

KORRIKALARIEN ESKULIBURUA

ROAD BOOK

V. edizioa

2014



ehunmilak

ULTRA TRAIL



gzhak



- > Data / Fecha: 2014-07-11
- > Ordua / Hora: 18:00
- > Itzea / Salida: Zeuzain (Gipuzkoa)
- > Luzera / Longitud: 160 Km
- > Desnibela / Desnivel: 11.100 m
- > Denbora limitea / Tiempo limite: 48h



AURKIBIDEA

Aurkibidea

Indice

- 2 >** **Sarrera- ongi etorria**
Introducción - Bienvenida
- 3 >** **ehunmilak eta G2H-ko antolatzaile eta laguntzaileak**
Organizadores y colaboradores de ehunmilak
- 4 >** **Kontuan hartu beharreko zenbait puntu**
Pilares básicos
- 5 >** **Non zabilta? - Mapa**
¿Donde andas? - Mapa
- 6 >** **Dorsal eta poltsa banaketa**
Dorsal y entrega de bolsas
- 7 >** **Partaideen baldintzak**
Condiciones de los participantes
- 8 >** **Korrikalariaren laguntzaileak**
Ayudantes de los corredores
- 9 >** **Erabil ditzagun zerbitzu publikoak**
Utilicemos los servicios públicos
- 10 >** **Geo-posizionamendua**
Geo-posicionamiento
- 11 >** **Anoa guneak eta balizajea**
Puntos de avituallamiento y balizaje
- 12 >** **Igarotze-kontrolak eta gehienezko ordutegiak**
Controles de paso y horarios máximos
- 13 >** **ehunmilak eta G2H-ko egitaraua**
Programa de ehunmilak y G2H
- 14 >** **Pasty Party**
Pasta Party
- 15 >** **Lasterketa uztea - Segurtasuna - Beasaina itzultzea I**
Abandono - Seguridad - Retorno a Beasain I
- 16 >** **Lasterketa uztea - Segurtasuna - Beasaina itzultzea II**
Abandono - Seguridad - Retorno a Beasain II
- 17 >** **Sariak**
Premios
- 18 >** **Ikonoak eta sinboloak**
Iconos y símbolos
- 19 >** **Bi perfilak**
Dos perfiles
- 21 >** **Ibilbideen profilak-datuak**
Perfiles-datos de los recorridos



SARRERA - ONGI ETORRIA



➤ **¡Bienvenidos en nombre de los organizadores a ehunmilak!**

La de este año será la cuarta edición de la carrera. Corren malos tiempos para organizar carreras pero hemos querido optimizar los recursos y en la medida de lo posible introducir novedades. Como en años anteriores, hemos puesto a disposición de todos los corredores este Road Book. En este Road Book encontrareis algunos detalles mas significativos de la carrera: la normativa, el servicio se autobús, horarios de la carrera, mapas y perfiles de la carrera, etc.

Durante la carrera pasareis por los montes mas significativos de Euskadi en los que los organizadores hemos querido hacer un gran esfuerzo para que los corredores os sintáis como en casa. Los organizadores hemos querido garantizar sobre todo la seguridad de los corredores y para ello encontrareis varios puntos de asistencia a lo largo de todo el recorrido. Hemos puesto a disposición de todos los corredores y vuestros ayudantes varios recursos que nos parecen apropiados como: aparcamiento personalizado, entrada a instalaciones deportivas, amplio servicio sanitario, etc. Recordad algunos pilares básicos de la carrera como son: respeto y solidaridad con los corredores, los voluntarios y el medio ambiente.

Sin más, ¡que disfrutéis de la carrera!

➤ **Ongi etorriak ehunmilak lasterketaren antolatzaileen izenean!**

Aurtengoa, lasterketaren bostgarren edizioa izango da. Garaiak zailak dira antolakuntza lanetan gabilitzanentzako baina baliabideak egokitzuz iazko lanari eutsi eta ahal dela zenbait hobekuntza sartu nahi izan ditugu. Lasterketa antolatzearekin batera, aurtien ere, korrikalari bakoitzari Road Book edo korrikalariaren eskuliburu hau banatu nahi izan dizuegu lasterketaren nondik norakoak lehen eskutik izan ditzazuen.

Liburuxka honetan aurkituko dituzue lasterketari buruzko hainbat xehetasun: lasterketako araudia, lasterketaren inguruko hainbat jakinarazpen, autobus zerbitzuaren nondik norakoak, lasterketari irauten duen bitartean antolatutako hainbat ekintzen egitaraua, gehienezko ordutegiak, mapa zehaztuak eta abar luze bat.

Gipuzkoako mendi esanguratsuenak zeharkatzen dituen lasterketa honetan, antolatzaileok bereziki bermatu nahi izan ditugu korrikalarien segurtasuna eta horretarako ibilbidean zehar hainbat sorospen puntu ezarri ditugu.

Lasterketan parte hartuko duzuen guztiok eta zuen laguntzaileak eskura izango dituzue antolakuntzak egoki ikusi dituen hainbat baliabide: aparkaleku pertsonalizatua, kirol instalazioetarako sarbideak, osasun zerbitzu zabala eta abar.

Gogoratu, lasterketan zehar jarraitu beharreko funtsezko oinarriak, korrikalari, boluntario eta ingurumenarekiko errespetua eta elkertasuna direla.

BESTERIK GABE,
GOZA DEZAZUELA
LASTERKETAZ!!

2014



EHUNMILAK ETA GZH-KO ANTOLATZAILERAK ETA LAGUNTZAILERAK

Ohorezko batzordea

antolatzailea - organizador



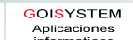
babeslea - patrocinador



babeslea - patrocinador



laguntzaileak
colaboradores



KONTUTAN HARTU BEHARREKO ZENBAIT PUNTU



➤ **Pilares básicos**

Respeto: La regla fundamental de esta prueba es el respeto; tanto a sí mismo, como a jueces, voluntarios, corredores y espectadores. A su vez, el respeto al medio ambiente se convierte en algo básico; respete la fauna y la flora. No salirse de la zona marcada evitará el deterioro y la erosión irreversible del lugar.

Solidaridad: La solidaridad es otro valor fundamental en este tipo de carreras; ante todo ayudaremos prioritariamente a todo participante que se encuentre ante cualquier situación adversa.

Explora tus límites: En esta prueba se llegará a situaciones límites; cada corredor deberá buscar en sí mismo los recursos que ni uno mismo sospecha tener. La ultra distancia es un poco de dignidad y mucho de humildad.

Responsabilidad: Los participantes inscritos en la ehunmilak / g2h entienden que participan en la competición voluntariamente y bajo su propia responsabilidad.

La organización no se hace cargo de las reclamaciones o demandas que resulten de los daños que puedan sucederle tanto a los participantes, acompañantes, aficionados como a los materiales en caso de pérdida, deterioro o extravío fuera de las coberturas de los seguros contratados por la organización.

+ Info Art. 30

➤ **Funtsezko oinarriak**

Errespetua

Lasterketa honen oinarziko araua errespetua da; bai nork bere buruarekiko, baita boluntario, korrikalari eta ikusleekiko ere.

Aldi berean, ingurumenarekiko errespetua funtsezkoa bilakatzen da. Errespetatzen itzazu fauna eta flora. Markatutako bidetik ez ateratzeak lekuaren higadura eta hondatzea ekidindo ditu.

Elkartasuna

Elkartasuna lasterketa mota hauetako beste oinarziko balore bat da. Guztiaren gainetik arrisku egoeran dagoen edozein partaideri lehenatasunez lagunduko diogu.

Ezagutu zure mugak

Proba honetan norbera muga-mugako egoeretara iritsiko da. Bakoitzak bere barnean dituen eta ezagutzen ez dituen baliabideak bilatu beharko ditu. Ultra distantzia, duintasunetik pixka bat eta apaltasunetik asko daukan proba da.

Árdura

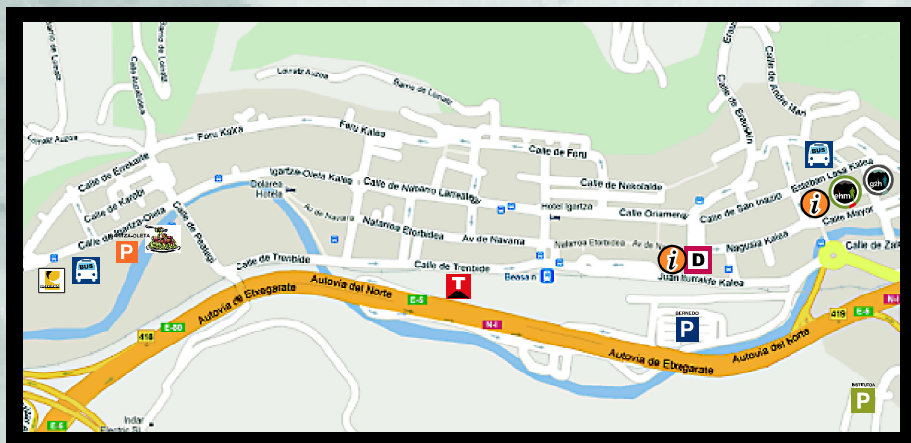
ehunmilak / g2h probetan izena eman duten guztiak borondatez eta norbere árduraz parte hartzen dutela ulertzen dute. Horregatik, partaideek eta beraien oinordekoek erantzukizun zibilar dagokionez, antolaketaz árduratzen diren erakundeak, laguntzaileak, babesleak zein beste partaideak, ez salatzea eta kargu horietatik guztietatik libre uztea onartzen dute.

Antolakuntzak ez du, antolakuntzak kontratatuko aseguruaren estalduraz gaindiko, partaide, laguntzaile edo ikusleei gerta dakizkiekeen kalteen (galdu, lapurtu, puskatu... '85) ondorioz egindako erreklamazioen erantzukizunik bere gain hartuko. Ezta materialen galera, lapurreta eta puskatzearenik ere.



NON ZABILTZA?

Mapa



Informazio
gunea



Dorsal
banaketa



Parking
kotxeak



Parking
autokarabana



Parking
furgoneta



Antzizar
polikiroldegia



Pasta party



Tren geltokia



Autobus
zerbitzua



Irteera
Helmuga

DORTSAL ETA POLTSA BANAKETA



➤ Dorsales y bolsas para los corredores

Sera obligatorio pasar el control del material obligatorio que hay llevar en la carrera a la hora de retirar el dorsal!!

Dorsales. Cada dorsal junto con el sistema de medición, será entregado individualmente a cada corredor; para ello deberá presentarse un documento oficial acreditativo de su identidad en vigor que contenga una foto, la tarjeta del corredor, y un billete de 20 €. No se podrá retirar el dorsal sin presentar el material obligatorio. El importe del chip será reembolsado a la devolución del mismo en la zona de meta. Los participantes deberán conservar en todo momento el dorsal facilitado por la organización. El dorsal es el pase obligatorio para acceder a las salidas, avituallamientos, zonas de descanso... Cada corredor recibirá un obsequio en la recogida de dorsal.

+ Info Art. 14

Bolsas para los corredores: junto con el dorsal, se repartirán 2 bolsas/sacos de plástico que los corredores podrán utilizar en aquellos puntos asignados por la organización. En caso de la carrera g2h una única bolsa. Las bolsas serán devueltas a Beasain.

Recogida de las bolsas en Beasain o en los diferentes puntos del circuito: Presentando solamente el dorsal, hasta las 19 h del domingo por la tarde. A partir de aquí, el corredor deberá acudir a la organización.

Horarios de recogida de las bolsas:

***Bolsa ehunmilak Tolosa:**

Desde las 17 h. del sábado, hasta las 19 h. del domingo. ***Bolsa ehunmilak Etxegarate:** Desde las 10 h. a 19 h. del domingo. ***Bolsa g2h Etxegarate:** Desde las 17 h. del sábado, hasta las 19 h. del domingo. Se podrá retirar las bolsas de los corredores en los mismos puntos de control de Etxegarate y Tolosa, siempre y cuando se enseñen el DNI o la tarjeta del corredor y el dorsal. Únicamente serán aceptadas las bolsas de la organización.

+ Info Art. 15

➤ Dortsalak

Derrigorrezkoa da dortsala erretiratzean lasterketan eraman beharreko derrigorrezko materialaren kontrola pasatzea

Dorsal bakoitza, neurtzeko sistemarekin batera, bakarka banatuko zaio korrikalari bakoitzari. Horretarako, indarrean dagoen, argazkia daukan eta bere nortasuna erakusten duen dokumentu ofizial bat; korrikalariaren txartela eta 20 euroko billete bat (txiparen fidantza) aurkeztu beharko ditu. Ezingo da dortsala erretiratu, **derrigorrezko** materiala, aurkeztu gabe. Txiparen fidantza korrikalaria helmugara iristean itzuliko zaio. Partaideek uneoro antolakuntzak emandako dortsala eraman beharko dute. Dortsala irteera, anoa postu, atsedene-gune eta abarretara sartzeko ezinbesteko baimena da. Dortsala ez da inoiz erretiratu; proba bertan behera uztean desaktibatu egingo da. Korrikalari bakoitzak opari bat jasoko du dortsala jasotzean.

+ Info Art. 15

➤ Korrikalarientzako poltsak

Dorsalarekin batera, ehunmilak lasterketako korrikalariak nahi izanez gero erabili ahalgo dituzten 2 poltsa banatuko dira. Korrikalariak, poltsa horietan sartutako materiala, antolakuntzak ezarritako puntu horietan bakarrik erabili ahal izango dute. Puntu horietara iristean, korrikalariak aukera izango du poltsa horiek jasotzea. Ondoren, poltsak berriro utziko dira, antolakuntzak horretarako ezarritako gune batean. Poltsak Beasainera ekarriko dira. G2h lasterketan parte hartuko dutenei poltsa bakarra banatuko zaie.

Beasainen edo ibilbideko puntuetan poltsak nola hartu: antolakuntzak materiala jasotzeko puntu bat jarriko du. Poltsak jasotzeko nahikoa da dortsala erakustea. Jasotzeko epea igande arratsaldeko 19etan amaituko da. Hortik aurrera, korrikalariak antolakuntzarengana jo beharko du.

Poltsak erretiratzeko ordutegia:

***ehunmilak poltsa Tolosa:**

Larunbateko arratsaldeko 17etatik, igande arratsaldeko 19etara.

***ehunmilak poltsa Etxegarate:**

Igandeko goizeko 10etatik, igande arratsaldeko 19etara.

***G2h poltsa Etxegarate:**

larunbata, arratsaldeko 17etatik igande arratsaldeko 19etara.

Beasaingo guneaz gain, kontrolak irauten duen bitartean ibilbideko puntuetan ere jaso ahal izango dira poltsak (Tolosa, Etxegarate). Poltsak erretiratu ahal izateko ezinbestekoa izango da nortasun agiria edo korrikalariaren txartela erakustea. Antolakuntzak banatutako poltsak bakarrik onartuko dira.



PARTAIDEEN BALDINTZAK

▶ Partaide bakoitzak, bere segurtasuna bermatzeko ezinbestekoa izango den ondorengo materiala eduki beharko du:

- NA/ pasaporte
- Mochila
- Litro bat ur erreserba
- Janari erreserba
- Txaketa iragazgaitza
- Praka edo elastiko luzeak (belaunetik behera)
- 2 kopetako linterna eta aldatzeko pila-joko bat
- Bizirapen-manta bat
- Txapela/bisera
- Txilibitua
- Benda itsasgarria
- Telefono mugikorra (gogoratu bateria kargatzeaz)

Derrigorrezkoak diren elementuetako bat ez eramateak korrikalariaren bat-bateko kanporatzea eragingo du.

Material guztiz gomendagarria:

- Atzealdeko argi gorria
- Eskularruak
- Hotz iragarpenei aurre egiteko arropa
- Eguzkitako betaurrekoak
- Eguzkitako krema

Aholkatutako materiala:

- Bastoi teleskopikoak
- Brujula
- Baselina
- ...

Korrikalariak bastoiak erabiltzea erabakitzen badu, ezinbestekoa izango da lasterketa guztian eramatea. Poltsetan ez da bastoirik onartuko.

Sailkapenak

Probaren sailkapenak mailaka egingo dira eta sailkapen orokor bat egongo da. Behin-behineko sailkapenak partaide eta jarraitzaileen eskura egongo dira lasterketak irauten duen bitartean. Antolakuntzak horretarako gune bat atonduko du ahal den heinean korrikalariaren kontrol-puntu ezberdinetako denborak eta kokapena denbora errealean emateko.

Bi lasterketako behin betiko emaitzak web orrian agertuko dira lasterketa amaitu eta hurrengo egunean.

▶ **Condiciones de los participantes**

Cada participante deberá disponer, para garantizar su propia seguridad, del siguiente material obligatorio:

- DNI/pasaporte
- Mochila
- Reserva de 1 litro de agua
- Reserva alimenticia
- Chaqueta impermeable
- Pantalón o mallas largas (por debajo de la rodilla)
- 2 linternas frontales y un juego de pilas de recambio
- Manta de supervivencia
- Gorra/visera
- Silbato
- Venda adhesiva
- Teléfono móvil (acordarse de cargar la batería)

El no llevar uno de los elementos obligatorios, acarreará la descalificación inmediata del corredor.

Material muy recomendado:

- Luz roja de posición trasera
- Guantes
- Ropa de abrigo para hacer frente a previsiones frías
- Gafas de sol
- Crema solar

Material aconsejado:

- bastones telescópicos
- brújula
- vaselina

Clasificaciones:

Las clasificaciones de la prueba se harán por categorías y habrá una general. La organización habilitará un punto de información en el cual facilitará el tiempo de paso por los diferentes controles o la localización de los participantes en tiempo real.



ERABIL DITZAGUN ZERBITZU PUBLIKUAK

➤ ehunmilakeko antolakuntza taldeak mugikortasun iraunkorren mugimenduari bat egin nahirik proba egunetarako autobus zerbitzu ezberdinak jartzea aurreikusi du. Horrela, lasterketa igarotzen den herri ezberdinak lotzeko autobus zerbitzu bat egongo da.

Horrez gain, Beasain herri barruko zerbitzu bat egongo da irteera/helmuga gunea eta Antzizar Polikiroldegia lotuko dituena.

Aurten, aipatutako bi zerbitzu horiek, Gurutze Gorriarekin sinatutako hitzarmenari esker, berain autobusak ibiliko dira ibilbidean zehar.

Lehenago aipatu bezala, autobus zerbitzu honen helburua, auto pribatuen erabilpena murriztea da. Alde batetik laguntzaileen autoak eta lasterketako ikusle arrunten autoak eta bestalde, ezin dugu ahaztu autobus hauek min hartutako, zein beste arrazoiengatik erretiratu diren partehartzaileak Beasaina inguratzeke ere erabiliko direla. Beraz, antolakuntzan lehenatasunak jarri ditu autobusen erabiltzaileen artean:

➤ Partehartzaileak eta antolakuntzakoek lehenatsuna izango dute autobusa hartzeko garaian, hau da, momentu jakin batean autobusaren zain, autobusak onar ditzakeen baino pertsona gehiago zain egonez gero, lehenak autobusean sartzen partehartzaileak eta antolakuntzakoak izango dira, alegia, ikusleak hurrengo autobusaren zain egon beharko lirateke.

➤ Partehartzaile eta antolakuntzakoek atzetik partehartzaileen laguntzaileak bezala identifikatuko direnak izango dira (horretarako, aurrez posta bidez eskuratutako txartela erakutsi beharko dute). Multzo honetan ere autobusak onar dezakeen baino pertsona gehiago zain badago, bertara inguratu diren ordenan igoko dira.

➤ Azkenik, ikusle arruntak direnak egongo lirateke. Hauek autobusak erabili ahal izango dituzte lasterketa puntu ezberdinetan ikusi ahal izateko, beti ere, aurreko bi multzoak pasatu eta gero, eserlekurik libre balego.

Lasterketako korrikalariak eta beraien laguntzaileak (txartelaren bitartez horrela erakusten dutenek) dohainik izango dute autobus zerbitzu hori. Gainontzeko ikusleek autobusa hartzen duten aldiro euro bat ordaindu beharko dute bidaiako.

Autobus ordutegiak web orrian eta dortsal banaketan aurkitu ditzakezue.

➤ **Utilicemos los servicios públicos**

La organización de la prueba uniéndose a la movilidad sostenible ha puesto un servicio de autobús que recorrer los pueblos por el que pasan la carrera. El objetivo de este autobús es disminuir el uso de los coches particulares durante los días de la carrera.

Esta edición gracias al acuerdo firmado con la Cruz Roja se utilizarán los vehículos de este ente.

La organización ha puesto prioridades en el autobús:

- Los participantes y los organizadores.
- Acompañantes de los participantes.
- El público.

Los corredores y sus acompañantes que así lo acrediten mediante al tarjeta usarán el servicio de autobús gratis. Los demás espectadores pagarán un euro por cada viaje que hagan. Habrá un servicio de autobús que unirá la zona de la salida / llegada con el polideportivo



GEO-POSIZIONAMENDUA



➤ Geoposicionamiento

Los corredores de la carrera ehunmilak llevarán una radio-baliza GPS para su geo-localización o geo-posicionamiento. El propósito de estos dispositivos es doble: por un lado, la organización conocerá la posición de todos los participantes en todo momento, lo que permite una mejor gestión de la carrera. Por lo tanto, la organización dispondrá de otro medio con el fin de garantizar la seguridad de los participantes. Y por otro lado, mediante una página web abierta al público, éste podrá conocer el estado de la carrera y la situación geográfica de los corredores en tiempo real.

En las pruebas realizadas por los responsables del recorrido se ha podido observar la ausencia de cobertura en algunas secciones. Es decir, debido a las características únicas del entorno geográfico, la posición del corredor no podrá conocerse en esas secciones.

Balizas GPS

La baliza GPS se debe portar en la parte superior o exterior de la mochila, cerca de la superficie, a ser posible, orientando la parte de la batería hacia el interior y la antena hacia el exterior. Los corredores están obligados a portar las radiobalizas GPS en todo momento

+ Info Art. 21

La baliza GPS es un elemento caro. Así, es responsabilidad del corredor cuidar de este material desde el momento en el que se le proporciona y hasta su entrada en meta o abandono.

Si debido a cualquier problema, una radio-baliza dejara de funcionar, ésta se sustituirá en el punto de control más cercano. En cualquier caso, en caso de que no se disponga de una baliza de sustitución, la organización hará todo lo posible para sustituir la misma en el siguiente punto de control.

Funcionamiento

La organización realizará un control específico para comprobar que la baliza de cada corredor funciona adecuadamente antes de entrar el recinto de salida.

Sitio web

Se habilitará un espacio especial dedicado al efecto de conocer la posición de los corredores en la web de ehunmilak.

➤ Geo-posizionamendua

ehunmilakeko lasterkariak geo-posizionamendurako GPS irrati-baliza bat eramango dute aldean momentu oro. GPS irrati-baliza honen helburua bikoitza da: alde batetik, antolakuntzak probako parte-hartzaile guztien posizioa jakin izango du une oro, lasterketaren kudeaketa hobea egitea ahalbidetuz. Horrela, parte-hartzaileen segurtasuna bermatze aldera, beste neurri bat edukiko du eskura. Eta beste alde batetik, ikusleei zabalduko zaien webgunearen bitartez, hauek lasterketaren egoeraren eta lasterkariaren posizioaren berri jakin ahal izango dute denbora errealean.

ehunmilakeko ibilbide arduradunek egindako probetan ikusi ahal izan denez, ehunmilak eta g2hren ibilbidean estaldurarik gabeko zenbait tarte daude. Alegia, berezitasun geografikoak medio, eremu jakinetan ezingo da korrikalariaren kokalekuaren berri izan.

GPS balizak

GPSa motxilaren goialdean edota azalean eraman behar da. Ahal dela, bateriaren partea motxilarantz begira dagoela eta komunikazio antena zerura begira dagoela.

Lasterkariak GPS irrati-baliza hau eramatea derrigortuta daude. GPS balizak material garestia dira. Ondorioz, lasterkariak materiala zaintzeko ardura hartzen dute berau banatzen zaien unetik eta helmugaratzen diren edo lasterketa bertan behera uzten duten arte.

+ Info Art. 21

Edozein arazorengatik, GPS irrati balizak bere lana egiteari utziko balio, gertuen dagoen kontrol puntuan irrati baliza aldatuko litzaiotke. Edozein kasutan, kontrol puntu gertuenean aldatzeko irrati balizarik ez balego, antolakuntzak ahalegin guztiak egingo ditu korrikalariari lehenbailehen irrati baliza ibilbideko edozein puntutan aldatzeko, baina korrikalaria ez da etengo irrati-balizarik ez balego momentu horretan.



neurriak / medidas
55x35x15mm

Funtzionamendua

Irteera eman aurretik, lasterkari orok bere baliza marxan duela ziurtatzeko dagokion kontrola egingo da irteera-gunera sartu aurretik.

Webgunea

Lasterkariaren posizioa une oro zein den jakiteko ehunmilak webgunean atal berezi bat irekiko da.



ANOA GUNEAK ETA BALIZAJEA

➤ **Anoa gunek**

Lasterketaren arau nagusia nork bere burua erdi-autosufizientea izatea da. Anoa postuak lekuan bertan jan eta edan beharko diren janari/edariez horniturik egongo dira. Ur-poto eta ur-poltsak urez bakarrik bete ahal izango dira (beste edari motarik ez). Korrikalari bakoitzak anoa postutik ateratzen den unean hurrengo anoa postura iritsi arteko janari/edariak eduki beharko ditu.

+ Info Art. 5

Ibilbidean zehar hainbat anoa-postu egongo dira. Horieterako, partaide guztiei edalontzi berrerabilgarri bana emango zaie dortsalarekin batera. Edalontzi hau ibilbide guztian eraman beharko dute, eta Urretxu-Zumarragako anoa-postutik aurrera erabili. Modu horretan, plastikozko milaka edalontziren alferrikako erabilera saihestuko dugu.

Anoa postu ezberdinak topa ditzakezu:

- > Likidoa: ura, Pepsi, Kas naranja/limón, Gatorade
- > Arrunta: aurreko guztiaz gain, laranja, platanoa, sagarra, sandia, meloia, tomatea, fruitu lehorrak, gazta, jamon york, spetec, salda, txokolata, pastak, kafea...
- > Konplettoa: aurreko guztiaz gain, arroza, makarroiak eta tortilla patata

Balizajea

Ibilbidearen markaketa funtsezkoa da mota honetako probetan; horretarako, antolakuntzak baliza islatzaileak erabiliko ditu. Baliza hauek proba hasi baino ordu batzuk lehenago ipiniko dira eta azken korrikalaria pasatu ondoren kenduko dira.

Erabiliko diren sprayak biodegradagarriak izango dira. Spray hauen arrastoak egun batzuen buruan desagertuko dira. Behin antolakuntzak ibilbidea balizatuta, partaide guztiek seinale horiek jarraitu beharko dituzte, toki edo leku horren higadura nahiz hondatzea saihesteko. Zigortu egingo da seinale horiek ez jarraitzea.



➤ **Puntos de avituallamiento y balizaje**

La regla principal de la carrera es ser semi-autosuficiente.

Se podrá aprovisionar sólo de agua (a exclusión de otras bebidas) tanto los bidones como las bolsas de agua. Cada corredor debe disponer, a la partida de cada puesto de avituallamiento, de la cuantía de agua y comida necesaria para llegar al siguiente avituallamiento.

+ Info Art. 5

A lo largo del recorrido habrá diferentes puntos de avituallamiento. Para esos avituallamientos, a la hora de retirar el dorsal, a cada corredor se le dará un vaso reutilizable que tendrá que llevar en todo el recorrido y utilizarlo a partir del avituallamiento de Zumarraga-Urretxu. De esta manera evitaremos el uso mucho vasos de plástico en vano.

Encontraremos tres tipos de avituallamientos:

- > Líquido: agua, Pepsi, Kas naranja, Kas limón, Gatorade.
- > Normal: todo lo que está en el anterior, naranja, platano, manzana, sandia, melón, tomate, frutos secos, queso, jamon york, spetec, caldo, chocolate, pastas, kafe...
- > Completo: todo lo que está en los anteriores, arroz, macarrones, tortilla de patata

Balizaje

El marcaje del recorrido es algo fundamental en este tipo de pruebas. Para ello, la organización contará con balizas específicas (reflectantes). Estas balizas se colocarán varias horas antes del inicio de la prueba, y se retirarán al paso del último corredor.

IGAROTZE-KONTROLAK ETA GEHIENEZKO URDUTEGIAK



Control de paso y horarios máximos

Controles de paso: Los participantes deberán pasar obligatoriamente por los controles de paso y confirmar su paso por medio de un control mediante chip facilitado por la organización. Todos los controles de paso son obligatorios y el no pasar por ellos implica la descalificación (artículo 19) Un equipo escoba de la organización realizará el recorrido cerrando la carrera. Hay que seguir en todo momento las indicaciones del personal de organización y de seguridad.

+ Info Art. 8

Horarios máximos: son tiempos límite, están calculados para poder finalizar la carrera en el horario máximo establecido. Para que, a un corredor pueda permitírsele seguir en la prueba, debe de llegar al punto de control antes de la hora límite fijada. Aquel participante que supere este límite se encontrará fuera de carrera y en el caso de que quiera seguir adelante, no podrá hacerlo hasta haber desactivado el chip; y lo hará bajo su propia responsabilidad y autonomía. En caso de malas condiciones meteorológicas o por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho de parar la prueba, modificar el recorrido o de variar los límites horarios. En caso, de que se modifiquen los límites horarios, los corredores que no puedan llegar a los nuevos límites horarios establecidos, quedarán fuera de carrera /control.

+ Info Art. 11

La organización se reserva el derecho de modificar las bases de ehunmilak y g2h o suspender ésta, ante una eventualidad o causa de fuerza mayor (condiciones climatológicas extremas)

Igarotze kontrolak

Partaideek derrigor pasatu beharko dute igarotze-kontroletatik, antolakuntzak emandako txip baten bidez bere igarotzea ziurtatu beharko du. Igarotze-kontrolak erraz ikusteko moduan adierazirik egongo dira. Igarotze-kontrol guztietatik pasatzea ezinbestekoa da, eta berauetatik pasatzen ez dena kanporatua izango da (araudiko 19. artikulua). Partaideek kontroletik igarotzean erregistra eraztako ardura dute.

Antolakuntzako erratz-talde batek ibilbidea egingo du lasterketa itxiz. Uneoro segurtasun eta antolakuntzako jendearan esanak bete behar dira.

+ Info Art. 8

Gehienezko ordutegiak

Ordutegi hauek, lasterketa baimendutako ordutegi mugen barnean amaitzeko kalkulata daude, betiere kontuan hartuta egin daitezkeen geldialdiak (atsedena, jatorduak...). Korrikalari batek lasterketan jarraitzeko baimena izan dezan, kontrol-gunera ezarritako gehienezko denbora baino lehen iritsi beharko du. Ezarritako ordutegi muga hori gainditzen duen oro, lasterketatik kanpo geldituko da. Aurrera jarraitu nahi izanez gero ezinbestekoa izango da txipa desaktibatzea. Hortik aurrerako gutzia bere kasa eta bere ardurapean egingo du. Eguraldi baldintza txarren kasuan edo segurtasun arrazoiengatik, antolakuntzak proba gelditzeko, ibilbidea aldatzeko edo ordutegi mugak aldatzeko eskubide osoa izango du. Ezarritako ordutegi mugen aldaketa emanez gero, ordutegi muga berri horietara iritsi ezin daitezken korrikalari guztiak lasterketaz/kontrolaz kanpo geldituko dira.

+ Info Art. 11

Antolakuntzak ehunmilak / g2h lasterketen oinarriak aldatzeko eta ustekabeko arrazoi garrantzitsurenategatik (muturreko eguraldi baldintzak) proba bertan bera uzteko ahalmena izango du.



ehunmilak



Km 20	Zumarraga/Urretxu	4h 25"
Km 55	Azpeitia	13h 45"
Km 77	Tolosa	20h
Km 106	Txindoki	27h15"
Km 115	Lizarrusti	31h 15"
Km 132	Etxeagarate	35h 15"
Km 149	Oazurtza	42h
Km 168	Beasain	48h



g2haundiak



Km 7	Zaldibia	1h25"
Km 23	Txindoki	5h15"
Km 36	Lizarrusti	9h00"
Km 50	Etxeagarate	13h00"
Km 78	Oazurtza	17h00"
Km 88	Beasain	22h00"



EHUMILAK ETA G2HKO EGITARAUA



Egitaraua



ehumilak
EUSKAL HERRIEN MARATON

- > **Uztailak 10, osteguna:** 17-20 h dortsalak jasotzea.
- > **Uztailak 11, ostirala:** 10-13 h dortsalak jasotzea.
- > **Uztailak 11, ostirala:** 13-16 h pasta party.
- > **Uztailak 11, ostirala:** 13-17 h korrikalariak erabili behar duen materiala daukan poltsak eta dutxarako poltsa uztea.
- > **Uztailak 11, ostirala:** 17 h irteera kontrolaren hasiera.
- > **Uztailak 11, ostirala:** 18 h lasterketaren irteera.
- > **Uztailak 12, larunbata:** 16 h aldera lehen korrikalariaren helmugaratzea.
- > **Uztailak 13, igandea:** 18 h irabazleen jakinarazpena eta sari banaketa.



g2haundiak
G2H

- > **Uztailak 10, osteguna:** 17-20 h dortsalak jasotzea
- > **Uztailak 11, ostirala:** 10-13 h eta 18:30-20:30 h dortsalak jasotzea
- > **Uztailak 11, ostirala:** 13-16 h pasta party
- > **Uztailak 11, ostirala:** 13-22 h korrikalariak erabili behar duen materiala daukan poltsa eta dutxarako poltsa uztea.
- > **Uztailak 11, ostirala:** 23 h lasterketaren irteera.
- > **Uztailak 12, larunbat:** goizeko 10-11 h aldera, lehen korrikalariaren helmugaratzea.
- > **Uztailak 13, igandea:** 18 h irabazleen jakinarazpena eta sari banaketa.

Oharra: probaren antolakuntzak ordutegiak aldatzeko eskubidea izango du.



Programa

ehumilak

- > **10 de julio, jueves:**
17-20 h recogida de dorsales
- > **11 de julio, viernes:**
10-13 h recogida de dorsales
- > **11 de julio, viernes:**
13-16 h, pasta party
- > **11 de julio, viernes:**
13-17 h recogida de las bolsas de los corredores y la mochila para la ducha.
- > **11 de julio, viernes:**
a las 17 h inicio control de salida
- > **11 de julio, viernes:**
a las 18 h salida
- > **12 de julio, sábado:**
hacia las 17 h llegada del primer corredor
- > **13 de julio, domingo:**
18 h entrega de trofeos y proclamación de ganadores

g2h

- > **10 de julio, jueves:**
17-20 h recogida de dorsales
- > **11 de julio, viernes:**
13-16 h pasta party
- > **11 de julio, viernes:**
10-13 h y 18.30-20.30 h recogida de dorsales
- > **11 de julio, viernes:**
13-22 h recogida de la bolsa con el material a utilizar en la prueba y la mochila para la ducha.
- > **11 de julio, viernes:**
a las 23 h salida
- > **12 de julio, sábado:**
10-11 llegada del primer corredor.
- > **13 de julio, domingo:**
18 h entrega de trofeos y proclamación ganadores

PASTA PARTY



➤ **Pasta Party**

En una comida preparada por el Hotel Dolarea, todos los participantes de la EHM como los de la G2H, están invitados a degustar, en el incomparable marco del Palacio de Igartza. Desde las 13h hasta las 16h, una comida de hermandad compuesta de:

- Ensalada de arroz
- menestra de verduras
- macarrones
- yogurt
- fruta
- brazo gitano
- pan y bebidas

Podrán asistir, asimismo, todos los acompañantes que lo deseen previo pago de 5 euros.

➤ **Pasta Party**

Azken urteetan korrikalari eta laguntzaileen artean izan zuen harrera ona ikusita aurten ere Pasta Party-a errepikatzea erabaki dugu. Laz egin genuen moduan bazkaria XVI. Mendekoa den Igartza jauregian izango da.

Bazkaria prestatzearen ardura jauregitik gertu dagoen **Dolarea Jateak** izango du. Bazkari hori EHM eta G2H korrikalariarentzat izango da. Orduategia: eguerdiko 13:00etatik 16:00 bitartean izango da.

Hona hemen izango den menua:

- arroz entsalada
- barazki menestra
- makarroiak
- jogurta
- fruta
- ijito besoa
- ogia eta edariak

Bazkari horretara korrikalarien laguntzaile guztiek joan ahal izango dute aldeaz aurretik 5 euro ordainduta.





LASTERKETAREN UZTEA-SEGURTASUNA BEASAINERA ITZULERA I

➤ **Segurtasuna**

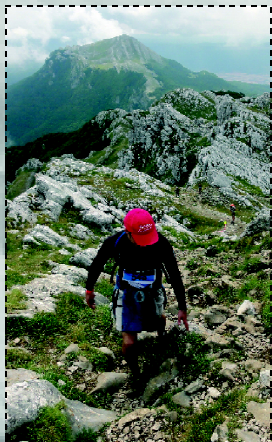
Antolakuntzak ibilbidearen puntu jakin batzuetan eta igarotze-kontroletan partaideen osasun-zaintzarako pertsonal espezializatua jarriko du. Ezinbestekoa da behar bezala identifikatutako pertsonal honen azalpenak jarraitzea.

Proba bertan-behera uztean, gertuen dagoen igarotze-puntuako antolakuntzako kideei ahalik eta lasterren jakinarazi beharko zaie. Beraiek txipa kentzeaz arduratuko dira, dortsala korrikalariak mantentuz Antolakuntzak sorospen eta salbamendu-zerbitzuak

Dortsala erretiratzean antolakuntza lasterketan edo ondoren korrikalariari gerta diezazkiokeen istripu edo kalteez salbuesten duen aitortza sinatuko du. Nahiz eta, antolakuntzak horiek ekiditeko lan egingo duen.

Eguraldi txarrak hala behartzuz gero, ordezko ibilbide bat egongo da. Horren berri, korrikalariari emango zaio ahalik eta azkarren. Ibilbide aldaketaren erabakia irteera eman ondoren hartuko balitz, erabaki horren berri antolakuntza egokien ikusten duen kontrol-gune batean emango zaie partaideei.

+ Info Art. 13



➤ **Seguridad**

La organización situará en determinados puntos del recorrido y en los controles de paso personal especializado para la atención sanitaria de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado.

En caso de abandono hay que comunicarlo, lo antes posible en el punto de paso más próximo a su lugar de abandono, el personal de la organización se encargará de retirarle el chip manteniéndole el dorsal.

Para validar la inscripción es imprescindible aceptar el reglamento y eximir a los organizadores de la responsabilidad en caso de accidente o daños corporales sufridos durante la competición o después, si bien la organización velará para evitarlos. Esta declaración se realiza durante la retirada del dorsal.

En caso de que las condiciones climatológicas lo aconsejen, existirá un recorrido alternativo que se comunicará convenientemente a todos los participantes. Si el cambio al recorrido alternativo se decidiese una vez efectuada la salida, este se comunicará a los participantes en el punto de control oportuno.

+ Info Art. 13

LASTERKETAREN UZTEA-SEGURTASUNA BEASAINERA ITZULERA II



➤ Salvo por lesión o accidente, un corredor no debe abandonar la prueba si no es en un puesto de control o avituallamiento.

Aquel que haya decidido abandonar la prueba antes, es obligatorio que acuda al siguiente punto para notificarlo al responsable del puesto para que le sea desactivado el dorsal. En caso de abandono antes de un puesto de control, de darse la vuelta y de encontrarse con los responsables del cierre de la prueba, el chip será desactivado por éstos. El corredor conservará el dorsal para poder beneficiarse de los servicios ofrecidos por la organización (devolución de la fianza, autobuses, duchas, avituallamiento de llegada...).

Abandono obligatorio. La organización puede detener momentáneamente un corredor u obligarlo a abandonar la carrera si considera que su estado pone en peligro su integridad física o su seguridad. Cualquier corredor que avise al equipo médico, se somete a su juicio y valoración de la situación y deberá aceptar sus decisiones.

En caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida la aproximación a pie a uno de los puestos de control, se deberá contactar con la organización para poder activar el operativo de rescate. A cada corredor se le facilitarán dos números de teléfono (impresos en el dorsal) a los que podrá llamar en estos casos. Si por razones de cobertura, no fuese posible hacer uso de éste número, todo corredor tiene disponible el número gratuito de emergencia 112. La solidaridad y el respeto del resto de corredores serán cruciales en este tipo de situaciones.

En caso de condiciones climatológicas adversas que justifiquen la suspensión total o parcial de la prueba, la organización asegura la evacuación de los corredores parados, en el mejor plazo posible.

+ Info Art. 13

➤ Lesio edo istripuren batengatik ez bada, korrikalariak ez luke proba bertan behera utzi behar kontrol-guneetatik kanpo.

Proba bertan behera kontrol gunea baino lehen uztea erabaki duenak, hurrengo kontrol-guneraino joan beharko du eta han antolakuntzakoei jakinarazi, hauek dortsala desaktibatu diezaioten. Kontrol-gune baten aurretik proba bertan behera utziz gero, buelta hartu eta proba iteaz arduratzen diren arduradunekin aurkitu beharko du, horiek txipa kendu diezaioten.

Korrikalariak dortsala gordeko du antolakuntzak eskaintzen dituen zerbitzuei (fidantzaren itzulketak, autobusak, dutxak, helmugako anoa-gunea...) etekina ateratzeko.

Antolakuntzak aldi baterako gelditzea edo lasterketa bertan behera uztea behar dezake korrikalaria bere egoerak bere osasun fisikoa edo segurtasuna arriskuan jartzen baditu.

Osasun-zerbitzura zuzentzen den korrikalariari beraien juzkuaren eta balorazioaren esku geratzen dira. Ondorioz beraien erabakiak ohartu beharko dituzte.

Sorospen- eta mediku-zerbitzuak edozein kasutan erabaki hauek hartu ahal izango dituzte:

- Lasterketa jarraitzeko gai ez den edozein korrikalari kanporatzea (dortsala desaktibatuz).

- Arriskuan ikusten duten edozein korrikalari ebakuatu egokien

iruditzen zaien baliabidearen bitartez.

- Edozein korrikalari ospitalizatu bere egoerak egokiena dela erakusten badu.

Osasun-zentro batera eramanez gero, korrikalaria arduratuko da itzulera.

Istripu edo lesioagatik oinez kontrol guneetara iristea ezinezkoa bada eta ebakuazioa beharrezkoa izanez gero, korrikalariak antolakuntzarekin harremanetan jarri beharko du, salbamendu-zerbitzua martxan jartzeko. Korrikalari bakoitzari, kasu hauetan zein telefono zenbakitara deitu behar duen jakinaraziko zaio (dortsalean inprimatuta egongo dira). Estaldura arazoengatik, zenbaki horretara deitzerik ez balego, korrikalari guztiak beren eskura dute doako larrialdietako 112 zenbakia. Beste korrikalarien errespetua eta elkartasuna erabakigarriak izango dira horrelako kasuetan.

Muturreko eguraldi baldintzak proba osorik edo tarte batean bertan behera utzita eraman direnean, antolakuntzak geldirik dauden + Info Art. 13 [redacted] atzen du, ahal den denbora tarte laburrenean.



SARIAK

➤ Sariak

Antolakuntzak ezarri duen denbora mugaren barruan proba amaitzea lortu duten guztiei, weborri ofizialean diploma deskargatzeko aukera emango zaie, lortutako postua eta kontrol-gune bakoitzeko denbora partziala jasoaz bertan. Gainera txip-a helmugan itzultzen dutenak oparixto bat jasoko dute.

Sailkapenen arabera, sariak honako hauek izango dira:

1. **sailkatutako gizekoari:** 1000€ + txapela + garaikurra
2. **sailkatutako gizekoari:** 600€ + garaikurra
3. **sailkatutako gizekoari:** 400€ + garaikurra

1. **sailkatutako emakumezkoari:** 1000€ + txapela + garaikurra
2. **sailkatutako emakumezkoari:** 600€ + garaikurra
3. **sailkatutako emakumezkoari:** 400€ + garaikurra

1. **sailkatutako taldeari:** 1000€ + 3 txapel + 3 garaikur
2. **sailkatutako taldeari:** 600€ + 3 garaikur
3. **sailkatutako taldeari:** 400€ + 3 garaikur

g2h

1. **sailkatutako gizekoari:** 500€ + txapela + garaikurra
2. **sailkatutako gizekoari:** 300€ + garaikurra
3. **sailkatutako gizekoari:** 200€ + garaikurra

1. **sailkatutako emakumezkoari:** 500€ + txapela + garaikurra
2. **sailkatutako emakumezkoari:** 300€ + garaikurra
3. **sailkatutako emakumezkoari:** 200€ + garaikurra

Materialaren zozketa:

Dortsala jasotzeko garaian zozketa egingo da. Proba amaitu eta sari-banaketa egin ostean, babesleek eta dendariek zozketarako emandako materiala banatuko da. Antolakuntzak aurreikusitako orduan ezinbestekoa izango da sari-banaketan egotea. Horrela ez balitz, korrikalaria saririk gabe geldituko litzateke.

➤ Premios

A todos los que terminen la prueba dentro del tiempo límite que la organización ha estipulado, tendrán la opción de descargarse el diploma de la página Web oficial de prueba que incluye crono de la carrera, posición y cronos parciales en los controles de paso. Además también recibirán un obsequio a la devolución del chip en línea de meta. Por clasificaciones, los premios serán los siguientes:

1º clasificado masculino:

1000 € + txapela + trofeo

2º clasificado masculino: 600 € + trofeo

3º clasificado masculino: 400 € + trofeo

1º clasificada femenina:

1000 € + txapela + trofeo

2º clasificada femenina: 600 € + trofeo

3º clasificada femenina: 400 € + trofeo

1º equipo:

1000 € + 3 txapelak + 3 trofeos

2º equipo: 600 € + 3 trofeos

3º equipo: 400 € + 3 trofeos

g2h:

1º clasificado masculino:

500 € + txapela + trofeo

2º clasificado masculino: 300 € + trofeo

3º clasificado masculino: 200 € + trofeo

1º clasificada femenina:

500 € + txapela + trofeo

2º clasificada femenina: 300 € + trofeo

3º clasificada femenina: 200 € + trofeo

A la recogida de los dorsales se realizará el sorteo. Después de finalizar la prueba y tras realizar la entrega de premios, se repartirá el material que han donado los colaboradores y los comercios para el sorteo. Será imprescindible estar en la entrega de premios a la hora establecida por la organización. Si no fuera así, el corredor se quedaría sin premio.



➤ **Iconos**

Gurutze Gorria

Cruz Roja

Horniketa likidoa

Avituallamiento líquido
Liquid refreshment
boissons rafraîchissantes

Deskantsu-gunea

Zona descanso
Rest area
Aire de repos

Horniketa arrunta

Avituallamiento simple
Simple supplies
Fournitures simples

Korrikalariaren poltsa

Bolsa del corredor
Runner bag
Sac runner

Horniketa konpletoa

Avituallamiento completo
Complete equipment
Équipement complet

Dutxa

Ducha
Shower
Douche

Igarotze kontrola

Control de paso
Pitch control
Pas de contrôle

➤ **Ikonoak**



Gurutze Gorria



Horniketa likidoa



Deskantsu-gunea



Horniketa arrunta



Korrikalariaren poltsa



Horniketa konpletoa

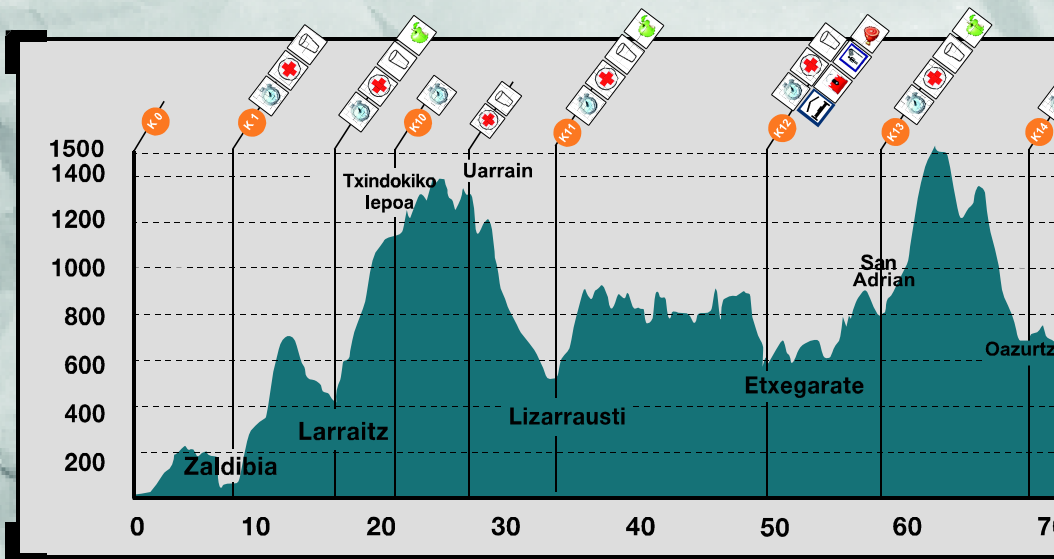
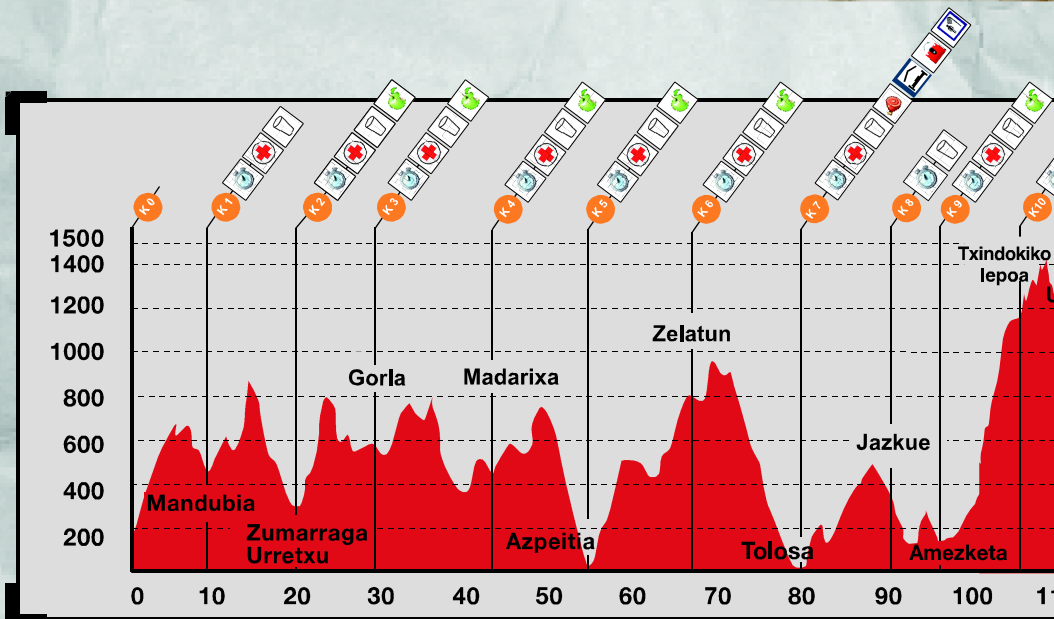


Dutxa

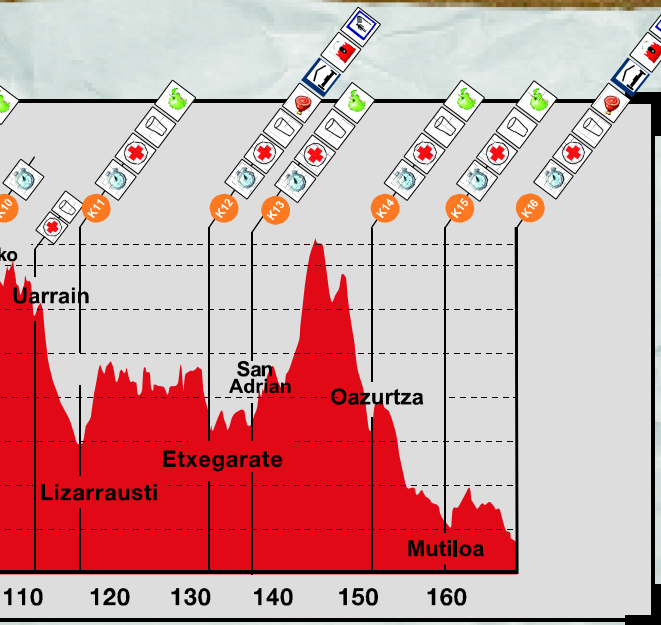


Igarotze kontrola

IBILBIDEAREN PROFILA-DATUAK / PERFILES DE



EL RECORRIDO-DATOS



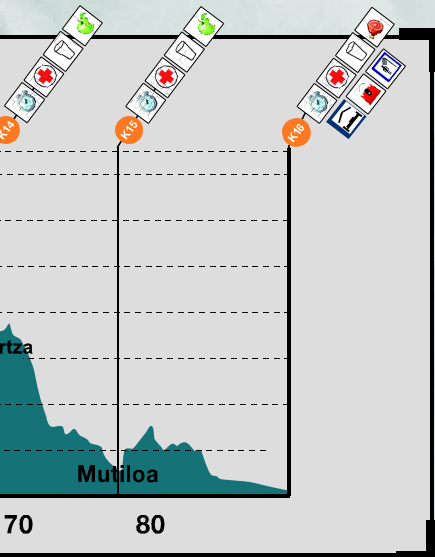
01. ehunmilak >

Distantzia
Distancia

168 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

D+ 11000 m.



02. g2h >

Distantzia
Distancia

88 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

D+ 6000 m.

Perfil eta mapa guztiak
libideak.com- en eskutik
eginak izan dira.

Todos los perfiles y mapas
han sido elaborados por
libideak.com.

IBILBIDEAK



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

01. Beasain - Mandubia >

43° 024990 N
02° 114619 O

43° 035648 N
02° 121449 O

Kilometro
ehm

0-10 Km

Luzera
Longitud

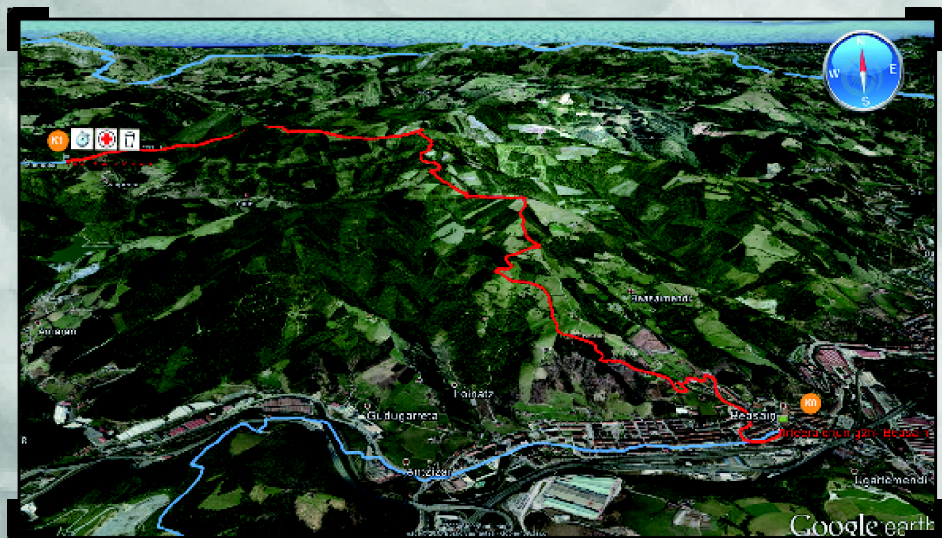
10 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

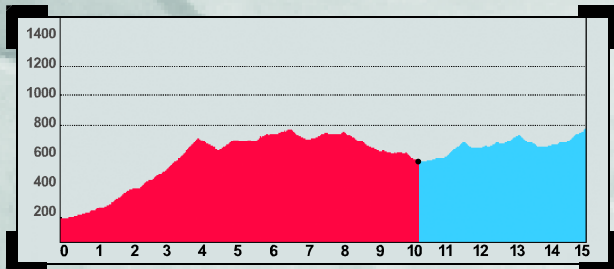
D+ 1050 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 600 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'étape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



02. Mandubia - Zumarraga >

43° 035648 N
02° 121449 O

43° 053315 N
02° 184589 O

Kilometro
ehm

10-20 Km

Luzera
Longitud

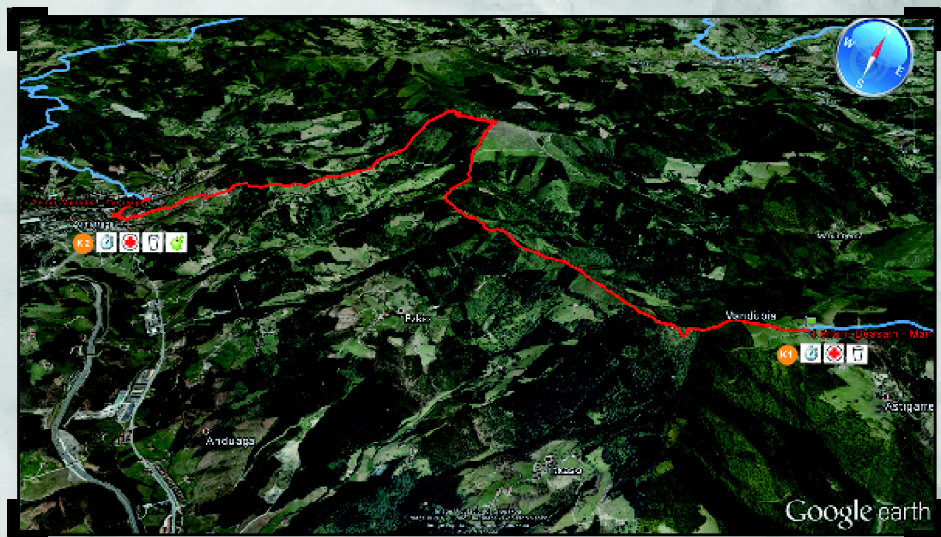
10 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

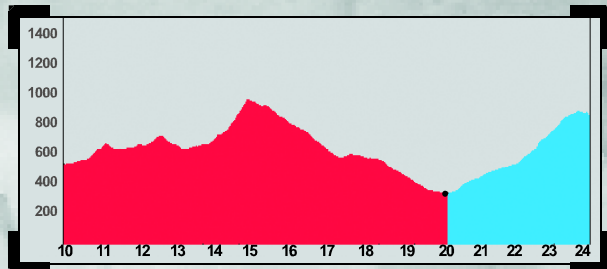
D+ 800 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 630 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape





IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

08. Zumarraga - Gorla



43° 053315 N
02° 184589 O

43° 074258 N
02° 221493 O

Kilometro
ehm

20-29 Km

Luzera
Longitud

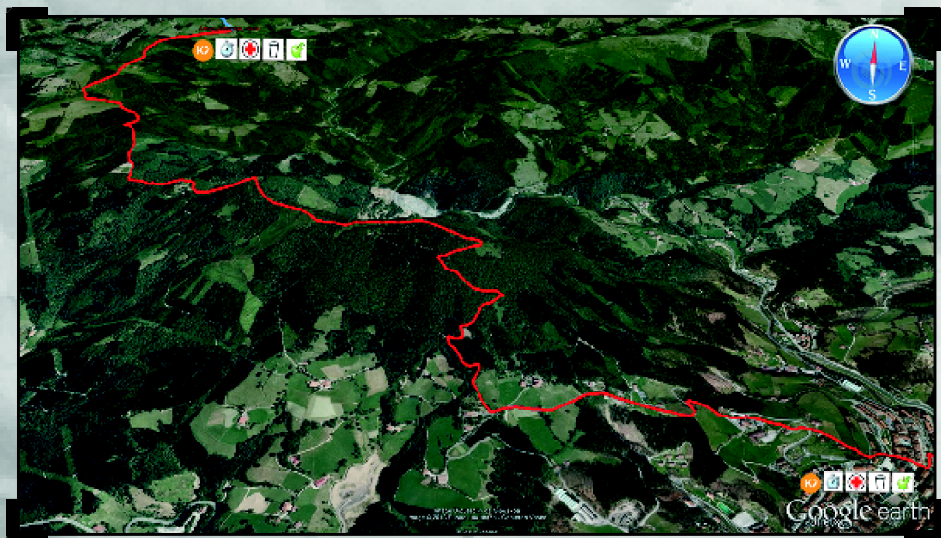
9 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

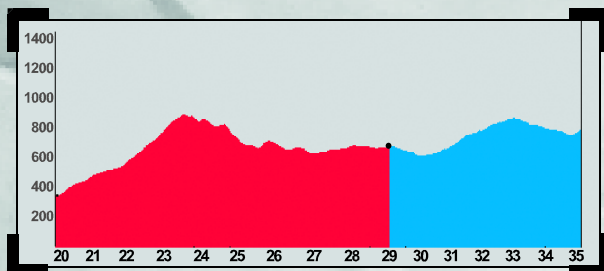
D+ 750 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 450 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



04. Gorla - Madarixa >

43° 074258 N
02° 221493 O

43° 122916 N
02° 204202 O

Kilometro
ehm

29-43 Km

Luzera
Longitud

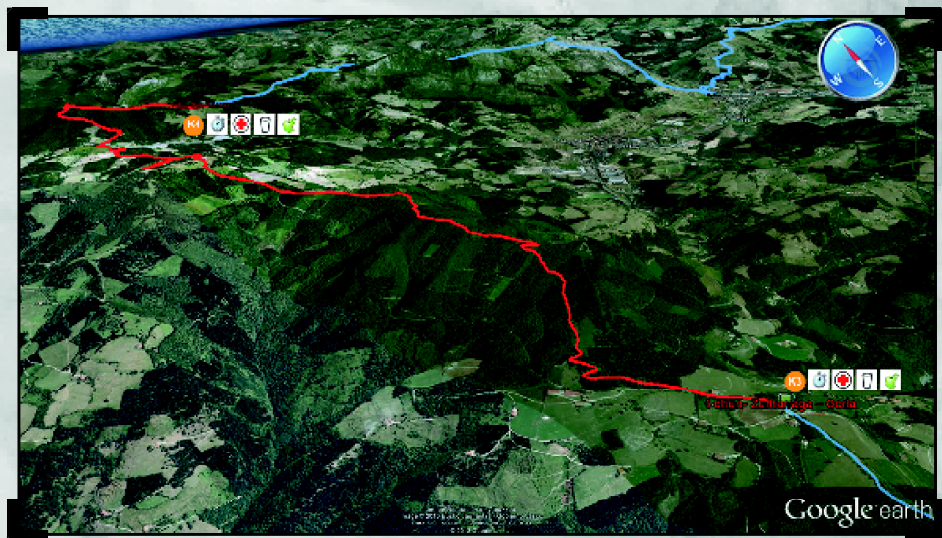
14 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

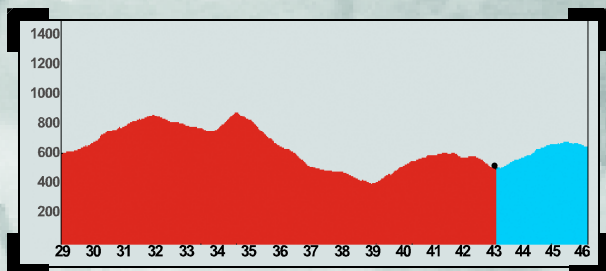
D+ 570 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 450 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape





IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

05. Madarixa - Azpeitia >

43° 122916 N
02° 204202 O

43° 110050 N
02° 155569 O

Kilometro
ehm

43-53

Luzera
Longitud

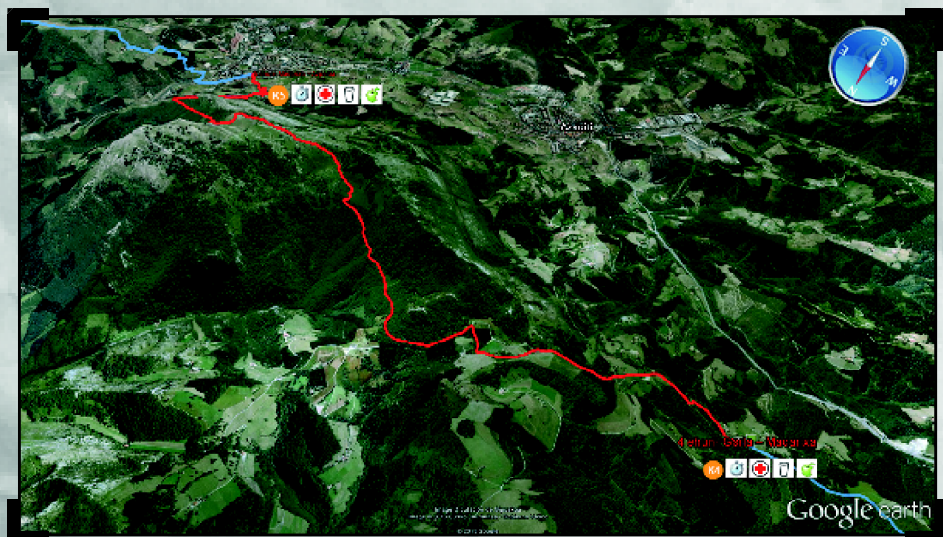
10 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

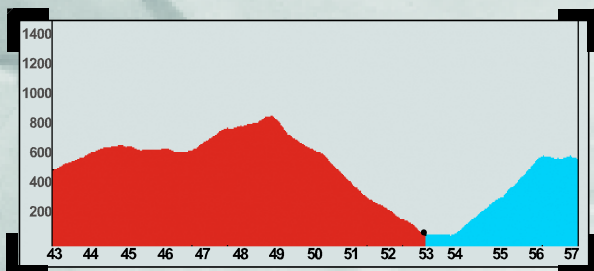
D+ 630 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 1450 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



06. Azpeitia - Zelatun >

43° 110050 N
02° 155569 O

43° 102908 N
02° 093422 O



Kilometro
ehm

53-66 Km

Luzera
Longitud

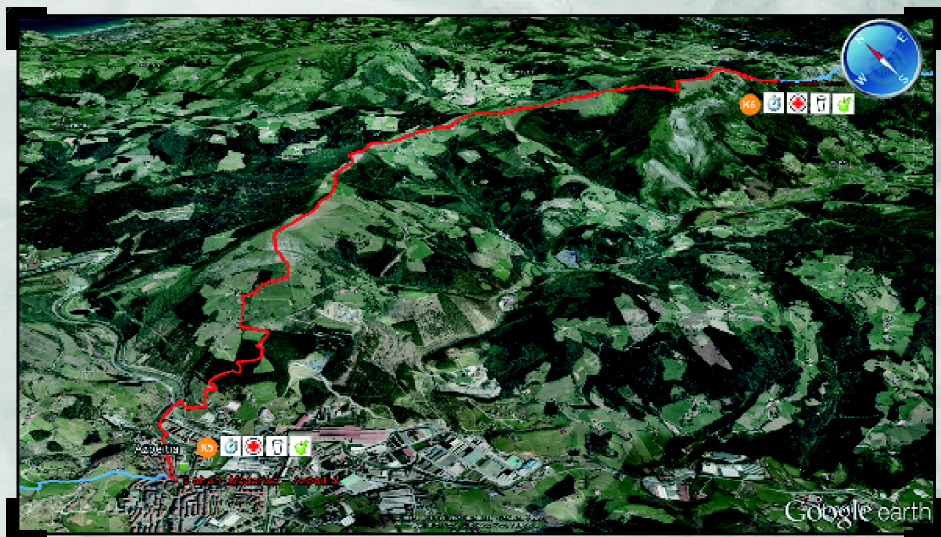
13 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

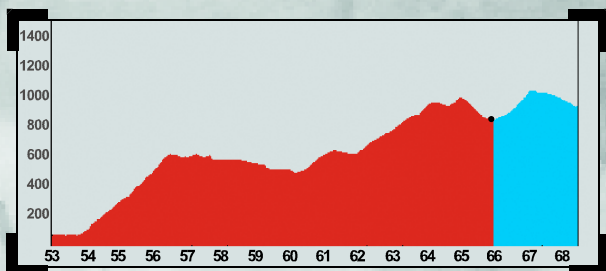
D+ 1020 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 290 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape





IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

07. Zelatun - Tolosa >

43° 102908 N
02° 093422 O



43° 074040 N
02° 050505 O

Kilometro
ehm

66-77 Km

Luzera
Longitud

11 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

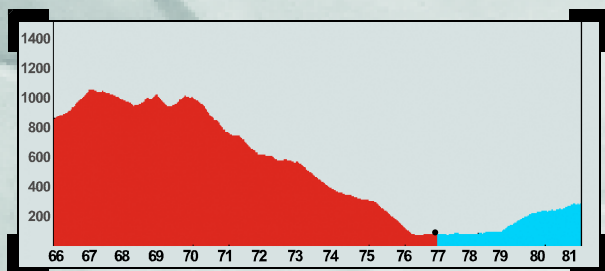
D+ 350 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 1180 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



08. Tolosa - Jazkue gaina



43° 074040 N
02° 050505 O

43° 042039 N
02° 025634 O



Kilometro
ehm

77-87 Km

Luzera
Longitud

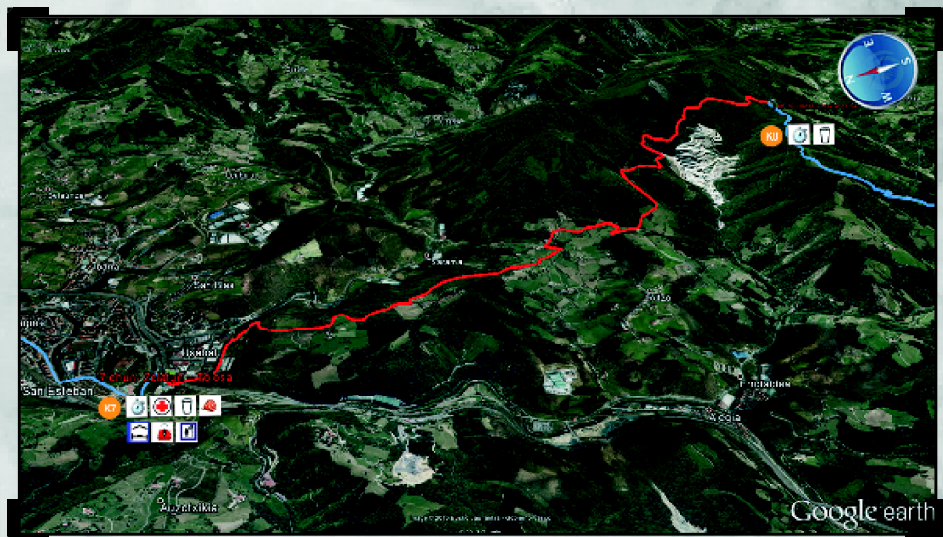
10 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

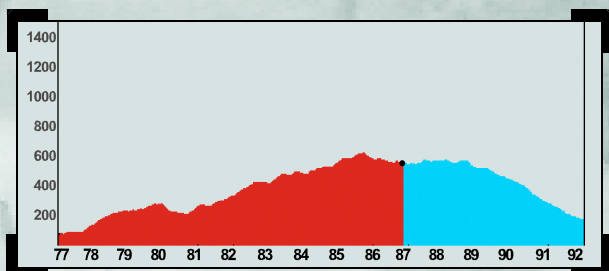
D+ 660 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 220 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape





IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

09. Jazkue gaina - Amezketeta >

43° 04'20.39" N
02° 02'56.34" O



43° 02'55.33" N
02° 05'16.16" O

Kilometro
ehm

87-96Km

Luzera
Longitud

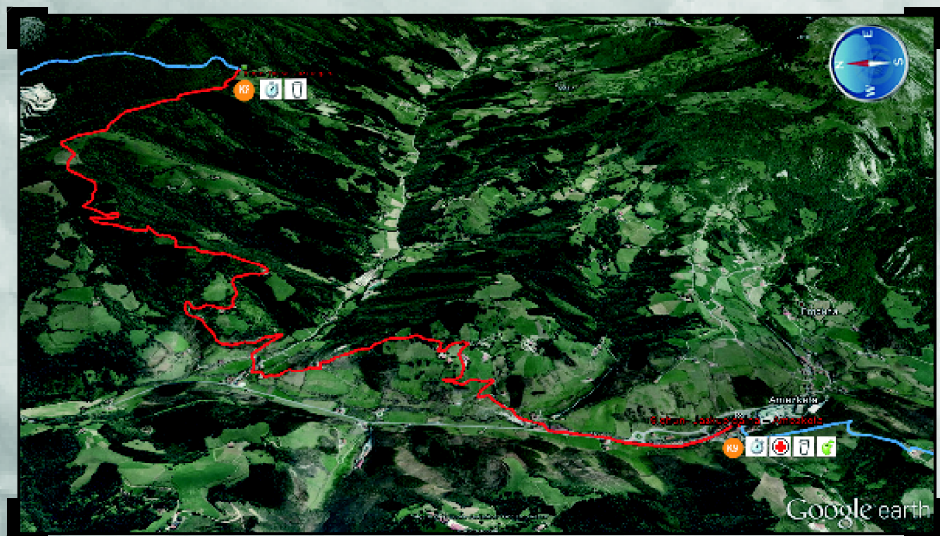
9 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

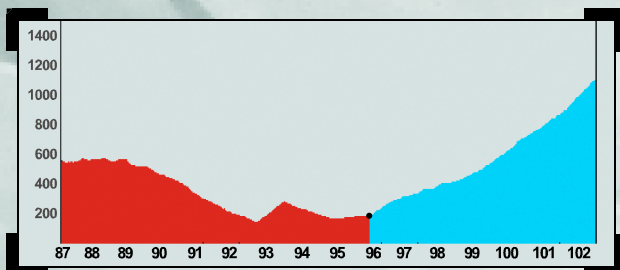
D+ 270 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 700 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



10. Amezqueta - Uarrain >

43° 02'55.33 N
02° 05'16.16 O

43° 00'14.6 N
02° 04'35.12 O



Kilometro
ehm

96-108Km

Luzera
Longitud

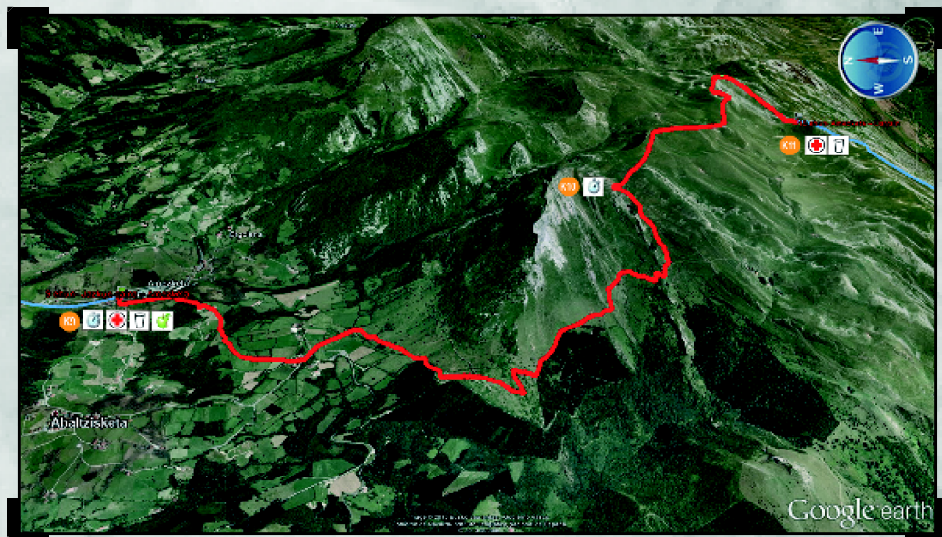
12 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

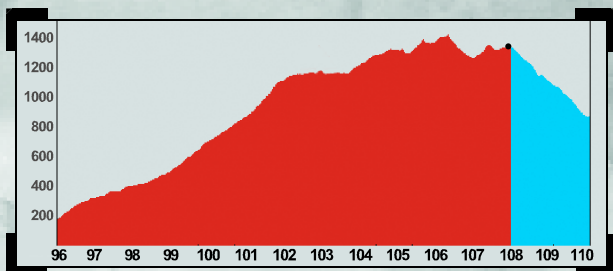
D+ 1750 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 400 m.



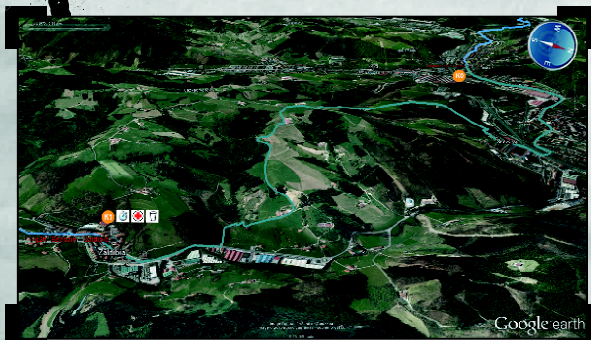
Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape





IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

01. BEASAIN $43^{\circ} 024990$ N - **ZALDIBIA** $43^{\circ} 021728$ N
 $02^{\circ} 114619$ O $02^{\circ} 090332$ O



Kilometro

G2h

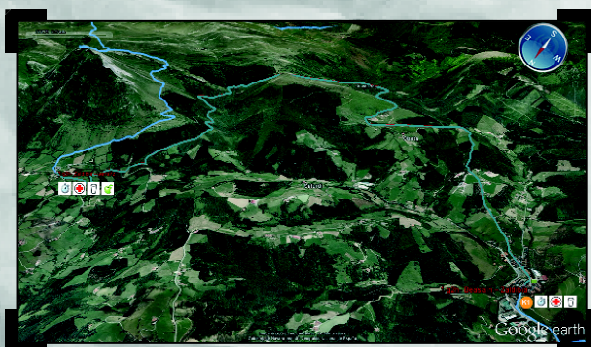
0-7 Km

Luzera

Longitud

7 Km

02. ZALDIBIA $43^{\circ} 021728$ N - **LARRAITZ** $43^{\circ} 021259$ N
 $02^{\circ} 090332$ O $02^{\circ} 055610$ O



Kilometro

G2h

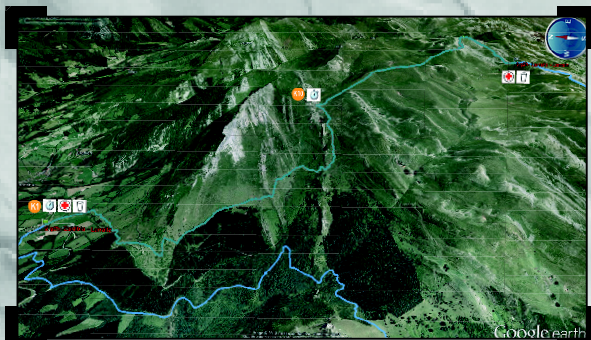
7-18 Km

Luzera

Longitud

11 Km

03. LARRAITZ $43^{\circ} 021259$ N - **UARRAIN** $43^{\circ} 000146$ N
 $02^{\circ} 055610$ O $02^{\circ} 043512$ O



Kilometro

G2h

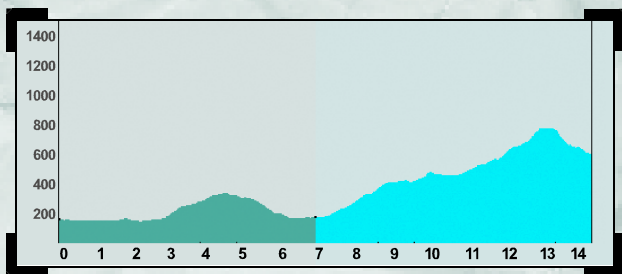
18-28 Km

Luzera

Longitud

10 Km

IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

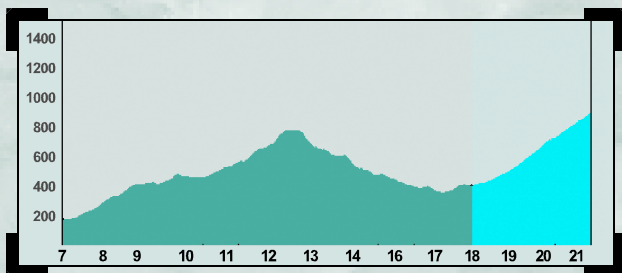


Alde positiboa
Desnivel positivo

D+ 250 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 290 m.

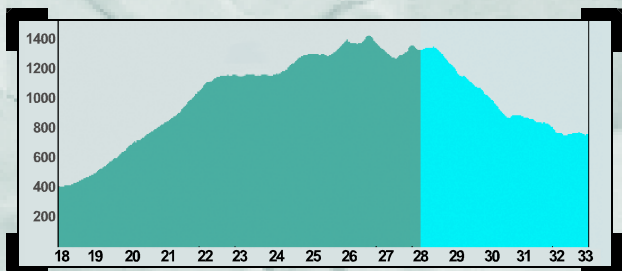


Alde positiboa
Desnivel positivo

D+ 915 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 575 m.



Alde positiboa
Desnivel positivo

D+ 1580 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 400 m.



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

11. Uarrain - Lizarrusti



43° 000146 N
02° 043512 O



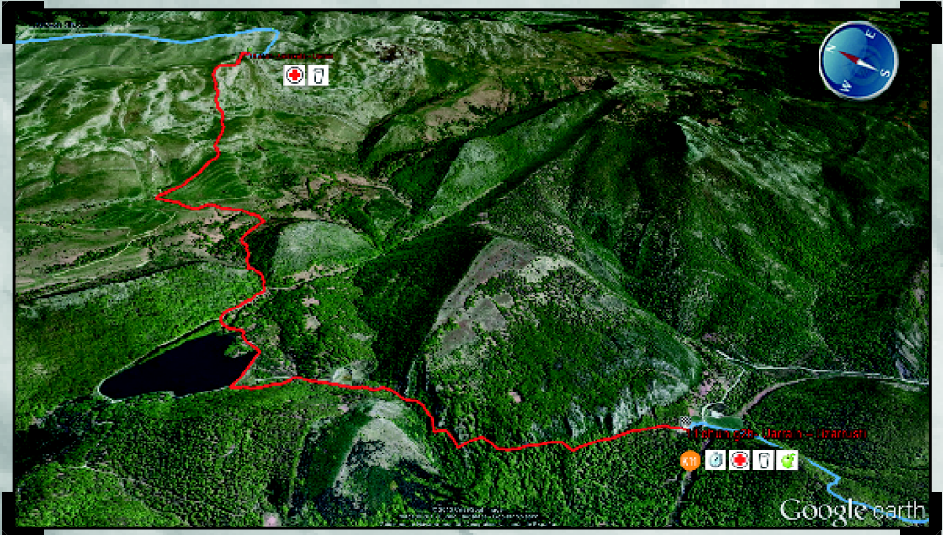
43° 573792 N
02° 055917 O

Kilometro **ehm**
108-116 Km
Kilometro **G2h**
28-36 Km

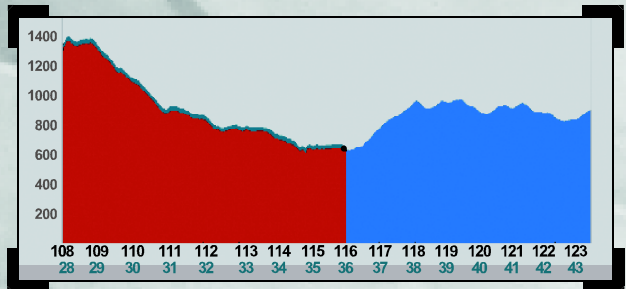
Luzera
Longitud
8 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo
D+ 45 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo
D- 800 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



12. Lizarrusti - Etxegarate



43° 57'37.92 N
02° 05'59.17 O

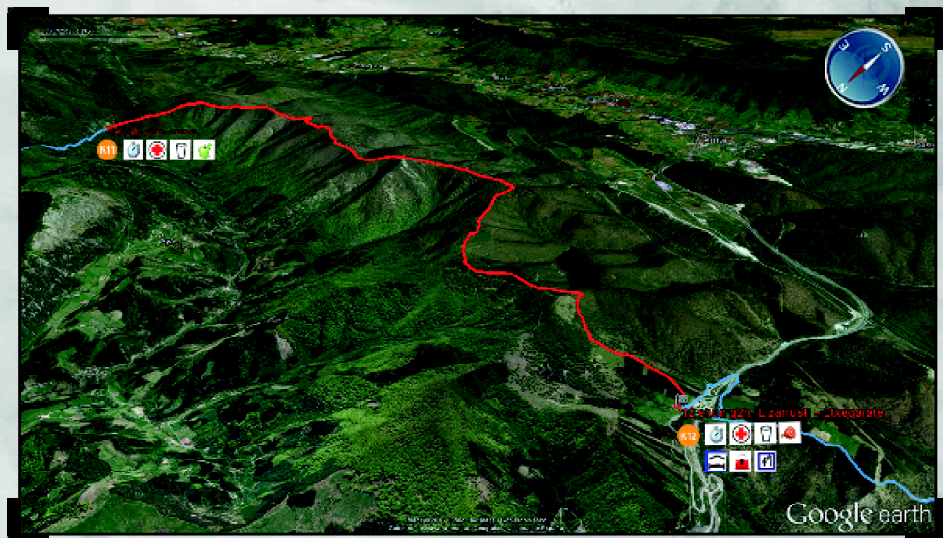
43° 57'02.06 N
02° 13'36.97 O

Kilometro **ehm**
116-130 Km
Kilometro **G2h**
36-50 Km

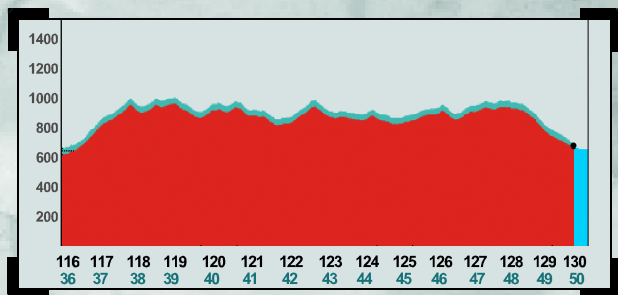
Luzera
Longitud
14 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo
D+ 950 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo
D- 1200 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape






IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

13. Etxegarate - San Adrian

43° 570206 N
02° 133697 O

43° 561404 N
02° 182338 O 

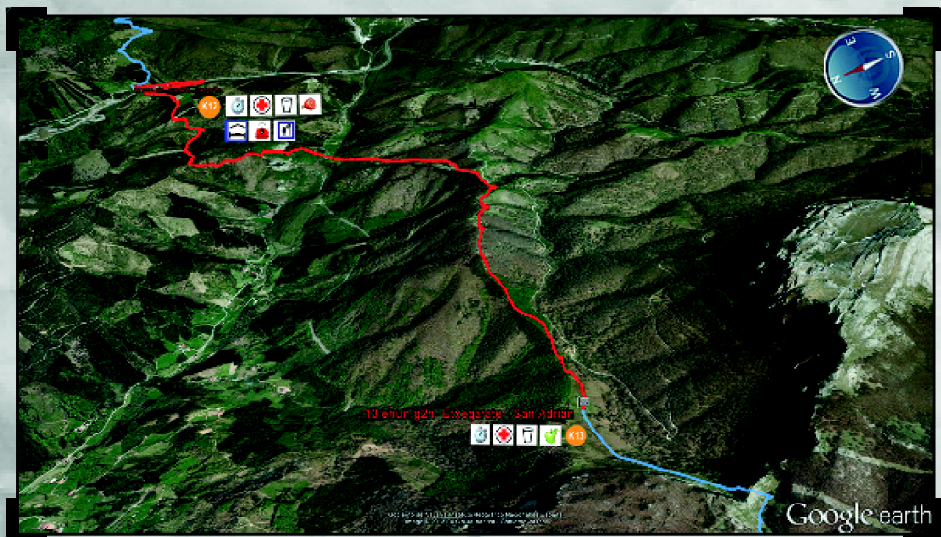
Kilometro **ehm**
130-139 Km

Luzera
Longitud
9 Km

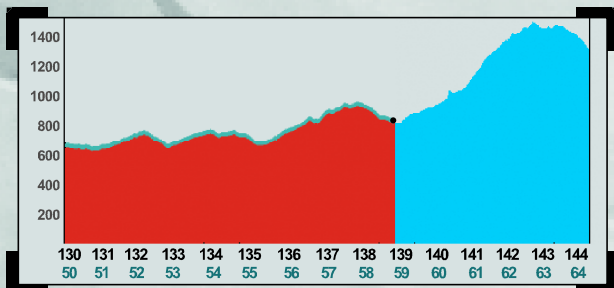
Alde positiboa
Desnivel positivo
D+ 700 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo
D- 400 m.

Kilometro **G2h**
50-59 Km



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



14. San adrian - Oazurtza



43° 56'14.04" N
02° 18'23.38" O



43° 58'50.72" N
02° 19'59.43" O

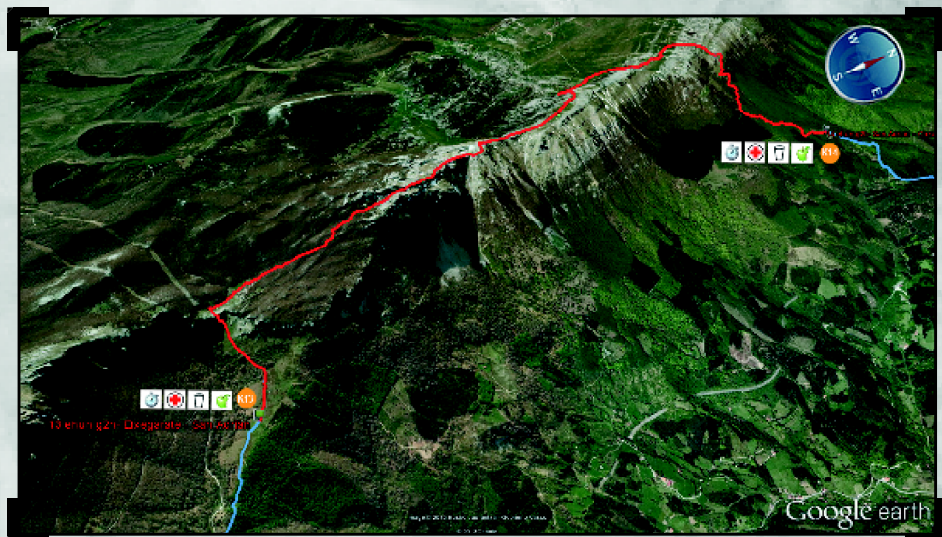


Kilometro **ehm**
139-148 Km
Kilometro **G2h**
59-68 Km

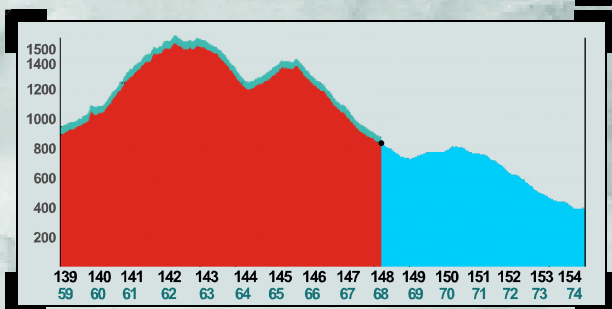
Luzera
Longitud
9 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo
D+ 950 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo
D- 1200 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape





IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK

15. Oazurtza - Mutiloa



43° 585072 N
02° 195943 O



43° 011877 N
02° 162444 O

Kilometro **ehm**
148-158 Km

Kilometro **G2h**
68-78 Km

Luzera
Longitud

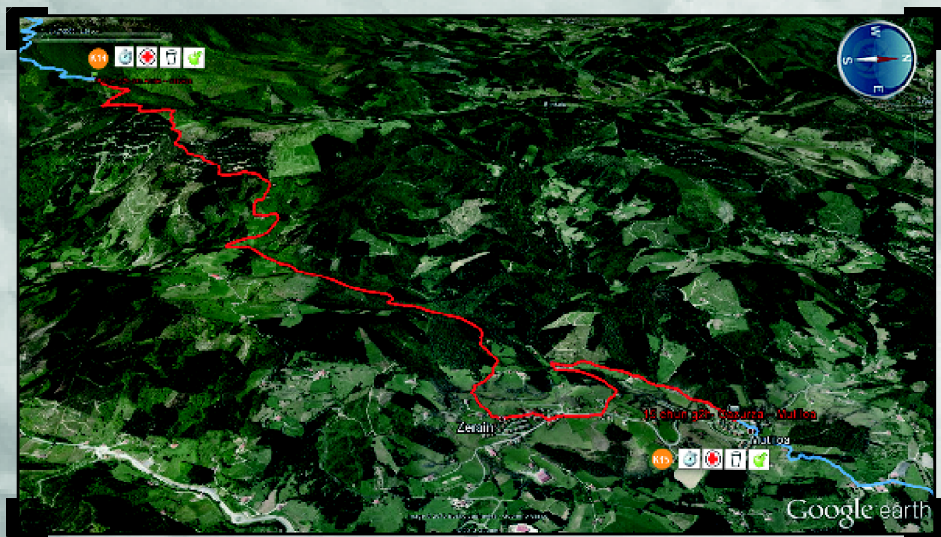
10 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo

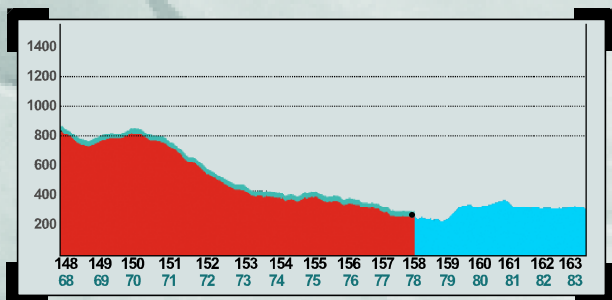
D+ 200 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo

D- 700 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'étape



IBILBIDEAREN PROFILA - DATUAK



16. Mutiloa - Beasain



43° 011877 N
02° 162444 O

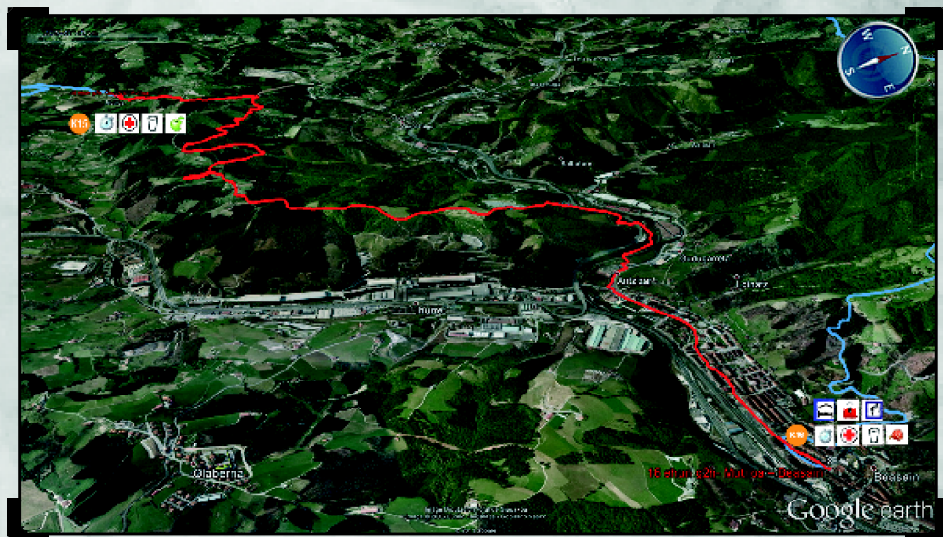
43° 024990 N
02° 114619 O

Kilometro **ehm**
158-168 Km
Kilometro **G2h**
78-88 Km

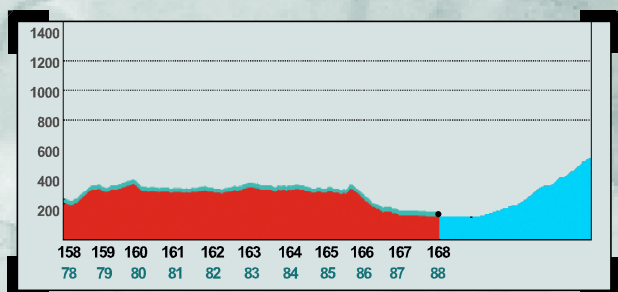
Luzera
Longitud
10 Km

Alde positiboa
Desnivel positivo
D+ 325 m.

Alde negatiboa
Desnivel negativo
D- 350 m.



Tarteko profila
Perfil de la etapa
Profile of the stage
Profil de l'etape



➤ MORE INFORMATION ➤ PLUS D'INFORMATION
➤ INFORMAZIO GEHIAGO ➤ MAS INFORMACION



EUS ➤ Road Book hau korrikalariarentzako eskuliburu soil bat besterik ez da, lerro hauen bitartez eskerrik asko. Informazio gehiago, webgunean.



ESP ➤ Este Road Book es una sencilla guía para orientar al corredor, mediante el cual además, os damos las gracias de antemano. Podrás encontrar este mismo Road Book en castellano en nuestra web.



ENG ➤ This road book is just a little guide for runners, through which we would like to thank you in advance.



FR ➤ Ce road book est un simple manuel pour le coureur, moyennant lequel nous vous remercions d'avance.



Mas información

More information
Plus d'information
www.ehunmilak.com

Contacto

Contacto
Contact
info@ehunmilak.com

www.ehunmilak.com

info@ehunmilak.com