

## MENDI KROSAREN ARAUTEGIA

### 1.- DATA ETA LEKUA

Herri Ametsa Talaia Mendi Krosa **2023ko urtarrilaren 29an, goizeko 10:00etan**, izango da. Abiapuntua eta helmuga Herri Ametsa Ikastolan izanen dira.

### 2.- IBILBIDEA

Ulian zehar izango da, Herri Ametsa Ikastolatik hasita, eta **15 km**-ko luzera izango du. Ibilbidea eta kilometroak behar bezala seinaleztatuta egongo dira, kartelen bidez.

**Helmugakoaz gain bi hornidura postu atonduko dira; bata 5,5Km-an eta bestea, 11,1.Km-an.** Postu horietan, parte hartzaileei edariak eta jatekoa eskainiko zaizkie.

Bestalde, **hondakin gutxiago sorrarazteko eta ingurumena zaintzeko helburuarekin hemendik aurrera ez dira plastikozko edalontziak egongo. Parte-hartzaile bakoitzari edalontzi berrerabilgarri bat (poltsikoan gorde daitekeena, adibidez) ekartzeko eskatzen diogu.**

### 3.- MAILAK

**18 urtetik gorakoek soilik** parte har dezakete.

**Bi maila izango dira:**

- **Absolutua** (18 eta 39 urte bitarteko emakumezkoentzako eta 18 eta 44 urte bitarteko gizonezkoentzako).
- **Beteranoena** (40 urtetik gorako emakumezkoentzako eta 45 urtetik gorako gizonezkoentzako).

### 4.- IZEN-EMATEA

Mendi krosean parte hartzeko, **18€** ordaindu behar dira. Aurten, korrikalari bakoitzak ordaindutako kopurutik euro bat **Gautena elkarteari** emango zaio. Izena emateko epea **2022ko abenduaren 15etik 2023ko urtarrilaren 25a arte** (biak barne) izanen da, [www.herrikrosa.eus](http://www.herrikrosa.eus) webgunean soilik. Lasterketaren egunean ere izena eman daiteke (**22€**), goizeko 8:30etatik 9:30ak arte, betiere **275 lasterkarien kopurua gainditu ez bada.**

Korrikalari kopuru hori betetzen den momentuan itxaron zerrenda irekiko da [www.herrikrosa.eus](http://www.herrikrosa.eus) webgunean.

Korrikalariak bere izen-deiturak herrikroseko webguneko parte-hartzaileen zerrendan ageri direla ziurtatu beharko du eta izenaren ondoan **tarjeta (bai)** ageri dela. Hala ez bada, antolakuntzarekin harremanetan jartzea beharrezkoa da.

#### **Izen-emateak honako hauek bermatzen ditu:**

- Lasterketan parte hartzeko eskubidea.
- Txip bidezko kronometraje-zerbitzua.
- Istripu-asegurua.
- Erantzukizun zibileko asegurua.
- Osasun-laguntza lasterketan.
- Opari bat eta probaren kamiseta oroigarria.
- Oparien zozketan parte-hartzea.
- Hornidura postuetako janaria eta edaria.
- Ikastolako zerbitzuak erabiltzeko aukera: kontsigna, komunak, aparkalekua...

**Azkenik, inork lasterketan parte hartu ezin badu (lesioa, gaixotasuna... dela kausa), antolakuntzari (Herri Ametsari) horrexen berri eman diezaioke lasterketa eguna baino astebete lehenago arte.**

**Korrikalari batek izen-eman gabe, edo beste pertsona baten zenbakiarekin, haren identitatea ordeztuz, proban parte hartzen badu, antolakuntzak zigortu egingo ditu eta ez dute ondorengo edizioetan parte hartuko, eta egunean bertan parte hartu duen pertsona deskalifikatuta izango da. Bestalde, zerbait gertatuko balitz, antolatzailearenak diren bitartekoek ezingo liekete arreta eskaini korrikalari horiei.**

#### **5.- KORRIKALARIEN ZENBAKIEN BANAKETA**

Korrikalarien poltsak (dagozkien zenbakiekin) **Ikastolako portxean banatuko dira: batetik, 2023ko urtarrilaren 26an eta 27an, arratsaldeko 15:00ak eta 19:00ak bitartean, eta bestetik, lasterketaren egunean, 8:30etatik 9:45ak arte.**

Zenbakiok bularrean jarri behar dira, argi eta garbi ikusgai.

## 6.- ZAINZA ZERBITZUA ETA DUTXAK

Ikastolan, motxilak uzteko zaindegia eta dutxak izango dira (ur beroa mugatua). Horrez gain, Bidebieta auzoko kiroldegian sartzeko eta bertako dutxak erabiltzeko aukera ere egongo da.

## 7.- SAILKAPENA

Krosaren kronometrajeaz Herrikrossa arduratuko da.

### Deskalifikatzeko arrazoiak:

- kontrol puntuetara nahiz helmugara lehena heldu eta handik 90 minutura ez iristea,
- korrikalariak zeharbideak hartzea edo ibilbide osoa ez egitea,
- korrikalariak zaborra edozein tokitan botatzea eta ez prestatutako lekuetan,
- Korrikalariak animaliak eta landareak ez errespetatzea,
- Korrikalariak gainerako partaideekiko kirol-kontrako jarrera mantentzea,
- korrikalariak erakundearen argibideak aintzat ez hartzea,
- korrikalari batek zenbaki gabe korrika egitea eta
- korrikalari batek beste baten zenbakia eramatea.

## 8.- SARIAK

- Sailkapen orokorreko lehen hirurentzat, gizonezkoen zein emakumezkoen sailetan.
- Beteranoen mailako lehen gizonezkoarentzat eta lehen emakumezkoarentzat.
- Ikastolarekin harremana duten edo izan dutenen artean (ikaslea, ikasle ohia, aita, ama, langilea edo langile ohia), helmugara aurrena iristen diren lehen gizonezkoarentzat eta lehen emakumezkoarentzat.

## 9.- OPARIAK ETA HAMAIKETAKOA

**Parte hartzaile guztiei elastiko bat** emanen zaie **opari**: izena ematean, neurria zehazteko eskatuko da, baina azken egunetan izena emanez gero, ez dugu bermatzen denentzako neurri egokiak geratuko direnik. Honetaz gain, aurren ere, **opari berezi bat** ere emango zaie.

Ibilbidea bukatu ondoren, parte hartzaile guztien artean **hainbat opari zozkatuko** dira eta **hamaiketako polita** eskainiko zaie.

## **10.- SEGURTASUNA**

**Udaltzain, boluntario eta Gurutze Gorrikoen** laguntzaz, antolatzaileek lasterketa ondo kudeatzea eta arazorik ez izatea bermatuko dute.

**Antolakuntzak eskubide osoa izango du proba beste ibilbide batetik desbideratzeko, beharrezkotzat jo litzakeen aldaketak egiteko eta, eguraldiak edota beste eragileren batek hartaratuta balego, lasterketa bertan behera uzteko.**

## **11.-ERANTZUKIZUNA**

Herri Ametsa Talaia mendi krosean izena emanda dauden parte-hartzaile guztiek proban borondatez eta euren ardurapean parte hartzen dute. Norberak bere gain hartu beharko du kirol jarduerak dakarren arriskua. Parte-hartzaile guztiei aurrez **osasun-azterketa egitea gomendatzen zaie.**

**Bestalde, antolakuntzak Ardura Zibileko eta Istripuko aseguruak izango ditu parte-hartzaileentzat.** Hala ere, antolakuntza ez da inoiz, norberaren egoeragatik edo ekintzengatik sortutako ezbeharren, zuhurtziagabekeriaren, arduragabekeriaren, gaixotasunen, arazo fisikoen, arauak eta arautegia ez betetzearen edo proba egiten den lekura joan-etorrietan sortutako istripuen erantzule izango. Parte-hartzaileek, salbuetsi, uko egin eta libratu egiten dituzte erakunde antolatzailea, laguntzaileak, babesleak eta beste korrikalariak partaideekiko eta haien oinordeekiko izan ditzaketen erantzukizun zibileko arduretatik, eta onartzen dute antolakuntzaren, laguntzaileen, babesleen eta beste partaideen aurkako salaketarik ez dutela jarriko.

Halaber, parte-hartzaileek betekizun izanen dute istripuren bat izan duen edonor laguntzea eta kontrol-guneetan edozein ezbeharren berri ematea.

## **12.- KONTROLAK**

Ibilbidearen luze-zabalean, antolakuntzak kontrol-guneak jarriko ditu eta bertatik igarotzea ezinbestekoa izango da.

## **13.- INGURUMENA**

Lasterketa mendi inguru eta parke natural batetik igaroko da. Uliako zati bat **Kontserbazio Bereziko Eremua** da. Beraz, tokiok behar bezala zaintzeko,

parte-hartzaile guztiek zaborra hornidura postuetatik gertu jarriko diren zakarrontzietara soilik bota dezakete. Bestalde, animaliak eta landareak errespetatzea nahiz ibilbidean zehar zeharbideak ez hartzea ezinbestekoa da. Natura-ingurunearen errespetuarekin eta zaintzarekin lotuta parte-hartzaileentzako arauak eta betebeharrak:

- Ingurumena errespetatu. Ez kaltetu baliabide natural, geologiko, kulturalak...
- Antolakuntzak ezarritako eta markatutako ibilbidea errespetatu, bertatik irten gabe.
- Ez bota zaborrik (hondakinak, bilgarriak, janaria, materiala,...) antolakuntzak baimendutako lekuetan izan ezik.
- Beste parte-hartzaileen ingurumen-jokaera arduragabeak antolakuntzari jakinarazi.

**Ingurumen-arau hauek ez betetzea, zigortzeko eta/edo deskalifikaziorako arrazoia izango da.**

#### **14.- IRUDI ESKUBIDEAK**

Parte hartzaile bakoitzak ontzat ematen du antolatzaileek ateratako argazki edo bideoetan euren irudia libreki erabiltzeko eskubidea.

#### **15.- DATUEN BABESA**

Parte-hartzaileek euren datu pertsonalak kirol helburuetarako erabiltzeko baimena ematen dute.

#### **16.- ARAUDIAREN ONARPENA**

Lehiaketan parte hartze hutsak arauok onartzea dakar.

#### **ARGIBIDEAK**

**☎**: 943 393 520

**emaila**: [kirolkomisioa@herriametsa.com](mailto:kirolkomisioa@herriametsa.com)

**Webgunea**: [kross.herriametsa.com](http://kross.herriametsa.com)

**Facebook**: [www.facebook.com/herriametsatalaia](http://www.facebook.com/herriametsatalaia)