

GORBEIA SUZIEN 2021



2021

**LASTERKETA GIDA
GUIA DEL CORREDOR
ROADBOOK**

LASTERKETA GIDA | GUÍA DEL CORREDOR | ROADBOOK

KARTEL OFIZIALA - BABESLEAK

Cartel oficial - Patrocinadores

GORBEIA SUZIEN

SKYRACE
31 KM 2400M

21K
21 KM 1200M

GOLDENTRAIL NATIONALSERIES

SKYRUNNER WORLD SERIES

gorbeiasuzien.eus

EGITARRAUA 2021

PROGRAMA

IRAILAREN 24an, ostirala

19:00 Igoerako kultur aretoan "CORRIENDO POR LA VIDA" filma eta gero Juan Dual-en hitza. En la sala de cultura de Igoie proyección de la película "CORRIENDO POR LA VIDA" y después charla con Juan Dual.

IRAILAREN 25ean, larunbata

11:00 Umeen lasterketarako lehen-ematea. Inscripción para la carrera infantil.
12:00 Umeen lasterketaren irteera. Salida de la carrera infantil.
13:00 Herri kirolak umentzako. Deporte rural para niños.
17:00-20:00 Dortsal banaketa. Reparto de dorsales.
18:00 Briefing-a. Hitza. Charla técnica.
19:00 Tio Terenem Semeak dantza ikuslaruna. Espectáculo de baile.

IRAILAREN 26an, igandea

8:00-9:30 Dortsal banaketa. Reparto de dorsales.
9:30 SKYRACE Korrikalarien material ikuskapena. Revisión de material de los corredores/as.
9:45 SKYRACE Korrikalari guztiak irteeran. Todos/as los/as corredores/as en la salida.
10:00 SKYRACE Lasterketaren irteera. Salida de la carrera.
11:00 21K Korrikalarien material ikuskapena. Revisión de material de los corredores/as.
11:15 21K Korrikalari guztiak irteeran. Todos/as los/as corredores/as en la salida.
11:30 21K Lasterketaren irteera. Salida de la carrera.
15:00 Sari banaketa. Reparto de premios.

*Asteburun sahar bazkaltze eta afalezko eskaintza eritza (sagar-olatu, herriko taberna, taberna, foodtruck...)
Durante todo el fin de semana tendremos amplia oferta gastronómica: bares, tab, foodtrucks...
*Asteburun sahar merkatu bat (sagar-olatu, produktu eta material deskontziatuta).
Durante todo el fin de semana tendremos un mercado compuesto por diferentes productos y materiales.
*Asteburun sahar, herriko musika erakutsia (dantza-erakutsia, sagar-olatu).
Será obligatorio el uso de la mascarilla en el pueblo durante todo el fin de semana.

AURKIBIDEA

Índice

- 1.- **HERRIKO MAPA** | *Mapa de la localidad*
- 2.- **DORTSALAK** | *Dorsales*
- 3.- **OSASUN ADIERAZPENA** | *Declaración de salud*
- 4.- **DERRIGORREZKO MATERIALA** | *Material obligatorio*
- 5.- **KORRIKALARIEN POLTSA** | *Bolsa del corredor*
- 6.- **LASTERKETEN DATU TEKNIKOAK** | *Datos técnicos*
- 7.- **IRTEERA ETA HELMUGA** | *Salida y llegada*
- 8.- **ANOAGUNEAK** | *Avituallamientos*
- 9.- **DENBORA MUGAK** | *Limites horarios*
- 10.- **DUTXA, KONTSIGNA ETA KOMUNAK** | *Ducha, consigna y baños*
- 11.- **BAZKARIA** | *Comida*
- 12.- **ZAINDU NATURA** | *Medio ambiente*
- 13.- **SEINALEAK** | *Señalización*
- 14.- **APARKALEKUAK** | *Aparcamientos*
- 15.- **ARAUDIA** | *Reglamento*

1.- HERRIKO MAPA | Mapa del pueblo

ZEANURIKO
PLANOA

PLANO DE
ZEANURI

1. ANTOLAKUNTZA GORBEIA SUZIEN

2. BRIEFING-A PROIEKZIOA SARI BANAKETA

3. BOXA IRTEERA ETA HELMUGA

4. OSPITALEA

5. ANBULANTZIA

6. FRONTOIA DORTSALAK KONTSIGNA

7. WC

8. MASAJE GUNEA

9. UR MANGERAK

10. ANOAGUNEA

11. FOOD TRUCK

12. SUKALDEA

13. STAND-AK

14. CARAVANING GUNEA ETA PARKING-A

15. GORBEIA SUZIEN: BAZKARIRAKO TXARTELAK KAMISETAK

1. ORGANIZACIÓN GORBEIA SUZIEN

2. BRIEFING PROYECCIÓN ENTREGA DE PREMIOS

3. BOXES SALIDA Y META

4. HOSPITAL

5. AMBULANCIA

6. FRONTÓN DORSALES CONSIGNA

7. WC

8. SALA DE MASAJES

9. MANGUERAS AGUA

10. AVITUALLAMIENTO

11. FOOD TRUCK

12. COCINA

13. STANDS

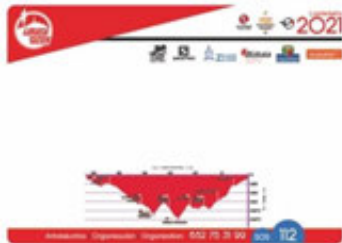
14. CARAVANING PARKING

15. GORBEIA SUZIEN: TICKETS DE COMIDA CAMISETAS

www.gorbeiasuzien.eus

2.- DORTSALAK | *Dorsales*

2.1.- SKYRACE ETA 21K DORTSALAK | *Dorsales*



2.2.- ORDUTEGIA | *Horario*

LARUNBATA: 17:00 – 20:00

IGANDEA: 08:00 – 09:30

- Dortsala jaso aurretik, begiratu zerrendetan zein zenbaki duzun.
- Sarreran eskuak gelarekin garbitu behar dira eta musukoarekin sartu behar da, distantzia sozialak mantenduz.
- NAN-a aurkeztea derrigorrezkoa da, eta norberak hartu behar du dortsala, ezin da beste inoren dortsalik hartu.
- COVID ziurtagiria erakustea derrigorrezkoa izango da, edo bestela, “*osasun deklarazioa*” beteta ekartzea.
- Dortsala jasotzerakoan eskumuturrekoa jarriko da eta derrigorrezkoa izango da denbora guztian jarrita eukitea.

SÁBADO: 17:00 – 20:00

DOMINGO: 08:00 – 09:30

- Antes de recoger el dorsal, buscar vuestro número en las listas.
- A la entrada, habrá que limpiarse las manos con gel, utilizar la mascarilla y guardar la distancia.
- Será obligatorio mostrar el DNI, y cada uno tiene que recoger en persona su dorsal, NO se puede recoger el dorsal de otro.
- Será obligatorio enseñar el justificante de vacunación COVID, o traer el documento de declaración de salud rellenado.
- Tras asignar el dorsal se colocará una pulsera, y será obligatorio utilizarla todo el tiempo.



GORBEIA SUZIEN 2021

2.3.- DORTSALEN ZERRENDA | Lista de dorsales

2.3.1.- SKYRACE 31K

<https://gorbeiasuzien.eus/skyrace.pdf>

2.3.2.- 21K

<https://gorbeiasuzien.eus/21k.pdf>

3.- OSASUN ADIERAZPENA | Declaración de salud -----

3.1.- COVID ARAUDIA | Normativa COVID

Dortsala hartzerako unean, COVID txerto ziurtagiria erakutsi beharko da, eta bestela, osasun deklarazioa beteta ekarri.

Maskara jantzita izatea derrigorrezkoa izango da:

- Herriko plazan eta bertako guneeetan.
- Anoa-guneetan.
- Irteeran eta lasterketako lehen 500 metroetan.
- Helmuga pasatu ta jarraian.

En el momento de recogida del dorsal hay que enseñar el justificante de vacunación COVID, o si no, la declaración de salud rellena.

Será obligatorio el uso de la máscara:

- En el casco urbano y en las diversas zonas del pueblo.
- En los avituallamientos.
- En la salida, hasta los primeros 500m de carrera.
- Una vez cruzada la meta.

3.2.- OSASUN DEKLARAZIOAREN ORRIA | Hoja de declaración

Deskargatu horria hemen eta ekarri beteta:

https://gorbeiasuzien.eus/Anexo1_covid.pdf

4.- DERRIGORREZKO MATERIALA | *Material obligatorio*

Haizearen kontrako jaka eramatea derrigorrezkoa izango da, mahuka luzeduna eta txanoduna. Txano gabekoa izatekotan, aparteko txapela, buffa edo burua osorik estaltzen duen janzkiren bat eraman beharko da.

Eguraldiaren arabera, antolakuntzak beharrezko material gehigarria eska dezake, adibidez, manta termikoa edo euritarako jaka.

Adierazten den lekuetan maskara erabiltzea derrigorrezkoa izango da. Proba osoan zehar, **maskara 2** izan beharko dituzue aldean.

Anoa-guneetan ez da edalontzirik egongo, korrikalari bakoitzak eraman beharko du bere edalontzia.

Lasterketako pultsera jarrita une oro.

***Gomendagarria:** manta termikoa eramatea.*

Obligatoriedad de **cortaviento**. De la talla correspondiente, con mangas largas y capucha. En el caso de carecer de capucha, se acompañará de gorro, braga, buff o similar, que cubra la cabeza en su totalidad.

Dependiendo de la climatología, se podrá pedir material adicional, como manta térmica o chaqueta de lluvia.

Durante la prueba el corredor deberá ir acompañado de **2 máscaras**, que serán de uso obligatorio en las zonas señaladas.

En los avituallamientos no habrá vasos, cada corredor deberá llevar su vaso.

Será obligatorio llevar la **pulsera de la carrera**.

***Recomendable** llevar manta térmica.*

5.- LASTERKARIEN POLTSA | *Bolsa de corredor*

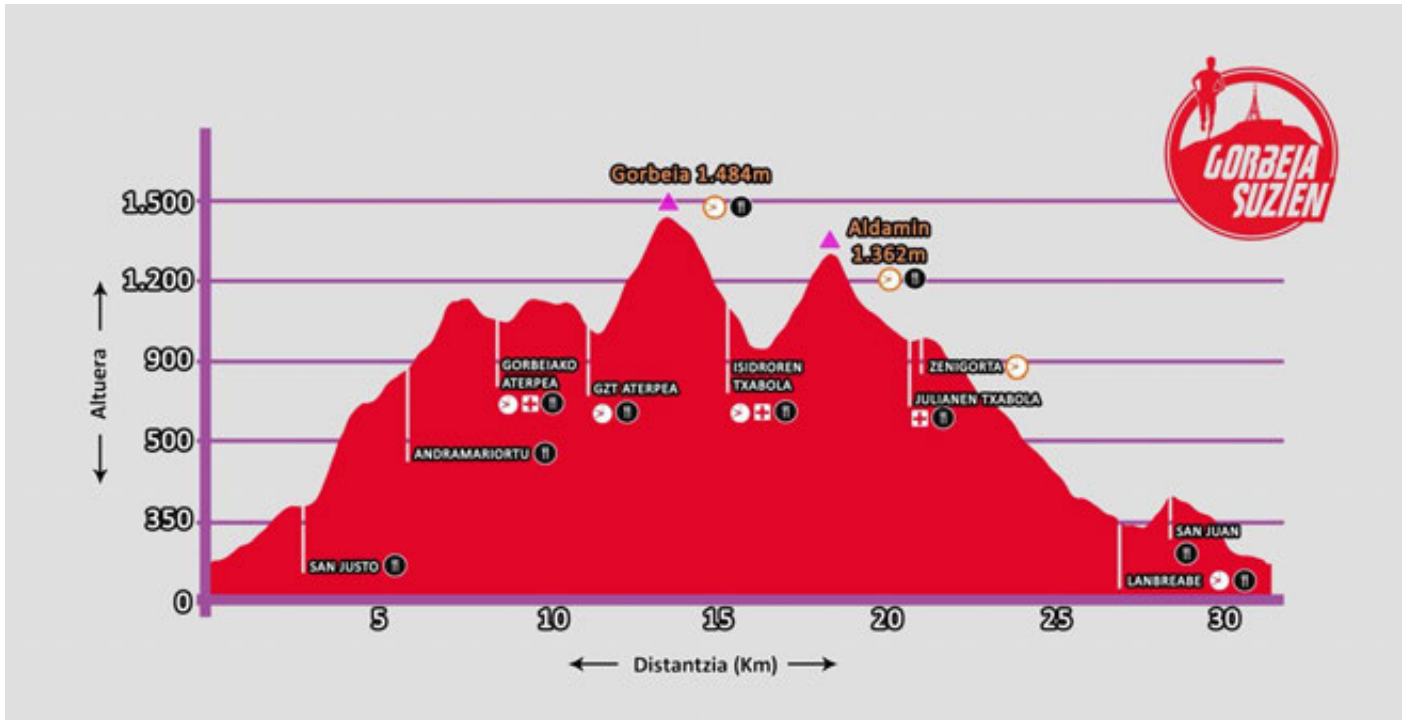
Dorsala hartzerakoan, lasterkari poltsa jasoko duzue lasterketako opariekin, dortsalarekin, eskumuturrekoarekin, etab.

A la recogida del dorsal se entregará la bolsa de corredor con los regalos para el corredor, el dorsal, la pulsera, etc.

GORBEIA SUZIEI 2021

6.- DATU TEKNIKOAK | *Datos técnicos* -----

6.1 – SKYRACE PERFILA | *Perfil*



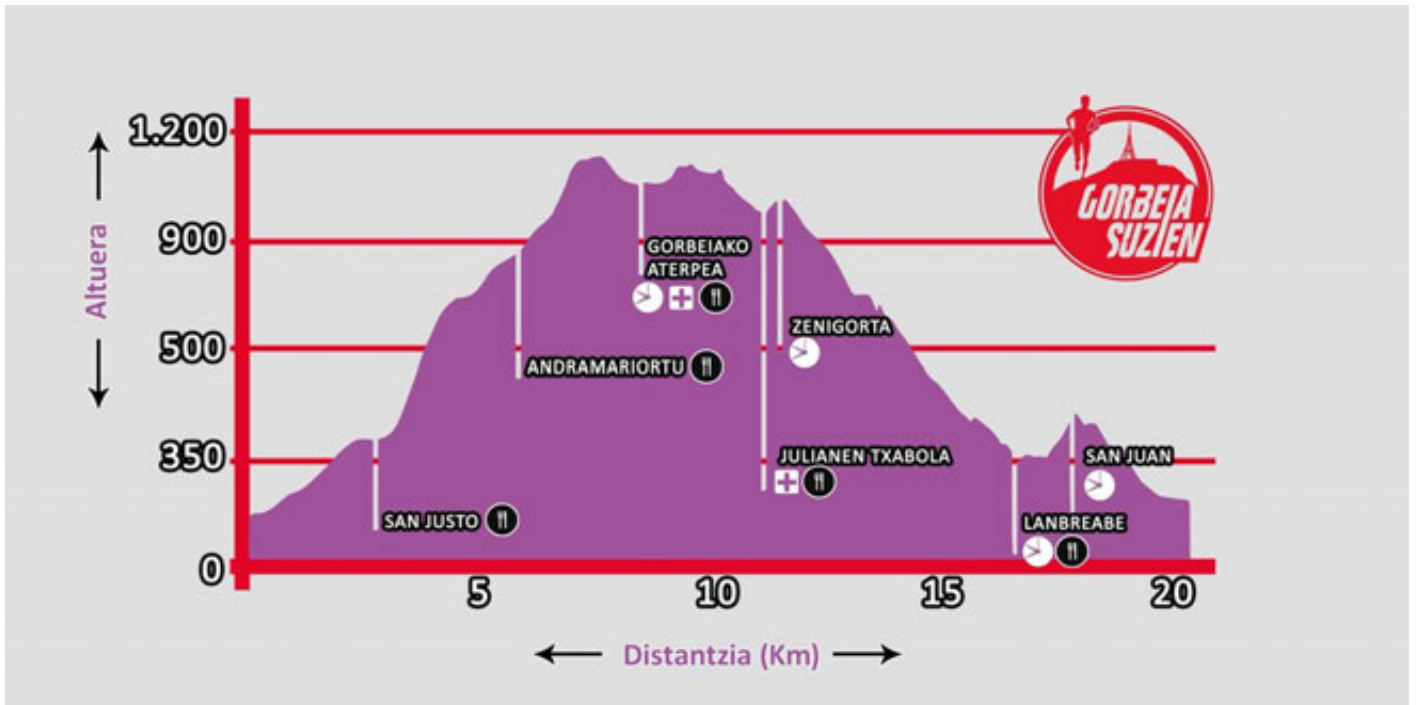
6.2 – SKYRACE MAPA | *Mapa*





GORBEIA SUZIEI 2021

6.3 – 21K PERFILA | Perfil



6.4 – 21K MAPA | Mapa



7.- IRTEERA ETA HELMUGA | Salida y Llegada -----

7.1.- SKYRACE

Irteerako orduan, **2 kajoi** egongo dira:

- 1. Kajoia 1- 200 bitartekoak
- 2. Kajoia 201- 600 bitartekoak

Derrigorrezkoa bertara maskara jantzita sartzea eta une oro antolakuntza taldearen azalpenak jarraitzea.

Lasterketako lehenengo 500 metroak maskara jantzita egin beharko dira.

Behin helmuga pasatuta, maskara jantzi beharko da.

La salida se compone de **2 cajones**.

- 1º cajón..... 1-200
- 2º cajón..... 201-600

Obligatorio entrar al cajón correspondiente con mascarilla, y atender a las indicaciones de la organización

Los primeros 500m. de carrera la mascarilla deberá ir correctamente colocada.

Una vez cruzada la meta, será obligatorio ponerse la mascarilla.

7.2.- 21K

Kajoi bakarra egongo da.

Derrigorrezkoa bertara maskara jantzita sartzea eta une oro, antolakuntza taldeko azalpenak jarraitzea.

Lasterketako lehenengo 500 metroak maskara jantzita egin beharko dira.

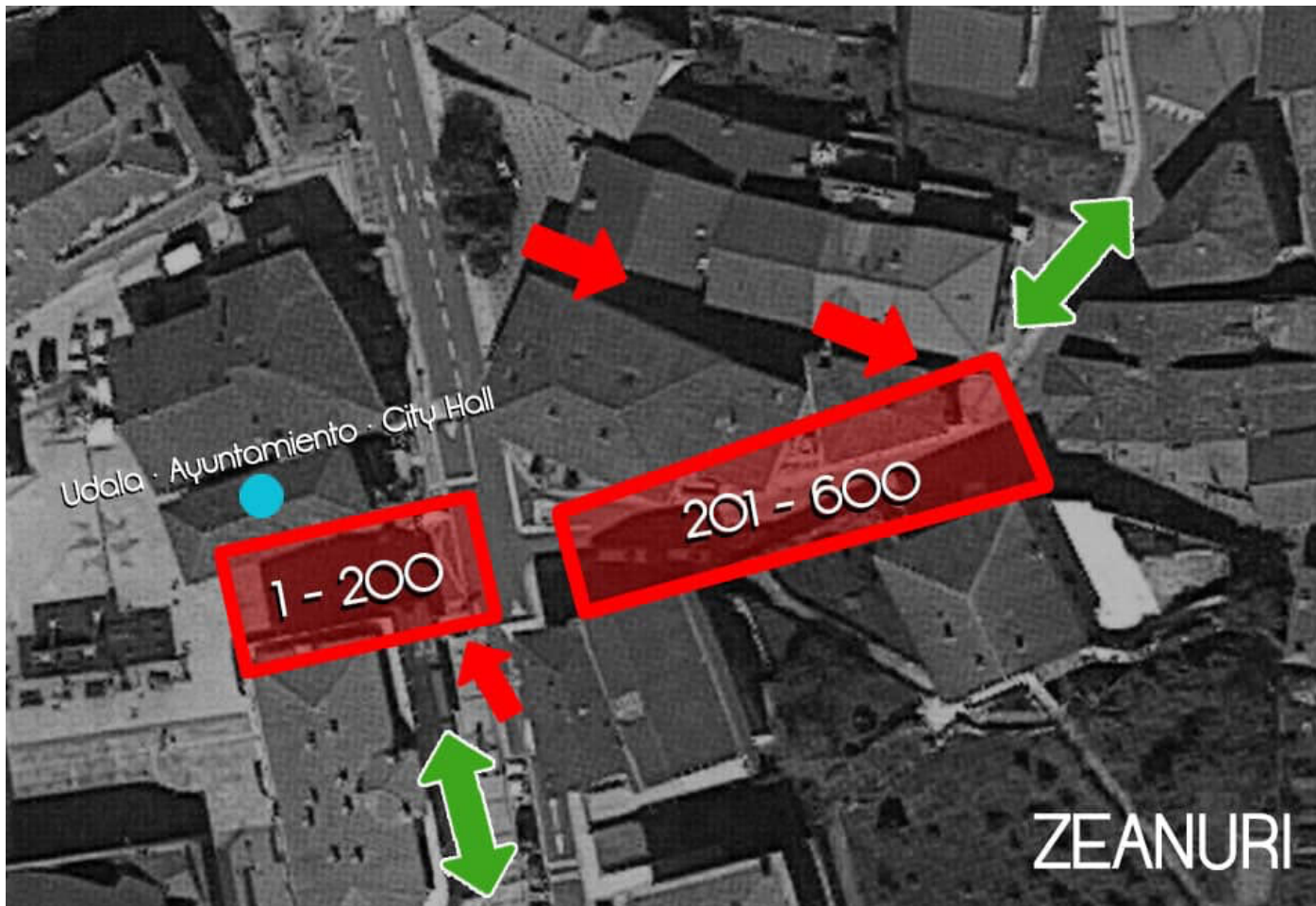
Behin helmuga pasatuta, maskara jantzi beharko da.

Habrá un único cajón.

Obligatorio entrar al cajón con mascarilla y atender a las indicaciones de la organización

Los primeros 500m. de carrera la mascarilla deberá ir correctamente colocada.

Una vez cruzada la meta, será obligatorio ponerse la mascarilla.



8.- ANOAGUNEAK | *Avituallamientos*-----

Lasterketa bakoitzeko perfiletan agertzen dira zehaztuta non dauden kokatuta. Bertara sartzeko maskara jartzea derrigorrezkoa da eta bertako arduradunaren argibideak jarraitu beharko dira. Korrikalariak ezin izango dute janaririk ikutu, antolakuntzakoek emango diote eskatutakoa eskura. Anoagune eremua seinalizatuta egongo da.

En el perfil de cada carrera se especifica la ubicación de los avituallamientos. Sera obligatorio el uso de la mascarilla para entrar al avituallamiento, asi como seguir estrictamente las ordenes que nos den los responsables del avituallamiento. Los corredores NO podrán tocar la comida, por lo que esta será facilitada por las personas de la organización. Las zonas de avituallamiento están debidamente señalizadas.

KANPOKO LAGUNTZA · AYUDA EXTERNA · OUTSIDE HELP

HASIERA
INICIO
START

AMAIERA
FIN
END



9.-DENBORA MUGAK | *Limite horario*-----

9.1.- SKYRACE

6 ordu eta 30 minutu, izango da lasterketa burutu ahal izateko gehienezko denbora. Antolakuntzak korrikalaria kanporatu dezake, tarteko kontroletan aurreikusitako denbora mugak betetzen ez baditu.

Adi egon, antolakuntzak gure dorsala laser pistola bidez klikatuko du kontrolen baten.

6 horas y 30 minutos es el tiempo máximo estipulado para terminar la carrera. La organización podrá descalificar al corredor que no llegue al control intermedio en el horario establecido.

Atención donde la organización chequee nuestro dorsal mediante pistola láser.

KONTROLA / CONTROL	KM	ORDUA / HORA	DENBORA / TIEMPO
Gorbeiako aterpea	9	12:00	120 min
GZT aterpea	12	12:30	150 min
Isidron txabola	16	13:30	210 min
Zenigorta	21	15:00	300 min
Lanbreabe	27	15:45	345 min

9.2.- 21K

4 ordu eta 30 minutu, izango da lasterketa burutu ahal izateko gehieneko denbora.

4 horas y 30 minutos, es el tiempo máximo estipulado para terminar la carrera.

KONTROLA / CONTROL	KM	ORDUA / HORA	DENBORA / TIEMPO
Gorbeiako aterpea	9	13:30	120 min
Zenigorta	11	14:30	180 min
Lanbreabe	17	15:15	225 min

10.- DUTXA-KONTSIGNA-KOMUNAK | *Ducha-Consigna-WC*

EZ da dutxa zerbitzurik egongo lasterketa amaieran.

Zapatillak mangerarekin garbitzerakoan, derrigorra 1,5 metroko distantzia mantentzea.

Dorsal banaketan azalduko zaizue konsignaren funtzionamendua.

Herrian zehar adierazita egongo da komun publikoen kokapena.

NO hay servicio de duchas al finalizar la carrera.

En la zona de limpieza de zapatillas con la manguera será necesario mantener la distancia de seguridad de 1.5 m

A la entrega de los dorsales, se explicará el funcionamiento de la consigna.

En los mapas y mediante carteles se indicará la situación de distintas zonas de WC.

11.- BAZKARIA / *Comida*-----

Helmugako anoagunean lasterkariak janari poltsa bat hartuko dute. Janaria “take away” formatoan izango da bakoitzak bere janaria eraman dezan.

En el avituallamiento de meta los/las corredores/as reciben una bolsa. La comida se sirve en formato “take away”, para que el corredor se lleve la comida.

12.- NATURA ZAINDU | *Medio ambiente*

Lasterkari bakoitzak paper eta plastiko denak anoa postuetako zaborrontzietan utzi beharko ditu.

Guztiz debekatuta dago, ezer lurrera botatzea.

Markatutako bideetatik ez irten.

Arau hauek ez betetzeak lasterketatik kanporatzea ekar dezake.

Cada corredor deberá depositar los papeles, plásticos y residuos que vaya generando en los cubos correspondientes de cada avituallamiento.

Está totalmente prohibido arrojar basura al suelo.

No salir de los caminos marcados.

El no cumplimiento de estas normas puede tener como consecuencia la eliminación de la carrera.

GORBEIA SUZIEI 2021

13.- SEINALEAK | Señales

Zinta eta banderekin seinalizatuta egongo da ibilbide osoa.
Geziak eta oharrak ere ikusi ahalko dira, kasu egin guztiei.

El recorrido estará marcado con cinta y banderas identificativas.
Puede que haya alguna flecha, nota etc, haced caso a todas.



4.-APARKALEKUAK | Aparcamientos

Adierazitako tokietan (ikusi herriko mapa) aparkatzeko gunere bereziak egongo dira, herriaren inguruan.

Furgoneta eta autokarabana gunea ere prest egongo da, komun publikoak ondoan dituztelarik.

Bertan lanean ibiliko diren antolakuntzako kideei erreztu diezaiegun euren lana, eta euren esanetara aparkatu dezagun.

En los lugares señalados (ver mapa del pueblo) habrá zonas de aparcamiento, alrededor del pueblo.

Las furgonetas y autocaravanas tendrán su área asignada con WC públicos.

Seamos comprensivos con la gente de la organización asignada para ayudar a organizar el parking.



GORBEIA SUZIEN 2021

15.- ARAUDIA / Reglamento

<https://www.gorbeiasuzien.eus/reglamento>