



FORTUNA  
Kirol elkarte  
Club deportivo



Behobia - San Sebastián

**AZAROAK 13 de NOVIEMBRE 2016**



Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# Mugak hantsiz, bidea egin

Lo que quiero transmitir es que lo que importa es el camino de cada cual. En la Behobia - San Sebastián hay miles de historias de superación, de caminos recorridos hasta que llega el momento de tomar la salida de la Behobia y la misma importancia el primero que entra en la meta y el último en cruzarla.

*(Jonathan Carranza, Ganador del concurso del Lema 2016)*

Con este lema queremos poner en relieve ese valor fundamental de la Behobia como instrumento para superar barreras, integrar a todas las personas y abrir nuevos caminos y nuevas perspectivas.

*(Enrique Cifuentes, Presidente del CD Fortuna)*

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS

#Donostia2016

## INDICE

	PRESENTACIÓN.....	4
	FERIA DEL CORREDOR.....	5-6
	BSS TXIKI.....	7-8
	BSS GAZTEA.....	9-11
	LA BSS.....	12
	FICHA TÉCNICA BSS.....	13
	EL RECORRIDO.....	14
	HORARIOS Y GRUPOS DE SALIDA.....	15
SERVICIOS	CONSIGNAS.....	16
	COMO LLEGAR A LA SALIDA.....	17
	AVITUALLAMIENTOS.....	18
	PUNTOS DE RETIRADA.....	19
	PUNTOS DE ANIMACIÓN.....	20
	META.....	21-23
	SERVICIO ESPECIAL.....	24
DATOS	RANGO DE EDADES 2012-2016.....	25-26
	LA PARTICIPACIÓN DE LA MUJER EN LA BEHOBIA.....	27
	PROCEDENCIA DE LOS PARTICIPANTES.....	28-30
	B/SS PERSONAS CON DISCAPACIDAD.....	31
	B/SS PATINADORES.....	32
	B/SS TOTAL PARTICIPANTES.....	33
SALUD	DATOS EN EL DORSAL.....	34
	CUESTIONARIO DE SIGNOS Y SÍNTOMAS.....	35-36
	HOSPITALES DE CAMPAÑA.....	37
	EFFECTO DEL CALOR.....	38-39
	BSS SAFE.....	40
	DORSALES SOLIDARIOS.....	41
	UNA BEHOBIA SOSTENIBLE.....	42-43
	BSS APPS.....	44
	PRENSA.....	45
REDES SOCIALES.....	46	

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# PRESENTACIÓN

El Club Deportivo Fortuna KE es, desde su fundación en 1911, una entidad dedicada de lleno a la promoción del deporte aficionado en sus más diversas especialidades. El pasado 2011 se celebró su Centenario.

Número socios actual: 1.200 socios

CD Fortuna promociona el deporte base, en su doble aspecto competitivo-recreativo y en la organización de pruebas deportivas abiertas de carácter popular.

Pruebas destacadas: Travesía de Montaña (desde 1941), la Getaria-Donostia de piraguas (desde 1979) o la más conocida de todas, la Behobia- San Sebastian, que tuvo su origen en el año 1919.

Secciones actuales:

- Esgrima
- Montañismo y escalada
- Deportes Acuáticos: natación, water polo, piragüismo y remo
- Voleibol
- Tenis mesa, Ajedrez
- Atletismo Femenino

Instalaciones:

- 2 Polideportivos (natación, escalada y otros deportes)
- Local en la Playa de la Concha para deportes acuáticos.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# FERIA DEL CORREDOR

## FERIA DEL CORREDOR

### HORARIO FERIA

Día 11 de noviembre de 12:30 a 21:00 horas.

Día 12 de Noviembre de 10:00 a 20:00 horas.



### ENTREGA DE DORSALES

Puerta 3: Recogida dorsales Txiki

Puerta 1: Salida

Puerta 2, se reparte la entrada en tres, (numeración por determinar)

Puerta 27, se reparte la entrada en tres, (numeración por determinar) y dorsales de la Gaztea.

Puerta 28: Salida

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## FERIA DEL CORREDOR

# FERIA DEL CORREDOR

### ASISTENCIA Y EXPOSITORES

AÑO	DIA	ASISTENTES	%
2012	VIERNES	4273	25,85
	SÁBADO	12251	74,15
	TOTAL	16524	
2013	VIERNES	4437	20,01
	SÁBADO	17732	79,99
	TOTAL	22169	
2014	VIERNES	6144	23,93
	SÁBADO	19535	76,07
	TOTAL	25679	
2015	VIERNES	6595	23,91
	SÁBADO	20841	76,09
	TOTAL	27436	

AÑO	Nº PUESTOS	CARPAS	STANDS MODULARES	OTROS
2013	35	8	40	2
2014	46	12	39	6
2015	40	11	40	5

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# BSS TXIKI

## B/SS TXIKI



### Categorías y distancias:

- 0 a 2 años, recorrido cerrado.
- 3 a 5 años, recorrido 100 m.
- 6 a 7 años, recorrido 200 m.
- 8 a 9 años, recorrido 400 m.
- 10 a 11 años, recorrido 800 m.
- 12 a 13 años, recorrido 1200 m.

\* Los niños accederán a la pista acompañados por UN solo adulto o responsable.

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## BSS TXIKI

### B/SS TXIKI

Entrega de trofeos

Todos los niños/as participantes recibirán una medalla tras finalizar la tanda correspondiente.

Merienda

Al finalizar cada una de las tandas se servirá una bocata y un batido para todos los txiki participantes.

Behobia Txiki y Unicef

¿Qué hace Unicef?

UNICEF promueve los derechos y el bienestar de todos los niños y niñas en todo lo que hace. Junto a nuestros aliados, trabajamos en 190 países y territorios para transformar este compromiso en acciones prácticas, centrando especialmente nuestros esfuerzos en llegar a los niños y niñas más vulnerables y excluidos para el beneficio de todos y todas, en todas partes.

Gotas para Níger

De cada inscripción a la Behobia txiki se destinará 1 euro al proyecto de Gotas para Níger.

Este es nuestro reto para 2016, ¡Hagamos que nuestras gotas lleven este año agua a 30 escuelas más!

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016



# BSS GAZTEA

## B/SS GAZTEA



FECHA	13 de Noviembre de 2016
HORA	9:30
EDICIÓN	3ª Edición
DISTANCIA	4,400 m
PARTICIPANTES	299 participantes
SALIDA	Herrera
META	Donostia
ORGANIZADOR	Club Fortuna KE
CATEGORIAS	Cadetes: 91 participantes (2002) Juvenil: 177 participantes (2000 - 2001) Junior: 31 participantes (1998 - 1999)

### EVOLUCIÓN PARTICIPANTES:

2014	225
2015	220
2016	299

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# BSS GAZTEA

## B/SS GAZTEA



### PARTICIPACIÓN POR KUADRILLAS

Las Kuadrillas pueden ser masculinas, femeninas y mixtas (basta con que haya un chico y una chica)

Las Kuadrillas serán de 4 a 8 participantes. Puntuarán los cuatro primeros que lleguen a meta y los premios son para la Kuadrilla completa independientemente de cuantos sean.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## BSS GAZTEA

# B/SS GAZTEA

## SERVICIOS

### Transporte a la salida

Se podrá utilizar el servicio especial de trenes (Renfe y Euskotren) a las estaciones de Herrera. No estará permitido el acceso con vehículo particular.

### Consigna

Habrà servicio de consigna en salida para recoger la mochilas y trasladarlas a la consigna de meta hasta las 9:00h. Podrán recogerla en la Consigna de Meta (Plaza de Gipuzkoa).

### Entrega de trofeos

Los tres primeros/as de cada categoría subirán al pódium del Boulevard y todos /as los/as participantes recibirán una medalla tras finalizar la carrera.

### Avituallamiento y Servicios de Meta

Los participantes tendrán dispondrán del avituallamiento final y demás servicios de meta de la carrera una vez recogida la medalla conmemorativa.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016



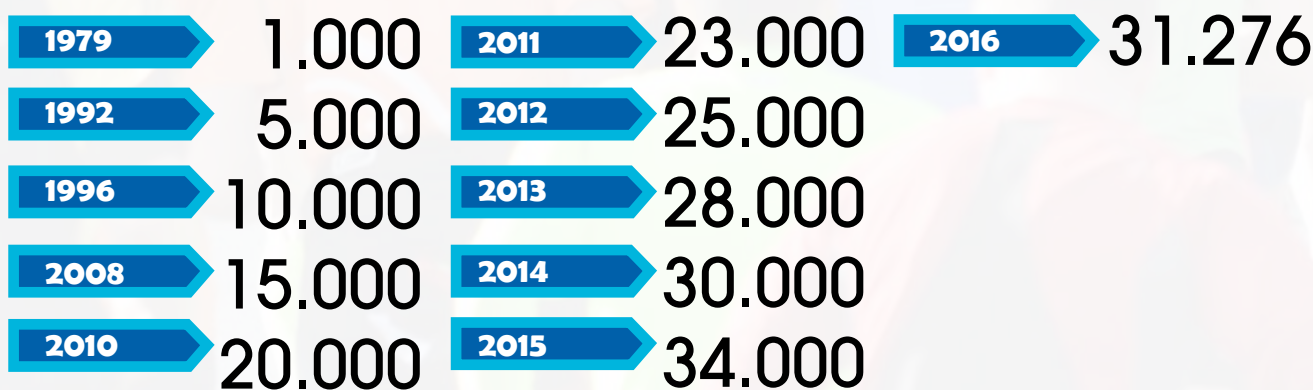
# LA BSS

La Behobia - San Sebastian es una carrera pedestre popular que se celebra en Noviembre. Se desarrolla en un recorrido de 20km que empieza en la frontera con Francia (Behobia) y termina en Donostia - San Sebastian.

El año pasado se inscribieron 34.000 corredores, y para esta edición se ha alcanzado la cifra de 31.276 inscritos.

La B/SS convoca cada edición alrededor de 60.00 espectadores que bajo cualquier condición meteorológica hacen de la carrera un evento cultural y deportivo sin igual.

## EVOLUCIÓN PARTICIPANTES:



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# FICHA TÉCNICA BSS

## FECHA

13 de Noviembre de 2016

## EDICIÓN

52º Edición

## DISTANCIA

20 Km (no homologada)

## RECORRIDO

Con 192m de desnivel positivo.  
Alto de 80m en el Km 7

## SALIDA

Irun (junto al puente internacional)

## LLEGADA

Donostia - San Sebastián

## ORGANIZADOR

Club Fortuna KE

## CATEGORIAS

Junior, Promesas, Senior, Veteranos/as

## MODALIDADES

Roller, Discapacitados

## TIEMPO MÁXIMO CIERRE CONTROL:

Tiempo máximo de llegada, desde el paso por la alfombra de salida:  
2h45m.

## RETIRADA OBLIGATORIA:

En el km. 10, máximo 1:30h desde la última salida.  
En el km. 15, en 2:05h.

Los atletas que lleguen más tarde deberán retirarse, declinando en caso contrario la organización toda responsabilidad.

Mugak hantsiz, bidea egin

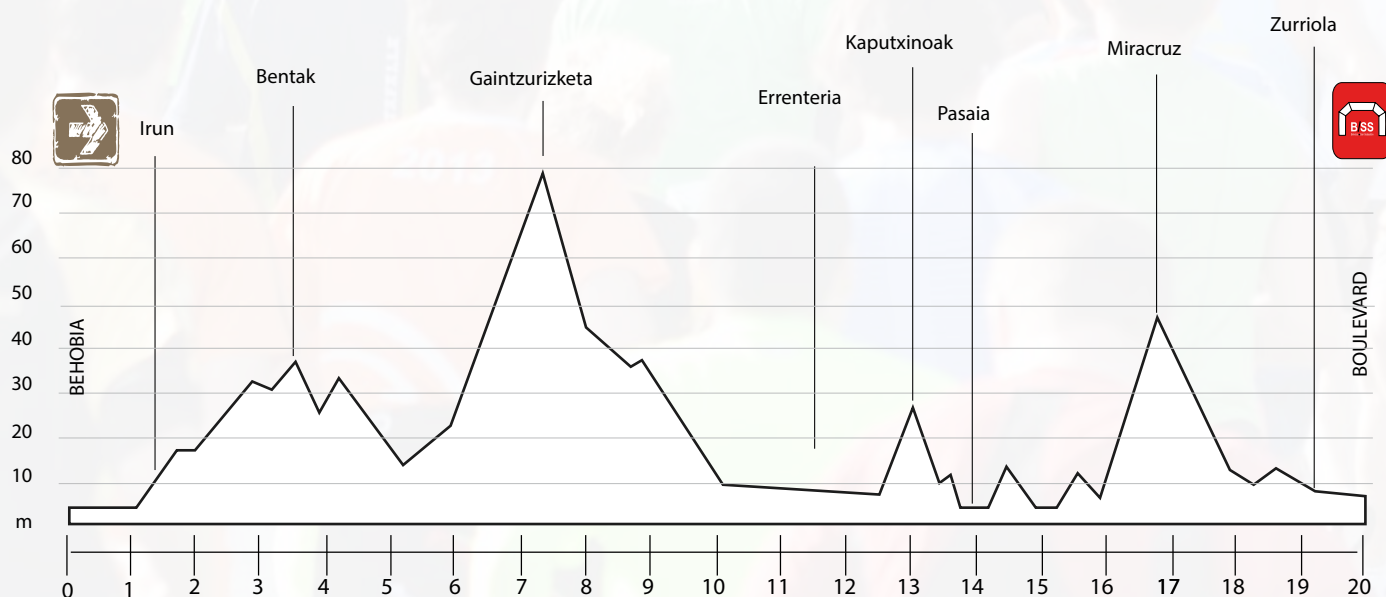
52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

13

# EL RECORRIDO

La Behobia - San Sebastian es una carrera con un recorrido muy exigente, con dos importantes altos, Gaintzurizketa (Km. 7) y el Alto de Miracruz (Km. 17), y también diversas subidas y bajadas que hay que tener en cuenta a la hora de regular el esfuerzo. Cuenta con 192 m. de desnivel positivo. En anterior recorrido contaba con 164 m.



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# HORARIOS Y GRUPOS DE SALIDA

Erreferentziak / Referencias	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
Erreferentziak / Referencias	1-800	301-2000	3001-4000	4001-6000	6001-7000	7001-9000	10001-10700	11701-13400	13401-15100	15101-16800	16801-18500	18501-21100	21101-22700	22701-25000	25001-27300	27301-29000	29001-31000	31001-34000	34001-36000	
9:30	9:35	10:00	10:01	10:03	10:06	10:10	10:17	10:21	10:26	10:33	10:41	10:47	10:51	10:55	11:00	11:07	11:15	11:24	11:31	11:35
9:15	8:45	8:45	8:50	8:50	8:55	8:55	9:00	9:00	9:00	9:05	9:05	9:10	9:10	9:15	9:15	9:20	9:20	9:30	9:30	9:30
1h15	1h20	1h25 1h30	1h25 1h30	1h25 1h30	1h30	1h40	1h40	1h40	1h40	1h40	1h40	1h50	1h50	1h50	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00



Mugak hautsiz, bidea egin  
**52B/SS** #BehobiaSS  
 #Donostia2016

## SERVICIOS

# CONSIGNAS

En esta edición al igual que en años anteriores se contará con 3 puntos de Consigna:

Puntos de Entrega:



Feria del Corredor  
(11 y 12 Noviembre)



Polideportivo Zuhazti  
Plaza Gipuzkoa  
(13 Noviembre a partir de las 7:30)



Salida  
(13 Noviembre a partir de las 8:30  
hasta la hora límite fijada en el dorsal)

Punto de Recogida:



Plaza Gipuzkoa



Polideportivo Zuhazti

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016



## SERVICIOS

# COMO LLEGAR A LA SALIDA


Los participantes disponen de diferentes opciones para llegar a la salida:



**Billetes Euskotren 1C**  
en los polideportivos Pío Baroja y en Zuhazti  
**hasta el 12 de Noviembre**  
**11 y 12 de Noviembre** en la Feria del Corredor  
**13 de Noviembre** en la parada de Amara



**Billetes Renfe 1C**  
en los polideportivos Pío Baroja y en Zuhazti  
**hasta el 12 de Noviembre**  
**11 y 12 de Noviembre** en la Feria del Corredor  
**13 de Noviembre** en cualquiera de las estaciones del recorrido de la Behobia



**Línea 1 (bus 1):**  
Salida desde San Pedro **8:00 horas**  
Paradas:  
📍 San Pedro  
📍 San Pedro hiribidea 51  
📍 Pasai Antxo (parada sobre la ría)  
📍 Iztietia (Erretereria)  
📍 Alameda (Erretereria)

**Línea 2 (bus 2):**  
Salida desde Donibane **8:00 horas**  
Paradas:  
📍 Meipi  
📍 Lezo  
📍 Alameda (Erretereria)



**Salidas:**

📍 Zaragoza	📍 Santander	📍 Bilbao
📍 Iruña -Pamplona	📍 Castro Urdiales	📍 Abadiño
📍 Tudela	📍 Vitoria - Gastelz	📍 Durango
📍 Logroño	📍 Baiona	📍 Aretxabaleta
📍 Burgos	📍 Biarritz	📍 Arrasate
📍 Miranda de Ebro		📍 Bergara
		📍 Eibar
		📍 Elgoibar

### Autobuses Privados

Los autobuses privados que acerquen a los participantes a meta podrán hacer uso del Parking de Donostia Arena 2016 situado en Illunbe.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

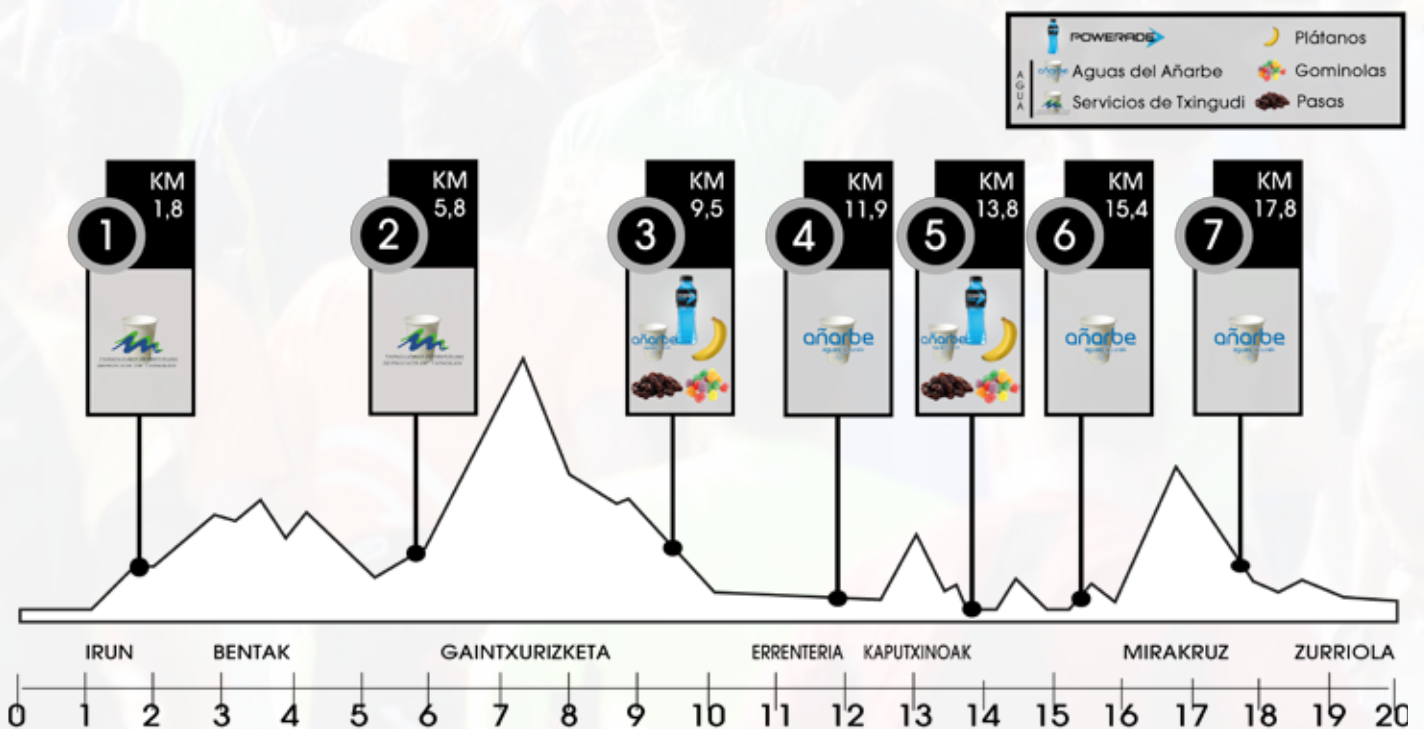
## SERVICIOS

# AVITUALLAMIENTOS

7  
AVITUALLAMIENTOS  
EN CARRERA

Durante el recorrido existen 7 puntos de avituallamiento:

En los avituallamientos 3 y 5 además de agua se ofrecerá bebida isotónica (Powerade), Plátano, Pasas y Golosinas.



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# SERVICIOS

## PUNTOS DE RETIRADA

**23**  
PUNTOS DE  
RETIRADA



Los Voluntario y el personal Sanitario tendrán los tickets de Euskotren y Renfe



Puntos de Retirada:

- Bentak
- Gaintxurizketa
- Fanderia
- Erreñeria
- Pasaia
- Herrera



Puntos de Retirada:

- Ventas de Irún
- Lezo - Erreñeria
- Pasaia
- Herrera

“Retirate con Vallina”



**Puntos de Recogida:**

- Km 2: P° Colón
- Km 4,8: Bomberos Bidasoa
- Km 7,3: Rotonda Gaintxurizketa
- Km 9: Rotonda Lanbarren
- Km 10,8: Lintzirin
- Km 11-12: Erreñeria
- Km 13: Alto Kaputxinos
- Km 14: Pasai Antxo
- Km 15: Rotonda Buenavista
- Km 15,9: Rotonda Herrera
- Km 16,4: Rotonda contadores
- Km 17: Alto de Miracruz
- Km 18,8: Rotonda Cocheras

Mugak hantsiz, bidea egin

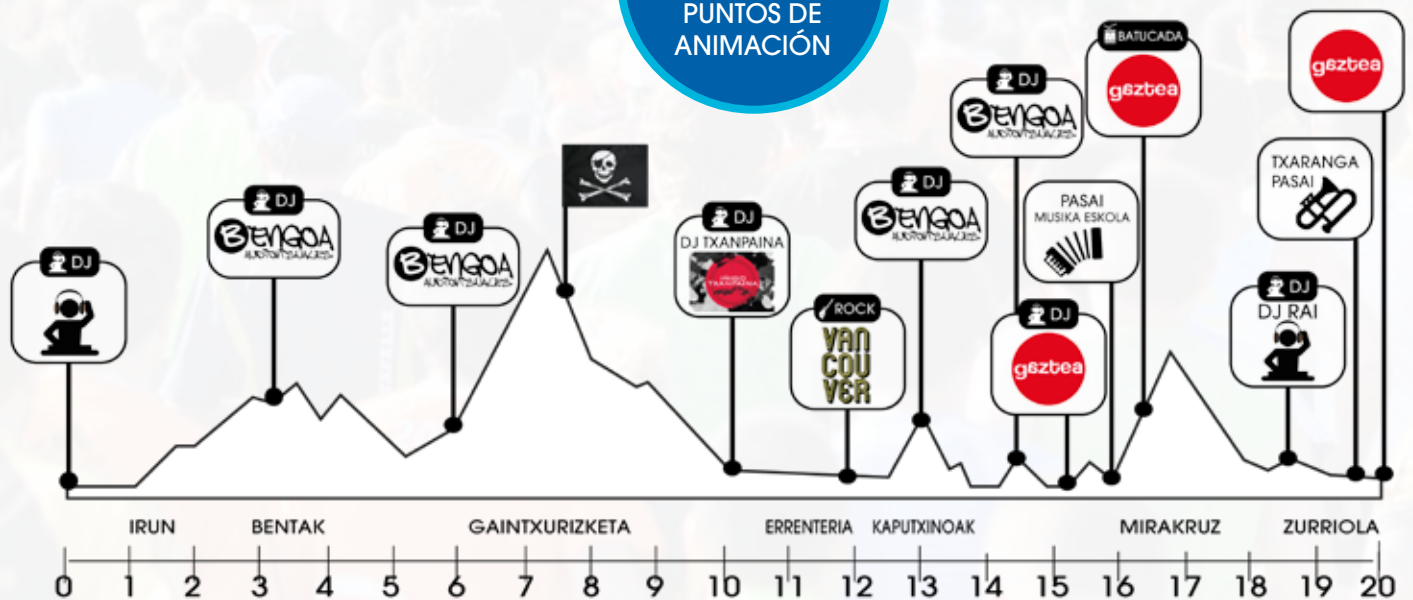
52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## SERVICIOS

# PUNTOS DE ANIMACIÓN

14  
PUNTOS DE  
ANIMACIÓN



Durante el recorrido habrá 14 puntos diferentes de animación, para amenizar la participación de los corredores.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# SERVICIOS

## META



Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## SERVICIOS

### META

- Avituallamiento líquido y sólido (Mandarina, Manzana, Bollo de cueta-ra, Agua Insalus y Lata de Aquarius)
- Compeed
- Medalla Conmemorativa



### PLAZA OKENDO:

- Puntos de Encuentro: Diferenciados de la A a la Z
- Punto de Información
- Zona de Masaje (200 masajistas)
- Carpa con avituallamiento sólido

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## SERVICIOS

### META



DUCHAS:

- Polideportivo Zuhazti



- Polideportivo Manteo



- Velodromo Anoeta



- Playa de la Concha:

Local del C.D. Fortuna  
Cabinas Colectivas



Mugak hartuz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## SERVICIOS

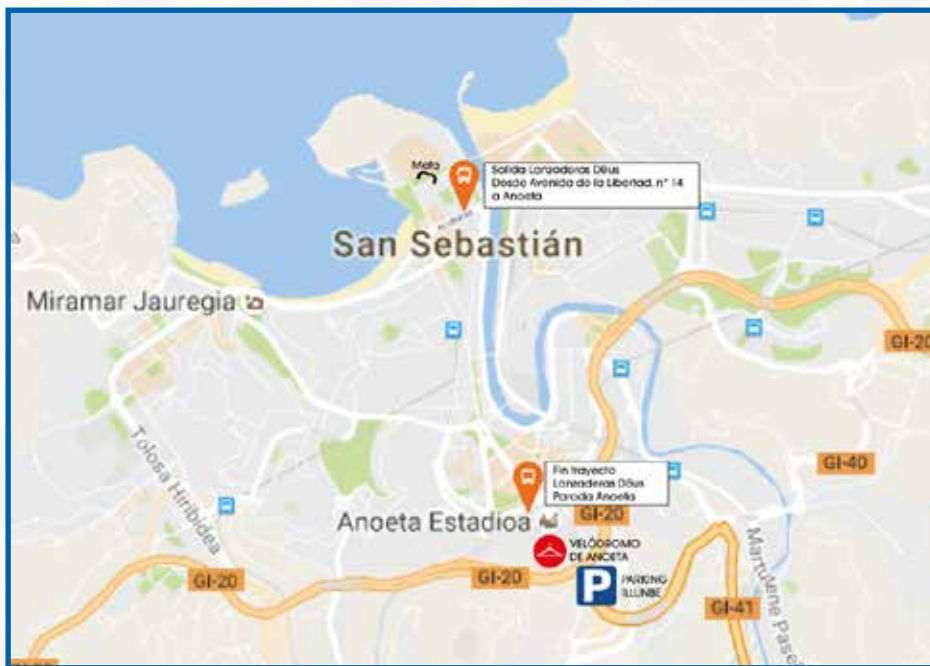
# SERVICIO ESPECIAL META



Servicio especial.

Avenida de la Libertad 14.

Para acercar a los participantes a Anoeta (ducha y parking autobuses)



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS

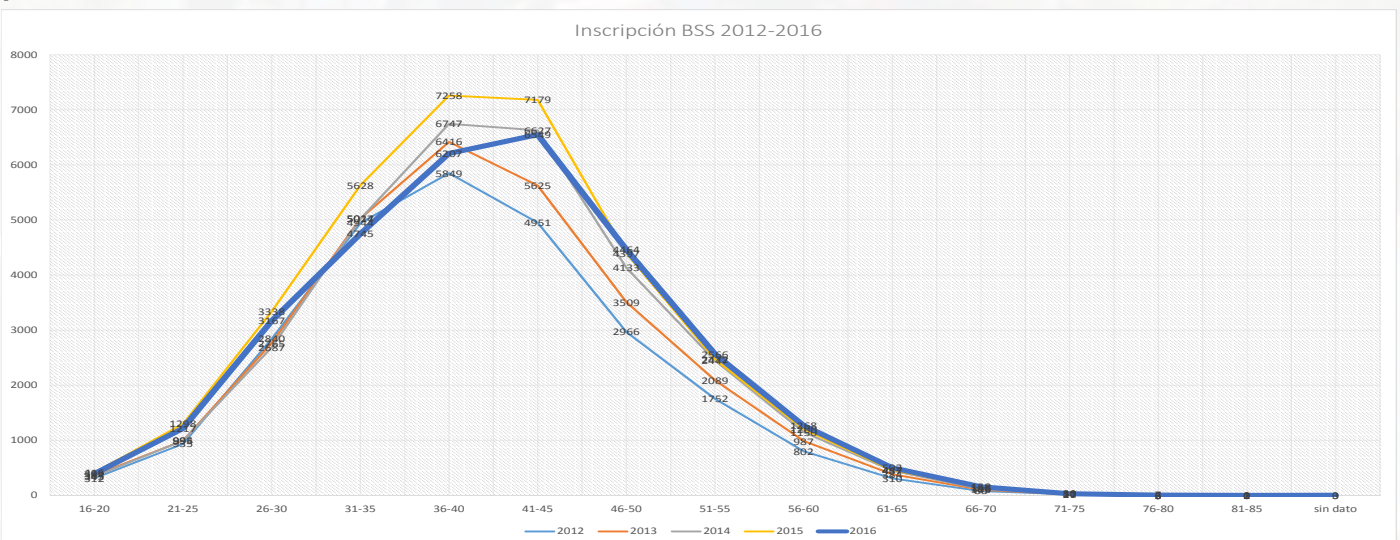
#Donostia2016



# DATOS

## RANGO DE EDADES 2012 -2016

Este año por primera vez el rango de edad con más participantes ha pasado de los 36 - 40 años a los 41 - 45 años.



RANGO	2012	2013	2014	2015	2016
16-20	312	367	345	416	392
21-25	935	994	995	1298	1217
26-30	2840	2765	2687	3338	3167
31-35	4944	5024	5017	5628	4745
36-40	5849	6416	6747	7258	6207
41-45	4951	5625	6627	7179	6549
46-50	2966	3509	4133	4397	4464
51-55	1752	2089	2447	2472	2566
56-60	802	987	1150	1200	1268
61-65	310	384	447	457	502
66-70	80	105	116	148	158
71-75	21	17	30	41	30
76-80	3	3	6	7	6
81-85	0	0	1	1	2
sin dato		0			3

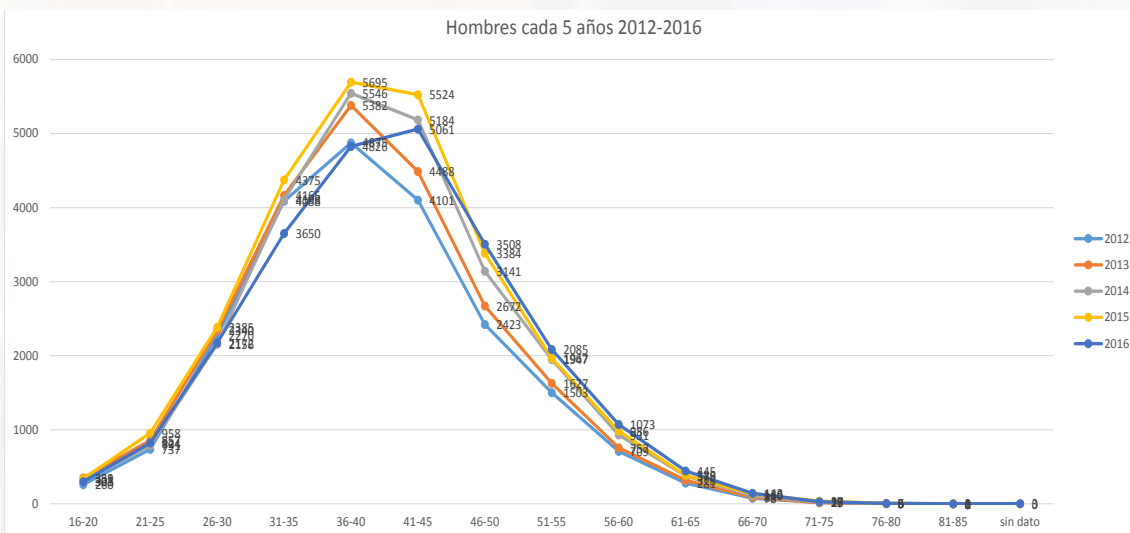
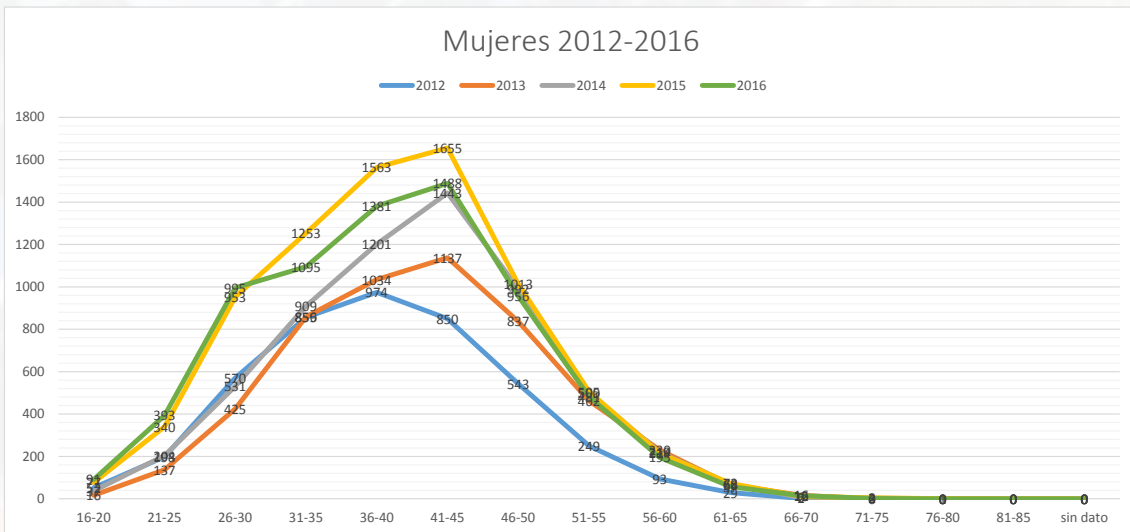
Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# DATOS

## RANGO DE EDADES 2012 -2016



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## DATOS

# LA PARTICIPACIÓN DE LA MUJER EN LA BEHOBIA

Año tras año la participación de la mujer va tomando más importancia.

AÑO	TOTAL	MUJERES	%
1999	9101	859	9.44%
2000	8801	969	11.01%
2001	9020	928	10.29%
2002	9925	1078	10.86%
2003	10464	1050	10.03%
2004	11502	1378	11.98%
2005	11750	1357	11.55%
2006	12509	1663	13.29%
2007	15439	2116	13.71%
2008	13824	1962	14.19%
2009	18444	2743	14.87%
2010	20809	3116	14.97%
2011	23453	3795	16.18%
2012	25581	4557	17.81%
2013	28342	5248	18.52%
2014	29892	6092	20.38%
2015	33948	7703	22.69%
2016	31276	7111	22.74%

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## DATOS

# PROCEDENCIA DE LOS PARTICIPANTES

PROCEDENCIA	2011	2012	2013	2014	2015	2016
Guipúzcoa	7857	8075	8503	9008	8805	8214
Cataluña	2915	4118	4556	4575	5400	4941
Francia	2821	2939	2880	3338	3779	4008
Madrid	1152	1407	1653	2276	3130	3083
Vizcaya	1959	2045	2378	2645	2780	2427
Navarra	2446	2731	2781	2634	2512	1950
Castilla y León	1098	1136	1276	1558	1750	1394
Aragón	516	611	680	1094	1512	1188
Álava	832	969	1007	965	1049	913
C. Valenciana	198	268	333	544	502	533
Asturias	234	296	357	374	453	461
La Rioja	273	288	365	413	521	459
Galicia		103	167	392	523	426
Castilla la Mancha		130	115	176	276	250
Andalucía			59	139	177	251
Cantabria	185	221	229	228	256	237
Islas Baleares		59	66	61	134	117
Canarias		26	27	42	40	45
Extremadura		17	14	28	40	42
Murcia			10	34	40	38
Melilla		3	5	1	5	3
Ceuta		1	5	5	2	2
Otras Procedencias	108	138	499	171	197	244

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# DATOS

## PROCEDENCIA DE LOS PARTICIPANTES

### PROCEDENCIA POR PROVINCIAS



Mugak hantsiz, bidea egin

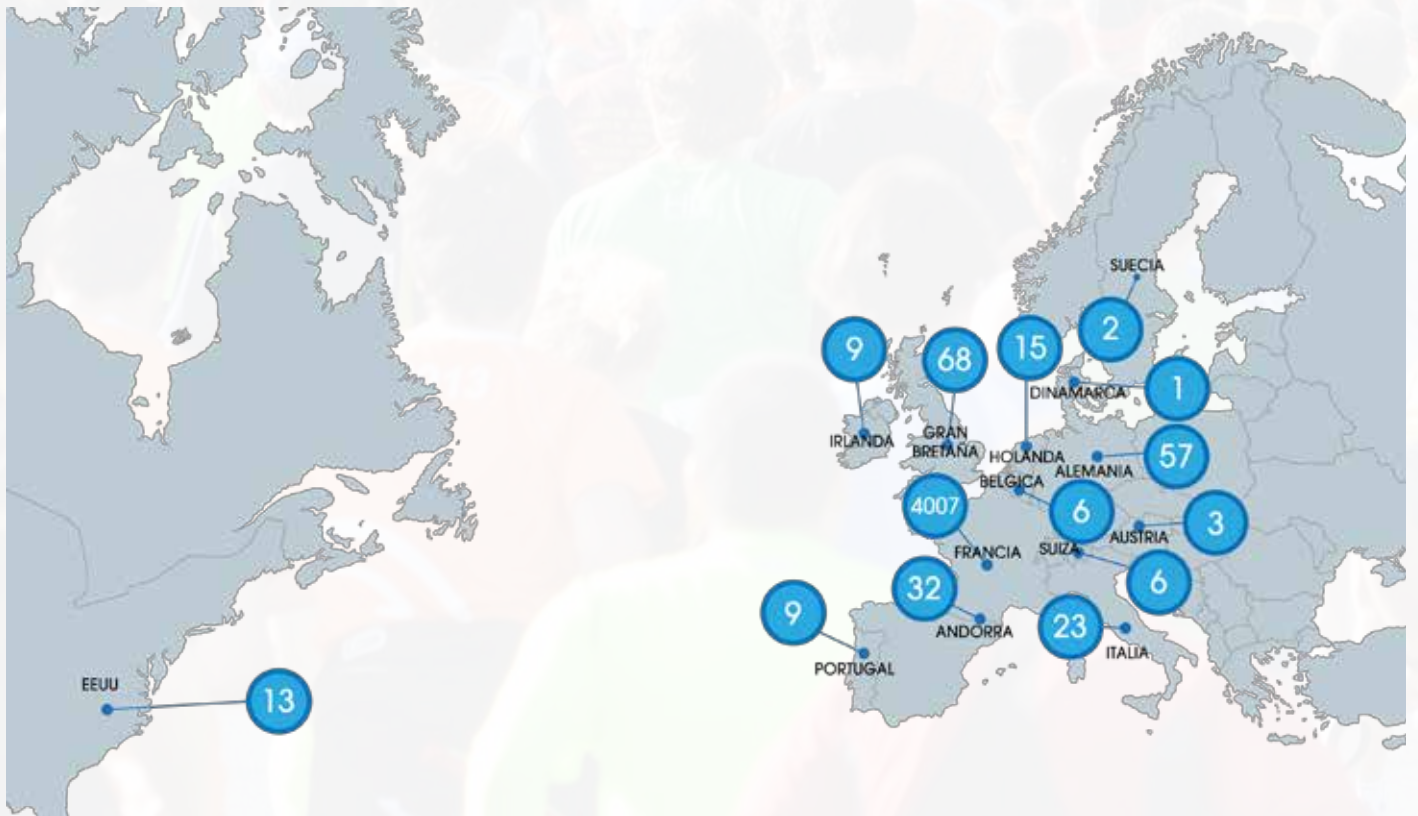
52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## DATOS

# PROCEDENCIA DE LOS PARTICIPANTES

## PROCEDENCIA POR PAISES



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## DATOS

# B/SS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

La participación en la B/SS de este año será la segunda edición con más participantes. Destacar el aumento anual de participantes en handbike.



### EVOLUCIÓN PARTICIPANTES:

	SILLA DE RUEDAS	HANDBIKE	DISC. VISUAL	DISC. MOTRIZ A PIE	DISC. LESIÓN CEREBRAL	PATIADOR CON DISC.	TOTAL
2006	18	2	10	5	3	0	38
2007	16	2	14	2	2	0	36
2008	15	5	14	3	4	0	41
2009	27	3	36	13	2	0	81
2010	12	6	27	2	0	0	47
2011	9	8	29	0	0	0	46
2012	7	16	19	0	0	0	42
2013	4	16	20	0	0	0	40
2014	4	17	16	2	2	2	43
2015	3	20	11	0	1	2	37
2016	11	27	17	6	1	1	63

\*Este año habrá 13 guías acompañando a los discapacitados visuales.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## DATOS

# B/SS PATINADORES

Este año con 214 participantes inscritos, será la edición con más patinadores de Behobia, superando los 213 inscritos del año pasado.

### EVOLUCIÓN PARTICIPANTES:

2010	99	2014	199
2011	123	2015	213
2012	123	2016	214
2013	155		

Deberán acreditar participación en alguna prueba que tenga un perfil parecido.

La velocidad media mínima para terminar es de 16 km/h.

### RETIRADA OBLIGATORIA PARA LA PRUEBA DE PATINADORES

km 05 - 10:55  
km 10 - 10:15  
km 15 - 10:35  
km 20 - 10:55

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016



## DATOS

### B/SS TOTAL PARTICIPANTES

B/SS TXIKI	3100
B/SS GAZTEA	299
B/SS	31276
B/SS PATINADORES	214
B/SS PERS. CON DISC.	63+13 GUÍAS
<b>TOTAL</b>	<b>34965</b>

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## DATOS EN EL DORSAL



Es muy importante rellenar los datos que aparecen en la trasera del dorsal, para facilitar el trabajo de los médicos en caso de una asistencia.

Izena eta Abizenak / Nombre y Apellidos / Prénom et Nom:

Kontaktu pertsona bat (familia) / Persona de contacto (familiar) / Personne de contact (famille):

Mugikorra / Móvil / Portable:

Informazio mediku interesgarria (sendagaiekiko alergia, gaixotasuna,...)  
Información médica de interés (alergia a medicamentos, enfermedad,...)  
Information médicale d'intérêt (allergie aux médicaments, quelque maladie,...)

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## CUESTIONARIO DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

Esté año y como novedad, se ha incluido en la inscripción un cuestionario de signos y síntomas

COMITÉ MÉDICO ASESOR B/SS

Javier Barrera (Médico Rehabilitador, Osakidetza, y corredor experimentado -19 BSS y 24 maratones-, Esteban Gorostiaga (Médico del Deporte, Director del CEIMD -Gobierno de Navarra-); Xabier Valencia (Médico Rehabilitador, Osakidetza); Zigor Madaria (Cardiólogo, Osakidetza e IMQ), Félix Zubia (Médico Intensivista, Osakidetza y Cruz Roja -responsable de la atención médica de los corredores en la BSS desde el año 2002-), José I Emparanza (Epidemiólogo Clínico, Osakidetza)



### Cuestionario de signos y síntomas

1. ¿Has corrido o realizado un ejercicio de similar intensidad durante, al menos, 30 minutos por sesión y, al menos, 3 días por semana durante, al menos, los 3 últimos meses?
2. ¿Has participado con anterioridad, sin problemas, en alguna carrera?
3. ¿Has sido diagnosticado/a alguna vez de alguna enfermedad del corazón, circulatoria, renal o diabetes mellitus?
4. ¿Has tenido alguna vez dolor, malestar o sensación de opresión en el pecho, cuello, mandíbula o brazos durante el ejercicio?
5. ¿Has sufrido alguna vez mareo o síncope -desmayo- sin explicación aparente?
6. ¿Has tenido alguna vez palpitaciones o sensación de aceleración del corazón sin explicación aparente?
7. ¿Tienes una sensación inhabitual y desproporcionada de cansancio o falta de aire o aliento durante el ejercicio?
8. ¿Te han detectado alguna vez un soplo cardíaco que no haya sido estudiado?
9. ¿Tienes dificultad para respirar estando tumbado/a que mejora al sentarte?
10. ¿Has tenido hinchazón de ambos tobillos -edema- sin explicación aparente?
11. ¿Has perdido más de un 10% de peso sin quererlo en los últimos 6 meses?
12. ¿Algún miembro de tu familia cercana -padre/madre, hijos/as o hermanos/as- ha fallecido de muerte súbita o inesperada o ha sufrido una parada cardíaca por un problema cardíaco antes de cumplir los 50 años?
13. ¿Algún miembro de tu familia cercana -padre/madre, hijos/as o hermanos/as- tiene una discapacidad o invalidez o ha sido diagnosticado de alguna enfermedad cardíaca antes de cumplir los 50 años?

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## SALUD

# CUESTIONARIO DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

Estadísticas del cuestionario:

## BSS

TOTAL INSCRIPCIONES  
31276

CUESTIONARIOS  
COMPLETADOS  
21708  
(69,41%)

## BSS GAZTEA

TOTAL INSCRIPCIONES  
299

CUESTIONARIOS  
COMPLETADOS  
181  
(60,53%)

## BSS PATINADORES

TOTAL INSCRIPCIONES  
214

CUESTIONARIOS  
COMPLETADOS  
121  
(56,54%)

## BSS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

TOTAL INSCRIPCIONES  
72

CUESTIONARIOS  
COMPLETADOS  
35  
(48,61%)

Mugak hantsiz, bidea egin

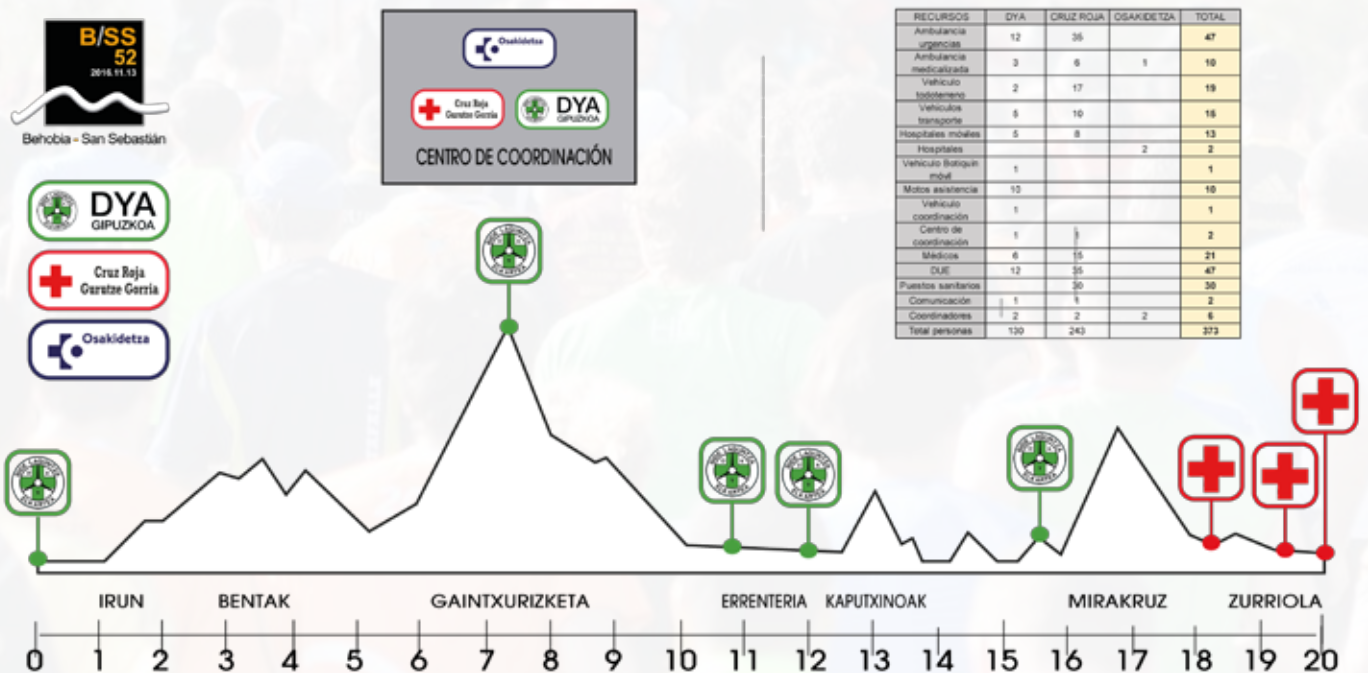
52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# SALUD

## HOSPITALES DE CAMPAÑA

Hospitales de Campaña y Recursos Sanitarios en el recorrido.



El Centro de coordinación cuenta con 2 coordinadores por entidad.

Se cuenta con una Intranet conjunta en la que se registran asistencias y traslados.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## EFECTO DEL CALOR : COMPARATIVA 2014 -2015

Para demostrar la influencia del calor en el rendimiento vamos a comparar los tiempos de 2014 en la que la temperatura fue de 13º-14º y la humedad del 68% y los tiempos de 2015 en el que la temperatura fue de 27º-29º y humedad del 40%.

Comparando el tiempo medio de todos los participantes de 2015 con los de 2014 se observa que en la edición de 2015 de media se emplearon 8 minutos y 27 segundos más para realizar la prueba que en 2014. Si analizamos esa pérdida de tiempo por cada punto de cronometraje, vemos que la pérdida de tiempo no fue constante, en el tramo Salida - Km 5 tan solo se perdieron 45 segundos en el tramo Km 5- 10 se perdieron 1min y 58 segundos en el Km 10 -15 se perdieron 2min y 12 segundos y en el Km 15 – Meta se perdieron 3min y 32 segundos casi 5 veces más que en el primer tramo.

2014	Tª: 13º-14º			H: 68%
PUNTO KM	Km 5	Km 10	Km 15	META
TIEMPO	00:25:23	00:51:40	01:17:33	01:43:53
2015	Tª: 27º-29º			H: 40%
PUNTO KM	Km 5	Km 10	Km 15	META
TIEMPO	00:26:08	00:54:23	01:22:28	01:52:20
PERDIDA	00:00:45	00:02:43	00:04:55	00:08:27

PUNTO KM	Km 5	Km 10	Km 15	META
PERDIDA POR TRAMO	00:00:45	00:01:58	00:02:12	00:03:32
% PERDIDA TOTAL	8,9 %	23,27 %	26,04 %	41,81 %
PERDIDA SEG POR KM	9	23,6	26,4	42,4

La conclusión que se extrae de estos datos es que los participantes en general salieron con la idea de cumplir sus objetivos, realizando un sobreesfuerzo para conseguirlo sin tener en cuenta la influencia que el calor tiene en el organismo. Es por eso que en los primeros 5 km tan solo se perdieron 45 segundos de media, lo que suponen 9 segundos por Km. En los siguientes 5 Km-s se perdieron 23,6 segundos por Km, por lo que el ritmo se fue estabilizando, subiendo ligeramente a 26,4 segundos por Km del Km10-15. Para acabar derrumbándose debido al esfuerzo inicial y llegar a perder hasta 42,4 segundos por Km, casi 5 veces más que en el primer tramo.

Teniendo en cuenta que la pérdida de tiempo media en Meta era 8 minutos y 27 segundos y teniendo en cuenta que lo ideal sería mantener un ritmo lo más constante posible, la pérdida por Km sería de 25,35 segundos. Por lo que se puede deducir de los datos que los participantes pagaron en el último tramo el esfuerzo realizado en el primer tramo.

Mugak hautsiz, bidea egin  
52B/SS #BehobiaSS  
#Donostia2016

## SALUD

# EFECTO DEL CALOR: ATENCIONES

El calor puede ser uno de los grandes peligros para cualquier deportista, sobre todo si realiza ejercicio de gran intensidad. En los últimos años de la Behobia- San Sebastián, hemos observado un aumento considerable en el número de asistencias cuando la temperatura ambiental ha subido por encima de los 20°C.

FECHA	PART	INSCR	% PART.	Tª	HUMEDAD	VIENTO	ATENCIONES
11/11/2007	12683	15068	84%	11.2	71%	N	82
<b>09/11/2008</b>	<b>13789</b>	<b>16458</b>	<b>84%</b>	<b>17.7</b>	<b>43%</b>	<b>S</b>	<b>158</b>
08/11/2009	14877	18500	80%	11	62%	>70Km/h	71
14/11/2010	17437	20800	84%	13.3	76%	25 WNW	85
<b>13/11/2011</b>	<b>19919</b>	<b>23500</b>	<b>85%</b>	<b>23.5</b>	<b>50%</b>	<b>S</b>	<b>214</b>
11/11/2012	21533	25581	84%	10	100%	50 Km/h SW	60
10/11/2013	23870	28268	84%	16.1	81%	>60 Km/h SW	140
09/11/2014	26842	30730	87%	13	68%	25 WNW	154
<b>08/11/2015</b>	<b>28262</b>	<b>33790</b>	<b>84%</b>	<b>27</b>	<b>40%</b>	<b>26 Km/h S</b>	<b>445</b>

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# SALUD

## BSS SAFE

Una Web APP que calcula el ritmo aconsejado según el tiempo objetivo del corredor. El cálculo se basa en todos los tiempos registrados en la Behobia y teniendo en cuenta la temperatura, humedad y el viento.



[www.behobia-sansebastian.com/behobia-safe](http://www.behobia-sansebastian.com/behobia-safe)



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016



## SOLIDARIO

# DORSALES SOLIDARIOS

La Behobia-San Sebastian da la posibilidad de inscribirse a través del Dorsal Solidario. Gracias a esto, se tiene la oportunidad de ayudar al proyecto social que cada uno elija, a partir del precio del dorsal mas 7 euros de donación. Por otro lado, la organización donará 1 euro por cada dorsal al proyecto solidario.

Este año se cuenta con 5 proyectos nuevos (Cruz Roja, SMH, Epilepsia Gipuzkoa, Algaraklown y Why Not), sumando un total de 19.



Mugak hantsiz, bidea egin  
52B/SS #BehobiaSS  
#Donostia2016

## MEDIO AMBIENTE

# UNA BEHOBIA SOSTENIBLE

El CD. Fortuna K.E. como club comprometido con la sociedad, es consciente de la importancia de reducir el impacto de su actividad en el medio ambiente. Es por ello que entre 2014 y 2015, se realizó de la mano de la empresa másqueSostenible, un diagnóstico medioambiental de la prueba con el fin de conocer dicho impacto y por trabajar en su reducción.

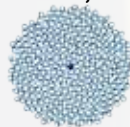
En ese primer diagnóstico se consideraron tres vectores:

- Consumo de Energía
- Consumo de Agua
- Alimentos y Residuos

El análisis ambiental se dividió en tres grandes bloques: “el evento”, “los impactos asociados a la oficina de la carrera y la preparación de la carrera” y “las externalidades que supone toda la parte de comunicación”.

BEHOBIA 2014 30.000 participantes	EL EVENTO			OFICINA	COMUNICACIÓN	TOTAL
	SALIDA	RECORRIDO	LLEGADA			
CONSUMO DE ENERGIA	0,89 tCO2	0,17 tCO2	0,83 tCO2	3,36 tCO2	0,52 tCO2	5,77 tCO2
CONSUMO DE AGUA	?	21000 l	59900 l	37840 l	-	118.740l 3,9 l /corredor
ALIMENTOS Y RESIDUOS	2050 Kg	4077 Kg	6260 Kg	?	?	12.387 Kg 0,41 Kg /corredor

En esta edición 2016 y continuando con el compromiso adquirido por la organización la edición de este año, ha solicitado la acreditación Erronka Garbia de IHOBE, siendo el primer evento deportivo al aire libre que ha trabajado la metodología desde el diseño y que en la organización del mismo se incluirán actuaciones de mejora ambiental, la monitorización ambiental del evento y la comunicación y sensibilización, ámbitos de actuación del certificado que convierten a la Behobia en un evento ambientalmente sostenible. Además de los principios fundamentales de la marca descritos anteriormente, la iniciativa identifica 6 ejes prioritarios, de mejora ambiental en eventos como la movilidad, energía, agua, compras, infraestructuras y residuos.



másqueSostenible  
Sports & Events



Herri-Balztza  
Sociedad Pública del  
EUSKO JAURLARITZA  
GOBIERNO VASCO  
INGURUMEN ETA LURRALDE  
POLITIKA SAIA  
DEPARTAMENTO DE MEDIO AMBIENTE  
Y POLÍTICA TERRITORIAL



Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

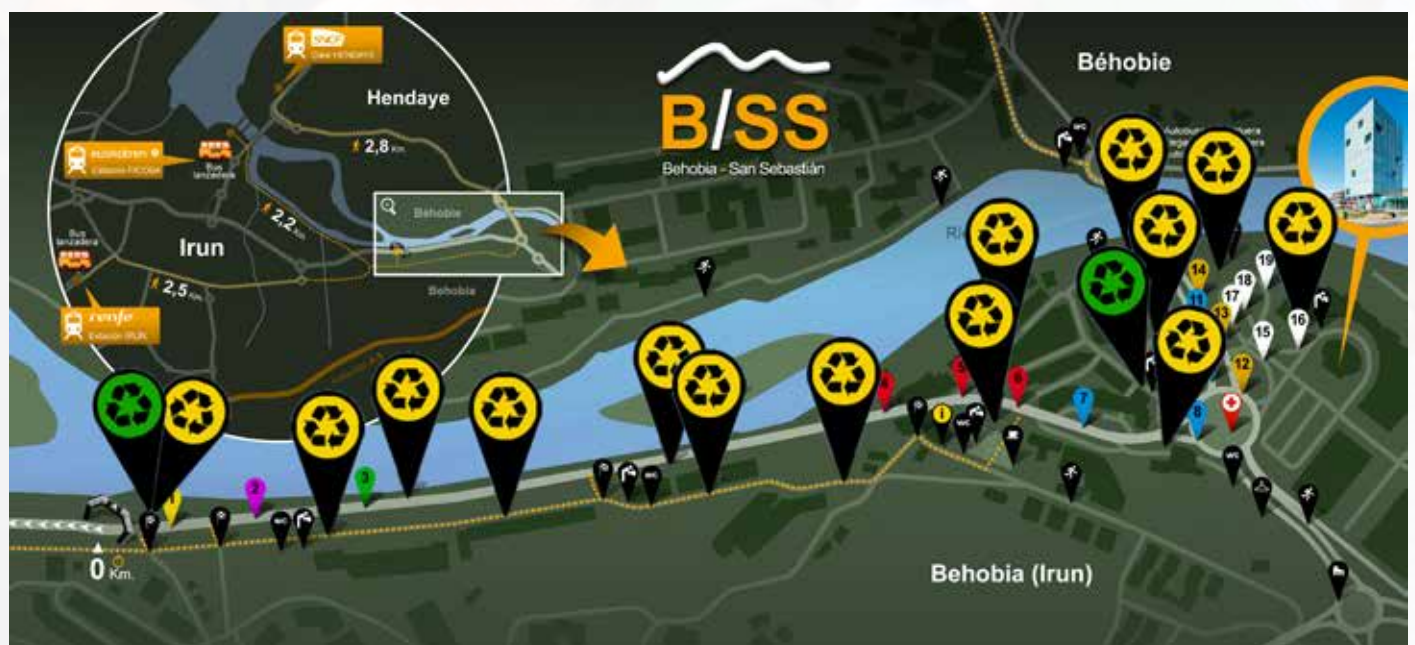
#BehobiaSS  
#Donostia2016

# UNA BEHOBIA SOSTENIBLE

Desde el año 2002, en estrecha colaboración con la Mancomunidad de San Marcos, Servicios de Txingudi, los residuos generados en los avituallamientos del recorrido y de meta son separados en origen para su recogida selectiva y posterior reciclaje. En meta especialmente, es necesaria la colaboración de los participantes para que depositen los envases utilizados en los contenedores disponibles y señalizados.

Desde el año 2009 debido al cambio en el sistema de avituallamientos, en las que se ha pasado de utilizar botellas de plástico a vasos de papel, se ha conseguido reducir el volumen de residuos generados. Así mismo, mediante este sistema se ha reducido notablemente el peso de material a transportar y ha hecho posible el aumento de la participación.

También desde 2009, con la colaboración de Servicios de Txingudi, se ha comenzado a recoger la ropa desechada por los corredores en salida, colocando contenedores de ropa.



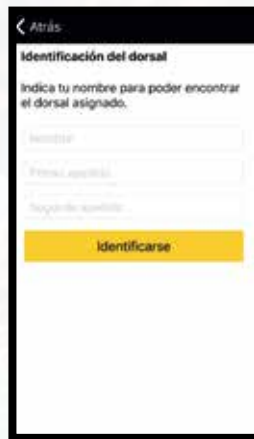
Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

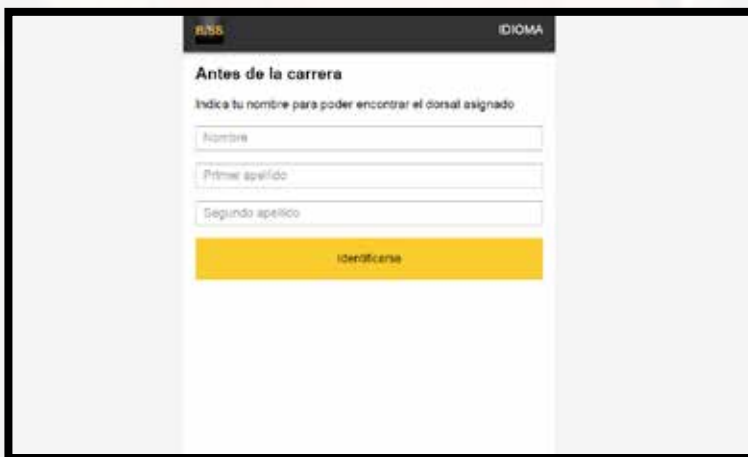
#BehobiaSS  
#Donostia2016

## BSS APPS

### BEHOBIA



### GUÍA TRENES Y CONSIGNA (VERSIÓN WEB)



### RUNLOC



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

# PRENSA

## PRENSA

Como todos los años se habilitará una carpa en el boulevard. Imprescindible llevar acreditación.

### PROTOCOLO PRENSA:

Apelando a la ética periodística la organización pide al colectivo de prensa que tenga en cuenta las siguientes indicaciones:

- Respeto ante todo a los/las atletas. La carrera es para ellos/ellas. NO ESTORBARLES.
- PROCURAR PRESERVAR LA INTIMIDAD DE LAS PERSONAS EN LAS IMAGENES COMPROMETIDAS. Atletas desvanecidos, atenciones medicas etc. No está permitido introducirse o grabar en zonas sanitarias o reservadas.
- Atender las indicaciones del personal de organización y dejar libre la zona que así lo indiquen.
- A los primeros clasificados se les podrá entrevistar en la carpa.
- Las entrevistas a los corredores populares, se deberán realizar en una zona más desahogada que la meta.
- Las cámaras no pueden estar conectadas a red. DEBEN ALIMENTARSE CON BATERIAS.
- La organización se reserva el derecho a activar las medidas oportunas contra el medio o la persona que contravenga estas indicaciones.

### PREMIACIÓN

Al igual que el año pasado se realizará en el

Quiosco del Boulevard

### HORARIO PREMIACIÓN

Gaztea:..... 10:00  
Silla de Ruedas y  
Handbike: ..... 10:25  
Patinadores:.... 10:30  
Absolutos:..... 11:10  
1 y 1º Gipuzkoano/a  
1 y 1º Veterano/a



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016

## REDES SOCIALES

### LAS RRSS DE LA BEHOBIA



5669  
seguidores

@cdfortunake



8472  
seguidores

@BSS\_Fortuna



1635  
seguidores

@behobia\_ss

## #BehobiaSS

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS  
#Donostia2016