



1. Ekitaldiaren aurkezpena

Lazarus Lake-ek sortua, Tennessee-ko Frozen Head parke naturaleko ospetsu eta legendario Barkley Marathons-aren antolatzailea, modalitate honen printzipioa oso sinplea da:

Ibilbidea 6.706 km-ko itzuli bat da. Gaur egun "yarda" ere deitzen zaio, probaren izenaren parte bati erreferentzia eginez.

Orduro irteera bat dago. Ordu bat baino gutxiagoan itzulia osatu behar da. Lehenago amaitzen baduzu, hurrengo irteerara joan zaitezke eta atseden hartu itzuli berriaren hasiera itxaroten, hau da, aurreko irteeratik ordu bat geroago.

Adibidez: lehen zirkuitoa 45 minututanosatzen baduzu, hurrengo irteerara joateko 15 minutu izango dituzu atseden hartzeko. Zirkuitoa 58 minututanosatzen baduzu, hurrengo irteerara joateko 2 minutu izango dituzu atseden.

Helburua sinplea da: ahal den heinean itzuli gehien egitea denboran.

Irabazlea azken pertsona da, bakarka azken itzulia denbora barruanosatzen duena.

Ordu bat baino gutxiagoan ezin badu amaitu edo erretiratuz gero, edizio horrek ez du irabazlerik izango.

Zergatik 6.706 km-ko distantzia?

Laz-ek nahi zuen 24 itzuli eginez, hau da, 24 ordu irauten dutenean, guztira 100 miliak (ia 161 km) kontatu zitezela.

Ibilbidea neurtuta dago eta Usurbilgo Santuenea auzoan izango da, guztiz asfaltozkoa. Santuenea frontoian abiatuta, Atallu industrialdea inguratu eta gero Txokoalde aldera joango gara, ondoren itzulia amaitzeko berriro frontoira itzuliz, 6.706 metroakosatuz.

2. Ibilbidea

- Joan-etorriko ibilbide bakarra.
- 6,7056 km-ko distantzia. eta 20 mtr. desnibelarekin.
- 60 minutu distantzia betetzeko.

3. Irteera-korralitoa

- Parte hartzaile guztiak sartu behar dira.
- Korralitoak tamaina berdina izango du ekitaldi osoan zehar.
- Parte hartzaileek korralito barruan egon beharko dira lasterketari hasiera ematen dion kanpaia hotsa jotzen denean.

4. **Irteera**

- Itzuli bakoitza aurreko itzulia hasi eta ordubetera (60 minutu) hasten da.
- Irteera abisua, irteera bakoitza baino 3, 2, eta minutu bat lehenago emango da.
- Parte hartzaile guztiek korralito barruan egon behar dute. Ezin da beranduago irten.

5. **Itzuliak**

- Parte hartzaileek ezin dezakete zirkuitua utzi, komunera joateko bakarrik.
- Ibilbidean ez da laguntzailerik onartzen, esleitutako puntuetan bakarrik (arau honek deskalifikatutako parte-hartzaileak barne hartzen ditu). Boxak irekita egongo dira, laguntzaileek dagokien akreditazioarekin parte hartzaile bakoitzeko laguntzaile bat eskuratu ahal izan dezaten.
- Itzulia 60 minutuko epean egin behar da, azken itzulia barne.
- Ez daude baimenduta trekking-makilak edo beste laguntza-mota batzuk, hala nola musika-kaskoak.
- Gauerako, derrigorrezkoa da "frontal"-a .
- Korrikalari motelek besteei utzi beharko diete pasatzen.

6. **Kronometrajea**

- Kronometrajea: arauzko denboran amaitutako buelta kopurua hartuko da kontuan. Antolatzaileek buelta bakoitzeko denbora kronometratzen saiatuko dira. Parte-hartzaile bakoitzak bere dortsala eraman behar du lasterketaren hasieran, eta amaierara arte mantendu. Itzuli bakoitzaren hasieran edo amaieran dortsalik ikusten ez bada, parte-hartzailea deskalifikatu egingo da.

7. **Irabazlea / Emaitzak**

- Irabazlea zirkuitua osatzen duen azken pertsona da.
- Gainerako guztiak teknikoki DNF dira (amaitu gabeak).
- Parte hartzaile bakoitzaren emaitzak emango dira, itzuli-kopuruaren eta egindako distantziaren arabera.
- Azken Parte hartzailea ezin badu azken itzulia 60 minutuan bete, ez dago irabazlerik.

8. **Iraupena**

- Denbora-mugarik gabeko lasterketa da.

9. **Izen emateak**

- Plazak

Izen emateak zuzenean bakarrik egingo dira, www.ibaiondobackyard.eus webguneko "izen ematea" erlaintzera joanda, ekitaldia hasi baino 7 egun lehenagora arte, edo eskuragarri dauden 100 plazak bete arte. Izen-emateak abenduaren 2an irekiko dira, asteartea eguerdiko 12:00etatik aurrera eta prezioa 45 €-koa izango da. Azaroaren 17tik 28ra bitartean, Usurbilen erroldatutako 25 pertsonei emango zaie lehentasuna izena emateko, Ibaiondo de Santuenea elkarteko 5 bazkide barne

- Izena emateko eskubidea

Ekitaldian parte hartzeak eskubide hauek ematen ditu:

Dortsala

Oroitzapenezko jantzia.

Hornidura solidoa 6. itzulitik aurrera

Irabazleari saria: lehen emakumea, lehen gizona, Buruntzaldeko lehen emakumea eta Buruntzaldeko lehen gizona.

- Parte-hartzailearen gutxieneko adina 18 urte beteta izatea behar da.
- Dorsalen bilketa: Martxoaren 27n, ostirala, 18:00etatik 20:00etara Santueneako (Usurbil) frontoian eta larunbatean goizeko 06:00etatik aurrera.
- Boxak martxoaren 28an, larunbata, goizeko 06:00etatik aurrera zabalduko dira.
- CARITASeko ATERPE zerbitzuarekin lankidetzat bultzatu nahian, gutxienez 3 kg janari entregatzeko eskatzen da. Mota guztietako lekaleak (hobe kristalezko ontzian), kontserbetan (atuna, sardinak, ...), olioak, kafe xigortua, marmelada, gurina, azukrea, arroza eta pasta. Horretarako, boxen gunean edukiontzi batzuk izango ditugu elikagai solidario hauek bertan uzteko.
- Atzera eginez gero, itzultzea. Itzulketa guztiak 5 euroekin kargatuko dira kudeaketa gastuengatik eta plaza beste parte-hartzaile batek betetzen badu itxaron zerrendatik

10. **Serbitzuak:**

- Hornidura pertsonala: boxen gunean bizi-base bat egongo da parte-hartzaile bakoitzarentzat, bere hornidura pertsonalarentzako, aldatzeko arroparentzako, etzaukia lekuarentzako... Antolatzaileek lau lagunentzako mahai bat eta aulki bat bakoitzarentzako jarriko dituzte parte hartzailearen eskura. WC zerbitzuak eskuragarri egongo dira frontoian. Autokarabanen eta furgoneten gunea Atallu industrialdean egongo da.

- Hornidura orokorra: antolatzaileek oinarrizko hornidura likidoa eskainiko dute: ura, kola edaria, isotonikoa. Ordu batzuetan kafea, salda. Hornidura solidoa jarriko da 6. itzulitik aurrera.
- Aparkalekua: Atallu industrialdean izango da, ibilbidearen ondoan.
- W.C. eta dutxak: boxen eremuaren ondoan komunak jarriko dira eta Oiardo udal kiroldegian dutxak erabiltzeko aukera egongo da ohiko ordutegietan.
<https://kirolak.buruntzaldea.eus/es/poblacion/usurbil/>

11: Kronometroa, sailkapena eta irabazlea.

Ekitaldiko azken itzuli guztien kopurua baino ez da kontuan hartzen, itzuli bakoitzaren denborak ez du garrantzirik azken sailkapenerako.

Buelta bakoitzeko kronometraje informatibo hutsa egon daiteke.

Azken pertsona bakarka 60 minutuen barruan itzuli oso batosatzen duena irabazle deklaratu da eta ekitaldia amaitzen da; gainerako parte-hartzaileak DNF gisa hartzen dira Inork ezin badu azken itzuli bat bakarka eta denboran osatu, ez da irabazlerik deklaratu.

12: Laguntza.

Laguntza bakarrik onartzen da atsedeen-eremuan, irteera / helmuga eremuaren ondoan egongo dena. Laguntzaile bakoitzak nahi adina laguntza eman ahal izango du gune honetan, korrikalariak uneko itzulia amaitu ondoren, baina ezin izango dio lagundu itzulia egiten ari den bitartean.

13: Bertako logistika.

Ekitaldiak hainbat egun eta gau iraun dezake, parte-hartzaileen erresistentziaren arabera. Korrikalariak autonomoak dira beren logistika pertsonalari dagokionez, eta boxetara beharrezkotzat jotzen duten material guztiarekin poltsa bat eraman dezakete.

Lau parte-hartzaileko aulki bat eta mahai bat hornituko dira. Parte-hartzaile bakoitzak bere aulkia eta mahaia ekar ditzake, baina espazioa mugatua da, eta, bereziki hasieran, korrikalari gehien daudenean, errespetuz jokatu behar da hartzen den espazioarekin, lasterketan dauden parte-hartzaileen kopuruaren arabera.

14: Parte-hartzeko baldintzak.

Parte hartu eta izena emateko, probaren egunean 18 urte edo gehiago izan behar dira. Parte-hartzaile bakoitzak, izena ematearekin batera, adierazten du kirol hau egiteko beharrezko gaitasun fisiko eta mentala duela, eta jardueraren honek dakarren arriskua onartzen du.

Osasun-taldeko edo antolakuntza-taldeko edozein kidek parte-hartzaile baten dortsala baliogabetzeko ahalmena du, baldin eta uste bada ez dagoela egoera fisiko edo mental egokian jarraitzeko. Korrikalariak dortsala baliogabetu ondoren jarraitzea erabakitzen badu, bere ardurapean egingo du.

Dortsala aktibo izanda ere, parte-hartzaileek beren erantzukizunpean korrikatzen dute; beren segurtasunaren lehen arduraduna korrikalaria bera da. Antolakuntzak ahalegin guztiak egiten ditu parte-hartzea ahalik eta arrisku txikienarekin izan dadin.

Antolakuntzak ez du erantzukizunik hartzen parte-hartzaileek jasotako edo eragindako istripu edo kalteengatik, nahiz eta parte-hartzaileentzat, federatuta egon ala ez, erantzukizun zibilaren eta istripuen aseguruia egon.

Erretiratzen denean, antolakuntzako langileei jakinarazi beharko zaie. Lesio edo helmugara beren kabuz itzultzeko zailtasunik izanez gero, antolakuntzari laguntza eskatu behar zaio, eta berak kudeatuko du erreskatea. Larrialdietarako telefonoak eskainiko dira.

Zirkuitua ez dago osorik itxita ibilgailuen trafikoarentzat, beraz, parte-hartzaile guztiek errepideko arauak bete behar dituzte, eta egin ditzaketen arau-hauste guztien erantzule izango dira. Era berean, abereen, pertsonen eta ibilgailuen pasabidea errespetatu behar dute.

15: Irudi eskubideak.

Parte-hartzaile orok adierazki bidez ematen dio baimena antolatzaileei, baita haien bazkideei eta komunikabideei ere, ekitaldiaren bitartean ager daitezkeen irudi finko eta bideoak erabiltzeko, baita dokumentu sustatzaile edo publizitarioetan ere (Instagram, Facebook, Web, ...).

16: Erantzukizun bazterketa.

Antolatzaileek erantzukizunik ez dute onartzen akats fisiko edo psikologikoen kasuan, baita ekitaldiaren bitartean izandako lesioetan ere, eta parte-hartzaileen eta/edo lagunaren ondasun materialetan egindako lapurreta edo kalteen kasuan ere.

17: Ingurumenarekiko eta Ondare Kulturalarekiko errespetua.

Ingurumena errespetatzen ez duen edonork, eta lasterketaren aurretik, bitartean edo ondoren ontziak, paperak edo bestelako zaborrak botatzen harrapatzen bada, berehala kanporatuko du antolakuntzak.

Antolakuntzak ahalik eta material berrerabilgarria edo birziklagarria erabiliko du.

18: Parte-hartzaileen, boluntarioen, antolatzaileen eta ikusleen errespetua.

Parte-hartzaile bat edo gehiago, boluntarioak, antolatzaileak edo ikusleak publiko edo pribatuak errespetatzen ez dituen edonork proba uztea eragingo du, eta antolakuntzak eskubidea du kasuaren larritasunaren arabera arduradun egokien aurrean salaketa aurkezteko

Antolakuntzak sartzeko eskubidea ere gordetzen du

19: Seguroa

Antolakuntza erantzukizun zibileko aseguru batekin estalita dago, eta korrikalari eta boluntarioentzako istripu-aseguruarekin, lasterketako gertakariarentzat.

20: Indar handiaren kausa eta bertan behera uztea

Indar handiaren kausa, hondamendi natural edo ekitaldiko parte-hartzaileen edo boluntarioen segurtasuna arriskuan jartzen duen beste edozein egoera gertatuz gero, antolakuntzak eskubidea du ekitaldia bertan behera uzteko, diru itzulketa gabe.

21: Arauen onarpena.

Parte-hartzaileek, izena ematean, askatasunez eta boluntariamente, araudi hau osorik ezagutzen eta onartzen dutela adierazten dute. Zalantzarik izanez gero edo araudi honetan jasotzen ez den egoerarik sortuz gero, antolakuntzak horretarako ezarritakoa izango da nagusi.