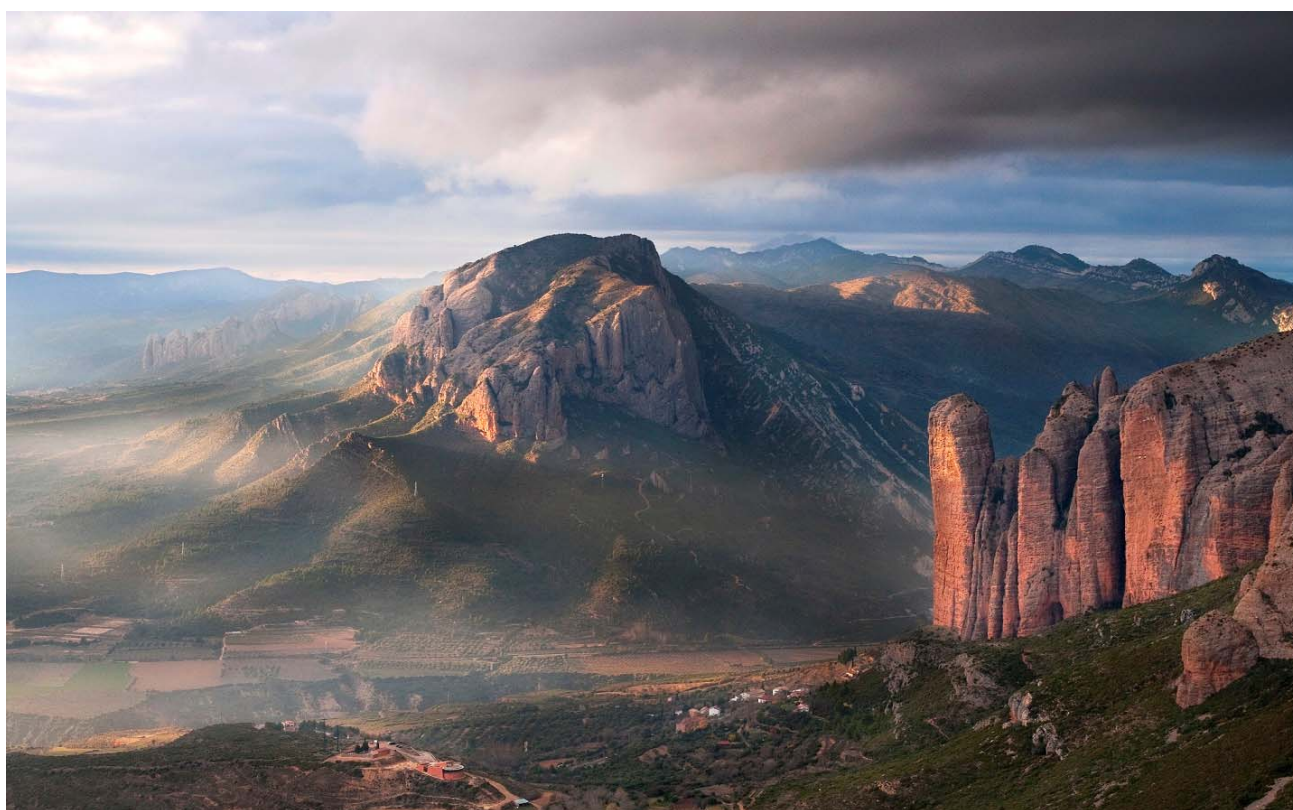




## ABENTURAZKO RAID-AREN ESPAINIAKO TXAPELKETA

### «VI TROFEO PEÑA GUARA»

#### 2. BOLETINA



#### ANTOLATZAILEAK :





## ABENTURAZKO RAID-AREN ESPAINIAKO TXAPELKETA

### «VI TROFEO PEÑA GUARA »

#### INFORMAZIO OROKORRA:

2015eko maiatzaren 30 eta 31an, Peña Guara mendi elkarteak abenturazko raid-aren espainiako txapelketa antolatzeko ohorea izango du.

Proba "Mallos de Riglos" paraje ezin hobean ospatuko da, zein eskalada klasikoaren paradisu mundiala den. Bere bidezidorrak, sakanak eta paretak talde guztien gozamenarako izango dira.

"CERA 2015" urteko proba garratzitsuenetarikoa da, parte hartzaileen maila altua baita, distantzia zailtasun maila desberdinak direla eta.

Kiribiletan antolatuta dagoen proba da, horrela materialaren mugitzea gutxitzen delarik. Horrek ere jendeak parte hartzaileak mugitzeko beharra izan gabe ikustea erakarriko du.





## PROGRAMA:

### MAIATZAREN 15a, OSTIRALA

- "Aventura" eta "Elite" Mailletako inskripzioen lehen epearen azken eguna.

### MAIATZAREN 22a, OSTIRALA

- Maila guztietako inskripzioen azken eguna.

### MAIATZAREN 29<sup>a</sup>, OSTIRALA

- 18etatik- 23etara: Dortsalen banaketa eta proba berezien kontrola.
- 22ak: Bilerak teknikoak

### MAIATZAREN 30a, LARUNBATA

- 7etatik 8: 30etara: Dortsalen banaketa eta proba berezien kontrola.
- 08:30etatik 08:55etara: Irteera gunerako sarrera eta aurretiazko solas teknikoak.
- 09ak: "Aventura" eta "Elite" mailen irteera.

### MAIATZAREN 31a, IGANDEA

- 3ak: "Aventura" mailentzako lehen etaparen helmuga itxiera.
- 07:30etatik 08:30etara: "Promoción" mailaren dortsalen banaketa.
- 08:30etatik 08:55etara: "Promoción" eta "Aventura" (2.etapa) mailaren irteera gunerako sarrera.
- 09ak: "Promoción" eta "Aventura" (2.etapa) mailen irteera.
- 13etatik 16etara: Raid bukaerako bazkaria Riglosko aterpetxean.
- 14ak: Helmuga itxiera maila guztientzat.
- 14:30ak: Sari banaketa eta oparien zozketa.

## OSTATUA:

- Antolatzaileek esakaintako zoru gogorra, dutxak eta komunak daude. (inskripzioarekin erreserbatu- 3€/pertsona).
- Rigloseko Aterpean: Logela bikoitzak, 6-8 pertsonentzat. ([www.refugioderiglos.es](http://www.refugioderiglos.es)) (10€/pertsona- inskripzioarekin erreserbatu- 80 ohe libre daude).
- Murillo de Gallegon ostatuak (Riglosetik 10km-ra) ([turismo.murillodegallego.es/](http://turismo.murillodegallego.es/))
- Ayerben ostatuak (Riglosetik 14.5 km-ra) (<http://www.ayerbe.es/>)
- Agüeron ostatuak (Riglosetik 15.5 km-ra) (<http://www.aguero.es/>)

## KONTAKTUA:

Peña Guara  
C/Vicente Campo 9 Bajos  
22002 Huesca  
Tel Zenbakia: 974212450  
Email-a: [p-guara@p-guara.com](mailto:p-guara@p-guara.com)

## KOKAPENA:

Google Maps : <https://goo.gl/maps/mE71q>



## INFORMAZIO TEKNIKOA:

### DIZIPLINAK:

Raidaren ohiko etapak mendi-bizikleta eta oinezkoa dira. Huez gain "proba bereziak" ere izango dira, sailkapen orokorrerako puntuak batuko dituztelarik. . Proba bereziak hauek izango dira:

- **KAYAK**
- « **VIA FERRATA** »
- **ESKALADA**
- **SOKA ZIRKUITOA**
- **ARROIA JAITSIERA**
- **LASER-TIROA**

Etapak bete bitartean orientazio proba bereziak egin ahalko dira, memorizazio probak kasu, edota taldekide bakoitzaren bakarkako gaitasunak neurtu ditzaketen probak.

### ETAPA KOPURUA:

#### - "Elite" maila

BBTko 4 etapa.

Treking-eko 3 etapa.

2 etapa oinezko orientazioan mapa zehatzarekin.

Kayak-eko etapa 1.

Arroia jaitsiera 1.

"Vía Ferrata" 1.

Soka zirkuitu 1.

Eskalada proba 1.

Laser tiro proba 1.

#### - "Aventura" maila (Gizonezkoa-Mixto-Emakumezkoa):

##### 1. Etapa:

BBTko 3 etapa.

Treking-eko 2 etapa.

Kayak-eko etapa 1.

Etapa 1 oinezko orientazioan mapa zehatzarekin.

"Vía Ferrata" 1.

Soka zirkuitu 1.





## 2. Etapa

BBTko etapa 1.  
Treking-eko etapa 1..  
Eskalada proba 1.  
Laser tiro proba 1.

### - "Promoción" maila:

BBTko etapa 1.  
Treking-eko etapa 1..  
Eskalada proba 1.  
Laser tiro proba 1.



### KRONOMETRAIA SISTEMA:

Lasterketarako denboren kontrolerako SPORTident sistema erabiliko da. "Elite" eta "Aventura" mailetan SI txartel bat beharrezkoa izango da lasterkide bakoitzeko. Aldiz, "Promoción" mailan taldeko txartel bat edukitzea nahikoa da. SI txartel propioa duten lasterkariek zenbakia azaldu beharko dute inskripzio inprimakian. SI txartela ez duten lasterkariek antolakuntzari alokatuko diote bat 3 euroko kostuarekin.

### PROBAREN TALDE TEKNIKOA:

- PROBAREN ZUZENDARIA: Manuel Bara Alós
- ZUZENDARI TEKNIKOA: Jorge García Pardos
- « FEDO »-REN EPAILE KONTROLATZAILEA: Óscar Barberá García
- KARTOGRAFIA ARDURADUNA: José Ramón García Pardos
- KOMUNIKAZIO ARDURADUNA: Antonio Gros Sanagustín
- PROBA BEREZIEN ARDURADUNA: Lorenzo Ortas Pont
- ZERBITZU MEDIKUEN ARDURADUNA: Manuel Avellanas Chavala
- DISEINUA, ZABALTZEA ETA SARE SOZIALAK: Sara Guérin Bonet y Adriana Bara Arruebo
- IBILBIDE AZTERTZAILEAK: Carlos Ciria Blasco , Javier Ara Tesa, Juan Manuel González, Marco Solinís Noval, Miguel Lacarda, Antonio Lacarda, Rafael Moreno García, Alberto Lafarga Ayerbe, Lucía Cinto Palacín, Jorge García Pardos, José Ramón García Pardos, Sara Guérin Bonet y Adriana Bara Arruebo.

Gainera, Elkarteko 60-80 bolondres ingururen laguntza izango dugu



## INSKRIPZIOAK:

Inskripzioak web orrialdeko formulario baten bidez egiten dira . (<http://cera2015.pguara.com/inscripciones/>)

100 plazako limitea egongo da "Elite" eta "Aventura" mailetakoko taldeentzat.

"CERA 2015"-eko partaideek "raids FEDO" federazio lizentzia eduki beharko dute. Ez balukete edukiko, beharrezkoa izango da astebururako lizentzia bat lortzea, Elite eta Aventura mailetan partaideko 12 €ko gainkostua egongo delarik, eta 2€koa "Promocion" mailan parte hartzen dutenentzako.

Gainera, Sportident txartel elektronikoa ez daukaten lasterkariak antolakuntzari alokatu beharko diote bat, 3€ balioko dituelarik.

- 1. Epea : **Maiatzaren 15erarte**. 120€/ taldeko. Elite eta Aventura maila. 30€ pertsonako. Promocion maila.
- 2. Epea : **Maiatzaren 16tik 22ra**. 140€/ taldeko. Elite eta Aventura maila. 30€ pertsonako. Promocion maila.
- "Raids FEDO" federazio lizentzia ez daukatentzako : 12€ (Elite eta Aventura). 2€ (Promocion).
- SI txartelaren alokailua: 3€

## MAILAK:

- ÉLITE: 3 pertsonen ostaturako taldeak izango dira, batera egin beharko dute. Asistentzia beharrezkoa da. NON STOP moduan egingo dute proba.
- GIZONEZKO ABENTURA: 2-3 gizonezko lasterkariz osaturako taldeak non gutxienez bik lasterketan egon beharko duten beti. Probaren iraupena motzagoa izango da, gutxienez bi etapatan banatuko delarik, bata luzea larunbatean, eta bestea motzagoa igandean.
- ABENTURA MIXTA: 2-3 lasterkariz osaturako taldea (gutxienez bat emakumezkoa), non gutxienez bik lasterketan egon beharko duten beti. Probaren iraupena gizonezko abenturaren antzekoa izango da eta bi etapatan banatuko da, bata luzea larunbatean, eta bestea motzagoa igandean.
- EMAKUMEZKOA: 2-3 emakumezko lasterkariz osaturako taldeak non bik lasterketan egon beharko duten beti. Probaren iraupena Abenturarena motzagoa izango da FEDO araudiaren arabera.
- PROMOCION: 2-5 lasterkariz osaturako taldeak, lasterketan beti batera joan beharko dutenak. Abenturazko raidaren inimizazio maila da. Egun batean bakarrik, (Igandean) egingo dute proba, probaren iraupena 4-5 ordukoa izango delarik.



### **ESPAINIAKO TXAPELKETA:**

Espainiako txapeldun titulua "Elite" eta "Aventura" mailetan irabazle ateratzen diren taldeek soilik lortuko dute, betiere eskatutako baldintzak betetzen direlarik, adibidez, talde mixtoen kasuan, taldekide bat gutxienez emakumea izatea eta taldekide guztiek Fedo-Raids-en urteko lizentzia edukitzea. Hiru maila hauen sarrerarekin, proba era guztietako publikoari zuzenduko zaio, era honetako lasterketetan esperientzia asko duten taldeetatik, abentura berriak bizitzera datoztenetararte.

### **DERRIGORREZKO MATERIALA:**

Eta eta maila bakoitzerako derrigorrezkoa den materiala ibilbide liburuan zehaztuko da.

### **"Elite" eta "Aventura" mailak:**

#### **Taldeka:**

- Oinarrizko osagaiak dituen botikina: bendak, gasak, inflamazioen aurkako pomada, povidona yodada, lasaigarriak eta urratuen aurkakoak.
- Mugikorra kargatuta eta itzalita, atzekaldean pin bat idatzita duela.
- Ipar-orratza.
- BBTerako lanabes kit-a.
- Mapa babesgarri iragazgaitza.
- Ordezko piladun eskuargi frontala.

#### **Lasterkarika:**

- Dortsala ( antolakuntza emana).
- Gutxienez 10 litroko edukiera duen bizkarzorroa ( soka materiala eraman beharko dute)
- Gutxienez litro bateko ur ontzia.
- Txibilitua.
- Janari energetikoa
- Manta termikoa.
- Jertse lodia edo manga luzeko kamiseta termikoa.
- Txaketa iragazgaitza.
- Txanoa edo Buff erako zapia.
- Galtza luzeak edo culotte luzea ( gaueko etapetarako).
- BTT kasko homologatua.
- BTT.
- Ordezko piladun eskuargi frontala.
- Txaleko islagailua.
- BBTerako atzeko argia + Ordezko pilak.
- Neopreno osoa eta luzea ( lodiera minimoa 3 mm) (Elite mailan soilik).\*
- Arnes homologatua UIAA\*
- Kasko homologatua UIAA\*



- Mosketoia + • “descensor” simplea ( 8 erakoa edo “reverso”)\*
- Ferrata kit- a iltzatze bikoitzarekin eta “disipador”-a.\*

**\*Artikulu hauek antolakuntzan alkilatu ahalko dira, eduki ezean.**

**\*\*Kayak-ak, palak eta txalekoak antolakuntzak banatuko ditu ( beren palak edo txalekoak erabili nahi dituzten lasterkariak egin ahalko dute.**

**\*\*\*Abentura mailan derrigorrezko materialaren 2 juego soilik dira beharrezkoak, lasterketan bi lasterkari bakarrik egongo bait dira.**

### **“Promoción” maila:**

#### **Taldeka:**

- Oinarrizko osagaiak dituen botikina: bendak, gasak, inflamazioen aurkako pomada, povidona yodada, lasaigarriak eta urratuen aurkakoak.
- Txibilitua
- Mugikorra kargatuta eta itzalita, atzekaldean pin bat idatzita duela.
- Ipar-orratza.
- BBTerako lanabes kit-a.
- Mapa babesgarri iragazgaitza.
- Ordezko piladun eskuargi frontala

#### **Lasterkarika:**

- Bizkarzorroa.
- Gutxienez litro bateko ur ontzia.
- Janari energetikoa
- Manta termikoa.
- Txaketa iragazgaitza.
- Txanoa edo Buff erako zapia.
- Jertse lodia edo manga luzeko kamiseta termikoa.
- Forro polar o camiseta térmica de manga larga
- BTT kasko homologatua.
- BTT.

#### **GOMENDATUTAKO MATERIALA:**

- Poltsa edo bidoi iragazgaitza. (kayak eta Arroia jaitsierarako).
- Eskularruak ( Ferrata eta arroia jaitsierarako).
- Katu-hankak ( Eskaladarako, taldeko partaide batek soilik egingo du)
- Neoprenozko eskarpinak (Kayak eta arroia jaitsierarako).





### DEBEKATUTAKO MATERIALA:

- Komunikazio gailuak. (mugikorrek, irratiak, walki-talki-ak)
- Antolakuntzak banatu gabeko lasterketa guneko edozein mapa.
- GPS. Hauetako bat gainean eramatea, erabili edo ez, deskalifikatzeko arrazoia izango da. GPS "itsuak", maparik gabekoak, baimenduta daude,

### SARIAK:

- **Raid in france**-erako dohako inskripzioa (Worls series-eko proba), Elite mailako CERA-ko txapeldunarentzat.\*
- **Czech AR**-erako dohako inskripzioa ( Euro series-eko proba), Elite mailako "VI trofeo Peña Guara"-ren irabazlearentzat. (CERA irabazi duen talde berdina izango balitz irabazle, 2. sailkatura pasako da). \*\*
- **Raidaran**-erako dohako inskripzioa (Euro series-eko proba) "Promoción" mailan, "Aventura mixto" mailako "VI trofeo Peña Guara"-ren irabazlearentzat \*\*
- **Frantziako Raid VTT**-erako dohako inskripzioa gizonetzko "Aventura" mailako "VI Trofeo Peña Guara "-ren irabazlearentzat.\*\*
- "VII Trofeo Peña Guara de Raids de Aventura"-erako dohako inskripzioa emakumezko "Aventura" mailako "VI Trofeo Peña Guara "-ren irabazlearentzat. \*\*

\*Sari hau CERA-ko partaidetza araudia betetzen duten taldeek soilik lortu ahalko dute, hau da, urteko FEDO raid lizentzia duten talde mixtoek osatutako taldeek, eta raid horren partaidetza FEDO araudira lotua egongo da.

\*\*Sari hau raidean apuntatutako talde guztiek lortu ahalko dute

### TRACKERTHERACE.COM GPS BIDEZKO JARRAIPENA PROBARI

Teknologia berriak Aurrera doaz eta raidak beraietara moldatzen dira proben ikusgarritasuna eta babesa hobetzeko. Trackertherace.com enpresa galiziarri esker CERA 2015-en GPS bidezko online jarraipena gozatu ahalko dugu.



Topatu itzazu CERA 2015-ren berritasun guztiak hemen:

<http://cera2015.p-guara.com/> - <https://www.facebook.com/Cera2015>  
<https://twitter.com/CERA2015>



LAGUNTZAILEAK:

Ayto. Riglos



Ayto. Loarre



Ayto. Agüero

Murillo de Gállego

