ARAUDIA / REGLAMENTO

2024

XVII. ARAITZ-BETELUKO KROSSA.

Lasterketaren araudia:

1- "ARASEX" kirol elkarteak eta "Araitz -Areso-Betelu-Lekunberri-Larraun Kirol Mankomunitatea"-k antolatua, **Urtarrilaren 14an**, igandea, goizeko 12:00etan.

2- Guztira 7,7 Km dituen lasterketa honetan edonork parte hartu ahal izango du, gazteenek 16 urterekin.

3- Betelu-Arribe-Atallu-Arribe-Betelu ibilbideari bi bira eman behar zaizkio. Ibilbidea laua da, erdia xenda-bidea (*SL-Herriz-herri*) eta beste erdia errepidea (NA-130). Irteera Beteluko plazan izanen da, baita helmuga ere.

4- Izena emateko www.kronoak.com erabili behar duzue,eta txartelarekin ordaindu 13€. Izen-ematea egunean bertan izan daiteke, 10:30etatik 11:30etara Beteluko udaletxean, inskripzio-orria bete eta 18€ ordainduta. Bertan dortsala emango dizuegu. Internet bidez egindako inskripzioetan, kuota txartelaren bidez ordainduko da inskripzioa formalizatzean. Bakoitzak www.kronoak.com webgunean agertzen direla egiaztatu beharko du. Horrela ez bada, 18 € horiek probaren egunean ordaindu beharko dira.

5- Bikotekako lasterketan, derrigorrezkoa da bietako bat emakumezkoa izatea, biak emakumeak izatea posible izanik. Errelebo moduan egingo da, batek buelta luzea motza egin beharko du eta besteak luzea, ibilbideak bi buelta baititu; lehen birak 3,1km ditu eta bigarren bueltak 4,6km.

6- DIRU-SARIAK: 120€, 80€ eta 60€na lehenbiziko hiru gizonezkoei eta lehenbiziko hiru emakumezkoei.

7- DIRU-SARIAK: 50€, 40€ eta 30€na haraneko lehen hiru gizonezkoei eta emakumezkoei.

8- SARIAK: Lehen hiru beteranoei, 45 urtetik gora (45 barne), eta lehen bikoteari.

9- Sari banaketaren ondoren hamaiketakoa izango dugu Zigari elkartean.

10- Dutxa zerbitzua egongo da, Betekuko frontoi estalian.

11- Anbulantzia-zerbitzua egongo da, oinarrizko laguntza-zerbitzuak emango dituena, medikuaz gain.

12- Lasterketaren kontrolaz antolatzaileak arduratuko dira.

13- Lasterketan zehar gomendatzen diren segurtasun-neurriei buruzko agindu guztiak betetzea eskatzen zaie parte-hartzaile guztiei.

14-Parte-hartzaileek lasterketan zehar jasan ditzaketen dena delako kalte-galeraren ondoriozko erantzukizun orotatik libre utziko dituzte probaren antolatzaileak, ez baldin bada horien zabarkeria edo doloagatik.

15- Korrikalariei mediku-azterketa egitea gomendatzen diegu.

16- Proba honek maila físiko egoki bat eskatzen du.

XVII.. CROSS DE ARAITZ-BETELU

Reglamento de la carrera:

1- Organizado por el club "ARAXES" y, la "Mancomunidad Deportiva Araitz-Areso-Betelu-Larraun-Lekunberri" el día **14 de enero**, domingo, a las 12:00h".

2- En esta carrera de 7,7 Km podrán participar todos y todas que lo deseen, los y las más jóvenes con 16 años.

3- La carrera consiste en dar dos vueltas al siguiente itinerario: Betelu-Arribe-Atallu-Arribe-Betelu. El itinerario es llano, mitad senda (*SL-Herriz-herri*), mitad carretera (NA-130). La salida y llegada será en la plaza de Betelu.

4- La inscripción se realizará por internet en www.kronoak.com tras abono de 13€ y el mismo día de la prueba, de 10:30 a 11:30 en el ayuntamiento de Betelu, rellenando la hoja de inscripción y tras abonar 18€. Se entregará el dorsal el mismo día de la prueba.
En las inscripciones realizadas mediante internet el pago de la cuota se realizará por tarjeta al formalizar la inscripción. Cada cual tendrá que comprobar que aparecen en la lista de www.kronoak.com . De lo no ser así, se tendrán que abonar los 18€ el día de la prueba.

5- En la carrera por parejas es obligatorio que una de las dos sea mujer, pudiendo ser ambas mujeres. Se hará en forma de relevo, el primero/a tendrá que dar una vuelta corta de 3,1km y el otro/a la larga de 4,6km, ya que el recorrido tiene dos vueltas, siendo la primera vuelta la más corta.

6-PREMIOS: 120€, 80€ y 60€ respectivamente para los tres primeros y para las tres primeras.

7- Premios en metálico de 50€, 40€ y 30€ respectivamente para los tres primeros y para las tres primeras del valle.

8- Premios para los primeros/as tres corredores/as veteranos (45 años o más), y para la primera pareja.

9- Tras la entrega de premios lunch en la sociedad Zigari.

10- Servicio de duchas en el frontón cubierto de Betelu.

11- Habrá servicio de ambulancia que prestará los servicios de asistencia básicos, además de médico.

12- La organización se hará cargo del control de la carrera.

13- La organización recomienda a todos y todas las participantes atender todas las indicaciones sobre seguridad a adoptar las que reciban durante el transcurso de la prueba.

14- Los y las participantes eximirán de toda responsabilidad a la organización de la prueba por cualquier daño o perjuicio que pudieran sufrir durante el desarrollo de la misma que no se deba a negligencia o dolo por parte de la organización.

15- Recomendamos a los y las atletas realizar un reconocimiento médico.

16- Esta prueba requiere de un adecuado nivel de condición física.

kirolmank
ARAITZ-ARESO-BETELU-LARRAUN eta
LEKUNBERRIko KIROL MANKOMUNITATEA