



REGLAMENTO MARCHA MONTAÑA Y MARCHA FAMILIAR KOSTA TRAIL 2019

Innevento Sports organiza para Forum Sport la 14ª edición de la Kosta Trail que se celebrará el 9 de junio de 2019. La Kosta Trail contará con cuatro pruebas; una marcha de montaña de 20 km., una marcha familiar de 7 km. y una carrera de montaña de 21km. para aquellos corredores nacidos antes del 9 de junio 2001.

El reglamento que a continuación se expone, será aplicable a la marcha de montaña de 20km y la marcha familiar de 7 km, siendo regulada la carrera de montaña en un reglamento aparte.

La marcha de montaña y la marcha familiar, son no competitivas, se realizarán andando y estarán abiertas a todos los públicos independientemente de su edad. El cupo máximo de participación en las marchas, sumando la participación de la marcha familiar y de montaña es de 4000 personas.

1.- INSCRIPCIÓN

El período y forma de inscripción para las marchas será el siguiente:

- INCRIPCIÓN ON-LINE: del 1 de abril al 7 de junio en www.kostatrail.com
- INCRIPCIÓN EN TIENDAS FORUM SPORT: del 2 de mayo al 5 de junio en los correspondientes horarios de apertura, y el 6, 7 y 8 de junio, de manera de gracia, podrán realizarse inscripciones sólo en la tienda Forum Sport Artea si quedaran dorsales disponibles (horario de apertura de 10.00 a las 22.00). Pago mediante transferencia bancaria y/o pago en metálico al momento.

Precio de la Cuota de inscripción: 5€.

Al tratarse de un evento solidario no se devolverá el importe de la inscripción en caso de anulación o no participación en la prueba. La entidad beneficiaria de la edición del 2019 será

- Gaituz Sport, Fundación que promueve la inclusión a través de la Actividad Física, entre las personas con y sin disCAPACIDAD en igualdad de condiciones.

La inscripción incluye:

- participación en la marchas
- seguro de accidentes
- seguro responsabilidad civil
- camiseta conmemorativa del evento
- avituallamientos
- sorteo de material Salomon en la zona de meta



2.- RECOGIDA DE DORSALES

La entrega de dorsales se realizará en la tienda FORUM SPORT ARTEA (P.C. ARTEA, Bº Peruri s/n 48940 Leioa (Bizkaia)) el 8 de junio de 10:00 a 20:00 horas y el día de la prueba en el lugar de salida de las marchas, Plaza del Ayuntamiento de Sopela de 8:00 a 9:00 horas.

3.- DORSALES

El dorsal debe llevarse en el pecho, bien visible, sin doblar y sin ocultar ni alterar su publicidad. El dorsal dará acceso a los avituallamientos y a los servicios ofrecidos para los marchistas en la zona de salida y meta. También hará posible la participación en el sorteo de material deportivo que se realizará en la meta después de la entrega de premios.

4.- SEGURIDAD

La organización situará en determinados puntos del recorrido personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado. Se dispondrá de personal médico y ambulancias en puntos estratégicos del recorrido para intervenir en caso de necesidad.

5.- SALIDA

La salida tendrá lugar en la Plaza del Ayuntamiento de Sopela a las 9:15 horas para la marcha de 20km y a las 9:30 para la de 7km. Se realizarán varios turnos de salida con una diferencia de 5 minutos por grupo para una mejor fluidez de los participantes durante el recorrido. La organización se reserva la potestad de cambiar el recorrido y los horarios de salida en caso de necesidad.

6.- TRANSPORTE DE EQUIPAJES

Cada participante deberá llevar su equipaje o mochila durante el recorrido.

7.- AVITUALLAMIENTOS

Existirán dos puntos de avituallamientos más meta para la marcha de montaña;

- Avit 1. Km 6,650 Curva de San Telmo. SOLIDO/LIQUIDO
- Avit 2. Km 15,500 Aparcamiento Playa Salvaje. SOLIDO/LIQUIDO

Existirá un punto de avituallamientos más meta para la marcha familiar;

- Avit 1. Km 3,100 Aparcamiento Playa Salvaje. SOLIDO/LIQUIDO



Los participantes tendrán obligación de depositar todos los residuos en los puntos de avituallamiento, cualquier participante que tire algún residuo fuera de estos puntos y sea visto por un voluntario de la carrera, será expulsado de la misma mediante la retirada de chip.

8.- CIERRE DE CONTROL

A las 14:00 horas se cierra el control de llegada y se dan por terminadas las marchas.

9.- TIEMPOS DE PASO Y PUNTOS DE RETIRADA OBLIGATORIA

Para la marcha de montaña de 20km la hora límite de paso por el km 10 serán las 11:30 horas, a partir de entonces, se invitará a los marchistas a volver hacia Sopela quedando fuera de la responsabilidad de la organización aquellos marchistas que hicieran caso omiso. Los responsables podrán retirar de la prueba a un marchista, cuando consideren que éste tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga o sus condiciones no sean las apropiadas para continuar en la marcha.

10.- ABANDONOS

Salvo por lesión o accidente, un marchista no debe abandonar la prueba. En caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida la aproximación a pie a uno de los puestos de avituallamiento, se deberá contactar con la organización para poder activar el operativo de rescate.

11.- ANULACIÓN DE UNA INSCRIPCIÓN

Al tratarse de un evento solidario no se devolverá el importe de la inscripción.

12.- RESPONSABILIDADES

La organización no se hace cargo de las reclamaciones o demandas que resulten de los daños que puedan sucederle tanto a los participantes como a los materiales en caso de pérdida, deterioro o extravío. Los participantes inscritos en la Kosta Trail entienden que participan voluntariamente y bajo su propia responsabilidad en la competición. Por consiguiente, exoneran, renuncian, eximen y convienen en no denunciar a la entidad organizadora, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, de toda responsabilidad civil para con los corredores y sus herederos.



13.- MODIFICACIONES

La organización puede modificar, corregir o mejorar este reglamento en cualquier momento. El hecho de realizar la inscripción, muestra la conformidad del participante con este reglamento. Por motivos de seguridad la organización se reserva el derecho de suspender, acortar, neutralizar o modificar el recorrido de la carrera por seguridad o causas de fuerza mayor.

14.- DERECHOS DE IMAGEN

La organización se reserva el derecho de publicar las fotografías que tome de la prueba en todos aquellos soportes de comunicación (folletos, carteles, artículos de prensa, web, etc.) que utilice para dar a conocer la prueba.

15.- CUIDADO DEL ENTORNO

Se pide a los/las participantes la máxima consideración con el entorno, sobre todo a la hora de deshacerse de residuos tales como vasos, botellines, etc. ya que la carrera se desarrolla en un entorno natural. Ha de procurarse utilizar los recipientes o contenedores y, en carrera, dejar los envases y vasos en el puesto de avituallamiento o en recipientes adecuados o, si no es posible, lo más cerca posible del puesto.

16.- INFORMACIÓN GENERAL

- 1.- Esta prueba entraña los riesgos inherentes de las marchas de montaña: suelos irregulares, desniveles, etc.
- 2.- Los participantes seguirán todas las indicaciones que les sean dadas por la organización y sobre las medidas de seguridad a adoptar que reciban durante el transcurso de la prueba.
- 3.- La organización no se hace responsable de los accidentes o daños que puedan recibir o producir los participantes, si bien velará para evitarlos.
- 4.- La participación en la Kosta Trail conlleva la aceptación del presente reglamento publicado por la organización, a consultar en www.kostatrail.com



17.- ACCESO EN COCHE A LA KOSTATRIL

Sopela es un pueblo que tiene parada de Metro propia por lo que recomendamos que en medida de lo posible se haga uso del transporte público ese día, será lo más cómodo, rápido y sostenible

Si se decide ir en coche, informamos de que en la web se puede encontrar un plano con los principales parkings acordados con el Ayuntamiento para acoger a los participantes de Kostatrail.

Recordamos que si en la zona hay OTA, deberá abonarse como cualquier otro día, la organización sólo sugiere zonas de aparcamiento, no tiene acordada ninguna condición especial para los participantes.



2019ko KOSTA TRAIL MENDI-MARTXAREN ETA IBILALDI FAMILIARRAREN ARAUDIA

Innevento empresa antolatzen du Forum Sport, S.A.-rentzako 2019ko ekainaren 9an egingo den Kosta Trail probaren 14. edizioa. Kosta Trail lasterketan, hiru proba egongo dira: 20 km-ko mendi-martxa; 7 km-ko familia-martxa; eta 21 km-ko mendi-lasterketa, 2001ko ekainaren 9an baino lehen jaiotako korrikalariarentzat.

Hurrengo araudia 20 km-ko mendi-martxan eta 7 km-ko familia-martxan ezarriko da, mendi-lasterketan beste araudi bat izango duelako. Mendi-martxa eta familia-martxa ez dira lehiarako probak izango. Oinez egingo dira, eta jende guztiak parte hartu ahal izango du bertan, edozein adinetakoak direla ere. Familia-martxa eta mendi-martxa kontuan hartuta, gehienez ere 4.000 lagunek parte hartu ahal izango dute bertan.

1.- IZENA EMATEKO

Izena Internet bidez emango da, eta, horretarako, izena emateko kuota ordaindu beharko da kreditu-txartelaren bitartez edo zuzenean Forum Sporteko edozein dendatan. Hona hemen martxetan izena emateko epealdia eta modua:

- IZENA ON LINE EMATEKO: apirilaren 1etik ekainaren 7ra www.kostatrail.com web orrian. Ordainketa Kreditutxartelaren bitartez egingo da.

- IZENA FORUM SPORT DENDETAN ZUZENEAN EMATEKO: maiatzaren 2tik ekainaren 5era edo Ekainaren 6an, 7an eta 8an, graziazko aukera moduan, Forum Sport Artea dendan eman ahal izango da izena (10:00etatik 22:00etara egongo da zabalik) dortsalak agortu arte.

Izena emateko kuotaren prezioa: 5 €.

Ekitaldi solidarioa denez, ez da izena emateko kuotaren zenbatekoa itzuliko, prozesua ezeztatuz gero edo proban parte hartu ezean. 2019ko edizioan, hauek izango ditugu onuradun.

- [Gaituz Sport Fundazioa](#) desGAITASUNA duten eta ez duten pertsonen artean, ariketa fisikoaren bidez, gizarteratzea baldintza berberetan bultzatzen duen Fundazioa.

Izena ematean, honako hauxe egongo da sartuta:

- Martxetako partaidetza
- istripu-asegurua
- erantzukizun zibileko aseguruua
- ekitaldiaren kamiseta tekniko oroigarria
- jan-edanak
- Salomoneko materialen zozketa helmugan



2.- DORTSALEN BANAKETA

Dortsalak ARTEA-ko FORUM SPORT dendan banatuko dira (P.C. ARTEA, Peruri auzoa z.g., 48940 Leioa, Bizkaia), ekainaren 8an, 10:00etatik 20:00etara; eta, martxa-egunean bertan, Sopolako udaletxeko plazan jarritako irteera-gunean, 8:00etatik 9:00etara.

3.- DORTSALAK

Dortsala bularrean eraman beharko da agerian, ondo ikusteko moduan, tolestu gabe eta publizitatea ezkutatu eta aldatu gabe. Dortsalari esker, helmugan ipinitako zerbitzuak ibilaldien partehartzaileentzat (hornidura postua, poltsa,...)erabili ahal izango dira. Era berean, kirol materialaren zozketan parte hartzeko aukera ere emango du, eta zozketa hori sariak banatu ondoren egingo da helmugan bertan.

4.- SEGURTASUNA

Ibilbideko zenbait gunetan, antolatzaileek bolondres espezializatuak jarriko dituzte, partehartzaileen segurtasuna bermatzeko. Derrigorrezkoa izango da behar bezala identifikatuta egongo diren langile horiek agindutakoa betetzea.

Ibilbideko gune estrategikoetan, medikuak eta anbulantziak jarriko dira, beharrezkoa denean esku hartu dezaten.

5.- IRTEERA

Irteera Sopolako udaletxeko plazan emango da goizeko 9:15etan 20 kilometroko ibilaldirako eta 9:30etan 7 kilometroko ibilbiderako. Irteera txandak antolatuko dira 5 minuturo partehartzaileen pilaketa sahiesteko hasieran. Antolatzaileek ibilbidea aldatzeko ahalmena izango dute, beharrezkoa izanez gero.

6.- FARDELEN GARRAIOA

Parte-hartzaileek euren fardela edo motxila eraman beharko dute ibilbidean.

7.- JAN-EDANAK

Mendi ibilaldian bi jan-edan postu egongo dira, helmugaren gain:

- Km 6,65. San Telmo. Jan- edari postua
- Km 15,5 La Salvaje hondartzaren Aparkalekua. Jan-Edari postua

Ibilaldi familiarrean jan-edan postu bate gongo da, helmugaren gain:

- Km 3,1 La Salvaje hondartzaren Aparkalekua. Jan-Edari postua



Partehartzaileek hondakin guztiak edari postuetan utzi behar izango dute. Partehartzaile batek edozein hondakin edari postuetatik kanpoan uzten badu, lasterketatik kanporatuta egongo da.

8.- KONTROLAREN ITXIERA

14:00etan, helmugako kontrola itxiko da, eta martxei emango zaie amaiera.

9.- MARTXA DERRIGORREAN UZTEKO GUNEA ETA KONTROL DENBORAK

Mendi ibilaldian, 10.kilometrotik igarotzeko gehieneko ordua 11:30 izango da. Harrezkero, beraz, Sopelara bueltatzeko eskatuko zaie ibiltariei. Hori dela eta, ez dira antolatzaileen erantzukizunpean egongo inolako jaramonik egiten ez duten ibiltariak. Probako arduradunek ibiltariak atera ahal izango dituzte martxatik, nekearen ondorioz haien gaitasun fisikoak edo teknikoak murriztuta daudela edo martxan jarraitzeko moduko baldintzarik ez dutela uste dutenean.

10.- MARTXA UZTEKO

Lesioagatik edo istripuagatik ez bada, ibiltariak ezin izango dute proba utzi, hau da, Sopela inguruko helmugara iritsi arte. Lesioagatik edo istripuagatik jan-edanaren postu batera oinez iristerik ez badute, antolatzaileekin jarri beharko dira harremanetan, erreskateari ekin ahal izateko.

11.- IZENA EMATEKO PROZESUAREN EZEZTAPENA

Ekitaldi solidarioa denez, ez da izena emateko kuotaren zenbatekoa itzuliko.

12.- ERANTZUKIZUNAK

Antolatzaileek ez dute inolako erantzukizunik izango parte-hartzaileek eta galdutako, hondatutako edo lapurtutako materialek jasandako kalteen ondorioz aurkeztutako erreklamazio edo demandetan. Kosta Trail proban izena eman duten ibiltariak borondatez eta euren erantzukizunpean parte hartuko dute martxan. Hori dela eta, antolatzaileek, laguntzaileek, babesleek eta beste parte-hartzaile batzuek ez dute inolako erantzukizun zibilik izango ibiltariekin eta euren oinordekoekin, eta, horrez gain, azken horiek ez dituzte inolaz ere salatuko.



13.- ALDAKETAK

Antolatzaileek edonoiz aldatu, zuzendu edo hobetu ahal izango dute araudi hau. Izena ematean, agerikoa da parte-hartzaileak araudi honekin bat datozela. Segurtasuna dela eta, antolatzaileek eskubide osoa izango dute, segurtasunagatik edo ezinbesteko arrazoiengatik martxen ibilbidea eteteko, laburtzeko, neutralizatzeko edo aldatzeko.

14.- IRUDI-ESKUBIDEAK

Antolatzaileek eskubide osoa izango dute, martxan ateratako argazkiak eta bideoak era guztietako komunikazio-euskarrietan argitaratzeko (liburuxkak, kartelak, egunkarietako artikuluak, web orriak...) eta probaren berri emateko.

15.- INGURUMENAREN ZAINKETA

Parte-hartzaileek ahalik eta ondoen zaindu beharko dute ingurunea, baina, batez ere, hondakinak botatzeko orduan (edalontziak, botilatxoak...), martxa bera ingurune naturalean garatuko da-eta. Beraz, ontziak edo edukiontziak erabili beharko dira, eta, martxan bertan, janedanen postuetan edo leku egokietan utzi beharko dira ontziak zein edalontziak. Bestela, ezinezkoa izanez gero, postutik hurbilen utzi beharko dira.

16.- INFORMAZIO OROKORRA

- 1.- Proba honetako parte-hartzaileek mendi-martxetako berezko arriskuei aurre egin beharko diete: lurzoru irregularrak, maldak...
- 2.- Parte-hartzaileek antolatzaileek agindutako guztia bete beharko dute, baita proban zehar ematen dizkieten segurtasun-neurriak ere.
- 3.- Antolatzaileek ez dute inolako erantzukizunik izango parte-hartzaileek jasandako edo sorrarazitako kalte edo istripuetan. Edonola ere, ahal duten guztia egingo dute halakorik ez gertatzeko.
- 4.- Kosta Trail proban parte hartzeko, antolatzaileek argitaratutako araudi hau onartu beharko da. Web orri honetan dago ikusgai: www.kostatrail.com

14 2019ko ekainaren 9an | 9 de junio de 2019

Kosta Trail



 Forum sport

 salomon
TIME TO PLAY

LABORAL 
kutxa

17.- SARBIDEA AUTOZ KOSTATRAILERA

Sopelan metroko geltokia dagoenez, egun horretan ahal den neurrian garraio publikoa erabiltzea gomendatzen dugu, hori izango baita bertaratzeko modurik erosoena, bizkorrena eta jasangarriena.

Autoz joatea erabakiz gero, webgunean topatuko dugu Kostatraileko parte-hartzaileentzat Udalarekin hitzartutako aparkaleku nagusiak biltzen dituen planoak.

Gogoan izan: eremu horretan TAO badago, beste edozein egunetan bezalaxe ordaindu beharko da. Antolakundeak aparkatzeko eremuak bakarrik iradokitzen ditu eta ez du parte-hartzaileentzako baldintza berezirik adostuta.