



## X. "MUGARRIZ MUGARRI" 2024 Mendiko ibilaldia ARAUDIA

### 1- Aurkezpena

Arabako, Bizkaiko, Gipuzkoako, Nafarroako eta Iparraldeko klubek eta Euskal Mendizale Federazioko Martxa Batzordeak (Zirkuitua) antolatzen duten Ibilaldi Luzeko Zirkuituan (ILI-MLR) integratutako mendi martxa da GANGURENeko **MUGARRIZ MUGARRI 2024**. 2024ko maiatzaren 26an egingo da Galdakaon (Bizkaia), irteera eta helmuga Gipuzkoa kalean, 11-Behean (**Ganguren MTren bulegoak**) izanik.

Helburua mendiko kirola sustatzea da, parte-hartzaileei Euskal Herriko geografia eta ondarea erakutsiz, eta kasu honetan Galdakaokoa eta Usansolokoa, bertako mugarri guztiak ezagutuz.

### 2- Modalitateak eta kategoriak

Ekitaldiak bi modalitate ditu:

- ✓ Ibilaldi luzea, 50 km. Galdakaoko mugarrietatik ibilbidea, Arkotxa-Upo-Tontorrandi-Usansolo-Burtotza-Kortederra-Arrizurigane-Artola-Elorritxueta-Ganguren-Jugo-Errekalde pasatuz.
- ✓ Ibilaldi laburra, 19 km. Ibilaldia 3 etapatan banatu da. Galdakao-Usansolo, Usansolo-Artola eta Artola-Galdakao. Aurten Artolatik Galdakaora doan ibilbidearen 3. etapa izango da. Horri gehitu behar zaio Artolaraino iristeko bidea, Padrola eta Elexaldetik egiten dena hasierako lekuraino..

### 3-Inskripzioak eta parte hartzeko kupoak

Izen-emateak, ahalden neurrian, Internet bidez egingo dira, [GangurenMTren](https://gangurenmtren.com) web orriaren bidez. Webgune hori probaren webgunekeo ([SportManiacs.com-MugarrizMugarri](https://sportmaniacs.com-MugarrizMugarri)) <https://sportmaniacs.com> plataforman oinarritzen da 2024ko urtarrilaren 29eko 00: 00etatik 2024ko maiatzaren 21eko 21: 00ra arte.

Internetekin arazoak dituzten pertsonentzat, klubaren bulegoetan ere egin daiteke, edo [mugarrizmugarri@gmail.com](mailto:mugarrizmugarri@gmail.com) helbidera mezu bat bidaliz, izena emateko orria beteta eta ordainagiriak eta federazioarenak jasota.

350 parte-hartzaileko gehieneko kupoa dago; gehieneko kupo hori betetzen bada, izen-emateak itxiko dira. Ordainketa egin ondoren baino ez da baliozkotuko inskripzioa.

Izena eman ahal izateko baldintzak hauek dira:

- 18 urte baino gehiago izatea.
- Ahal dela, federatuta egotea.
- Nahitaezkoa da kontrol-puntu guztietatik pasatzea eta dortsala erregistratzea.
- 5:45etik 12:00etara bitarteko ibilbidea egitea.

Inskripzioak honako hauek barne hartzen ditu:

- Ibilaldian parte hartzea
- Erantzukizun zibileko aseguruia
- Istripu-asegurua.
- Laguntza medikoa karreran
- Hornidurak

## 2024ko "MUGARRIZ MUGARRI" Iraupen luzeko ibilaldiak(ILI) - ZIRKUITUA



## Araudia

- Txip bidezko kronometraje zerbitzua
- Dutxa zerbitzua egongo da Urretako kiroldegian.

Proba honetan parte hartzeak berekin dakar araudi hau eta antolakuntzak argitaratutako informazioa onartzea.

### 4-Prezioak

|                         | Federatuak |              |                   | Ez federatuak |              |                   |
|-------------------------|------------|--------------|-------------------|---------------|--------------|-------------------|
|                         | Bazkideak  | Ez Bazkideak | Bientzat          | Bazkideak     | Ez Bazkideak | Bientzat          |
| <b>Martxa</b>           | 24-2-29tik | 24-2-29tik   | 24-4-27tik        | 24-2-29tik    | 24-2-29tik   | 24-4-27tik        |
|                         | 24-4-26ra  | 24-4-26ra    | 24-5-26ra         | 24-4-26ra     | 24-4-26ra    | 24-5-26ra         |
| <b>Mugarriz Mugarri</b> | <b>12€</b> | <b>15€</b>   | <b>Prezioa+5€</b> | <b>15€</b>    | <b>18€</b>   | <b>Prezioa+5€</b> |

3 epe ezartzen dira inskripzioa baliogabetzeko, betiere erakundeak eskatutako justifikazioarekin:

- 2024/01/29etik 2024/03/31ra inskripzioaren % 100 itzuliko da.
- 2024/04/01etik 2024/05/01era inskripzioaren % 75 itzuliko da.
- 2024/05/02tik 2024/05/15era inskripzioaren % 50 itzuliko da.

2024/05/16tik aurrera ezin izango da inskripzio-deuseztapenik egin.

Baliogabetze guztiek, edozein epetan egiten direla ere, 5 €kobratuko dituzte administrazio-gastu gisa.

Ezin da inola ere inskripzioa beste artekari bati eskualdatu.

Inskripzioa baliogabetzeak horrek dakartzan eskubide guztiak galtzea dakar (opariak, hornidurak, etab.).

Inskripzioari buruzko edozein eskaera (baliogabetzeak, parte-hartzaileen datuak aldatzea, etab.) erakundeari jakinarazi beharko zaio helbide elektroniko honen bidez: [mugarrizmugarri@gmail.com](mailto:mugarrizmugarri@gmail.com)

Onartzeko eskubidea gordetzen du

### 5- Irteera-ordutegiak

- ✓ 50 km-ko ibilbide luzea. Irteera 7: 00etan.
- ✓ 19 km-ko ibilbide laburra. Irteera 8: 30ean.

### 6- . Sariak

I.L.I.-ML.R.etan ezin denez irabazlerik egon, parte-hartzaileak SAILKATUAK EDO SAILKATU GABEAK izango dira. Hori dela eta, ibilaldian parte hartu duten guztiei opari bat emango zaie.

### 7- Anoak-Hornidurak

Ibilaldia autosufizientzia-erregimenean egingo da, eta parte-hartzaile bakoitzak bertan hartuko duen likidoa eta solidoa eraman beharko ditu. Antolatzaileek hornigaiak izango dituzte, eta parte-hartzaileek likido-bidoia eraman beharko dute, antolatzaileek bete dezaten. Jarraian zehazten dira hornidura horien kokapena eta osaera. Ibilaldia ahalik eta segurtasunik handienarekin egiteko, 8 kontrol-puntu ezarri dira.

- Ganguren MT egoitza soziala (irteera eta dortsalak)
- San Segismundo (dortsala eta edaria kontrolatzea)



- Isisi (dortsala eta janaria kontrolatzea)
- Kortederra (dortsala eta edaria kontrolatzea)
- Artola (dortsala eta janaria kontrolatzea)
- Erletxeta-Mintegia (dortsala eta janaria kontrolatzea)
- Zukua (bizkarraldea eta janaria kontrolatzea)
- Galdakao, Ganguren MT egoitza soziala (dorsal-kontrola, janaria eta dutxak)

Antolatzaileek emango dute edarien eta elikagaien azken hornidura.

## 8- Dorsalak ematea.

Dorsalak antolatzaileek horretarako prestatutako lekuan jasoko dira, Ganguren MTren lokaletan, proba hasi baino ordubete lehenagotik, betiere antolatzaileek adierazitako tokitik sartuz eta adierazitako jarraibideei jarraituz (lerroak, distantziak).

Ezinbestekoa izango da parte-hartzaile bakoitzaren NANA aurkeztea, bai eta federatuaren txartela ere, horien kasuan.

Larrialdietan jarraitu beharreko protokoloa eta kasu horietan deitu beharreko telefono-zenbakiak jasoko dituen informazioa emango da. Halaber, gun bat egongo da korrika egiten dutenek larrialdietan edo konortea galduz gero mediku-taldeentzat garrantzitsuak diren datuak idatz ditzaten, hala nola RH odol-taldea edo alergiak, hiesa, epilepsia, diabetesa, gaixotasun zeliakoa... edo nabarmentzeko moduko beste edozein gaixotasun.

Parte-hartzailea identifikatu ondoren, poltsak, dorsalak eta txipak entregatzen dituzten langileak, proba osoan zehar jantzita eraman beharko dituztenak, parte hartzen dutenentzat egokitutako zerbitzu guztietarako sarbidea ematen baitute: irteera-gunea, hornidurak, erretiratzeko garraioak, zerbitzu medikoak, dutxak, etab.

## 9- Kontsigna

Antolatzaileek kontsigna-zerbitzu bat eskainiko diete parte hartzen dutenei irteera/helmuga gunean. Kontsigna-zerbitzua (poltsa uzteko) Ganguren MTren lokalen Rokodromoan egongo da.

Poltsa identifikatzeko dorsalaren zenbakia erabiliko da eta poltsa ateratzeko dorsala aurkeztu beharko da. Lan-poltsen edukia ez da egiaztatuko, eta, beraz, ez da erreklamaziorik onartuko. Balio handiko objekturik ez sartzea gomendatzen da.

## 10- Parte-hartzaileen portaera orokorra

Ibilaldian parte hartuko duen pertsonak antolakuntzak emandako dorsala eraman beharko du. Proba osoan (kamisetan) ageriko lekuan eta aurrealdean eramango da, eta ezin izango da ez tolestu ez ebaki.

Parte-hartzaile orok laguntza eman behar dio arriskuan edo istripua izan duen beste edozein parte-hartzaileari, eta gertuen duen kontrolari jakinarazi behar dio berehala. Sorospen-gabetzeak probatik berehala kanporatzea ekarriko du.

Parte-hartzaile bakoitzaren betebeharra da hondakinak erakundeak adierazitako lekuetara eramatea.

Parte-hartzaileek, ibilbide osoan zehar, uneoro bete beharko dituzte antolakundeko kideen jarraibideak, betiere lehiaketako araudia eta antolakuntzarekin zerikusirik ez duten arrazoiengatik, probaren aurretik edo proba egin bitartean, antolakuntzak har ditzakeen



aldaketak errespetatuz.

Parte-hartzailea erretiratuz gero, antolakundearen kontrol batean egingo du, hari abisua emanez eta dortsala entregatuz; parte-hartzaileak bere gain hartuko du uzten duenetik duen erantzukizun guztia.

Ibilaldian ezin da txakurrarekin ibili.

### 11- Erantzukizuna

Antolakuntzak aseguruak eta osasun-baliabideak ditu zirkuituan erregistratzen den edozein istripu estaltzeko, baina parte-hartzailearen arduragabekeriagatik istripu-erantzukizun oro bertan behera uzten du. Bere buruari eta hirugarrenei eragin dakizkiekeen kalteen erantzule izango da.

Antolakundeak ez ditu bere gain hartuko parte-hartzaileei, laguntzaileei, zaleei nahiz galduz gero, antolatzaileek kontratatutako aseguruaren estalduretatik kanpo, materialak galdu, hondatu edo galduz gero gerta daitezkeen kalteen ondoriozko erreklamazioak edo demandak. Izena eman duen pertsonak uste du bere borondatez eta bere erantzukizunpean parte hartzen duela lehiaketan. Ondorioz, erakunde antolatzailea, laguntzaileak, babesleak eta beste parte-hartzaile batzuk ez salatzea, uko egitea, salbuestea eta ez salatzea erabaki dute, korrikalariekiko eta haien oinordekoekiko erantzukizun zibil orotatik.

### 12- Seinaleztapena eta igarotze-kontrolak

Ibilbidea behar bezala seinaleztatuta egongo da seinaleztapen-banderen, zinten eta antolatzaileek jarritako gainerako elementuen bidez. Parte-hartzaileek markatutako ibilbideari jarraitu beharko diote eta boluntarioek esandakoari kasu egin beharko diote une oro; ibilbidetik irtetzen den edo jarraibideak errespetatzen ez dituen oro probatik kanporatu ahal izango da, eta ekitaldiaren aseguruaren estalduratik kanpo geratuko da. Parte-hartzaileen segurtasuna bermatzeko, antolatzaileek eta udaltzainek herriko kaleen arteko hasierako tartea neutralizatuko dute, eta ezin izango dituzte gainditu probako epaileak behin betiko irteera Zuatzun egin arte.

Antolatzaileek igarobide-kontrola ezarriko dute ibilbideko punturen batean; puntu horretatik igaro ez dena ibilaldirako sailkapenetik kanpo geratuko da. Era berean, proba amaitzeko eta kontroletatik igarotzeko gehieneko denbora bat jarriko da, eta gehieneko denbora hori gainditzeko dutenak probatik kanpo geratuko dira.

Antolatzaileek libilaldiaren ibilbidea biltzen duen track bat argitaratuko dute, eta parte-hartzaileek GPS bat edo antzeko bat eramatea gomendatzen da.

### 13- Segurtasuna

Antolakuntzak beretzat gordetzen du ibilaldia ibilbide alternatibo batetik desbideratzeko eta baldintza desberdinen arabera beharrezkotzat jotzen dituen aldaketak egiteko eskubidea, bai eta proba bertan behera uzteko eskubidea ere, eguraldiak hala behartzen badu edo halabeharrez, betiere ibilaldi-batzordeak aldeztu aurretik hala adosten badu.

Ibilaldia ixteko ardura duen erratz taldeak egiaztatuko du parte-hartzaile guztiak pasatu direla.

### 14- Frogaren etendura edo deuseztapena



Zirkunstantziek hala eskatzen badute, antolatzaileek proba eten ahal izango dute ibilbideko puntu batean; kasu horretan, eten-puntuaren edo, halakorik ezean, egindako azken kontrolean hartutako posizioak eta iritsiera-denbora hartuko dira. Helmugaraino kontrolik ez badago, helmugara iristeko denborak hartzen dira.

Ordutegi-mugak aldatzen badira, ezarritako ordu-muga berrietara iritsi ezin direnak karreratik/kontroletik kanpo geratuko dira..

### 15- Zerbitzu medikoak

Antolatzaileek anbulantzia bat izango dute helmugan, eta lur orotako ibilgailuak Oztazarai eta Upo, Lekubaso eta Usansolo, Burtotza eta Kortederra, Arrizurigane eta Artola, Ganguren eta Jugo inguruan, parte-hartzaileei arreta emateko. Edozein parte-hartzailek ezbeharren bat izanez gero, borondatezko langileren bati jakinarazi ahal izango dio laguntza eskatzeko eta dagozkion zerbitzuei jakinarazteko. Parte-hartzaile orok laguntza behar duen beste edozein parte-hartzaileari kasu egin beharko dio.

Proba egin aurretik azterketa medikoa egitea gomendatzen die antolatzaileek parte hartzen dutenei, eta kirol-jardueraren ondoriozko arriskua onartu beharko dute.

### 16- Osasun-laguntza

Inskribatutako pertsona guztiek dute federazioaren aseguru. Federatuta ez daudenentzat, erakundeak arrisku-kiroletarako istripu-aseguru sinatu du haienentzat eta ekitaldi honetarako. Horrenbestez, proban inskribatutako pertsona orok berariazko baimena ematen dio erakundeari bere datuak aseguru-erakundeari lagatzeko, istripua gertatuz gero laguntza egokia bermatzeko.

Antolatzaileek bateriadun telefono mugikor bat eramatea gomendatzen diete parte-hartzaileei, baita, beharrezkoa izanez gero, 112 telefonora deitzea ere.

### 17- Ibilaldiaren zuzendaritza

Ganguren Mendi Taldeak, ekitaldiaren antolatzailea den aldetik, ekitaldiaren segurtasuna eta ibilbide ona zaintzeko argibide, aldaketa edo bestelako neurriak hartzeko ardura eta ahalmena du.

Nolanahi ere, erakundeak ahalmena izango du kronometraje-kontrolerako ezarritako denboretako aurreikuspenak betetzen ez dituztenak probatik kentzeko, bai eta honako kasu hauetakoren batean dagoen edonor ere:

- Probaren arauak haustea.
- Izena eman ez duen pertsona edo animalia bakoitzeko laguntza jasotzea (erbi-lana), bai ibilbidean, bai ibilbidetik kanpoko puntuetan.
- Markatutako ibilbidea ez betetzea.
- Arauzko dortsala ondo ikusteko moduan ez eramatea.
- Erakundearen jarraibideei jaramonik ez egitea.
- Gainerako parte-hartzaileekiko kirol-jarrera eskasa izatea.
- Ingurumenaren aurkako arau-hausteren bat egitea (ez birziklatzea edo zaborra lurrera botatzea)

### 18- Irudi-eskubideak

Izena eman duten parte-hartzaile guztiek antolakuntzak hartutako argazki eta bideoak ekitaldiaren sare sozialetan zintzilikatzeko aukera izango dute.