

# R E G L A M E N T O

## Art.1

El III. "DONOSTIAKO" HIRU MENDIAK, está organizado por Triku K.E.. La prueba está abierta a todos los deportistas de ambos sexos, federados o no.

## Art. 2

Este evento constará de tres pruebas englobadas en una única salida y constará de las siguientes pruebas y distancias:

MONTES	DISTANCIA	DESNIVEL
IGELDO	6.500 mts.	125 mts.
IGELDO+URGUL	9.600 mts.	125+124 mts.
IGELDO+URGUL+ULIA	15.300 mts.	125+124+122 mts.

## Art. 3

La salida se efectuará desde la arena de la playa de la Kontxa, frente al centro deportivo HEGALAK el día 13 de Diciembre de 2.015 a las 11:00 h.

Las transiciones entre montes se realizarán por la arena de las playas Kontxa, Ondarreta y Zurriola

## Art. 4

Categorías: Absoluta, Sub-23, Master 40

- Masculina
- Femenina

## Art. 5

Las inscripciones se realizarán a través de la página web [www.kirolprobak.com](http://www.kirolprobak.com) a partir del día 12 de Octubre de 2.015 hasta las 24:00 horas del día 10 de Diciembre de 2.015 o hasta completar el número de participantes que será de 100 en las dos primeras distancias y de 300 para los que opten por realizar las tres cimas.

Precio inscripción:

15 €	subida	IGELDO
18 €	subida	IGELDO+URGUL
20 €	subida	IGELDO+URGUL+ULIA

La inscripción incluye:

- participación en la carrera
- seguro de accidentes
- seguro responsabilidad civil

- regalo conmemorativo de la carrera
- avituallamientos
- asistencia médica
- servicio de duchas en el centro HEGALAK

#### **Art. 6**

Los dorsales podrán recogerse, de la siguiente manera:

- EL DIA PREVIOS A LA PRUEBA en el Centro Deportivo Hegalak.  
(horario de 11::00 a 13:00 Y DE 17:00 A 20:00)
- EL DIA DE LA PRUEBA en el Centro Deportivo Hegalak

La entrega de dorsales el día de la prueba finalizará 30 minutos antes del inicio de esta.

El dorsal deberá colocarse en el pecho mediante unos imperdibles que serán entregados por la organización, no podrá ser doblado ni recortado. Cualquier incumplimiento de este artículo será motivo de descalificación.

La organización otorgará un dorsal a cada distancia diferenciándolas por colores.

Para la retirada del dorsal es imprescindible presentar el DNI o documento oficial mediante el cual se pueda identificar al participante.

#### **Art. 7**

Los ganadores de cada una de las pruebas recibirán un premio según se citan, los ganadores deberán estar presentes en la ceremonia de entrega, si no perderán este derecho.

**Masculina Absoluta:**

- 1º Trofeo+Material Deportivo**
- 2º Trofeo+Material Deportivo**
- 3º Trofeo+Material Deportivo**

**Femenina Absoluta:**

- 1ª Trofeo+Material Deportivo**
- 2ª Trofeo+Material Deportivo**
- 3ª Trofeo+Material Deportivo**

**Sub23 y Master 40 (Masculino y Femenino)**

- 1º Trofeo + Material Deportivo**

Para el resto de participantes se sorteará al final de la ceremonia de entrega de premios diversos regalos.

#### **Art. 8**

El cronometraje de la prueba se realizara mediante medición convencional.

Con el fin de evitar suspicacias la organización colocará en puntos estratégicos del recorrido controles de paso.

La organización situará en los puntos del recorrido más complicados personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado.

La organización marcará y señalizará el recorrido mediante señales, cintas, conos etc...

#### **Art. 9**

La prueba tiene un carácter popular, es decir, no es necesaria licencia para su participación.

Si la prueba se suspende por fuerza mayor, como inundaciones, desprendimientos, vientos fuertes, etc..., la organización no devolverá el importe de la inscripción.

Al tratarse de una carrera popular la organización no se hace responsable de los problemas de salud derivados de la participación de los corredores en la misma.

En caso de accidente, el participante exime de toda responsabilidad a los organizadores.

Por ello se apela a la responsabilidad de los corredores y corredoras y **SE RECOMIENDA LA REALIZACIÓN DE UN CHEQUEO MÉDICO.**

Se dispondrá de personal médico y ambulancias en puntos estratégicos del recorrido para intervenir en caso de necesidad.

Tanto el médico como los responsables de la prueba podrán retirar de la competición a un corredor, cuando consideren que éste tiene mermadas sus capacidades físicas o técnicas a causa de la fatiga o sus condiciones no sean las apropiadas para continuar en carrera.

#### **Art. 10**

Existirá un avituallamiento cada 5 km ubicados en lugares de fácil suministro.

Se pide a los/las participantes la máxima consideración con el entorno, sobre todo a la hora de deshacerse de residuos tales como vasos, plásticos, etc. Casi toda la carrera se desarrolla en un entorno de alto valor natural y ecológico. Los vasos deberán depositarse en el mismo sitio, evitando dejarlos tirados en el camino. No tirar basura fuera de los lugares preparados para ello. El no cumplimiento de esta norma dará derecho al personal de la organización a descalificar al que no la cumpla.

#### **Art. 11**

Las clasificaciones de la prueba se mostrarán en la web ([www.kirolprobak.com](http://www.kirolprobak.com).) al día siguiente.