INSCRIPCIONES: RS Sport

MARCHA NORDICA

IPAR MARTXA

Gorliz 4 – X - 2026

V NW BIZKAIA KOSTA
V Copa Vasco Navarra

V NW BIZKAIA KOSTA
V Euskal Herriko Kopa

- Beroketa musikatua – *Calentamiento musical*
- Animazioa trikitrixaz bilbidean zehar – *Animación trikitrixas por el recorrido*
- Lasterketa osteko hamaiketakoa – *Hamaiketako post prueba*

Organiza / Antolatzailea

IPAR IZARRA NW BILBAO

Patrocinan / Babesleak

euskalmendizalefederazioa
FEDERACION VASCA DE MONTAÑA
BASQUE MOUNTAINEERING FEDERATION

ELIZATEAREN UDALA GORLIZ

kirolur BIZKAIA

Colaboran / Laguntzaileak

IMN Lodosa Marcha Nordica

KV+

EROSKI

ROGER BRIZ

leche lacturale

EUSKADITREK

LABORAL kutxa

4TREBOL

NW BILBAO

IPAR MARTXAKO TXAPELKETA	CAMPEONATO MARCHA NÓRDICA
Lehiaketa buletina	Boletín de Competición
V NW BIZKAIA KOSTA V Euskal Herriko Kopa	V NW BIZKAIA KOSTA V Copa Vasco-Navarra

EUSKARAZ

1 PROBA AURRETIK 1

1.1 PARTE-HARTZAILEAK 1
1.2 PARTE-HARTZE BALDINTZAK....1
1.3 PROBRARAKO IZEN EMATEAK....2
1.4 POLIKIROLDEGIAREN ETA APARKALEKUAREN KOKAPENA....3
1.5 IBILGAILUEN APARKALEKUA 3
1.6 DORTSALAK, TXIPAK ETA “KORRIKALARIAREN” POLTSA EMATEA 3
1.7 KONTSIGNA....3
1.8 BILERA INFORMATIBOA (briefing-a) ETA PROBAREN ZUZENDARITZA 4
1.9 ALOJAMENDUAK....4
1.9.1 Hotelak 4
1.9.2 Kanpiña....4

2 PROBAN ZEHAR 5

2.1 DATA 5
2.2 IBILBIDEA 5
2.2.1 Zonalde Neutralizatua 5
2.3 IRTEERA MOTA 5
2.3.1 Taldekoako Proba Herrikoia 6
2.4 KRONOMETRAJEA (TXIP-a) 6
2.5 ANOA 7
2.6 ARAUDIA ETA ARBITRAJEA....7
2.6.1 Artekariak Proba Herrikoian 7
2.7 OSASUN-ZERBITZUAK ETA ISTRIPU-ASEGURUAK....7

3 PROBA ONDOREN 8

3.1 SARIEN PROTOKOLOA....8
3.2 LEHIAKETATIK KANPOKO JARDUERA OSAGARRIAK 8
3.3 BESTELAKOAK 9
3.4 PROBAREN IRUDIAK....9

4 LEHIAKETAREN KRONOGRAMA....9

CASTELLANO

5 PREVIO A LA PRUEBA 10
5.1 PARTICIPANTES 10
5.2 CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN 10
5.3 INSCRIPCIONES EN LA PRUEBA 11
5.4 SITUACION DEL POLIDEPORTIVO 12
5.5 APARCAMIENTO VEHICULOS 12
5.6 ENTREGA DE DORSALES, CHIPS Y BOLSA DE CORREDOR 12
5.7 CONSIGNA 12
5.8 BRIEFING Y DIRECCIÓN DE CARRERA 13
5.9 ALOJAMIENTOS 13
5.9.1 Hoteles 13
5.9.2 Camping 13
6 DURANTE LA PRUEBA 14
6.1 FECHA 14
6.2 RECORRIDO 14
6.2.1 Zona Neutralizada 14
6.3 TIPO DE SALIDA 14
6.3.1 Prueba popular por equipos 15
6.4 CRONOMETRAJE (CHIP) 15
6.5 AVITUALLAMIENTO 15
6.6 REGLAMENTO Y ARBITRAJE 16
6.6.1 Interventoras e Interventores en la Prueba Popular 16
6.7 SERVICIOS SANITARIOS Y SEGUROS DE ACCIDENTES 16
7 POSTERIOR A LA PRUEBA 17
7.1 PROTOCOLO DE PREMIOS 17
7.2 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS FUERA DE LA COMPETICIÓN 17
7.3 OTROS 18
7.4 IMÁGENES DE LA PRUEBA 18
8 CRONOGRAMA DE LA COMPETICIÓN 18

1 PROBA AURRETIK

1.1 PARTE-HARTZAILEAK

Lehiaketa honetan 16 urte edo gehiagoko pertsona guztiek parte hartu ahal izango dute, baldin eta izena emanda badute eta parte hartzeko baldintzak betetzen badituzte (gehienez, 130 parte-hartzaile).

Euskal Herriko Kopan FEDMEn edo edozein federazio autonomikotan federatutako pertsonek bakarrik parte hartu ahal izango dute. Aurten, hau izango da leihaketa honetako proba bakarra.

Federatutako pertsonak aseguru nazionaleko estaldura duten federazioetan federatu beharko dira.

Kategoriak:

Kategoria	**Parte hartzeko baldintzak**
Kategoria absolutua	*16 urtetik gorako parte-hartzaile guztiak (erreferentziako urtean beteta)*
Junior azpikategoria	*16-17 urte bitartean (erreferentzia-urtean 18 urte bete gabe)*
Promesa azpikategoria	*18-23 urte bitartean (erreferentzia-urtean 24 urte bete gabe)*
Senior azpikategoria	*24-39 urte bitartean (erreferentzia-urtean 40 urte bete gabe)*
A beteranoak azpikategoria	*40-49 urte bitartean (erreferentzia-urtean 50 urte bete gabe)*
B beteranoak azpikategoria	*50-59 urte bitartean (erreferentzia-urtean 60 urte bete gabe)*
C beteranoak azpikategoria	*60-69 urte bitartean (erreferentzia-urtean 70 urte bete gabe)*
D beteranoak azpikategoria	*Erreferentzia- urtean 70 urtetik aurrerakoak betetakoak.*

Proba **Herrikoia** (ez federatua) ere egongo da, bi azpikategoriekin: Emakumezkoena eta Gizonezkoena, biak absolutuak. Proba honen testuinguruan, taldekako modalitate bat ere egingo da.

Azkenik, lehiarik gabeko haur-erakusketa egingo da, non gutxieneko adina 10 urtekoa izango den, 2026an bete beharrekoak (2016an edo lehenago jaiotakoak). Proba honetan parte hartzen dutenek baimen-agiri bat aurkeztu behar dute, legezko tutore batek sinatua, *baimen-formulario* honen arabera.

1.2 PARTE-HARTZE BALDINTZAK

Parte-hartzaileek hurrengoak zorrotz onartzeko konpromisoa hartzen dute:

- *FEDMEren Ipar Martxako Araudia* (*Reglamento de Marcha Nórdica de la FEDME*)
- Euskal Herriko Koparen araudia (Reglamento de la Copa Vasco-Navarra)
- halaber, probaren araudia hau, bai eta proba aldatzeko aukera ere, antolaketarekin zerikusirik ez duten arrazoiengatik.

Araudien artean kontraesanik egonez gero, Probaren Araudia honetan ezarritakoa nagusituko da.

Izen-emateak adierazten diren konpromisoak irakurri, ulertu eta hartu izana dakar berekin:

- Nire irudia argitalpen inprimatuetan edo elektronikoetan kirola sustatzeko erabiltzeko baimena ematen diot antolakuntzari.
- 15/1999 Lege Organikoaren arabera, jakinarazten dizugu zure datu pertsonalak Ipar Izarra Nordic Walking Bilbao Kirol Klubaren ardurapeko fitxategi batean sartuko direla. Datuak eskuratzeko, zuzentzeko, ezerezteko edo aurka egiteko eskubideak baliatu nahi izanez gero, Klubaren helbidera idatzi bat bidali beharko da, NANaren fotokopia batekin batera.

Antolakuntzak uko egingo dio araudi honetako baldintzak onartzen ez dituen edozein izen-emateri. Zalantzaren bat edo buletinean jaso gabeko egoeraren bat emanez gero, antolakuntzak xedatzen duenari jarraituko zaio.

Antolakuntzak beretzat gordetzen du araudi honetako baldintzak aldatzeko eskubidea, edozein motatako ezinbesteko arrazoiak gertatzen direnean: meteorologikoa, sanitarioa, etab.

1.3 PROBRARAKO IZEN EMATEAK

Kategoria guztiak formulario honen https://www.rs-sport.es/inscripciones/detalles-evento/evento/181-v-nw-bizkaia-kosta-gorliz-2026 bitartez inskribatuko dira irailaren 29 23:59ak arte, eta ez da ondorengo inskripziorik onartuko.

- Prezioa 12 €-koa izango da kategoria guztietako FEDME federatuentzat.
- Prezioa 12 €-koa izango da kategoria guztietako federatu autonomikoentzat.
- Prezioa 15 €-koa izango da kategorian herrikoian (Open) parte hartzen dutenentzat (asegurua barne).

Haurren kategorian izen-ematea doakoa da, baina dagokion inprimakian egin beharko da, guraso-baimenaren dokumentua (gurasoen baimen-agiria). Agiri hori dortsalak jasotzean entregatu beharko da.

Izen-ematea pertsonala eta besterenezina da, eta ez da itzulketarik egingo, lesio edo gaixotasunen kasuan izan ezik, proba egin aurreko osteguna baino lehen ziurtagiri mediko ofizial bat aurkezten bazaio antolakuntzari.

Proba herrikoian parte hartzen duten pertsona guztiek banakako proban izena emateaz gain, taldekako proban parte hartzen duten pertsona guztiek izena eman beharko dute 4 konbinazio hauetako edozeinetan:

- 3 emakume,
- 3 gizon,
- 2 emakume + gizon bat,
- 2 gizon + emakume bat

1.4 POLIKIROLDEGIAREN ETA APARKALEKUAREN KOKAPENA

Kiroldegiaren inguruan hainbat aparkaleku daude, irudian ageri direnak.

1.5 IBILGAILUEN APARKALEKUA

Aurten, probaren egunean, OTA aparkalekuaren araudia indarrean egongo da; beraz, txartela eskuratu eta ibilgailuan ikusgai jarri beharko da.

GUNE BERDEAN aparkatzeko aukera egongo da, eta inguruko parkimetroetan goiz osorako txartela eskuratu ahal izango da. 5 euroko kostua izango du, eta eskudirutan edo kreditu-txartelarekin ordaindu ahal izango da.

1.6 DORTSALAK, TXIPAK ETA "KORRIKALARIAREN" POLTSA EMATEA

Gorlizko kiroldegiko pabiloi zaharrean izango da, urriaren 4an, igandea, 08:30etik 09:30era. Kafea hartzeko aukera egongo da dortsalak hartzeko zonaldean.

Une horretatik aurrera, entrega itxi eta lasterketaren bilera informatiboa egingo da.

Oharra: Norberak bere dortsala eta txipa bakarrik jaso ahal izango ditu, eta horretarako dagokion federazio-lizentzia eta NANa aurkeztu beharko ditu. OPEN kategoriaren kasuan, NANa aurkeztu beharko da, eta haur-kategorian, guraso-baimenaren agiria (documento de autorización parental), legezko tutoreak sinatua.

1.7 KONTSIGNA

Dortsalak entregatzeko lekuaren alboan mahai bat egongo da, objektuak kontsignan utzi ahal izateko. Horretarako, poltsei dortsalen zenbakia jarriko zaio. Poltsak entregatzen direnetik proba amaitu arte eskatu ahal izango dira, dortsala erakutsiz, behar adina aldiz. Berriro uzten bada, dortsalaren zenbakia duen etiketa eraman beharko du. Poltsak kontsignatik atera beharko dira 13:30ean, beranduenez.

1.8 BILERA INFORMATIBOA (briefing-a) ETA PROBAREN ZUZENDARITZA

Urriaren 4an, igandea, goizeko 10:00etan informazio-bilera izango da kiroldegiko padel pisten ondoan dagoen helmuga gunean.

Oso garrantzitsua da hitzordu honetara joatea, bertan probarekin zerikusia duen guztia azalduko baita eta zuzenean sor daitezkeen zalantza guztiak argituko baitira.

Epaile nagusiak egingo du informazio-bilera (briefing-a).

Lasterketako zuzendaritza arduratuko da lehiaketaren alderdi operatibo guztiak koordinatzeaz.

1.9 ALOJAMENDUAK

1.9.1 Hotelak

Gorlizen bertan eta Plentzian hotel gutxi batzuk daude, jarraian zehazten direnak:

Bahia de Plentzia Hotel Boutique-a
Helbidea: Erribera Kalea, 29, 48620 Plentzia, Bizkaia
Telefonoa: 946 77 55 78

Casa de marinos Uribekosta hotela
Helbidea: Erribera Kalea, 23, 48630 Plentzia Bizkaia
Telefonoa: 946774478 / 685979803

Beharra edo lehentasuna izanez gero, **Bilbon**, autoz 30 minutura, hotel-eskaintza zabala dago.

Landa-ostatuko establezimendu txiki batzuk ere badaude hurbil dagoen **Barrika**ko herrian.

1.9.2 Kanpiña

Azkenik, polikiroldegiaren ondo-ondoan dago **Gorliz-ko Arrien Kanpiña**

Helbidea: Uresarantze Bidea 15 Bis 48630 Gorliz - BIZKAIA

Telefonoa: 946 771 911.

Kanpin honek autokarabanentzako eta bungalowak alokatzeko espazioa eta zerbitzua ditu.

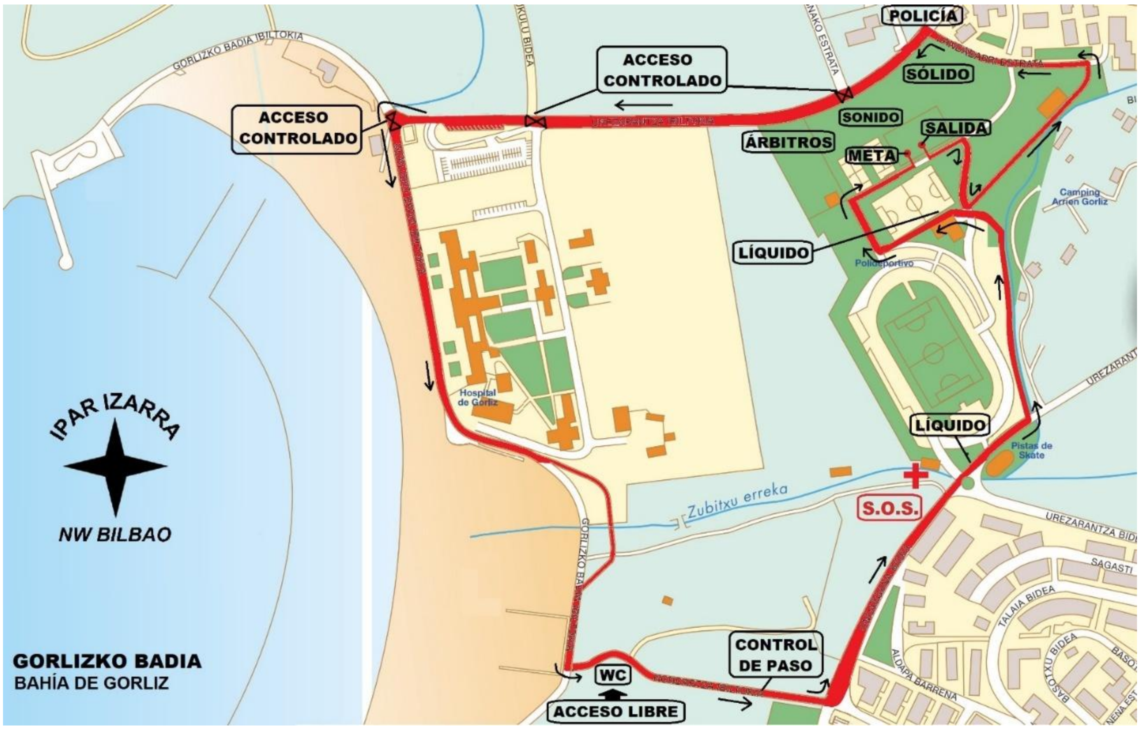
2 PROBAN ZEHAR

2.1 DATA

Lehiaketa urriaren 4an izango da, igandea, 10:30etatik aurrera. Ibilbidea honako hau da:

Hurrengo irudiak ibilbidearen trazadura erakusten du. Iaz ez bezala, aurten itzuli guztiak berdinak izango dira.

2.2 IBILBIDEA



Proba **federatuko** parte-hartzaileek 5 itzuli egin beharko dituzte, 13,13 km inguruko ibilbidean.

Proba **HERRIKOI**ko parte-hartzaileek 4 itzuli egingo dituzte, 10,50 km inguruko ibilbidean.

Haurrentzako erakustaldirako bi itzuli izango dira, guztira 5,25 Km.

Pad-ak (=takoak) nahitaezkoak izango dira, lurra erabat asfaltokoa/terrazokoa baita.

2.2.1 Zonalde Neutralizatua

Aurtengo ibilbidean ez da gune neutralizaturik egongo.

2.3 IRTEERA MOTA

Irteeran lehiakideak lerrokatuta egongo dira, dortsalaren goranzko ordenaren arabera kokatuta. Dortsalak epaile-taldeak esleituko ditu, lehiaketa honen egunera arte

ezarritako rankingari arabera. Kasu honetan, 2025eko azken sailkapenaren arabera esleituko dira lanpostuak.

Gainerako lehiakideek ere arbitraje-taldeak esleitutako dortsala izango dute.

Kronometrajea txip bidez egingo denez, eta helmugako arkuaren azpiko igarotze-denbora garbiak zenbatu ahal izango direnez, irteeran ez da aurreratzerik onartuko, arku horren azpitik igaro arte. Lehiakideak ibilian joango dira helmugako arkuraino, antolatzaileek zein ilaratan jarri dituzten kontrolatuz. Arkua zeharkatzean, noranahiko ibilbideari ekin ahal izango diote, egoki deritzoten lehiaketa-erritmoan. Irteera-prozedura hori arbitraje-taldeak monitorizatu eta kontrolatuko du.

Proba HERRIKOIA eta haurren proba federatutako probaren irteeratik 10 minutura irtengo dira.

Zirkuitua berbera da modalitate guztietarako. Itzuli guztietan helmugako arkuaren azpitik igaroko da.

2.3.1 Taldekoako Proba Herrikoia

Taldeek izena eman beharko dute hauetako edozein taldetan:

- emakume, 3
- gizon, 3
- 2 emakume + gizon bat,
- 2 gizon + emakume bat

Talde horiek irteera bakar batean irtengo dira banakako martxatzaileekin batera, eta proba taldean jokatu beharko dute denbora guztian. Haien artean gutxieneko segurtasun-distantzia mantendu beharko dute, eta ilaran joan beharko dute, gainerako lehiakideei bidea blokeatu gabe.

Hiru taldekideak elkarrekin irtengo dira, eta gutxienez lehen biak elkarrekin amaitu beharko dute, bi taldekideen artean gehienez 4 metro inguruko distantziara, ekipoa bertan behera geratu dela ez pentsatzeko.

Hirugarren kideak proba utzi ahal izango du muturreko nekea badu edo ondo sentitzen ez bada. Kasu horretan, epaileetako bati jakinarazi beharko dio proba utziko duela.

Taldeari esleitutako denbora helmugara iristen den azken kidearen denbora izango da.

Modalitate honetan, 4 kategorietako lehenengo taldeari bakarrik emango zaio saria, baldin eta kategoriarik badago.

2.4 KRONOMETRAJEA (TXIP-a)

Bi dortsal eraman beharko da, horietako bat txiparekin aurrealdean kokatuko dena.

Lehiakideen bueltak kontrolatzeko, zirkuituko puntu batetik antolakuntzako 3 pertsonak eskuzko kontrol bat egingo dute, eta kontrolaren emaitza arbitraje-taldeari jakinaraziko diote.

Paseko erregistro guztiak ordena egokian ez dituzten kirolariak deskalifikatu egingo dira.

2.5 ANOA

Ibilbidean zehar hornidura-gunea egongo da, itzuli bakoitzean likidoa izango da. Amaieran likidoa eta solidoa izango da, parte-hartzaile guztientzat elikagaiekin eta/edo edari isotonikoekin. Hondakinak botatzeko edukiontziak jarriko dira kasu guztietan. Hondakinak edukiontzietatik kanpo botatzen dituzten parte-hartzaileek txartela jasoko dute.

Hornidura likidoak uzteko mahaia jarriko da. Norberaren hornidura eraman nahi duenak antolakuntzari eskatu behar dio urriaren 1a baino lehen posta elekrtoniko baten bidez (nordicwalkbilbao@gmail.com).

2.6 ARAUDIA ETA ARBITRAJEA

Proba federatua hurrengo araudiz erregulatuta dago, kirol arloan:

- *FEDMEren Ipar Martxako Araudia (Reglamento de Marcha Nórdica de la FEDME)*
- *Euskal Herriko araudia (Reglamento de la Copa Vasco-Navarra)*

Ipar Martxan espezializatutako epaile ofizialak izango ditugu, eta horietako bat arbitro nagusia izango da.

2.6.1 Artekariak Proba Herrikoian

Proba honetan ez da lehia-arbitrajerik egongo.

BAI egongo da arau-hauste larrien eta edozein motatako errespetu faltak saihesteko kontrola. Kontrol hori behar bezala identifikatutako 6 artekarik gutxienez egingo dute, modu egokian identifigarri egongo direnak.

Bere funtzioak proba herrikoira mugatuko dira, eta horretan autoritatea izango dira. Proba herrikoia behar bezala egiten dela zainduko dute.

Honako kasu hauek aurreikusten dira:

- 5 '-ko zehapena, denbora osoari gehituta:
  - *Korrika*
  - *Ibilbidea moztu*
  - *Beste edozein martxatzaileren ibilbidea oztopatzea*
- Proba deskalifikatzeko zehapena:
  - *Artekarien edo martxaren antolakuntzako langileen jarraibideei kasurik ez egitea.*
  - *Edozein pertsonaren aurkako begirunerik eza eta indarkeria oro, ahozkoa zein fisikoa.*

Artekari horiek, gainera, pertsona martxatzaileen teknika puntuatuko dute proba HERRIKOIAN, eta teknikarik onenaren saria emango dute. Sari hori ez da emango proba federatuan, inplizituki baitakar araudia betetzea eta txartelik ez esleitzeak.

2.7 OSASUN-ZERBITZUAK ETA ISTRIPU-ASEGURUAK

Anbulantzia eta mediku bat egongo dira premiazko arreta emateko.

Probarako aseguru bat ezarriko da, proba HERRIKOIAn parte hartzen duten pertsonak estaliko dituena. Federatuek dagoeneko badute dagokien federazioek kontratatutako asegurua.

3 PROBA ONDOREN

3.1 SARIEN PROTOKOLOA

Sari banaketa 13:30etatik aurrera egingo da helmugako zonan.

Proba amaitzen duten guztiek FINISHER domina jasoko dute.

Ezinbestekoa izango da kirolaria sari-banaketako zeremonian egotea; bestela, ez zaio saria inori emango.

V BIZKAIA KOSTA Ipar Martxak lehen hiru postuak sarituko ditu, emakumezkoenak eta gizonezkoenak, kategoria absolutuan.

Euskal Herriko V. Kopan, aurten lehiaketako proba bakarra denez, kategoria absolutuko lehen 3 sailkatuek jasoko dituzte garaikurrak. Lehenengo sailkatuei ere txapela emango zaie. Gainera, kategoria bakoitzean, bi modalitateetan, sailkatutako lehenengo pertsonek, emakumezkoek eta gizonezkoek, saria jasoko dute.

Sariak ez dira metatuko, eta, beraz, kategoria absolutuko irabazleak direnek ez dute saririk jasoko beren adin-kategorietan; aitzitik, sailkapenean hurrengoa sarituko da.

Proba HERRIKOIko banakako parte-hartzaileek denboraren araberako sailkapena izango dute, baina FINISHER domina baino ez dute jasoko.

Proba HERRIKOIAn, banakako modalitatean, parte-hartzaileek denboren araberako sailkapena izango dute, eta sari bera jasoko dute lehen hiru sailkatuek, bai emakumezkoek, bai gizonezkoek.

Proba HERRIKOIAN, taldekako modalitatean, parte hartzen dutenek denboren araberako sailkapena izango dute, eta opari bera jasoko dute. Kasu horretan, 4 azpikategorietako bakoitzean lehenengo postuan sailkatutako taldeek baino ez dute jasoko, azpikategoriarik balego.

Azkenik, proba HERRIKOIAN parte hartzen duten guztien artean sari berezi bat emango da, eta arbitroek erabakiko dute parte-hartzaile guztien artean teknikarik onena garatu duela.

Haurren kategorian parte hartzen dutenek FINISHER domina baino ez dute jasoko.

3.2 LEHIAKETATIK KANPOKO JARDUERA OSAGARRIAK

Gorlizeko probaren beste edizio batzuekin alderatuta berriak diren hainbat jarduera planteatzen dira:

- Beroketa ariketan musikarekin (nahi duten guztientzat). Probaren aurretik izango da 10 bat minutuz, 9: 30ak aldera.
- Lehiaketan zehar, trikitilari pertsona-talde batek lehiakideei animazio-laguntza bat ematea planteatzen da, zirkuituaren zati batean ibiliz eta horiek ibilbideko hainbat puntutan joz.
- Hornidura solidoaz gain, proba amaitzean, 12:30ean hamaiketakoa egingo da (txistorra, gildak etab), sariak banatu arte itxaron beharreko denbora girotzeko.

3.3 BESTELAKOAK

Helmugan parte-hartzaileek hornidura likido eta solidorako sarbidea izango dute, eta kiroldegian bertan komunak eta aldagelak daude dutxekin.

Lehiaketa amaitu ondoren, 14:00ak inguru, lagunarteko bazkaria antolatuko da bertaratu nahi duten pertsona, lehiakide eta laguntzaileentzat. Lekua **Arriolane Garagardotegia** izango da eta pertsonako prezioa 25 € ingurukoa izango da. Menua garagardotegiko klasikoa da, hainbat sarrera, entsalada eta oilaskoa dituena.

Bazkaria erreserbatzeko moduak:

1. Lehiakideek erreserba egin ahal izango dute, bai eta inskripzio-agirian beste 9 laguntzaileena ere, eta zenbatekoa likidazioan kargatuko da.
2. Boluntarioek izena emateko aukera izango dute. 1 eta 9 plaza artean erreserbatzeko aukera izango dute, eta 2026ko urriaren 29a baino lehen TRANSFERENTZIA bat egin ondoren bakarrik baliozkotuko dira:

   Titularra: CD Ipar Izarra Nordic Walking Bilbao
   IBAN: ES45-3035-0083-27-0830129739
   Zenbatekoa: 25 € / plaza
   Diru-sarreraren KONTZEPTUAN izen-abizenak adierazi.

3.4 PROBAREN IRUDIAK

Proba egiten den bitartean, IPAR IZARRA NW BILBAO CDko pertsona batzuek argazki/bideo irudiak hartuko dituzte, eta argazki galeria bat egiteko erabiliko dira. Argazki horiek lehiakideen eskura jarriko dira proba amaitu eta egun batzuetara.

Erakundeak edo arbitraje-taldeak hartzen dituen irudiak soilik erabiliko dira erregelamendua oker aplikatzeagatik lehiakideei ezar dakizkiekeen zigorrak zehazteko.

DBLOaren eraginez, irudi horiek ezin izango dira inongo bitarteko, sare sozial eta abarren bidez argitaratu.

4 LEHIAKETAREN KRONOGRAMA

8:30-9:30	Izen-emateen egiaztapena eta txip, dortsal eta poltsen banaketa.
09:30	Beroketa ariketak musikarekin
10:00	Lehiaketa aurrekoa briefing-a
10:20	kaxoietara sarrera
10:30	lehiaketa federatuaren irteera
10:40	(gutxi gora behera) proba HERRIKOIAren irteera (gutxi gora beherako ordua)
10:55	(gutxi gora behera) haurren erakustaldiaren inteeera (gutxi gora beherako ordua)
12:30	txistorrada
13:30	garaikurren banaketa
14:00	jardunaldiaren amaiera.

5 PREVIO A LA PRUEBA

5.1 PARTICIPANTES

En esta competición podrán participar todas aquellas personas con 16 o más años que lo deseen, siempre que estén inscritas y que cumplan las condiciones de participación (máx. 130 participantes)

En la Copa Vasco-Navarra de Marcha Nórdica sólo podrán participar las personas federadas en FEDME, o en cualquier federación autonómica. Este año, esta será la única prueba de esta competición.

Las personas federadas deberán serlo en federaciones con cobertura de seguro nacional.

Categorías

Categoría	Condiciones de participación
Categoría Absoluta	*Todos los participantes a partir de 16 años (cumplidos el año de referencia)*
Sub Categoría Junior	*De 16 a 17 años (no cumplir 18 años en el año de referencia)*
Subcategoría Promesa	*De 18 a 23 años (no cumplir 24 años en el año de referencia)*
Subcategoría Senior	*De 24 a 39 años (no cumplir 40 años en el año de referencia)*
Subcategoría Veterana A	*De 40 a 49 años (no cumplir 50 años en el año de referencia)*
Subcategoría Veterana B	*De 50 a 59 años (no cumplir 60 años en el año de referencia)*
Subcategoría Veterana C	*De 60 a 69 años (no cumplir 70 años en el año de referencia)*
Subcategoría Veterana D	*A partir de los 70 años cumplidos en el año de referencia*

También existirá una categoría **Popular** (no federada), con dos únicas subcategorías: Femenina y Masculina, ambas absolutas. En el contexto de esta prueba también se realizará una modalidad por equipos.

Finalmente se celebrará una exhibición **Infantil** no competitiva, en la que la edad mínima será 10 años, que han de ser cumplidos en 2026 (nacidos en 2016 o antes). Quienes participen en esta prueba deben presentar un documento de autorización firmado por un tutor legal, de acuerdo con este formulario de autorización

5.2 CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Las personas participantes se comprometen a aceptar estrictamente

- el Reglamento de Marcha Nórdica de la FEDME,
- el Reglamento de la Copa Vasco-Navarra
- así como el presente Reglamento de la Prueba, así como cualquier posible modificación de la prueba, obligada por causas ajenas a la voluntad de la organización.

En caso de contradicción entre reglamentos prevalecerá lo establecido en este documento, Reglamento de la Prueba.

La realización de la inscripción implica haber leído, entendido y adquirido los compromisos que se exponen:

- Autorizo a la organización a utilizar mi imagen en publicaciones impresas o electrónicas para la promoción del deporte.
- Conforme a la L.O. 15/1999, le informamos de que sus datos personales pasarán a formar parte de un fichero que es responsabilidad del Club Deportivo Ipar Izarra Nordic Walking Bilbao. Si desea ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación u oposición podrá hacerlo dirigiéndose por escrito a la dirección del Club junto a una fotocopia de su DNI.

La Organización rechazará cualquier inscripción que no acepte las condiciones de este reglamento. En caso de dudas o de alguna situación no recogida se atenderá a lo que disponga la organización.
La organización se reserva el derecho de modificar las condiciones de este reglamento cuando se den causas de fuerza mayor de cualquier índole: meteorológica, sanitaria, etc.

5.3 INSCRIPCIONES EN LA PRUEBA

Todas las categorías se inscribirán en este formulario https://www.rs-sport.es/inscripciones/detalles-evento/evento/181-v-nw-bizkaia-kosta-gorliz-2026 hasta las 23:59 horas del día 29 de septiembre, y no se admitirán inscripciones posteriores.

- El precio será de 12€ para los/as federados/as FEDME de todas las categorías.
- El precio será de 12€ para los/as federados/as autonómicos de todas las categorías.
- El precio será de 15€ para los/as participantes en la categoría Open (incluido el seguro).

La inscripción en la categoría infantil es gratuita, pero deberá ser realizada en el correspondiente formulario, descargando el documento de autorización parental que habrá de ser entregado en el momento de la recogida de dorsales.

La inscripción es personal e intransferible, y no se harán devoluciones, excepto en caso de lesión o enfermedad, si se presenta un certificado médico oficial a la Organización, antes del jueves previo a la prueba.

En el caso de participación en la prueba popular, además de la inscripción de las personas en la prueba individual, todas las personas que participen en la prueba por equipos, deben inscribirse como tal en cualquiera de estas 4 combinaciones:

- 3 Mujeres,
- 3 Hombres,
- 2 Mujeres + 1 Hombre,
- 2 Hombres +1 Mujer

5.4 SITUACION DEL POLIDEPORTIVO

En la imagen y enlace siguientes se muestra la ubicación de la zona de acceso y aparcamiento

Zona Parking y Acceso a polideportivo

5.5 APARCAMIENTO VEHICULOS

Este año, el día de la prueba estará activa la regulación de aparcamiento OTA, por lo que será necesario obtener un ticket y colocarlo en el vehículo.

Se aparcará en ZONA VERDE, y en los parquímetros próximos se obtiene un ticket para toda la mañana, con un coste de 5 euros, pagadero en metálico o con tarjeta de crédito.

5.6 ENTREGA DE DORSALES, CHIPS Y BOLSA DE CORREDOR

Será en el Pabellon antiguo del Polideportivo de Gorliz, el domingo 4 de octubre desde las 08:30 hasta las 09:30. Habrá café dispuesto en las cercanías de la zona de dorsales.

A partir de ese momento se cerrará la entrega y se realizará el briefing de la carrera.

Nota: Sólo se podrá recoger el dorsal y chip propio, y para ello se tendrá que presentar la licencia federativa correspondiente, así como el DNI. En el caso de la prueba OPEN deberá presentarse el DNI, y en la infantil, el documento de autorización parental firmado por el tutor legal.

5.7 CONSIGNA

Junto al punto de entrega de dorsales hay una mesa para depositar los objetos en consigna. Esto se realizará mostrando el dorsal cuyo número se asignará a una etiqueta que se fijará al equipaje. Los equipajes se podrán solicitar desde el momento de entregarlos hasta el final de la prueba mostrando el dorsal, tantas veces como se precise. Si se vuelve a depositar debe llevar la etiqueta asignada con el número del dorsal. Los equipajes deben ser retirados de consigna como muy tarde a las 13:30.

5.8 BRIEFING Y DIRECCIÓN DE CARRERA

El domingo 4 de octubre a las 10:00 h habrá una reunión informativa en la zona de meta situada junto a las pistas de paddle del polideportivo.

Es muy importante acudir a esta cita ya que en ella se explicará todo lo relacionado con la prueba y se resolverán todas las dudas que puedan surgir en directo.

El briefing se impartirá por la persona Arbitro principal.

La Dirección de carrera se encargará de coordinar todos los aspectos operativos de la competición.

5.9 ALOJAMIENTOS

5.9.1 Hoteles

En la propia localidad de Gorliz y en la vecina de Plentzia hay unos pocos hoteles cuyo detalle se especifica a continuación:

Hotel Boutique Bahia de Plentzia
Dirección: Erribera Kalea, 29, 48620 Plentzia, Bizkaia
Teléfono: 946 77 55 78

Hotel Casa de marinos Uribekosta
Erribera Kalea, 23, 48630 Plentzia Bizkaia
Teléfono: 946774478 / 685979803

En caso de necesidad o preferencia, en la vecina ciudad de **Bilbao**, situada a 30 minutos en coche, se dispone de una amplia oferta hotelera.

También existen algunos pequeños establecimientos de alojamiento rural en la más próxima localidad de **Barrika**.

5.9.2 Camping

Finalmente, justo al lado del polideportivo se encuentra el **Camping Arrien de Gorliz**

Dirección: Uresarantze Bidea 15 Bis 48630 Gorliz - BIZKAIA

Tel. y Fax: 946 771 911. Este camping dispone de espacio y servicio para autocaravanas y alquiler de bungalows.

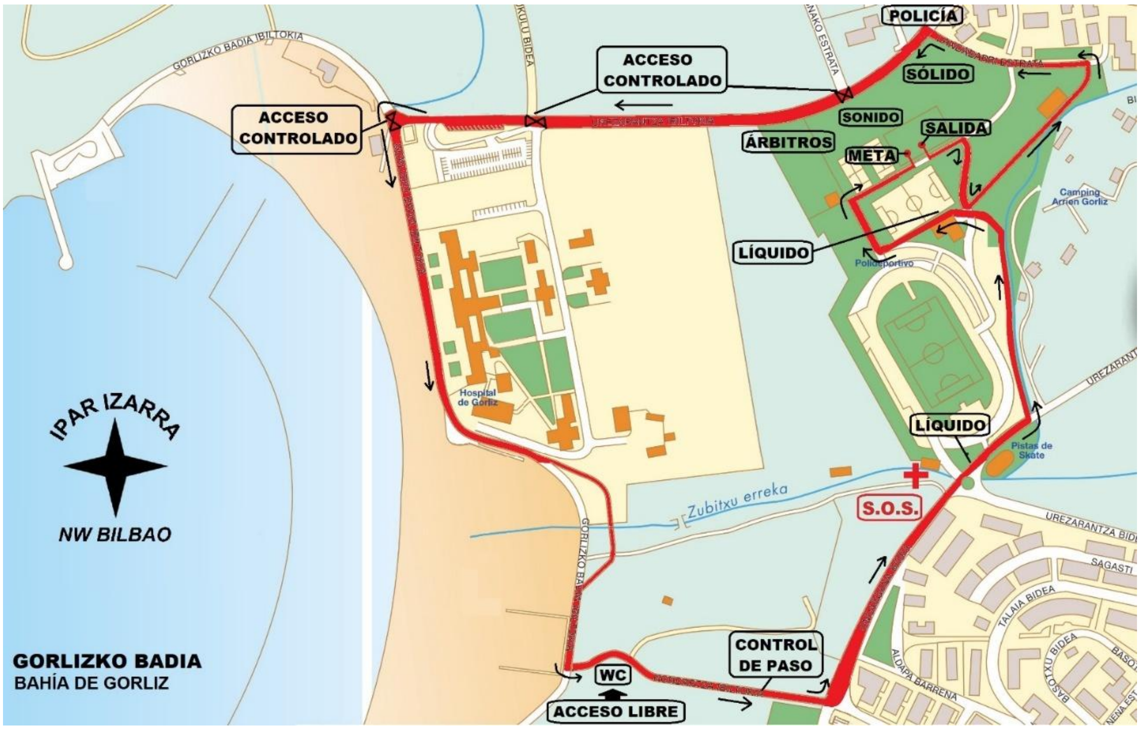
6 DURANTE LA PRUEBA

6.1 FECHA

La competición será el domingo 4 de octubre a partir las 10:30 h. El recorrido es el siguiente:

La imagen muestra el trazado del circuito. Todas las vueltas serán idénticas.

6.2 RECORRIDO



Los/as participantes de la prueba **federada** tendrán que completar 5 vueltas, en un recorrido total de aproximadamente 13.13 Km.
Los/as participantes de la prueba **POPULAR** completarán 4 vueltas, en un recorrido total de aproximadamente 10,50 Km
Para la exhibición **infantil** serán dos vueltas, totalizando 5,25 Km
Serán obligatorios los pads, ya que el terreno es en su totalidad de asfalto / terrazo.

6.2.1 Zona Neutralizada

En el recorrido de este año no existirán zonas neutralizadas.

6.3 TIPO DE SALIDA

Las salidas serán por filas de competidores, ordenados en orden creciente de dorsal.
La numeración de dorsales la asigna el equipo arbitral siguiendo el ranking de la Copa Vasco Navarra establecido hasta la fecha de esta competición. En este caso se asignarán los puestos de acuerdo con la clasificación final de 2025.
El resto de los competidores, sin ranking, también tendrán su dorsal asignado por el equipo arbitral.

Debido a que el cronometraje se realizará mediante chip y se podrán contabilizar tiempos netos de paso bajo el arco de meta, en la salida no se permitirán adelantamientos hasta que no se haya pasado por debajo de dicho arco. Los competidores se desplazarán andando hasta el arco de meta controlando la hilera en la que han sido dispuestos por la organización. Al cruzar el arco podrán iniciar la marcha nórdica al ritmo de competición que estimen oportuno. Este procedimiento de salida será monitorizado y controlado por el equipo arbitral.

La prueba POPULAR y la infantil tendrán la salida *a los 10 min de la salida de la prueba federada.*

El circuito es el mismo para todas las modalidades. En todas las vueltas se pasará por debajo del arco de meta.

6.3.1 Prueba popular por equipos

Los equipos se habrán inscrito en cualquiera de las siguientes formaciones:

- 3 Mujeres,
- 3 Hombres,
- 2 Mujeres + 1 Hombre,
- 2 Hombres + 1 Mujer

Estos equipos saldrán junto a los marchadores individuales en una única salida, y deberán disputar la prueba marchando en grupo todo el tiempo. Deberán mantener entre ellos una distancia mínima de seguridad, y marchar en fila sin bloquear el paso al resto de competidores. Saldrán juntos los tres componentes, y como mínimo deben terminar juntos los dos primeros, a una distancia máxima aproximada de 4 metros entre ambos para no considerar que el equipo ha abandonado. El tercer componente puede abandonar en caso de fatiga extrema o de no sentirse bien. En este caso, deberá anunciar su abandono a una de las personas que arbitren.

El tiempo asignado al equipo será el del último componente que llegue

En esta modalidad solo habrá premio al primer equipo de cada una de las 4 categorías, si las hubiese.

6.4 CRONOMETRAJE (CHIP)

Se llevarán dos dorsales, uno de ellos con chip que se colocará en la parte delantera.

De cara a controlar el paso de los competidores, por uno de los puntos del circuito habrá un control manual realizado por 3 personas de la organización que reportarán el resultado de su control al equipo arbitral.

Los/as deportistas que no tengan todos los registros de paso en el orden adecuado serán descalificados.

6.5 AVITUALLAMIENTO

En un punto del recorrido se situará la zona de avituallamiento, uno líquido en cada vuelta, y finalmente otro, líquido y sólido para la llegada con alimentos de recuperación y/o bebidas isotónicas para todos los/as participantes. En ambos casos se dispondrá de contenedores para arrojar los desperdicios. Aquellos participantes que los arrojen fuera de los contenedores serán sancionados con una tarjeta.

Se dispondrá una mesa para depositar los avituallamientos líquidos que lo soliciten a la organización, vía correo electrónico antes del 1 de octubre. (nordicwalkbilbao@gmail.com)

6.6 REGLAMENTO Y ARBITRAJE

La prueba federada está regulada deportivamente por

- *el Reglamento de Marcha Nórdica de la FEDME*
- *el reglamento de la Copa Vasco-Navarra*

Contaremos con árbitros oficiales, especializados en Marcha Nórdica, uno de los cuales será árbitro principal.

6.6.1 Interventoras e Interventores en la Prueba Popular

En esta prueba no habrá arbitraje competitivo.

SÍ habrá un control para evitar infracciones graves y cualquier tipo de falta de respeto. Este control será llevado a cabo por un equipo mínimo de 6 personas, interventoras e interventores, convenientemente identificadas.

Sus funciones se limitarán a la prueba popular, y serán la autoridad de esta. Vigilarán el correcto desarrollo de la prueba popular.

Se contemplan los siguientes supuestos:

- Sanción de 5´ a sumar al tiempo total:
    - Correr
    - Recortar itinerario
    - Impedir o dificultar el paso de cualquier otro marchador o marchadora
- Sanción de descalificación de la prueba:
    - No hacer caso a las indicaciones de las interventoras, interventores o personal de la organización de la marcha.
    - Cualquier desconsideración y violencia verbal o física contra cualquier persona

Estas interventoras e interventores, además puntuarán la técnica de las personas marchadoras en la prueba POPULAR, y otorgarán el premio a la mejor técnica. Este premio no se dará en la prueba federada porque viene implícito con el cumplimiento del reglamento y la no asignación de tarjetas.

6.7 SERVICIOS SANITARIOS Y SEGUROS DE ACCIDENTES

Habrá 1 ambulancia y 1 médico/a para la atención urgente.

Se establecerá un seguro para la prueba que cubrirá a las personas participantes en la prueba POPULAR que no estén federadas. Las personas federadas ya tienen su seguro contratado por las federaciones correspondientes.

7 POSTERIOR A LA PRUEBA

7.1 PROTOCOLO DE PREMIOS

La ceremonia de entrega de premios se efectuará a partir de las 13:30h en la zona de meta.

Todas las personas que finalicen la prueba recibirán una medalla de FINISHER.

Será imprescindible que el/la deportista esté presente en la ceremonia de entrega de premios; de no ser así no se le entregará el premio a ninguna persona delegada.

La V Nordic Walking BIZKAIA KOSTA premiará las tres primeras posiciones, femeninas y masculinas, categoría Absoluta.

En la V Copa Vasco Navarra de Marcha Nórdica, este año única prueba de la competición, recibirán trofeos los/as 3 primeros/as clasificados/as, de la categoría Absoluta. También se entregará la txapela de campeón a los primeros/as clasificados/as. Además, recibirán un premio las primeras personas clasificadas en cada una de las categorías, en ambas modalidades, femenina y masculina.

Los premios no serán acumulables en ninguna de las competiciones, por lo que quienes sean los ganadores en categoría absoluta, no recibirán premio en sus respectivas categorías de edad, sino que se premiará al siguiente en la clasificación.

Los participantes en la categoría POPULAR, modalidad individual, tendrán una clasificación por tiempos, y recibirán el mismo obsequio las tres primeras personas clasificadas, tanto en categoría femenina como masculina.

Los participantes en la prueba POPULAR, modalidad por equipos, tendrán una clasificación por tiempos, y recibirán el mismo obsequio, en este caso únicamente los equipos clasificados en primer lugar de cada una de las 4 subcategorías si las hubiese.

Finalmente, entre todas las personas participantes en la prueba POPULAR se otorgará un premio especial a la que los árbitros decidan que ha desarrollado la mejor técnica del conjunto de participantes.

Los participantes en la categoría infantil únicamente recibirán la medalla de FINISHER.

7.2 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS FUERA DE LA COMPETICIÓN

Se plantean varias actividades que son nuevas respecto a otras ediciones de la prueba en Gorliz:

- Calentamiento musical para todos (los que quieran). Será antes de la prueba durante unos 10 minutos, sobre las 9:30
- Durante el transcurso de la competición, se plantea que un grupo de personas con trikitrixas realicen un acompañamiento de animación a los competidores, recorriendo parte del circuito y tocando al paso de los mismos en distintos puntos del recorrido.
- Además del avituallamiento sólido, al finalizar la prueba, a las 12:30 se realizará un hamaiketako con txistorra, gildas, etc, para amenizar el tiempo de espera hasta la entrega de premios.

7.3 OTROS

En la zona de meta los/as participantes tendrán acceso al avituallamiento líquido y sólido, y en el propio recinto del polideportivo hay WC, y vestuarios con duchas.

Tras la finalización de la competición y alrededor de las 14:30 se prevé organizar una comida de confraternización para todas aquellas personas, competidoras y acompañantes que deseen asistir. El local es la **Cervecera Arriolane** el precio por persona es de 25€. El menú es el clásico de cervecera con entrantes varios, ensalada y pollo.

Formas de Reserva en la comida:

1. Los y las competidor@s podrán realizar su reserva y hasta de 9 acompañantes más en el documento de inscripción y el importe será cargado en la liquidación.
2. Voluntarios y Voluntarias en el formulario de inscripción tendrán también ocasión de reservar de 1 a 9 plazas que serán validadas sólo tras realizar una TRANSFERENCIA antes de día 29 de septiembre de 2026:

   Titular: CD ipar Izarra Nordic Walking Bilbao
   IBAN: ES45-3035-0083-27-0830129739
   Importe: 25 € por plaza
   Indicando nombre y apellidos en el CONCEPTO del ingreso.

7.4 IMÁGENES DE LA PRUEBA

Durante el desarrollo de la prueba, ciertas personas del CD IPAR IZARRA NW BILBAO, obtendrán imágenes fotográficas/video que se utilizarán para realizar una galería de imágenes que se pondrán a disposición de las personas competidoras unos días después de finalizada la prueba. Cualquier otra imagen que se tome por la organización o por el equipo arbitral, debe utilizarse únicamente con fines específicos de determinación de posibles penalizaciones a las personas competidoras por aplicación incorrecta del reglamento. Por efecto de la LOPD, estas imágenes no podrán ser publicadas a través de ningún medio, red social, etc.

8 CRONOGRAMA DE LA COMPETICIÓN

8:30-9:30	Comprobación de inscripciones y reparto de chips, dorsales y bolsas del corredor.
09:30	Calentamiento musicado
10:00	briefing previo a la competición.
10:20	entrada en cajones
10:30	salida de la competición federada
10:40	(aprox.) salida de la prueba POPULAR
10:40	(aprox.) salida de la exhibición infantil
12:30	final de la prueba,
12:30	txistorrada
13:30	entrega de trofeos,
14:00	final de la jornada.