LAUTADAKO III.
MENDI-MARTXA
2018

EUSKARAZ

GAZTELANIAZ

Edukia

HASIERA 2
ARAUAK 2
IBILBIDE LUZEA 4
EGUNA 4
- IRTEERA 4
- HELMUGA 4
- DISTANTZIA 4
- DESNIBELA 4
- AURREIKUSITAKO DENBORA 4

IBILBIDEA 4
PERFILA 5
ANOA GUNEAK ETA KONTROLAK 5
KONTROLEN ITXIEREN ORDUTEGIA 6
IBILBIDE LABURRA 6
EGUNA 6
- IRTEERA 6
- HELMUGA 6
- DISTANTZIA 6
- DESNIBELA 6
- AURREIKUSITAKO DENBORA 6

IBILBIDEA 6
PERFILA 7
ANOA GUNEAK ETA KONTROLAK 7
OHAR INTERESGARRIAK 8
IZEN EMATEAK 8
HARREMANETARAKO 8

HASIERA

III Lautadako Mendi-Martxa Lautada ikastolak eta Kulum Kirol klubak antolatzen dute, Aguraingo Udalaren eta Inguruabentura Abentura kirolerako enpresaren laguntzarekin.

Hainbat helburu ditu Mendi-Martxa honek; lehenik eta behin, Arabako Lautadan euskara bultzatu eta aldarrikatzea, bigarrenik, Agurain inguruko mendiko paisaiak ezagutzeko aukera eskaintzea eta, gainera, mendizaleentzako moduko festa bat ospatzea, mendizaletasunak dituen onura guztiak sustatzeko.

Gainera, aurten elkartasun keinu bat egin nahi izan dugu Aguraingo Lautada Bero elkarteari laguntza eskainiz. Errefuxiatuei laguntza eskaintzen die elkarte honek, Greziako Skaramagas errefuxiatuen gunean, hain zuzen ere. Gune horretan 3.000 lagun inguru bizi dira, 1.500 ume gutxi gora-behera. Bertan, The Hope School eskolarekin egiten dute lan, Greziara iristen diren umeak hartzen dituen eskola independente eta inklusibo batekin.

Hartara, Lautadako Mendi-Martxak izen-emate bakoitzeko euro bat emango dio elkarteari, errefuxiatuak laguntzeko gure ekarpen xumea eginez.

Maiatzaren 13an egingo da Mendi-Martxa eta bi ibilbide egiteko aukera egongo da; 55 km-koa bata eta 23 km ingurukoa bestea, lehiaketa kutsurik gabekoak.

Mendi ibilaldiek iraun bitartean, abentura kirola egiteko hainbat aukera egongo da herrian (tirolinak, rokodromoa, tallerrrak...) baita zonaldeko produktuen zozketa batean parte hartzeko ere.

Aguraingo eta Lautadako musikariek eta kultur taldeek ere lagunduko dute, ibilbidean zehar hainbat lekutan mendizaleak animatuz, musikarekin eta emanaldiekin.

Familia giroan egun-pasa egitera gonbidatu nahi zaituztegu, euskararen eta mendiaren festa izango den egun honetan parte hartzera!

ARAUAK

Komeni da balizko istripuetarako asegurua izatea eta gure aholkua federatuta egotea da. Horrelako asegururik ez duten parte-hartzaileentzat antolakuntzak probarako istripu aseguru bat kontratatu du. Parte hartzeko, derrigorrezkoa da aipatutako aseguruetako bat izatea.

Ibilbide luzea EUSKAL HERRIKO I.L.Men 2018ko ZIRKUITOAn sartuta dago.

Gurutze Gorriak ibilbidean zehar prebentzio zerbitzua eskainiko du.

Federatuek 15 euro ordaindu beharko dituzte parte hartzeko eta federatuta ez daudenek, aldiz, 17 euro. Behin izena emateko kuota ordainduta, proban ez parte hartzea erabakitzen duenari ez zaio dirurik itzuliko maiatzaren 1etik aurrera.

Ibilbide luzeko parte hartzaileek ibiltarien txartela egunean bertan jasoko dute, goizeko 5:45etik aurrera.

Ibilbide laburreko parte hartzaileek, aldiz, egunean bertan jasoko dute ibiltari txartela, baina 7:45etik aurrera.

Egunean bertan ezin izango da izena eman.

Oinezkoek bakarrik har dezakete parte; hortaz, debekatuta daude mendiko bizikletak edota antzeko garraio mekanikoak.

14 urte beteta dituztenek bakarrik parte har dezakete.

Anoa guneak edo abituallamientoak egongo dira bi ibilbideetan zehar, edariak eta janariak eskaintzeko.

Ibilbideak markatuta egongo dira, ingurua eta natura errespetatuz.

Parte hartzaile bakoitzak identifikazio txartel bat jasoko du eta kontrol puntu guztietan erakutsi beharko du.

Ibilbidea bukatu gabe utzi nahi duten parte hartzaileek igarotako azken kontrol gunean jakinarazi beharko dute, edo bestela 679 89 62 37 telefono zenbakira deituz. Horrez gain, aurreikusitako denbora epeetatik kanpo doazen ibiltariak ere probatik kanpo utziko ditu antolakuntzak.

Ibilbidean zehar natura errespetatu eta zaintzeko eskatzen du antolakuntzak, mendiari zor zaion errespetuagatik.

Ibilbidean zehar hainbat abere egongo dira, zaldi-azienda, ardi-azienta, behi-azienda… Txakurra eramaten duten partaideek, txakurra lotuta eraman behar dutela esan digute Entziako partzoneriatik. Modu honetan mendi-martxako araudia, baita gure mendiak errespetatzen ditugu.

Behin ibilbidea amaituta, dutxatzeko aukera egongo da Lezao kirolgunean.

Eguraldiak hortara behartuko balu, antolakuntzak proba bertan behera uzteko edota ibilbidea aldatzeko aukera izango du.

Parte hartzaileak jakinaren gainean daude izen-emate orrian jasotako datuak

izaera pertsonala duten fitxategietan gordeko direla, bakar-bakarrik eguneko proba antolatzeko erabiliko direlarik eta Lautada Ikastolako weborrian argitaratuko delarik parte hartzaile guztien zerrenda. Izena materakoan parte hartzaileak goian aipatutakoaren jakitun direla adierazten dute; hala nahiz izanez gero, Lautada ikastolara idatzi ahalko dute datuak aldatzeko, ezeztatzeko edo ukatzeko (San Jorge 36, PK 01200, Agurain).

Izena emateak araudia onartzea suposatzen du.

IBILBIDE LUZEA

EGUNA: igandea, 2018ko maiatzaren 13a

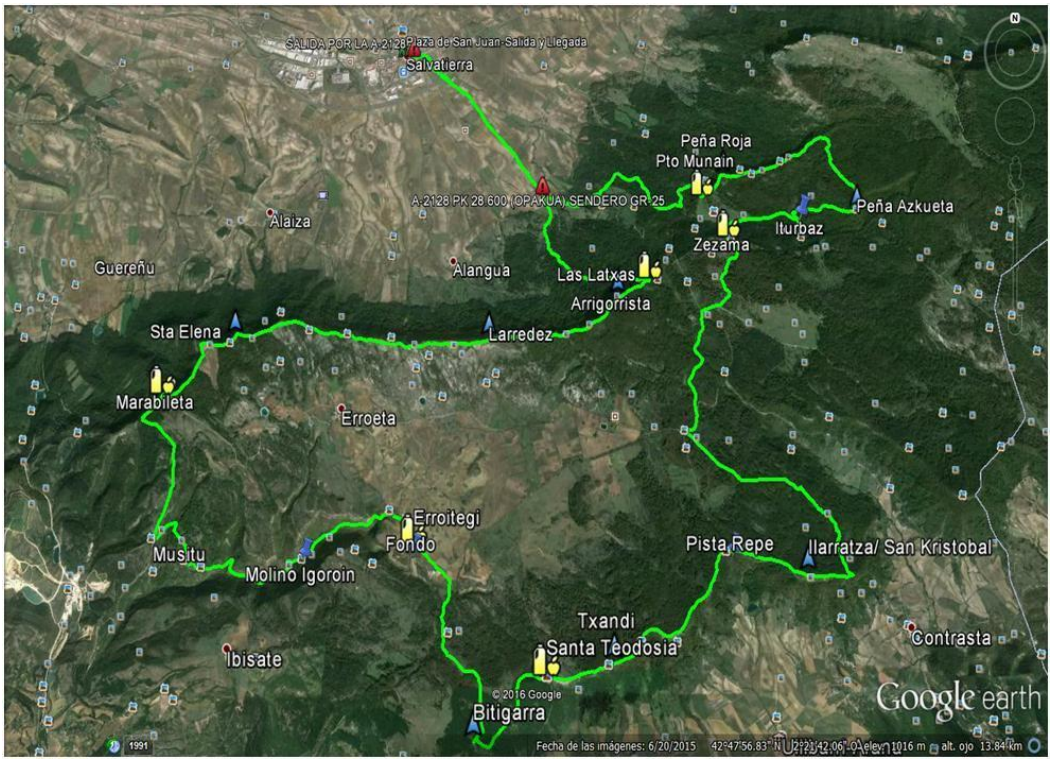
- **IRTEERA**: Aguraingo San Juan plazatik, goizeko 6:30ean.Identifikazio txartelak 5:45etatik aurrera.
- **HELMUGA**: San Juan plaza.
- **DISTANTZIA**: 55 km
- **DESNIBELA**: 2.000m
- **AURREIKUSITAKO DENBORA**: 10/11 ordu.

E.M.F.aren I.L.Men 2018ko egutegian sartuta dago ibilbidea.

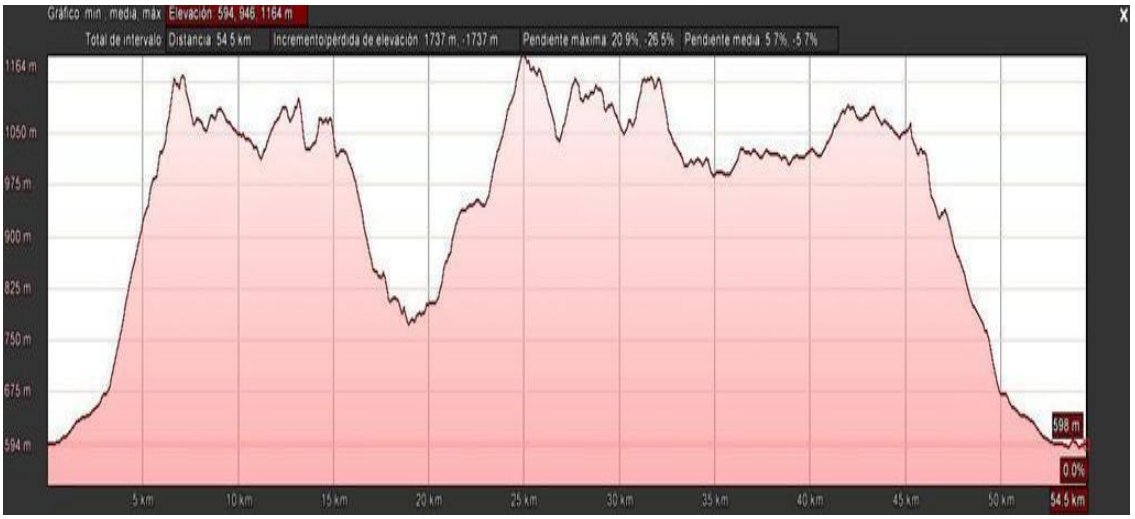
IBILBIDEA:

Ibilbide luzea	Km
Agurain	0m.
Las Latxas	6.400m.
Arrigorista	8.500m.
Pto San Juan mendatea	10.200m.
Marabileta	16.500m.
Musitu	18.000m.
Roitegi	24.300m.
Sta. Teodosia	29.200m.
Campa Ubirin Zelaia	36.100m.
Iturbaz	40.200m.
Azkueta	41.500m.
Agurain	54.500m.

Tracka jaisteko klik egin hemen.



PERFILA



ANOA GUNEAK ETA KONTROLAK

- LAS LATXAS ZELAIAK 6.400m
- MARABILETA 16.500m
- ROITEGI 24.300m
- STA TEODOSIA 29.200m
- ZEZAMA 39.100m
- MUNAIN MENDATEA 43.200m
- AGURAIN 54.500m

KONTROLEN ITXIEREN ORDUTEGIA

Sta teodosia km 30: 14:00

Zezama km 39,1: 16:15

IBILBIDE LABURRA

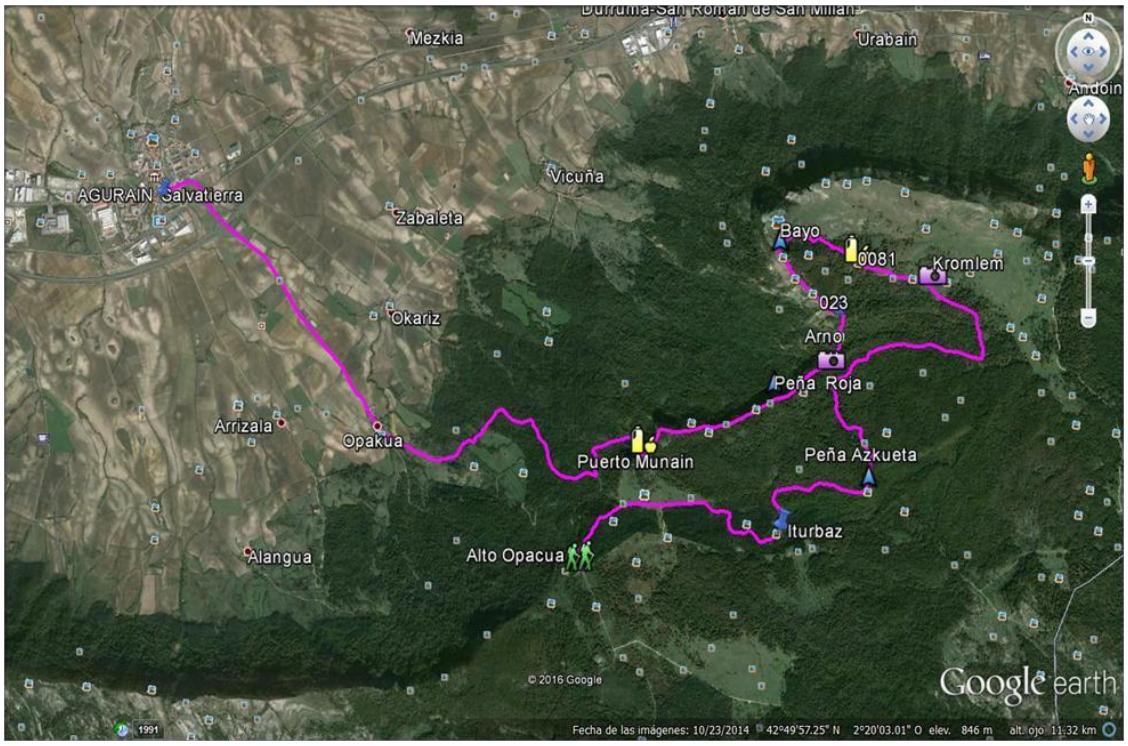
EGUNA: Igandea, 2018ko maiatzaren 13a

- **IRTEERA**: Opakuako mendatetik goizeko 9:00etan (Aguraindik igotzeko autobusa irtengo da 8:30ean). San Juan plazan jasoko dira identifikazio txartelak 7:45etik aurrera.
- **HELMUGA**: San Juan plaza
- **DISTANTZIA**: 23 km
- **DESNIBELA**: 1.300 m
- **AURREIKUSITAKO DENBORA**: 4-5 ordu.

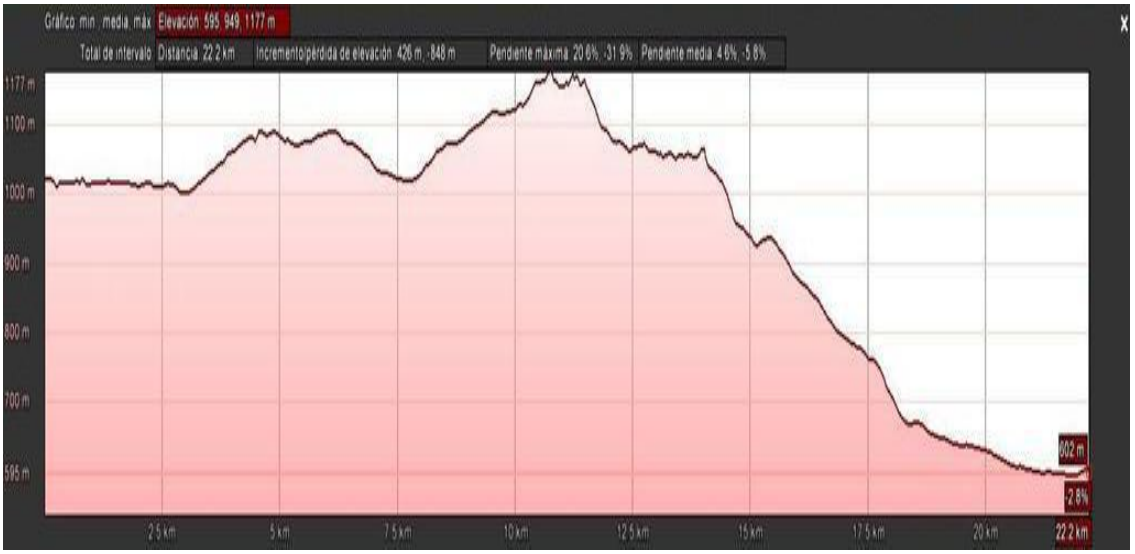
IBILBIDEA

IBILBIDE LABURRA	Km
Pto Opakua Mendatea	0m.
Iturbaz	3.500m.
Azkueta	4.700m.
Kromlech	9.100m.
Baio	11.800m.
Opakua	18.500m.
Agurain	22.800m.

Tracka jaisteko klik egin hemen



PERFILA



ANOA GUNEAK ETA KONTROLAK

- LEONARDOREN TXABOLA 10.100m
- Pto MUNAIN MENDATEA 14.800m
- AGURAIN 22.900m

OHAR INTERESGARRIAK

- Identifikazio txartelak San Juan plazan jasoko dira 7:45etik aurrera, baina Opakuara igotzeko autobusa autobus geltokian hartuko da 8:30ean.
- Gurutze Gorria egongo da ibilbidean zehar.
- Behin ibilbidea amaituta, dutxatzeko aukera egongo da Lezaoko kirolgunean.
- Aurreko gauean herriko lokal batean lo egiteko aukera egongo da. Horretarako korreo honen bide(lautadakomendimartxa@gmail.com) aurre izen ematea beharrezkoa izango da. (29 pertsonentzako lekua)

IZEN EMATEAK

- **Internet bidez**: apirilaren 3etik maiatzaren 7ra bitarte honako helbideetan:
  - http://www.zirkuitua.com/IzenEmate/Pages/ZirkuituaILI.php
  - http://www.lautadaikastola.eus
- ORDAINDU BEHARREKOA.
  - 15€ federatuek
  - 17€ federatu gabekoek

KONTU KORRONTEAK:

LABORAL CLPEES2M ES22 30350051120510027638

KUTXABANK BASKES2BXXX ES48 20953234119117762221

- **Trasferentzia aginduan parte hartzailearen izen-abizenak adierazi behar dira.**
- **Egunean bertan ezin izango da izena eman.**

HARREMANETARAKO

lautadakomendimartxa@gmail.com

Contenidos

INICIO 10
NORMAS Y REGLAMENTO 10
MARCHA LARGA 12
DÍA 12
- SALIDA 12
- LLEGADA 12
- DISTANCIA 12
- DESNIVEL 12
- DURACIÓN 12

RECORRIDO 12
PERFIL 13
AVITUALLAMIENTOS Y CONTROLES 13
HORARIO CIERRE DE CONTROLES 14
MARCHA CORTA 14
DÍA 14
- SALIDA 14
- LLEGADA 14
- DISTANCIA 14
- DESNIVEL 14
- DURACIÓN ESTIMADA 14

RECORRIDO 14
PERFIL 15
AVITUALLAMIENTOS Y CONTROLES 15
NOTAS DE INTERES 16
INSCRIPCIONES 16
CONTACTO 16

INICIO

III lautadako mendi martxa está organizada por Lautada Ikastola y Kulumsport kirol kluba en colaboración con Aguraingo Udala e Inguruabentura (empresa dedicada al deporte de aventura).
Esta marcha tiene varios objetivos, pero cabe resaltar entre ellos el primero fomentar y reivindicar el euskera en la Llanada Alavesa, el segundo, dar a conocer mediante una marcha montañera los lugares y paisajes con encanto de Agurain y alrededores. El tercero, celebrar una fiesta para tod@s l@s montañeros y montañeras, así como promover los aspectos positivos de dicha práctica montañera.
Tendrá lugar el día 13 de mayo y habrá dos recorridos: uno de 55 km y otro de 23 km aproximadamente, siendo de carácter no competitivo.
A su vez durante toda la mañana podremos disfrutar de de múltiples actividades relacionadas con el deporte y la aventura para niños y adultos (tirolinas, rocódromo, talleres, sorteo de productos de la zona).
Para terminar os invitamos a tod@s las familias a pasar un bonito día y a todas aquellas personas que quieran disfrutar del euskera y la montaña.

Además, este año colaboraremos con la asociación “Lautada Bero” de Agurain, que ofrece su ayuda en el campo de refugiados Skaramagas en Grecia. En dicho campo, viven alrededor de 3.000 personas de las cuales 1.500 son niños y niñas. Estos menores que llegan a Grecia, tienen la oportunidad de ir a The Hope School, una escuela independiente e inclusiva, con la cual trabaja Lautada Bero.
Así pues, por cada inscripción en la Lautadako Mendi-Martxa, se donará un euro a la asociación, ofreciendo así nuestra pequeña aportación para ayudar a estos refugiados.

NORMAS Y REGLAMENTO

Es muy conveniente disponer de un seguro que cubra los posibles accidentes, aconsejando por nuestra parte estar federado. Para aquellos participantes que no tengan dicho seguro la organización ha contratado un seguro de accidentes para la prueba. Para participar es imprescindible estar asegurado por uno de los dos sistemas.

El recorrido largo está incluido en el CIRCUITO 2018 de M.L.R. de EUSKAL HERRIA.

Habrá servicio preventivo por parte de Cruz Roja que cubrirá el recorrido.

La cuota de inscripción se establece en 15 euros para los federados y de 17 euros para los no federados. Después del día 1 de mayo de 2018 no se reembolsará ninguna inscripción.

Los participantes de la marcha larga recogerán su tarjeta de marchador el día de la celebración de la prueba a partir de las 5:45.

Los participantes de la marcha corta recogerán su tarjeta de marchador el día de la celebración de la prueba a partir de las 7:45.

No se admitirán inscripciones el mismo día de la prueba.

La prueba se reduce a modalidad pedestre, por lo tanto no está permitido el uso de bicicletas de montaña y otros medios mecánicos que alteren su normal desarrollo.

Para participar es obligatorio tener cumplidos los 14 años de edad, el día de la prueba.

Habrá avituallamientos sólidos y líquidos en varios puntos del recorrido, tanto en la marcha larga como en la corta.

Los recorridos estarán debidamente señalizados, respetando el entorno y el medio ambiente

A cada participante se le entregará una tarjeta identificativa que deberá mostrar en todos los puntos de control habilitados.

Los participantes que decidan retirarse en el transcurso de la prueba deberán comunicarlo en el último control al que hayan llegado o llamando al teléfono 679 89 62 37 Asimismo serán retirados tod@s los que superen los tiempos máximos establecidos por la organización.

Debido a que el recorrido discurre por zonas de gran valor paisajístico, se ruega encarecidamente el respeto del entorno.

Durante el recorrido coincidiremos con varias especies de ganado, equino, vacuno, bovino…Desde la parzonería de entzia se nos ha insistido en que todas las personas que vengan acompañadas por un perro, deberán llevarlo atado. Respetando así no solo la normativa de la marcha, sino también la de nuestros montes.

Servicio de duchas (complejo deportivo Lezao) al finalizar la prueba.

La organización, si lo considera oportuno, por causas climatológicas, podrá suspender o variar el recorrido.

La persona inscrita queda informada de que los datos que figuran en el formulario de inscripción forman parte de ficheros de datos de carácter personal, para utilizarlos con carácter exclusivo para la adecuada gestión del participante en la marcha, además de la publicación en la página web de Lautada ikastola con la relación de inscritos. Al facilitar esta información el participante da su consentimiento para dicho tratamiento, pudiendo ejercitar sus derechos de rectificación, cancelación u oposición mediante escrito dirigido a Lautada Ikastola San Jorge nº 17 01200 Agurain Araba.

Tu inscripción supone la aceptación de este reglamento.

MARCHA LARGA

DÍA: domingo, 13 de mayo de 2018

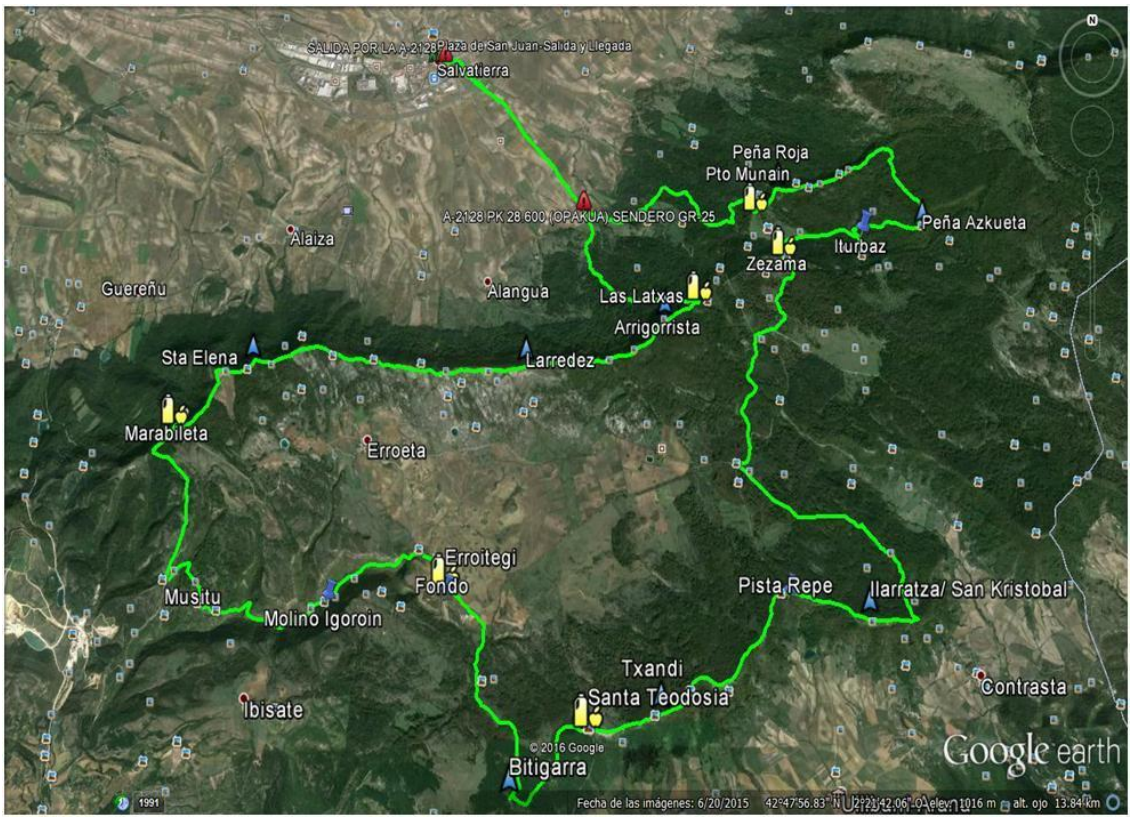
- **SALIDA:** A las 6:30 desde la plaza de san juan de Agurain. Las tarjetas identificativas se recogerán a partir de las 5:45 en la plaza San Juan.
- **LLEGADA:** Plaza De San Juan
- **DISTANCIA:** 55 Km.
- **DESNIVEL:** 2.000m
- **DURACIÓN ESTIMADA:** 10/11 horas

La marcha está incluida en el calendario 2018 de M.L.R. de la E.M.F.

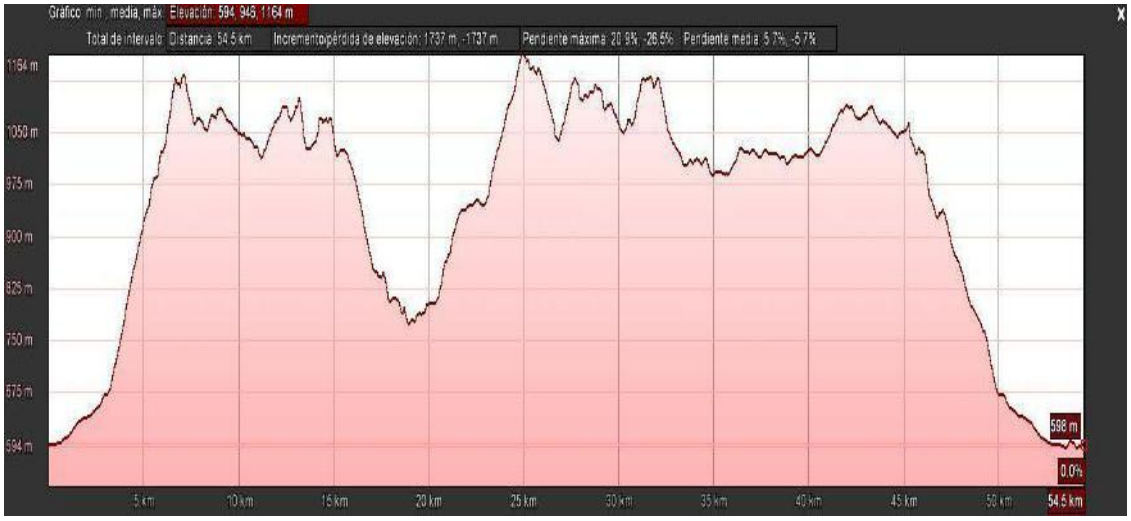
RECORRIDO:

Marcha larga	Km
Agurain	0m.
Las Latxas	6.400m.
Arrigorista	8.500m.
Pto San Juan	10.200m.
Marabileta	16.500m.
Musitu	18.000m.
Roitegi	24.300m.
Sta. Teodosia	29.200m.
Campa Ubirin	36.100m.
Iturbaz	40.200m.
Azkueta	41.500m.
Agurain	54.500m.

Pincha aqui para descargar Track



PERFIL



AVITUALLAMIENTOS Y CONTROLES

- CAMPAS LAS LATXAS 6.400m
- MARABILETA 16.500m
- ROITEGI 24.300m
- STA TEODOSIA 29.200m
- ZEZAMA 39.100m
- PTO. MUNAIN 43.200m
- AGURAIN 54.500m

HORARIO CIERRE DE CONTROLES

Sta teodosia km 30: 14:00

Zezama km 39,1: 16:15

MARCHA CORTA

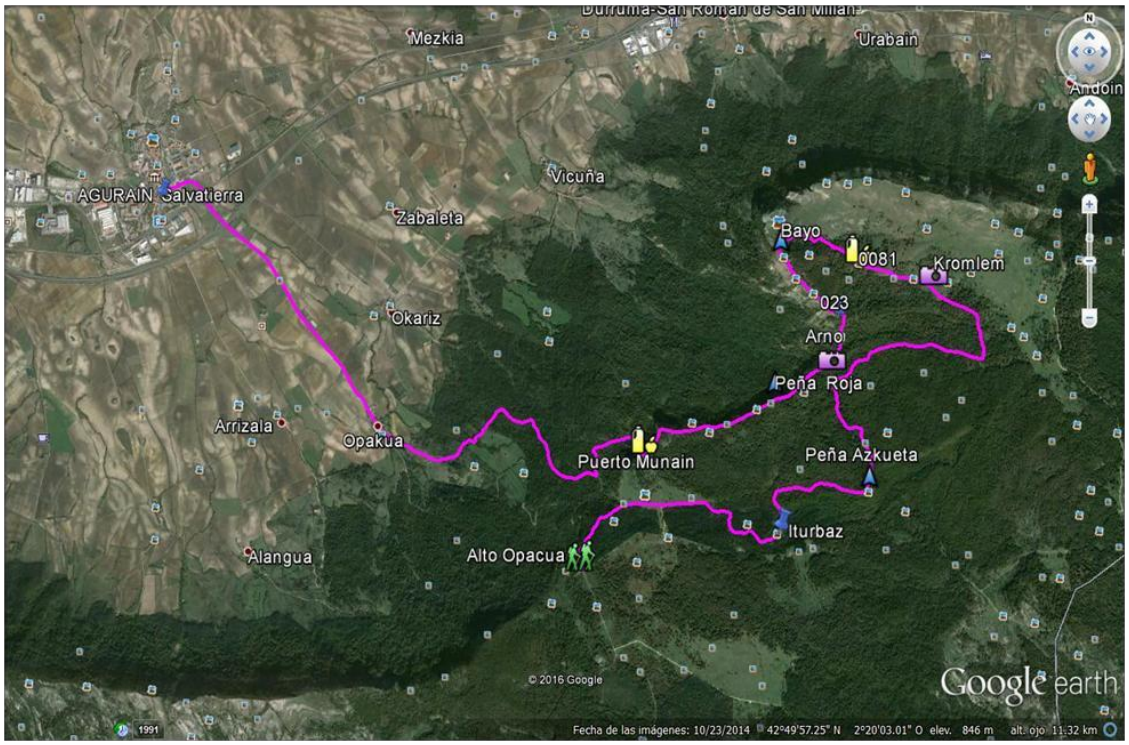
DÍA: Domingo, 13 de mayo de 2018

- **SALIDA:** A las 9:00 desde el Pto de Opakua (habrá autobús lanzadera desde Agurain) a las 8:30. A partir de las 7:45 se recogerán las tarjetas identificativas en la plaza San Juan.
- **LLEGADA:** Plaza De San Juan
- **DISTANCIA:** 23 Km.
- **DESNIVEL:** 1.300m
- **DURACIÓN ESTIMADA:** 4/5 horas

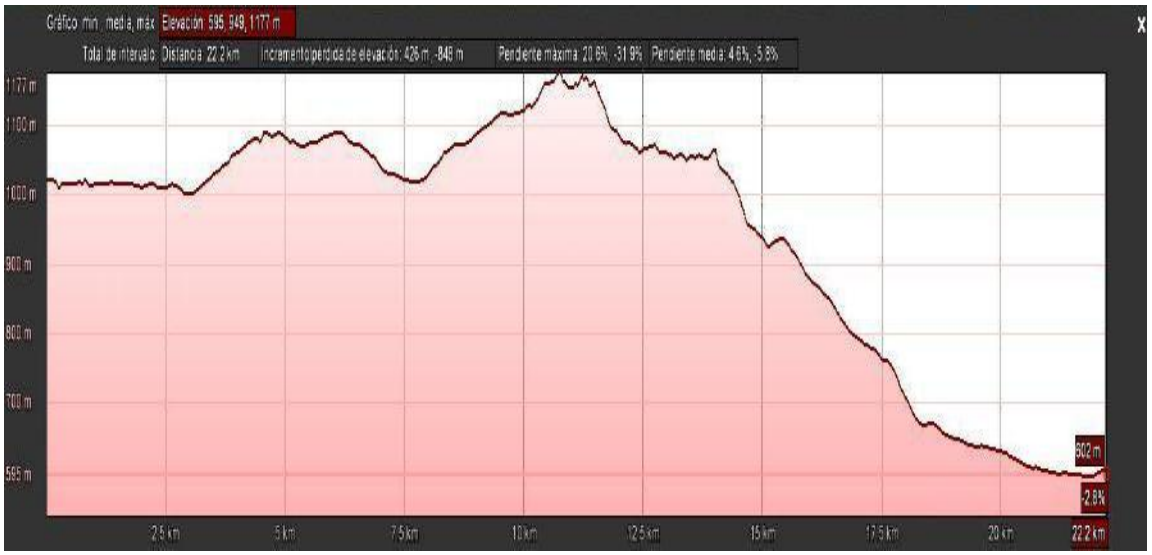
RECORRIDO:

Marcha corta	Km
Pto Opakua	0m.
Iturbaz	3.500m.
Azkueta	4.700m.
Kromlech	9.100m.
Baio	11.800m.
Opakua	18.500m.
Agurain	22.900m.

Pincha aqui para descargar Track



PERFIL



AVITUALLAMIENTOS Y CONTROLES

- CHABOLA LEONARDO 10.100m
- PTO MUNAIN 14.800m
- AGURAIN 22.900m

NOTAS DE INTERES

- Las tarjetas identificativas se recogerán en la plaza de san juan a partir de las 7:45, pero el autobús lanzadera al Pto de Opakua se cojera en la parada de autobuses a las 8:30
- Cruz Roja cubrirá el recorrido.
- Habrá servicio de duchas en el complejo deportivo de Lezao al terminar la prueba
- Se habilitará un local para poder pernoctar la noche anterior, donde se necesitará inscripción previa, avisando a la organización en este correo lautadakomendimartxa@gmail.com (Local habilitado para 29 personas)

INSCRIPCIONES

- **POR INTERNET**: Del 3 de abril al 6 de mayo en:
  - http://www.zirkuitua.com/IzenEmate/Pages/ZirkuituaILI.php
  - http://www.lautadaikastola.eus/
- **CUOTA DE INSCRIPCIÓN**:
  - 15 € federados
  - 17 € sin federar

Nº de CUENTA

LABORAL LABORAL CLPEES2M ES22 30350051120510027638

KUTXABANK BASKES2BXXX ES48 20953234119117762221

Recordar que en el concepto de la transferencia siempre debe ir el nombre de la persona inscrita.

El día de la marcha no se permiten inscripciones.

CONTACTO

lautadakomendimartxa@gmail.com