



FROGAREN ARAUDIA

1. ART.: ANTOLATZAILEA

Bostibaia Kirol Elkartek, **Jarindo Albertia Mendi Lasterketaren** 10. edizioa antolatzen du, **2023ko urriaren 22an**, igandea, Legution (Araban), eta Legutioko Udalaren babesarekin.

Arabako Mendizale Federazioak (AMF) antolatutako Arabako Mendi Lasterketen Koparako puntuagarria izango da. Puntuak izateko, mendian federatuta egon behar da Araba barruan lasterketaren egunean bertan, eta AMFek ezarritako baldintzak bete beharko dira.

2. ART.: ORDUTEGIA ETA IRTEERA-LEKUA

Irteera 11: 00etan izango da, Legutioko udaletxearen aurrean, Carmen kalean, 10.

3. ART.: IBILBIDEA

Ibilbidea Arlabango Mendien eta Legutioko (566m) ingurune naturalean egingo da. Herri horretatik, Jarindo (895m) gailurrera igotzen da lehenik, eta Albertiara (867m) gero, pago kimatuen eta haritzen baso trinkoa zeharkatuz.

Lur mota: % 10 asfaltoa, % 40 pista eta % 50 bidezidorra

Distantzia: 15,930 km

Desnibel positiboa: 629 m

4. ART.: PARTE-HARTZAILEAK

2008an edo lehenago jaiotako pertsona orok parte hartu ahal izango du, baldin eta federazio-zehapenik ez badu eta alde zuzenetik dagokion inskripzioa egin badu.

18 urtetik beherakoek, **tutoreak idatzitako baimena** aurkeztu beharko dute.

Parte-hartzaileen gehieneko muga **300 pertsonakoa** izango da

5. ART.: IZEN-EMATEAK

Izen-emateak internet bidez **rockthesport.com** webgunean egingo dira, zordunketa txartela erabiliz, **2023ko irailaren 4 eta urriaren 18 bitartean** edo gehieneko muga bete arte. Ez da egongo itxaron -zerrendarik.

Inskripzioaren zenbatekoa **12 €**-koa izango da (prezio bakarra).

6. ART.: DORTSALAK

Dortsalak probaren egunean bertan banatuko dira, **9:00etatik aurrera**, Kultur Etxean (udaletxearen aurrean).

Dortsala gorputzaren aurrealdean eraman beharko da, lasterketa osoan ikusteko moduan.

7. ART.: KRONOMETRAJEA ETA EBAKETA-DENBORA

Denboraren kontrola txiparen bitartez egingo da.

Lasterketa amaitzeko, 2 ordu eta 15 minutu egingo ahal izango dira gehienez, eta Pagolan (8,700 km) ordu bat eta 30 minutuko mozketak egingo dira. Helmuga 13:15ean itxiko da. Ordutegi horretatik kanpo helmugara iristen diren pertsonak ez dira sailkatuko.



FROGAREN ARAUDIA

Ezarritako mugen barruan amaituko ez diren pertsonen, ibilbide alternatibo laburragoren bat egiteko eskatu ahal izango die Erakundeak. Edonola ere, nahi duten ibilbidetik jarraitu ahal izango dute, baina ez dute sailkatuko.

8. ART.: SAILKAPENAK

Helmugako denboraren eta postuaren arabera, sailkapen hauek egingo dira:

- Gizonezkoen sailkapen orokorra
- Emakumezkoen sailkapen orokorra
- Gizonezko bertakoen sailkapena (Legution erroldatutakoak)
- Emakumezko bertakoen sailkapena (Legution erroldatutakoak)

9. ART.: GARAIKURRAK ETA SARIAK

Antolatzaileak sari bat emango die sailkapen orokorreko lehengo hiru sailkatuei, gizonezkoei zein emakumezkoei, eta baita Legutioko lehen gizonari eta lehen emakumeari ere.

Sari banaketa **13:15ak aldera** egingo da.

10. ART.: ZOZKETA

Parte-hartzaile guztiak, bertako saltokiak eta enpresak eskainitako produktu eta zerbitzuen zozketan sartuko dira. Saritua izanez gero, dortsala edo nortasun agiria aurkeztu beharko da.

11. ART.: HORNIDURAK

Gutxienez, **bi hornidura-postu** egongo dira: 8,8 kilometroan eta helmugan. Hondakinak horretarako mugatutako eremuan utzi beharko dira.

Ez da plastikozko edalontzirik edo botilatxorik eskainiko, beraz, norberak bere ontzia eraman beharko du.

12. ART.: ZERBITZUAK

- **ZAINDEGIA:** Parte-hartzaileek poltsa itxi batean utzi ahal izango dute arropa, horretarako prestatutako lekuan. Poltsa jasotzeko dortsala aurkeztu behar da.
- **DUTXAK:** Kiroldegian (mutilak) eta gimnasioan (neskak), biak helmugatik 100 metrora.

13. ART.: ISTRIPU-ASEGURUA

Inskribatutako pertsona guztiek **aseguru bat izango dute** istripuren bat gertatuz gero.

14. ART.: DEBEKUAK ETA ZEHAPEN-NEURRIAK

Segurtasun-arrazoia direla eta, debekatuta dago bizikletan edo beste edozein ibilgailutan laguntzea, baita animaliekin ere.

JARINDO ALBERTIA X. MENDI LASTERKETAN parte hartu izana, araudi honi eta antolatzaileen oharrei men egitea dakar. Bestela, Erakundeak dagozkion zehapen-neurriak hartzeko eskubidea hartuko du.