

KME 2026 ARAUDIA

1. **Data eta lekua:** X Kolazinoko Mendi Eguna 2026ko martxoaren 14an ospatuko da Bediako (Bizkaia) herrian. Proben artea orduak honako hauek izango dira:

- a. Mendi-martxa: 08:00etan.
- b. Mendi-lasterketa luzea (24 km): 10:00etan.
- c. Mendi-lasterketa laburra (17 km) eta Junior kadete lasterketa (13K): 11:30ean.

2. **Ibilbideak:** Proba honek hiru ibilbide ditu:

- a. Mendi-martxa – Mendi-lasterketa laburra: 17 kilometro eta 1050 metroko goranzko desnibela.
- b. Mendi-lasterketa luzea: 24 kilometro eta 1700 metroko goranzko desnibela.
- c. Junior eta Kadete lasterketa: 13,4 kilometro eta 700 metroko goranzko desnibela.

Ibilbide guztiak, gehienbat, Mandoia mendilerroan zehar igarotzen dira.

3. **Parte-hartzea:** Lasterketa luzean (24K) 18 urtetik gorakoek parte hartu ahal izango dute. Antolakuntzak, hala ere, 20 urtetik gorakoak izatea gomendatzen du.

Lasterketa laburrean (16K) eta mendi-martxan 18 urtetik gorakoek parte hartu ahal izango dute. Salbuespen gisa, 15 urtetik gorakoek parte hartu ahal izango dute, baldin eta guraso edo tutorearen baimena badute eta beti heldu batek lagunduta badoaz.

15 eta 18 urte bitarteko korrikalariarentzat antolakuntzak 13,4 kilometroko eta 700 metroko goranzko desnibeleko ibilbide egokitua prestatuko du, beren baldintza fisikoetara egokituta.

Proba bakoitzeko gehieneko parte-hartzaile kopurua honakoa izango da:

- Mendi-lasterketa luzea: 300 parte-hartzaile.
- Mendi-lasterketa laburra: 200 parte-hartzaile (gazteak eta kadeteak barne).
- Mendi-martxa: 150 parte-hartzaile.

4. **Kategoriak:**

- 1) **24K Mendi-lasterketa:**

- a) Absolutua: gizonezkoak eta emakumezkoak.
- b) Beteranoak: gizonezkoak eta emakumezkoak (proba-egunean 40 urte edo gehiago dituztenak).
- c) Promesak: gizonezkoak eta emakumezkoak (21 urte dituzten edo urtean zehar beteko dituzten korrikalariak, eta abenduaren 31a baino lehen 24 urte betetzen ez dituztenak).
- d) Arratia Haraneko lehenengo gizonezkoa eta emakumezkoa.

- 2) **16K Mendi-lasterketa:**

- a) Absolutua: gizonezkoak eta emakumezkoak.
- b) Junior: gizonezkoak eta emakumezkoak.
- c) Arratia Haraneko lehenengo gizonezkoa eta emakumezkoa.

3) **Gazte eta Kadete Lasterketa:**

- a) Gazteak: gizonezkoak eta emakumezkoak (17 urte dituzten edo urtean zehar beteko dituzten, eta abenduaren 31a baino lehen 19 urte betetzen ez dituzten korrikalariak).
- b) Kadeteak: gizonezkoak eta emakumezkoak (15 urte dituzten edo urtean zehar beteko dituzten, eta abenduaren 31a baino lehen 17 urte betetzen ez dituzten korrikalariak).

5. **Izen-emateak:**

Hiru probetan, federatutako korrikalariak izena emateko epea 2025eko abenduaren 8an irekiko da, 10:00etan; eta federatu gabeentzat, abenduaren 10ean, 10:00etan. Izen-emate guztiak honako orrialdean egin ahal izango dira: <https://sportmaniacs.com/es>.

Izena emateko epea 2026ko martxoaren 4an itxiko da, 00:00etan. (Lehenago izena emandakoren batek atzera eginez gero, ordaindutakoaren %80 itzuliko da, beti ere ezeztatzea 2026ko otsailaren 21a baino lehen egiten bada; data horretatik aurrera antolakuntzak ez du dirurik itzuliko).

6. **Izen-emate prezioak:**

Antolakuntzak bi prezio-tarte ezarri ditu, izena emateko dataren arabera.

1) **24K Mendi-lasterketa:**

- a) **Abenduaren 8tik urtarrilaren 21era:** Mendi federatuak: 32 € (2026rako federatuta dauden edo 2026an federatuko diren korrikalariak).
- b) **Abenduaren 10etik urtarrilaren 20ra:** Mendi federatu gabeak: 35 €.
- c) **Urtarrilaren 22tik martxoaren 4ra:**
 - i) Mendi federatuak: 37€ (2026rako federatuta dauden edo 2026an federatuko direnak).
 - ii) Mendi federatu gabeak: 40 €.

2) **16K Mendi-lasterketa eta Gazte/Kadete Lasterketa:**

- a) **Abenduaren 8tik urtarrilaren 21era:** Mendi federatuak: 25€ (2026rako federatuta dauden edo 2026an federatuko diren korrikalariak).
- b) **Abenduaren 10etik urtarrilaren 20ra:** Mendi federatu gabeak: 27 €.
- c) **Urtarrilaren 22tik martxoaren 4ra:**
 - i) Mendi federatuak: 30€ (2026rako federatuta dauden edo 2026an federatuko direnak).
 - ii) Mendi federatu gabeak: 32€.

3) **Mendi-martxa:**

- a) **Abenduaren 8tik otsailaren 20ra:** Mendi federatuak: 25€ (2026rako federatuta dauden edo 2026an federatuko diren parte-hartzaileak).
- b) **Abenduaren 10etik otsailaren 20ra:** Mendi federatu gabeak: 27 €.
- c) **Otsailaren 21tik martxoaren 4ra:**
 - i) Mendi federatuak: 30€ (2026rako federatuta dauden edo 2026an federatuko direnak).
 - ii) Mendi federatu gabeak: 32€.

Izen-ematearen ordainketarekin, parte-hartzaileek proban parte hartzeko eskubidea izango dute, baita zerbitzu hauek ere: hornidura guneak, osasun laguntza, oparipoltsa, lasterketa osteko bazkaria eta dagozkien aseguruak (istripuen eta erantzukizun zibilekoak).

Hala ere, ekitaldia bertan behera uzten bada edo atzeratzen bada ezinbesteko arrazoiengatik edo ustekabeko egoerengatik (adibidez, eguraldi txarra —alerta meteorologiko horia baino handiagoa—, agintarien edo federazioaren gomendioak, osasun-alertak, eta abar), antolakuntzak ez du izen-ematearen zenbatekoa itzuliko.

7. **Seinalizazioa:** Ibilbidea behar bezala seinaleztatuta egongo da, kartel adierazgarriekin eta ondo ikus daitezkeen zintaz balizatuta. Gutxienez 5 kilometroko tarteetan erreferentzia kilometrikoak egongo dira.

24K lasterketako ibilbidea **laranja koloreko** seinaleekin markatuko da; 16K lasterketakoa, **hori kolorekoekin**; eta Kadete/Gazte lasterketakoa, **urdin kolorekoekin**. Hiru lasterketak bat datozen tarteetan, markak **laranja/horiak eta urdinak** izango dira.

8. **Kontrolak:** Probaren garapenean, antolakuntzak **7 kontrol-puntu** ezarri ditu 24K lasterketaren ibilbidean, eta **5 kontrol-puntu** 16K lasterketaren ibilbidean.

Parte-hartzaile guztiek nahitaez igaro beharko dute puntu horietatik, eta bertan araudiaren arabera pasabide-kontrolak egingo dira.

Kontrol-puntuen kokapena ibilbideen mapetan eta profil grafikoetan zehaztuta dago.

9. **Hornidura-guneak:** Honako hornidura-puntu hauek egongo dira:
- 16K Mendi-lasterketa eta Mendi-martxa: **4 hornidura-puntu**.
 - 24K Mendi-lasterketa: **5 hornidura-puntu**.
 - Gazte eta Kadete Lasterketa: **3 hornidura-puntu**.

Puntu horietan parte-hartzaileei produktu solidoak eta likidoak eskainiko zaizkie (ura, isotonikoak, fruta, etab.). Hornidura-puntu horien kokapena ibilbideen mapetan eta profil grafikoetan agertzen da.

10. **Denbora-muga puntuak:** lau tarteko puntu ezartzen dira, non denbora-mugak kontrolatuko diren, eta horiek igaro ezean kanporatuak izango diren parte hartzaileak:
1. **Ereño** (24K lasterketako km 5) – Pasatzeko gehieneko denbora: 12:15.
 2. **Mandoia** (24K lasterketako km 12; 16K eta Mendi Martxako km 7) – Pasatzeko gehieneko denbora: 13:00.
 3. **Aztegieta** (24K lasterketako km 18; 16K eta Mendi Martxako km 14; 12K lasterketako km 10) – Pasatzeko gehieneko denbora: 13:45.
 4. **Helmuga: 14:30ean** helmugako sarrera itxiko da, eta proba guztietan denbora gairatu duten parte-hartzaileak kanpo geratuko dira.

Antolakuntzak eskubidea du kontrol-puntuetako denbora-mugak betetzen ez dituzten korrikalariak probatik ateratzeko. Antolakuntzako identifikatutako pertsonak izango dute horretarako ardura.

Antolakuntzaren jarraibideak betetzen ez dituzten korrikalariak automatikoki deskalifikatuko dira. Horiekin batera beste hauek ere: probaren arauak urratzen dituztenak, ibilbidea osatu ez dutenak, dortsala araudiaren arabera ez daramatenak edo jarrera kirol gabea duten parte-hartzaileak.

Deskalifikatutako parte-hartzaileek dortsala antolakuntzako kideei eman beharko diote, hurbilen dagoen kontrol-puntuari, eta antolakuntzaren jarraibideak betetz irtengo dira probatik. Dorsalak probaren amaieran kronometraje-gunean jaso daitezke.

Antolakuntzak lasterketaren itxiera ezarriko du **lehiaketa-probetan**: 24K, 16K eta Gazte/Kadete lasterketak. Antolakuntzako kideek eskubidea dute proba utzi arazteko, arauak edo denbora-mugak betetzen ez dituzten korrikalariei.

11. **Segurtasuna**: Antolakuntzak eskubidea du ibilbidea bide alternatiboetara aldatzeko eta beharrezko aldaketak egiteko, egoera ezberdinen arabera, baita probak bertan behera uzteko, eguraldi edo derrigorrezko arrazoiengatik.

Kasu horietan, korrikalariek derrigorrez bete beharko dituzte antolakuntzako kideen eta boluntarioen jarraibideak. Jarraibideak betetzen ez dituzten korrikalariek beren ekintzen erantzukizuna hartu eta antolakuntza salbuetsi egingo dute.

12. **Beharrezko materiala**: EMF-k ezarritakoaren arabera, material hauek derrigorrez eraman beharko dira:

- Haizetik babesteko kaputxadun jaka; edo, kaputxarik gabeko jaka, buff edo txanoarekin konbinatuta. Eguraldi txarra egonez gero, antolakuntzak 10.000 mm ur zutabeko haizetetik babesteko jakak eskatu ahal izango ditu.
- 2x2 m-ko gutxieneko manta termikoa.
- Likidoak edateko softflask, edalontzi edo bestelako ontzi berrerabilgarriak. Antolakuntzak eskubidea du derrigorrezko materiala gehitzeko beharrezkoa bada. Derrigorrezko materiala ez duten korrikalariek **parte-hartzea debekatuta** izango dute.

13. **Jokabiderako eta bastoiak erabiltzeko arauak**:

- Korrikalariek bastoiak ia ibilbide osoan erabil ditzakete, baina bakarrik hornidura puntutan utzi edo hartu ahal izango dituzte.
- Lehen 2 km-etan ez da bastoirik erabiliko, eta puntak gorantz eramango dira.
- Hiru lasterketetan (24K, 16K eta Gazte/Kadeteena) parte-hartzaile ez diren pertsonak laguntzea eta hornidura puntuetatik kanpo laguntza jasotzea debekatuta dago.
- Taldeek korrikalariei bakarrik lagundu diezaieke hornidura puntuetatik 100 metro lehenago edo 100 metro ondoren.
- Korrikalariek besteak aurreratzea errazten saiatuko dira, segurtasuna eta erosotasuna mantentzeko.
- **Guztiz debekatuta dago txakurrarekin korrika egitea**, horrek jarraian deskalifikazioa ekarriko du, lehiaketa denak EMF barne daudenez hori ezinezkoa delako.
- Korrikalariek antolakuntzaren eta boluntarioen jarraibideak bete behar dituzte helmugara heldu arte, eta baita lasterketa amaitu ondoren ere.

14. **Larrialdietan laguntzea**:

- Parte-hartzaileek derrigorrez lagundu beharko diete laguntza behar dutenei eta edozein istripu kontrol-puntuetan jakinarazi.
- Laguntza ukatzen dutenak **deskalifikatu egingo dira** eta ez dute sari edo sailkapenik izango.

15. **Osasun-laguntza**:

- Antolakuntzak zerbitzu medikuak jarriko ditu ibilbideko punturik estrategikoenetan eta irteera/helmuga guneetan.
- Osaun zerbitzuak hauek izango ditu: osasun-langile kualifikatua duen 4x4 ibilgailua, oinarritzko laguntzarako anbulantzia eta helmugako aurrerapen postua. Horrez gainera, hornidura puntu guztietan botikinak egongo dira.

16. **Dortsalen banaketa**:

- Bediako plazan egingo da, lasterketaren aurreko egunean (martxoak 14) 18:00etatik 20:00etara, eta lasterketa-egunean (martxoak 15) 06:30etik aurrera. Hauek 15 minutu lehenago itxiko dira. Lekua ondo seinatuta egongo da.

- Dortsala pertsonala da eta ezin da transferitu, NAN originala erakutsi behar da hura hartzeko. Federatuek federazio-lizentzia erakutsi behar dute. Beste pertsona batek ezin du dortsala jaso, bai ordea opari-poltsa, baimen idatziarekin.
- Dorsalak aurrean eta ikusgai eraman behar dira lasterketa osoan zehar.

17. Irteera eta helmuga guinea:

- Antolakuntzak kontrol-gune edo "oilotokia" jarriko du parte-hartzaile guztientzat, eta material derrigorrezkoa egiaztatuko da.
- Irteeran, federatuen sarbidea lehenetsi egingo da. Dortsala eta materiala ikusgai eraman behar dira.
- Helmugan, material derrigorrezkoa kontrolatuko da, eta faltan dutenak zigortuak izango dira.

18. Ingurumena:

- Lasterketa paisaia natural ederretatik igarotzen da, eta parte-hartzaileek hondakinak ez botatzeko betebeharra dute. Kontenedoreak edo poltsak jarri dira hornidura-lekuetatik 100 m-ra.
- Hondakinak lurlean botatzeak 5 minututik deskalifikaziora arteko zigorrak ekarriko ditu.
- Korrikalariak gelak, barrak edo beste janari-estalki guztiak dorsalarekin markatu behar dituzte.
- Hondakin biodegradagarriak ere ez dira lurlean botako, antolakuntzak kudeaketa egiteko edukiontzi marroiak jarriko ditu.

19. Sariak:

- Bediako plazan banatuko dira 14:00etan. Ez da inor ordezkatzuko. Parte-hartzaileak bakarrik jaso ahal izango du lortutako sari ekonomikoa. Sariak jasotzeko 7 eguneko epea izango da.

24 km lasterketa:

- Absolutua: 1.a 200€ + trofeoa, 2.a 150€ + trofeoa, 3.a 100€ + garaikurra
- Beteranoak: 1.a garaikurra
- Promesa: 1.a garaikurra
- Arratia: 1.a garaikurra
- Taldeak: 1.a 400€ + garaikurra, 2.a 300€ + garaikurra, 3.a 200€ + garaikurra

* Modalitate honetako sarietara aurkeztu ahal izateko, taldeek gutxienez 3 mutil eta 2 neska izan beharko dituzte. Sailkapenerako, talde bakoitzeko lehen 3 mutilen eta lehenengo 2 nesken puntuak zenbatuko dira, eta puntu horiek EMFren araudian ezarrita dagoen bezala emango dira; hau da, puntu 1 lehenengoari, 2 bigarrenari, 3 hirugarrenari... Talde irabazlea mutilen 3 emaitza onenen eta nesken 2 emaitza onenen baturarekin puntuaziorik txikiena lortzen duena izango da.

16 km lasterketa:

- Absolutua: 1.a, 2.a, 3.a garaikurrak

20. Zigor eta penalizazioak:

- Antolakuntzaren edo epaileen jarraibideak ez betetzea → deskalifikazioa.
- Beste korrikalarien edo antolakuntzako pertsonen segurtasuna arriskuan jartzea → deskalifikazioa.

- Ibilbidea laburtzea edo ez betetzea → 5 min-tik deskalifikaziora.
- Hornidura-puntuetatik kanpo laguntza jasotzea → 5 min-tik deskalifikaziora.
- Bastoiak lehen 2 km-etan erabiltzea edo kanpoko pertsonengandik jasotzea → 5 min-tik deskalifikaziora.
- Hondakinak lurrean botatzea → deskalifikazioa.
- Helmugan material derrigorrezkoa ez eramatea → 5–15 min-ko penalizazioa.
- Dortsala aurrean ez eramatea → 5 min-tik deskalifikaziora.
- Beste pertsona baten dortsala erabiltzea → deskalifikazioa eta dagokien autoritateei jakinaraztea.

Oharrak:

- 18 urtetik beherakoek baimena (guraso/tutoreena) bete eta entregatu behar dute.
- Parte-hartzaileek aldagela, duxak eta zapatilak garbitzeko tokia edukiko dituzte.
- Desadostasunik egonez gero, EMFren edo hura baino goragoko erakunde edo federazioaren erregelamendua gailenduko da.