



euskalmendizale**federazioa**

FEDERACION VASCA DE MONTAÑA
BASQUE MOUNTAINEERING FEDERATION

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA

***EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOAREN
BATZARRAK 2015-11-07AN ONARTUA***

AURKIBIDEA

SARRERA ETA HELBURUAK	3
LEHIAKETA MOTAK	3
2.1.- Mendiko Eskiko Euskal Herriko Kopa	3
2.2.- Mendiko Eskiko Euskal Herriko Txapelketak	5
2.3.- Beste lehiaketa batzuk	7
ANTOLAMENDUA	7
3.1.- Lehiaketaren kontrola: batzordea eta gainbegiratzea	7
3.2.- Antolakuntzako kideak	9
3.3.- Lehiaketako epaimahaia	10
LASTERKARIENTZAKO LEHIAKETA-ARAUDIA	10
4.1.- Lehiaketarako izena ematea	10
4.2.- Materiala eta ekipamendua	11
4.3.- Materialaren kontrola eta hornidura gainbegiratzea	14
4.4.- Kategoriak	15
4.5.- Lehiakideen jokaera orokorra	16
4.6.- Zigorak	18
4.7.- Proba atzeratzea, etetea eta ezeztatzea.	22
DOPINA	22
DIZIPLINAZKO ERREGIMENAREN ARAUTEGIA ETA KIROL-LEGEAREN ARABERAKO	
PORTAERA	22
ERREKLAMAZIOAK ETA APELAZIO-SISTEMA	22
7.1.- Erreklamazioak	22
7.2.- Lehiaketa ondorengo erreklamazioak	23
SEGURTASUNA ETA LEHIAKETEN HOMOLOGAZIOA	23
8.1.- Atarikoak	23
8.2.- Ibilbidea	24
8.3.- Segurtasuna	27
8.4.- Irteerako eta helmugako guneak	28
8.5.- Kontrolak. Dagozkien zereginak eta ardurak.	29
8.6.- Hornidura-gunea	30
8.7.- Kontroletako pasoko denborak	30
8.8.- Mapak	30
8.9.- Dortsala	30
8.10.- Materiala gainbegiratzea eta kontrolatzea	31
8.11.- Ordezko ibilbideak	31
8.12.- Lasterkari batek edo talde batek proba uztea	31
8.13.- Proba atzeratzea, etetea eta ezeztatzea.	31
8.14.- Informazio-bilera	32
8.15.- Sailkapenak	32
8.16.- Esprinteko araudi espezifikoak	33
ERANSKINAK	39
1. eranskina: Altimetriako profila	40
2. eranskina: Esprinteko ibilbidearen diseinua	41
3. eranskina: Esprinteko ordutegien adibideak	42
4. eranskina: Lasterkarien banaketa serieen artean	43
5. eranskina: Erreklamazio-orria	44

1.- SARRERA ETA HELBURUAK

Lehiaketako mendiko eskia kirol-espezialitate bat da, eta neguan mendi garaietan egiten diren lasterketen bidez garatzen da; parte-hartzaileek eskiak erabili behar dituzte ibilbide gehiena egiteko, eta ingurumena errespetatuz egin behar dute.

Mendiko eskiko lehiaketek honako helburu hauek dituzte:

- Mendiko eskiatzaile onenak eta mendiko taldeen ekipo onenak biltzea lehiaketan.
- Mendiko eskia sustatzea gazteen artean.
- Mendiko eskiatzaileen kirol-maila hobetzea, eta lehiaketako mendiko eskiaren bilakaerari laguntzea.
- Estatuan edo nazioartean EMF ordezkariak dezaketen kirolariak hautatzeko erreferentzia gisa erabiltzea.

2.- LEHIAKETA MOTAK

Mendiko Eskiko Batzordea (MEB) EMFren erakunde teknikoa da, eta mendiko eskiko honako lehiaketa hauen garapenaz arduratzen da, EMFren Zuzendaritza Batzordearen oniritziarekin, betiere:

- **2.1:** Mendiko Eskiko Euskal Herriko Kopa.
- **2.2:** Mendiko Eskiko Euskal Herriko Txapelketak.
- **2.3:** Beste edozein lehiaketa, EMFk onartutakoa.

2.1. MENDIKO ESKIKO EUSKAL HERRIKO KOPA

2.1.1. - EMFk antolatzaileekin egindako kontratuan ezarritako baldintzekin bat etorrira, antolatzaileek honako araudi hau eta indarrean dauden arau teknikoak beteko dituzte Mendiko Eskiko Euskal Herriko Kopa antolatzen dutenean.

2.1.2. - Gutxienez hiru proba eta gehienez sei prestatu ahal izango dituzte, eta horietako bakoitza egun bakarrean garatuko da.

2.1.3. - Probak biko taldeetan edo banaka egin ahal izango dira, baina Koparen azken sailkapena banakakoa izango da. Parte-hartzaileek 15 urte izan behar dituzte gutxienez (*urte horretan betetakoak*). Lehiaketa egiten den unean 18 urte baino gutxiago dituztenek gurasoen baimena aurkeztu beharko dute, aitak, amak edo tutoreak sinatutakoa. Sinatzen duen pertsonaren NAREN fotokopia ere aurkeztu beharko da. GTEMetako kideek ez dute berariazko baimen hori aurkeztu behar, aurrez GTEMeri generikoki eman baitzaio.

2.1.4. - Lerroan kokatuta egingo da proben irteera, edo banaka, erlojupeko igoeren kasuan. Bi irteera-lerro ezarri ahal izango dira elkarren segidan, ibilbide bakoitzerako bat, edota sailkapenaren, aurreko probaren edo lehen postuen arabera ezarri ahal izango dira lerroak. Beste kopa edo txapelketa batzuk dauden lehiaketetan, Euskal Herriko Kopa edo Txapelketako parte-hartzaileek lehentasuna izango dute kokapenean.

2.1.5. - Parte-hartzaile guztiak dagokion urteko EMFren lizentzia izan behar dute, edo, bestela, EMFk onartutako beste federazio-lizentzia bat, eta erantzukizun zibileko aseguruia kontratatuta dutela eta beharrezko estaldura duen istripu-asegurua badutela erakutsi behar dute lasterketa hasi aurretik.

2.1.6. - **2.1.7.** – Parte-hartzaileak adinaren eta sexuaren arabera sailkatuko dira, eta 6 kategoria eta 4 azpikategoria bereiziko dira:

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

Kategoriak: gizonezkoak eta emakumezkoak: kadetea, juniorra eta seniorra.

Azpikategoriak: gizonezkoak eta emakumezkoak: promesak eta beteranoak.

- Kategoria bakoitzari dagozkion adinak jakiteko, ikusi LEHIAKETAKO ARAUDIA, 4.4. puntua.

Bai berariazko sailkapena egiteko eta bai sariak banatzeko, nahitaezkoa izango da gutxienez kategoria bakoitzean bi parte-hartzaile edo talde izatea irteeran. Irteeran soilik parte-hartzaile edo talde bat bada, saria emango zaio, baldin eta, ibilbide horretan bertan, sexu bereko lehenengoak (halakorik bada) egin duen denboraren bikoitza baino gutxiago egiten badu.

2.1.8.- Emakumezkoen kategoriako junior eta kadete azpikategorietako kirolariak kategoria horietarako **8.2.2** atalean zehaztutako ibilbidean lehiatu ahal izango dira soilik.

2.1.9.- Puntuazio-sistema:

- Proba bakoitzean, **2.1.7.** atalean zehaztutako kategorien arabera egingo da sailkapena.
- Taldekako proba bakoitzean, honako puntu hauek emango zaizkie kategoria bakoitzeko hogeita zazpi taldeei:

• OINARRIZKO PUNTUAZIO-TAULA

1	100 puntu	10	33 puntu	19	14 puntu
2	85 puntu	11	30 puntu	20	12 puntu
3	73 puntu	12	28 puntu	21	10 puntu
4	63 puntu	13	26 puntu	22	8 puntu
5	55 puntu	14	24 puntu	23	6 puntu
6	49 puntu	15	22 puntu	24	4 puntu
7	44 puntu	16	20 puntu	25	3 puntu
8	40 puntu	17	18 puntu	26	2 puntu
9	36 puntu	18	16 puntu	27	1 puntu

- Banakako proba bakoitzean, honako puntu hauek emango zaizkie kategoria bakoitzeko berrogeita hamalau lasterkariei:

• OINARRIZKO PUNTUAZIO-TAULA

1	100 puntu	13	44 puntu	25	26 puntu	37	14 puntu	49	3 puntu
2	92 puntu	14	42 puntu	26	25 puntu	38	13 puntu	50	3 puntu
3	85 puntu	15	40 puntu	27	24 puntu	39	12 puntu	51	2 puntu
4	79 puntu	16	38 puntu	28	23 puntu	40	11 puntu	52	2 puntu
5	73 puntu	17	36 puntu	29	22 puntu	41	10 puntu	53	1 puntu
6	68 puntu	18	34 puntu	30	21 puntu	42	9 puntu	54	1 puntu
7	63 puntu	19	33 puntu	31	20 puntu	43	8 puntu		
8	59 puntu	20	31 puntu	32	19 puntu	44	7 puntu		
9	55 puntu	21	30 puntu	33	18 puntu	45	6 puntu		
10	52 puntu	22	29 puntu	34	17 puntu	46	5 puntu		
11	49 puntu	23	28 puntu	35	16 puntu	47	4 puntu		
12	46 puntu	24	27 puntu	36	15 puntu	48	4 puntu		

- Gainerakoei puntu bat emango zaie.
- Kopa amaitu ondoren lehiakideek lortutako puntuen emaitza orokorraren arabera zehaztuko da kategoria bakoitzeko azken sailkapena.

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- Lortutako puntuak ezin dira kategoria desberdinetan metatu. *Ex-aequo* kasuren bat gertatzen bada, puntuak ekitatiboki banatuko dira, eta sailkapeneko hurrengo tokia(k) hutsik geldituko da (dira).
- Honela gehituko dira lehiaketa bakoitzaren ondoren lortutako puntuak:
 - 6 lehiaketa egin badira, 5 emaitza onenak hartuko dira kontuan gehienez.
 - 5 lehiaketa egin badira, 4 emaitza onenak hartuko dira kontuan gehienez.
 - 4 edo 3 lehiaketa egin badira, 3 emaitza onenak hartuko dira kontuan gehienez.
 - Berdinketa gertatuko balitz, honako irizpide hauek hartuko dira kontuan azken sailkapenean:
 - 1- Zenbat aldiz sailkatu den 1. tokian, 2.ean, 3.ean, etab.
 - 2- Bere kategorian parte-hartzaile gehien izan dituen proban lortutako sailkapenik onena.
- Hala ere, berdinketan aldaketarik gertatzen ez bada, toki berean sailkatuko dira biak; kasu horretan, sailkapeneko hurrengo tokia hutsik geldituko da. Sariak *ex-aequo* izango dira.

2.1.10.- Euskal Herriko Kopa amaitutakoan eta azken probako sari-banaketa egin ondoren, trofeoak esleituko eta banatuko zaizkie txapeldunei, txapeldunordeei eta hirugarren sailkatuei,
2.1.7. atalean deskribatutako kategorietan eta azpikategorietan

2.2.- MENDIKO ESKIKO EUSKAL HERRIKO TXAPELKETAK

2.2.1.- EMFk antolatzaileekin egindako kontratuan ezarritako baldintzekin bat etorrira, antolatzaileek honako araudi hau eta indarrean dauden arau teknikoak beteko dituzte Mendiko Eskiko Euskal Herriko Txapelketak antolatzen dituztenean.

2.2.2.- Euskal Herriko 4 txapelketa egin ahal izango dira; horietako bat banakakoa izango da, beste bat bi lasterkariz osatutako taldekakoa, beste bat esprintean egitekoa eta beste bat erlojupeko eskalada; egun bateko iraupena izango dute, edo bi eguneko taldekako modalitatean beharrezkotzat jotzen bada. Hala dagokionean, honako hauek erantsi ahal izango dira: Euskal Herriko Taldekako Txapelketa, Lurralde Federazioetakoa eta Euskal Herriko Errelebo Txapelketa.

2.2.3. - Probak biko taldeetan edo banaka egin ahal izango dira, baina Koparen azken sailkapena banakakoa izango da. Parte-hartzaileek 15 urte izan behar dituzte gutxienez (urte horretan betetakoak). Lehiaketa egiten den unean 18 urte baino gutxiago dituztenek gurasoen baimena aurkeztu beharko dute, aitak, amak edo tutoreak sinatutakoa. Sinatzen duen pertsonaren NAREN fotokopia ere aurkeztu beharko da. GTEMetako kideek ez dute berariazko baimen hori aurkeztu behar, aurrez GTEMri generikoki eman baitzaio.

2.2.4. - Lerroan kokatuta egingo da proben irteera, edo banaka, erlojupeko igoeren kasuan. Bi irteera-lerro ezarri ahal izango dira elkarren segidan, ibilbide bakoitzerako bat, edota sailkapenaren, aurreko probaren edo lehen postuen arabera ezarri ahal izango dira lerroak. Beste kopa edo txapelketa batzuk dauden lehiaketetan, Euskal Herriko Kopa edo Txapelketako parte-hartzaileek lehentasuna izango dute kokapenean.

2.2.5 Euskal Herriko Txapelketan parte hartu ahal izateko, parte-hartzaile guztiek EMFren lizentzia izan behar dute, edo, bestela, EMFk onartutako beste federazio-lizentzia bat, eta erantzukizun zibileko aseguruua kontratatuta dutela eta beharrezko estaldura duen istripu-aseguruua badutela erakutsi behar dute lasterketa hasi aurretik.

2.2.6 Zenbait lurraldetan, mendiko eskia ez du mendi federazioak arautzen, baizik eta beste federazio batek; kasu horietan, mendiko eskia arautzen duen federazioko kide izan behar dute lurralde horietako lasterkariak. EMFri horren berri eman behar zaio, eta lehiaketak egin aurretik onartu behar du horrek.

2.2.7.- Lehiaketa amaitutakoan, 2 sailkapen aterako dira: sailkapen batean, parte hartu duten kirolari guztiak agertuko dira, eta probako sariak zehaztuko dira; bestean, Euskal Herriko

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

Txapelketako podiumera igotzeko aukera duten parte-hartzaileak adieraziko dira, 2.2.5 atalean zehaztutakoa kontuan hartuta.

2.2.8. Parte-hartzaileak adinaren eta sexuaren arabera sailkatuko dira, eta 6 kategoria eta 4 azpikategoria bereziko dira:

Kategoriak: gizonezkoak eta emakumezkoak: kadetea, juniorra eta seniorra.

Azpikategoriak: gizonezkoak eta emakumezkoak: promesak eta beteranoak.

Kategoria bakoitzari dagozkion adinak jakiteko, ikusi LEHIAKETAKO ARAUDIA, 4.4. puntua.

Nahitaezkoa izango da gutxienez kategoria bakoitzean bi parte-hartzaile edo talde izatea irteeran, bai berariazko sailkapena egiteko eta bai sariak banatzeko. Irteeran soilik parte-hartzaile edo talde bat bada, saria emango zaio, baldin eta, ibilbide horretan bertan, sexu bereko lehenengoak (halakorik bada) egin duen denboraren bikoitza baino gutxiago egiten badu.

2.2.9.- Emakumezkoen kategoriako junior eta kadete azpikategorietako kirolariak kategoria horietarako **8.2.2** atalean zehaztutako ibilbidean lehiatu ahal izango dira soilik.

2.2.10.- Euskal Herriko Txapelketa amaitutakoan, trofeoak eta sariak esleituko eta banatuko zaizkie txapeldunei, txapeldunordeei eta hirugarren sailkatuei, **2.1.7** atalean deskribatutako kategorietan eta azpikategorietan. "Ex-aequo" kasuren bat gertatzen bada, ohoreak eta sariak ekitatiboki banatuko dira, eta sailkapeneko hurrengo tokia(k) hutsik geldituko da (dira).

2.2.11.- EMFk egoki baderitzo, proba berean Kluben arteko Euskal Herriko Txapelketa egingo da, honako irizpide hauen arabera:

Kluben arteko Euskal Herriko Txapelketan, EMFkoak diren klubek edo horrek onartutako federazioetakoek soilik har dezakete parte, eta beraz, kirolariak EMFren urte horretako lizentzia izan behar dute, edo horrek onartutako federazio batekoa, haien herritartasuna edozein dela ere; hortaz, kasu honetan, lizentzia EMFko edo horrek onartutako federazio bateko kide den klub batean egin badute –urte horretakoa izan behar du–, beste lurralde bateko kirolariak edo kirolari atzerritarrek ere parte hartu ahal izango dute.

a) Lasterkari bakoitzak bere kategorian (soilik kategoria, ez azpikategoria) jasoko ditu puntuak, Euskal Herriko Kopako proba bat balitz bezala. Taldeka baldin bada, Kopako taldekako puntuak banatuko dira (1.a: 100; 2.a: 85); banaka baldin bada, banakako probako puntuak (1.a: 100; 2.a: 92,...), eta horrela kategoria guztietan.

b) Talde edo klub batek lortutako puntu guztiak kalkulatzeko, taldeko lasterkari guztiek beren kategorian lortutako puntuak batuko dira (ez azpikategorian, hau da, ez dute puntuatuko ez promesa gisa eta ez beterano gisa).

c) Puntu gehien lortuko dituen taldeak irabaziko du. Berdinketa gertatuz gero, lehen postu gehien lortu dituen taldeak izango du lehentasuna; hori egin ondoren berdinketa gertatzen bada berriro, lortutako bigarren postuak (eta hirugarrenak, beharrezkoa bada) hartuko dira kontuan. Hori eginda ere berdinketa gertatzen bada, ex-aequo gertatu dela ulertuko da, eta sailkapeneko hurrengo tokia hutsik geratuko da.

Txapelketa amaitzean, taldekako sailkapena argitaratuko da, eta trofeoak eta sariak esleituko eta banatuko zaizkie talde txapeldunei, txapeldunordeei eta hirugarren sailkatuei.

2.2.12.- EMFk egoki baderitzo, proba berean Lurralde Federazioen arteko Euskal Herriko Txapelketa egingo da, eta 2.2.11 puntuko irizpide berak erabiliko dira (talde edo klub terminoa erabili ordez lurralde-federazio erabiliko da).

Lurralde-federazioak ordezkatu dituzten taldeetako kideek EMFren lizentzia edo horrek onartutako federazioetako lizentzia izango dute (urte horretakoa), haien herritartasuna edozein dela ere; hortaz, kasu honetan, EMFren edo horrek onartutako federazio baten lizentzia badute –urte horretakoa izan behar du– eta lurralde-federazioa ordezkatu duen talde baten barnean

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

badaude, beste lurralde bateko kirolariek edo kirolari atzerritarrek ere parte hartu ahal izango dute, bai eta puntuatu ere.

2.2.13.- Euskal Herriko Errelebo Txapelketan, taldeak 4 kirolariz osatuta egongo dira, eta horietako bat, nahitaez, emakumea izango da; horrez gain, junior eta kadete kategorietako kirolariek ere parte har dezakete taldean.

Parte hartuko duten taldeetako kideek EMFren lizentzia edo horrek onartutako federazioetako lizentzia izango dute (urte horretakoa), haien herritartasuna edozein dela ere; hortaz, kasu honetan, EMFren edo horrek onartutako federazio baten lizentzia badute –urte horretakoa izan behar du– eta parte hartzen duen talde baten barnean badaude, beste lurralde bateko kirolariek edo kirolari atzerritarrek ere parte hartu ahal izango dute, bai eta puntuatu ere.

2.3.- BESTE LEHIAKETA BATZUK

Hala eskatzen duen beste edozein modalitate arautu ahal izango du MEBek: Zeharkaldi popularra, eski-rallyak, gauekoak, etab.

Araudi honek modalitate berriren bat barnean hartzen ez badu eta FEDMEren edo ISMFren Mendiko Eskiko Lehiaketako Araudiak barnean hartzen badu, azken araudi hori erabiliko da modalitate berri horretako lehiaketa bat arautzeko.

3.- ANTOLAMENDUA

Mendiko Eskiko Batzordeak (*hemendik aurrera MEB*), EMFren egituran txertatuta dagoenak, EMFren mailan mendiko eskiarekin lotutako alderdi guztiak antolatzeko ardura du. EMFren zuzendari teknikoak, EMFren Mendiko Eskiaren Arloko batzordekideak, espezialitateko epaile batek, lasterketen trazatzaile batek eta lasterkari batek osatzen dute batzorde hori, guztiak EMFk hautatutakoak.

- MEBek aginte teknikoa du, Euskal Herriaren esparruaren barnean EMFk antolatutako edo onetsitako mendiko eskiko lehiaketa guztiei dagokienez. (**3. atalean zehaztu da hori**).
- MEB arduratuko da lurraldeetako federazioek, mendiko klubek, erakundeek eta enpresek Euskal Herrian lehiaketaren bat antolatzeko egindako eskariak jasotzeaz eta horiei erantzuna emateaz.
- EMFk antolatutako edo onetsitako lehiaketa ofizial guztiak araudi honetan oinarrituta antolatuko dira. Araudian biltzen ez diren gaiei MEBek emango die irtenbidea.
- EMFren lehiaketa ofizialak FEDMEren estatu-lehiaketa edo ISMCren nazioarteko lehiaketa ere badirenean, FEDMEren edo ISMFren araudiak lehenetsiko dira, bi araudiak bat ez datozen edo aurkakoa dioten puntuetan.
- **Aparteko kasuetan**, eta horretarako arrazoi sendoak ematen badira, MEBek araudi honetan zehaztutako desnibelen azpitik edo gainetik dauden ibilbideak onar ditzake.

3.1.-LEHIAKETAREN KONTROLA: BATZORDEA ETA GAINBEGIRATZEA

EMFren Lehiaketako Epaileen Batzordeak honako pertsona hauek izendatuko ditu edozein lehiaketa kontrolatzeko:

- A.- Batzordeko lehendakaria (*ondorengo hauetako edozein izan daiteke, baina EMFk izendatu behar du*).
- B.- Ibilbideko epailea (*bi gehienez*).
- C.- Irteerako eta helmugako epailea.
- D.- Izen emateko eta sailkapeneko epailea.

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

Irteerako eta helmugako epailearen eta izen emateko eta sailkapeneko epailearen zereginak epaile berak egin ditzake; batez ere, erlojupeko lehiaketetan.

EMFri dagokio honako pertsona hau izendatzea:

E.- EMFren ordezkaria.

Pertsona horiek, probako zuzendariarekin batera, osatuko dute Lasterketako Batzordea.

A.- Batzordeko lehendakaria agintari gorena izango da lehiaketa osoan, eta EMFk izendatuko du B, C, D edo E puntukoaren artean. Zeregin hauek izango ditu:

- EMFk mendiko eskiko epaile izateko emandako titulua izan behar du, bai eta urte horretako federazio-lizentzia ere.
- Lasterketako Batzordearen buru izan behar du.
- Lehiaketa homologatu behar du, ibilbidearen gainbegiraleekin eta antolatzaileekin batera.
- Probako antolatzaileen prestatutako azken sailkapeneko orriak sinatu behar ditu.
- Lehiaketaren akta egin behar du MEBentzat.
- Lehiaketaren egunean, lehiaketaren garapenean sor daitezkeen erreklamazioei erantzun behar diete, eta lehiaketako araudiarekin bat etorrita epaituko eta zigortuko dute. Txostenak eskatu ahal izango dizkie kontroletan daudenei, trazatzaileei, gainbegiraleei eta gainerakoiei.
- Lehiaketako Epaimahaia eratuko du, eta biltzeko deia egingo du, beharrezkoa bada.
- Lege-euskarria eskainiko die antolatzaileei, kirol-izaerakoa nahiz izaera zibilekoa.
- Lehiaketa eten edo bertan behera utzi ahal izango du, aurreikuspen edo baldintza meteorologikoen, elurraren eta gainbegiraleen txostenen arabera.
- Ibilbidea aldatu ahal izango du, haren baldintzak kontuan hartuta eta parte-hartzaileen segurtasuna hobetzeko; horretarako, gainbegiraleen txostenetan oinarrituko da, betiere.
- Lehiaketako informazio-bileraren edukia gainbegiratuko du.
- Lehiaketako informazio-bileran parte hartuko du.

B.- Ibilbideko epailea(k):

- EMFk mendiko eskiko epaile izateko emandako titulua izan behar du, bai eta urte horretako federazio-lizentzia ere.
- MEBek hala eskatzen duenean, zailtasunagatik, luzeragatik edo iritsiezintasunagatik lehiaketako ibilbidea gainbegiratzea zailagoa denean, ibilbideko bi epaileari esleitu ahal izango zaie zeregin hori.
- Ibilbidearen trazadura gainbegiratuko du, batez ere segurtasunari, markaketari, pasoko kontrolei nahiz informazio-kontrolei eta soka finkoko instalazioei begira. Ibilbidea antolatzeaz arduratu den taldeko pertsona batek lagunduko dio.
- Lehiaketaren garapena gainbegiratuko du bertatik bertara, eta txostenak egingo ditu batzordeko lehendakariari emateko, lehiaketako araudiarekin bat etorrita.
- Lasterketa Batzordeko lehendakariari aholkuak emango dizkio, lehiaketaren garapenean sor daitezkeen erreklamazioei dagokienez.
- Lasterketako Batzordeko lehendakaria informatuko eta aholkatuko du, lehiaketa homologatu ahal izan dezan.
- Antolatzaileak aholkatuko ditu gai teknikoetan eta segurtasun-gaietan.

C.- Irteerako eta helmugako epailea:

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- FEDMEk mendiko eskiko epaile izateko emandako titulua izan behar du, bai eta urte horretako federazio-lizentzia ere.
- Antolatzaileek materialaren kontrola, ARVAren kontrola eta lasterkarien irteera-zerrendaren kontrola behar bezala egiten dutela gainbegiratuko du.
- Irteera-gunea eta helmuga gainbegiratuko ditu.
- Ibilbidearen lehenengo zatiak gainbegiratuko ditu, lasterkariak ez pilatzeko, bai eta azkeneko tarteak ere, nahasterik ez gertatzeko eta lasterkariak aldapa txiki batetik irits daitezzen.
- Irteera baliozkotuko du.
- Batzordeko lehendakaria informatuko eta aholkatuko du.

D.- Izen emateko eta sailkapeneko epailea:

- EMFk mendiko eskiko epaile izateko emandako titulua izan behar du, bai eta urte horretako federazio-lizentzia ere. EMFk zehaztutako kalkulu-orriak egiteko programa informatiko batekin lan egiteko gai izango da. Irteerako eta helmugako epaileak har dezake horren tokia, aldi berean.
- Lehiaketan, parte-hartzaileen izen-ematea eta haien dokumentazioa gainbegiratzen ditu.
- Lasterkarien irteerako zerrenda gainbegiratuko eta baliozkotuko du.
- Antolatzaileek izena emateko orriak EMFren baldintzen arabera egokitu dituztela gainbegiratuko du.
- Antolatzaileek parte-hartzaileen denborak ondo hartu dituztela gainbegiratuko du.
- Antolatzaileekin batera prestatuko du azken sailkapena.

E.- EMFren ordezkaria Lasterketa Batzordeko kide izango da, eta bilera eta lehiaketako saio guztietan parte hartuko du; horrez gain, txosten zehatza aurkeztuko dio MEBi. Dagokion urteko federazio-lizentzia izan behar du.

- Antolamenduarekin lotutako guztia gainbegiratuko du:
 - Ostatua, hala badagokio.
 - Informazio-bilera.
 - Informazio-arbela.
 - Prentsaurrekoa.
 - Irekitzeko, trofeoak emateko eta ixteko zeremoniak.
 - Antolamenduak sinatutako kontratua betetzen dela gainbegiratuko du.
- Dopin-kontrola.
- Batzordeko lehendakaria informatuko eta aholkatuko du.

3.2.- ANTOLAKUNTZAKO KIDEAK

Antolakuntzak honako funtzio hauek bete behar ditu (honen eta EMFren artean sinatutako kontratuan berariaz besterik adierazten ez bada):

- Lehiaketa egin aurretiko antolamendua:
 - Administrazioa.
 - Kontrolak.
 - Ibilbidearen trazadura, markaketa eta ekipamenduak.
 - Informazio meteorologikoa, eta elurrari buruzkoa.
 - Irteerako eta helmugako guneen ekipamendua.
 - Ibilbidea markatuta dakarren mapa, eta beronen profila.
 - Markaketa eta materiala egiaztatzea: eskiak, botak eta bastoiak.
- Lehiaketarako onetsitako lagun guztiei harrera egitea eta erregistratzea (lehiakideak, laguntzaile teknikoak, EMFko teknikariak, prentsa, etab.).

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- Irteerako guneko, helmugako eta eremu mugatuetako sarrerak erregistratzea eta kontrolatzea, epaileen jarraibideak betez.
- Pasoko kontroletan eta helmugakoetan denborak hartzea, epaileen jarraibideak betez.
- Lehiaketako ibilbide osoan segurtasunaz arduratzea.
- Lehiaketa uzten duten lehiakideei laguntzea.
- Sailkapenak egitea, EMFk izen emateko eta sailkatzeko epailearen bitartez emandako ereduaren arabera. Sailkapenetan, honako hauek jaso behar dira gutxienez: lasterketaren izen ofiziala, antolatzen duen taldearen izena, kopa- edo txapelketa-mota, EMF, data, sailkapeneko tokia, dortsal-zenbakia, izen-abizenak, sexua, kategoria, azpikategoria (halakorik baldin badago), zein erakundetan dagoen federatuta, babeslea, zein federaziotakoa den, irteera-ordua, helmugara iritsi den ordua, zigorra (halakorik baldin badago), denbora osoa, egindako ibilbidea.
- Gainbegiraleei, prentsari eta komunikabideei ostatu- eta mantentze-zerbitzuak eskaintzea.
- Zerbitzu medikoak, salbamendua eta hitzartutako beste ekipamendu batzuk eskaintzea.
- Irekierako ekitaldiak, sari-banaketak eta itxierako ekitaldiak antolatzea.
- Probako batzordeari laguntzea.

3.3.- LEHIAKETAKO EPAIMAHAIA

Lehiaketako epaimahaia organo aholku-emailea da, eta araudi honetako **7.** atalean aurreikusten denaren arabera jokatu du.

Honako hauek osatzen dute epaimahaia:

- Batzordeko lehendakariak.
- Probaren zuzendariak (*edo zuzendari teknikoak*).
- EMFren ordezkariak.
- Kirolarien ordezkari batek (proban izena eman duten eta azken Kopan do Txapelketan lehenengo 10 lekuetan sailkatu ziren pertsonen artetik zozketa bidez aukeratutakoa). Soilik erreklamazioan zerikusirik ez badu esku hartu ahal izango du.

Zereginak:

- Epaimahaiak batzordeko lehendakaria aholkatuko du lehiaketaren garapenaren ondorioz izan daitezkeen erreklamazioei eman beharreko erantzunetan, lasterketaren dataren barnean.
- Batzordeko lehendakariak deituta bilduko da epaimahaia, erreklamazio bat gertatzen den unean. Kide guztiek izango dute bozkatzeko eskubidea, baina, berdinketa gertatzen bada, batzordeko lehendakariaren botoak balio bikoitza izango du.

4 – LASTERKARIENTZAKO LEHIAKETA-ARAUDIA

4.1.- LEHIAKETARAKO IZENA EMATEA

4.1.1.- Proban parte hartzeko, ezinbestekoa da izena ematea, eta izena emateko epea antolatzaileek erabakitzen dutenean itxiko da. Informazio-bilera egin aurretik itxiko da beti.

4.1.2.- Antolatzaileek ezarritako baldintzen arabera egingo da izen-ematea.

4.1.3.- Behin-behineko nahiz behin betiko izen-emateetarako, antolatzaileek honako agiri hauek eskatuko dizkiete parte-hartzaileei:

- Nortasun Agiri Ofiziala edo, atzerritarren kasuan, agiri baliokideren bat. Gutxienerako adina izan behar dute, hau da, urte horretan **15** urte bete behar dituzte (*ikus 2.1.3 eta 2.2.3 puntuak*).

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- EMFren lizentzia edo horrek onartutako beste federazio batekoa (urte horretakoa), kirol-asegurua barne, edota, atzerritarren kasuan, lizentzia horren baliokidea (*ikus 2.1.6 eta 2.2.6 puntuak*).
- Adingabeek gurasoek sinatuta entregatu beharko dute baimena (*ikus 2.1.3 eta 2.2.3 puntuak*).

4.1.4.- Antolatzaileek ez diete utziko parte hartzen baldintza horiek betetzen ez dituzten kirolariei.

4.1.5.- Lehiaketa-kirolerako osasun-ziurtagiria izan behar dute lehiakideek; ziurtagiri horrek mendiko eskiko lasterketen lehiaketa-denboraldia hasi baino hiru hilabete lehenago emandakoa izan behar du gehienez.

4.2.- MATERIALA ETA EKIPAMENDUA

4.2.1.- Proban parte hartzeko, **kirolari bakoitzak honako material hau eraman beharko du** lehiaketa guztietan:

EKIPOA	DESKRIBAPENA
Pasaportea edo NA	Lasterkariak edo entrenatzaileak/managerrak, hala dagokionean, helmugara iritsi ondoren erakutsi ahal izango du. Ez da beharrezkoa izango proban gainean eramatea.
Eski pare bat	Eski pare bat, ertz metalikoekin luzeraren % 90ean gutxienez, eta gutxieneko zabalera honekin: 80 mm espatulan, 60 mm irristailuan eta 70 mm atzealdean. Eskiaren luzera, gutxienez, 160 cm-koa izango da gizonen kasuan (seniorrak, juniorrak eta kadeteak), eta 150 cm-koa emakumeen kasuan (seniorrak, juniorrak eta kadeteak.) Eskiaren azalera osoa neurtuko da, espatularen kurbatura barne. Metro-soka erabiltzea gomendatzen da.
Finkagailuak	Igotzerakoan orpoa mugitzeko aukera emango dute finkagailuek, eta, beherakoan, blokeatu egingo dute (ez da beharrezkoa segurtasun-uhalak izatea). • Finkagailuaren atzeko aldeak aurretik eta albotik askatzeko segurtasun-sistemak izan behar ditu. • Puntakoak segurtasun-sistema bat izan behar du, bota albo batetik askatu ahal izateko, eta finkagailuaren atzeko aldeak bi posizio izan behar ditu: blokeatua eta askea. Botek eta finkagailuek fabrikatzaileak emandako jarraibideak bete behar dituzte, segurtasun-sistemaren funtzionamendu egokiena (finkagailua – bota) eta finkagailuaren eta eskiaren babesik onena bermatzeko. Ez dira onartuko puntakoa fabrikatzaile batena eta orpoko beste fabrikatzaile batena dituzten finkagailuak. Eskien eta finkagailuen gutxieneko pisua: Gizonak: 750 gramo, hau da, 1500 gramo pareak. Emakumeak: 700 gramo, hau da, 1400 gramo pareak.
Botak	Bota pare bat: orkatilak babesteko adinako altuera izan behar dute botek, eta Vibram motako zolak (koskadunak) edo antzekoak izan behar dituzte. Zolek oinaren % 75 estali behar dute gutxienez, eta koskek 4 mm-ko sakonera izan behar dute gutxienez. Gutxieneko kopurua: 8 koska (tako) orpoan, eta 15 koska (tako) aurreko aldean. Koskek, gutxienez, 1 cm ² -ko azalera izan behar dute. Botek kranpoietara egokitu behar dute. Gutxienez, bi belarri edo itxigailu izan behar ditu botak. Zolak botaren azaleraren % 100 estali behar du. Karkasa eta bota motzaren gutxieneko pisua: gizonezko seniorrenak, 1.000 gramo pareak, tolerantziarik gabe; emakume senior, junior eta kadeteenak, 900 gramo pareak, tolerantziarik gabe.
Bastoi pare	Karbonozkoak edo beste material batekoak; 25 mm-ko diametroa izan behar

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

	dute gehienez, eta errosetek ez dute metalikoak izan behar.
Itsas txakurren larruak, pare bat	Larruak eskietan jarrita ez daudenean, bizkar-zorroan edo eskiatzeko osoko jantzian gorde behar dira. Debehatuta dago zinta itsaskorra edo azkarrago irristatzeko antzeko beste sistemaren bat erabiltzea, ingurumen-arrazoiengatik. Debehatuta dago animalia basatien larruak erabiltzea. Larruek eskiaren zabaleraren eta luzeraren % 50 estali behar dute gutxienez.
Jantziak: gorputzaren goiko zatia	3 geruza jantzi behar dira, lasterkariaren neurrikoak: <ul style="list-style-type: none"> • Mahuka motz edo luzekoa bata, barrukoa. • Mahuka luzeko eskiatzeko osoko jantzia, edo mahuka luzeko bigarren geruza bat duena. • Mahuka luzeko kanpoko geruza, haizetik babestekoa eta iragazgaitza.
Jantziak: gorputzaren beheko zatia	Gorputzaren beheko zatian 2 geruza jantzi behar dira, bata haizetik babestekoa edo iragazgaitza.
Elur-jausien biktimak erreskatatzeko ARVA aparatua	Elur-jausien biktimak erreskatatzeko ARVA aparatua, EN 300718 arauaren arabera eta 457 KHz frekuentziakoa. Gorputzari atxikita edota osoko jantziak berariaz horretarako duen patrikan eramango da probak irauten duen bitartean, ez ikusteko moduan eta piztuta. Aparatua ez da inoiz begien bistan geldituko lasterketan, lehiakideak beroagatik osoko jantzia irekitzen badu ere ez. Lehiakideek bermatu behar dute aparatua lasterketa osoan piztuta eta ondo dagoela. Kontrol batean aparatua ez dabilela jabetzen badira eta antolatzaileek beste bat emateko modua ez badute, lehiakideak ezingo du aurrera jarraitu proban. Lehiakide bakoitzak bere gorputzari atxikita eramango du aparatua, jantzien azpian eta piztuta beti. Lehiakide batek ARVA bizkar-zorroan eramaten badu edo aparatua bateriarik ez badu lasterketan zehar, debehatu egingo zaio lehiakide horri urte horretako denboraldia amaitu arteko gainerako lasterketa guztietan parte hartzea.
Kaskoa	Kaskoak mendiko jardura orokorretarako Europako EN 12492 (<i>UIAA 106</i>) arauen arabera homologatuta egon behar du. Lasterketa osoan buruan jantzita eta lotuta eraman behar du parte-hartzaileak.
Elurretako pala	Elurretako pala bat, heldulekuarekin. Gutxieneko neurria: 20 cm x 20 cm; pala karratua izango da. Palaren gutxieneko luzera osoa, lanerako erabiltzen ari denean: 50 cm. Palaren heldulekuaren muturrak T edo L forma izan behar du, eta lasterkariak beheantz bultzatzeko eta palanka egiteko gai izan behar du.
Elurretako zunda	Elurretako zunda bat, ISMF arauen arabera. Kanpoko gutxieneko diametroa: 10 mm Gutxieneko luzera osoa: 240 cm
Biziraupenerako tapaki termikoa	Biziraupenerako tapaki bat, 1,80 m ² -ko gutxieneko azalera izango duena; ez da onartuko fabrikatu ondorengo aldaketarik.
Eskuzorro pare	Esku osoa eskumuturreraino estaliko duten bi eskuzorro. Lasterketa osoan erabili behar dira.
Bizkar-zorroa	Lasterketan epaileak adierazitako material guztia sartzeko modukoa izango da bizkar-zorroa; eskiak eramateko bi uhal izan behar ditu atzean edota alboan. Taldeko kideen elkarlana gertatzen den kasuetan, bi eski pareak eramateko erabiliko den bizkar-zorroak eusteko uhalen bi puntu independente izan behar ditu. Bizkar-zorroak kranpoien poltsa berezia badu, bizkar-zorroaren atzeko zatiri ondo lotuta egon behar du poltsak.
Eguzkitako betaurrekoak, UV babesarekin	
Txilibitu bat.	
<i>Epaimahaikideek eska dezaketen ekipo osagarria</i>	
Kranpoi metaliko pare bat, uhalak dituztenak	Kranpoiek 10 punta izan behar dituzte gutxienez, horietako bi aurreko aldean, eta lehiakidearen oinaren neurrikoak izan behar dute. Horrez gain, UIAaren egiaztagiria (153 araua) edota EBren egiaztagiria izan behar dute. Kranpoiak jantzita eramaten ez direnean, bizkar-zorroaren barnean eraman behar dira,

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

	puntak punten kontra. Kranpoiek fabrikatu zirenean bezala egon behar dute, aldaketarik gabe. Kranpoiak erabiltzerakoan, segurtasun-uhalek behar bezala lotuta egon behar dute beti.
Arnesa	UIAA 105 arauak betetzen dituen arnes bat.
Via ferratarako kita	Via ferratarako kita, energia xurgatzeko sistema duena via ferratetan erabiltzeko, eta UIAA 128 estandarraren arabera.
2 mosketoi, K motakoak	UIAA estandarreko 121. arauaren arabera izan behar du. Ferraten kita eta 2 mosketoiak erabiltzen ez direnean, bizkar-zorroan gorde behar dira, edo gerrian lotuta eraman behar dira.
Material polar termikoko kanpoko geruza osagarri bat	Laugarren geruza termiko bat, mahuka luzekoa; jantzi polarra gomendatzen da, edo Shoft Shell delakoa, 300 g-ko pisukoa, gutxienez.
Eskiko burukoa edo zinta	
Kopetako esku-argia, egoera onean	
Bigarren eskuzorro pareak	Termikoak eta haizetik babestekoak.
Bigarren eguzkitako betaurrekoak, UV babesarekin	
Soka dinamiko bat	Soka dinamikoa (UIAA estandarra, 101 araua), 8 mm-ko diametrokoa eta 30 metroko luzerakoa gutxienez.

NAHITAEZKO MATERIALAREN LABURPEN-KOADROA

NAHITAEZKO MATERIALA	BANAKA	TALDEAK	ESPRINTA	ERRELEBOAK	BERTIKALA
Pasaportea edo NA	X	X	X	X	X
Eskiak + finkagailuak	X	X	X	X	X
Botak	X	X	X	X	X
Bastoiak	X	X	X	X	X
Larruak	X	X	X	X	X
Kaskoa	X	X	X	X	X*
Eskuzorroak	X	X	X	X	X*
Bizkar-zorroa	X	X	X	X	X*
3 geruza goian	X	X	X*	X*	X*
2 geruza behean	X	X	X*	X*	X*
ARVA	X	X	X*	X*	X*
Pala	X	X	X*	X*	X*
Zunda	X	X	X*	X*	X*
Tapaki termikoa	X	X	X*	X*	X*
Eguzkitako betaurrekoak (UV)	X	X	X*	X*	X*
Txilibitua	X	X	X*	X*	X*

Banakako eta taldekako probetan epaimahaiak eska dezakeen material OSAGARRIA:

Kranpoiak
Arnesa
Via ferratarako kita
2 mosketoi, K motakoak
Burukoa edo zinta
Bigarren eskuzorro pareak
Laugarren geruza goian

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

Kopetako esku-argia
Bigarren eguzkitako betaurrekoak, UV babesarekin
Soka dinamikoa

OHARRA: lehiakideek prest eraman behar dute nahitaezko material eta material osagarri guztia probara.

Informazio-bileran, proban zer material eskatuko den jakinaraziko da.

Erlojupeko eskaladarako, erreleboko probarako eta esprinterako:

- Eskiko pistetan egingo den lasterketan, probako zuzendariak (*epaimahaiko lehendakariaren aholkularitza jaso ondoren*) honako hauek ken ditzake nahitaezko materialetik: ARVA, pala eta zunda.
- Baldintza meteorologikoak aldekoak baldin badira, izartxo batekin (X*) markatutako materiala ere ken daiteke.

4.2.2 Antolatzaileek emandako ekipoa:

- Dortsalak (bat bizkar-zorroan eta beste bat eskuineko izterrean) emango dizkiete, eta ez dira tolestu edo moztu behar. Banakako eta taldeko kategorietako zenbakiak kolore desberdinetakoak izango dira (edo ehuneko desberdinekoak). Honako kolore hauek erabiltzea gomendatzen da dortsaletarako eta ibilbideak adierazteko geziatarako:
 - URDINA gizonezko seniorrentzat (A ibilbidea)
 - BERDEA emakumezko seniorrentzat eta gizonezko juniorrentzat (B ibilbidea)
 - GORRIA emakumezko junior eta kadeteentzat (C ibilbidea)
 - BELTZA EMFrenak ez diren beste ibilbide/kategoria batzuetarako
- Dortsalen neurria, gehienez, 16x16 cm-koa izango da bizkar-zorroan, eta 13x13 cm-koa izterrean.
- Probako antolatzaileek lehiakideak kontrolatzeko edo kronometratzeko erabiliko duten edozein material elektronikoa (txipak, etab.).
- Araudian agertzen ez den eta, EMFren ordezkari teknikoen baimena lortu ondoren, antolatzaileek eskatzen duten beste edozein material antolatzaileak emango du. Antolamenduarekin lotutako araudi guztiek EMFen araudiak bete behar dituzte.

Oharra:

⇒ Lehiakideek **4.2.1** eta **4.2.2** puntuetan txertatu ez den beste edozein material edo jantzi erabili ahal izango dute, lehiaketa zer ingurutan garatuko den eta inguru horretako baldintzak kontuan izanda.

4.2.3.- Nahitaezko materialak "markakoa" izan behar du, eta segurtasun-materialak homologatuta egon behar du, UIAA arauen arabera edota EBren ziurtagiriaren bidez; horrez gain, jatorrizkoa izan behar du, aldaketarik gabea.

4.2.4.- Debekatuta dago proban zehar nahitaezko materiala aldatzea, hautsitako bastoiak eta eskiak izan ezik; azken horiek ibilbidearen edozein puntutan aldatu ahal izango dira.

4.3.- MATERIALAREN KONTROLA ETA HORNIDURA GAINBEGIRATZEA

4.3.1.- Lasterkaria da bere materialaren arduraduna. Lehiakide batek zalantzak baldin baditu bere ekipoarekin, lehiaketaren aurreko egunean epaimahaiak ekipoa gainbegiratzeko eska dezake; beharrezkoa da epaile bat ere aurrean egotea.

MENDIKO ESIKIO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

4.3.2.- Materiala helmugan kontrolatuko da, edo egoki deritzen tokian, lasterkaria gelditu gabe betiere. Proba amaitzean eta helmugan, nahitaezko materialaren kontrola egingo da, antolatzaileek informazio-bileran adierazitakoaren arabera. **4.6.1** atalean zehaztutako zigorra ezarriko da antolatzaileek eskatutako materiala falta bada.

4.3.3.- Probaren aurreko egunean, antolatzaileek nahitaezko materiala egiaztatu ahal izango diote hala eskatzen duenari.

4.3.4.- 4.2 atalean zehaztutako baldintzak betetzen ez dituen material guztia baztertu egingo da.

4.3.5.- Irteera-eremuan sartu aurretik, dortsalaren eta ARVAren kontrola egingo da. ARVAren inguruko baldintzak, **4.2.1** atalean zehazten direnak, betetzen ez dituzten parte-hartzaileei ez zaie proban parte hartzen utziko.

4.3.6.- Epaimahaiko lehendakariak akastun edo desegokitzat jotako edozein material baztertzeko eskubidea izango du.

4.3.7.- Erabat debekatuta dago probak dirauen bitartean kanpoko edonoren laguntza edo hornigaiak hartzea (*antolatzaileek xede horretarako ezarritako puntuetan, informazioa emateko bileran azaldu diren horietan, hartzen direnak salbu*). Ikusi **8.6** atala.

4.3.8.- Erabat debekatuta dago lasterkariak "gizatzea" (*entrenatzaileek ikasleei, etab.*).

4.4.- KATEGORIAK

4.4.1.- Lehiaketetan, honako kategoriak eta azpikategoriak zehaztuko dira, gizon nahiz emakumeetan:

KATEGORIAK:

- Kadetea: 15, 16 eta 17 urte dituztenak, hau da, urte horretan 18 urte betetzen ez dituztenak.
- Juniorra: 18, 19 eta 20 urte dituztenak, hau da, urte horretan 21 urte betetzen ez dituztenak.
- Seniorra: urte horretan 21 urte bete dituztenak, eta hortik gorakoak.

AZPIKATEGORIAK:

- Promesak: 21, 22 eta 23 urte dituztenak, hau da, urte horretan 24 urte betetzen ez dituztenak.
- Beteranoak: urte horretan 40 urte bete dituztenak, eta hortik gorakoak.

Oharrak:

⇒ Talde bateko kideak hainbat kategoriatakoak badira, kategoria altuenean parte hartuko eta puntuatuko dute. Juniorren eta kadeteen kasuan, Espainiako Kopan parte hartzen badute, dagokien kategorian puntuatuko dute, baina probako azkenak izatearen pareko zigorra jasoko dute.

⇒ Beteranoak eta promesak: talde/lasterkari beteranoek eta promesek beren kategorian hartuko dute parte automatikoki, bai eta kategoria orokorrean ere.

⇒ Soilik taldekako proban onartuko da junior kategoriako parte-hartzaileek, hala nahi dutenean, seniorren ibilbidean parte hartzea; hortaz, seniorren sailkapenean agertuko dira, proba berean juniorren sailkapenean agertzen ez badira, betiere.

Mendiko eskiko lehiaketen denboraldia abendutik maiatzera garatzen da. Kategoriak ezartzeko, kirolariak denboraldia amaitu den urteko abenduaren 31n duen adina hartuko da erreferentziatzat.

4.5.- LEHIAKIDEEN JOKAERA OROKORRA

4.5.1.- Lehiaketa taldeka garatzen bada. Taldeko kideek nahitaz elkarrekin igaro behar dute kontrola, eta elkarrekin irten behar dute. Helmugako kontrolean, taldeko azken kidea helmugatik igarotzen denean hartuko da denbora.

Taldeko kideen artean ezin da 30 segundo baino gehiagoko aldea egon igoeretan, ez eta 10 segundo baino gehiagokoa beheranzkoan; horrez gain, helmugara iristean, gehienez ere 5 segundoko aldea egon daiteke kideen artean.

4.5.2.- Arriskuan dagoen edo istripuren bat izan duen lasterkariari laguntzeko betebeharra dute taldeek edo lasterkariak, eta, berehala, gertuen dagoen kontroleko arduradunei horren berri emango diete. Probako epaileek kontuan izango dute laguntza emateko erabilitako denbora.

4.5.3.- Lehiakideek proba egingo den eremuko ingurumena errespetatu behar dute, eta lehiakide bakoitzak berarekin eramango ditu zaborrak, latak, paperak eta horrelakoak helmugara edo antolatzaileak zaborrak uzteko ezarritako tokira iritsi arte. Lehiaketa-garaian bastoia edo eskia puskatuz gero, kontrol-postuan utzi beharko da edo norbaiti eman beharko zaio, mendian ezer gera ez dadin. Kasu honetan ez da zigorrik ezarriko.

4.5.4.- Parte-hartzaileek, ibilbidean zehar, kontroletan dauden kideen jarraibideak bete behar dituzte.

4.5.5.- Parte-hartzaileek trofeoak emateko zeremonietara joan behar dute, dopin-kontrolak egin behar dituzte (hala eskatuz gero), eta lasterketaren egun eta udalerrri berean antolatutako prentsurrekotara joan behar dute, haietara gonbidatzen badituzte.

4.5.6.- Lehiakideek kiroltasunez jokatu behar dute, eta errespetuz jokatu dute gainerako kirolariarekin, batzordearekin, gainbegiraleekin, epaileekin, kontroletako kideekin eta antolatzaileekin.

4.5.7.- Parte-hartzaile orok **LEHIAKETA-ARAUDIA** ezagutu eta errespetatu behar du, eta, lehiaketa aurretik edota lehiaketa-garaian, antolatzaileen eskumenetik kanpo dauden arrazoiengatik Lasterketa Batzordeak har ditzakeen neurriak onartuko ditu.

4.5.8.- Lasterkariak berak nahi duenean utzi dezake proba, baina puntu hauek kontuan hartuko ditu:

- Kontrol batean utziko du proba.
- Kontrol-liburuxkan sinatuko du, eta gertatutakoa azalduko du.
- Kontrolean itxarongo du, antolatzaileek nondik irten behar duen adierazi arte.
- Taldekako probetan, taldeko kide batek proba uzten badu, besteak lasterketako zuzendariak, epaimahaiko lehendakariak edo haien ordezkariaren batek emandako jarraibideak beteko ditu.

4.5.9.- Bandera BERDEEKIN markatutako zatiak larruak eskietan itsatsita dituztela egin behar dituzte, eta bandera GORRIEKIN markatutako zatietan larruak gordeta izango dituzte. Bandera HORIAK erabili ahal izango dira oinez egin beharreko tartek markatzeko (*larruak itsatsita edo itsatsi gabe egin daitezke*).

4.5.10.- Lehiakideek ez dute kontrol-postu bat utzi behar kontrolatzaile baten baimena izan arte. Taldeko kideek elkarrekin irten behar dute kontrol-postutik; hau da, kontrol-postuaren irteera seinalatzen duen lerro urdina elkarrekin gurutzatuko dute.

4.5.11.- Lehiakideek eskiatzeko osoko jantziaren barnean edo bizkar-zorroan gordeko dituzte larruak. Larruak bistan egon daitezke, baina inoiz ez lehiaketako jantziaren kanpotik zintzilik. Botek eta finkagailuaren atzeko zatiek blokeatuta egon behar dute bandera gorriekin markatutako beheranzko tartetean.

4.5.12.- Taldekako lasterketetan, parte-hartzaile bakoitzak bere bizkar-zorroa soinean eraman behar du probak irauten duen denbora osoan, nahitazeko ekipo guztiarekin (*eskiak izan ezik, eskiak kideak eraman baititzake, eusteko uhal egokiak baldin baditu*).

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

4.5.13.- Beste lehiakide batek gaintitu behar duenean, lasterkaria trazatik irtengo da nahitaez, eta "TRAZA" oihukatzen duen lasterkariari aurreratzen utziko dio.

4.5.14.- Zailtasunak dituen lehiakide bat proba uztera behar dezake lasterketako zuzendariak edo probako sendagile batek.

4.5.15.- Eskiak bizkar-zorroan eraman behar dira, eta helburu horretarako diseinatutako bi finkatze-zerrenda erabiliko dira; lehiakidearen bizkarraren atzealdean eramango dira. Debekatuta dago eskiak besapean edo sorbalden gainean eramatea. Taldekako lasterketetan, lehiakide batek kidearen eskiak eraman ahal izango ditu, baina, horretarako, eskiak eramateko uhalen bi multzo bereizi izan behar ditu bizkar-zorroan, bi eski pare eraman ahal izateko moduan, alegia.

4.5.16.- Aldatzeko eremuaren barnean egin behar dute lehiakideek larruak, kranpoiak, eskiak eta abar ateratzeko edota ordezkatzeko zeregin guztiak (*eremuan sartzeko eta irteteko lerroek modu argian markatuta egon behar dute*). Eremu horretatik kanpo, erabat debekatuta dago eskiak bizkar-zorroan lotzea edo handik askatzea finkagailuak blokeatzeko/askatzeko edo larruak, kranpoiak, etab. ateratzeko; sarrera- edo irteera-lerroen ondoan ere ezingo dira jarduera horiek egin; soilik honako hauek egin ahal izango dira: esku-uhalak askatu eta doitu, eta txalekoa ireki eta itxi.

4.5.17.- Soka finkoa dagoen tartetean, segurtasun-sokak erabiltzea nahitaezkoa den tartetean, lehiakideek ez dute inoiz soka finkoa askatu behar. Soka finkoaren finkagailutik igarotzen direnean, lehenengo mosketoia kendu aurretik, sokaren hurrengo zatian jarri behar dute mosketoia. Segurtasun-arau hauek betetzen ez badituzte, zigorra jasoko dute lehiakideek.

4.5.18.- Eskiatzailea "trantsizio-eremuan" gelditu denean, eskiatzeko bastoiak zoruan etzanda izan beharko ditu, honako eragiketa hauek egiten dituen bitartean: eskiak bizkar-zorrotik askatu edo bizkar-zorrorra lotu, larruak edo kranpoiak kendu/jarri, larruak edo kranpoiak bildu/bilgarria kendu. (*Botak edo finkagailuak lotzen edo askatzen direnean ez da beharrezkoa izango*).

4.5.19.- Lasterketako edo kontrol-postu nagusi bateko zuzendariak, lasterketako edozein puntutan, lehiakideak behartu ditzake laugarren geruza, txanoa edo nahitaezko ekipoko beste edozein elementu janztera.

4.5.20.- Debekatuta dago kanpoko laguntza jasotzea, honako kasu hauetan izan ezik:

- Bastoi bat edo eski bat aldatzea. Lehiakideak apurtutako bastoia edo eskia alda ditzake edozein tokitan edo edozein pertsonarekin.
- Kanpoko hornidura ere baimenduta dago, baina soilik epaimahaiak zehaztutako eremuan.

4.5.21.- Taldekako probetan:

- Ekipoko kideen arteko laguntza soilik onartuko da, nahitaezko materiala eramateko bizkar-zorroaren kasuan izan ezik, taldeko kide bakoitzak berea eraman behar baitu.
- Debekatuta dago soka bat edo elastiko bat erabiltzea taldeko beste kide bat arrastaka eramateko.
 - - Lasterketaren lehenengo 15 minutuetan.
 - - Kanaletan.
 - - Gailurretan.
 - - Beheranzko tartetean.
- Soka edo elastikoa erabiltzen ez denean, bizkar-zorroan gorde behar da, edo gerriaren inguruan lotu.

4.5.22.- Antolatzaileek ARVA kontrolatuko dute lasterketan zehar. ARVA bat itzalita baldin badago lasterketan, lehiakidea geldiaraziko dute, eta berehala deskalifikatuko dute.

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

4.5.23.- Lehiakide batek segurtasun-ekipoak (*kranpoiak, soka, etab.*) erabiltzen ez baditu horiek erabiltzea nahitaezkoa denean, geldiarazi egingo dute, eta berehala deskalifikatuko dute.

4.5.24.- Lasterketaren amaieran, honela jokatuko da:

- lasterketan kronometraje elektronikoa erabiltzen bada, denborak eta azken ordena sistema horren bidez zehaztuko dira;
- lasterketan kronometraje elektronikoa erabiltzen ez bada, denborak eta azken ordena lehiakidearen oinak helmuga gurutzatzen duenean zehaztuko da (foto finish, filmaketa, etab.); lehiakide bat lurrera erortzen bada helmuga gurutzatzerakoan, gorputz osoak gurutzatu behar du helmuga, kanpoko inolako laguntzarik jaso gabe, taldekako lasterketetan izan ezik, kasu horretan kidearen laguntza jaso baitezake;
- taldekako lasterketen kasuan, taldekide guztiek elkarrekin amaitu behar dute lasterketa, eta taldearen amaiera-denbora ekipoko bigarren kideari dagokion denbora izango da;
- iritsitakoan, eta lasterketako epaimahaiaren ardurapean, nahitaezko materialaren kontrol osoa egingo dute kontrolatzaileek;
- lehenengo hiru tokietan gelditu diren lehiakideen podiuma jarriko da helmugara iritsi eta berehala, prentsari begira;
- dopinaren aurkako kontrolen kasuan, lehiakideak probak egitera behartuta daude, bestela zigorra ezarriko baitiete;
- lehiakide guztiek aurreikusitako zabor-poltsak erabili behar dituzte hondakin guztiak gordetzeko;
- dopinaren aurkako kontrolen kasuan, EMFk baimendutako bizkartzain batek lagunduko dio lasterkariari osasun-kontrola egiteko eremura; laguntzaileak lasterkariaren sexu berekoa izan behar du.

4.5.25.- Ekitaldiaren segurtasuna:

Lasterketako zuzendariak, epaimahaiko lehendakariari jakinarazi ondoren, lehiaketa geldiaraz dezake, segurtasun-arrazoiak direla eta. Txosten bat idatziko da berehala.

4.6.- ZIGORRAK

4.6.1.- Lasterkaria edo taldea zigortu edo deskalifikatu egingo da, ondoren adierazitako arau-hausteetako bat egiten badu:

A. NAHITAEZKO MATERIALA		Zigorak	
B. Epaimahaiaren eskariz nahitaezkoa den ekipamenduko edozein material aldatzea lasterketan, edota lasterketako edozein puntutan halakorik ez daramatela hautematea (puskatutako bastoien edo eskien kasuan izan ezik, horiek kontrol-postu batean edo epaile laguntzaile bati utzi behar baitzaizkio). Ekipamenduan falta den pieza bakoitzari ezarriko zaio zigorra (metatu egingo dira).		Taldeka eta banaka	Erlojupeko igoera eta erreleboak
1	Eskiak bat ez etortzea araututakoarekin	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
2	Eskiak nahitaezko pisuaren azpitik egotea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
3	Finkagailuak araututakoarekin bat ez etortzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
4	Finkagailuak bi fabrikatzaile desberdinenak izatea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
5	Botak araututakoarekin bat ez etortzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
6	Botak bi fabrikatzaile desberdinenak izatea, bien arteko adostasunik gabe	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
7	Botak nahitaezko pisuaren azpitik egotea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
8	Botak eraldatzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

9	Botaren zoruak araututakoa ez betetzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
10	Botek zinta amerikarra edo zinta itsaskorra izatea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
11	Helmugan bastoi edo eski bat galduta izatea	1 min bastoi edo eski bakoitzeko	15 seg bastoi edo eski bakoitzeko
12	Larruak ez eramatea helmugan. Bi larruak dira nahitaezkoak	1 min 30 seg larru bakoitzeko	15 seg larru bakoitzeko
13	Nahitaezko jantziak: falta den jantzi bakoitzeko	3 min jantzi bakoitzeko	15 seg jantzi bakoitzeko
14	Jantziak mahuka luzekoak ez badira, lehen geruzaren kasuan izan ezik	1 min jantzi bakoitzeko	15 seg jantzi bakoitzeko
15	ARVA ez eramatea, bateriarik gabe edukitzea edo bizkar-zorroan gordeta edukitzea	Falta den denboraldi osorako desgaitzea	Falta den denboraldi osorako desgaitzea
16	Helmugara iristean ohiko tokitik kanpo eramatea ARVA (eroriko baten ondoren, adibidez)	3 min	15 seg
17	ARVA itzalita edukitzea lasterketan	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
18	Helmugatik iragatean ARVA itzaltzea kontrol-taldearen aurrera iritsi aurretik	3 min	15 seg
19	Baseko igorpen-gailu bat erabiltzea elur-jausietako transzeptore baten orde	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
20	Araua betetzen ez dituen kasko bat erabiltzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
21	Kaskoa zuzen ez erabiltzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
22	Elur-palarik ez eramatea, pala hori araudiarekin bat ez etortzea edota eraldatuta egotea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
23	Elurretako zundarik ez eramatea, zunda hori araudiarekin bat ez etortzea edota eraldatuta egotea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
24	Biziraupen-mantarik ez izatea, edo eraldatuta izatea	3 min	15 seg
25	Eskularrurik ez izatea	3 min	15 seg
26	Eskularruak egokiro ez erabiltzea lasterketan	1 min	15 seg
27	Eguzkitako betaurrekorik ez izatea	3 min	15 seg
28	Bizkar-zorroak araudia ez betetzea	3 min	15 seg
29	Helmugan kranpoiрик ez eramatea	2 min kranpoi bakoitzeko	Ez da aplikatuko
30	Kranpoiak eraldatuta edo uhalik gabe eramatea	Deskalifikazioa	Ez da aplikatuko
31	Kranpoiak uhalaren orde	Deskalifikazioa	Ez da aplikatuko
32	Araudiaren araberako arnesik, ferratarako kitik edota mosketoirik ez eramatea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
33	Txanorik edo zintarik ez eramatea	1 min	15 seg
34	Kopeta-argia galtzea	5 min	15 seg
35	Kopeta-argia itzalita edukitzea	3 min	15 seg
36	Soka eraldatzea edo sokak araututakoa ez betetzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
37	Hasieran txip edo sistema elektronikorik ez izatea	3 min	15 seg
38	Helmugan txip edo sistema elektronikorik ez izatea	1 min	15 seg
39	Aurrez aipatu gabeko bestelako arau-haustea	30 segundotik deskalifikaziora	30 segundotik deskalifikaziora

B. JOKABIDEA

Lasterketaren tarte batean egindako eskakizun teknikoek kasurik ez egitea, errespetu falta erakustea eta, noski, lasterketako segurtasuna edo aurrerabide egokia arriskuan jar dezakeen edota kirol-legearen kontrako portaera adieraz dezakeen ekintza oro.

		Zigorak	
		Taldeka eta banaka	Erlojupeko igoera eta erreleboak
1	Bigarren irteera baliogabea	1 minutu (esprintean	1 minutu

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

		= deskalifikazioa)	
2	Esprintean kontrol batetik edo ate batetik ez igarotzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
3	Lasterketako arduradunak adierazitako jarraibideei kasurik ez egitea irteeran, kontrol-puntuetan, interes bereziko puntuetan edota helmugan.	Ofentsaren arabera	Ofentsaren arabera
4	Eskiekin igo beharreko zati batean oinez joatea	3 min	15 seg
5	Oinez joatekoak direla adierazten den zatietan eskiatzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
6	Kranpoiak nahitaezkoak diren atal batean kranpoirik gabe joatea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
7	Gailur batean edo tarte arriskutsu batean jarraitu beharreko ibilbideari ez jarraitzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
8	Portaera arriskutsua izatea edota kirol-legearen kontrako portaera izatea, igoerarako edota jaitsierarako markatutako ibilbideari behar beste ez segitzeagatik	5 minututik deskalifikaziora	5 minututik deskalifikaziora
9	Eskiak bizkar-zorroan zuzen ez lotzea (bi finkatze-puntu baino gutxiagotan)	1 min	15 seg
10	Larruak osoko eski-jantziaren edo bizkar-zorroaren barruan gordeta ez edukitzea	1 min	15 seg
11	Kranpoiak uhalak ezarri gabe edukitzea	5 min	Ez dagokio
12	Kranpoiak bizkar-zorrotik kanpo eramatea	5 min	Ez dagokio
13	Kontrolgune batetik edo batzuetatik eskiak bizkar-zorroan zuzen finkatuta eduki gabe irtetea	1 min	15 seg
14	Finko dagon sokari ez eustea beharrezkoa denean	3 min	Ez dagokio
15	Mosketoia sokatik ez pasatzea	Deskalifikazioa	Ez dagokio
16	Leku arriskutsu batean (gailurra, soka finkoa) beste norbait aurreratzea, arriskua sortuz	Deskalifikazioa	Ez dagokio
17	Traza ez uztea edo helmugan patinatzailearen teknika erabiliz sartzeko gordetako korridorea ez errespetatzea	1 min	15 seg
18	Beste lehiakide bati bultzatzea edo beste lehiakide bat eroraraztea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
19	Istripu batean min hartu duen norbaiti edo arriskuan dagoen norbaiti ez laguntzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
20	Kanpoko laguntza hartzea, puskatutako eskiak edo bastoiak aldatzeko izan ezik edota antolatzaileek adierazitako hornidura-gunean izan ezik	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
21	Beste talde batzuen laguntza jasotzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
22	Jan-edanetarako ofizialki adierazitako gunetik kanpo janariak edota edariak jasotzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
23	Larruak aldatzerakoan edota igoeran nahiz jaitsieran laguntza jasotzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
24	Ingurumena ez errespetatzea, ekipamenduaren zati bat uztea edota zaborra kontrolguneetatik kanpo botatzea	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
25	Ekitaldian parte hartzen ari den norbait ez errespetatzea edo iraintzea: epaileak, kontrolguneetakoak, lehiakideak, antolatzaileak, ikusleak, etab.	Deskalifikazioa	Deskalifikazioa
26	Lasterketaren amaierako behin-behineko podiumean edo sariak banatzeko ekitaldian presente ez dauden lehiakideak (osasun-arrazoia tarteko direnean edota hegaldia galtzea dakarrenean izan ezik, eta epaimahaiko lehendakariaren aurretiazko baimenik ez	Sariari dagokion diru kopuru osoa kenduko zaio, sariak banatzeko ekitaldia aurreikusitako datan, lekuan eta orduan egiten bada, betiere. Eskudirutan ematen diren sariei eutsi	

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

	badute)	egingo zaie, antolatzaileek ez badituzte errespetatzen sariak banatzeko ekitaldirako ordua eta lekua.	
27	Eskiko bastoiak lurretik altxatzea maniobrak amaitu aurretik aldaketarako eremu baten barnean, botak edo finkagailuak lotzeko edo askatzeko ez bada	1 min	15 seg
28	Aurrez aipatu gabeko bestelako arau-haustekak	30 segundotik deskalifikaziora	15 segundotik deskalifikaziora

C. TALDEKO LASTERKETETARAKO ZIGOR ESPEZIFIKOAK

Arau-haustekak		Zigorak
1	Kontrolgune batetik elkarrekin ez irtetea eta epaileak emandako jarraibideei ez jarraitzea	2 min
2	Taldekide batek ez bere ekipamendua bere bizkar-zorroan ez eramatea lasterketak iraun duen denboratarte osoan edo helmugan (eskiak salbuespen dira) Talde bakoitzeko zigorrak: Ikusi talde bakoitza zehazki	Deskalifikazioa
3	Taldekide batek bizkar-zorrorik ez izatea	Deskalifikazioa
4	Taldekide bati eskiak eramatea, bizkar-zorroari zuzen lotu gabe	1 min
5	Taldekideen artean, gehienez elkarrengandik urrunduko diren tarteak hauek izango dira: - 30 segundo igoeran - 10 segundo jaitsieran Talde guztiei egin ahal izango zaizkie ezustean ikuskapenak ibilbide osoan zehar	3 min
6	Helmugako lerroan taldekideen artean 5 segundotik gorako tarteak izatea	5 segundotik 30era bitartean, 3 minutuko zigorra 31 segundotik minutu batera bitartean, 5 minutuko zigorra 1 minututik gora, deskalifikazioa
7	Lasterketaren zati batean taldeak soka elastikoa erabiltzea, halakoak hertsiki debekatuta daudenean	3 min
8	Soka elastikoa bizkar-zorroan gordeta edo gerri inguruan lotuta ez eramatea	3 min

C. ERRELEBO-LASTERKETETARAKO ZIGOR ESPEZIFIKOAK

Arau-haustekak		Zigorak
1	Erreleboa ondo ez ematea	Deskalifikazioa
2	Lasterkari batek bi errelebo egitea	Deskalifikazioa

4.6.2.- Ondoren adierazten diren arau-haustekak egiteak lasterkariaren edo taldearen berehalako deskalifikazioa ekarriko du, eta zigor diziplinarioa ekar diezairoke lehiakideari:

- Ekitaldi ofizial batean parte hartzeko eskatu arren, ez parte hartzea.
- Kirol-istilu bat eragitea (*erasoa* edo *iraina*) lehiakide bati, antolakuntzako kide bati edo batzordeko kide bati.
- Nahita, istripu bat eragitea.
- Dopinaren aurkako kontrol batean positibo ematea.

4.6.3.- Diziplinazko erregimenaren arautegiari lotuta izan daitezkeen zigorrak **6.** zenbakian deskribatutakoaren mende daude. Horrez gain, erreklamazioetarako sistema **7.** zenbakian deskribatutakoaren mende dago.

4.7.- PROBA ATZERATZEA, ETETEA ETA EZEZTATZEA

4.7.1.- Probak ezin izango dira atzeratu edo ezeztatu, erabat muturreko egoeretan ez bada. Horregatik eta anomalia klimatikoen (*behe-lainoa, elur gehiegi edo gutxiegi, etab.*) aurreikuspen modura, antolatzaileek nahitaez **ordezko ibilbideak** prestatu behar dituzte, proba bertan behera uztea edo atzeratzea saihesteko.

4.7.2.- Egoerak horretara bultzatuz gero, ibilbideko punturen batean proba eten daiteke. Horrela gertatuz gero, proba eten den une horretako ordenaren edo puntu horretara iristen diren denboren arabera sailkatuko dira, edo, hori ezinezkoa bada, egindako azken kontrolaren arabera.

4.7.3.- Proba neutralizatu den unean kontrola pasatu duten lasterkariak badaude eta lehiatzen jarraitzeko ondo badaude:

- Hurrengo kontrolean neutralizatuko dira horiek, eta azken kontrol horretara iristen diren ordena onartuz emango zaio amaiera probari, eta sailkapenean hurrengoak aurreko kontroleko lasterkariak edo neutralizazio-puntuak izango dira.
- Helmugara arte kontrolik ez badago, helmugara iristeko behar izan duten denbora hartuko da kontuan, eta gainerako kasuan, neutralizazio-puntuak jasoko dira.
- Baldintzek lehiatzen jarraitzeko modurik ematen ez badute (*adibidez: gaizki balizatuta, elur-jausien arriskua...*), aurreko neutralizazio-puntuak denborak hartuko dira aintzat.

4.7.4.- Baldintza klimatologikoen edo elur-baldintzek hala eskatzen dutelako proba eteten edo ezeztatzen bada eta, aldi berean, baldintza horien ondorioz ordezko ibilbideak ere egin ezin badira, ez dira itzuliko izena emateko eskubideak. Horrelako inguruabarrak sortzen badira eta antolakuntzak ordezko ibilbideak aurreikusi ez baditu, izena emateari dagozkion eskubideak itzuli beharko ditu, eta araudia bete ez izanagatik zehapen-espeditentea ireki ahal izango zaio.

5.- DOPINA

Honako araudi honen aplikazio-eremuaren barneko lehiaketetan dopinaren aurkako borrokari dagozkion gai guztietan, EMFren Dopinaren Aurkako Araudiak eta gai horrekin lotuta une bakoitzean aplikatu beharrekoak diren xedapen arauemaileek aginduko dute.

6.- DIZIPLINAZKO ERREGIMENAREN ARAUTEGIA – KIROL-LEGEAREN ARABERAKO PORTAERA

Lehiaketa batean edo lehiaketatik kanpo MEBek edo Lasterketa Batzordeak arau-haustetzat har daitezkeen zenbait gauza gertatu direla uste badu, EMFren Diziplina Batzordeari jakinaraziko dio bere ebazpena, hark behin betiko erabakia har dezan eta dagozkion zigorrak ezar ditzan.

7.- ERREKLAMAZIOAK eta APELAZIO-SISTEMA

7.1.- ERREKLAMAZIOAK

7.1.1.- Erreklamazioak idatziz egingo dira, eta gutxienez honako datu hauek jasotzen dituen formatu mota bete beharko du erreklamazio horrek:

- Erreklamazioa egin duen pertsonaren izena.
- NAN zenbakia.
- Ordezkatzen duen kluba.
- Zer kirolariri eragiten dien (izenak).

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- Ordezkatzen duen kluba.
- Dortsal-zenbakia.
- Gertakarien azalpena.

Oharrak:

- Erreklamazio bakoitzeko 60 €-ko gordailua egingo da, eta, erreklamazioak aurrera egiten badu, itzuli egongo da zenbateko hori.
- Ikusi eredia eranskinean (1. eranskina).

7.1.2.- Erreklamazioak batzordeko lehendakariari helaraziko zaizkio, eta kopia bat emango dio honek erreklamatzailerari.

7.1.3.- Probaren garapenari buruzko erreklamazioak helmugara iri diren unetik sailkapena argitaratu arte aurkeztu ahal izango dira.

7.1.4.- Sailkapenei buruzko erreklamazioak horiek argitaratzen direnetik 10 minutu pasatu arte aurkeztu ahal izango dira.

7.2.- LEHIAKETA ONDORENGO ERREKLAMAZIOAK

7.2.1.- Batzordeko lehendakariaren erabakien aurkako erreklamazioak MEBeko lehendakariari igorri behar zaizkio, idatziz, sailkapenak argitaratzen diren egunaren hurrengotik hasita gehienez ere 7 eguneko epean. Erreklamazioa aurkeztu den egunetik hasita 30 eguneko epean emango du bere ebazpena MEBeko lehendakariak.

7.2.2.- MEBeko lehendakariaren epaiaren aurkako errekurtsioak EMFren Diziiplina Batzordeari helaraziko zaizkio, MEBeko lehendakariaren erabakia jasotzen den egunaren biharamunetik hasita 30 eguneko epean.

8.- SEGURTASUNA ETA LEHIAKETEN HOMOLOGAZIOA

8.1.- ATARIKOAK

8.1.1.- EMFren Egutegi Ofizialean sartzen den proba baten antolatzaileek ondoren adierazten diren arauak aintzat hartuta jokatu behar dute.

8.1.2.- Lehiaketa motaren deskribapena:

- **Erlojupeko igoera:** lasterkariak banaka arituko dira, igoera bakarra eginez eskiekin; ibilbidearen zati bakar bat ere ez da egingo oinez, eskiak bizkar-zorroan hartuta. Pistatik kanpo egin daiteke ibilbidea, baina gutxienez 2 metroko zabalera duten babestutako traza batean zehar soilik. Helmugako eremuak (*helmugako lerroa pasatuta*) erabat laua izan behar du, edo apurtxo bat behera egin dezake; eta 6 metroko zabalera izango du gutxienez.
- **Banaka:** lasterkariak banaka arituko dira, eta gutxienez 3 igoera eta 3 jaitsiera dituen ibilbide bat egingo dute. Igoera luzeenak ez du gaindituko ibilbide osoaren alde positibo osoaren % 50.

Desnibel positiboa + desnibel negatiboa baturari dagokionez, honako baldintza hauek bete behar dira:

- Desnibelaren % 85 gutxienez eskien gainean egin behar da.
- Gehienez ere desnibelaren % 5 egin daiteke oinez (basoa, oinezko traza, elurrik ez...)
- Gehienez ere, desnibelaren % 10 izan daitezke sekzio teknikoei dagokiena, eskiak bizkar-zorroan hartuta egitekoa (ertzak, korridoreak...).

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- **Taldeka:** aurreko ibilbidearen antzeko ezaugarriak ditu honek ere, baina, kasu honetan, lasterkariak 2 laguneko taldeetan doaz, eta zenbait igoera eta jaitsiera dituen ibilbide bat egiten dute.
- **Erreleboak:** 3 edo 4 lasterkariko taldeak. Taldeko kide bakoitzak banaka egiten du lasterka, eta **8.2.3.1** puntuan adierazitako ibilbidea egiten du.
- **Esprinta:** oso proba motza da, baina askotarikoa: igoera, jaitsiera, oinezko zatia (eskiak bizkar-zorroari lotuta). Zenbait serie egiten dira: sailkapen-fasea, final-laurdenak, finalerdiak eta finala. Sailkapen-fasea izan ezik, gainerakoak seinaka egingo dituzte lasterkariak; sailkapen-fasea, berriz, banaka egingo da.

8.1.3.- Ibilbide bat homologatua izatea nahi bada, zenbait baldintza bete beharko ditu, lehiakideek ibilbide hori segurtasun osoz egin dezaten une oro; eta, beraz, hondar-arriskua gutxieneko mailara murriztuko da.

8.1.4.- Lehiaketak bi laguneko taldeetan edo banaka garatu ahal izango dira (*Euskal Herriko Txapelketarako, ikusi 2.2.2. puntua*), sexua eta adina bereizi gabe; eta, beraz, **lehiaketa-araudiko 4.4.** puntuan xedatzen diren kategorien arabera zehaztuko da sailkapena. Modalitate honetako irteera lerroan kokatuta egingo da.

8.1.5.- Erlojupeko igoerako lehiaketak ere (*igoera soilik*) antola daitezke, bereizgarri honekin: irteera banaka ematea, batetik bestera tarte berak utziz; Lasterketa Batzordeak zehaztuko ditu tarte horiek. Irteerako ordena aurreko urteko sailkapenaren (edo EMFren rankingaren) ordenaren alderantzizko izango da.

8.1.6.- Gaueko eski-lehiaketak ere antola daitezke.

8.1.7.- Esprintari dagokion modalitatea 8.16 puntuan garatu da zehatz-mehatz.

8.2.- IBILBIDEA

8.2.1.- MEBek baimendutako lehiaketa guztiak elurtutako mendi-inguruetan edota publikoarentzat itxita egongo diren eskiko pistetan garatuko dira. Hiru ibilbide izango dituzte: lehenengoa (1), jatorrizkoa; bigarrena (2), eguraldi txarra egiten badu ere prestatuko den ordeko ibilbidea; eta hirugarrena (3), larrialdirako ibilbidea, desnibel minimoetara iritsi beharrik ez duena; horietako bakoitzak gutxienez bi igoera eta jaitsiera bat izango ditu. Ibilbide horiek behar bezala trazatuta, markatuta, balizatuta eta kontrolatuta egon behar dute.

Oharra:

- Igarobide teknikoak saihesteko aholkua ematen da (adibidez: ertz harritsuetako eskalada, rappela, etab.), buxadurak eta alferrikako arriskuak saihesteko eta lehiaketa ez mantsotzeko. Halakorik bada, neutralizazio kronometratu bat egin daiteke, lasterkari edota talde guztiei denbora finko eta berdina esleituz.

8.2.2.- Ibilbideak, kategorien arabera:

- A ibilbidea: gizonezkoen senior kategoriako kirolariak lehiatuko dira.
 - B ibilbidea: emakumezkoen senior kategoriakoak eta gizonezkoen junior kategoriakoak lehiatuko dira.
 - C ibilbidea: emakumezkoen junior kategoriakoak eta emakumezko eta gizonezkoen kadete kategoriakoak lehiatuko dira.
- A ibilbidean lehiatuko diren lasterkariak B ibilbidean eta C ibilbidean lehiatuko direnengandik argi eta garbi bereiztea komeni da.
 - **8.2.2.1-** Erreleboko proban, soilik A ibilbide bat izango da parte hartzen duten taldeentzat; talde horiek 4 kirolarik osatuko dituzte, eta horietako bat, nahitaez, emakumeen kategorikoa izango da; horrez gain, taldearen osaketan parte har dezakete

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

kadete eta junior kategorietako kirolariek ere, **2.2.13.** puntuak zehazten denaren arabera.

- **8.2.2.2-** Taldekako probetan, hala nahi duten junior kategoriako parte-hartzaileei aukera emango zaie seniorrei dagokien ibilbidean parte hartzeko; beraz, seniorren sailkapenean agertu ahal izango dira, proba horretako juniorren sailkapenean agertzen ez badira, betiere.

8.2.3.- Ibilbideetarako desnibelak eta iraupenak

Desnibelak:

Ibilbidea	Kategoria	Taldeka	Banaka	Erlojupeko igoera	Erreleboak	Esprinta
A	SG	2.100etik gora	1.600etik 1.900era	500etik 1.000ra	150etik 180ra x4	80
B	SE eta JG	1.800etik gora	1.300etik 1.700era	500etik 1.000ra	-	80
C	JE, KE eta KG	900etik 1.200era	900etik 1.200era	400etik 500era	-	60

Iraupena

Ibilbidea	Kategoria	Taldeka	Banaka	Erreleboak
A	SG	>2.100m edo 3 h max. lehenengoentzat	1,5h-tik 2h-ra	15 min max.
B	SE eta JG	>1.800m edo 3 h max. lehenengoentzat	1,5h-tik 2h-ra	15 min max.
C	JE, KE eta KG	900m-tik 1.200m-ra edo 2 h max. lehenengoentzat	1,5h-tik 2h-ra	15 min max.

Laburpen-koadroa

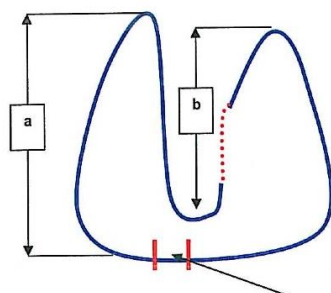
Ibilbidea	Kategoria	Taldeka	Banaka	Erlojupeko igoera	Erreleboak	Esprinta
A	SG	>2.100m 3H max. lehenengoentzat	1.600etik 1.900era 1,5 H-tik 2 H-ra	500etik 1.000ra	150etik 180ra x4 max. 15 min.	80 metro 3'-tik 3'15'-era'
B	SE eta JG	>1.800m 3H max. lehenengoentzat	1.300etik 1.700era 1,5 H-tik 2 H-ra	500etik 1.000ra	150etik 180ra x4 max. 15 min.	80 metro 3'-tik 3'15'-era'
C	JE, KE eta KG	900etik 1.200era 2H max. lehenengoentzat	900etik 1.200era 1,5 H-tik 2 H-ra	400etik 500era	-	60 metro 4'-tik 4'15'-era'

Erreleboetan, honako hauek egon daitezke: gizonetako seniorrak (4 kidekoak) eta emakumezko seniorrak (3 kidekoak).

Kadete eta junior kategorietakoek erreleboko probetan parte har dezakete (Senior kategoriakoak balira bezala)

Esprintari dagokionez, iraupen hau izango du SG/SE kategorietako onenentzat: 3'15" +/- 15 seg. Taldekako probetan, hala nahi duten junior kategoriako parte-hartzaileei aukera emango zaie seniorrei dagokien ibilbidean parte hartzeko; beraz, seniorren sailkapenean agertu ahal izango dira, proba horretako juniorren sailkapenean agertzen ez badira, betiere.

8.2.3.1- Errelebo-lasterketaren zirkuituak honako eskema hau izango du:



$$a + b = 150 \text{ metrotik } 180 \text{ metrora}$$

Errelebo-aldaketarako gunea. Irteera eta helmuga.

- Zirkuituak 2 igoera izango ditu, horietako bat oinez eta eskiak bizkar-zorroan lotuta egitekoa, eta bi jaitsiera izango ditu.
- Irteerako, helmugako eta errelebo-aldaketarako gune bat izango du.
- Desnibel positiboak 160 metrotik 180 metrora bitartekoa izan behar du.

8.2.4.- Ibilbidea seinaleztatzea: ibilbidea banderekin seinaleztatu beharko da; gutxienez, 0,07 m²-ko azalera izango dute, hots, 35 x 20 cm-ren baliokidea, eta berdeak izango dira goranzko bidean, eta gorriak beherakoan. Oinezko zatiak seinaleztatzeko, bandera HORIAK erabil daitezke.

- Material biodegradagarriak eginda egon behar dute banderak.
- Ikuspen-baldintza normaletan, bandera bat dagoen puntutik hurrengo biak ikusi behar dira. Eguraldi txarra denean, seinale gehiago jarriko dira, bikoitza edo gehiago erabiliz, lehiakideen segurtasuna ahalik eta gehien bermatzeko.
- Nahasgarriak izan daitezkeen tokietan, kolore gorri eta zuriko zintak erabiliko dira bidea behar bezala seinaleztatzeko.
- Lehiaketa amaitzen denean, antolatzailea behartuta daude seinaleztapenerako eta probaren kontrolerako erabilitako material guztiak kendu eta biltzera. Betebehar hori betetzen ez badute, diziplinazko espedientea ireki ahal izango zaie, natura-ingurumena kutsatzeagatik.
- Ahal izanez gero, kanaletan, korridoretan eta teknikoki arazotsuak izan daitezkeen tokietan, gutxienez bi arrasto irekiko dira, ibilaldiaren noranzkoan. Punturik egokienean, zenbait plataforma ere prestatu beharko dira, lehiakideek maniobrak errazago egin ditzaten.
- Lasterketaren lehen erdian gutxienez 10 lasterkari nahiko eroso hartzeko tokia izan behar dute plataforma horiek, eta, bigarren erdian, gutxienez 6 lasterkari hartzeko.
- Lehiaketa edo lehiaketaren zati bat eski-estazio batean denean, ibilbideak, bai goranzkoak eta bai beheranzkoak, balizatuta egon behar du, lehiaketatik kanpo dauden eskiatzaileak bertan ez sartzeko moduan.
- Ibilbideak arrastoa erabat irekita izango du irteerako unean, eguraldiak horretarako aukera ematen badu, betiere. Eguraldi txarra bada, ahalegin guztia egingo da arrastoari irekita eusteko behar den guztia eskueran izateko.
- Banakako lasterketetan eta taldekakoetan, baldintza klimatiko kritikoak edo segurtasun-arazo garrantzitsuak ez badira behintzat, gutxienez traza batek irekita egon behar du bandera batzuk jarritz, lehiaketaren aurreko egunetik (*10:00etan gehienez*).
- Banakako lasterketetan, taldekakoetan edo erlojupeko igoeretan: probaren iraupenaren % 30 gutxienez ikusteko modua izan behar da, ikusleak nahiko erraz irits daitezkeen puntu batetik edo bitatik.
- Esprintean eta erreleboetan: punturen batetik probaren % 100 ikusteko modua izan behar da (*irteerako edo helmugako eremutik gertuko puntu batetik izatea gomendatzen da*).

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

Oharra:

- Arauzko zinta horrez gain, publizitateko zintak eta pankartak erabili ahal izango dituzte antolatzaileek.

8.2.5.- Irteerako eta helmugako kontrolak.

- Probak irteerako kontrol bat eta helmugako beste bat izango ditu, eta horiek toki berean nahiz toki desberdinetan koka daitezke (*ikus 8.4 atala*).

8.2.6.- Pasoko kontrolak.

- Punturik esanguratsuenetan, pasoko kontrolak ezarriko dira: mendi-gailurretan, lepoetan, kanaletan.
- Pasoko kontrol horiek ondo adieraziko dira balizen bidez, lasterkariak barrutik pasarazteko moduko eremuak antolatuz eta probatik kanpoko pertsona orori sarbidea eragotziz.
- Parte-hartzaileen dortsalaren zenbakia idatziko dute, bai eta kontrol horretatik zer ordutan pasatu diren ere; eta, egoki iritziz gero, EMFk izendatutako tresna elektronikoen markatuko da lasterkari bakoitza.

8.2.7.- Orientazio-kontrolak.

- Arriskutsuak edo nahasgarriak diren inguruetan (*toki harritsuak, amildegiak, ibaiak, noranzko-aldaketak, basoak, pisten arteko bidegurutzak, etab.*), lurraldearen ezaugarriek hala eskatzen badute, ibilbideak ondo seinaleztatu eta balizatu dira, eta, horrez gain, antolatzaileek behatzaile bat edo orientazio-kontrol bat ezarriko dute.

8.2.8.- Ibilbidea markatuta eta balizen bidez seinaleztatuta egongo da aurreko egunetik, lehiaketa hasiko den ordu beretik, ikuskatzaileek ibilbide hori egin dezaten, gero homologatzeko. Eguraldia txarra delako ordezko ibilbide bat egiten bada, ibilbide horrek lasterketa hasi baino 12 ordu lehenago markatuta eta balizatuta egon beharko du.

8.3.- SEGURTASUNA

8.3.1.- Lehiaketa garaian, beharrezkoak diren segurtasun-neurri guztiak hartu beharko dira. Hondar-arriskuak ahalik eta txikiena izan behar duela kontuan hartuta diseinatuko da ibilbidea, eta lehiakideen segurtasuna zainduko da une oro.

8.3.2.- Arrisku objektiboa duten inguruetan eta hondar-arriskua saihestu ezin denean, orientazio-kontrolak ezarriko dira, arriskuaz ohartarazteko pertsona bat edo gehiago dituztenak. Segurtasun-soka erabiltzea eskatzen duten zatiak minimizatu egingo dira. Errei bakarreko korridore eta hegietan, soilik markatutako gunetan aurreratu daitezke lehiakideak.

8.3.3.- Lehiaketan babesteko erabiltzen den material orok UIAaren estandarrak eta EBrenak bete behar ditu, MEBek besterik adierazten ez duen bitartean.

8.3.4.- Gainbegiraleek ibilbidea aztertu behar dute, dagozkion araudiak betetzen dituela ziurtatzeko.

8.3.5.- Antolatzaileek osasun-laguntza eman ahal izateko beharrezko ekipamendua duen sendagile bat ziurtatu behar dute.

8.3.6.- Antolakuntzak sorospen-talde bat prest izan behar du, bai eta material egokia ere, istripurik gertatuz gero, lehenbailehen esku hartzeko eta, horrela, zauritua gune horretatik atera eta ospitalera eramateko. (*Sor daitezkeen zailtasunengatik aire bidezko salbamendurik ezin egitea gerta daitekeenez, kasu hori aurreikusita jokatuko da*).

8.3.7.- Lehiaketa-egunaren bezperan aztertutako eta onartutako ibilbidearen zati batek arrisku objektibo bat izatea gertatzen bada (*elur falta, elur-jausia gertatzeko arriskua, etab.*), eta arrisku hori ezin bada hondar-arrisku bihurtu arte txikiago, zati hori baztertu daiteke, segurtasun-

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

arrazoietan oinarrituta. Kasu horretan, antolakuntza ez dago zati hori ezaugarri bereko beste zati batez ordeztara behartuta, nahiz eta horrek eragina izan probaren desnibean.

8.3.8.- Kontrolen kokapena zehazterakoan, aurreikusi beharra dago kontrolen eta kontrol arteko ibilbide-zatiaren artean beharrezkoa dela erabateko ikus-kontaktua izatea, eguraldia ona denean.

8.4.- IRTEERAKO ETA HELMUGAKO GUNEA

8.4.1.- Irteerako gunea.

- Irteerako gunek 20 metroko aurrealdea izango du gutxienez, eta 10 arrasto izango ditu irekita gutxienez, lehenengo 500 metroan. Irteerako gunea behar bezala seinaleztatu da balizen bidez, eta eremu itxi bat osatuko du; horrela, egin beharreko egiaztapenak egiteko, nahitaezkoa izango da gune horretatik igarotzea.
- Irteerako lerroen banaketa zehazterakoan, irteeran gizonzkoen senior kategoriakoek emakumezkoen eta gazteen kategoriak ez gainditzeko moduan antolatu behar dira.
- Irteerako gunearen eta eskiak janzteko nahikoa elur duen ibilbide-zatiaren artean, gehienez ere 10 minutuko tartea egongo da oinez.
- Irteerako gune horrek helmugarekin konektatutako kronometro bat izango du, irteerako unean abian jarriko dena.
- Eremu horretan sartu aurretik, lehiakideek honako kontrol hauetatik pasatu beharko dute:
 - Dortsala.
 - ARVA.
- Lehiakideen materiala biltzeko eta gordetzeko zerbitzu bat ezarriko da, eta helmugara iristean material hori jasotzeko aukera izango dute.
- Hasierako prozedura:
 - Irteerako lerroa joateko deia egingo zaie lehiakideei, irteera eman baino bost minutu lehenago: irteera eman aurretik, bi aldiz adieraziko zaie zenbat denbora falta den: bi minutu lehenago, eta, gero, hasi baino hogeita hamar segundo lehenago. Eskien muturrak irteerako lerroan egon behar dute.
 - Irteera baliogabeak zigortu egingo dira.
 - Erreleboetarako, lehiakideek erreleboen irteerako gunean egon behar dute erreleboa pasatu arte.

Oharra:

- Arauzko zinta horrez gain, publizitateko zintak eta pankartak erabili ahal izango dituzte antolatzaileek.
- Gomendioa: saihestu, ahal dela, elurrik gabeko irteerako gunek.
- Gomendioa: dortsalen kontrola liburu batean idatziko da, datu hauek emanez: dortsal-zenbakia, eta lasterkariaren sinadura, bai irteeran eta bai helmugan.

8.4.2.- Helmugako gunea.

- Eskia daitekeen elur-eremua amaitzean kokatuko da kronometratutako helmugako puntua, eta, ahal bada, azken metroak apur bat gorantz izan daitezen saiaturako dira.
- Lasterkariak helmugan egiten duen sarrera zehazteko, bularraldea hartuko da kontuan.
- Gutxienez azken 100 metroak erraz identifikatzeko moduko zinta batez balizatuko dira, inguru horretan jendea harat-honat ibiltzea saihesteko.
- Horrez gain, helmugako gune guztia ondo balizatuko da, eta oro har publikoak ezin izango du sartu eremu horretan; soilik baimendutako pertsonak izango dute sarrera. Helmugako

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

guneko eremu horretan, kronometratze-sistema bat eta materiala kontrolatzeko mahai bat edo batzuk egongo dira, dagozkien alfonbrekin; eta, eremu itxi horretatik kanpo, hornigaiak gordetzeko gune bat ere egongo da (ikusi **8.6** atala).

Oharrak:

- Arauzko zinta horrez gain, publizitateko zintak eta pankartak erabili ahal izango dituzte antolatzaileek.
- Gomendioa: jarri bideokamera bat helmugako lerroan.
- Gomendioa: materiala kontrolatzeko eremuan, jarri 3 mahai zabal, eta, mahai bakoitzean, alfonbra eta aulkiak lasterkarientzat, bai eta zinta metrikoa eta 0 kg-tik 3 kg-ra bitarteko balantza elektronikoa bat ere.

8.4.3.- Errelebo-aldaketarako gunea.

Errelebo-aldaketarako gutxienez 10 metroko luzera duen eremu bat mugatuko da, alboetan eta lurrian zintaz markatutakoa; eta eremu horren barnean egin beharko dira parte hartzen duten taldeetako errelebo-aldaketak. Txanda horretan erreleboa hartu duten lehiakideak soilik egongo dira eremu horretan, eta, hala dagokionean, baita errelebo horiek gainbegiratuko dituzten lehiaketako epaileak ere. Lehiakidea eremu horretara iristen denean, erreleboa hartuko duena han zain duenean eta hark eskuarekin azken honi gorputzeko edozein zati ukitzen dionean egin ahal izango da erreleboa. Horrela egiten ez bada (*eskuarekin gorputza ukitzea*), erreleboa gauzatu gabekotzat joko da, eta zigorra izango du taldeak. (*Ikusi 4.6.2. atala*)

8.5.- KONTROLAK. DAGOZKIEN ZEREGINAK ETA ARDURAK

8.5.1.- Kontrol-puntu bakoitzean, arduradun bat izendatuko du antolakuntzak, eta nahitaezkoa da arduradun hori erraz identifikatzeko modua izatea.

8.5.2.- Pasoko kontrol-puntu bakoitzak 2 pertsona izango ditu gutxienez, eta probako zuzendariarekin konektatutako irrati bat, kontrol-liburuxka bat, arkatza eta lehen laguntzetarako botika-kutxa bat izango ditu.

8.5.3.- Kontrol-puntuko kideek honako datu hauek idatziko dituzte liburuxkan: dortsalaren zenbakia, lasterkaria edo taldea handik pasatu den ordua, proba uzten duten parte-hartzaileen izenak, eta araudia ez betetzeagatik sor daitezkeen irregulartasunak; proba amaitzen denean, batzordeko lehendakariari emango zaio liburuxka hori.

8.5.4.- Kontroleko kideek ahalmena izango dute lehiakideak salatzeko, horiek lehiaketako araudia urratzen badute, eta arau-hauste horien berri emango diote batzordeko lehendakariari. Dena den, kontrolak berak ezin izango du lasterkaria zigortu edo atxiki.

8.5.5.- Kontroletako kideek ondo ezagutu behar dute esleitu zaien ingurua.

8.5.6.- Kontroletako kideek lehiakideen segurtasunaz arduratu behar dute esleitu zaien inguruan.

8.5.7.- Kontroletako kideek ahalmena dute parte hartzaileei une oro izan behar duten jokaera adierazteko, hala nola:

- Arrisku objektiboak badaude: sokaz lotarazteko, kranpoiak jantzarazteko, etab.
- Arrastoak gurutzatzen badira: lehiakideak ez nahasteko orientabideak emateko.
- Ibilbidean: eguraldi txarra egiten badu, ezustekoren bat sortu delako, etab.
- Istripurik bada: istripua duenari laguntzeko.
- Neutralizazio-kasuetan: kronometratzeko.
- Proba utziz gero: jarraitu beharreko ibilbidea adierazteko.
- Proba bertan behera gelditzen bada: jarraitu beharreko ibilbidea adierazteko.

MENDIKO ESIKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- Material zehatz bat erabiliz gero: kentzeko edo ezartzeko.

8.5.8.- Kontrol guztiek beren tokietan ezarrita egon behar dute kontrola egin ahal izateko, probaren irteerako ordua baino 30 minutu lehenago.

8.6.- HORNIDURA-GUNEA

8.6.1.- Antolakuntzan hornidura-gune bat ezarriko du proba amaieran, helmugako eremuan.

8.6.2.- Dopinaren aurkako kontrolak egin behar badira, hornidura-gunean soilik ontziratutako produktuak, behar bezala itxitakoak, eskainiko dira.

8.6.3.- Lehiaketak dirauen bitartean, debekatuta dago edonork kanpotik hornigaiak eta laguntza ematea, antolakuntzak eskaintzen dituenak edota batzordeko lehendakariak baimentzen dituenak salbu.

Bai banakako lasterketetan eta bai taldekakoetan, hornidura-guneak jartzea gomendatzen da, batez ere oso hotz egiten duenean. Aurreikuspenen arabera lehiaketa batek 2 orduetik gora (*lehen lasterkaria*) iraungo badu, antolakuntzak hornidura-puntuak aurreikusi behar ditu; eta hornidura-puntu horien kopurua eta kokapena antolakuntzako epaimahaiak zehaztuko ditu.

Gune horietan, jan-edanak eskainiko zaizkie lehiakideei, antolakuntzaren ardurapean, betiere. Entrenatzaileek soilik eremu horien barnean eskain diezazkiekete atletei janariak eta edariak.

Antolakuntzak janari eta edariak aurreikusiko ditu gainerako lehiakideentzat, gutxienez, honako hauek barnean hartuta:

- Te beroa eta ura, edalontzi egokietan.
- Zereal-barra energetikoak.

8.7.- KONTROLETAKO PASOKO DENBORAK

8.7.1.- Antolakuntzak kontroletatik pasatzeko denborak zehaztu ditzake, berari komenigarriak iruditzen zaizkion irizpideen arabera. Zehaztutako denbora horien barnean kontrol hori gainditu ezin duten lasterkariak helmugako puntura zuzenduko dira, irteerako ibilbide batetik.

8.7.2.- Aurreikusitako pasoko denboraren arabera kontrolak gainditu ezin dituzten lehiakideei ebakuazio-ibilbideak edo -bitartekoak adieraziko dizkiete antolatzaileek.

8.8.- MAPAK

8.8.1.- Parte-hartzaile bakoitzari edo talde bakoitzari eskualdearen mapa bat eman behar dio antolakuntzak. Mapa horretan, honako hauek zehaztuko dira:

- Aurreikusitako ibilbidea eta ordeko ibilbidea.
- Pasoko kontrolak.
- Orientazio-kontrolak.
- Irteera eta helmuga.
- Zerbitzu medikoa eta sorospen-zerbitzua dituzten puntuak.

8.8.2.- Ahal izanez gero, 1:25.000 eskalaz editatuko da mapa.

8.8.3.- Antolakuntzak parte-hartzaile bakoitzari edo talde bakoitzari ibilbideen profila emango dio, eta ibilbideko kotak eta kilometroak zehaztuta izango dira profil horretan.

8.9.- DORTSALA

8.9.1.- Antolatzaileek emango dituzte dortsalak. (Bat lasterkari bakoitzari)

8.9.2.- Dortsala egiteko material sendo eta iragazgaitza erabiliko da, eta, gutxienez, 20 x 20 cm-koa izango da.

MENDIKO ESIKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

8.9.3.- Lehiakideek, nahitaez, antolakuntzak emandako dortsal hori eramango dute soinean. Ondo ikusten den toki batean eramango dute dortsala probak dirauen bitartean, eta ezin izango dute tolestu edo ebaki.

8.9.4.- Irteerako eremuan sartu aurretik, dortsalen kontrola egingo da; eskuin zangoan eta bizkar-zorroan ezarrita izan behar dute lasterketan.

8.10.- MATERIALA GAINBEGIRATZEA ETA KONTROLATZEA

8.10.1.- Proba-egunaren bezperan, nahitaezkoa den materialaren egokitasuna gainbegiratzeko aukera emango du antolakuntzak.

8.10.2.- Araudiko 4.2 atalean zehaztutako baldintzak betetzen ez dituen material oro baztertu egingo da.

8.10.3.- Antolakuntzak eskatutako materiala helmugara iristean kontrolatuko da, eta, bat ez badator, zigortu egingo da, araudiko 4.6 atalean adierazitakoaren ildotik.

8.10.4.- Irteerako eremuan sartu aurretik, dortsalaren eta ARVAren kontrola egingo da. Bi baldintza horiek betetzen ez dituen parte-hartzaile orori ez zaio utziko proban parte hartzen.

8.11.- ORDEZKO IBILBIDEAK

8.11.1.- Proba elurtutako mendi-inguruetan dela eta eguraldiak eta elur-ezaugarriek eragin handia dutela jakinik, ordezkoko ibilbide bat edo gehiago prestatu beharko ditu antolakuntzak. Eguraldi- edo elur-baldintza txarretan egiteko modukoak izan behar dute ibilbide horiek. Elurrari dagokionez, elur falta edo elur gehiegi izatea gerta daitekeela kontuan hartuta jokatu da.

8.11.2.- Izan daitezkeen eguraldi- edo elur-baldintza txarrenak aurreikusita jokatu beharko du antolakuntzak, horrelako egoerarik gertatuz gero ordezkoko ibilbide bat aztertzeko: adibidez, eski-estazio batean zehar doan ibilbide bat prestatuz.

8.11.3.- Ibilbide horiek araudi honetako atal guztiak bete behar dituzte.

8.12.- LASTERKARI BATEK EDO TALDE BATEK PROBA UZTEA

8.12.1.- Proba uzten duten lasterkariei irteerako ibilbide egokia zein den adieraziko die puntu bakoitzean antolakuntzak.

8.12.2.- Lasterkari batek lasterketa uzten duenean, ezin izango du bere kabuz eta bakarka utzi lasterketa utzi duen kontrol-puntu hori.

8.12.3.- Lehiaketa utz dezakete lasterkariek, araudiko 4.5.8 atalean zehazten dena betez.

8.13.- PROBA ATZERATZEA, ETETEA ETA EZEZTATZEA

8.13.1.- Probak ezin izango dira atzeratu edo ezeztatu, erabat muturreko egoeretan ez bada. Horregatik, antolatzaileek, nahitaez, ordezkoko ibilbideak prestatu eta aurreikusi behar dituzte, anomalia klimatikoen kasuan (*lainoa, elur gehiegi edo elur falta, etab.*) ibilbide horiek egin ahal izateko eta, horrela, proba bertan behera uztea edo atzeratzea saihesteko.

8.13.2.- Egoerak horretara bultzatuz gero, proba eten daiteke ibilbideko uneraren batean. Horrela gertatuz gero, proba eten den une horretako ordenaren edo puntu horretara iristen diren denboraren arabera sailkatuko dira; edota, hori ezinezkoa bada, egindako azken kontrolaren arabera.

8.13.3.- Proba neutralizatu den unean kontrola pasatu duten lasterkariak badaude eta lehiatzen jarraitzeko ondo badaude:

MENDIKO ESIKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- Hurrengo kontrolean neutralizatuko dira horiek, eta azken kontrol horretara iristen diren ordena onartuz emango zaio amaiera probari; eta sailkapenean hurrengoak aurreko kontroleko lasterkariak edo neutralizazio-puntuak izango dira.
- Helmugara arte kontrolik ez badago, helmugara iristeko behar izan duten denbora hartuko da kontuan, eta, gainerako kasuan, neutralizazio-puntuak denborak jasoko dira.
- Baldintzek lehiatzen jarraitzeko modurik ematen ez badute (*gaizki balizatuta, elur-jausien arriskua...*), aurreko neutralizazio-puntuak denborak hartuko dira aintzat.

8.13.4.- Baldintza klimatologikoen edo elur-baldintzek hala eskatzen dutelako proba eteten edo ezeztatzen bada eta, aldi berean, baldintza horien ondorioz ordezkotako ibilbideak ere egin ezin badira, ez dira itzuliko izena emateko eskubideak. Horrelako inguruabarrak sortzen badira eta antolakuntzak ordezkotako ibilbideak aurrekusi ez baditu, izena emateari dagozkion eskubideak itzuli beharko ditu, eta araudia bete ez izanagatik zehapen-espedita ireki ahal izango zaio.

8.14.- INFORMAZIO-BILERA

8.14.1.- Proba-egunaren bezperan, antolakuntzak informazioa emateko bilera bat egin beharko du, eta honako datu hauek jakinaraziko dizkie parte-hartzaileei:

- Aurreikusitako ibilbidea.
- Irteerako ordua.
- Lehenengo lasterkari edo taldearentzat aurreikusitako denbora.
- Kontrolen kokapena eta pasoko gehieneko denborak.
- Arriskutsuak edo nahasgarriak izan daitezkeen tokien kokapena.
- Kranpoiak erabiltzea eskatzen duten tokiak badaude, berorien kokapena.
- Sokekiko inguruen kokapena, halakorik badago.
- Probarako nahitaezkoa den materiala.
- Aurreikusitako meteorologia, eta elurrari buruzko informazioa.
- Ingurumenaren errespetua.
- Parte-hartzaileen eskubideak eta betebeharrak.
- Lasterketa Batzordearen aurkezpena.

Oharrak:

- Gomendioa: hobe informazio-bilera antolakuntzaren, epaileen eta gainbegiraleen artean antolatzea.
- Gomendioa: hobe ibilbidearen deskribapena gardenkiekin eta diapositibekin egiten bada.

8.14.2.- Informazio hori guztia ohar-etaula batean ezarriko da, bilera egin den tokian bertan.

8.14.3.- Goizean, proba hasi aurretik, honako alderdi hauek gogoraraziko ditu antolakuntzak:

- Bezperako bileran adierazitako puntu garrantzitsuenak gogoraraziko dizkie.
- Azken orduko aldaketak.

8.15.- SAILKAPENAK

8.15.1.- Kategoria bakoitzeko sailkapen bat ezarriko da, ibilbidea egiteko behar izan den denbora aintzat hartuta. Denbora horri taldeak izan ditzakeen penalizazio-denborak gehituko zaizkio.

8.15.2.- Izan ditzakeen penalizazioak aplikatu ondoren kategoria bakoitzean denborarik gutxiena behar izan duen taldea edo lasterkaria izango da probaren irabazlea, bere kategorian.

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

8.15.3.- Proba amaitzean, EMFk izendatutako MEBeko ordezkariari helaraziko dizkio sailkapenak, kategorien arabera sailkatuta, bai eta izen emateko eta sailkapeneko epaileari ere, paperean eta formatu informatikoan; horrez gain, lehiakideei jakinaraziko dizkie. Honako datu hauek jasoko dira berorietan gutxienez: lasterketaren izen ofiziala, antolatu duen elkarte edo kluba, zer kopa eta txapelketa mota den, "EMF", data, sailkapeneko postua, dortsal-zenbakia, izen-abizenak, sexua, kategoria, azpikategoria (halakorik bada), zer erakundetan dagoen federatuta, babeslea, zer federaziotakoa den, irteera-ordua, helmugako ordua, jasotako penalizazioa (halakorik bada), denbora osotara eta egindako ibilbidea (A, B edo C, etab.).

8.16.- ESPRINTEKO ARAUDI ESPEZIFIKOA

8.16.1.- Probaren deskribapena:

Hainbat kanporaketa-txanda edo serietan egiten den proba bat da esprinta: sailkapen-fasea, final-laurdenak, finalerdiak eta finalak.

8.16.2.- Txanda bakoitzak 4 zati ditu:

1. Igoerako zatia, larruekin eta norabidea aldatzeko sigi-sagekin egin beharrekoa.
2. Malda handiko zatia, oinez eta eskiak bizkar-zorroan hartuta egin beharrekoa. 20 metrotik 30era bitarteko desnibela.
3. Igoerako zatia, larruekin egin beharrekoa, gutxi gorabehera 10 metroko desnibela duena kadete, junior eta emakumeen kategorietan, eta 30 metrokoa, gizonezko seniorren kategorian.
4. Jaitsierako zatia, helmugara arte bitartekoa, irteerako gunetik gertu kokatuko dena.

8.16.3.- Ibilbide osoak 3'15"± 15seg-eko iraupena izan behar duela kalkulatu da, senior onenaren kasurako. Irteerako eta helmugako lerroek elkarrengandik gertu egon behar dute. % 100 ikusteko modua izan behar da, eta hobe irteerako edo helmugako eremutik gertuko puntu batetik bada.

Sailkapen-fasea banaka izaten da. Gainerako faseak seinaka izango dira.

8.16.4.- Ibilbidearen diseinua

Irteerako gunea:

- Sei atleta paraleloan irteteko adinako zabalera izan behar du irteerako guneari; lauan hasiko da, eta malda handitzen joango da pixkana.
- Lasterkarien aurrean soka elastiko bat tenkatuta jarriz egin daiteke irteera (*belaun parean gutxi gorabehera*).
- Irteeratik 50 metrora "*Irteera baliogabea*" adierazteko lerro bat aurreikusiko da, soka batez ibilbidea zeharkatuz eta, horrela, lasterkariak geldiaraziz.
- Ebaluazio-puntu bat beharko da in situ, eta, beharrezkoa bada, bideo bidezko kontrola erabiliko da, epaimahaiko lehendakariari erabakiak hartzen laguntzeko.

1. zatia: eskiekin. 30 metrotik 60ra bitarteko desnibela:

- Irteeraren ostean, 200 m inguruko malda apur batekin.
- Trazak gero eta malda handiagoa hartuko du pixkana, baina nahiko erraz igotzeko modukoa izan behar du, eta, beraz, ez da pikoegia izango.
- Zati horrek behar besteko zabalera izan behar du, lasterkariei aurreratzeko aukera emateko modukoa.
- Diagonalak ez dira maldaren zeharkako lerroarekiko irekiegi markatuko. Ezaugarri hori lurralde horretan berezkoa bada, ibilbidea aldatuko da, malda erregularragoa egiteko.

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- Zirkuituak "8" zenbakiaren itxura izan behar du, traza paraleloekin (hiru arrasto gutxienez), lasterkariak ibilbiderik onuragarriena hauta dezaten.
- Debekatuta dago markatutako bihurtuneak ebakiz arrasto batetik bestera aldatzea, aurreratzeko ez bada.

2. zatia: oinez. 20 metrotik 30era bitarteko desnibela.

- Zati honek 4 arrasto paralelo izan behar ditu gutxienez.
- Igoera eskiak bizkar-zorroari lotuta dituztela egingo dute.

3. zatia: eskiekin. 10 metroko desnibela emakumezko senior eta promesen kategorian, eta junior eta kadeteen kategorian; eta 30 metrokoa, gizonezko senior eta promesen kategorian.

4. zatia: helmugarako jaitsiera

- Pista zabala izango da, eta gainazal uniforme eta trinkoa izango du.
- Pista zabala denean, jaitsierako zatiko biraketak banderen edo "ateen" bidez markatuko dira, eslalom erraldoian bezala, koloreak txandakatuz (normalean, gorriak eta urdinak).
- Ate horietako bakoitzetik pasatu behar du lasterkariak; bestela, kanporatua izango da.

5. zatia: helmuga

- Pistak eremu lau batean edo igoera apur bat duen eremu batean bukatu behar du; horrela, "patinatzailearen" teknika erabiliko dute lehiakideek helmugako lerroa.
- Azken 40 metroan, hiru errei markatuko dira gutxienez, 3 metro zabalekoa bakoitza (*patinatzaile teknika erabiliz pasatzeko*).
- Lasterketaren zati horretan, lasterkari bakoitzak bere erreiri eutsi behar dio. Erreia alda dezakete bestea aurreratzeko, baina errei hori erabiltzen ari den lasterkariari eragozpenik sortzen ez badio soilik.

Zirkuitua kiribil bat balitz bezala muntatuko da: irteerako lerrotik gertu egongo da helmugako lerroa.

Ibilbideak 3 minututik 3 minutu eta 30 segundora bitarteko iraupena izango du, gizonezko eta emakumezko onenen kasuan.

8.16.5.- Probaren kudeaketa

- Nahitaezkoa da irteerako gunetik gertu aire girotua duen karpa bat izatea, eserlekuekin.
- Zirkuitu osoak erabat itxita egon behar du, eta soilik lehiaketako lasterkariak eta sinestamendua duten kazetariak jo ahal izango dute zirkuitu horretara, antolakuntzako kideez eta epaileez gain.
- Lurrean, irteerako eta helmugako lerroak markatu behar dira.
- Helmugako eremutik irteerako eremura, sarbide bat prestatuko da lehiakideentzat.

8.16.6.- Aldaketarako eremuak

- Aldaketarako eremuak zabalak izango dira, eta 6 lehiakideei aldaketak erraz egiteko moduan egokituko dira.
- Kontrol-puntu guztiak sareekin, sokekin edo banderekin itxita egon behar dute, eta irteera estu bat izango dute, gehienez ere 3 metro zabalekoa. Lehiakideak eta kontrolatzaileak soilik egongo dira eremu horretan.
- Lasterkariak ez dira irtengo aldaketarako eremutik, egin beharreko guztiak egin arte (larruak ez ikusteko moduan osoko jantziaren barruan sartu, eskiak bizkar-zorroari lotu, etab.).

8.16.7.- Denborak hartzea

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

- Saillkapen-fasean soilik da beharrezkoa denborak hartzea. Ez da beharrezkoa final-laurdenetan, finalerdietan eta finaletan.
- Zelula foto-elektrikoarekin edota txip elektronikoarekin egingo da.
- Denborak hartzerakoan, segundo-ehunenak ere hartuko dira.
- Irteeran, taula digital bat edo argien sistema bat izango da, bi kolorekoa, saillkapen-faseetan irteera emateko.
- Saillkapen-faseetan erabiliko den bideak irteerako ate bat izan behar du.

8.16.8.- Helmugako eremua

- Txanda bakoitzaren ordutegia eta osaketa 2 x 2 metroko arbel batean adieraziko dira, edota arbel elektroniko batean.
- Nahitaezkoa da irteerako eremuaren inguruan informazioa emateko megafonia-sistema egoki bat izatea.

8.16.9.- Irteerako prozedura

- Saillkapen-fasea:
 - Lasterkari guztiek jokatuko dute saillkapen-fasea. Fase horretan, denborak hartuko dira.
 - Ahal izanez gero, kategoria bakoitzeko lasterkariak xede horretarako ezarritako rankingeko alderantzizko ordenan irtengo dira.
 - Saillkapen-fasean, lasterkari bakarria irtengo da 20 segundoko tarte bakoitzeko.
 - Saillkapen-fasearen amaieraren eta final-laurdenen fasearen hasieraren artean, 15 minutuko atsedena utziko da.
 - Lasterkari bat irteerara dagokiona baino beranduago iristen bada, aurreikusitako orduan irten balitz bezala hartuko da aintzat.
- Finaletako faseak:
 - Final-laurdenetatik aurrera, serie bakoitza 6 lasterkarik osatuko dute.
 - Saillkapen-fasean denborari onena egin duen lasterkariak aukeratuko du erreia. Gero, 2. saillkatuak aukeratuko du, 3. saillkatuak gero, eta horrela jarraituko da.
 - 6 erreiak markatuta egongo dira ibilbidearen lehen 20 metroan, eta, izendatutako eremutik irten arte, horietan jarraitu beharko dute lehiakideek.
 - Lasterkarien aurrean, belaun parean gutxi gorabehera, soka elastiko bat tenkatuta jarritz egin daiteke irteera.
 - "Irteera baliogabea" denean, lasterkariak irteerako lerroa itzuli beharko dute. Irteeratik 50 metrora, "irteera baliogabea" adierazteko lerro bat aurreikusiko da, soka batez ibilbidea zeharkatuz eta, horrela, lasterkariak geldiaraziz.
 - Lehenengo irteera baliogabea bada: lasterkari guztiak irteerako lerroa itzuliko dira. Bigarren irteera baliogabea bada, bigarren irteera baliogabe hori eragin duena deskalifikatu egingo da.
 - Finaleko serieak ondoz ondo hasiko dira, 7 minutuan behin.
 - Lasterkari bat irteerara dagokiona baino beranduago iristen bada, aurreikusitako orduan irten balitz bezala hartuko da aintzat.
 - Trazaren kalitatea zaintzeko, lasterkariak ezin dute erabili jaitsierako traza beroketarako. Azterketa eta beroketen fasean, eslalomeko zutoinak edo sareak jarriko ditu antolakuntzak jaitsierako "ateetatik" 2 metrora gutxi gorabehera, lasterkariak lasterketaren eremuan sar ez daitezzen.
- Ikusi 3. eta 4. eranskinak:

3. eranskina: Esprinteko ordutegien adibideak

4. eranskina: Lasterkarien banaketa serieen artean

8.16.10.- Lasterketaren ordutegia, kadete eta junior kategorietan

- Kadete eta junior kategorietako lasterketa senior kategoriakoen aurretik egingo da, oso-osorik.
- Saillkapen-fasea: irteerako ordenari eta ordutegiari buruzko informazioa emango da, eta ezin izango dira aldatu
 1. Emakumezko kadeteak
 2. Gizonezko kadeteak
 3. Emakumezko juniorrak
 4. Gizonezko juniorrak
- Finalak: kadeteak eta juniorrak zuzenean finalerara joango dira, eta hauxe izango da serieen ordena:
 1. Emakumezko kadeteen finala (saillkapen-faseko 6 denbora onenak)
 2. Gizonezko kadeteen finala (saillkapen-faseko 6 denbora onenak)
 3. Emakumezko juniorren finala (saillkapen-faseko 6 denbora onenak)
 4. Gizonezko juniorren finala (saillkapen-faseko 6 denbora onenak)
- Gazteen kategorietako garaikurrak dagozkien finalerako azken emaitzak argitaratu ondoren emango dira, argitaratu eta 10 minutura gehienez ere
- Azken finaleko gazteen kategoriako azkena iritsi eta berehala, ibilbidea ireki egingo da 15 minutuz senior eta promesentzat, berori aztertzeko, jaitsierako zatia salbu; eta senior kategoriako saillkapenak hasi baino 10 minutu lehenago itxiko da.
- Juniorren kategoriako azken finalaren eta senior kategoriako saillkapen-fasearen hasieraren artean, 30 minutuko tarte utziko da gehienez.

8.16.11.- Senior kategoriako lasterketaren ordutegia

Saillkapen-fasea: irteerako ordena eta ordua jakinaraziko dira, eta ezingo dira aldatu.

1. Emakumezko senior/promesa kategoriak
 2. Gizonezko senior/promesa kategoriak
- Senior kategoriako 30 emakume baino gutxiago badaude, saillkapenen ordena aldatu egingo da, eta lehendabizi gizonak hasiko dira, final-laurdenak hasi aurretik atsedean hartzeko denbora gehiago izan dezaten.
 - Final-laurdenetara igaroko dira denbora onenak lortu dituzten 30 lasterkariak, eta final-laurdenetako honako txanda hauetan banatuta dira:

V1	V2	V3	V4	V5
1	4	5	2	3
10	7	6	9	8
11	14	15	12	13
20	17	16	19	18
21	24	25	22	23
30	27	26	29	28

Final-laurdenak: kategoria bakoitzean, final-laurdenetako 5 txanda izango dira, eta, horietako bakoitzean, 6 lehiakidek hartuko dute parte.

- Senior kategoriako 30 gizon edo gutxiago badaude, final-laurdenak bertan behera utziko dira, eta 12 lasterkari onenak gizonezkoen finalerdietarako sailkatuko dira zuzenean; kasu horretan, horrela banatuko dira finalerdietan:

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

S1		S2	
1		2	
4		3	
5		6	
8		7	
9		10	
12		11	

- Senior kategoriako 30 emakume edo gutxiago badaude, final-laurdenak bertan behera utziko dira, eta 12 lasterkari onenak emakumezkoen finalerdietarako sailkatuko dira zuzenean; kasu horretan, aurreko taularen arabera banatuko dira.
- 5 final-laurdenetako bakoitza 6 lasterkariko serie bat izango da, eta irteera lerroan kokatuta egingo da; beharrezkoa da "foto finish" edo helmugako argazkia edota kontrol-bideo bat izatea.
- Ikusi **4. ERANSKINA**: lasterkarien banaketa serieen artean.
- Finalerdietara igaroko dira serie bakoitzeko 2 lehiakide onenak eta, serie guztiak kontuan hartuta, sailkapenean hirugarren gelditu direnen artean denbora onenak lortu dituzten lehenengo biak.
- Ordena honetan igaroko dira finalerdietara:
 - 1. finalerdia** = V1-etik 2 + V2-tik 2 + V3-ko 2.a + hirugarren sailkatu den onena.
 - 2. finalerdia** = V4-tik 2 + V5-etik 2 + V3-ko 1.a + hirugarren sailkatu den bigarren onena.

S1		S2	
V1-eko 1.a		V4-ko 1.a	
V1-eko 2.a		V4-ko 2.a	
V2-ko 1.a		V5-eko 1.a	
V2-ko 2.		V5-eko 2.a	
V3-ko 2.a		V3-ko 1.a	
1. berraukeratua		2. berraukeratua	

Finalerdiak: kategoria bakoitzean, 2 finalerdi izango dira, eta, finalerdi bakoitzean, 6 lasterkarik hartuko dute parte.

- 2 finalerdi horietako bakoitzean, 6 lasterkarik hartuko dute parte, eta irteera lerroan kokatuta egingo da; beharrezkoa da "foto finish" edo helmugako argazkia edota kontrol-bideo bat izatea.
- Ordena honetan egingo dira:
 1. Emakumezkoen A finalerdia.
 2. Emakumezkoen B finalerdia
 3. Gizonezkoen A finalerdia
 4. Gizonezkoen B finalerdia
- Finalera igaroko dira finalerdi bakoitzeko hiru lehiakide onenak.

Finalak: kategoria bakoitzean, final bat izango da, eta 6 lasterkarik hartuko dute parte.

- Finalean, 6 lasterkarik hartuko dute parte, eta irteera lerroan kokatuta egingo da; beharrezkoa da "foto finish" edo helmugako argazkia edota kontrol-bideo bat izatea.
- Ordena honetan egingo dira:
 1. Emakumezkoen senior kategoriako finala.

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF

2. Gizonezkoen senior kategoriako finala

8.16.12.- Rankingaren sailkapena, esprint modalitatean

Kategoria eta azpikategoria bakoitzerako puntuak lortzeko:

- 1. postutik 6. postura: finaleko emaitzak hartuko dira kontuan.
- 7. postutik 12. postura: finalerako sailkatu ez diren eta finalerdietan parte hartu duten gainerakoak hartuko dira kontuan. Finalerdietan lortutako postuen arabera ordenatuko dira, eta, gero, sailkapenetan jasotako denboren arabera.
- 13. postutik 30. postura: finalerdietara sailkatu ez diren eta final-laurdenetan parte hartu duten gainerakoak hartuko dira kontuan. Final-laurdenetan lortutako postuen arabera ordenatuko dira, eta, gero, sailkapenetan jasotako denboren arabera.
- 31. postua eta ondorengoak: sailkapen-fasean egindako denboraren arabera.

Hauak dira Koparako edo Rankingerako puntuak, kategoria bakoitzean:

Postua	Puntuak	Postua	Puntuak	Postua	Puntuak
1	100	11	24	21	10
2	80	12	22	22	9
3	60	13	20	23	8
4	50	14	18	24	7
5	45	15	16	25	6
6	40	16	15	26	5
7	36	17	14	27	4
8	32	18	13	28	3
9	29	19	12	29	2
10	26	20	11	30	1

8.16.13.- Ezinbesteko materiala

Ikusi araudiko 4.2. puntua; puntu horretan ageri denez eta lasterketako epaimahaiak hala erabakitzen duen kasuetan, goiko aldeko 3. geruza, beheko aldeko 2. geruza, ARVA, pala, zunda, tapaki termikoa, eguzkitako betaurrekoak eta txilibitua ken daitezke.

8.16.14.- Arau-haustek eta zigorrak

Probak duen azkartasunagatik eta txanda bakoitzeko sailkapenak berehala jaso behar direnez, serie bakoitzak irauten duen bitartean ez da ezarriko arau-hausteengatiko zigorrik denboretan.

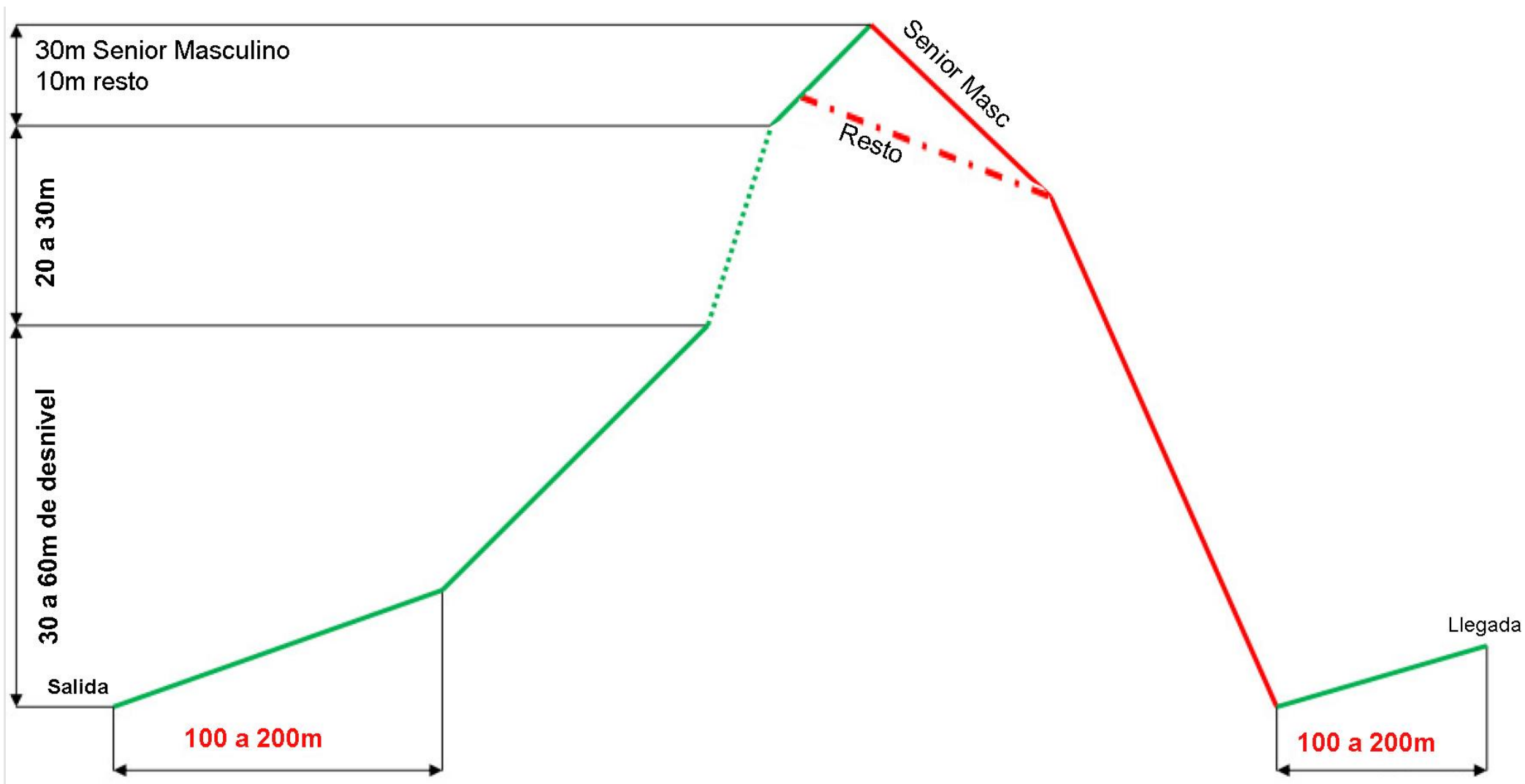
Horren ordeaz:

- Final-laurdenetan, finalerdietan eta finaletan, lehiakideak arau-hausteren bat egiten badu, dagokion seriean azken lekuan sailkatuko da, zuzenean kanporatua izan den kasuetan salbu. *Ikusi zigorrak atala, araudiaren 4.6 puntuan.*
- Serie bereko 2 lehiakidek edo gehiagok zigorra jasotzen badute, sailkapeneko seriean lortutako denboraren arabera ordenatuko dira.
- Esprintean, ez da erreklamazioak egiteko inolako aukerarik izango. Kontrolatzaile ofizial batek behatutako edozein arau-haustek dagokion zigorra izango du, aurreko bi puntuetan jasotakoaren arabera.
- Ez da inolako protestarik onartuko, eta begiraleei/epaileei/arbitroei eragozten dien entrenatzaile orok 50 €-ko isuna izango du.
- Serie bat amaitu eta ondorengo 5 minutuan Lasterketa Epaimahaiak emaitzak argitaratzen ez baditu, ez da zigorrik ezarriko serie horretan.

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIAK

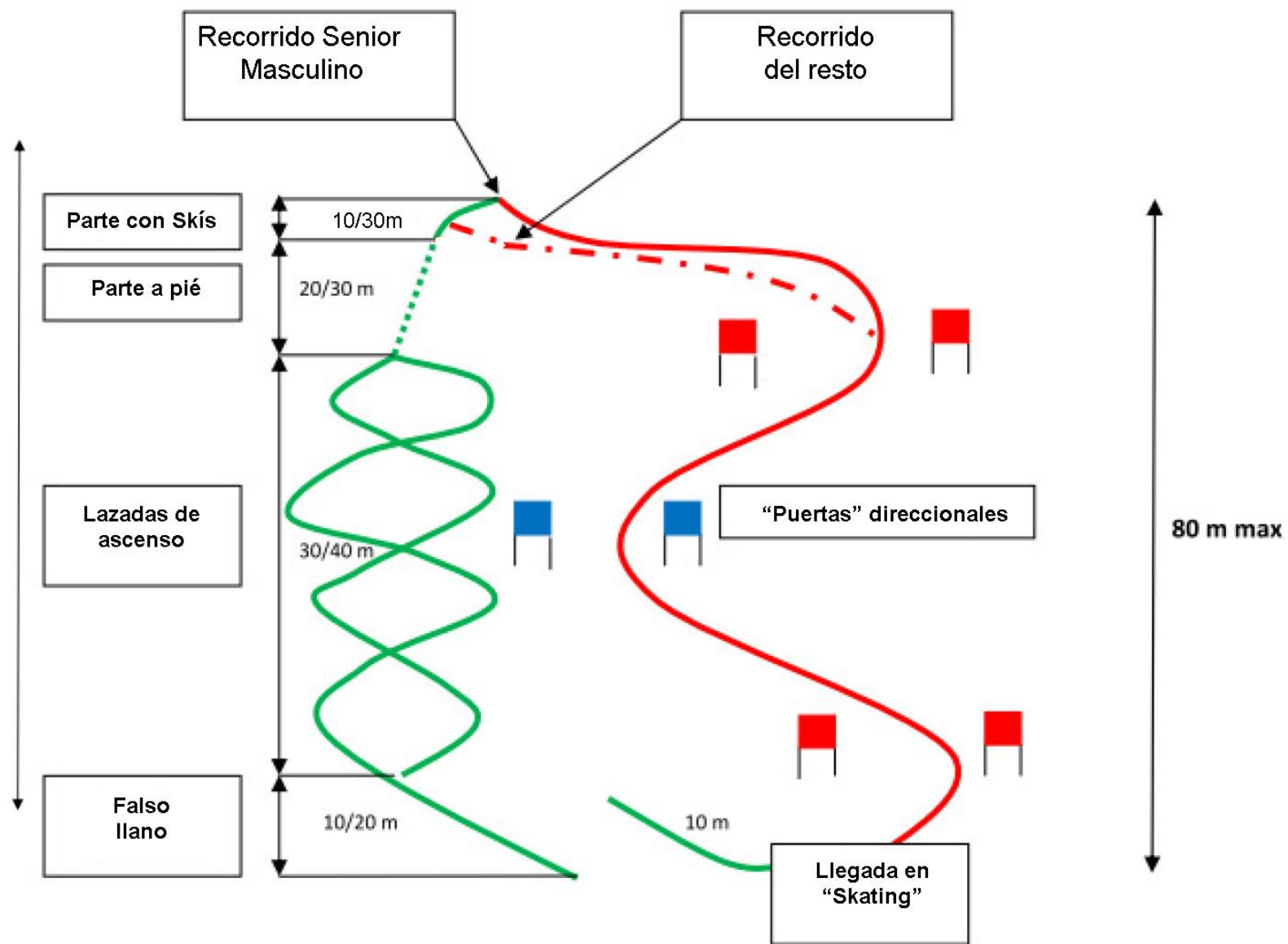
ERANSKINAK

1. ERANSKINA: ALTIMETRIAKO PROFILA (EZ GAINDITU 80 METRO GUZTIRA)



2. ERANSKINA: ESPRINTEKO IBILBIDEAREN DISEINUA

OHARRA: kirolari guztiek, oinez egiteko zatiaren ondoren, eskiekin egiteko zati bat dute: senior gizonetzkoak + 30 m; gainerakoek + 10 m.



MENDIKO ESKIKO LEHIAKETA ARAUDIA. EMF

3. ERANSKINA: ESPRINTEKO ORDUTEGIEN ADIBIDEAK (EGOKITU KIROLARI KOPURUAREN ARABERA)

Kalifikazioen eta final-laurdenen arteko denbora: 15 minutu.
 Serieen/txanden arteko denbora: 07 minutu
 Finalaren eta sari-banaketaren arteko denbora: 10 minutu

1. ADIBIDEA: Pelvoux-eko Munduko Txapelketan oinarritutako ordutegiak; hauek hartuko dute parte: SG=60; SE=36; PG=16; PE=9; JG=21; JE=7; KG=14; KE=8

50 gazteren kalifikazioak (20 segundotik behin)					Kalifikazi. amaiera	Kadeteen eta juniorren finalak				Sariak ematea	Bidea irekita seniorrentzat	Bidea itxita seniorrentzat
	8 KE	14 KG	7 JE	21JG		Finala KE	Finala KG	Finala JE	Finala JG			
irteera	09:00	09:03	09:08	09:10	09:17	09:32	09:39	09:46	09:53	10:00	10:00	10:20

121 senior/promesen kalifikazioak (20 segundotik behin)			Emakumezkoen final-laurdenak					Gizonezkoen final-laurdenak					Emakumeen finalerdia		Gizonezkoen finalerdia		Finalak		Sariak ematea
45 SE	76SG	Kalifikazi. amaiera.	Final 1/4 SE 1	Final 1/4 SE 2	Final 1/4 SE 3	Final 1/4 SE 4	Final 1/4 SE 5	Final 1/4 SG 1	Final 1/4 SG 2	Final 1/4 SG 3	Final 1/4 SG 4	Final 1/4 SG 5	Final 1/2 SE 1	Final 1/2 SE 2	Final 1/2 SG 1	Final 1/2 SG 2	Finala SE	Finala SG	
10:30	10:45	11:10	11:25	11:32	11:39	11:46	11:53	12:00	12:07	12:14	12:21	12:28	12:35	12:42	12:49	12:56	13:03	13:10	13:20

2. ADIBIDEA: Presolana-ko Munduko Kopan oinarritutako ordutegiak; hauek hartuko dute parte: SG=35; SE=17; PG=15; PE=3; JG=16; JE=5; KG=0; KE=0

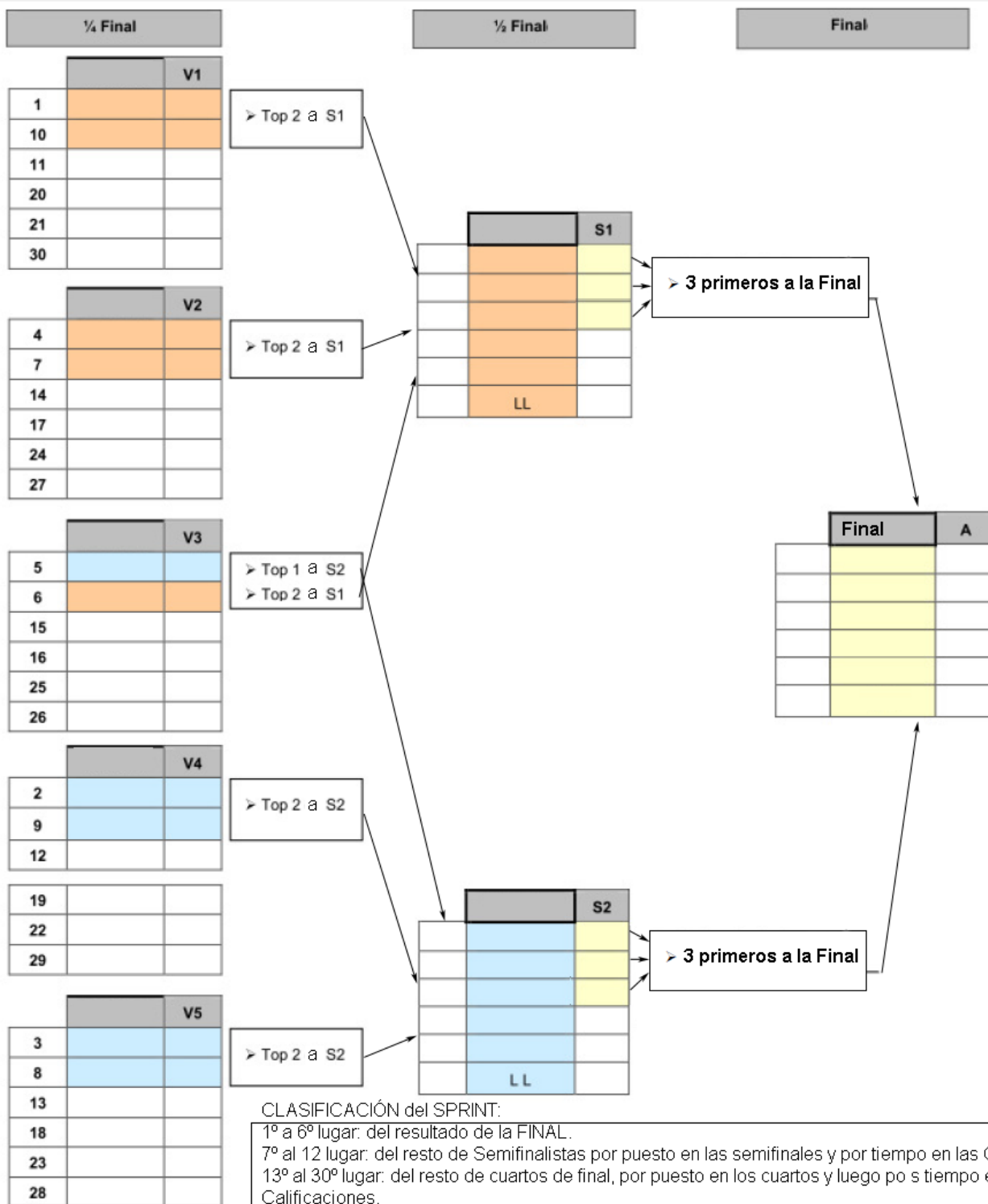
21 gazteren kalifikazioa (20 segundotik behin)				Kalifikazi. amaiera	Kadeteen eta juniorren finalak				Sariak ematea	Bidea irekita seniorrentzat	Bidea itxita seniorrentzat	
	0 KE	0 KG	5 JE		16JG	Finala KE	Finala KG	Finala JE				Finala JG
irteera	-	-	09:00	09:02	09:07	-	-	09:22	09:29	09:35	09:35	09:50

70 senior/promesen kalifikazioak (20 segundotik behin)			Emakumezkoen final-laurdenak					Gizonezkoen final-laurdenak					Emakumeen finalerdia		Gizonezkoen finalerdia		Finalak		Sariak ematea
20 SE	50SG	Kalifikazi. amaiera	Final 1/4 SE 1	Final 1/4 SE 2	Final 1/4 SE 3	Final 1/4 SE 4	Final 1/4 SE 5	Final 1/4 SG 1	Final 1/4 SG 2	Final 1/4 SG 3	Final 1/4 SG 4	Final 1/4 SG 5	Final 1/2 SE 1	Final 1/2 SE 2	Final 1/2 SG 1	Final 1/2 SG 2	Finala SE	Finala SG	
10:00	10:17	10:24	< 30 lasterkari – ez dago final-laurdenik					10:39	10:46	10:53	11:00	11:07	11:14	11:21	11:28	11:35	11:42	11:49	11:59

4. ERANSKINA: LASTERKARIEN BANAKETA SERIEEN ARTEAN

Final-laurdeneko bira bakoitzeko bi onenak igaroko dira finalera, eta baita kalifikazioetan 3. postuan daudenen artetik denbora onena lortu duten 2 lasterkari ere. (Bi serie osatuko dira, erantsitako eskeman ageri denaren arabera)

Serie bakoitzeko 3 onenak igaroko dira finaletara (guztien artean serie bakarra osatuko dute)



CLASIFICACIÓN del SPRINT:

- 1º a 6º lugar: del resultado de la FINAL.
- 7º al 12 lugar: del resto de Semifinalistas por puesto en las semifinales y por tiempo en las Calificaciones
- 13º al 30º lugar: del resto de cuartos de final, por puesto en los cuartos y luego por tiempo en las Calificaciones.
- 31º y siguientes: Según el tiempo en las Calificaciones.

5. ERANSKINA: ERREKLAMAZIO-ORRIA

○ Orri hau EMFren orri ofizialean inprimatu beharko da, eta atal guztiak bete ondoren, erreklamazioa egin duenak eta batzordeko lehendakariak sinatu beharko dute. Gordailuaren ordainagiriak FEDMEren ordezkariaren sinadura izan behar du (hark jasoko du zenbateko hori), eta erreklamaziogileari emango zaio. Erreklamazioa egin duenari erreklamazioaren kopia edo fotokopia emango zaio.

Lehiaketako Mendiko Eskiko Batzordea

MENDIKO ESKIKO LEHIAKETEN ARAUDIA. EMF



euskalmendizalefederazioa
FEDERACION VASCA DE MONTAÑA
BASQUE MOUNTAINEERING FEDERATION

ERREKLAMAZIO-ORRIA

Proba-eguna:/...../..... Erreklamazio-zk.:.....

Tokia:.....

Antolatu duen kluba:.....

Erreklamaziogilea:

Izena:	
Ordezkatzen duen kluba edo federazioa:	
NAN zk. (edo honen baliokidea atzerritarrentzat):	
Helbidea:	
Telefona:	

Eragindako kirolariak:

Izena:	Dortsala:	Kluba o federazioa:

Gertakarien azalpena:

.....
.....
.....

Lasterkariaren eskabidea:

.....
.....
.....
.....n,(eko)(a)ren(e)an

Erreklamaziogilea

Lasterketa Batzordeko kidea

.....jaunak/andre

ak

60 €-ko gordailua egin dio EMFri

...../...../..... datako erreklamazioari erantzunez (..... zk.)

Zenbateko hori itzuli egingo da erreklamazioak aurrera egiten badu.

.....n,(e)ko(a)ren(e)an

EMFren ordezkaria