

# Elorritxuganera orientazio igoera



2016ko irailaren 18an Elorritxugane mendira orientazio igoera antolatuko dugu.

Laudioko Latorro auzoko festak direnez, bertatik irtengo gara, bakoitzak bere ibilbidea erabakiko du.

## **Irteera**

Tropelean aterako gara (denak ordu berean), goizeko 11etan

- 11:00 Lasterketa hasiera
- 13:00 Helmugaren itxiera (Hemendik behera lasterketatik kanpo herrira itzuliko gara)
- 14:00 material zozketa (txosnetan)

## **Informazio teknikoa**

- **Araudia**

Herritik tontorrera denbora gutxienean egitean datza lasterketa honek. Baina gaina zapaldu aurretik behintzat 12 kontrol puntutik pasa behar da, gehienez 23 izango direlarik. Baliza bakoitzak 3 minutuko bonifikazioa dakar:

Adib:  $56 \text{ minutuko igoera} - 14 \text{ baliza} = 56 - (14 \times 3) = 56 - 42 = 14 \text{ minutu}$ .

Honi irabazteko 14 minutu baino gutxiago egin beharko litzateke.

Estrategia oso garrantzitsua da, erabaki behar delako 12 baliza baino ez hartzea edo besteren bat hartzea komeni duen.

2 ordutan helmuga itxiko da, eta balizak kentzen hasiko gara.

- **Mapa**

Ortoargazkia izango da, gainean sestra kurbak, errekak, bideak eta bestelako kontuak agertuko dira. Eskala 1:10.000koa izango da eta urrunkidetasuna 20m koa

Badaude margotu gabeko pistak edoeta landaretzaz itxi egin direnak.

- **Ingurua**

Pinudi zahar eta gazteak gehien bat, baina bada sasi piloak. Mapan agertutako bide gehienak landaretzaren hazkuntzaren ondorioz nahikotsu itxi egin dira udaberritik hona. 500m tik gora ez dago basorik, duela urte batzuk bota baitzituzten. Horrek ez du esan nahi garbi dagoenik. Praka luzeak OSO gomendagarriak.

- **Mailak**

Ez da mailarik egongo, ez dugu ez sexuz ezta adinez bereiziko. Ez da lehen sailkatuentzat saririk egongo, froga herrikoia baita.

- **Irteera eta helmuga**

Irteera Kamaraka kalean egongo da (Laudioko Latorro auzoan- 135m). Helmuga aldiz Elorritugane mendiaren puntan, 721m-ra. Bertan hornidura puntua izango duzue, Lasai jeisteko orubete beranduago txosnagunean material zozketa egongo da.

Lasterketa bertan behera uzten baduzue, antolakuntza abisatzea derrigorrezkoa da.

- **kontrola**

Betiko baliza eta kontrol txartela erabiliko da.

- **Hornidura puntua**

Lehen aipatu dugun bezala, helmugan izango duzue bai likidoak eta bai solidoak indarrak berreskuratzeke, ondoren bakoitzak nahi duen erritmoan jeisteko irteerara.

## **Oinarrizko Materiala**

Arropa eroso eramatea gomendatzen da, edo teknikoa korrika egin nahi izan ezker. Euria bada ez ahaztu aldatzekoa. Mauka luzea eramatea oso gomendagarria, landaretza dela eta. Bastoiak eramatea baliagarri izan daiteke hainbat aldapa igotzeko.

## **Prezioa**

Cobiko bazkideak: 2 euro

Besteak: 3 euro

Asegurua nahi baduzu: 2 euro

Egunean bertan egiten bada: 2 euro gehitu behar zaizkio. (ezin dugu bermatu guztientzat mapa egongo direnik)

Nola ordaindu: Irteeran, goizeko 10 etatik aurrera.

## **Norberaren kirola aseguru**

COBik istripu asegururik ez baduzue egunekoa kontratatzea gomendatzen du. Aseguru kontratatu ahal izateko izen-abizenak, NAN zenbakia eta jaiotze data zuzenak izan behar dira.

## **Izen ematea**

Hemendik egin behar da 14ko (asteazkena) 23:59ean baino lehenag. [Formularioa](#)

## **Antolakuntza**

Lasterketa zuzendaria: Aaron Garmendia