

MENDIKO JARDUERAREN ARAU ESPEZIFIKOAK 2020-2021 IKASTURTERAKO

1. Kirol-diziplinaren lehiaketa-jardueren izena.

MENDIKO LASTERKETAK
ARROILA JAITSIERA
KIROL ESKALADA
ESPELEOLOGIA
IBILALDI NORDIKOA
ORIENTAZIOA
MENDI-IBILIAK

2. Kirol-diziplinaren lehiaketa-jardueren joko-erregelamenduak.

MENDIKO LASTERKETAK

- **Jarduera:**
- a) Gehieneko parte-hartzaile kopurua agintariek une horretan baimentzen dutenera mugatuko da.
- b) Parte-hartzaile bakoitzak bere motxila eraman beharko du, jardueran beharko duen materialarekin (arropa, hornidura, etab.). Ezin da tresna edo material indibidualik partekatu.

ARROILA JAITSIERA

- **Jarduera:**
- a) Gehieneko parte-hartzaile kopurua agintariek une horretan baimentzen dutenera mugatuko da.
- b) Parte-hartzaile bakoitzak bere motxila eraman beharko du, jardueran beharko duen materialarekin (arropa, hornidura, etab.). Ezin da tresna edo material indibidualik partekatu.
- c) Debekatuta egongo da oinutsik ibiltzea; hori saihesteko, parte-hartzaileek txankletak erabili ahal izango dituzte oina erlaxatzeko.
- d) Parte-hartzaile bakoitzak talde pertsonal bat izango du, beste parte-hartzaile batekin partekatu beharrik izan gabe (kaskoa, neoprenoa, arnesa, jaitsigailua...).

- e) Arroilaren ertzeroa hurbiltzean, parte-hartzaileek 1,5 metroko segurtasun-neurriak hartuko dituzte.
- f) Beharrezkoa izango da neurriak hartzea parte-hartzaile bakoitzaren material pertsonala (kaskoa, neoprenoa, arnesa, jaitsigailua...) beste pertsona batzuen materialarekin kontaktuan egon ez dadin.
- g) Jarduera-eremutik igaro aurretik, parte-hartzaileek eskuak desinfektatu beharko dituzte, eta oinetako "sandaliak" eta "katu-oinak" higienizatuko dira.

KIROL ESKALADA

- **Jarduera:**
- a) Gehieneko parte-hartzaile kopurua agintarietara une horretan baimentzen dutenera mugatuko da.
- b) Parte-hartzaile bakoitzak bere motxila eraman beharko du, jardueran beharko duen materialarekin (arropa, hornidura, etab.). Ezin da tresna edo material indibidualik partekatu.
- c) Debeekatuta egongo da oinutsik ibiltzea; hori saihesteko, parte-hartzaileek txankletak erabili ahal izango dituzte oina erlaxatzeko.
- g) Jarduera-eremutik igaro aurretik, parte-hartzaileek eskuak desinfektatu beharko dituzte, eta oinetako "sandaliak" eta "katu-oinak" higienizatuko dira.

ESPELEOLOGIA

- **Jarduera:**
- a) Gehieneko parte-hartzaile kopurua agintarietara une horretan baimentzen dutenera mugatuko da.
- b) Parte-hartzaile bakoitzak bere motxila eraman beharko du, jardueran beharko duen materialarekin (arropa, hornidura, etab.). Ezin da tresna edo material indibidualik partekatu.
- c) Parte-hartzaile bakoitzak talde pertsonal bat izango du, beste parte-hartzaile batekin partekatu beharrik izan gabe (kaskoa, neoprenoa edota monoa, arnesa, jaitsigailua, konektoreak...).
- e) Aurrera egin ahala, parte-hartzaileek 1,5 metroko segurtasun-neurriak hartuko dituzte, ahal den guztietan.
- e) Beharrezkoa izango da neurriak hartzea parte-hartzaile bakoitzaren material pertsonala (kaskoa, arnesa, jaitsigailua...) beste pertsona batzuen materialarekin kontaktuan egon ez dadin.

IBILALDI NORDIKOA

- **Jarduera:**
- a) Gehieneko parte-hartzaile kopurua agintarietara une horretan baimentzen dutenera mugatuko da.

- b) Parte-hartzaile bakoitzak bere motxila eraman beharko du, jardueran beharko duen materialarekin (arropa, hornidura, etab.). Ezin da tresna edo material indibidualik partekatu.

ORIENTAZIOA

- **Jarduera:**
- a) Gehieneko parte-hartzaile kopurua agintariak une horretan baimentzen dutenera mugatuko da.
- b) Parte-hartzaile bakoitzak bere motxila eraman beharko du, jardueran beharko duen materialarekin (arropa, hornidura, etab.). Ezin da tresna edo material indibidualik partekatu.
- c) Balizatuak erregistratzeko sistemak manipulazina izan beharko du, dela irakurgailu digitaleko sistema baten bidez, dela apunte-kodeen bidez. (Pintza-sistema ordezkatzea).
- d) Kartografiak eta txartelek besterenezinak eta erabilera bakarrekoak izan beharko dute.

MENDI-IBILIAK

- **Jarduera:**
- a) Gehieneko parte-hartzaile kopurua agintariak une horretan baimentzen dutenera mugatuko da.
- b) Parte-hartzaile bakoitzak bere motxila eraman beharko du, jardueran beharko duen materialarekin (arropa, hornidura, etab.). Ezin da tresna edo material indibidualik partekatu.
- c) Ahal den guztietan, norabide bakarrean zirkulatuko da. Ezinezkoa den kasuetan, joan-etorriko eremuak oso estuak izatea saihestuko da, gurutzatzean kirolariak segurtasun-tartea mantendu ahal izan dezaten. Jendeak ez duela segurtasun-eremua inbaditzen zainduko da.

Sariak edo opariak emanez gero, segurtasun-distantziari eusteko moduan antolatuko da, pilaketarik egon ez dadin, eta maskararen erabilera ezarriko da.

Erabilera komuneko material guztiak fabrikatzailearen jarraibideen arabera desinfektatu beharko dira, eta kontuan hartu beharko da 72 orduko berrogeialdia dela sistematik onena, ez baitu haien iraunkortasuna kaltetzen edo murrizten.

3. Kirol-federazioek antolatutako lehiaketa edo jardueretarako jardueraren arauak.

ARAU OROKORRETAN EZARRITAKOA

4. Erakunde parte-hartzaileen barruan egin beharreko entrenamendu eta saioetarako jarduerak.

Ez da ezer espezifikorik aurreikusten