

## Babesleak:



# XVII. Pagoeta mendiko lasterketa

zarautz

**21km**  
ibilbide nagusia  
**8km**  
ibilbide mistoa

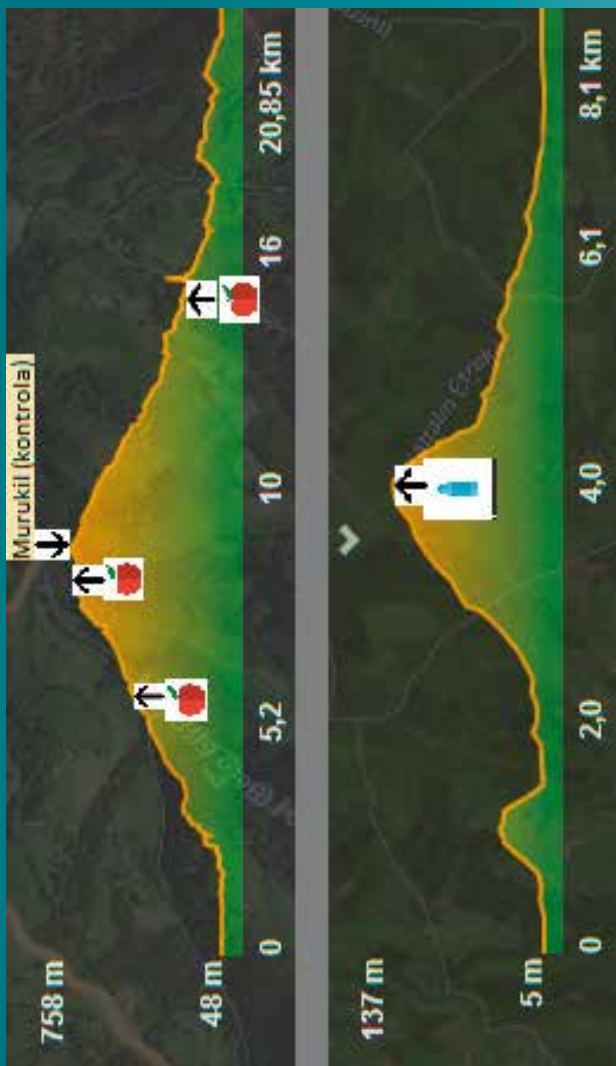
**200 EUROKO SARIA**  
LASTERKETAKO  
ERREKORRENTZAT,  
GIZONEZKO EMAKUMEZKO  
ZEIN MISTOARENZAT

**Apirilak 28**  
igandea  
**Irteera**  
**9.30ean**  
**9.45ean**  
ibilbide mistoa



Aiako udala  
Akarregi-txiki txakoliña  
Ameztigain sagardotegia  
Ameztoi jaki-prestatuak  
Ameztoi txakoliña  
Andatza Kafetegia  
Arantza loradenda  
Arbela txakoliña  
Arkaitz-mendi  
Arrona Anaiak  
Asti pinturak  
Aterpe kafetegia  
Azkuelek Elektrizitatea  
Barcelo bidaiak  
Batela arrandegia  
Beris lehioak  
Biyona berrikuntzak  
Biyona autoserbitzua  
Borda  
Catalana Occidente  
Codeam  
Clínica Baviera  
Eguzki Taberna  
ELVA Electrica Vasconia  
Envasados Talaimendi  
Eroski  
Etxaiz Taberna  
Etxe-ona bakalauak  
Euskalduna taberna  
Gabinete Laguntza  
Gaindituz  
Garrastazu optika  
Garla banaketak  
Garoa  
Geltoki taberna  
Gran Camping Zarautz  
Grijalba Anaiak  
Helmuga kirolak  
Hitza  
Inguru dekorazioa  
Itsas-berri jatexea  
Itxas Lur  
Itxaso Kafetegia

Irizar autobusak  
Izeta sagardotegia  
Jakoba taberna  
Jokar Bitxitegia  
K5 txakoliña  
Kaiku  
Kikara kafetegia  
Kirkilla jatetxea  
Kukulu harategia  
Zazpi jatetxea  
Labasi  
Laurgain iturgintza  
Lehioak  
Lukas  
Más por menos  
Meitae Maitie  
Naparrak jatetxea  
Nogales igeltseritza  
Ogi-Berri  
Oneka  
Orma jaki onak  
Paskin  
Powerade  
Salbatore Mitxelena Ikastola  
Salomon  
Siz informatika  
Strategia Bicolore  
Talai-Berri Txakoliña  
Talleres Aia  
Tecnivent  
Telesforo jatetxea  
Primo txakoliña  
Txiki-Polit  
Ulacia  
Uranzu  
Urkia  
Yubio Jatetxea  
Zaindu  
Zabala gaztak  
Zarauzko kirol patronatua  
Zarauzko triathloi elkarte  
Zarauzko toldoak  
Zarauzko Udala



Ibilbide nagusia  
(21 km)

Ibilbide mistoa  
(8 km)



banka kooperatiboa



LABORAL  
kutxa

banka kooperatiboa



LABORAL  
kutxa



**XVI.**  
zarautz

# Pagoeta mendi lasterketa

[www.pagoetami.com](http://www.pagoetami.com)

**1.- DATA eta ORDUA:** Pagoeta Mendi Lasterketaren hamaseigarren edizioa **2019ko apirilaren 28an** izango da, eta goizeko **9:30etan** emango zaio hasiera (ibilbide mistoa 9:45etan).

**2.- Ibilbidea:** Bi ibilbide egongo dira:

• **Ibilbide nagusia (bakarkakoa): 21 kilometro eta 1.600 metroko gorabehera metatua**, zailtasun tekniko handirik gabekoa. Ibilbide zirkularra izango da eta Zarautz izango du abiapuntu eta helmuga, Aritzatalde Kirolegiaren parean, eta lasterketako punturik garaienak 8. eta 9. kilometro artekoak izango dira (Pagoetako gurutzea eta Murukil tontorra, 700 metro inguruko altueran). Ibilbidea, 7. eta 16. kilometroen artean Pagoeta Kontsebazio Bereziko Eremitik igaroko da. **IBILBIDE NAGUSIAREN TRACK-a DESKARGATZEKO: WIKILOOC.**

• **Ibilbide mistoa (neska-mutilez osaturiko bikoteetan): 7,5 kilometro eta 400 metroko gorabehera metatua**, zailtasun tekniko handirik gabekoa. Ibilbide zirkularra izango da eta Zarautz izango du abiapuntu eta helmuga, Aritzatalde Kirolegiaren parean. Urteko auzo pareraino igo behar da, eta gero buelta Olaa errekatik eta baseritik barrena izango da. Ibilbidearen erdia laua izango da. **IBILBIDE MISTOAREN TRACK-a DESKARGATZEKO: WIKILOOC.**

**3.- PARTEHARTZEA:** 18 urtetik gorako edonork parte hartu dezake, baina parte-hartzaile kopurua mugatua izango da: gehienez ere 300 lagun onartuko dira ibilbide nagusian, eta 250 lagun ibilbide mistoan (125 bikote). Parte-hartzaileak izena emandako hurrenkera berean onartuko dira, eta gehiengo kopurura iritsi ezkeren itzarote-zerrenda bat sortuko da.

**4.- KATEGORIAK:** Lasterketa honetako sailkapena hiru kategorian hauen arabera emango da:

- Gizonezkoak
- Emakumezkoak
- Mistoa (neska-mutilez osatuta egon behar dute bikoteek)

**5.- IZENEMATEAK:** [www.rockthesport.com](http://www.rockthesport.com) web orrian. Prezioak:

- Ibilbide nagusia: **21 €**
- Ibilbide mistoa: **20 € bikotea**

**6.- ITZULKETAK:** Izenemateen itzulketak onartuko dira apirilaren 15 arte. Data horretatik aurrera antolakuntzak dirua itzultzeko konpromisorik ez du hartzen, ezinezkoa izan baitaiteke azken bi asteetan bajak kudeatzea (asegurua, kamiseten tailak, hornidura, opari-poltsa, eta abar).

**7.- KONTROLAK:** Ibilbide nagusian tarteko kontrol bat egongo da, Murukil tontorrean (9. kilometroan), 1:45eko denborarekin. Lasterketa osoa burutzeko 3 orduko epea egongo da. **Ibilbide mistoan ez da tarteko kontrolik egongo**, eta lasterketa osoa burutzeko 2 orduko epea egongo da.

**8.- HORNIDURAK:**

- Ibilbide nagusian hiru anoa postu egongo dira:
  - 5. kilometroan (Otzarreta)
  - 8. kilometroan (Pagoeta gurutzea)
  - 15. kilometroan (Orbelaun)
- Ibilbide mistoan anoa-gune bat egongo da, 3,5 kilometroan (ura soilik).
- Helmugan ere hornidura egongo da.

Hornidura-gune guztiak behar bezala adierazita eta mugatuta egongo dira, eta muga horietatik kanpo ezingo dira hondakinak bota.

**9.- SARIAK eta ZOKZKETAK:**

- Kategorian bakoitzeko lehenengo hiruek saria jasoko dute. Baita ere saria jasoko dute kategorian bakoitzeko lehen zarautzarrek (ibilbide mistoan, bikoteko bi kideek izan behar dute zarautzarrek).
- Parte-hartzaile guztientzako opari-poltsa eta kamiseta banatuko da.
- Opari gehiago ere zokzetatuko dira lasterketa amaizten dutenen artean. Helmugan eskegiko da irabazleen zerrenda, lasterketa amaitu ondoren. Kategorian mailan saria jaso dutenek ez dute zokzetan parte hartuko.

**10.- OSASUN-LAGUNTZA:** Antolakuntzak sorospen eta salbamendu zerbitzuak ezarriko ditu ibilbideko zenbait puntutan eta helmugan. Izenemateak mediku-asegurua berneratzen du, beraz parte-hartzaile guztiak antolakuntzaren bermea izango dute lasterketan gertatu litezkeen istripuen aurrean.

**11.- BESTELAKO ZERBITZUAK:** Zarautzko Aritzatalde Kirolegian (helmuga aldamenean) aldagelak eta duxak izango dira partaide guztientzat. Lasterketa ondoren hamaiketako eskainiko da parte-hartzaile eta ikusleentzat.

**12.- INGURUMENA:** Lasterketa mendian barrena izango dela eta gainera Pagoeta Kontsebazio Bereziko Eremitik igaroko dela. Hortaz, naturarekiko errespetuzko jarrera erakustea ezinbestekoa izango da: baliabide naturalak, geologikoak, kulturalak,... ez hondatu, zaborra eta materiala ez bota (hornidura-guneetan adierazitako lekuetan izan ezik), ibilbidean zehar ez oihurik egina,...

**13.- ARAUDIAREN ARABERA:** Lasterketan izena emateak arau hauen onarpena dakar. Hemen aurreikusita ez dagoena **Euskadiko Mendi Federazioak** mendi lasterketarako duen araudiaren arabera erabakiko da.

**1.- FECHA y HORA:** La decimosexta edición de la carrera de montaña Pagoeta Mendi Lasterketa se celebrará el día **28 de abril de 2019**, dándose la salida a las **9:30 horas de la mañana** (el recorrido mixto a las 9.45 horas).

**2.- RECORRIDO:** Habrá dos recorridos:

• **Recorrido principal (individual):** 21 kilómetros y 1.600 metros de desnivel acumulado, por un terreno sin dificultades técnicas. El recorrido será circular, con salida y llegada en Zarautz, frente al polideportivo Aritzatalde. Los puntos más altos de la carrera se encuentran entre los kilómetros 8 y 9 (cruz de Pagoeta y cima Murukil, rondando los 700 metros de altura). Los kilómetros 7 a 16 discurren por la Zona de Especial Conservación (ZEC) de Pagoeta. **PARA DESCARGARSE EL TRACK DEL RECORRIDO PRINCIPAL: WIKILOOC.**

• **Recorrido mixto (parejas formadas por un hombre y una mujer): 7,5 kilómetros y 400 metros de desnivel acumulado**, por un terreno sin dificultades técnicas. El recorrido será circular, con salida y llegada en Zarautz, frente al polideportivo Aritzatalde, subiendo al barrio de Urteita y volviendo por el riachuelo Olaa y el caserío del mismo nombre. La mitad del recorrido es llano. **PARA DESCARGARSE EL TRACK DEL RECORRIDO MIXTO: WIKILOOC.**

**3.- PARTICIPACIÓN:** Podrá tomar parte cualquiera que tenga 18 años, pero se establecerán cupos de participantes: máximo de 300 participantes en el recorrido principal, y de 250 en el recorrido mixto (125 parejas). La admisión de corredores y corredoras será por orden de inscripción, y en caso de alcanzar los cupos establecidos se generará una lista de espera.

**4.- CATEGORÍAS:** La clasificación de la carrera se confeccionará en base a estas tres categorías:

- Hombres
- Mujeres
- Mixto (la pareja debe estar compuesta por un hombre y una mujer)

**5.- INSCRIPCIONES:** Las inscripciones se efectuarán en la página

[www.rockthesport.com](http://www.rockthesport.com). Precios de las inscripciones:

- Recorrido principal: **21 €**
- Recorrido mixto: **20 € por pareja**

**6.- DEVOLUCIONES:** se aceptarán devoluciones hasta el 15 de abril. A partir de esa fecha, la organización no se compromete a realizar devoluciones, debido a la imposibilidad de poder gestionar debidamente las bajas en las dos últimas semanas (seguros, camisetas, bolsa de corredor, avituallamientos, etc.).

**7.- CONTROLES:** En el **recorrido principal** habrá un control de tiempo intermedio, en la cima Murukil (kilómetro 9), de 1:45 horas. El tiempo máximo para acabar la prueba es de 3 horas. **En el recorrido mixto no habrá controles intermedios**, y el tiempo máximo para acabar la prueba será de 2 horas.

**8.- AVITUALLAMIENTOS:**

- En el recorrido principal habrá tres puestos de avituallamiento:
  - KM 5 (Otzarreta)
  - KM 8 (cruz Pagoeta)
  - KM 15 (Orbelaun)
- En el recorrido mixto habrá un avituallamiento en el kilómetro 3,5 (solo líquido).
- También habrá avituallamiento en meta.

Las zonas de avituallamiento estarán debidamente señalizadas y delimitadas, y estará prohibido lanzar desperdicios fuera de las mismas.

**9.- PREMIOS y SORTEOS:**

- Tendrán premio los tres primeros puestos de cada categoría. El primer y la primera zarautzarras en cada categoría también serán premiados (en la modalidad mixta los dos componentes de la pareja deberán ser zarautzarras).
- Se reparará una bolsa con regalos y una camiseta a cada participante,
- Así mismo, se sortearán más regalos entre todos aquellos y aquellas que finalicen la carrera. Se colgará una lista de las personas agraciadas en la zona de meta, tras la carrera. Las personas premiadas a nivel de categorías no participarán en los sorteos.

**10.- ASISTENCIA SANITARIA:** La organización dispondrá de puestos de salvamento y socorro en algunos puntos del recorrido y en la zona de meta. Además, la inscripción incluye seguro médico, de modo que todas las personas participantes estarán aseguradas por la organización ante posibles incidentes durante la prueba.

**11.- OTROS SERVICIOS:** En el Polideportivo Aritzatalde de Zarautz (junto a la zona de meta) habrá vestuarios y duchas para todos los participantes. Se ofrecerá un hamaiketako tanto para participantes como para el público.

**12.- MEDIOAMBIENTE:** La prueba discurre por espacios naturales y además atraviesa la Zona de Especial Conservación (ZEC) de Pagoeta, de modo que será indispensable demostrar una actitud respetuosa con el medio ambiente: no dañar los recursos naturales, geológicos y/o culturales, no arrojar basura o materiales (excepto en las zonas debidamente habilitadas para ello), no gritar ni durante el recorrido,...

**13.- ACEPTACIÓN DE LAS NORMAS:** La inscripción en la prueba conlleva la aceptación de las normas y condiciones establecidas en el presente reglamento. Aquello que no esté recogido aquí, se resolverá conforme al reglamento establecido por la **Federación Vasca de Montaña** para las carreras de montaña.