

MIKEL TRUEBA KIROLDEGIA

Reina Victoria Pasealekua , z/g
48980 SANTURTZI (BIZKAIA)
e-mail:cnsanturtzi@telefonica.net



TRAVESIA LA SARDINA

SANTURTZI IGERIKETA TALDEA

ANTOLATZAILEAK

Santurtziko igeriketa taldea, Santurtziko Udala eta Santurtziko Kiroletarako Udal Institutua.

TOKIA

Santurtziko Arrantza Portua, eta Bilbotik Santurtzirainoko itsasadarraren zatia.

DATA

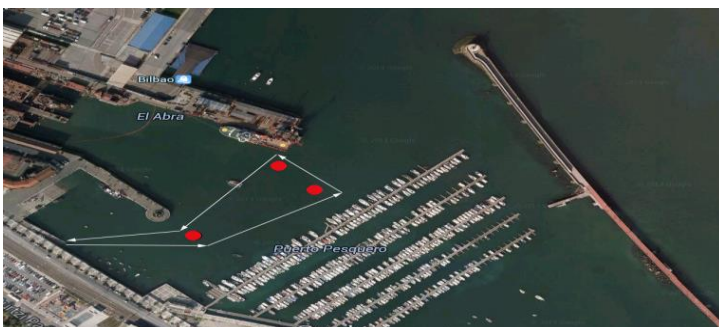
2019ko uztailaren 13an, "El Carmen" jaietako lehenengo larunbatean.

1.ORDUTEGIAK ETA IBILBIDEAK

Hiru zeharkaldien irteera orduak eta lekuak honako hauek izango dira:

- 15:00etan Bilboko Itsas Museoaren paretik irtengo da . Emakumezko zein gizonezko eskarmentudun eta ausartenentzat 11km-ko jaitsaldia Santurtziko arrantza portuan amaitzeko.
- 15:00etan irtengo da 700 m-ko kimu mailako zeharkaldia eta igeri egin nahi duen ororentzako zeharkaldia 15:05ean, biak Santurtziko arrantzan portu barruan.
- 16:00etan Sestaoko kaitik aterako da igerilari federatu zein igeri egiteko ohitura duten beste igerilariarentzako 3000 m inguruko zeharkaldia

Gateenentzako eta izaera herrikoi duen zeharkaldia (gutxi gorabehera 700m)



Santurtziko portu barrutik irtengo da , buiak ezkerretara utzita, berriro hasierako arrapalara iristeko.

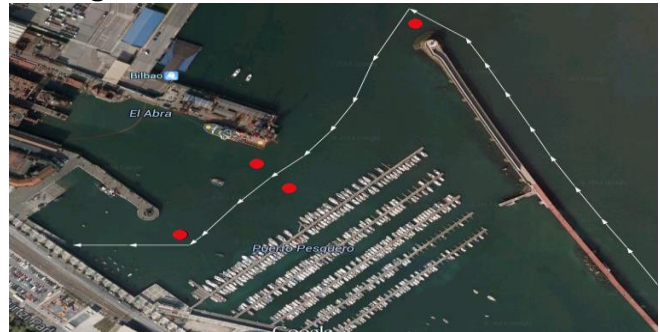
SESTAO-SANTURTZI zeharkaldia (gutxi gorabehera 3000m)



Irteera

La Benedikta polikiroldegiaren parean uretatik irtenda, buia ezkerretara utzi ondoren, Bizkaiko Zubipetik pasatu eta Burdinazko kaiaren puntan kokatutako buia ezkerretara utzi ondoren, aurrera egin bi buien artean. Azkeneko buia eskuinetara utzita Santurtziko portuko arrapalara iritsi, bertan kokaturik izango da muga. (Beheko argazkia)

Helmuga



BILBAO-SANTURTZI ZEHARKALDIA (gutxi gorabehera 11.300m)

Bilboko Itsas Museo paretik aterako da, La Carola garabiaren paretik hain zuzen). Itsas adarrean behera egin, Bizkaiko Zubipetik igaro eta Santurtziko Arrantzaleen portura iristeko (aurreko zeharkaldiko bide berbera eginez).

2.IZEN EMATEAK

2.1-PARTE HARTZAILEAK

Parte har dezake Euskal Herriko Federazioak edo RFENaren mende dagoen beste edozein federaziok emandako lizentzia 2018-2019 ikasturtean indarrean daukan federatu orok, baita eskola kirolean izena emanda dagoen orok ere.

Federatu gabe dagoenari edo aurreko paragrafoan azaldutako kasuetako federazioren batean lizentzia duenari antolatzaileek (aldez aurretik zehaztutako diru kopurua ordainduta) proban parte hartu bitartean babestuko duen aseguruia egingo dio.

- 700m-koan: 2006-2009 urte bitarteko eskola kiroleko neska-mutilak. Gainera 2003eko eta aurreko federatu gabeak.
- 3000m-koan: 2005. urtekoak eta aurreko urteetako parte hartzaile federatuak. Gainera 2003. urtekoak eta aurreko federatu gabeak
- 11km-koan: 2003.urtea eta aurrekoetan jaiotako emakumezkoan eta gizonezkoak.

Ibilbide luzeena egin ahal izateko , izena emandako adin txikikoek guraso edo tutorearekin agertu behar izango dira eta ,identifikatu ondoren, denek baimena bete eta sinatu behar izango dute, horrela proban gertatzen zaionaren arduradun euren burua eginez.

2.2-MAILAK

MAILAK	GIZONEZKOZK / EMAKUEZKAK
A (Absoluta)	2005 eta aurrekoak
Promesa	2009-2006
B1 (Master 1)	1975-1994
B2 (Master 2)	1974eta aurrekoak

2.3-EPEA

Izena emateko epea zabalik izango da 2019ko apirilaren 16ko 12:00etatik uztailaren 10eko 24:00ak arte.

2.4-ZENBATEKOA

ZEHARKALDIA	ZENBATEKOA	ASEGURUA*
700m	8€	-
3000m	15€	+8€
11Km	25€	+8€

*Asegurua beharrezkoa izango da igeriketa lizentzia ez duen parte-hartzaile guzientzat. (Beste kirol batean federatua izateak ez dakar igeriketa probetan babesik).

Ekainaren 30etik (hau barne) izen ematea 5€an garestituko da.

Behin epea amaituta ez dira izen emateak onartuko.

Izen ematea <http://www.kirolprobak.com> plataforman egin ahal izango dira.

Lau egun igarotakoan ordainketa egiaztatu ez bada, izen ematea bertan behera geratuko da.

EZ DIRA BERTAN IZEN EMATEAK HARTUKO

Behin izen ematea eta ordainketa eginda, baja izateak ez du aseguruaren eta izen ematearen ordainketaren kopurua itzultzeko eskubidea emango.

3.SAILKAPENAK ETA GARAIKURRAK

ZEHARKALDIA	MAILA	GARAIKURRA	DIRUA
700m	A(absolutoa)	Lehenengo hiru sailkatuentzat	EZ
	Promesas	Lehenengo sailkatuentzat	
3000m	A(absolutoa)	Lehenengo hiru sailkatuentzat	BAI *
	B1	1. Sailkatuarentzat soilik	EZ
	B2	1. Sailkatuarentzat soilik	EZ
11Km	2003 eta aurrekoak	Lehenengo hiru sailkatuentzat	BAI *
	B1	1. Sailkatuarentzat soilik	EZ
	B2	1. Sailkatuarentzat soilik	EZ

*Gainera, Santurtziko Igeriketa Taldeko lehenengo neskak eta mutilak ere diru-saria jasoko dute.

ZEHARKALDIA	MAILA	SIT*
3000m	1º 100€ 2º 40€ 3º 20€	1º 50€
11km	1º 200€ 2º 75€ 3º 50€	1º 75€

Partaide guztiek oroigarri bat jasoko dute.

Halaber, 11km-ko zeharkaldia bukatzen duten guztiek (**Finisher guztiek**) beste oroigarri bat jasoko dute

Garaikurren banaketa agertokian izango da eta horiek jasotzeko epea hilabetekoa izango da.

Bukaera bitartean zenbait gauza zozkatuko dira parte-hartzaileen artea.

Garaikurrak eta zozkatutakoak agertokian jaso beharko dira, behin sari banaketa amaituta euren gaineko eskubide guztiak galduko direlarik.

4.EGITASMOA

Zeharkaldien irteera bakoitzean informazioa emateko idazkaritzaren irekiera behean zehazten den ordutegietan.

4.1-CHIP ETA TXANOAK JASOTZEKO

ZEHARKALDIA	ORDUA	LEKUA
700m	14:00etan	Santurtziko Portua
3000m	14:30etan	La Benedicta darsena
11km	14:00ean	Bilboko Itsas Muaeoan

Nahi duen parte-hartzaileek txipak eta txanoak MIKEL TRUEBA kiroldegian jaso ahal izango dute probaren aurreko egunean arratsaldeko 18:00etatik 20:30etara, beti ere NAN edo antzeko agiria erakutsi ondoren.

Txipa duten igerilariek izena ematean jakinarazi beharko dute.

4.2-GAUZEN GARRAIOA

Probak hasi baino ordu bete lehenagotik, nahi duen parte hartzaileak (3000m eta 11km-ko probetan) bere arropa eta ondasunak beren-beregi emango zaion poltsan utzi ahal izango ditu. Poltsa hori proba amaitutakoan jaso ahal izango du helmugan horretarako prestatuta egongo den gunean. Kontuan izan behar da, ondasun horiek zaintzapean izango badira ere, antolatzaileak ez direla bertan utzitako gauzen arduradun izango.

4.3-PROBAREN AURREKO BRIEFINGA

Proba bakoitza hasi baino ordu erdi lehenago argibideak emateko saio laburra egingo da, bertan arauak gogoratuko eta zalantzak argituko dira.

4.4- AURREIKUSITAKO HASIERA, AMAIERA ETA ORDU MUGA

ZEHARKAL	HASIERA	BUKAERA	ORDU MUGA
700m	15:00 h / 15:05 h	15:10 h / 15:15 h	15:40 h / 15:45 h
3000m	16:00 h	16:40 h	17:30 h
11km	15:00 h	17:15 h	19:30h

4.5-JANZKERA

Zeharkaldi luzean (Bilbotik Santurtzirakoan) uraren hotz-beroak gutxienez 16° izan beharko du. Horren azpitik beharrezko izango da neopreno jantzia eramatea. Horren gainetik neoprenoa eramatea gomendatzen da.

Beste bi ibilbideetan (700m eta 3000m-etakoan) neoprenoa aukerakoa izango da . Horietan [FINA](#) arautegiak onartutako bainujantziak baino ez dira onartuko. Epailak izango dira arauak betearaziko dituztenak.

FINA ARAUTEGIA: 2010.urteetik aurrera, ur irekietarako bainujantziek, gizonezko zein emakumezkoentzat, ez dute lepoa estaliko eta ez dira sorbaldeetatik eta orkatiletatik beherago iritsiko. Gainera FINAk ezarritako irizpideak beteko dituzte bai materialei eta

http://www.fina.org/H2O/index.php?option=com_content&view=article&id=917&Itemid=461

Arautegi hori ez da beteko erlojuei dagokienenean; beraz, horiek eraman ahal izango dira.

Igerilari bakoitzari probarako emandako txanoa proban zehar erabiltzea beharrezkoa izango da.

5. IRTEERA

Irteera kortxo-ilararen ondoko txalupa batean izango den probako Arbitro-epaileak emango du, horretarako soinu-seinalea erabiliko du.

6.OSASUN ASISTENTZIA

Probetan laguntza sanitarioa izango da, zeharkaldietan ibiliko diren ontzietan. Horiek ondo seinaleztatuta egongo dira. Gainera helmugan anbulantzia bat izango da.

7. HORNIKETA

11 km-ko proban anoa-postuak izango dira, lurrera lotutako ontzietan.

7.1-HORNIKETA, ASISTENTZIA, KONTROL ETA GEHIENEZKO DENBORA GUNEAK

Kontrolatzeko hiru gune finko ezarriko dira. Hori egiteko Bilbotik Santurtzirako ibilbidean ainguratutako txalupak erabiliko dira, haien arteko artea antzekoa izango delarik. Horien xedeak izango dira:

- Parte-hartzaileak hornitzea.
- Behar duenari mediku, erizain edota sorosleen laguntza ematea, horrela lehorrean izango diren mediku-zerbitzuen osagai izango dira.
- Beharrezkoa izango balitz, ebakuazio eta garraio guneak izatea.
- Kirolariei, aldez aurretik zati hori egiteko gehiegizko denbora igaro izanagatik, proba bertan behera utzi behar dutela adieraziko dien Arbitro-epailea egongo den gunea izatea.
- Segurtasun arduraduna egoteko gunea izatea.

III LA SARDINA ZEHARKALDIaren muga-denborak

ANOA-POSTUAK	1°	2°	3°	4°
DISTANTZIA	2,65km	5,75km	8,60km	11,60km
MUGA DENBORAK	1h 05´	2h10´	3h30´	4h 30´

Parte-hartzaileen segurtasuna bermatze aldera, antolatzaileek 11km-ko proban parte hartzen duten igerilariak, zenbatuak izan daitezen, anoa-postuetatik igarotzea aurreikuten du.

8. HELMUGA ETA TXIPA ITZULTZEKO GUNEA

Helmuga leku berean egongo da hiru ibilbideetan; hau da, Santurtziko Arrantza Portuko arrapalan. Bertan, denbora markak jasota gera daitezen, zapaldu beharreko tapiza egongo da.

Behin helmuga igarota, parte-hartzaileek txipa itzuliko diete antolatzaileei, eta derrigorrezkoa den ur gezadun dutxetatik igaro ondoren, opari txiki bat eta garbitasun pertsonala egiteko set bat emango zaizkie.

Igerilariren batek txipa galdu izanaz konturatuko balitz, mugako epaileari jakinarazi beharko lioke, horrek denbora jaso dezan.

Gainera, helmugan kokaturik izango den idazkaritzan **6€ ordaindu behar izango ditu txipa ordezkatzeko**, dirutan eta sari banaketa amaitu baino lehen.

Baten batek proba bertan behera utziko balu, proba- zuzendariari jakinarazi beharko lioke mugan izango den idazkaritzan.

9.BALIZAMENDU - IBILBIDE MOZKETAK

Zeharkaldian, bidaiarien garraioan aritzen diren "gasolino"-en lana bermatze aldera, Erandion eta Bizkaiko Zubian more koloredun ikurra eramango duten bi ontzi izango dira, bertatik antolatzaileetako batek igerilariak aurrera egin ahal izango dutela adieraziko du, bandera berdea erabiliz, eta gorriaren bidez, ordea, itxaron behar dutela.

Oro har, igerilariak ezkerretara utziko dituzte antolatzaileek beren-beregi jarritako buiak, eta, itsasadarraren jaitsiera osoan, ezker aldeko ertzetik ahalik eta hurbilen egin beharko dute igeri, horrela ibai-nabigaziorako libre utziko da erdialdea.

10.EMAITZEN GAINEKO INFORMAZIOA

Mugara iristean, egindako denbora ikusi ahal izango da, horretako idazkaritza mahaitik hurbil egongo den pantailan.

11. BESTELAKOAK

Santurtziko Igeriketa Taldeak, antolatzaileek eta lan horretan arituko den edozein pertsonak ez ditu bere gain hartuko proba egin aurretik, bitartean edo amaitutakoan izandako gertaera edo istripuen ardura.

Proban izana emateak arau hauek guztiak onartzen direla adieraziko du.

Izen ematean datu faltsuak eman izanaren ardura ez da inola ere antolatzaileena izango. Ardura hori datuen jabearena izango da eta, hori gertatuz gero; probatik kanporatu izango da.

Antolatzaileek araudi hau aldatzeko eskubidea dute eta bertan agertzen ez dena RFEN adierazitakoaren arabera arautuko da.

12. PROBA BERTAN BEHERA UZTEA.

Igerilarien segurtasuna dela-eta, proba bertan behera utzi behar izango balitz, antolatzaileek parte-hartzaile guztiak hurrengo urteko probetan inskribatuko ditu.

13. BESTELAKO INFORMAZIOA

13.1-GARRAIOA

Antolatzaileek ez dute igerilariak zeharkaldien abiapuntuetara eramateko garraibiderik jarriko, baina tren ordu-tegiak hurrengo helbide elektronikoan begiratu ahal izango da:

<http://www.renfe.com/viajeros/cercanias/bilbao/>

Bukatzeko Santurtziko Jaietako egitarau aurkituko duzue: www.santurtzi.net web orrialdean.

Informazio gehiago nahi izanez gero, Santurtzi Igeriketa Taldeko 944839418 telefonoan edo cnsanturtzi@telefonica.net helbidean lor daiteke.

I.ERANSKINA

Proba antolatzaileek hurrengoak gomendatzen ditu:

- Probaren aurreko egunean jasotzea dortsala.
- Betaurrekoak eta neopreno luzea erabili proba luzeetan.
- Proba amaitutakoan xaboiak duxatu.
- Azalean zauriren bat izanez gero, parte ez hartzea.
- Proban zehar zauriren bat eginez gero, desinfektatuko da.