendo que llevar la mascarilla puesta en todo momento. Las autoridades y demás se situarán a los lados del escenario sin contacto físico con los deportistas.

14.- Sariak:

Kategoria bakoitzeko lehen hiru postuek trofeoak eta sariak jasoko dituzte dirutan (1. 150 €, 2. 100 € eta 3. 50 € kategoria bakoitzeko). Sariak 12:30ean banatuko dira, Jauregibarria parkean. Lehen zornotzarrak sari berezia jasoko du.

Sariak podiumean banatuko dira, sarituen arteko distantziarekin. Sariak bakarrik igoko dira eta maskara uneoro jantzita eraman beharko da. Agintariak eta gainerakoak agertokiaren alboetan jarriko dira, kirolariekin kontaktu fisikorik izan gabe.

15.- Charla técnica:

Por motivos de evitar aglomeraciones y posibles focos de contagio, no se realizará la charla técnica. Teniendo toda la información necesaria en la web de la prueba:

<https://aramotzmendilasterketa.eus/>

15.- Txarla teknikoa:

Aglomerazioak eta kutsadura-fokuak saihesteko, ez da hitzaldi teknikorik emango. Probaren webgunean behar den informazio guztia izanda:

<https://aramotzmendilasterketa.eus/>

16.- Material obligatorio:

El participante llevará un calzado y vestimenta adecuado a la prueba. Teniendo en cuenta el terreno, pronóstico meteorológico y dificultad de la prueba.

El participante deberá llevar consigo un recipiente para beber en los puntos de avituallamiento durante el recorrido.

El participante deberá llevar la mascarilla puesta antes y después de su participación, y la deberá llevar consigo guardada durante su participación en la prueba para poder hacer uso de ella en caso de darse la situación necesaria.

En caso de condiciones meteorológicas adversas el organizador podrá incluir como material obligatorio chubasquero u otras prendas.

Se realizará control del material obligatorio en la salida de la prueba.

16.- Derrigorrezko materiala:

Ibilbidean zehar, parte-hartzaileak edateko ontzi bat eraman beharko du.

Parte-hartzaileak maskara jantzi beharko du parte hartu aurretik eta ondoren, eta berarekin eraman beharko du proban parte hartzen duen bitartean, behar den egoeretan erabili ahal izateko.

Eguraldi txarra eginez gero, antolatzaileak txubaskeroa edo beste jantzi batzuk sar ditzake nahitaezko material gisa.

Probaren irteeran nahitaezko materiala kontrolatuko da.

17.- Material recomendado:

Es muy recomendable para todos los participantes portar durante el transcurso de toda la prueba un cortaviento. Este cortaviento se recomienda que sea de la talla correspondiente al participante, con mangas largas y capucha. Pudiendo ser sustituido la capucha por una braga (buf).

Es muy recomendable también protección de tobillos. Se trata de un recorrido con varios tramos y descensos técnicos con riesgo de torceduras de tobillo (tapping, etc.)

17.- Gomendatutako materiala:

Oso gomendagarria da parte-hartzaile guztientzat haizearen kontrako jaka, proba osoan. Jaka parte-hartzaileari dagokion neurrikoa izatea gomendatzen da, mahuka luzeak eta txanoa erabiliz. Txanoaren ordeztu braga bat (buf) erabil daiteke.

Orkatilen babesa ere oso gomendagarria da. Zenbait zati eta jaitsiera tekniko dituen ibilbidea da, orkatila bihurritzeko arriskua duena (tapping, etab.).

18.- Seguridad y Asistencia sanitaria:

La organización situará durante el recorrido personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado. En caso de abandono hay que comunicarlo lo antes posible al personal de la organización. Se dispondrá de personal sanitario durante el recorrido para intervenir en caso de necesidad y en la zona de salida-llegada.

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.

18.- Segurtasun eta mediku asistentzia:

Antolatzaileek, ibilbidean, parte-hartzaileen segurtasuna zaintzeko arduraren duten langile espezializatuak jarriko dituzte. Nahitaezkoa da langile horien jarraibideei jarraitzea, behar bezala identifikatuta. Bertan behera utziz gero, lehenbailehen jakinarazi behar zaie erakundeko langileei. Behar izanez gero, osasun langileak izanen dira ibilbidean zehar eta irteera-/iriste-eremuan.

Antolatzaileek eskubidea dute lasterketa ibilbide alternatiboen bidez desbideratzeko, eta beharrezkotzat jotzen dituzten aldaketak egiteko, baldintza desberdinen arabera. Halaber, baldintza meteorologikoek hala eskatzen badute, proba bertan behera uzteko eskubidea dute.

19.- Medio ambiente:

La carrera se desarrolla en su mayor parte por parajes de excepcional belleza natural y gran protección, por lo que será obligación de todos preservar el entorno respetando al máximo la fauna y flora del lugar, y evitando arrojar desperdicios fuera de las áreas de avituallamiento indicadas. 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 participantes.

19.- Ingurumena:

Lasterketaren zatirik handiena edertasun natural eta babes handiko bazterretan egiten da. Beraz, guztion betebeharra izango da ingurunea zaintzea, tokiko fauna eta flora ahalik eta gehien errespetatuz, eta adierazitako hornidura eremuetatik kanpo hondakinak botatzea saihestuz. Horretarako, edukiontziak edo zabor-poltsak jarriko dira, hornidura postutik 100 metroko distantziara.

Parte-hartzaileek arau hau ez betetzea zuzenean deskalifikatzeko arrazoia izanen da.

20.- Auxilio en accidentes:

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.

20.- Istripuen sorospena:

Parte-hartzaileak behartuak daude laguntza behar duten istripua izan dutenei laguntzera eta pasoko kontroletan gertatzen diren ezbeharren berri ematera.

21.- Derechos de imagen:

La organización se reserva los derechos exclusivos de las imágenes, de tomar y recopilar fotografías, vídeo e información de las pruebas, en las que todos los participantes están implicados, así como de utilizar todo este material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico o de promoción del evento. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar previamente con el consentimiento de la organización.

21.- Irudi baimena:

Antolatzaileek beretzat gordetzen dituzte argazkien, bideoaren eta probei buruzko informazioaren eskubide eksklusiboak, parte-hartzaile guztiak tartean direla. Halaber, material hori guztia erabiltzen dute iragarkietarako, harreman publikoetarako edo bestelako kazetaritza- edo sustapen-helburuetarako. Komunikabideen edo publizitatearen arloko edozein proiektuk erakundearen baimena izan beharko du aldez aurretik.

22.- Modificaciones:

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento.

22.- Aldaketak:

Erakundeak edozein unetan zuzendu, aldatu edo hobetu dezake erregelamendu hau. Inskripzioa egiteak parte-hartzaileak erregelamendu honekin duen adostasuna adierazten du.

23.- Otros:

En lo no dispuesto en este reglamento, se contemplará lo dispuesto en el Reglamento de Carreras por Montaña de la Federación Vasca de Montaña en vigor.

23.- Bestelakoak:

Erregelamendu honetan xedatu ez den orotan, indarra duen Euskal Herriko Mendi Federazioaren Mendiko Lasterketen Erregelamenduan xedatutakoa hartuko da kontuan.