

# AZAROAK 25, Emakumeenganako Indarkeriaren aurkako Nazioarteko Eguna

## VI. EMAKUMEEN LASTERKETA 5KM: Durangoko Ezkurdi Plazan

### ARAUDIA:

#### 1. DATA ETA LEKUA:

**NON?** Ezkurdi plazan (irteera eta helmuga)

**NOIZ?** *Azaroak 25, Emakumeenganako Indarkeriaren Aurkako Nazioarteko Eguna.*

**17:00tan Lasterketa Laburra, 1600m.**

Eskoletako neska-mutilentzako eta lasterketaren xedearekin bat egiten duten gizonentzako.

**Jarraian Lasterketa Nagusia, 5km.**

Izena eman duten eta dortsala daukaten emakumeentzako bakarrik.

#### 2. IBILBIDEAK:

**Lasterketa Laburra:**

2 itzuli: Ezkurdi Plaza → Askatasun Etorbiderantza → Trenbidea → Ermodo.

**Lasterketa Nagusia:**

Ezkurdi plazan hasi eta amaituko da. 5km-ko ibilbidea izango da eta ondo markatuta egongo da. Hona hemen ibilbidearen GPX artxiboa, wikiloc plataforman ikusgai:

<https://eu.wikiloc.com/ibilbide-carrera/emakumeenganako-indarkeriaren-aurkako-durangoko-iv-emakumeen-lasterketa-20984343>

#### 3. KATEGORIAK:

**Lasterketa Nagusian (5km):**

- **Juniorrak** (2005-2006 urteetan jaiotako emakumeak)
- **Absolutuak** (emakume guztiak)
- **Beteranoak** (40 urte edo gehiagoko emakumeak)

*Beteranoen mailak lasterketaren egunean bertan finkatzen dira, izena emandakoen adinaren arabera. Horregatik da derrigorrezkoa jaiotze-data jartzea izena ematerakoan.*

#### 4. IZEN-EMATEA:

##### ***Lasterketa Laburra, 1600m***

“EMAKUMEENGANAKO INDARKERIARIK EZ” pegatina jasotzerakoan, egunean bertan Ezkurdin.

##### ***Lasterketa Nagusia, 5km***

[www.kirolprobak.com](http://www.kirolprobak.com) webgunean bezperako (azaroak 24) gaueko 22:00 arte. EDO egunean bertan (azaroak 25) Ezkurdin 16:30ak arte.

#### **INSKRIPZIO KUOTAK:**

*Eskoletako neska-mutilak eta gizonak: 2€* pegatina jasotzerakoan.

*Emakumeen lasterketarako (kamiseta barne):*

- **12€** kirolprobak-en bidez izena emanez gero.
- **15€** Ezkurdin apuntatuz gero.

*Ez da ziurtatzen azaroaren 13a baino beranduago apuntatzen diren guztiek kamiseta izango dutela.*

#### 5. SEGURTASUNA:

Antolakuntzak Ardura Zibileko eta Istripu Aseguruak izango ditu. Gurutze Gorriaren zerbitzua ere egongo da, prebentzio gisa.

Antolatzaileek parte-hartzaile guztiei mediku-azterketa bat egitea gomendatzen die. Norberak bere gain hartu beharko du kirol jarduerak dakarren arriskua.

#### 6. SEINALEZTAPENA:

Ibilbidea ondo markatuta egongo da, bai babes zintaren bitartez, bai boluntarioen laguntzarekin. Bide-gurutze guztietan norbait egongo da norabidea adierazten.

#### 7. KONTROLAK:

Probaren ibilbidean zehar antolakuntzak kontrol guneak jarriko ditu eta bertatik igarotzea ezinbestekoa izango da. Izan ere, gune hauetan egingo dira arauko igarotze-kontrolak.

#### 8. HORNIDURA-PUNTUA:

Helmugan.

## 9. SAILKAPENA:

Lasterketa bukatzean, Ezkurdiko plazan bertan argitaratuko dira sailkapenak eta bertan egingo da sari-banaketa.

Hortik aurrera, 30minutuko epea zabalduko da erreklamazioak aurkezteko. Behin denbora igarota, sailkapenak ofizial egingo dira.

## 10.SARIAK:

Lasterketa nagusikoan kategorია hauetako bakoitzeko **lehen hiru sailkatuak**:

- Emakumezko kategoría **absolutua**.
- **Juniorrak** (2005 eta 2006 urteetan jaiotako neskek)
- **Beteranoak** (40 urte ego gehiagoko emakumeak)

## 11.DUTXAK:

*Ezkurdiko frontoiko dutxak* erabilgarri egongo dira.

## 12.BESTEAK:

Araudian aipatzen ez den zerbaiten inguruko zalantzak sortuz gero, antolatzailearen irizpidea hartuko da kontuan.

## 13.ONARPENA:

Izena ematerakoan parte hartzaile guztiek araudi hau ezagutzen dutela eta bertan aipatzen denarekin ados daudela onartzen dute. Bestalde, bere irudia (argazkiak, bideoak, etab.) erabiltzeko baimena ematen die antolatzaileei.