

## **REGLAMENTO:VIII.LASTERBIDEAN**

Este año se celebrará la octava edición de la carrera popular Lasterbidean el 28 de Mayo de 2022 en Kanpezu. Habrá 2 carreras una de 9 kilómetros cronometrada y otra de 3km no cronometrada.

### **I.INSCRIPCIÓN**

Carrera larga: La inscripción solo se podrá realizar por Internet en la pagina web [www.kirolprobak.com](http://www.kirolprobak.com) antes del miércoles 25 de Mayo. Del 23 de Enero al 1 de Mayo el precio será 12 euros, del 1 de Mayo al 25 de Mayo a las 23.59 el precio será de 15 euros y el día de la prueba el coste será de 17 euros.

Carrera corta: La inscripción será el mismo día de la prueba en la plaza de Kanpezu a la mañana y costará 3 euros.

### **II.DORSAL**

Solo llevarán dorsal con chip lxs participantes de la carrera larga. Se recogerán el mismo día de la prueba de 9 a 10,45 de la mañana. El dorsal se llevará en el pecho en un lugar visible.

### **CATEGORÍAS**

Lxs menores de 16 años no podrán participar en la carrera larga

Carrera corta:

No habrá clasificación

### **IV.CONTROL DE TIEMPO**

Se utilizará el sistema CHAMPIONCHIP, este sistema cronometra el tiempo real que realiza cada participante desde que pasa la línea de salida hasta que pasa la línea de meta .Solo se utilizará en la carrera larga.

### **V.LUGAR Y HORARIO DE SALIDA**

La carrera larga empezará a las 11:00 y la carrera corta a las 12.15, las dos saldrán y acabarán de la plaza de Kanpezu.

### **VI.AVITUALLAMIENTO Y ASISTENCIA MÉDICA**

Habrá avituallamiento y servicio de la DYA al finalizar la prueba.

## **VII.CONTROL FINAL**

A las 12.10 se cerrará el control y se dará por finalizada la carrera teniendo que abandonar lxs participantes que no lo hayan hecho.

## **VIII.ENTREGA DE PREMIOS DE LA CARRERA LARGA**

A todxs lxs participantes de la carrera larga se les entregará una bolsa de corredor que contendrá regalo y dorsal.Además se entregará un premio a lxs ganadores de cada una de las categorías realizado por lxs represaliadxs vascxs. Siempre según la clasificación oficial (por orden de llegada a meta).

## **IX. SERVICIOS EN META**

- 1.Recogida de dorsal, chip y bolsa de corredor.
- 2.Servicio de consigna.
- 3.Avituellamiento.
- 4.Duchas.
- 5.Ekitaldi.
- 6.Reparto de premios elaborados por lxs represaliadxs vascxs
- 7.Comida popular
- 8.Txozna y música.

## **X.ASISTENCIA Y SEGURO**

Se ofrecerá asistencia médica, al realizar la inscripción lxs participantes están cubiertos por un seguro personal.

## **XI.CLASIFICACIÓN OFICIAL**

La clasificación oficial será publicada en Internet en la página web [www.kirolprobak.com](http://www.kirolprobak.com)

## **XII.COMIDA**

Después de la carrera y el ekitaldi habrá una comida popular en el frontón de Kanpezu, los tickets para la comida tendrán un coste de 15 euros.

## **XIII.CONSEJOS**

- 1.Antes de realizar la carrera es recomendable hacerse un reconocimiento médico.Se recomienda tener una mínima preparación física.
- 2.Habrà servicio de consigna, cada participante podrá dejar una única bolsa
- 3.Piensa en lxs que vienen por detrás en los avituallamientos y no malgastes el agua.
- 4.El esfuerzo hay que dosificarlo según el recorrido, es mejor retirarse a tiempo.
- 5.Al llegar a meta no hay que pararse para evitar riesgos de que se amontone la gente y se produzcan accidentes.
- 6.Para realizar la carrera se recomienda que las carreteras estén el mínimo tiempo posible cerradas.Para lxs participantes que no se vean capacitadxs para la carrera larga se recomienda la corta.

#### **XIV.MEDIOAMBIENTE**

Se solicita que lxs participantes respeten el medioambiente reciclando todo tipo de residuos.

#### **XV.COMPORTAMIENTOS INACEPTABLES**

No se admitirán comportamientos racistas, sexistas, homófobos , lesbófobos y transfobos. Estos supondrán el abandono de la carrera y/o resto de actividades.

#### **XVI.NO CUMPLIMIENTO DEL REGLAMENTO**

El no cumplimiento del reglamento conllevará la descalificación de la carrera.La organización no asumirá la consecuencias del mismo.

Otros motivos por los que podrá ser descalificadx:

No realizar todo el recorrido.

No prestar ayuda al que la necesite.

Hacer caso omiso a la organización.

#### **XVII.RESPONSABILIDAD**

La/el participante exime a la organización de cualquier responsabilidad en caso de lesión y/o accidente.

#### **XVIII.DERECHO DE ADMISIÓN**

La organización se reserva el derecho de admisión en cada una de las actividades.