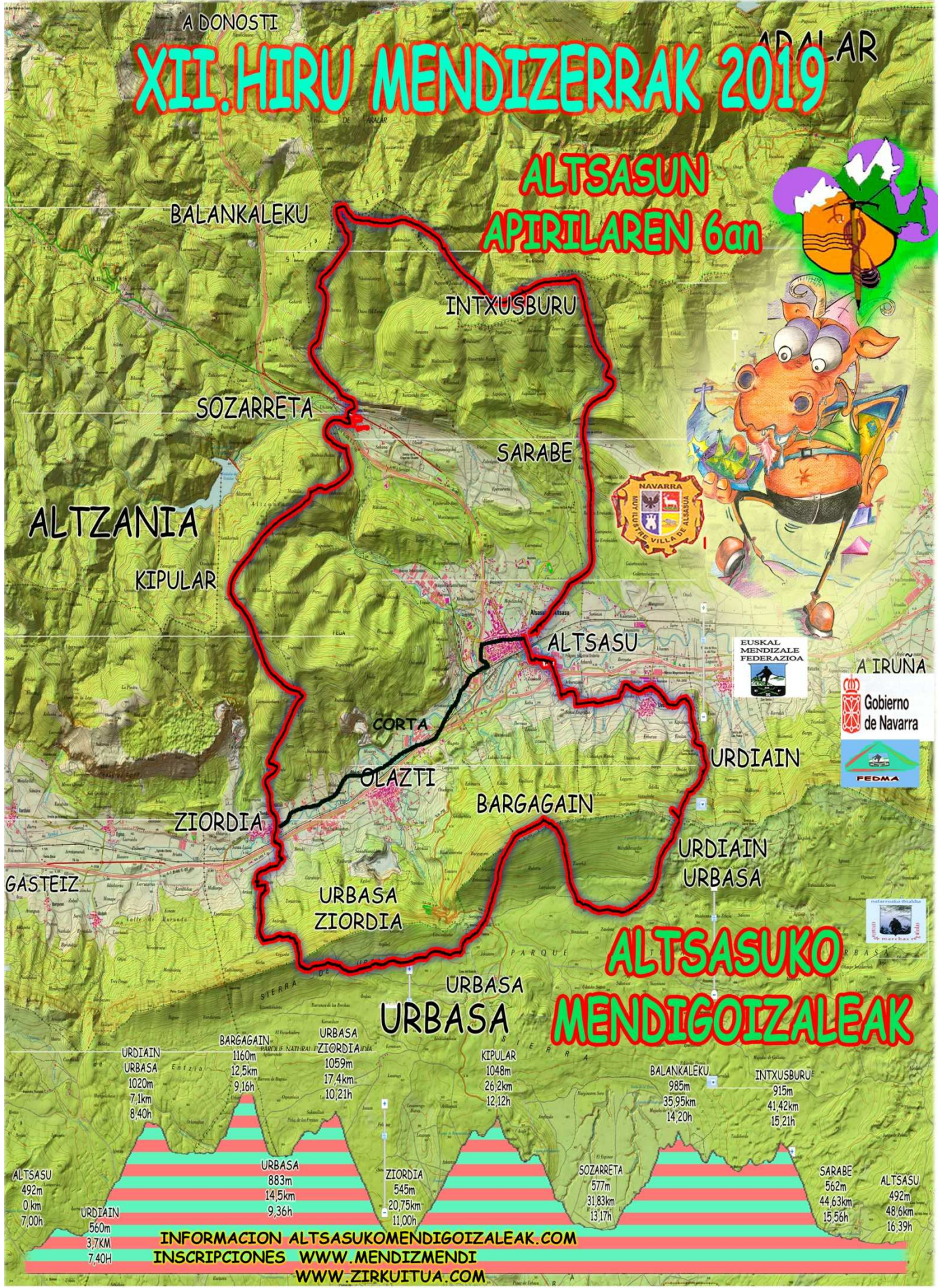


XII. HIRU MENDIZERRAK 2019

ADALAR

**ALTSASUN
APIRILAREN 6an**



ALTSASUKO MENDIGOIZALEAK

ALTSASU	URDIAIN	BARGAGAIN	URBASA ZIORDIA	URBASA	KIPULAR	BALANKALEKU	INTXUSBURU	SARABE	ALTSASU
492m	1020m	1160m	1059m	883m	1048m	985m	915m	562m	492m
0 km	7.1km	12.5km	17.4km	14.5km	26.2km	35.95km	44.63km	44.63km	48.6km
7.00h	8.40h	9.16h	10.21h	9.36h	12.12h	14.20h	15.21h	15.56h	16.39h
URDIAIN	URBASA	URBASA	ZIORDIA	URBASA	URBASA	SOZARRETA			
560m	560m	545m	577m	545m	577m	577m			
3.7KM	3.7KM	20.75km	31.83km	20.75km	20.75km	31.83km			
7.40H	7.40H	11.00h	13.17h	11.00h	11.00h	13.17h			

[INFORMACION ALTSASUKOMENDIGOIZALEAK.COM](http://INFORMACION.ALTSASUKOMENDIGOIZALEAK.COM)
[INSCRIPCIONES WWW.MENDIZMENDI](http://WWW.MENDIZMENDI.COM)
WWW.ZIRKUITUA.COM

BASES PARA LA XII HIRUMENDIZERRAK

INSCRIPCIONES.-

A través de las páginas web de(<http://www.zirkuitua.com>), (www.mendizmendi.com) rellenando los datos obligatorios del formulario, desde el día 1 de marzo hasta el día 3 de abril del 2019 con un máximo de 700 participantes.

CUOTA.- 15 euros. Muy importante: al realizar el pago detallar el nombre y apellidos del participante, en la pasarela de pago de la inscripción.

DORSALES.- Serán asignados en el momento de la inscripción y tras la confirmación del banco. Los participantes ya inscritos podrán recoger el dorsal el viernes día 5 de abril entre las 19 h y las 21 h o el sábado día 6 de abril de 6h a 7h en el GureEtxea (Plaza de los Fueros).

RECORRIDOS.- Oficial: 48 km. Desnivel 2700 m larga
Reducido: 26 km. Desnivel 1200 m

Mediano 30 km Desnivel 1500m

INICIO.- 6 de Abril de 2019, a las 7:00 h. en el GureEtxea (Pza. Fueros).

CONTROLES Y AVITUALLAMIENTOS.- GureEtxea, Urbasa, Ziordia, Sorozarreta, Sarabe, GureEtxea

HORARIO DE CONTROLES

Hora de Salida de 7,00 a 7,15 h.

Control de Urbasa de 8,00 a 11,30 h.

Control de Ziordia de 9,00 a 13,30 h.

Control de Sorozarreta de 10,00 a 14,30 h.

Control sarabe de 11,30 a 17,30 h.

GureEtxea 10,00 a 18 h.

Observación: Los controles serán abiertos a partir del horario establecido.

ESTE EVENTO es una marcha no competitiva incluida en el calendario oficial de “marchas de largo recorrido” de las federaciones Vasca y Navarra de Montaña.

Sólo se acreditará la asistencia si se ficha en todos los controles y se finaliza la marcha. Se recomienda no superar los 6 Km/h de media.

EN TODO EL RECORRIDO Los participantes asumirán todas las decisiones de la organización. El recorrido está perfectamente marcado y apoyado en todos los puntos conflictivos.

ES OBLIGATORIO no desviarse del trayecto oficial y pasar por todos los controles. En caso de abandono de la prueba el participante está obligado a informar a los miembros de la organización.

ALTSASUKOMENDIGOIZALEAK apoyará, ayudará, etc. dentro del margen que permita el terreno o las condiciones climatológicas, se prestará asistencia en todo momento, pero no se responsabiliza de los percances que puedan originarse por lo que se aconseja estar federado.

Se contará con la presencia y ayuda de la DYA.

XII HIRUMENDIZERRARENIRIZPIDEAK

IZENEMATEA

Web gune hauen bitartez

- <http://www.zirkuitua.comwww.mendizmendi.com>

Inprimakiaren datu guztiak betetzearrigozkoa da. Martxoaren 1etik Apirilaren 3ra. Gehienez 700 partaide izanik

KUOTA.- 15 eurokoa da. Ohar garrantzitsua: Ordainketa egindakoan, partaidearen izena eta abizena aipatze beharrezkoa da.

DORTSALAKI izenemate momentuan eta bankuaren baieztapen jasotzean esleitu kodira.

Izena emanduzuen partaideak dortsala jaso dezakezue apirilaren 5an arratsaldeko 19etatik gaueko 21orduetara edo apirilaren 6ean goizeko 6etatik 7etara Altsasuko Foruenenparantzandagoen "Gureetxean".

IBILBIDEAK

- Ofiziala: 48km. 2700m-ko maldarekin.
- Murriztua: 26km. 1200m-ko maldarekin.

HASIERA

2019ko Apirilaren 6ean, goizeko 7etan Gureetxean (Foruenenparantza)

KONTROLGUNEAK ETA HORNIDURAK: Gureetxean, Urbasan, Ziordian, Sorozarretan, Saraben eta Gureetxean.

KONTROLGUNEEN ORDUTEGIA

Ateratze ordua : 7:00-7:15

Urbasa: 8,00 - 11,30

Ziordia : 9:00 -13:30

Sorozarreta: 11:00 -14:30

Sarabe: 10:30 -17:30

Gure Etxea: 13:00 -18:00.

Oharra: Kontrolguneak aurretik esandako ordutegian ireki kodira.

Ekitaldia ez da lehiakorra izango eta "ibilbideluzeen" barnean sartzen da, Euskal eta Nafarroko medien federazioaren eskutik.

Asistentzia, kontrolgune guztietatik eta martxa amaitzean soilik kontuan hartuko da.

6km/orduetatik ez pasatzeagomendatzen da.

IBILBIDE GUZTIAN ZEHAR: Parte hartzaileak antolakuntzarenerabakiak kontuan hartu koditu.

Ibilbide apuntatu guztietan ondo markatu dago.

ALTSASUKOMENDIGOIZALEAK ahalduen heinean lagunduko du. Hala ere, ez da

erantzule gogortatu ahaldirenarazotzeri dela eta, federatua egotea aholkatzen da. DY Aren laguntza ere izango du.