

ARAUDIA

1. Frogak bakarkakoak izango dira. Partehartzaileen adina gutxienez 16 urtekoa izando da, lasterketan daukana kontutan hartuko delarik (18 urtez beherakoek gurasoen edotutorearen baimena izan beharko dute)
2. Bastoiak erabil daitezke, horrela izan ezkerro hasieratik amaieraraino eramatea derrigorrezkoa delarik.
3. Atzetik irten eta aurreratzeko egoeran dagoen korrikalariari pasatsen uztea derrigorrezkoa da.
4. Ibilbidea markatutako eremutik burutzea derrigorrezkoa da.
5. Lasterketa burutzen den ingurua ez errespetatzeak, lasterkariarentzako zigorra suposatuko luke.
6. Lasterketan zehar laguntza (gurutze gorria, laguntza taldea...) jasotzen ez dabilen zaurituren baten egoerari buruz antolakuntzako partaideei abisu ez emateak zigorra suposatuko luke.
7. Frogen irteerak bakarka burutuko dira, lasterkarien artean 20" - 2' tarteko aldeak ezarriko direlarik irteeran. Antolakuntzari dagokio irteera tarte hau zehaztea.
8. Partehartzea irekia da, lasterkari orok bere sailkapenari dagozkion puntuak lortuko dituelarik.
9. Partehartzaileak honako maila edo kategoritan banatuta egongo dira:
 - GIZONEZKO absolutua
 - EMAKUMEZKO absolutua
10. Kronometraje txartel eta dortsal banaketa lasterketa egun berean burutuko dira, froga hasi baino ordu t'erdi lehenago.
11. Partehartzaile bakoitzak, arropa arinen bat utzi ahal izango du antolakuntzaren esku, ondoren helmugara iristean erabili ahal izateko. Arropak lasterketa hasi baino ordubete lehenagorarte jasoko dira.
12. Irteera bakarkakoa izango da. Lasterkari bakoitzari dagokion irteera orduan ez irtetzeak denbora zigorra eta antolakuntzak esandako orduan irtetzea suposatuko luke.
13. Sari banaketako ordutegi edota protokoloa ez errespetatzeak, lasterkariaren sari galtzea suposatuko luke.
14. Arautegi hau ez betetzeak denbora zigorra edo kanporaketa suposatuko luke.
15. Araudi honetan agertzen ez diren gauzetan, Lasterketako Batzordearen erabakiak hartuko dira kontutan.
16. 2017ko MEKNF-ren KB-etako araudia bete beharko da froga honetan.