



**EUSKAL MENDIZALE
FEDERAZIOA**







Reglamento de Competición
de Carreras por Montaña

Mendi Lasterketen

Txapelketetarako Araudia

***EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOAK
2007KO OTSAILAREN 17AN ELGETAN EGINDAKO
BATZARREAN ONARTUTAKOA***

MENDI LASTERKETEN TXAPELKETETARAKO ARAUDIA

1.- SARRERA ETA HELBURUAK	3
	
2.- AUTONOMIA ERKIDEGOETAKO LEHIAKETAK. MOTAK	3
2.1.- Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuitua	3
2.2.- Euskadiko Mendi Lasterketen Kopa	4
2.3.- Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketa	5
2.4.- Beste lehiaketa mota batzuk	6
3.- ANTOLAMENDUA	6
3.1.- Euskadiko Mendi Lasterketen Kopako eta Txapelketako aukeraketa irizpideak	6
3.2.- Lehiaketaren kontrola: epaileak eta gainbegiraleak	6
3.3.- Antolakuntzako kideak	7
3.4.- Lehiaketako epaimahaia	8
	
4.-LASTERKARIENTZAKO LEHIAKETA ARAUDIA	8
4.1.- Lehiaketarako izena ematea	8
4.2.- Materiala eta ekipamendua	8
4.3.- Materialaren kontrola eta hornidura gainbegiratzea	9
4.4.- Lehiakideen jokaera orokorra	9
4.5.- Lasterkarien edo taldeen zigortzea edo kanporatzea	9
4.6.- Kanporatzea eta zigorra jartzeko aukera	10
4.7.- Proba atzeratzea, etetea eta ezeztatzea	10
	
5.- DOPINA	10
	
6.- TRIPTIKOAK ETA KARTELAK EGITEKO ARAUAK	10
	
7.- ERREKLAMAZIOAK ETA APELAZIO SISTEMAK	11
7.1.- Erreklamazioak	11
7.2.- Lehiaketa ondorengo erreklamazioak	11
	
8.- SEGURTASUNA ETA LEHIAKETEN HOMOLOGAZIOA	12
8.1.- Hitzaurrea	12
8.2.- Ibilbidea	12
8.3.- Segurtasuna	13
8.4.- Irteerako eta helmugako zonak	14
8.5.- Kontrolak. Dagozkien zereginak eta ardurak	14
8.6.- Hornidura zona	14
8.7.- Kontroletako pasoko denborak	15
8.8.- Mapak	15
8.9.- Dortsala	15
8.10.- Materiala gainbegiratzea eta kontrolatzea	15
8.11.- Ibilbide alternatiboak	16
8.12.- Informazio bilera	16
8.13.- Sailkapenak	16
ERANSKINAK	16
1. eranskina: erreklamazio orria	17
2. eranskina: bibliografia	18

1. SARRERA ETA HELBURUAK

Mendi Lasterketek Euskal Mendizale Federazioaren (EMF aurrerantzean) estatutuetan biltzen diren jardueren multzoko diziplina bat osatzen dute, eta estatutu horiek beronen batzarrak onartu ditu.

Mendi Lasterketak uda garaian nahiz neguan izaten dira, eta eksklusiboki ahalik eta epe laburrenean oinez egiten diren lasterketak sartzen dira beronen barnean. Lasterketa horietan ezin izango dira sartu % 40tik gorako maldak edo 2. mailako zailtasun teknikoak. Hona hemen sailkapena:

- **Behe mailako mendi lasterketak.-** Ibilbidearen puntuetariko batean 300 metroko altuera gainditzen duten baina kotarik handiengan 1.000 metrokoa altuera gainditzen ez duten lasterketak dira.
- **Erdi mailako mendi lasterketak.-** Ibilbidearen punturen batean 1.000 metrotik gorako altuerara iristen diren lasterketak dira.
- **Goi mailako mendi lasterketak.-** Ibilbidearen punturen batean 2.000 metrotik gorako altuerara iristen diren lasterketak dira.
- **Skyrunning lasterketak.-** Goi Mendiko Nazioarteko Kirol Federazioak (FSA) izendapen hori ematen dien lasterketak dira.

Euskal Herriko Mendi Lasterketei dagokienez, hauxe da EMFren helburua:

- *Kirol espezialitate honen bilakaera sustatzea eta zeregin horretan laguntzea, araudiarekin lotutako gaiak, azpiegiturak eta lasterkariaren kirol prestakuntzari eta mendiko teknikariari dagokienez; estatuko eta nazioarteko lehiaketa ofizialetan, EMF ordezkatzeko duten kirolariaren hautaketarako erreferentziatzat erabiltzea, eta lehiaketetan Lurralde Federazioetako eta Mendi Elkartetako mendiko lasterkari eta talde onenak biltzea, guztia baliabideen kudeaketa integralean oinarrituta.*



2.- AUTONOMIA ERKIDEGOKO LEHIAKETAK. MOTAK

EMF da mendi lasterketen esparruko lehiaketa mota hauetarako baimena eman dezakeen bakarra:

- **Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuitua.**
- **Euskadiko Mendi Lasterketen Kopa.**
- **Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketa.**
- **Beste lehiaketa mota batzuk, EMFk onartutakoak.**

2.1. Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuitua

2.1.1 EMFk antolatzaileekin egindako kontratuan ezarritako baldintzen arabera, hauek antolatuko dute Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuitua, araudi hau eta indarrean dauden arau teknikoak betez.

2.1.2 Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuitua EMFk berak homologatutako proba guztiek osatuko dute, eta bakarkako izaera izango du.

2.1.3 Parte hartzaileek 17 urte izan behar dituzte gutxienez.

2.1.4 Probetako irteera lerroan kokatuta egingo da. Elkarren segidan lerro bat baino gehiago ezarri ahal izango dira, ibilbide bakoitzerako bat, eta/edo sailkapenaren, aurretiazko probaren edo lehen postuen arabera ezarri ahal izango dira lerroak.

2.1.5 Partaide guztiek EMFren urte horretako lizentzia izan behar dute, lehiaketa horretako parte hartzearen estaldura duen kirol aseguruia barne hartuta.

2.1.6 Gainerako partaideek bakoitzari dagokion herrialdeak emandako kirol lizentzia izan behar dute, eta erantzukizun zibileko aseguruia kontratatuta dutela eta beharrezko estaldura duen istripu aseguruia badutela erakutsi behar dute.

2.1.7 EMFren lizentzia duten parte hartzaileek soilik lor dezakete dagokien izendapena Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuituko sailkapenean.

2.1.8 Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuiturako, parte hartzaileen artean 2 kategoria hauek bereiziko dira:

- **EMAKUMEZKOAK:** senior maila (17 urtetik 39ra) eta beteranoen maila (40 urtetik gorakoak)
- **GIZONEZKOAK:** senior maila (17 urtetik 44ra) eta beteranoen maila (45 urtetik gorakoak)

Denboraldi osorako kontuan hartuko den adina Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuituko azken proba egunean parte hartzaileak duena izango da.

- 2.1.9 Euskadiko Zirkuitua amaitzen denean eta azken probako sari banaketa bukatzen denean, txapeldunak izendatuko dira, eta Euskal Mendizaletasunaren Jaiaren egunean dagozkien garaikurrak, sariak eta diplomak emango zaizkie.
- 2.1.10 EMFri egoki irudituz gero, proba horretan bertan, “Taldekako Euskadiko Zirkuitua” ere egingo da, irizpide hauetan oinarrituta:
- Gutxienez elkarre bereko hiru lasterkaririk lortu behar dute puntuazioa Taldekako Euskadiko Zirkuituaren sailkapenean sartzeko. Soilik bi edo gutxiago badira, ez dira sartuko taldekako sailkapen horretan.
 - Sailkapenerako, Euskadiko Kopako taula ofizialeko puntuak hartuko dira kontuan, elkarre bereko gizonezko lasterkarien artean hiru puntuaziorik onenak batuko dira, bakoitzaren kategoria aintzat hartu gabe, eta elkarre horretako lehenengo emakumearena, honen kategoria ere aintza hartu gabe. Puntuaziorik handiena lortzen duen elkarre izango da Euskadiko Txapelduna.
 - Taldean partaide kopurua elkarre bakoitzari egoki iruditzen zaiona izango da, eta gutxienez lasterketa hasi baino 12 ordu lehenagotik ofizialki izena emanda izan behar dute.

2.2. Euskadiko Mendi Lasterketen Kopa

- 2.2.1 EMFk antolatzaileekin egindako kontratuan ezarritako baldintzen arabera, hauek antolatuko dituzte Euskadiko Mendi Lasterketen Koparako baliozkoak diren probak, araudi hau eta indarrean dauden arau teknikoak betez.
- 2.2.2 Euskadiko Mendi Lasterketen Koparen barneko proba puntuagarrien kopurua hau da: hiru gutxienez eta sei gehienez. Proba horietako bakoitza egun bakarrean egingo da.
- 2.2.3 Probek bakarkako izaera izango dute. Parte hartzaileek 18 urte izan behar dituzte gutxienez.
- 2.2.4 Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketan nahiz Euskadiko Mendi Lasterketen Kopan bertan aurreko edizioan kategoria guztietan lehenengo hiru lekuetan sailkatu zirenek parte hartzeko aukera ziurtatuta daukate Euskadiko Mendi Lasterketen Kopako proba guztietan.
- 2.2.5 Probatako irteera lerroan kokatuta egingo da. Elkarren segidan lerro bat baino gehiago ezarri ahal izango dira, ibilbide bakoitzerako bat, eta/edo sailkapenaren edo lehen postuen arabera ezarri ahal izango dira lerroak.
- 2.2.6 Partaide guztiek EMFren urte horretako lizentzia izan behar dute, lehiaketa horretako parte hartzearen estaldura duen kirol aseguruaren barne hartuta.
- 2.2.7 Gainerako partaideek bakoitzari dagokion herrialdeak emandako kirol lizentzia izan behar dute, eta erantzukizun zibileko aseguruaren kontratatuta dutela eta beharrezko estaldura duen istripu aseguruaren badutela erakutsi behar dute.
- 2.2.8 Euskadiko Mendi Lasterketen Koparako, parte hartzaileen artean bi kategoria hauek bereiziko dira:
- EMAKUMEZKOAK: senior maila (18 urtetik 39ra) eta beteranoen maila (40 urtetik gorakoak).
 - GIZONEZKOAK: senior maila (18 urtetik 44ra) eta beteranoen maila (45 urtetik gorakoak)
- Denboraldi osorako kontuan hartuko den adina Euskadiko Mendi Lasterketen Kopako azken proba egunean parte hartzaileak duena izango da.
- 2.2.9 Puntuazio sistema kategorian bakoitzean:
- Euskadiko Kopako proba bakoitzari “zailtasun koefiziente” bat esleituko zaio, distantzia (kilometroan) eta desnibel positibo metatuta (metroan) kontuan hartuta. Koefiziente hori atera ahal izateko, eragiketa hau egingo da: $[\text{distantzia} \times \text{desnibel positiboa}] / 1000$. Emaitza zenbaki osoa izango da beti eta, horretarako, biribildu egingo da, behetik X'1-etik X'5-era, eta goitik X'6-tik X'9-ra.
- Horrela aplikatuko da zailtasun koefizientea sailkapeneko toki bakoitzean: $[50 \times \text{koefizientea}] / 10$, lehen sailkatuarentzat. $[49 \times \text{koefizientea}] / 10$ bigarren sailkatuarentzat. $[48 \times \text{koefizientea}] / 10$, hirugarren sailkatuarentzat; eta horrelaxe jarraituko da 50. tokira arte, eta honek lortuko dituen puntuak koefizientearen balioa / 10 eragiketari dagozkionak izango dira. Eragiketa honetan alboratu izango dira dezimalak.
- Horiez gain, 51. tokiaren atzetik sailkatzen direnak lortuko dituzten puntuak eragiketa hauen emaitzak izango dira: koefizientea – 1, 51. sailkatuarentzat; koefizientea – 2, 52. sailkatuarentzat; koefizientea – 3, 53. sailkatuarentzat, etab. Puntu bat lortuko duen tokira arte. Gainerako sailkatuek puntu bat lortuko dute. Proba bakoitzean antolatzaileek zailtasun koefizientea beren triptikoetan, karteletan eta web orrialdeetan argitaratu behar dute, distantzia eta desnibel positiboa adierazten duten datuekin batera. Gainera, sailkapeneko toki bakoitzerako jokoan dauden puntu guztiak adierazten dituen taula bat emango zaio parte hartzaile bakoitzari.

Epaileek, bidezkoa iruditzen bazaie, zailtasun koefizientea alda dezakete, baldin eta, ibilbidea aztertu ondoren, antolatzaileek argitaratutako distantzia eta/edo desnibel positiboa beraiek hartu dituztenekin bat ez badatoz. Modu berean, edozein arrazoigatik ibilbide alternatibo bat erabiltzen bada, probaren zailtasun koefizientea ibilbide horren ezaugarrietara egokituko da. Proba egunaren bezperako bilera aurretik edo bileran bertan, aldaketa horren berri eman beharko diete epaileek parte hartzaileei.

2.2.10 Euskadiko Mendi Lasterketen Kopan parte hartzeko, lasterketa kopuru hauetan lortu behar dituzte puntuak:

- Euskadiko Kopak 3 proba baditu, proba horietan guztietan lortutako emaitzak hartuko dira kontuan.
- Euskadiko Kopak 4 proba baditu, horietatik guztietatik hiru emaitzarik onenak hartuko dira kontuan.
- Euskadiko Kopak 5 edo 6 proba baditu, guztietatik lau emaitzarik onenak hartuko dira kontuan.
- Bi lehiakideren edo gehiagoren artean berdinketarik gertatzen bada, azkena jokatu den lasterketan lortutako emaitzarik onena hartuko da kontuan

2.2.11 Euskadiko Kopa amaitzen denean eta azken probako sari banaketa bukatzen denean, txapeldunak izendatuko dira, eta Euskal Mendizaletasunaren Jaiaren egunean dagozkien garaikurrak, sariak eta diplomak emango zaizkie.

2.3. Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketa

2.3.1 EMFk antolatzaileekin egindako kontratuan ezarritako baldintzen arabera, hauek antolatuko dute Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketa, araudi hau eta indarrean dauden arau teknikoak betez.

2.3.2 Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketan egun bakarreko proba bakarra egingo da, eta bakarkako izaera izango du.

2.3.3 Parte hartzaileek 18 urte izan behar dituzte gutxienez.

2.3.4 Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketan nahiz Euskadiko Mendi Lasterketen Kopan aurreko edizioan kategoria guztietan lehenengo hiru lekuetan sailkatu zirenek parte hartzeko aukera ziurtatuta daukate Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketan.

2.3.5 Probatuko irteera lerroan kokatuta egingo da. Elkarren segidan lerro bat baino gehiago ezarri ahal izango dira, ibilbide bakoitzerako bat, eta/edo sailkapenaren, aurretiazko probaren edo lehen postuen arabera ezarri ahal izango dira lerroak.

2.3.6 Partaide guztiek EMFren urte horretako lizentzia izan behar dute, lehiaketa horretako parte hartzearen estaldura duen kirol aseguruia barne hartuta.

2.3.7 Gainerako partaideek bakoitzari dagokion herrialdeak emandako kirol lizentzia izan behar dute, eta erantzukizun zibileko aseguruia kontratatuta dutela eta beharrezko estaldura duen istripu aseguruia badutela erakutsi behar dute.

2.3.8 EMFren lizentzia duten parte hartzaileek soilik lor dezakete dagokien izendapena Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketako sailkapenean.

2.3.9 Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketa honetarako, parte hartzaileen artean bi kategoria hauek bereiziko dira:

- EMAKUMEZKOAK: senior maila (18 urtetik 39ra) eta beteranoen maila (40 urtetik gorakoak)
- GIZONEZKOAK: senior maila (18 urtetik 44ra) eta beteranoen maila (45 urtetik gorakoak)

Denboraldi osorako kontuan hartuko den adina Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketako proba egunean bertan parte hartzaileak duena izango da.

2.3.10 Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketa amaitzen denean eta lasterketa horretako bertako sari banaketa egin ondoren, txapeldunak izendatuko dira eta dagozkien garaikurrak, sariak eta diplomak emango zaizkie.

2.3.11 EMFren egoki iruditzen bazaio, proba horretan bertan “Taldekako Euskadiko Txapelketa” egingo da, irizpide hauetan oinarrituta:

- a) Gutxienez elkarre bereko hiru lasterkari lortu behar dute puntuazioa Taldekako Euskadiko Txapelketaren sailkapenean sartzeko. Soilik bi edo gutxiago badira, ez dira sartuko taldekako sailkapen horretan
- b) Sailkapenerako, Euskadiko Kopako taula ofizialeko puntuak hartuko dira kontuan, elkarre bereko gizonezko lasterkarien artean hiru puntuaziorik onenak hartuko dira, bakoitzaren kategoria aintzat hartu gabe, eta elkarre horretako lehenengo emakumearena, honen kategoria ere aintzat hartu gabe. Puntuaziorik handiena lortzen duen elkarre izango da Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelduna.
- c) Taldeen partaide kopurua elkarre bakoitzari egoki iruditzen zaiona izango da, eta gutxienez lasterketa hasi baino 12 ordu lehenagotik ofizialki izena emanda izan behar dute.

2.4. Beste lehiaketa mota batzuk

EMFk lasterketen esparruko beste edozein modalitate ere arautu dezake, erloju kontrako lasterketak, igoerak, jaitsierak, taldekako kopak, taldekako txapelketak, etapakakoak etab.

3. ANTOLAMENUA

EMFren zereginak hauek dira:

- Mendi lasterketekin lotutako alderdi guztiak antolatzea, federazio honek berak antolatutako edo onetsitako Mendi Lasterketen lehiaketa guztiei dagokienez, horretarako duen aginte teknikoa bere gain hartuta (3. idatz-zatian adierazten denari jarraituz).
- Lehiaketaren bat antolatzeko Lurralde Federazioek, mendi elkarteek, erakundeek edo enpresek egindako eskariak jasotzea eta erantzuna ematea.

Euskal Autonomia Erkidegoko lehiaketa ofizial guztiak araudi honetan oinarrituta antolatuko dira, eta araudian biltzen ez diren gaiak EMFk emango die irtenbidea.

Espezialitatearekin lotuta dauden beste federazio batzuen egutegian txertatuta egon daitezke lehiaketa ofizialak, eta aparteko kasuetan eta horretarako arrazoi sendoak ematen badira, EMFk araudi honetan zehaztutako desnibelen azpitik edo gainetik dauden ibilbideak onar ditzake.

3.1. Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuituko, Kopako eta Txapelketako lasterketen aukeraketarako irizpideak.

- 3.1.1. Edizio bakoitzaren aurretik, Euskadiko Mendi Lasterketen Batzordeak aukeratuko ditu Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuituaren egutegia osatuko duten probak, eta hortik aterako dira Euskadiko Mendi Lasterketen Koparako eta Txapelketarako proba puntuagarriak. Aurreko edizioetako funtzionamendua eta gai honen inguruan parte hartzaileek egindako erreklamazioak eta iradokizunak kontuan hartuta aukeratuko dira Euskadiko Mendi Lasterketen Kopa eta Txapelketa; horrez gain, lehiaketa horiek izan diren eremu geografikoak ere aintzat hartuko dira, gutxienez bi denboralditan Euskadiko lurralde guztietara iristeko.
- 3.1.2. Batzordeak araudi honekin bat ez datozen proba guztiak edo antolamenduaren arabera funtzionamendu maila gorena bermatu ezin dutenak baztertzeko ahalmena du, eta Euskadiko Mendi Lasterketen Koparako eta Txapelketarako lasterketa puntuagarrien kasuan, lehentasuna izango dute zirkuituaren barnean dauden baina inoiz honen barnean sartu ez diren probek.
- 3.1.3. Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuituan parte hartzeko, antolatzaile den erakunde bakoitzak urte bakoitzean urri amaiera baino lehen Batzordeari eskari bat igorriko dio idatziz, eta proba egingo den inguruari buruzko informazioa emanez gutun bat helaraziko dio eskariarekin batera, horrela, lehiaketen urteko dossier bat egin ahal izateko. Eskari horretan lasterketa zein egunetan egitea aurreikusten den zehaztuko da, eta ibilbidea, distantzia, desnibela, ibilbidearen goren maila, ordutegiak, lasterketaren zuzendariaren izena eta harremanetarako telefonoa, edota lasterketaren araudia ere azalduko dira bertan.
- 3.1.4. Eskariak jasotzeko epea amaitzen denean, eskaera egin duten elkarte guztiekin bilera egingo da, horrela, proben datak ahalik eta jende gehienak parte hartzeko moduan koordinatzeko eta Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuitua osatzeko.
- 3.1.5. Gutxienez lehen lasterketa hasi baino 30 egun lehenago, Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuituaren egutegia kaleratuko du Euskadiko Mendi Lasterketen Batzordeak, eta Euskadiko Mendi Lasterketen Koparako eta Txapelketarako puntuagarriak diren lasterketak zein diren azalduko du; horrez gain, proba horiek zuzenduko dituen araudi ofiziala ere ezagutaraziko du, eta mendi lasterketa horiek antolatuko dituzten erakunde guztiei eta araudi hori eskuratzeko interesa duten guztiei araudiaren ale bana igorriko die.
- 3.1.6. Nahitaezkoa da antolatzaile guztiek datu base komunak erabiltzea, eta erreferentziazat EMFk berak duena hartu ahal izango da; horrez gain, sailkapen sistema berak erabiliko dira, horrela, lasterketa amaitu bezain pronto emaitzak EMFren web orrialdean ikusteko aukera izan dadin.

3.2. Lehiaketaren kontora: epaileak eta gainbegiraleak

EMFren Mendiko Kiroletako Epaileen Elkargorik ez dagoen bitartean, EMFk honako pertsona hauek izendatuko ditu, edozein lehiaketa mota kontrolatu ahal izateko:

- A. Epaimahaiburua.
- B. Ibilbidearen epaile arbitroa.
- C. Izen emateko guneko, irteerako eta helmugako epaile arbitroa.

EMFri dagokio honako hau izendatzea:

D. EMFren ordezkaria

Pertsona horiek, epaile arbitroek eta ordezkariak, alegia, osatzen dute Lasterketa Batzordea.

A – Epaimahaiburua

Hauek dira epaimahaiburuaren funtzioak:

- Esleitu zaion lasterketaren arduradun nagusia da, eta lasterketarekin lotuta dagoen ororen jarraipena egingo du aurretik, guztia ohiko bideetatik doala eta araudia betetzen ari direla eta beteko dela bermatzeko harremanetan egongo da antolatzaileekin, eta beren zalantzak argituko ditu; lehiaketa eguna iristen denean guztia kontrolpean izan dadin arduratuko da, etab.
- Epaile arbitroen taldeari bere gain hartuko dituen funtzioak esleituko dizkio, lehiaketaren garapen orokorra aztertuko du, eta lehiaketari dagokion akta sinatuko du.
- Mendi Lasterketen Batzordeko arduradunari informazioa emango dio epaimahaiburuak, eta lehiaketa bakoitza bide onetik doala bermatzeko etengabe harremanetan egongo da honekin.
- Epaimahaiburuak *Mendi Lasterketen epaileari dagokion titulazioa izan behar du.*

B – Ibilbidearen epaile arbitroa:

EMFko Mendi Lasterketen Batzordearen eskariz, duen zailtasunagatik, luzeragatik edo helezintasunagatik ibilbidea aztertzea zaila denean, zeregin hori ibilbideko bi gainbegiraleren esku utz daiteke. Zeregin hauek beteko ditu:

- Ibilbidearen trazadura gainbegiratu du, batez ere segurtasunari, marraketari, pasoko kontrolei nahiz informazio kontrolei eta soka finkoko instalazioei begira. Ibilbidea antolatzeaz arduratu den taldeko pertsona batek lagunduko dio.
- Ibilbidearen epaile arbitroak *Mendi Lasterketen epaileari dagokion titulazioa izan behar du.*

C – Izen emateko guneko, irteerako eta helmugako epaile arbitroa:

- Lehiaketako parte hartzaileen zerrenda, irteeraren kokapena eta ingurua eta helmugakoa, materialen kontrola eta dopin kontrola gainbegiratu ditu.
- Parte hartzaile guztiek dagokien federazioaren lizentzia dutela ziurtatu du, 2. puntuko parametroen arabera; antolatzaileek berriazko zerrenda batean eta kategorien arabera hauek nabarmendu ditzaten saiaturiko da, eta Espainiako Kopan edo Txapelketan puntuatzeko ezarritako baldintzak betetzen dituzten lehiakideak soilik agertuko dira bertan.
- Irteera balioetsiko du. Antolatzaileek parte hartzaileen helmugako denborak hartzen dituztenean denbora horiek gainbegiratu du.
- Amaierako sailkapena egiterakoan antolatzaileekin elkarlanean arituko da; antolatzaileek sailkapen espezifikoa eta kategorien arabera egin dezaten saiaturiko da, eta Euskadiko Kopan edo Txapelketan puntuatzeko ezarritako baldintzak betetzen dituzten lehiaketak soilik ager daitezten saiaturiko da. Ahalik eta lasterren behin-behineko sailkapena jendaurrean jar dezaten saiaturiko da.
- Lasterketa Batzordeari informazioa eta aholkuak emango dizkio.
- Izen emateko guneko, irteerako eta helmugako epaile arbitroak *Mendi Lasterketen epaileari dagokion titulazioa izan behar du.*

D – EMFren ordezkaria:

Lasterketa Batzordeko partaidea da, eta lehiaketako bilera eta saio guztietan parte hartu behar du. Sarien banaketa gainbegiratu du eta EMFren ingurumen protokoloa betetzen dela ziurtatu du.

3.3. Antolakuntzako kideak

Antolakuntzak honako funtzio hauek bete behar ditu (honen eta EMFren artean sinatutako kontratuan berriaz besterik adierazten ez bada):

Lehiaketa egin aurretiko antolamendua:

- Administrazioa.
- Kontrolak.
- Ibilbidearen trazadura.
- Markaketa eta ekipamenduak.
- Informazio meteorologikoa
- Irteerako eta helmugako zonen ekipamendua.
- Ibilbidea markatuta dakarren mapa eta beronen profila.
- Proba egin baino 30 egun lehenago beronen berri ematen dela bermatzea.

- Lehiaketarako onetsitako lagun guztiei harrera egitea eta erregistratzea (lehiakideak, laguntzaile teknikoak, EMFko teknikariak, prentsa etab.).
- Irteerako zonako, helmugako zonako eta eremu mugatuetako sarrerak erregistratzea eta kontrolatzea, gainbegiraleen jarraibideak onartuz.
- Pasoko kontroletan eta helmugakoetan denborak hartzea.
- Lehiaketako ibilbide osoan segurtasunaz arduratzea.
- Lehiaketa uzten duten lehiakideei laguntzea.
- Gainbegiraleei, prentsari eta komunikabideei zerbitzuak eskaintzea.
- Zerbitzu medikoak, salbamendua eta hitzartutako beste ekipamendu batzuk eskaintzea.
- Irekierako ekitaldiak, sari banaketak eta itxierako ekitaldiak antolatzea.
- Beharrezkoa den bakoitzean gainbegiraleei laguntzea.

OHARRA: lehiaketa egin aurretik eta ondoren, antolatzaileek lehiakideei aldagelez, arropak gordetzeko lekuez eta komunez hornitutako eremu bat prestatu behar diete, dutzak dituen.

3.4. Lehiaketako epaimahaia

Lehiaketako epaimahaia organo aholku-emailea da, eta araudi honetako 7. idatz-zatiaren aurreikusten denaren arabera jokatu du.

Osaketa:

- Probako epaileak.
- Probaren zuzendaria (edo zuzendari teknikoa).
- EMFren ordezkaria.
- Kirolarien ordezkari bat (proban izena eman duten eta Euskadiko Mendi Lasterketen azken Kopan/Txapelketatan lehenengo 10 lekuetan sailkatu ziren pertsonen artetik zozketa bidez aukeratutakoa).

Funtzioak:

Epaimahai hau arduratuko da lehiaketaren garapenaren ondorioz izan daitezkeen erreklamazioei erantzuteaz, eta lasterketaren dataren barnean erreklamazio bat egiten den unean bilduko da.



4.- LASTERKARIENTZAKO LEHIAKETA ARAUDIA

4.1. Lehiaketarako izen ematea

4.1.1 Proban parte hartzeko, ezinbestekoa da izena ematea, eta izena emateko epe hori antolatzaileek erabakitzen dutenean itxiko da. Antolatzaileek proban parte hartzeko kuota bat ezartzea erabaki dezakete.

4.1.2 Izen ematea antolatzaileek ezarritako baldintzen arabera egingo da.

4.1.3 Aurrez izena emateko eta/edo inskripziorako, antolatzaileek honako agiri hauek exijituko dizkiete parte hartzaileei:

- Federatu Lizentzia, nortasun agiri ofizialen bat (pasaportea, NANA, gida baimena...), edo, atzerritarren kasuan, agiri baliokideren bat.
- Gutxienez izan beharreko adina: 18 (ikus 2.1.3 eta 2.2.3).
- EMFren Lizentzia (urte horretakoa), lehiaketa horretako parte hartzearen estaldura duen kirol aseguru barne.

4.1.4 Antolatzaileek ez diete utziko parte hartzen baldintza horiek betetzen ez dituzten kirolariei.

4.1.5 Lehiaketa kirolerako medikuaren gaitasun ziurtagiria eska dezakete antolatzaileek; ziurtagiri horrek mendi lasterketen lehiaketa denboraldia hasi baino hiru hilabete lehenago emandakoa izan behar du gehienez, eta paper ofizialean.

4.2. Materiala eta ekipamendua

4.2.1 Proban parte hartzeko, kirolari bakoitzak mendi lasterketarako oinetako eta jantzi egokiak eraman beharko ditu jantzia, eta dortsala ere soinean eramango du, probak irauten duen denboraldi guztian garbi ikusteko moduan, kontroletako arduradunen irakurketa errazteko; ezin dute tolestu edo moztu, beraz.

4.2.2 Antolatzaileei egoki iruditzen bazaie, lehiakideek nahitaez informazio liburukian zehazten den materiala eraman beharko dute. Antolatzaileek bastoiak edo pioletak erabiltzeko baimena eman dezakete, baina ez elurretako erraketak edo eskiak erabiltzeko.

4.3. Materialen kontrola eta hornidura gainbegiratzea

- 4.3.1 Irteera eremuan sartu aurretik, dortsalaren eta materialaren kontrola egingo da. Materialen inguruko baldintzak, 4.2 idatz-zatian zehazten direnak, betetzen ez dituzten parte hartzaileei ez zaie proba honetan parte hartzen utziko.
- 4.3.2 Antolatzaileek baimendutako materiala berriro azter daiteke kontrol guztietan, eta dortsala manipulatzeko edo beste bati uztea nahikoa arrazoi izango da lehiakide hori berehala kanporatzeko.
- 4.3.3 Erabat debekatuta dago probak dirauen bitartean kanpoko laguntza edo hornigaiak hartzea (antolatzaileek xede horretarako ezarritako puntuetan, informazioa emateko bileran azaldu ziren horietan, hartzen direnak salbu).
- 4.3.4 Aurreko puntuan zehaztutakoaren arabera, kanpoko laguntza jaso daiteke, betiere antolatzaileek xede horretarako ezarritako puntuetan, 100 metro inguruko eremuan.

4.4. Lehiakideen jokaera orokorra

- 4.4.1 Lehiaketa taldeka egiten bada: taldekideek kontroletatik elkarrekin pasatu eta irten behar dute. Helmugako kontrolean denbora hartzeko, azken taldekidea helmugara iristen den unea hartuko da kontuan.
- 4.4.2 Arriskuan dagoen edo istripuren bat izan duen lasterkariari laguntzeko betebeharra dute lehiakideek, eta berehala gertuen dagoen kontroleko arduradunei horren berri emango diete. Laguntza ez emanez gero, berehala kanporatuko da.
- 4.4.3 Lehiakide bakoitzak berarekin eramango ditu zaborrak, latak, paperak eta horrelakoak helmugara edo antolatzaileak zaborrak uzteko ezarritako tokira iritsi arte. Lehiaketa garaian bastoia puskatuz gero, kontrol postuan utz daiteke. Horretarako prestatu ez dagoen inguru batean uzten edo botatzen duena kanporatu egingo da.
- 4.4.4 Lasterkari bakoitzak antolatzaileek markatutako ibilbidea egin behar du. Ez errespetatzea edo zehaztutako kontrol postuetariko batetik ez pasatzea zigortzeko arrazoi edo kanporatzeko arrazoi izango da.
- 4.4.5 Ibilbidean, parte hartzaileek une oro kontrol postuetako kideen jarraibideak beteko dituzte.
- 4.4.6 Parte hartzaileei dopin kontrolak egiteko eskatuz gero, onartu beharra dute.
- 4.4.7 Lehiakideek kiroltasunez jokatu behar dute, eta gainerako kirolariek, epaileekin, gainbegiraleekin, kontroletako kideekin eta antolatzaileekin errespetuz jokatu behar dute.
- 4.4.8 Parte hartzaile orok LEHIAKETA ARAUDIA ezagutu eta errespetatu behar du, eta lehiaketa aurretik eta/edo lehiaketa garaian, antolatzaileen eskumenetik kanpo dauden arrazoiengatik Lasterketa Batzordeak har ditzakeen neurriak onartuko ditu.
- 4.4.9 Lasterkariak berak nahi duenean utzi dezake proba, baina puntu hauek kontuan hartuko ditu: kontrol batean utziko du proba eta dortsala entregatuko du. Lasterkariak bere borondatez proba uzten duen unetik edo kanporatzen den unetik bere gain hartuko du bere erantzukizuna.

4.5. Lasterkarien edo taldeen zigortzea edo kanporatzea

Lasterkari bat edo talde bat zigortu edo kanporatu egingo da, ondoren adierazten diren kasuetan:

- Balizen bidez adierazitako ibilbidea edo ibilbidearen seinaleztapena ez errespetatzea, lasterbideak hartzeko: 3 minututik gorako zigorra edo kanporatzea.
- Hornigaiak hartzeko prestatutako tokietatik kanpo, kanpoko laguntza edo hornigaiak hartzea (larrialdiko laguntza salbu): 3 minututik gorako zigorra edo kanporatzea.
- Dortsala soinean eramateari uko egitea edo moztea: kanporatzea.
- Antolatzaileen aginduz materialetan ezarri beharreko markak jartzeari uko egitea, kentzea edo aldatzea: kanporatzea.
- Lasterkari berak bi irteera faltsu egitea: kanporatzea.
- Ibilbidean zaborrak botatzea: 3 minututik gorako zigorra edo kanporatzea.
- Antolakuntzaren aginduz nahitaez eraman beharreko materialen bat ordezkatzeko: kanporatzea.
- Atzetik datozenei aurreratzen ez uztea edo nahita beste lasterkari bati enbarazu egitea: 3 minututik gorako zigorra edo kanporatzea.
- Kontrol bakoitzean antolakuntzak eskatutako materiala ez eramatea: 3 minututik gorako zigorra edo kanporatzea.
- Antolatzaileen eta epaileen jarraibideei kasurik ez egitea: 3 minututik gorako zigorra edo kanporatzea.

4.6. Kanporatzea eta zigorra jartzeko aukera

Ondoren adierazten diren kasuetan, lasterkaria kanporatu egingo da berehala, eta lehiakideari diziplina zigorra ezar daskioke:

- Arrazoi sendorik izan gabe, sari banaketako ekitaldi ofizialean parte ez hartzea.
- Lehiakide bati, antolakuntzako kideetariko bati, epaileetariko bati edo ikusleren bati eraso egitea (eraso eginez edo irain bidez).
- Nahita istripu bat sorraraztea.
- Dopin kontrolean positibo ematea.

4.7. Proba atzeratzea, etetea edo ezeztatzea

4.7.1 Probak ezin izango dira atzeratu edo ezeztatu, erabateko muturreko egoeretan ez bada. Horregatik eta anomalia klimatologikoen aurreikuspen modura, antolatzaileek nahitaez ibilbide alternatiboak prestatu behar dituzte, proba bertan behera uztea edo atzeratzea saihesteko.

4.7.2 Egoerak horretara bultzatuz gero, ibilbideko uneraren batean proba eten daiteke. Horrela gertatuz gero, proba eten den une horretako ordenaren edo puntu horretara iristen diren denborekin arabera sailkatuko dira, edo hori ezinezkoa bada, egindako azken kontrolaren arabera.

4.7.3 Proba neutralizatu den unean kontrola pasatu duten lasterkariak badaude eta lehiatzen jarraitzeko ondo badaude: hurrengo kontrolean neutralizatuko dira hauek, eta azken kontrol horretara iristen diren ordena onartuz emango zaio amaiera probari. Sailkapenean hurrengoak aurreko kontroleko lasterkariak edo neutralizazio puntukoak izango dira. Helmugara arte kontrolik ez badago, helmugara iristeko behar izan duten denbora hartuko da kontuan, eta gainerako kasuan neutralizazio puntukoak jasoko dira; eta baldintzek lehiatzen jarraitzeko modurik uzten ez badute, aurreko neutralizazio puntuko denborak hartuko dira aintzat.

4.7.4 Baldintza klimatologikoen ondorioz proba eteten edo ezeztatzen bada, eta aldi berean ibilbide alternatibo guztietan proba egitea ezinezkoa bada, izen emateari dagozkion eskubideak ez zaizkie itzuliko. Horrelakorik gertatuz gero baina antolakuntzak ez badu aurrekusi ibilbide alternatiborik, honek izen emateari dagozkion eskubideak itzuli egin beharko dizkie parte hartzaileei, eta antolakuntzari zigor espedienteak ireki ahal zaio, araudia bete ez duelako.



5.-DOPINA

Debekatuta dago erabat artifizialki kirolarien gaitasun fisikoak areagotzera zuzenduta dauden substantziak, talde farmakologikoak edo metodoak erabiltzea.

EMFko Dopinaren Aurkako Batzordeak debekatutako gaiez eta talde farmakologikoez edota arauzkoak ez diren metodoez osatutako zerrenda bat kaleratuko du. Dena den, zerrenda hori bat etorriko da Nazioarteko Batzorde Olinpiarrek zehaztutakoarekin, gutxienez. Halaber, batzorde hori arduratuko da dopin kontrolean antolamendua eta plangintza zehazteaz, eta berak erabakiko du zein lehiaketatan egin eta bakoitzean zenbat lagin hartu ere.

Lagin baten emaitza positiboa bada, batzordeak bere ebazpenaren berri emango dio EMFren Kirol Diziplina eta Lehiaketa Batzordeari, honek behin betiko erabakia har dezan eta dagozkion zehapenak ezar ditzan.



6.- TRIPTIKOAK ETA KARTELAK EGITEKO ARAUAK

Mendi Lasterketen esparruko lehiaketan antolatzaileek garatutako egitarauak (diptikoak, triptikoak, posterrak etab.) atal hauek hartu behar dituzte kontuan:

Azala

- Lasterketa antolatzen duen elkartearen edo taldearen izena eta logotipoa.
- EMFren izena eta logotipoa.
- Lehiaketaren izena eta zenbatgarren edizioa den.
- Lasterketa eguna.

Egitarauaren barnean

- Irteerako eta helmugako tokiak.
- Distantzia.
- Desnibel metatua guztira (igoera eta jaitsiera).
- Lehiaketaren profila.
- Kontrolen eta hornidura inguruen kokapena.
- Nahitaez eraman beharreko materiala edo antolatzaileek aholkatutakoa.
- Lehiaketa aurretik egingo den bileraren ordua eta tokia.
- Antolatzaileek lasterkarien esku jarriko dituzten zerbitzuak.
- Proba hau Euskadiko Mendi Lasterketen Koparako puntuagarria bada, gainerako lehiaketa osagarriak ere jakinaraziko dira, eta antolatzailearen izena, lehiaketaren data eta tokia ere azalduko dira bertan.

Izen ematea

- Izen emateko lekua, epea eta ordutegia.
- Izen emateko telefonoa, faxa, posta elektronikoa.
- Izen emateari dagokion zenbatekoa eta prezioaren barnean sartzen dena.
- Deskonturik egiten bada, baldintzak zehaztea.
- Lasterkarien gehieneko kopurua.
- Lehiaketaren zuzendariaren izena.

Araudia

- Bete beharreko jarraibideak EMFren Mendi Lasterketen Araudiak zehazten dituela adieraziko da.

**7.-ERREKLAMAZIOAK ETA APELAZIO SISTEMA****7.1.– Erreklamazioak**

7.1.1 Erreklamazioak idatziz egingo dira, eta gutxienez honako datu hauek dituen formatu mota bete beharko du erreklamazio horrek:

- Erreklamazioa egin duen pertsonaren izena.
- Kirol lizentziaren zenbakia.
- Ordezkatzen duen elkarte edo federazioa.
- Gertakari horrek eragindako kirolariaren/kirolarien izena/izenak.
- Ordezkatzen duen elkarte edo federazioa.
- Dortsal zenbakia.
- Gertakarien azalpena.

Oharra: erreklamazio bakoitzeko 60 euroko gordailua egingo da, eta honek aurrera egiten badu, itzuli egingo da zenbateko hori. Ikusi eranskineko erdua (1. eranskina).

7.1.2 Erreklamazioak Lasterketa Batzordeari helaraziko zaizkio, eta erreklamazioa egin duenari kopia bat emango dio honek.

7.1.3 Probaren garapenari dagozkion erreklamazioak helmugara iristen diren unetik sailkapenak argitaratu arte eta hau argitaratu ondorengo ordubetea aurkez daitezke.

7.2. – Lehiaketa ondorengo erreklamazioak

7.2.1 Lasterketa Batzordearen erabakien aurkako erreklamazioak EMFri igorri behar zaizkio, idatziz, sailkapenak argitaratzen diren egunaren hurrengotik hasita ondorengo 7 egun naturalen barnean. EMFk hurrengo 30 egun naturaleko epean bere ebazpena emango du, baina epe horren azken eguna jaieguna bada, epe hori hurrengo astegunera arte luzatuko da.

7.2.2 EMFren epaitzaren aurkako errekurtsioak EMFren barneko Diziplina Batzordeari helaraziko zaizkio, erabakia jasotzen den egunaren biharamunetik 30 egun naturaleko epean.



8.-SEGURTASUNA ETA LEHIAKETEN HOMOLOGAZIOA

8.1. – Hitzaurrea

Lehiaketa ofizialen antolatzaileek ondoren adierazten diren arauak aintzat hartuta jokatu behar dute, lehiaketak banaka, taldeka edo Lurralde Federazioen arabera gara daitezkeela ahaztu gabe.

8.2. - Ibilbidea

8.2.1 EMFk baimendutako lehiaketa guztiak ondo trazatutako, balizatutako eta kontrolatutako mendi inguruetan garatuko dira, eta uneoro lehiakideen segurtasuna bermatzeko zenbait baldintza bete beharko dira, horrela, lasterketa hori homologatzeko aukera izan dadin.

8.2.2 Lokomozio bide bakarra oinezkoa izango da. Behin-behineko kasuetan, aukeratuko inguruaren baldintzek hala eskatzen badute, sokak erabil ditzakete igotzeko edo jaisteko, edo irrist eginez jarrai dezakete aurrera.

8.2.3 Trazadura gainbegiratzea aurretiaz egingo da, beronen kalitatea bermatzeko astia hartuta, eta proba egin aurreko egunean azken aldiz gainbegiratuko da, balizen bidez ibilbidea ondo adierazita uzteko.

OHARRA.- Hormetan gora egitea beharrezkoa den inguruetan ezin izango da gaingitu 2. mailako zailtasuna, ez eta % 40 malda ere. Oso teknikoak diren ibiltarteak alde batera uztea aholkatzen da (adibidez: harkaitz ertzen eskalada, rappela etab.), horrela, lehiakideak ez pilatzeko, alferrikako arriskuak saihesteko eta lehiaketa ez gehiegi moteltzeko.

8.2.4 *EMFren Mendi Lasterketen probetarako desnibelak eta distantziak*

- Lasterketen distantziak, adinaren arabera:
 - ✓ 16 urtetik beherakoek ezin dute parte hartu mendi lasterketan.
 - ✓ 16 urtekoek gehienez ere 15 km dituzten mendi lasterketetan parte har dezakete.
 - ✓ 17 urtekoek gehienez ere 25 km dituzte mendi lasterketetan parte har dezakete.
 - ✓ 18 urtetik aurrerakoentzat ez da mugarik ezarri lasterketen distantzietan.
- Lasterketen gutxieneko distantziak:
 - ✓ Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketan eta Kopan puntuatu ahal izateko: 15 km.
 - ✓ Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuituan puntuatu ahal izateko: 10 km.
- Igoerako gutxieneko desnibel metatua:
 - ✓ Euskadiko Mendi Lasterketen Txapelketarako eta Koparako:
 - 1.000 m, 34 km arteko lasterketetan.
 - 1.500 m, 34 km-tik gorako lasterketetan.
 - ✓ Euskadiko Mendi Lasterketen Zirkuiturako:
 - 300 m, 10 km arteko lasterketan.
 - 500 m, 10 km-tik gorako lasterketetan.

8.2.5 *Ibilbidearen ezaugarriak*

Lehiaketetan, ibilbidea beti asfaltozkoak ez diren bide eta pistetatik, bidezidorretatik, amildegietatik eta horrelako tokietatik egingo da. Hala ere, ibilbide osoaren % 15eko zatia asfaltozko bideetatik egin ahal izango da.

8.2.6 *Ibilbidearen seinaleztapena*

- Lehiaketa egunaren bezperatik markatuta eta balizatuta egongo da ibilbidea (lehiaketa hasiko den ordu bererako), homologatzeko xedez gainbegiraleek berau azter dezaten.
- Eguraldi arrazoiak direla medio ibilbide alternatiboa egiten bada, lasterketa hasi baino 12 ordu lehenagotik egon beharko du markatuta eta balizatuta.
- Ibilbide osoa banderak, zintak, geziak eta inguru horretan argi eta garbi nabarmentzen diren koloreak erabiliz seinaleztatuko da, eta beraz, ibilbideari jarraitzeko ez da beharrezkoa izango orientazio teknikak erabiltzea.
- Ahal izanez gero, hobe markatzeko erabiltzen diren materialak biodegradagarriak badira.
- Ikuspen egoera normalean, marka baten kokagunetik hurrengo biak ikusi behar dira. Eguraldia txarra denean, marka gehiago ezarriko dira, bikoitza gutxienez, lehiakideen segurtasuna ahalik eta gehien bermatzeko.
- Nahasgarriak izan daitezkeen tokietan, kontrastea egiten duten koloreekiko zintak erabiliko dira, ibilbidea behar bezala adierazteko.

- Seinaleak egiteko asfalto gainean eta herri inguruetan soilik erabil daiteke pintura. Baina ezin dira margotu zuhaitzak, harriak... Herri barruetan edo monumentu historikoetan ere ez da pinturazko markarik egingo.
- Lehiaketa amaitzen denean, antolatzaileak **behartuta daude** seinaleztapenerako, probaren kontrola egiteko eta hornidura guneetarako erabilitako material guztiak biltzera. Eta baldintza hori ez betez gero, zigor espedientea ireki ahal izango zaie, Natur Ingurunea kutsatzeagatik.
- 5 kilometroko tarte bakoitzeko kilometroen adierazgarri bat erabiliko da, balizen marken kolore desberdinekoa, eta kilometroen zifra ondo definituta agertuko da bertan.

8.2.7 *Irteerako eta helmugako kontrolak*

Probak irteerako kontrol bat eta helmugako beste bat izango du, eta hauek toki berean nahiz toki desberdinetan koka daitezke (ikus 8.4 atala). Bietan kronometratze kontrolak ezarriko dira

8.2.8 *Pasoko kontrolak*

- Punturik esanguratsuenetan pasoko kontrolak ezarriko dira: mendi gailurretan, lepoetan, bidegurutzeetan eta abarretan.
- Hauek ondo adieraziko dira balizen bidez, lasterkariak barrutik pasarazteko moduko eremuak eginez.
- Pasoko kontroletan denborak hartu ahal izango dira, proba etenda gelditzen bada ere.
- Kontrol bakoitzean behar adina antolatzaile izango dira.
- Pasoko kontrol horiek hornidura zonak izan daitezke. Gutxienez hornigai solidoen zona bat izango da. Hornidura zona horretan paperontziak ezarriko dira, eta baita puntu horretatik 100 m-ra ere.

8.2.9 *Orientazio kontrolak*

- Arriskutsuak edo nahasgarriak diren inguruetan, lurraldearen ezaugarriek hala eskatzen badute (toki harritsuak, amildegia, ibaiak, noranzko aldaketa, basoak, pisten arteko bidegurutzeak etab.), ibilbidea ondo seinaleztatuko eta balizatuko da, eta horrez gain, antolatzaileek behatzaile bat edo orientazio kontrol bat ezarriko dute

8.2.10. *Ibilbidea*

- Ibilbidea beti asfaltozkoak ez diren bide eta pistetatik, bidezidorretatik, amildegietatik eta horrelako tokietatik egingo da. Hala ere, ibilbide osoaren % 15eko zatia asfaltozko bideetatik egin ahal izango da.
- Kasu guztietan, lasterketaren ibilbidean ibilgailuak ibiltzeko moduko zatiak ezin du gainditu % 50eko zatia.

8.2.11. *Antolakuntza*

- Lasterketaren azkena adierazteko itxierako kontrol bat, erratz talde bat, ezarriko du antolakuntzak.

8.3. - Segurtasuna

8.3.1 Lehiaketa garaian, beharrezkoak diren segurtasun neurri guztiak hartuko dira. Hondar arriskuak ahalik txikiena izan behar duela kontuan hartuta diseinatuko da ibilbidea, eta une oro lehiakideen segurtasuna zainduko da.

8.3.2 Hondar arriskua saihestu ezin den eta arrisku objektiboa duten inguruetan, orientazio kontrolak ezarriko dira, arriskuaz ohartarazteko pertsona bat edo gehiago kokatuz.

8.3.3 Lehiaketan babesteko erabiltzen den material orok (eskaladako babesgarriak etab.) UIAren estandarrak eta EBrenak bete beharko ditu, EMFK berak besterik adierazten ez duen bitartean.

8.3.4 Gainbegiraleek ibilbidea aztertu behar dute, dagozkion lege arauak betetzen dituela bermatzeko.

8.3.5 Antolatzaileek honako hauek prest izan beharko dituzte, parte hartzaileen kopuruaren arabera, betiere:

- 200 parte hartzaile baino gutxiagoko lasterketetan.- Segurtasun talde bat, eta honen barnean sendagile bat, larrialdirik gertatuz gero osasun laguntza emateko beharrezko ekipamendua duena.
- 200 parte hartzaile baino gehiagoko lasterketetan.- Segurtasun talde bat, eta honen barnean sendagile bat, larrialdirik gertatuz gero osasun laguntza emateko beharrezko ekipamendua duena, larrialdiko zerbitzua duen irrati tresneria eta anbulantzia bat.

Zeregin horretarako, Gurutze Gorrikoen laguntza, Babes Zibilarena etab. izan daiteke, eta Euskadiko Mendi Lasterketen Koparako eta Txapelketarako puntuagarriak diren lasterketetan EMFren Sorospen Taldeak ere lagundu ahal izango du.

8.3.6 Antolakuntzak prest izan beharko du salbamendu talde bat eta material egokia, istripurik gertatuz gero, lehenbailehen esku hartzeko eta, horrela, zauritua bertatik ahalik eta lasterren ateratzeko eta ospitalera eramateko. (Sor daitezkeen zailtasunengatik aire bidezko salbamendurik ezin egitea gerta daitezkeenez, kasu hori aurreikusita jokatuko da).

8.3.7 Baldin eta lehiaketa egunaren bezperan aztertutako eta onartutako ibilbidearen zati batek arrisku objektibo bat izatea gertatzen bada (elurrolde arriskua, harriak jausteko arriskua etab.) eta arrisku hori ezin bada hondar arrisku bihurtu arte txikiagotu, zati hori baztertu daiteke, segurtasun arrazoieta oinarrituta. Kasu horretan, antolakuntza ez dago ezaugarri bereko beste zati batez ordeztara behartuta, horrek probaren desnibelean eragina izan badezake ere.

8.4.– Irteerako eta helmugako zonak

8.4.1 *Irteerako zonak* ahal izanez gero 10 m zabaleko aurrealdea izango du, behar bezala seinaleztatuko da balizen bidez eta eremu itxi bat osatuko du; horrela, egin beharreko egiaztapenak egiteko sarrerako gune bat izango du, eta helmugarekin konektatutako kronometro bat izango du, irteerako unean abian jarriko dena.

Eremu horretan sartu aurretik, lehiakideek dortsala eta materiala kontrolatzeko guneetatik pasatu behar dute. Gainera, lehiakideentzat materiala biltzeko eta gordetzeko zerbitzu bat ezarriko da, eta proba amaitzen dutenean berau jasotzeko aukera izango dute.

8.4.2 *Helmugako zonan* kronometrozt neurtuko den helmuga puntua dago, antolatzaileek erabakiko duten gunean, eta hau irteerako puntu bera izan daiteke.

Lasterkariak helmugan egiten duten sarrera zehazteko bular aldea hartuko da kontuan.

Azken 100 metroak erraz identifikatzeko moduko zinta batez balizatuko dira, inguru horretan pertsonak harat-honat ibiltzea saihesteko.

Horrez gain, helmugako zona guztia ondo balizatuko da, eta oro har publikoak ezin izango du sartu bertan; soilik baimendutako pertsonak izango dute sarrera eremu horretan. Helmugako zonako eremu horretan, kronometrak sistema bat, materiala kontrolatzeko mahai bat edo batzuk eta beharrezko gainerako hornidura dituen inguru bat eta hornidura zona bat ezarriko dira (ikus 8.6 idatz-zatia).

8.5. Kontrolak. Dagozkien zereginak eta ardurak

8.5.1 Antolakuntzak kontrol puntu bakoitzeko arduradun bat izendatuko du, eta nahitaezkoa da hau erraz identifikatzeko modua izatea.

8.5.2 Pasoko kontrol puntu bakoitzak probako zuzendariarekin konektatutako irrati bat, kontrolerako ohar liburuxka bat, arkatza eta lehen sorospenetarako botika kutxa bat izango ditu

8.5.3 Pasoko kontrol puntu bateko kideek dortsalaren zenbakia, lasterkaria edo taldea bertatik pasa den ordua, proba uzten duten parte hartzaileen izenak eta araudia ez betetzeagatik sor daitezkeen irregulartasunak idatziko dituzte liburuxkan; liburuxka hori Lasterketa Batzordeari emango zaio proba amaitzen denean.

8.5.4 Kontroleko kideek ahalmena izango dute lehiakideak salatzeke, hauek lehiaketako araudia urratzen badute, eta berorien berri emango diote Lasterketa Batzordeari. Kontrolak berak ezin izango du lasterkaria zigortu edo atxiki.

8.5.5 Kontroletako kideek ondo ezagutu behar dute esleitu zaien ingurua.

8.5.6 Kontroletako kideek lehiakideen segurtasunaz arduratu behar dute esleitu zaien inguruan.

8.5.7 Kontroletako kideek ahalmena dute parte hartzaileei une oro izan behar dute jokaera adierazteko.

- Arrisku objektiboak badaude, lehiakideari nola jokatu adierazteko.
- Bidegurutzerik badago, lehiakideak ez nahasteko orientabidea emateko.
- Eguraldi txarra egin duelako, ezustekoren bat sortu delako... ibilbidea aldatu bada, ibilbide berria adierazteko.
- Istripurik gertatuz gero, istripua izan duenari laguntzeko.
- Neutralizazio kasuetan denbora kronometratzeko.
- Proba utziz gero, jarraitu beharreko ibilbidea adierazteko.
- Proba bertan behera gelditzen bada, jarraituko den ibilbidea adierazteko.
- Material berezirik erabiliz gero, kentzeko edo ezartzeko.

8.5.8 Kontrol guztietan, bertako kideek bertan egon behar dute probaren irteera ordua baino 30 minutu lehenagotik.

8.6.– Hornidura zona

8.6.1 Antolakuntzak hornigai solidoen eta likidoen zona bat ezarriko du proba amaieran, helmuga inguruko eremuan.

8.6.2 Lehiaketak dirauen bitartean, debekatuta dago kanpotik hornigaiak eta laguntza ematea, antolakuntzak eskaintzen dituenak eta/edo aurreikusitako inguruetan Lasterketa Batzordeak baimentzen dituenak salbu.

8.6.3 Ibilbidean hornidura kontrolak ezarriko dira, 5 kilometrotik edo 500 metroko desnibeletik beherako tartetan, lehenago jartzeari lehentasuna emango bazaio ere. Kontrol horietan ura edo freskagarriak izango dituzte, gutxienez. Oso kontuan hartuko da hori igoeran eta lauan, ez, aldiz, jaitsieran. Lehiaketa bakoitzean gutxienez hornigai solidoen gune bat ezarriko da ibilbidearen erdialdera.

8.7.– Kontrolatuko pasoko denborak

8.7.1 Antolakuntzak kontrolatutako pasatzeko denborak zehaztu ditzake, berari komenigarriak iruditzen zaizkion irizpideen arabera. Zehaztutako denbora horien barnean kontrol hori gainditzen ez duten lasterkariak iristen direnean irteteko ibilbide batera zuzenduko dira.

8.7.2 Proba amaitzeko gehienezko denbora edo epe bat ezarriko da. Epe hori aldatu egingo da, distantziaren, gogortasunaren eta ibilbidearen ezaugarrien arabera, eta ibilbidearen gainbegiraleek zehaztuko dute.

8.7.3 Aurreikusitako pasoko denboren arabera kontrolak gainditzen ez dituzten lehiakideei irteteko ibilbideak edo bitartekoak adieraziko zaizkie.

8.7.4 Kontrol epeetatik kanpo sartzen diren lasterkariak azken postuetan azalduko dira sailkapen orokorrean.

8.8. - Mapak

8.8.1 Antolakuntzak parte hartzaile bakoitzari eskualdearen mapa edo krokis bat emango dio, eta bertan honako datu hauek zehaztuko dira:

- Aurreikusitako ibilbidea eta ibilbide alternatiboa.
- Pasoko kontrolak.
- Orientazio kontrolak.
- Irteera eta helmuga.
- Zerbitzu medikoa eta sorospen zerbitzua duten tokiak.
- Inguru zail edo nahasgarrienak.
- Hornidura zonak.
- Eten puntuak eta ordutegia

8.8.2 Antolakuntzak parte hartzaile bakoitzari ibilbidearen profila emango dio, eta ibilbideko kotak eta kilometroak adieraziko dira bertan.

Lasterketaren ibilbidearen profila eskalaz egingo da, eta proportzioa 100 metroko desnibel tarte bakoitzeko 1 km-koa izango da.

8.9. - Dortsala

8.9.1 Antolatzailaiek dortsalak banatuko dizkiete parte hartzaileei, bakoitzari bana.

8.9.2 Dortsala telazkoa edo uraren kontrakoa izango da, eta gutxieneko neurria hauxe izango du: 20 x 20 cm.

8.9.3 Lehiakideek nahitaez antolakuntzak emandako dorsal hori eraman behar dute soinean. Aurrealdean, ondo ikusten den toki batean eramango dute probak dirauen bitartean, eta ezin izango da tolestu edo ebaki.

8.9.4 Irteerako eremuan sartu aurretik, dorsalaren kontrola egingo da.

8.9.5 Behin betiko amaierako sailkapena eman arte gordeko da dortsala.

8.10. – Materiala gainbegiratzea eta kontrolatzea

8.10.1 Proba hasi aurretik, antolakuntzak honako material hau aztertuko du:

- Oinetakoak
- Dortsala
- Janzkera
- Antolakuntzak exijitutako materiala.

8.10.2 Materialak lehiaketako araudiaren 4.2. idatz-zatian zehaztutako baldintzak betetzen ez baditu, baztertu egingo da.

8.10.3 Irteerako eremuan sartzeko, dortsala eta materiala kontrolatuko dira, eta 4.2.1 idatz-zatian adierazitako betebeharrak betetzen ez dituen parte hartzaileari ez zaio utziko proban parte hartzen.

8.10.4 Antolakuntzak eskatutako materiala lasterkariak helmugara iristen direnean ere kontrolatuko da, eta 4.6 idatz-zatian adierazitako lehiaketa araudiarekin bat ez badator, zigortu egingo da.

8.11.- Ibilbide alternatiboak

- 8.11.1 Proba mendi inguruetan dela eta eguraldiak edo elurrak eragin nabarmena izan dezaketela jakinik, antolakuntzak ibilbide alternatibo bat edo gehiago prestatu beharko ditu. Elurrak edo eguraldi txarrak ibilbide hau ezinezko egiten badute, ibilbide alternatiboek egiteko modukoak izan behar dute.
- 8.11.2 Antolakuntzak izan daitekeen eguraldi txarrena eta elurra aurreikusiz jokatu behar du, horrelako egoerarik gertatuz gero, ibilbide alternatibo bat erabiltzeko aukera izan dadin.
- 8.11.3 Ibilbide horiek araudi honetako idatz-zati guztiak bete behar dituzte.

8.12.- Informazio bilera

- 8.12.1 Proba egunaren bezperan, gauean, antolakuntzak informazioa emateko bilera bat egin beharko du, eta parte hartzaileei honako datu hauek jakinaraziko dizkiete:
- Aurreikusitako ibilbidea, eta dituen ezaugarriak, luzera eta desnibela.
 - Irteerako ordua.
 - Lehenengo lasterkariarentzat aurreikusitako denbora, eta lasterketa amaitzeko gehieneko denbora.
 - Kontrolen kokapena eta pasoko gehieneko denborak.
 - Hornidura zonak.
 - Arriskutsuak edo nahasgarriak izan daitezkeen tokien kokapena.
 - Material berezia erabiltzea eskatzen duten tokiak badaude, berorien kokapena.
 - Sokekiko inguruen kokapena, halakorik badago.
 - Probarako nahitaezkoa den materiala.
 - Aurreikusitako meteorologia. Elurrari buruzko informazioa, beharrezkoa bada.
 - Parte hartzaileen eskubideak eta betebeharrak.
 - Epaileen taldea eta EMFren arduraduna.

Oharrak: informazioa emateko bilera hau antolakuntzaren, epailearen eta gainbegiraleen artean prestatzea eta ibilbidearen deskribapena gardenkien edo diapositiben bidez egitea aholkatzen da.

- 8.12.2 Informazioa jendaurrean ikusgai jarriko da, bilera egiten den tokian.
- 8.12.3 Goizean, proba hasi aurretik, antolakuntzak parte hartzaileei bezperako bileran adierazitako punturik garrantzitsuenen berri emango die, eta azken orduko aldaketarik izan bada, hori ere adieraziko zaie.

8.13. – Sailkapenak

- 8.13.1 Kategoria bakoitzeko sailkapen bat ezarriko da, ibilbidea egiteko behar izan den denbora aintzat hartuta. Denbora horiei penalizazio denborak gehituko zaizkie, halakorik izan bada.
- 8.13.2 Izan daitezkeen penalizazioak aplikatu ondoren kategoria bakoitzean denborarik gutxien behar izan duen lehiakidea izango da probaren irabazlea, bere kategorian.
- 8.13.3 Proba amaitzen denean, antolakuntzak kategorien araberrako sailkapenak emango dizkio EMFren ordezkariari, paperean eta formatu informatikoan, eta lehiakideentzat argitaratuko dira.

ERANSKINAK**1. ERANSKINA: ERREKLAMAZIOAK EGITEKO ORRIA**

Orri hau EMFren orri ofizialean inprimatu beharko da, erreklamazioa egin dutenak atal guztiak bete eta sinatu ondoren, eta Lasterketa Batzordeko kide batek sinatuta. Gordailuaren ordainagiriak EMFren ordezkariaren sinadura izan behar du, eta beronek jasoko du zenbateko hori. Erreklamazioa egin duenari erreklamazioaren kopia edo fotokopia emango zaio.

ERREKLAMAZIO ORRIA

Proba eguna:...../...../..... Erreklamazio zenb.:

Tokia:

Antolatu duen elkarte:

Erreklamaziogilea:

Izen-abizenak:	
Ordezkatzen duen taldea edo federazioa:	
NAN zk. (edo honen baliokidea atzerritarrentzat):	
Helbidea:	
Telefonia:	

Eragindako kirolariak:

Izen-abizenak:	Dortsala:	Elkartea edo federazioa:

Gertakarien azalpena:

.....

Lasterkariaren eskabidea:

.....

-(-e)n,-(-e)ko,-ren-(-e)an.

Erreklamaziogilea Lasterketa Batzordeko kidea

.....jaunak/andreak

60 €-ko gordailua egin dio EMFri

...../...../..... **datako erreklamazioari erantzunez (.....zenb.).**

Zenbateko hori itzuli egingo da erreklamazioak aurrera egiten badu.

.....-(e)n,-(e)ko.....-ren-(e)an

EMFren ordezkaria

2. ERANSKINA: BIBLIOGRAFIA

- **FEDMEren Mendi Lasterketen Araudia (2006ko abenduaren 21ekoa).**

Araudiaren egileak:

Rosa Lasagabaster Armendariz, Asier Lasa Erle (EMFren Mendi Lasterketen Batzordekoa)

Laguntzaile:

EMFren Zuzendaritza Teknikoa.

EMF 2007