

# NORMATIVA DEL CROSS DE MONTAÑA

## 1.- FECHA Y LUGAR

La prueba Herri Ametsa Talaia Mendi Krosa se celebrará **el próximo 29 de enero de 2023**, a las **10:00** de la mañana. La salida y la llegada estarán en la Ikastola Herri Ametsa.

## 2.- RECORRIDO

Recorrerá el monte Ulia y tendrá una longitud de **15 km**. Tanto el recorrido como los kilómetros estarán debidamente señalizados.

**Además del de la meta**, habrá **dos puntos de avituallamiento en los kilómetros 5,5 y 11,1**, provistos de diferentes bebidas y comida para los corredores.

**Con el objetivo de generar menos residuos y proteger el medio ambiente no habrá vasos de plástico.** Por lo tanto, pedimos a **cada participante traer un vaso reutilizable** (que se pueda guardar en el bolsillo, por ejemplo).

## 3.- CATEGORÍAS

Solo podrán participar corredores **mayores de 18 años**. Habrá dos categorías:

- **Absoluta** (mujeres de entre 18 y 39 años y hombres de entre 18 y 44 años).
- **Veteranos** (mujeres mayores de 40 años y hombres mayores de 45 años).

## 4.- INSCRIPCIONES

La inscripción cuesta **18€**. Este año se entregará un euro de lo que abone cada participante **a la asociación Gautena**. El periodo de inscripción será del **15 de diciembre de 2022 hasta el 25 de enero de 2023** (ambas fechas inclusive): únicamente se podrá inscribir a través de la página web [www.herrikrosa.eus](http://www.herrikrosa.eus). También se podrá realizar la inscripción el mismo día de la carrera (**22€**), de 8:30 a 9:30, siempre que no se haya sobrepasado el

**máximo de 275 participantes.** En el momento que se llene el cupo de corredores se abrirá la lista de espera en la página web [www.herrikrosa.eus](http://www.herrikrosa.eus).

El atleta **deberá comprobar** que su nombre y apellidos figuran **en la lista de inscritos de la web de herrikrosa** antes del día de la prueba, **con la mención *Tarjeta (sí)*** en el listado. De no ser así, deberá ponerse en contacto con la organización.

**La inscripción incluye:**

- Derecho a participar en la carrera.
- Servicio de cronometraje mediante chip.
- Seguro de accidentes.
- Seguro responsabilidad civil.
- Asistencia médica en carrera.
- Un regalo y la camiseta conmemorativa de la prueba.
- Participación en el sorteo de regalos.
- Servicio de comida y bebida en los avituallamientos.
- La posibilidad de usar los servicios que ofrece la ikastola: consigna, servicios, aparcamiento...

**Por último, cualquier participante que no pueda asistir a la prueba (debido a lesión, enfermedad...), puede comunicarlo a la organización (Herri Ametsa) hasta una semana antes de la prueba.**

**En el caso de que un corredor participe en la prueba sin dorsal, o lo haga con dorsal de otra persona suplantando su identidad, la organización los sancionará y no participarán en las ediciones posteriores, quedando descalificado el que haya participado el día de la carrera. Por otra parte, si ocurriera algo, estos corredores no podrán ser atendidos por los medios que pertenezcan al organizador.**

## **5.- ENTREGA DE DORSALES**

Las bolsas (con los respectivos dorsales) se repartirán en el porche de la Ikastola **el 26 y 27 de enero, de 15:00 a 19:00 de la tarde, así como el día de la carrera, de 8:30 a 9:45.**

Los dorsales deberán colocarse en el pecho: deberán estar bien visibles, ir enteros y sin dobleces.

## 6.- CONSIGNA Y DUCHAS

La consigna y las duchas (el agua caliente es limitada) estarán situadas en la misma Ikastola. Además, el corredor que así lo desee, podrá entrar en el Polideportivo de Bidebieta y utilizar los vestuarios, así como las duchas.

## 7.- CLASIFICACIÓN

*Herrikrosa* se encargará de cronometrar la carrera.

### Se descalificará:

- a quien llegue a los controles o a meta 90 minutos más tarde que el primer corredor,
- a quien tome atajos o no realice todo el recorrido,
- a quien tire basura en cualquier lugar y no en las zonas señalizadas,
- a quien no respete la fauna y la flora,
- a quien mantenga una actitud antideportiva hacia los demás participantes,
- a quien no haga caso a las indicaciones de la organización,
- a quien corra sin dorsal y
- a quien lleve el dorsal de otra persona.

## 8.- PREMIOS

- Para las tres primeras personas de la clasificación general, tanto en la categoría masculina como en la femenina.
- En la categoría de veteranos, para el primer participante masculino y la primera participante femenina.
- Para el primer participante masculino y la primera participante femenina en llegar a la meta que tengan o hayan tenido relación con la Ikastola Herri Ametsa (alumno/a, ex alumno/a, padre, madre, trabajador/a o ex trabajador/a).

## 9.- REGALOS Y HAMAIKETAKO

**Se regalará una camiseta a todo participante:** se solicitará la talla deseada en el momento de la inscripción, pero no garantizamos que todas queden disponibles en caso de inscripciones tardías. A parte de esto, habrá un **regalo especial** para cada participante.

Se sortearán diferentes regalos entre todos los participantes y, a continuación, se celebrará un **bonito refrigerio** para todos.

## **10.- SEGURIDAD**

La organización velará por que la prueba se desarrolle en orden y disciplina, contando para ello con la ayuda de **los voluntarios y Cruz Roja**.

**La organización podrá desviar o cambiar el recorrido de la carrera o suspenderla debido a las inclemencias meteorológicas o a otros factores que así lo obliguen.**

## **11. RESPONSABILIDAD**

Todos los participantes inscritos en el cross de montaña Herri Ametsa Talaia entienden que participan voluntariamente y bajo su propia responsabilidad en la prueba. Cada corredor asumirá el riesgo que implica la actividad deportiva. **Se recomienda realizar un reconocimiento médico previo a todos los participantes.**

Por otra parte, **la organización dispone de un seguro de responsabilidad civil y de accidentes para los participantes.** Sin embargo, nunca se hará responsable de los accidentes que se deriven de un padecimiento o tara latente, imprudencia, negligencia, inobservancia de las normas y del reglamento, así como los producidos en los desplazamientos al y desde el lugar en que se desarrolle la prueba. Los participantes exoneran, renuncian, eximen y convienen en no denunciar a la entidad organizadora, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, de toda responsabilidad civil para con los participantes y sus herederos.

Será obligación de todo participante auxiliar al participante que requiera ayuda, así como avisar de los hechos en cualquier punto de control.

## **12.- CONTROLES**

La organización pondrá puestos de control en el recorrido y será obligatorio pasar por ellos.

## **13.- MEDIO AMBIENTE**

La carrera se desarrollará por zonas de monte y un parque natural. Una parte de Ulia es **Zona Especial de Conservación**. Por lo tanto, para cuidar debidamente el medio ambiente, los participantes deberán arrojar la basura únicamente en las bolsas de basura de las zonas de avituallamiento. Por otra

parte, es fundamental tanto respetar la fauna y la flora como no tomar atajos en el recorrido.

Normas y obligaciones para los y las participantes, relacionadas con el respeto y cuidado del medio natural:

- Respetar el entorno. No dañar los recursos naturales, geológicos, culturales...
- Respetar el itinerario establecido y balizado por la organización, no saliéndose de éste.
- No tirar basura (desperdicios, envolturas, alimentos, material, ...) salvo en los lugares habilitados por la organización.
- Remitir a la organización cualquier conducta medioambiental negligente de otros participantes.

**El incumplimiento de estas normas medioambientales será motivo de penalización y/o descalificación.**

#### **14.- DERECHOS DE IMAGEN**

Todo participante autoriza a la organización a utilizar y publicar libremente toda fotografía o vídeo grabado en el contexto de la carrera.

#### **15.- PROTECCIÓN DE DATOS**

Los participantes dan su consentimiento para que la organización de la prueba trate, con finalidad deportiva, sus datos de carácter personal.

#### **16.- APROBACIÓN DEL REGLAMENTO**

El mero hecho de participar en la prueba significa la aceptación de este reglamento.

#### **INFORMACIÓN**

**☎:** 943 393 520

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

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

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