

**DOSSIER
PRENSA**

2024-XI-10

59

BEHOBIA SAN SEBASTIAN

Proyecto *Biziki*



La Behobia-San Sebastián junto al Super Amara BAT (Bidasoa Atletiko Taldea), como una acción de apoyo al proyecto 50/50/25, ponen en marcha el 2º año del proyecto BIZIKI con el objetivo de poder ofrecer un servicio de entrenamiento en grupo mixto para edades a partir de los 14 años, todos los niveles y con especial enfoque en las mujeres, supervisados en todo momento por entrenadorxs tituladxs, en diferentes poblaciones de Gipuzkoa. Entrenar en grupo se ha convertido en una tendencia, tanto para personas iniciadas como avanzadas en el deporte, ya que son muchos los beneficios que se obtienen al entrenar conjuntamente:

- ❑ Es menos habitual faltar a los entrenamientos. Somos más constantes.
- ❑ Se fomenta el compañerismo, apoyándose y animándose unos a otros.
- ❑ Se entablan nuevas relaciones sociales.
- ❑ Resulta más económica al ser una actividad grupal

¿Qué se trabaja?

Fortalecimiento general del cuerpo, mejora del rendimiento físico, entrenamientos de iniciación al running, prevención de lesiones, técnica de carrera, ejercicios de coordinación... son algunas de las muchas líneas que se trabajan en el grupo.

¿Qué incluye la actividad?

Camiseta de la actividad personalizada; quedadas mensuales intergrupos, charlas trimestrales sobre temas relacionados con el deporte y el bienestar, con ponentes de reconocida solvencia.

¿Dónde se hace la actividad?

A los grupos de Donostia, Irún, Rentería, Pasajes San Juan se suma éste año BIZIKI TOLOSA . Primer año de BIZIKI: Sumando todos los grupos hemos logrado que se hayan inscrito y participan activamente 103 personas, con un porcentaje mayoritario de público femenino. El 80% de los participantes son mujeres. Donostia: 35 Rentería 25 Irún 53

Las edades son muy diversas, desde los 14 años en adelante se pueden inscribir. La edad media rondará los 45 años.

Información en:

<https://www.atletismobat.com/es/actividades/biziki>

<https://bss505025.behobia-sansebastian.com/es/inicio>

¡¡¡ANÍMATE Y PRUEBA!!!



FORTUNA
Kirol elkarte
Club deportivo

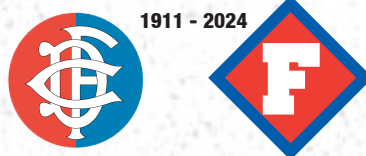


super amara
BAT
Bidasoa Atletiko Taldea

ÍNDICE

	PRESENTACIÓN.....	4
	ENTREGA DE DORSALES.....	5
	PUNTO DE RECOGIDA KURSAAL.....	6
	BSS TXIKI.....	7-8
	LA BEHOBIA - SAN SEBASTIÁN	9
	FICHA TÉCNICA BSS.....	10
	EL RECORRIDO.....	11
	HORARIOS Y GRUPOS DE SALIDA.....	12
	LIEBRES.....	13
SERVICIOS	CONSIGNAS.....	14-15
	COMO LLEGAR A LA SALIDA.....	16-18
	AVITUALLAMIENTOS.....	19
	PUNTOS DE ANIMACIÓN.....	20
	PUNTOS DE RETIRADA.....	21
	META.....	22-24
	SERVICIO ESPECIAL.....	25
	RANGO DE EDADES 2012-2024.....	26-27
	INSCRIPCIONES MUJERES EN LA BSS.....	28
	INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA.....	29-38
	BEHOBIAKO BETERANOAK.....	39
	PODIUMS BSS 2023.....	40
	PALMARÉS BSS.....	41-42
	MEJORES MARCAS BSS.....	43
	B/SS PERSONAS CON DISCAPACIDAD.....	44
	B/SS ROLLERS.....	45
	PODIUMS BSS ROLLERS 2023.....	46
	PALMARÉS BSS ROLLERS.....	47
	MEJORES MARCAS BSS ROLLERS.....	48
	DATOS TOTALES BSS.....	49
	DATOS EN EL DORSAL.....	50
	HOSPITALES DE CAMPAÑA.....	51
	CUESTIONARIO DE SIGNOS Y SÍNTOMAS.....	52-53
	PUESTOS DE GLUCEMIA PARA PERSONAS CON DIABETES.....	54
	BSS SAFE.....	55
	ENTRENAMIENTO BSS SALUD.....	56
	EFFECTO DEL CALOR.....	57
	DORSALES SOLIDARIOS.....	58-59
	UNA BEHOBIA SOSTENIBLE.....	60
	BSS APPS & RRSS.....	61
	PRENSA.....	62-63

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. En el 2011 se celebró su Centenario.

Masa social actual del club: 1.200 personas

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 travesía a nado del Paseo Nuevo o la más conocida de todas, la Behobia- San Sebastian, que tuvo su origen en el año 1919.

Secciones actuales:

- Esgrima
- Montañismo
- Escalada
- Natación
- SUP
- Remo
- Voleibol
- Tenis mesa
- Atletismo

Instalaciones:

- Polideportivo Pío Baroja (escalada, esgrima, tenis de mesa y otros deportes)
- Local en la Playa de la Concha para deportes acuáticos.

ENTREGA DE DORSALES



ENTREGA DE DORSALES

Las personas inscritas que eligieron recoger el dorsal en una de nuestras tiendas colaboradoras podrán hacerlo desde el 31 de Octubre y hasta el 9 de Noviembre (el día antes de la Behobia).

11825
DORSALES

13
PROVINCIAS

35
TIENDAS

GIPUZKOA

SHANTI KIROLAK
ROBERS
ASKASIBAR INTERSPORT
LAZKANO KIROLAK
FORUM OLABERRIA
FORUM ERRETERIA
FORUM GARBERA
FORUM AZPEITIA
FORUM ZARAUZ
FORUM EIBAR
FORUM ARRASATE
FORUM LA BRETXA

BIZKAIA

FORUM ARTEA
FORUM BARAKALDO
FORUM BILBAO
FORUM BILBONDO
FORUM ABADIÑO
BIKILA BILBAO

ARABA/ÁLAVA

ZUBIAURRE KIROLAK
RUNNING FIZ
FORUM VITORIA

NAFARROA/NAVARRA

DEPORTES ZARIQUEGUI
FORUM PANIPLONA
FORUM TUDELA
FORUM ITAROA

BESTEAK /OTROS

DEPORTES ZENIT
(ZARAGOZA)
DEPORTES MANZANEDO
(BURGOS)
FORUM VALLE REAL
(SANTANDER)
FORUM INTU ASTURIAS
(LUGONES)
FORUM LOGRONO
(LOGRONO)
FORUM JACA
(JACA)
FORUM PALENCIA
(PALENCIA)
FORUM DIAGONAL
(BARCELONA)
LUANVI
(VALENCIA)
INTERSPORT BAYONNE
(BAYONA, FRANCIA)



PUNTO DE RECOGIDA

PUNTO DE RECOGIDA (KURSAAL)

Este año, al igual que los años anteriores tan sólo se organizará un punto de recogida de la bolsa de la carrera en el Palacio de Congresos Kursaal. En ese punto además de la bolsa estará la consigna adelantada, habrá puestos de TotalEnergies, Vitaldin y Platano de Canarias. Además estará la venta tickets de tren para el día de la carrera, así como el punto de información.

HORARIO

Día 8 de Noviembre de 12:00 a 21:00 horas.

Día 9 de Noviembre de 10:00 a 20:00 horas.

15897
DORSALES



Estadio de Anoeta

Velódromo

Entrada niños/as

Cinta identificativa indispensable
Esta responsable llevará 1 cinta (incluida en el dorsal) por cada niño.

10-13 años	8-9 años	6-7 años	4-5 años
15:00 h.	15:30 h.	16:00 h.	16:30 h.
Solamente niños/as.	Niños/as con 1 responsable adulto.	Niños/as con 1 responsable adulto.	Niños/as con 1 responsable adulto.
Los responsables dejarán a los niños/as en la entrada e irán a la zona de espectadores.	El responsable, identificado con cinta, accederá al césped con su niño/a.	El responsable, identificado con cinta, accederá al césped con su niño/a.	El responsable, identificado con cinta, accederá al césped con su niño/a.

WC
Servicio

Agua

Explotaciones

BiciSS

Bici

Merienda y Medalla

Zona recogida 10-13 años

Zona vallada

Gradas
Entrada / Salida espectadores

Entrada / Salida espectadores

Aparcamiento de Illunbe

GUÍA RAPIDA

- Dejar los niños/as en el estadio
De 4 a 9 años irán acompañados por 1 responsable adulto. Esta responsable llevará 1 cinta (incluida en el dorsal) por cada niño.
- Ocupar espacio para espectadores
En las gradas o en el cinturón que rodea la pista de atletismo.
- Recogerlos/as a la salida de la zona vallada
10 a 13 años recogerlos/as a la salida de la zona vallada.

4 a 5 años, recorrido 200 m. / 16:30h
6 a 7 años, recorrido 200 m. / 16:00h
8 a 9 años, recorrido 400 m. / 15:30h
10 a 11 años, recorrido 800 m. / 15:00h
12 a 13 años, recorrido 1200 m. / 15:00h

* Las/los niñas/os accederán a la pista acompañados por UNA sola persona responsable.



BEHOBIA 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 merienda a cada txiki participantes.

Behobia Txiki y Aspanogi

ASPANOGI es la Asociación de Familias de Menores con Cáncer de Gipuzkoa. Una entidad sin ánimo de lucro que desarrolla su actividad durante todo el año ofreciendo atención psico-social en el ámbito hospitalario y extra-hospitalario.

A pesar del datos esperanzador del 82% de supervivencia a los 5 años, no hay que olvidar que el cáncer en menores es un gran desconocido para gran parte de la sociedad, sigue siendo un tabú y supone la primera causa de muerte por enfermedad de los niños, niñas y adolescentes de nuestro país. A pesar de esto, e Desde Aspanogi queremos visibilizar esta enfermedad con datos e información.

Aspanogi

¿Qué hace Aspanogi?

Se ayuda a los niños y niñas y a las familias a ajustarse emocionalmente a los ingresos, a un entorno desconocido. Los pacientes pasan por tratamientos que les generan miedos, daño, ansiedad, se trabajan con ellos/as técnicas de relajación. Además, deben asimilar los cambios físicos que la enfermedad y los tratamientos les causan.

Se apoya y se proporcionan herramientas de comunicación alternativas para intentar paliar, en lo posible, el alejamiento de los hermanos, amigos. También se apoyan a los centros educativos que lo soliciten sobre cómo mantener una relación adecuada con el/la menor enfermo/a.

LA BEHOBIA - SAN SEBASTIÁN

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.

En el 2015 se tocó techo con 34.000 corredores inscritos, los años siguientes fue descendiendo poco a poco hasta que en 2019 volvió a subir la inscripción logrando la segunda inscripción más alta con 33.379. El 2021 debido a las restricciones hubo 25.379 personas inscritas. A partir de la edición del año 2022 se decidió limitar la carrera a un máximo de 30.000 personas. Esta edición por las obras de TAV y las limitaciones de trenes se ha limitado la inscripción a 27.000 aunque finalmente serán 27.722 participantes debido a que las inscripciones se cerraron con 28.000 participantes y apenas ha habido bajas.

La B/SS convoca cada edición alrededor de 60.000 espectadores que bajo cualquier condición meteorológica hacen de la carrera un evento cultural y deportivo sin igual.

EVOLUCIÓN PERSONAS INSCRITAS

1979 ▶	1.000	2013 ▶	28.000	2019 ▶	33.379
1992 ▶	5.000	2014 ▶	30.000	2021 ▶	25.379
1996 ▶	10.000	2015 ▶	34.000	2022 ▶	30.000
2008 ▶	15.000	2016 ▶	31.276	2023 ▶	30.000
2010 ▶	20.000	2017 ▶	30.912	2024 ▶	27.722
2012 ▶	25.000	2018 ▶	30.775		



BEHOBIA-SAN SEBASTIÁN

FICHA TÉCNICA BSS

FECHA



10 de Noviembre de 2024

EDICIÓN

Nº

59ª Edición

DISTANCIA



20 Km 196m (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



CD FORTUNA KE

TIEMPO MÁXIMO CIERRE CONTROL:

Tiempo máximo de llegada, desde el paso por la alfombra de salida: 2h35m.

RETIRADA OBLIGATORIA:

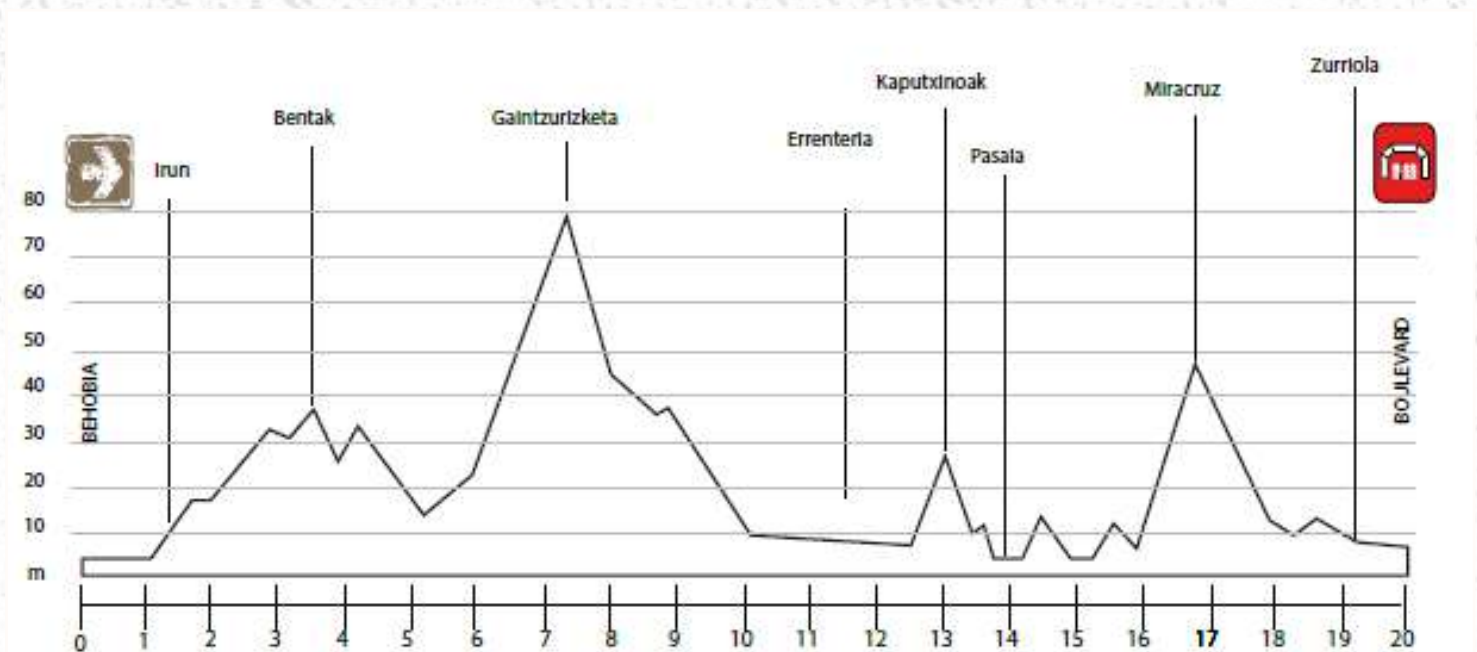
En el km. 10, máximo 1:15h desde la última salida.

En el km. 15, en 1:55h.

Las personas participantes que lleguen más tarde deberán retirarse, declinando en caso contrario la organización toda responsabilidad.

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.





BEHOBIA-SAN SEBASTIÁN

HORARIOS Y GRUPOS DE SALIDA

Erreferentziak Referencias Références																					
	9:30	9:35	9:55 10:00	10:01	10:03	10:06	10:10	10:14	10:19	10:24	10:29	10:34	10:40	10:46	10:50	10:58	11:05	11:14	11:23	11:30	11:35
		8:30-9:15	8:30 - 9:30			8:30 - 9:35		8:30 - 9:45	8:30 - 9:50						8:30 - 10:00						
				1h15	1h20 1h25	1h25 1h30	1h25 1h30	1h33 1h40	1h33 1h40	1h33 1h40	1h33 1h40	1h45 1h50	1h45 1h50	1h45 1h50	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00





LIEBRES

Estas son las liebres de está edición en orden de salida

28
LIEBRES

GRUPO 2		LIEBRE 1h15m: IÑAKI AÑORGA	13 6
GRUPO 3		LIEBRE 1h20m: IÑAKI GERICA	17 6
GRUPO 3		LIEBRE 1h25m: IKER MARTINEZ	8 0
GRUPO 4		LIEBRE 1h25m: JAVIER CURTO	14 0
GRUPO 4		LIEBRE 1h30m: IGOR AYERBE	16 13
GRUPO 5		LIEBRE 1h25m: IGOR ORTIZ	20 16
GRUPO 5		LIEBRE 1h30m: IÑIGO GARTZIA	14 3
GRUPO 6		LIEBRE 1h33m: BEÑAT GOMEZ	4 0
GRUPO 6		LIEBRE 1h40m: JUAN CARLOS ARREGUI	28 13
GRUPO 7		LIEBRE 1h33m: ANA CRUZ	11 5
GRUPO 7		LIEBRE 1h40m: AINHOA LEKUONA	11 4
GRUPO 8		LIEBRE 1h33m: JAVIER GARCÍA	14 0
GRUPO 8		LIEBRE 1h40m: ALAZNE MUJICA	12 6
GRUPO 9		LIEBRE 1h33m: IGNACIO GALDOS	11 3
GRUPO 9		LIEBRE 1h40m: TANIT PEREZ DE LECETA	14 5
GRUPO 10		LIEBRE 1h45m: EDURNE JAUREGI	9 3
GRUPO 10		LIEBRE 1h50m: JUAN JOSE GIBAJA	9 2
GRUPO 11		LIEBRE 1h45m: ALOÑA ANCIN	16 5
GRUPO 11		LIEBRE 1h50m: DORLETA PEREZ	18 0
GRUPO 12		LIEBRE 1h45m: LARRAITZ LUCAS	10 3
GRUPO 12		LIEBRE 1h50m: YOLANDA RESA	11 2
GRUPO 13		LIEBRE 2h00m: NEREA GARCIA	14 5
GRUPO 14		LIEBRE 2h00m: NEREA HERMO	10 4
GRUPO 15		LIEBRE 2h00m: ENRIQUE CAMPOS	12 7
GRUPO 16		LIEBRE 2h00m: JUAN GLEZ DE SUSO	30 1
GRUPO 17		LIEBRE 2h00m: MARCOS ARRIARAN	20 14
GRUPO 18		LIEBRE 2h00m: MARI MAR ESCRIG	6 0
GRUPO 19		LIEBRE 2h00m: ANA OLIVA	8 1



SERVICIOS BSS

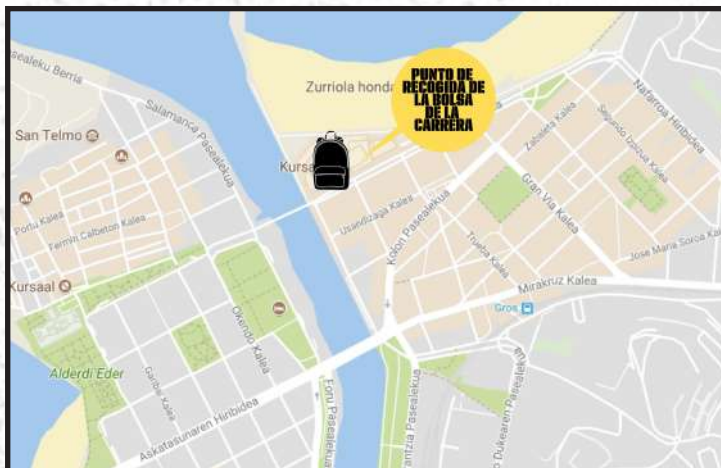
CONSIGNAS

En esta edición se contará con 3 puntos de Consigna:

Puntos para depositar:



Punto de recogida de la
bolsa de la carrera:
Palacio de Congresos
Kursaal
(8 y 9 Noviembre)



Plaza Gipuzkoa
(10 Noviembre a partir de las 7:30)



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



CONSIGNAS

Punto de Recogida:



Plaza Gipuzkoa





SERVICIOS BSS

CÓMO LLEGAR A LA SALIDA

Las personas participantes disponen de diferentes opciones para llegar a la salida:



ORIGEN	HORA SALIDA	PARADAS
SAN PEDRO	8:00	▶ SAN PEDRO-SAN PEDRO HIRIBIDEA 51 ▶ ANTZO (ERRIBERAN/ JUNTO A LA RIA) ▶ ERRETERIA (IZTIETA Y ALAMEDA)
DONIBANE	8:00	▶ MEIPI ▶ LEZO ▶ ERRETERIA (ALAMEDA)



- ▶ Bilbao
- ▶ Portugalete
- ▶ Vitoria - Gasteiz
- ▼ Eibar

Autobuses Privados

Los autobuses privados que acerquen a los participantes a la salida podrán hacer uso del Parking situado en Illumbe.

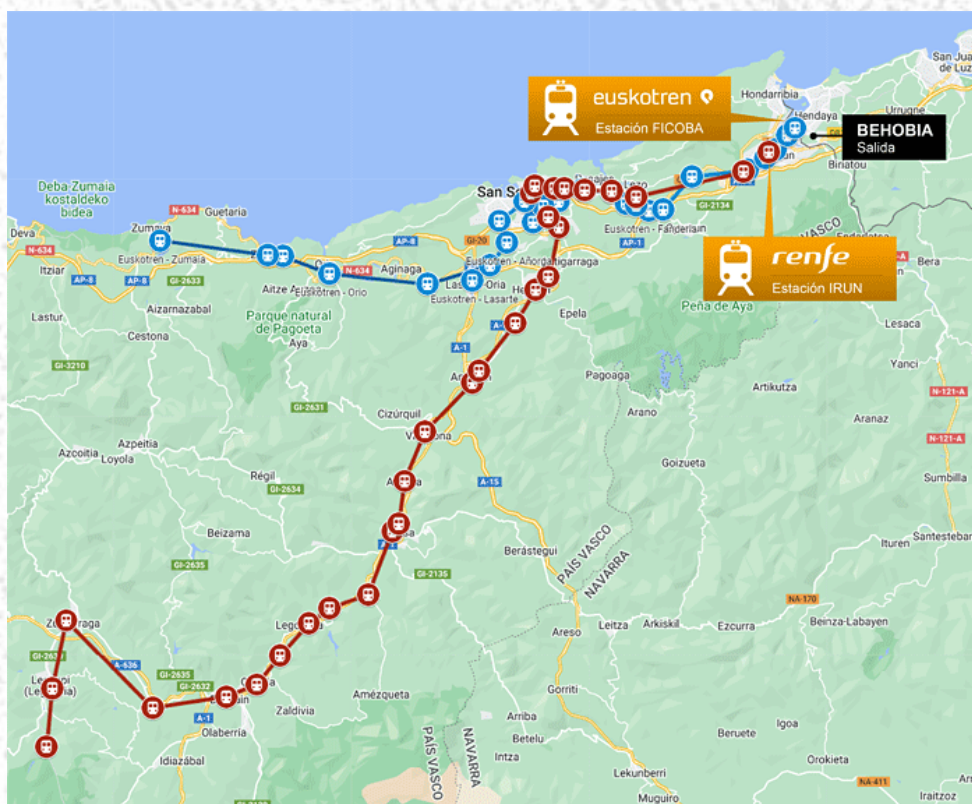
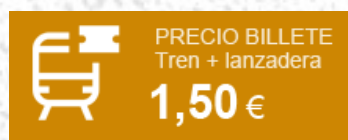


CÓMO LLEGAR A LA SALIDA

TREN + LANZADERA: Renfe y EuskoTren - Billete especial.

Hay dos operadores de tren diferentes, Euskotren y Renfe, por lo que hay dos billetes.

Aviso: Cualquier billete de tren ordinario que te lleve hasta la salida, comprado en cualquier estación de Gipuzkoa, será válido para subir al bus lanzadera, previa presentación del dorsal de la carrera. Por lo tanto, no es necesario venir a San Sebastián a comprar el billete especial. Ejemplo: Precio del billete ordinario del trayecto Zarautz-Ficoba cuesta aproximadamente 2,75€ y es válido para subir al bus lanzadera





SERVICIOS BSS

CÓMO LLEGAR A LA SALIDA

DÓNDE COMPRAR EL BILLETE ESPECIAL

Esta información se refiere al billete especial a precio reducido.

Polideportivo Pío Baroja C.D. FORTUNA: (Pio Baroja pasealekua 47 – Donostia)
del 28 de octubre al 9 noviembre

Punto de Distribución C.D. Fortuna K.E. - Palacio de Congresos Kursaal

8 de noviembre, (viernes de 12:00 a 21:00)

9 de noviembre (sábado de 10:00 a 20:00).

El día de la carrera: (No es recomendable por las aglomeraciones).

Euskotren: Estaciones de Amara y Anoeta - sólo el día de la carrera.

Renfe: Este año NO habrá venta en las máquinas de Renfe.

***Es imprescindible mostrar el billete de tren para hacer uso del autobús lanzadera.**

AVISO: El billete es únicamente válido para participantes y tan sólo para llegar a la salida. Pedimos encarecidamente que los/las acompañantes no se acerquen a la salida para que no ocupen plazas de participantes en los trenes.



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 Isotonica (Powerade), Plátano y Gominolas.



AÑARBEKO URAK
AGUAS DEL AÑARBE



SERVICIOS DE TXINGUDI
TXINGUDIKO ZERBITZUAK



POWERADE

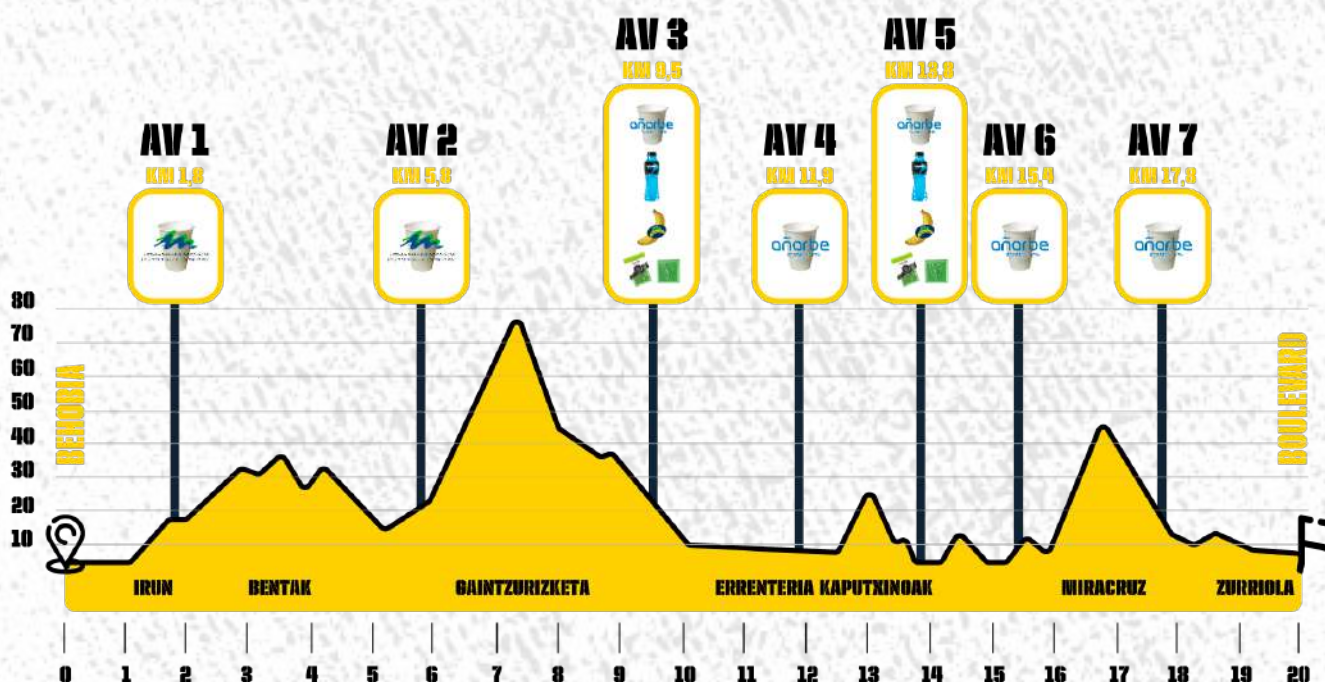


PLÁTANO DE CANARIAS



GOMINOLAS DE ELECTROLITOS
VITALDIN

URA - AGUA



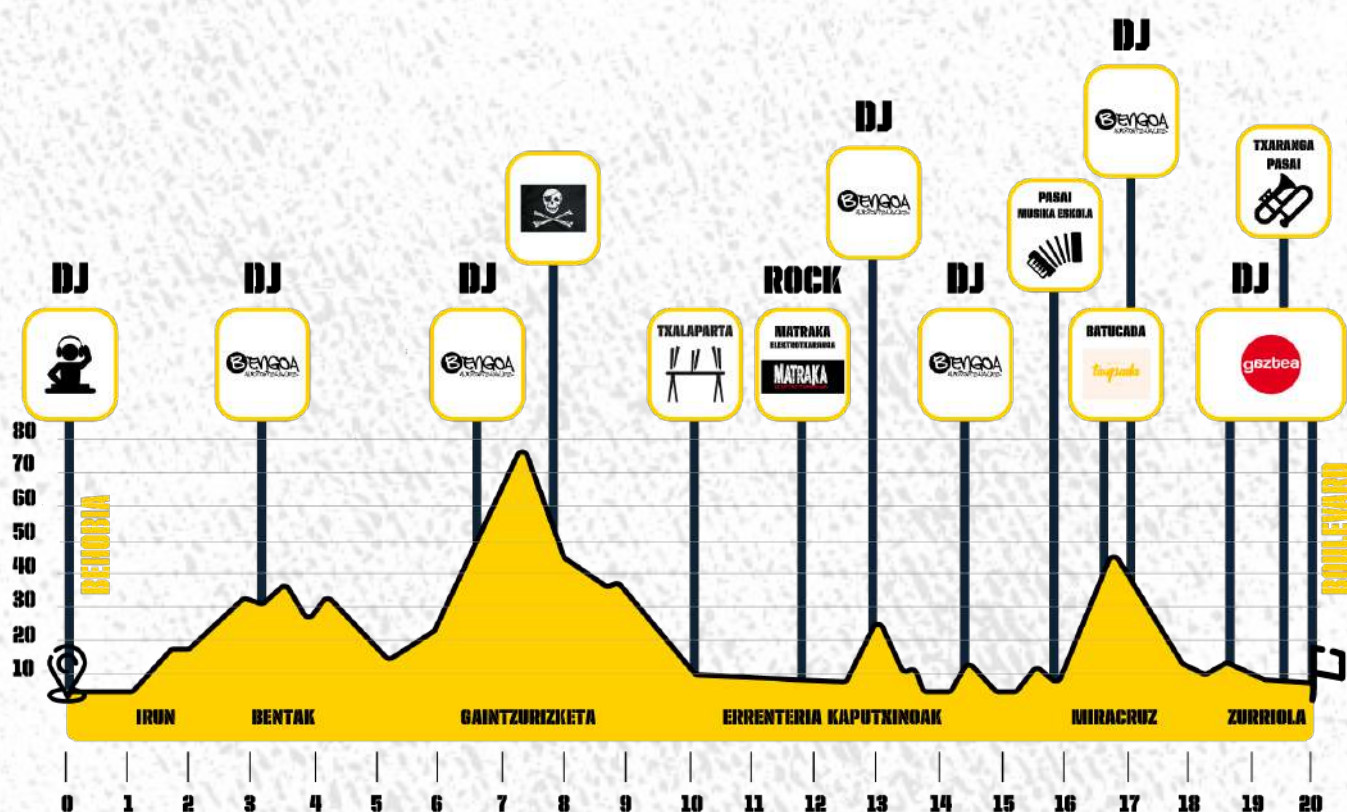


SERVICIOS BSS

PUNTOS DE ANIMACIÓN

14

PUNTOS DE ANIMACIÓN



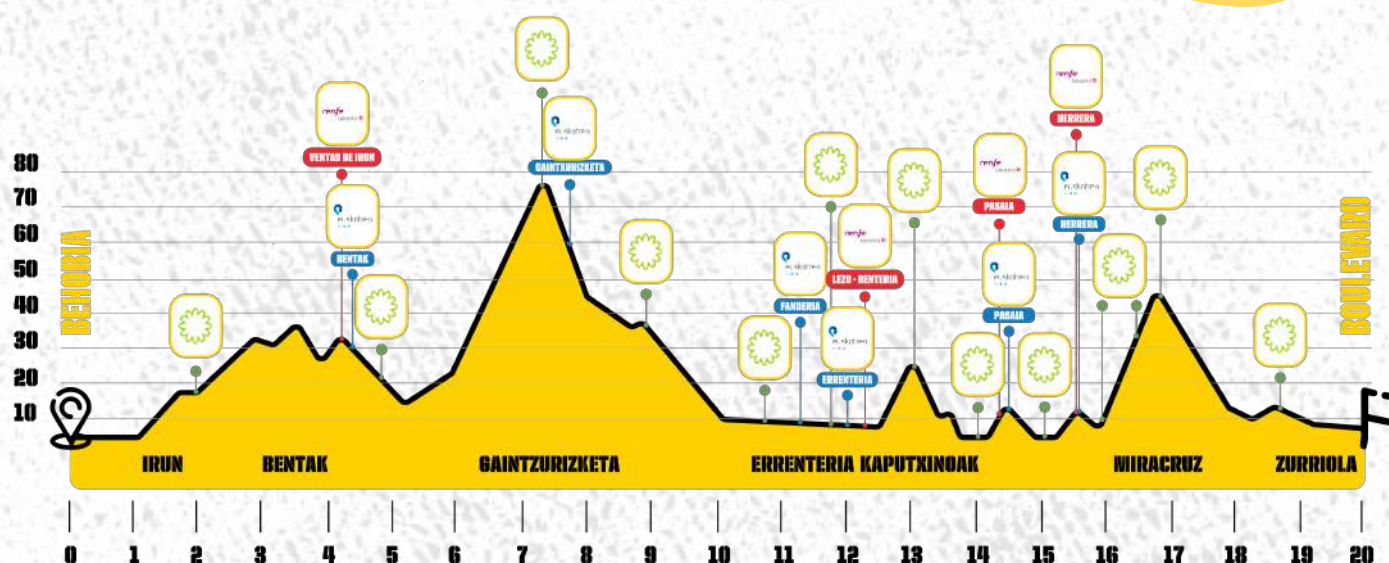
Durante el recorrido habrá 14 puntos diferentes de animación, para amenizar la carrera a todas las personas participantes.



PUNTOS DE RETIRADA

23

PUNTOS DE
RETIRADA



Las personas Voluntarias y el personal Sanitario tendrán los tickets de Euskotren y Renfe



Puntos de Retirada:

- Bentak
- Gaintxurizketa
- Fanderia
- Erretereria
- Pasaia
- Herrera



Puntos de Retirada:

- Ventas de Irún
- Lezo - Erretereria
- Pasaia
- Herrera

“Retirate con Vallina”



Puntos de Recogida:

- Km 2: Pº Colón
- Km 4,8: Bomberos Bidasoa
- Km 7,3: Rotonda Gaintxurizketa
- Km 9: Rotonda Lanbarren
- Km 10,8: Lintzirin
- Km 11-12: Erretereria

- 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



META





NIETA

- Avituallamiento sólido: Platano de Canarias, Barrita Vitaldin, Pan de leche Pasquier, Inimitables de Grefusa, Filipinos y frutos secos.
- Avituallamiento líquido: Agua Insalus, y Powerade.
- Poncho Impermeable, Body Cream de Rituals, Detergente Sanytol.
- Medalla Conmemorativa.



OTROS SERVICIOS:

- Puntos de Encuentro: Diferenciados de la A a la Z (Plaza Okendo)
- Punto de Información (Plaza Gipuzkoa)

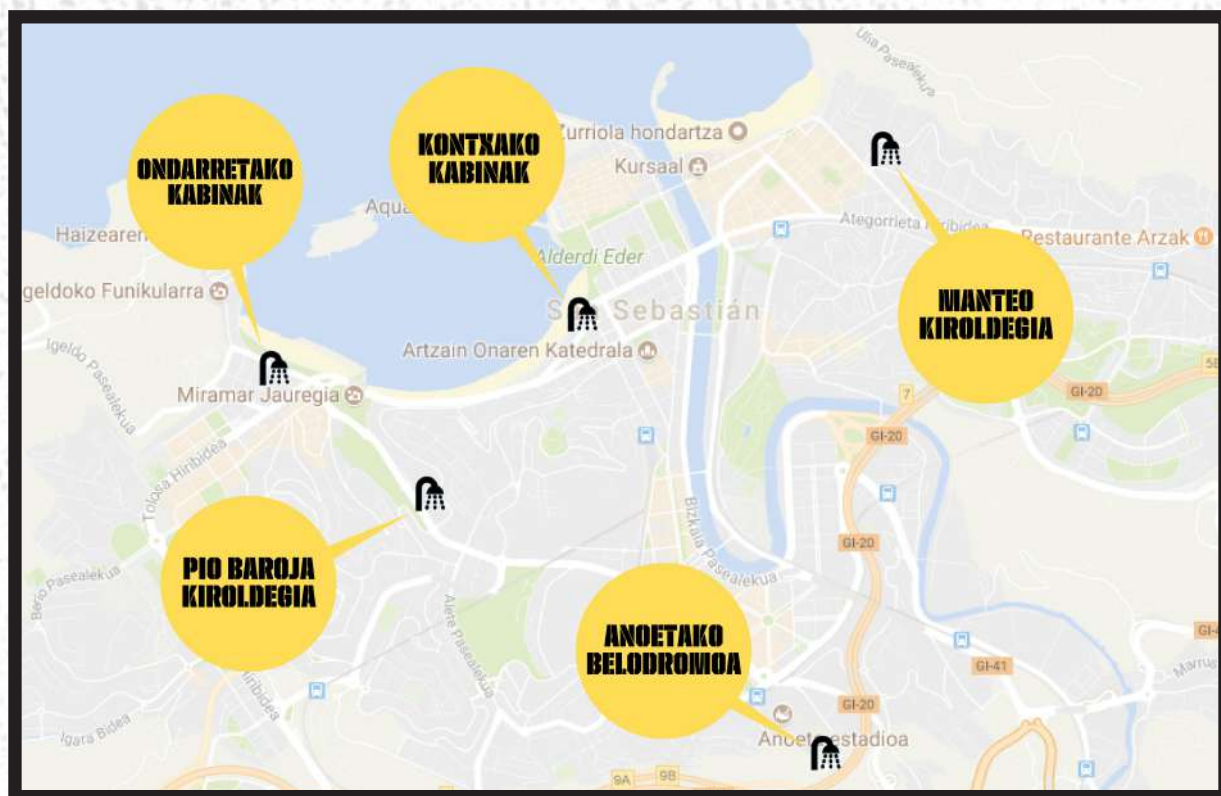


SERVICIOS BSS

NIETA



DUCHAS:





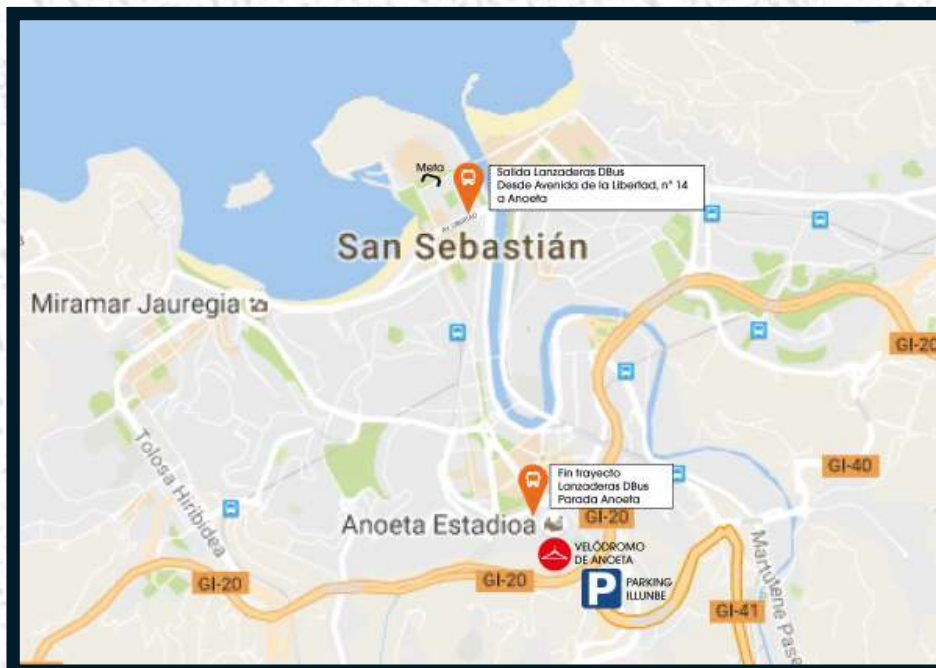
SERVICIO ESPECIAL META

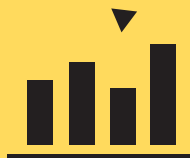


Servicio especial GRATUITO.

Avenida de la Libertad 14.

Para acercar a las personas participantes a Anoeta (ducha y parking autobuses) de forma gratuita.





DATOS BSS

RANGO DE EDADES 2012 -2024

Por primera vez la franja de edad 26-30 es la que más personas inscritas tiene seguida de la de 31-35, cuando lo habitual durante muchos años ha sido que fuera la franja de edad de 41-45.

RANGO	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2021	2022	2023	2024
16-20	312	367	345	416	392	465	455	532	375	385	488	448
21-25	935	994	995	1298	1217	1390	1422	1693	1340	1547	1903	2707
26-30	2840	2765	2687	3338	3167	3442	3522	4065	3351	4284	4406	5204
31-35	4944	5024	5017	5628	4745	4660	4459	4682	3698	4421	4320	4099
36-40	5849	6416	6747	7258	6207	6002	5599	5645	3836	4125	3834	3150
41-45	4951	5625	6627	7179	6549	6253	6152	6526	4478	5028	4557	3529
46-50	2966	3509	4133	4397	4464	4374	4577	4940	3978	4603	4497	3657
51-55	1752	2089	2447	2472	2566	2456	2612	2946	2262	2838	3039	2592
56-60	802	987	1150	1200	1268	1193	1259	1512	1263	1515	1559	1390
61-65	310	384	447	457	502	471	523	600	557	667	710	662
66-70	80	105	116	148	158	163	146	184	185	244	246	211
71-75	21	17	30	41	30	33	38	45	51	63	65	62
76-80	3	3	6	7	6	7	8	7	3	11	15	11
81-85	0	0	1	1	2	1	2	2	2	1	0	0
SIN DATO		0			3	2	1	0	0	0	0	0
TOTAL	25765	28285	30748	33840	31276	30912	30775	33379	25379	29732	29639	27722



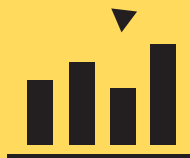
RANGO DE EDADES 2012 -2024

MUJERES

RANGO	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2021	2022	2023	2024
16-20	52	16	37	77	91	111	99	110	85	90	120	144
21-25	198	137	204	340	393	475	473	607	475	668	798	1126
26-30	570	425	531	953	995	1113	1112	1354	1165	1686	1791	2185
31-35	856	859	909	1253	1095	1095	1079	1230	973	1344	1300	1355
36-40	974	1034	1201	1563	1381	1389	1268	1361	866	1079	1051	892
41-45	850	1137	1443	1655	1488	1492	1545	1656	1133	1395	1220	970
46-50	543	837	992	1013	956	993	1086	1253	982	1197	1230	1042
51-55	249	462	500	505	481	478	574	673	504	678	709	603
56-60	93	230	219	214	195	176	214	262	220	310	320	267
61-65	29	66	68	72	57	46	62	80	66	84	95	100
66-70	2	16	6	12	15	15	17	17	19	26	33	28
71-75	2	0	3	4	2	1	3	0	3	9	5	4
76-80	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0
81-85	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
SIN DATO	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
TOTAL	4418	5219	6113	7662	7149	7384	7534	8604	6491	8566	8673	8716

HOMBRES

RANGO	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2021	2022	2023	2024
16-20	260	351	308	339	301	354	356	422	290	295	368	304
21-25	737	857	791	958	824	915	949	1086	865	879	1105	1581
26-30	2270	2340	2156	2385	2172	2329	2410	2711	2186	2598	2615	3019
31-35	4088	4165	4108	4375	3650	3565	3380	3452	2725	3077	3020	2744
36-40	4875	5382	5546	5695	4826	4613	4331	4284	2970	3046	2783	2258
41-45	4101	4488	5184	5524	5061	4761	4607	4870	3345	3633	3337	2559
46-50	2423	2672	3141	3384	3508	3381	3491	3687	2996	3406	3267	2615
51-55	1503	1627	1947	1967	2085	1978	2038	2273	1758	2160	2330	1989
56-60	709	757	931	986	1073	1017	1045	1250	1043	1205	1239	1123
61-65	281	318	379	385	445	425	461	520	491	583	615	562
66-70	78	89	110	136	143	148	129	167	166	218	213	183
71-75	19	17	27	37	28	32	35	45	48	54	60	58
76-80	3	3	6	6	6	7	7	7	3	11	14	11
81-85	0	0	1	1	2	1	2	1	2	1	0	0
SIN DATO		0			3	2	0	0	0	0	0	0
TOTAL	21347	23066	24635	26178	24127	23528	23241	24775	18888	21166	20966	19006



DATOS BSS

INSCRIPCIÓN MUJERES EN LA BSS

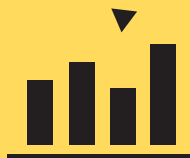
AÑO	TOTAL	MUJERES	%
1999	9101	859	9.44%
2000	8801	969	11.01%
2001	9020	928	10.29%
2002	9925	1078	10.86%
2003	10464	1050	10.03%
2004	11502	1378	11.98%
2005	11750	1357	11.55%
2006	12509	1663	13.29%
2007	15439	2116	13.71%
2008	13824	1962	14.19%
2009	18444	2743	14.87%
2010	20809	3116	14.97%
2011	23453	3795	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%
2017	30912	7384	23.89%
2018	30775	7534	24.48%
2019	33379	8604	25,77%
2021	25379	6491	25,58%
2022	29732	8566	28,81%
2023	29639	8673	29,26%
2024	27722	8716	31,44%



INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA

PROCEDENCIA POR AÑOS

PROCEDENCIA	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2021	2022	2023	2024
GIPUZKOA	8075	8503	9008	8805	8214	7675	7406	7739	5820	5788	6596	5957
CATALUÑA	4118	4556	4575	5400	4941	5213	5115	5488	4519	6478	6201	6012
COMUNIDAD DE MADRID	1407	1653	2276	3130	3083	3744	4173	4642	3314	4486	3952	3562
FRANCIA	2939	2880	3338	3779	4008	3549	3002	3591	2358	2424	2409	2287
BIZKAIA	2045	2378	2645	2780	2427	2243	2175	2172	1692	1672	1647	1603
NAVARRA	2731	2781	2634	2512	1950	1715	1662	1710	1436	1302	1315	1358
ARAGÓN	611	680	1094	1512	1188	1302	1187	1327	1202	1425	1436	1278
CASTILLA Y LEÓN	1136	1276	1558	1750	1394	1281	1316	1395	1141	1121	1128	933
ARABA	969	1007	965	1049	913	802	763	805	531	558	540	517
C. VALENCIANA	268	333	544	502	533	552	915	1150	810	1175	1212	1163
LA RIOJA	288	365	413	521	459	461	496	431	371	403	355	344
ASTURIAS	296	357	374	453	461	410	425	437	332	328	312	258
CASTILLA - LA MANCHA	130	115	176	276	250	405	353	470	395	529	437	420
GALICIA	103	167	392	523	426	386	397	488	270	378	341	298
ANDALUCÍA		59	139	177	251	293	401	373	357	532	514	512
CANTABRIA	221	229	228	256	237	224	238	220	190	181	191	195
ILLES BALEARS	59	66	61	134	117	146	247	252	203	262	328	324
CANARIAS	26	27	42	40	45	108	74	102	55	132	148	185
EXTREMADURA	17	14	28	40	42	58	69	81	88	124	133	103
MURCIA		10	34	40	38	33	86	80	93	120	132	112
MELILLA	3	5	1	5	3	2	1	15	5	2	0	3
CEUTA	1	5	5	2	2	2	2	3	1	4	2	4
OTRAS PROCEDENCIAS	138	499	171	197	244	308	272	408	196	308	310	294



DATOS BSS

INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA

PROCEDENCIA POR PROVINCIAS

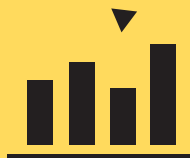
PROVINCIA	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
ALBACETE	70	21	49
ALICANTE	169	53	116
ALMERÍA	69	22	47
ARABA	517	156	361
ASTURIAS	258	86	172
ÁVILA	36	12	24
BADAJOS	58	14	44
BARCELONA	4648	1700	2948
BIZKAIA	1603	498	1105
BURGOS	262	53	209
CÁCERES	45	9	36
CÁDIZ	44	10	34
CANTABRIA	195	49	146
CASTELLÓN	177	60	117
CEUTA	4	1	3
CIUDAD REAL	74	17	57
CÓRDOBA	33	13	20
CUENCA	22	6	16
GIRONA	571	234	337
GIPUZKOA	5957	1737	4220
GRANADA	58	17	41
GUADALAJARA	91	24	67
HUELVA	29	5	24
HUESCA	188	69	119
ILLES BALEARS	324	124	200
JAÉN	29	8	21



INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA

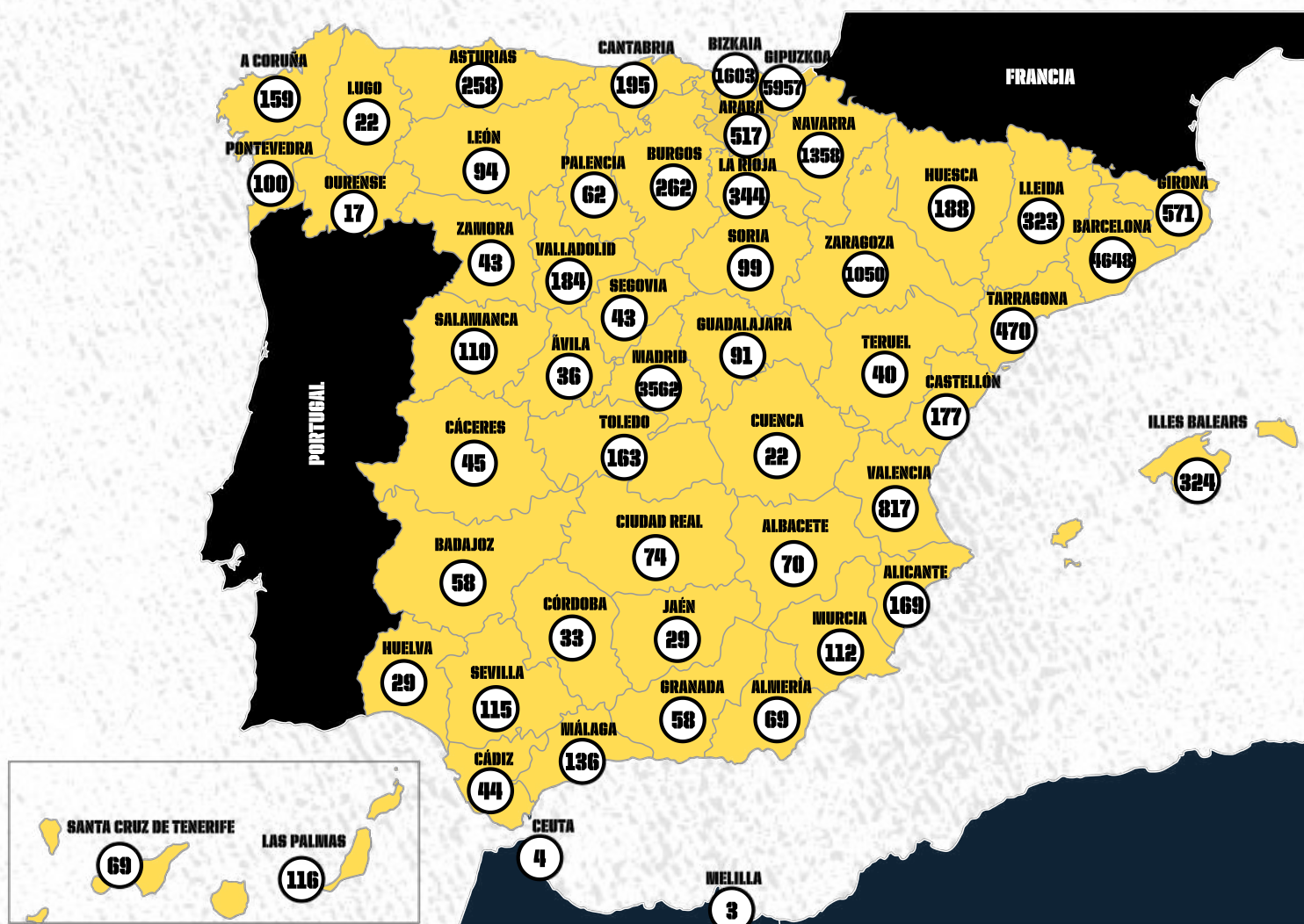
PROCEDENCIA POR PROVINCIAS

PROVINCIA	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
A CORUÑA	159	53	106
LA RIOJA	344	83	261
LAS PALMAS	116	27	89
LEÓN	94	22	72
LLEIDA	323	121	202
LUGO	22	8	14
MADRID	3562	1065	2497
MÁLAGA	136	38	98
MELILLA	3	1	2
MURCIA	112	32	80
NAVARRA	1358	368	990
OURENSE	17	3	14
PALENCIA	62	18	44
PONTEVEDRA	100	20	80
SALAMANCA	110	30	80
SANTA CRUZ DE TENERIFE	69	23	46
SEGOVIA	43	6	37
SEVILLA	115	32	83
SORIA	99	20	79
TARRAGONA	470	175	295
TERUEL	40	13	27
TOLEDO	163	45	118
VALENCIA	817	270	547
VALLADOLID	184	44	140
ZAMORA	43	17	26
ZARAGOZA	1050	352	698



INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA

PROCEDENCIA POR PROVINCIAS





INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA

PROCEDENCIA POR PAISES

PAÍS	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
ALEMANIA	35	14	21
ANDORRA	62	18	44
ARGENTINA	2	1	1
AUSTRALIA	2	1	1
AUSTRIA	10	1	9
BÉLGICA	8	5	3
BRASIL	1	0	1
CANADÁ	1	0	1
CHILE	3	0	3
CHINA	1	1	0
COLOMBIA	1	0	1
COSTA RICA	1	0	1
CROACIA	1	1	0
DINAMARCA	4	1	3
EMIRATOS ÁRABES	1	1	0
ESTADOS UNIDOS	11	4	7
FRANCIA	2287	725	1562

PAÍS	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
GRAN BRETAÑA	53	19	34
GUINEA ECUATORIAL	1	0	1
HOLANDA	15	5	10
IRLANDA	6	3	3
ITALIA	21	6	15
LUXEMBURGO	1	1	0
MÉXICO	3	2	1
NORUEGA	1	1	0
PALESTINA	1	0	1
PERÚ	2	2	0
POLONIA	7	1	6
PORTUGAL	13	6	7
PUERTO RICO	1	0	1
REPÚBLICA CHECA	5	2	3
RUSIA	1	1	0
SUECIA	2	1	1
SUIZA	16	9	7



PROCEDENCIA POR PAISES

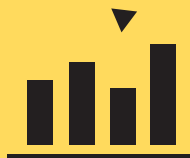




INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA

Esta edición ha vuelto a subir la participación Gipuzkoana.





DATOS BSS

INSCRIPCIÓN POR PROCEDENCIA

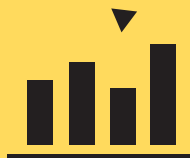
GIPUZKOANOS POR LOCALIDAD

LOCALIDAD	COMARCA	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
ALTZAGA	GOIERRI	1	1	0
ARAMA	GOIERRI	1	1	0
ATAUN	GOIERRI	1	0	1
BERSAIN	GOIERRI	79	27	52
GABIRIA	GOIERRI	4	1	3
GAINTZA	GOIERRI	1	1	0
IDIAZABAL	GOIERRI	21	4	17
ITSASONDO	GOIERRI	3	1	2
LAZKAO	GOIERRI	27	7	20
MUTILOA	GOIERRI	2	0	2
OLABERRIA	GOIERRI	4	3	1
ORDIZIA	GOIERRI	78	31	47
ORMAIZTEGI	GOIERRI	3	0	3
SEGURA	GOIERRI	4	0	4
ZALDIBIA	GOIERRI	1	1	0
ZEGAMA	GOIERRI	5	0	5
LEGAZPI	UROLA GARAIA	49	14	35
URRETXU	UROLA GARAIA	34	9	25
ZUMARRAGA	UROLA GARAIA	36	8	28
DEBA	DEBA BEHEA	33	11	22
ITZIAR	DEBA BEHEA	4	1	3
MUTRIKU	DEBA BEHEA	16	3	13
EIBAR	DEBA BEHEA	88	29	59
SORALUZE	DEBA BEHEA	3	1	2
ELGOIBAR	DEBA BEHEA	62	12	50
MENDARO	DEBA BEHEA	5	0	5

DATOS BSS



LOCALIDAD	COMARCA	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
ANTZUOLA	DEBA GARAIA	15	3	12
BERGARA	DEBA GARAIA	89	29	60
ELGETA	DEBA GARAIA	1	0	1
ARETXABALETA	DEBA GARAIA	40	18	22
ARRASATE	DEBA GARAIA	84	30	54
ESKORIATZA	DEBA GARAIA	11	3	8
LEINTZ-GATZAGA	DEBA GARAIA	1	1	0
OÑATI	DEBA GARAIA	47	8	39
ASTIGARRAGA	DONOSTIALDEA	94	20	74
DONOSTIA-SAN SEBASTIÁN	DONOSTIALDEA	2544	764	1780
ANDOAIN	DONOSTIALDEA	74	15	59
HERNANI	DONOSTIALDEA	127	28	99
LASARTE	DONOSTIALDEA	139	35	104
URNIETA	DONOSTIALDEA	56	14	42
USURBIL	DONOSTIALDEA	59	20	39
ERRETERIA	DONOSTIALDEA	281	79	202
LEZO	DONOSTIALDEA	47	5	42
OIARTZUN	DONOSTIALDEA	91	26	65
PASAI ANTZO	DONOSTIALDEA	40	13	27
PASAI DONIBANE	DONOSTIALDEA	15	2	13
PASAI SAN PEDRO	DONOSTIALDEA	27	9	18
PASAI	DONOSTIALDEA	36	8	28
AZKOITIA	UROLA-KOSTA	46	14	32
AZPEITIA	UROLA-KOSTA	88	30	58
ERREZIL	UROLA-KOSTA	1	1	0
URRESTILLA	UROLA-KOSTA	2	1	1
AIA	UROLA-KOSTA	18	4	14
GETARIA	UROLA-KOSTA	23	8	15
ORIO	UROLA-KOSTA	55	21	34
ZARAUTZ	UROLA-KOSTA	178	47	131



DATOS BSS

LOCALIDAD	COMARCA	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
AIZARNAZABAL	UROLA-KOSTA	3	1	2
ZESTOA	UROLA-KOSTA	33	8	25
ZUMAIA	UROLA-KOSTA	54	22	32
ADUNA	TOLOSALDEA	1	0	1
ASTERASU	TOLOSALDEA	15	4	11
LARRAUL	TOLOSALDEA	1	0	1
BILLABONA / AMASA	TOLOSALDEA	52	12	40
ZIZURKIL	TOLOSALDEA	36	14	22
ABALTZISKETA	TOLOSALDEA	3	0	3
ALBIZTUR	TOLOSALDEA	2	0	2
ALEGIA	TOLOSALDEA	8	2	6
ALKIZA	TOLOSALDEA	2	1	1
ALTZO	TOLOSALDEA	2	2	0
AMEZKETA	TOLOSALDEA	4	1	3
ANOETA	TOLOSALDEA	9	4	5
BELAUNTZA	TOLOSALDEA	1	0	1
BERASTEGI	TOLOSALDEA	10	7	3
BERROBI	TOLOSALDEA	5	1	4
ELDUAIN	TOLOSALDEA	1	0	1
IBARRA	TOLOSALDEA	30	11	19
IKAZTEGIETA	TOLOSALDEA	0	0	0
IRURA	TOLOSALDEA	19	5	14
LEGORRETA	TOLOSALDEA	14	9	5
LIZARTZA	TOLOSALDEA	4	1	3
ORENDAIN	TOLOSALDEA	1	1	0
OREXA	TOLOSALDEA	1	0	1
TOLOSA	TOLOSALDEA	203	77	126
HONDARRIBIA	BIDASOA BEHERA	129	33	96
IRUN	BIDASOA BEHERA	420	100	320

BEHOBIAKO BETERANOAK



“BSS-KO BETERANOAK”

Como venimos haciendo desde la edición de 2017, este año también desde el CD. Fortuna hemos premiado la perseverancia y hemos agradecido la fidelidad de sus participantes durante todos estos años. Poco a poco son más los que llegan a las 25 participaciones. Este edición se ha llegado a la cifra de 247 participantes con 25 participaciones o más las que han recibido la invitación para participar de forma totalmente gratuita. Destacar a Ander Diez, único corredor con todas las participaciones desde 1979. La mujer con más participaciones es Rosa Luena, con 34 participaciones.

1 PERSONA CON TODAS
LAS PARTICIPACIONES
DESDE 1979

44

40+

3 PARTICIPANTES

35+

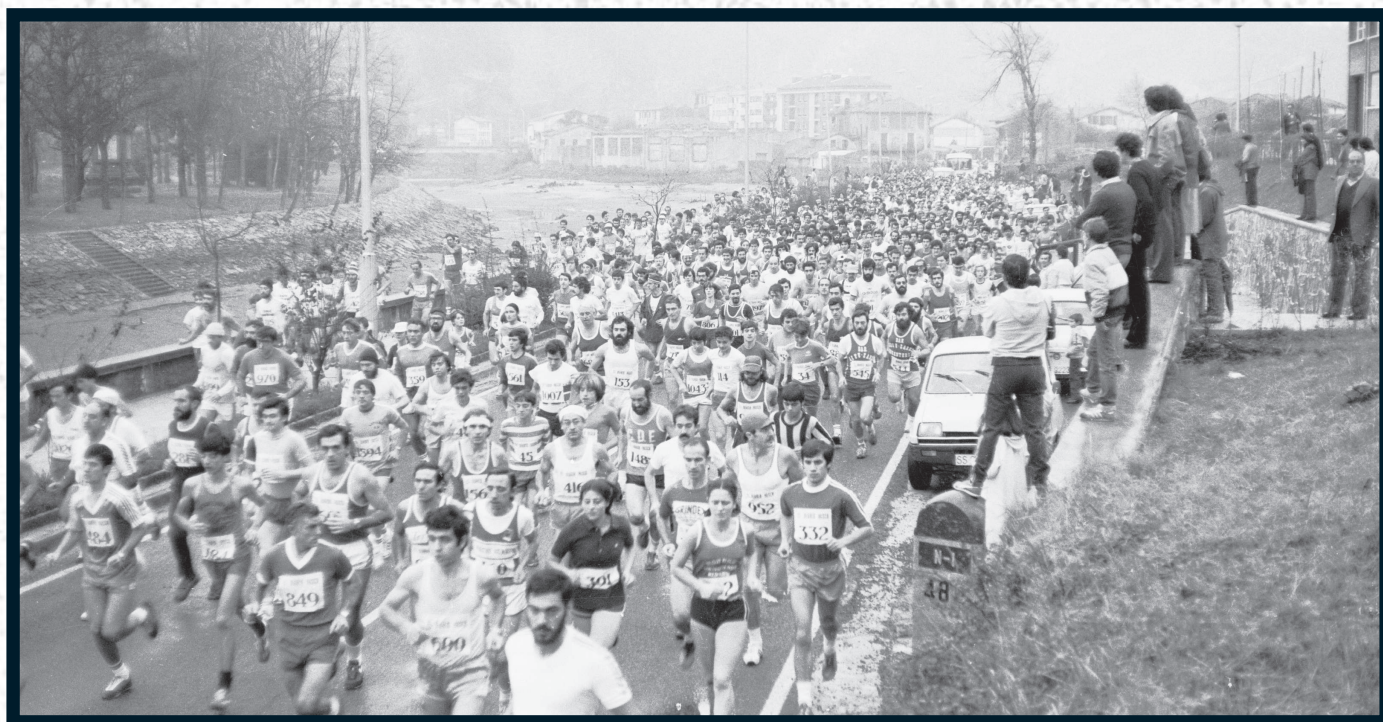
16 PARTICIPANTES

30+

69 PARTICIPANTES

25+

159 PARTICIPANTES





PODIUMIS BSS 2023



1 **CHAKIB LACHGAR**
0:59:56

2 **ZAKARIYA
EL BOUBEKRAOUI**
1:01:28

3 **NAN OLIVERAS**
1:02:00

1 **LAURA RODRÍGUEZ**
1:14:22

2 **SARA VILLASANTE**
1:14:28

3 **PILAR FERNANDEZ**
1:14:47



PALMARÉS BSS



MARIA LUISA IRIZAR



7

1980
1983
1984
1985
1993
1994
1995

ALFONSO ÁLVAREZ



5

1981
1983
1985
1986
1987

ALBERTO JUZDADO



5

1995
1996
1999
2003
2004

CHEMIA MARTÍNEZ



4

2005
2006
2007
2008

BEGONA ZUÑIGA



3

1979
1981
1987

JUAN MARI GARIN



3

1980
1988
1990

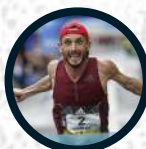
ROCÍO RIOS



3

1996
1998
2001

CARLES CASTILLEJO



3

2015
2016
2017

AROA MERINO



3

2016
2017
2018

HENRI DALIERE



2

1920
1921

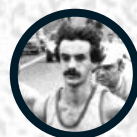
SERAFÍN ULECIA



2

1922
1923

PEIO GARIN



2

1982
1991

MARINA PRAT



2

1989
1992

DIEGO GARCÍA



2

1992
1994

IRATXE ARANBURU



2

2002
2003

MARÍA JOSÉ PUEYO



2

2000
2009

RAFAEL IGLESIAS



2

2009
2010

JAUME LEIVA



2

2012
2018

CHAKIB LACHGAR



2

2019
2023



PALMIARÉS BSS

JUAN MUGUERZA	1	1919	MANUEL AZPIROZ	1	1924	E. SALVIDEGOITIA	1	1925
DIONISIO CARRERAS	1	1926	J.M. IRAZU	1	1979	ANDRÉS ALFARO	1	1984
CAROL ROSSET	1	1982	B. AYTNIER	1	1986	V.HERNANDEZ	1	1988
CHEMIA FERNÁNDEZ	1	1989	GLORIA AZPILICUETA	1	1990	ROSI TALAVERA	1	1991
JESÚS DE GRADO	1	1993	ANTONIO PÉREZ	1	1997	ANGELINES RODRIGUEZ	1	1997
CARLOS DE LA TORRE	1	1998	ANAIJA ORTEGA	1	1999	JULIUS GIDAGUDAY	1	2000
PHILIP RUGUT	1	2001	BENJAMIN ROTICH	1	2002	WAHBY KENZA	1	2004
RAEL KIMAYO	1	2005	ELENA MORENO	1	2006	SARAH KERUBO	1	2007
ANA CASARES	1	2008	M LOPEZ DE TEJADA	1	2009	ABRHAMILAW ASEFA	1	2011
TIRNAS GEBRE	1	2011	OIHANA KORTAZAR	1	2012	PEDRO NIMO	1	2013
CLAUDIA BEHOBIDE	1	2013	J. CARLOS HERNÁNDEZ	1	2014	VANESSA VEIGA	1	2014
RAQUEL GÓMEZ	1	2015	GEMIA BARRACHINA	1	2019	ENEKO AGIRREZABAL	1	2021
NURIA LUGUEROS	1	2021	NAN OLIVERAS	1	2022	CRISTINA SILVA	1	2022
LAURA RODRÍGUEZ	1	2023						

59

PERSONAS
GANADORAS
DIFERENTES

29

MUJERES

30

HOMBRES

VIEJORES MARCAS



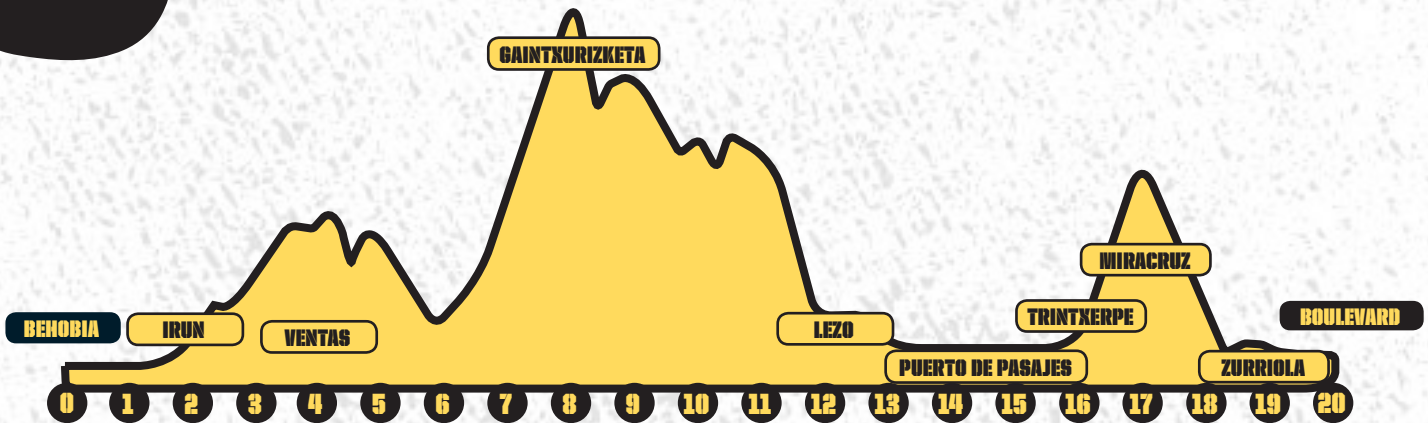
RECORRIDO
1979 - 2013

ALBERTO JUZDADO
1996

0:59:19

TIRHAS GEBRE
2011

1:08:07



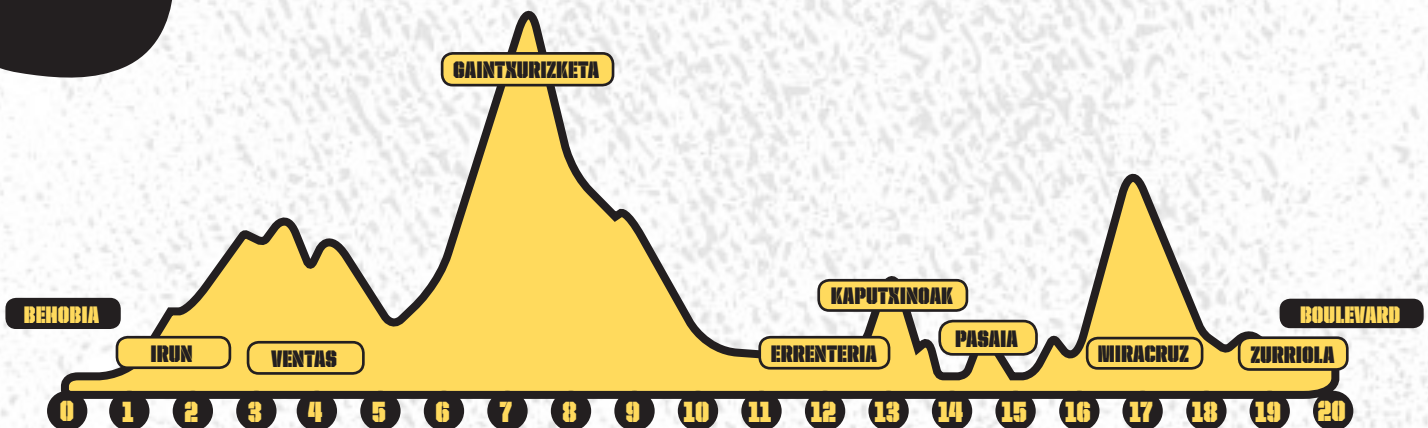
RECORRIDO
2014 - ACTUAL

CHAKIB LACHGAR
2023

0:59:56

AROA MERINO
2018

1:09:41





DATOS

B/SS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

EVOLUCIÓN INSCRIPCIONES:

	SILLA DE RUEDA	HANDBIKE	DISCAPACIDAD VISUAL	DISC. MOTRIZ A PIE	LESIÓN CEREBRAL	PATINADORES CON DISC.	PERSONAS SORDAS	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
2017	10	34	23	6	1	1	-	75
2018	11	37	32	5	1	1	-	87
2019	9	29	26	4	0	1	10	79
2021	7	16	20	2	2	0	4	51
2022	6	21	29	5	2	0	3	66
2023	2	20	17	4	1	0	20	64
2024	2	20	17	4	1	0	20	64

*Este año habrá 13 guías acompañando a las personas con discapacidad visual



B/SS ROLLERS

Este año en la prueba de rollers hay 164 personas inscritas, 46 de esas personas serán mujeres, suponiendo el 28,05%.

EVOLUCIÓN INSCRIPCIONES:

2010 ▶	99	2015 ▶	213	2021 ▶	134
2011 ▶	123	2016 ▶	214	2022 ▶	154
2012 ▶	123	2017 ▶	223	2023 ▶	164
2013 ▶	155	2018 ▶	214	2024 ▶	164
2014 ▶	199	2019 ▶	191		

2024	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
ROLLERS	164	46	118

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 ROLLERS

km 05 - 10:10
 km 10 - 10:30
 km 15 - 10:50
 km 20 - 11:10



PODIUMIS BSS ROLLERS 2023



1

PATXI PEULA

0:39:12

2

ALBERTO ALEMIÁN

0:39:48

3

IÑIGO VIDONDO

0:39:48

1

BEREZI MARTÍNEZ

0:44:44

2

AURA QUINTANA

0:47:30

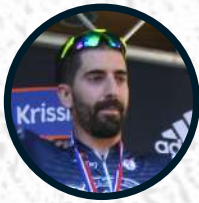
3

IRATXE LAPUENTE

0:48:36



PALMARÉS BSS ROLLERS



ALBERTO ALEMÍAN

4

2013
2014
2015
2022



IDOIA MARTÍNEZ

4

2017
2018
2020
2022



SARAY NARVAEZ

3

2012
2013
2014



AITOR VACAS

3

2018
2019
2020



EIDER INSAUSTI

2

2010
2011



IÑIGO VIDONDO

2

2010
2012



MAITE ANCÍN

2

2015
2016



NICOLÁS ALONSO

2

2011
2017



SERGIO URIARTE

1

2016



NERE KARRERA

1

2019



PATXI PEULA

1

2023



BEREZI MARTÍNEZ

1

2023



MEJORES MARCAS BSS ROLLERS

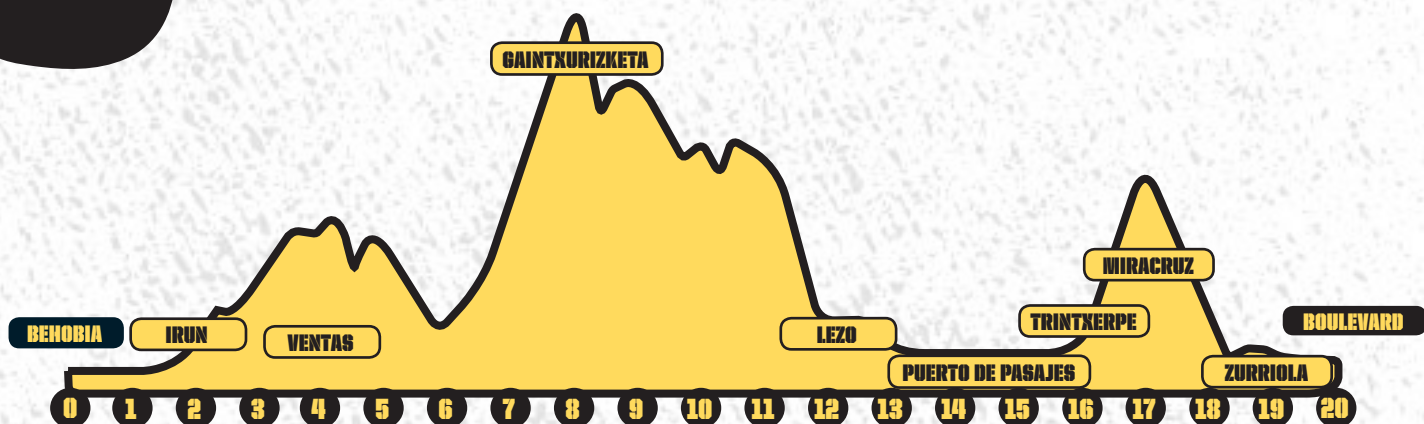
RECORRIDO
1979 - 2013

NICOLÁS ALONSO
2011

0:37:50

EIDER INSAUSTI
2011

0:39:38



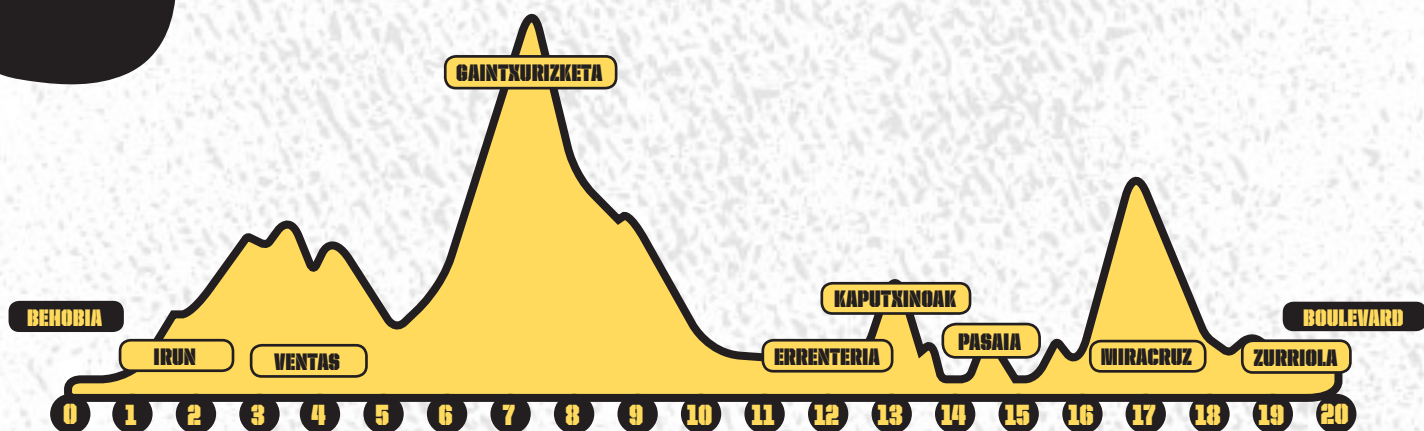
RECORRIDO
2014 - ACTUAL

ALBERTO ALEVIÁN
2022

0:35:12

MAITE ANCÍN
2015

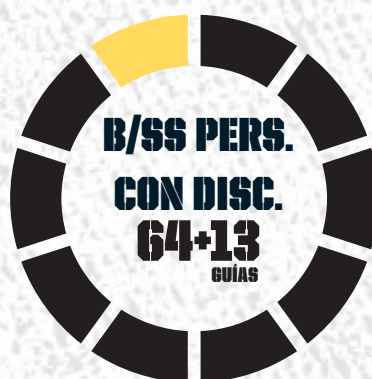
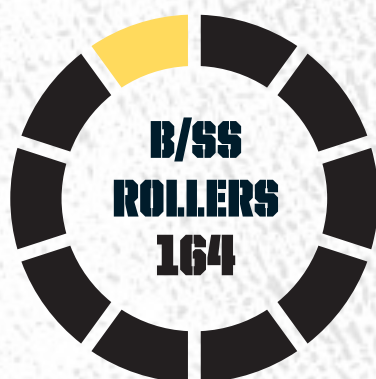
0:37:11



DATOS TOTALES



B/SS TOTAL PARTICIPANTES



TOTAL INSCRIPCIONES:

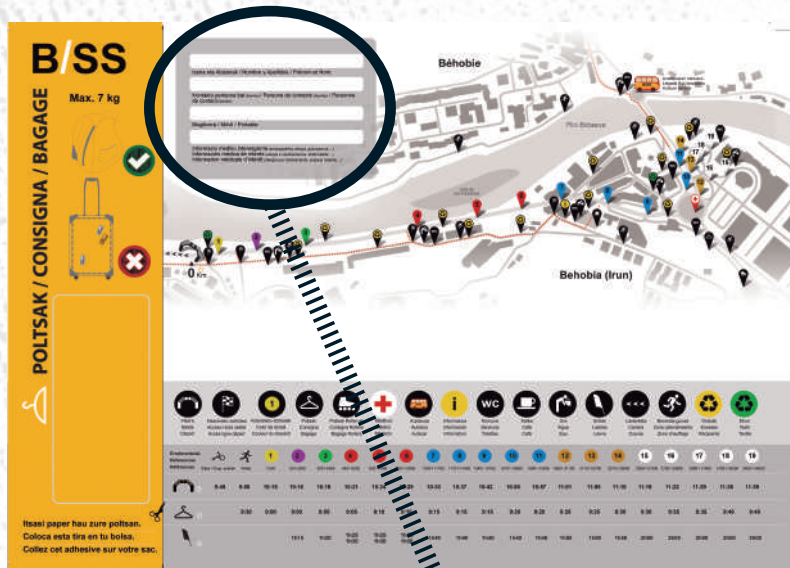
B/SS + B/SS TXIKI + B/SS ROLLERS + B/SS PERS. CON DISC.

30263



BSS SALUD

DATOS EN EL DORSAL.



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

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

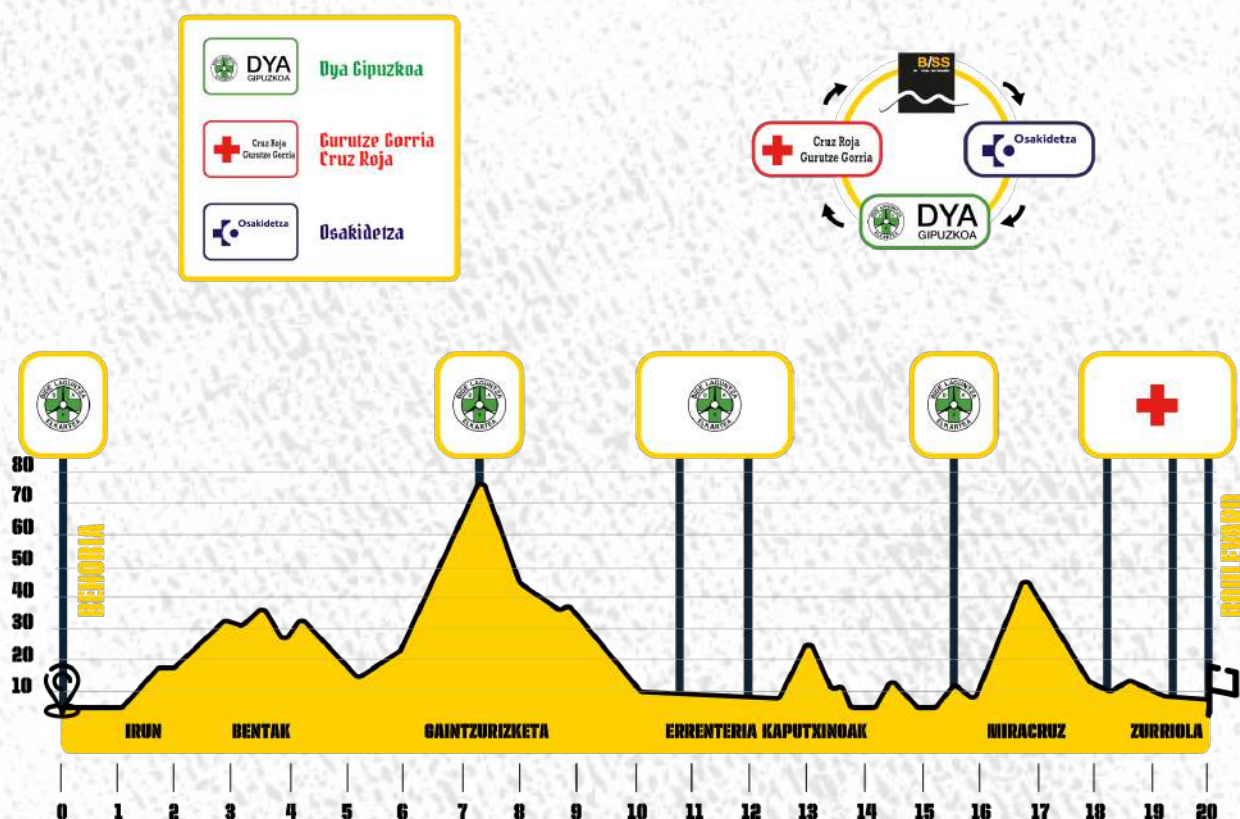
Kontaktu pertsona bat (familia) / Persona de contacto (familiar) / Personne de contact (famille):

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,...)

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.



BSS SALUD

CUESTIONARIO DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

Por tercer año, 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?



CUESTIONARIO DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

Estadísticas del cuestionario:

B/SS

TOTAL INSCRIPCIONES
27722

**CUESTIONARIOS
COMPLETADOS**
20254
(73,06%)

B/SS
ROLLERS

TOTAL INSCRIPCIONES
164

B/SS
**PERSONAS
CON DISCAPACIDAD**

TOTAL INSCRIPCIONES
77

**CUESTIONARIOS
COMPLETADOS**
124
(75,61%)

**CUESTIONARIOS
COMPLETADOS**
60
(77,91%)



BSS SALUD

PUESTOS DE GLUCEMIA PARA PERSONAS CON DIABETES

4

**PUESTOS DE
GLUCEMIA**

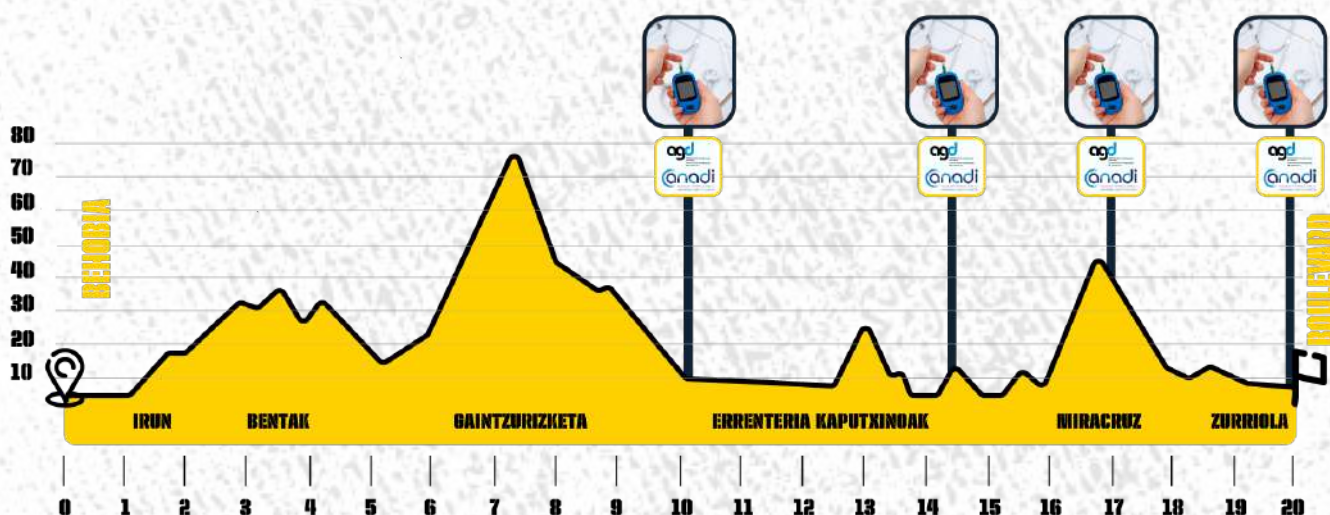
Desde el 2007 Anadi y AGD colocan puestos de glucemias para personas con diabetes. En la actualidad se cuenta con cuatro puestos, donde cualquier persona con diabetes podrán medirse la glucosa, y habiendo para estas personas suplementos glucémicos si lo necesitan.



ASOCIACIÓN GIPUZKOANA DE DIABETES



ASOCIACIÓN NAVARRA DE DIABETES



BSS SALUD



BSS SAFE

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

Introduce tu objetivo ✕

TIEMPO OBJETIVO
00:00:00

RITMO OBJETIVO
min / km

HORA DE SALIDA
▼

PRED. DE TEMPERATURA
°C

VELO VIENTO KM/H
KM / H

DIRECCIÓN (GRADOS)
°

DIRECCIÓN
▼

☐ Predicción automática de temperatura y viento en el recorrido de Behobia San Sebastián

CALCULAR

www.behobia-sansebastian.com/behobia-safe





BSS SALUD

ENTRENAMIENTO BSS SALUD

Esta edición como novedad hemos incorporado una guía entrenamiento y de nutrición para la Behobia - San Sebastián preparado por profesionales en estas materias.

Guía de Entrenamiento:

Se trata de una guía de entrenamiento o progresión de entrenamiento responsable, buscamos poner en valor la importancia de la progresión y la continuidad en la preparación para poder enfrentarse a un evento como la Behobia - San Sebastián y aprender en el proceso a ser consciente de las sensaciones y las condiciones para el ejercicio sostenible y saludable.

Este plan es una manera de poner en valor la importancia de PREPARARSE, no trata de ser un plan de entrenamiento individualizado, que sin duda sería la expresión en sí de entrenamiento adecuado más avanzada, pero sí que subraya la importancia de una mínima y progresiva preparación y ajuste de cargas.

Guía de Nutrición:

Esta guía nutricional tiene como objetivo plantear un trabajo progresivo sobre aspectos relacionados con la alimentación y la hidratación, esenciales a la hora de preparar un evento como la Behobia-San Sebastián.

Está diseñada para implementarse con tiempo y continuidad para preparar en condiciones una prueba de este tipo. Además, busca ayudar a que los y las atletas lleguen y disputen con una buena condición física y de salud la carrera para disfrutar del evento.

www.behobia-sansebastian.com/es/bss/bss-salud/guia-entrenamientos

EFFECTO DEL CALOR:

PERFIL AFECTADO/A GOLPE DE CALOR EN LA BSS

- VARÓN
 - ENTRE 20 Y 40 AÑOS
 - BUEN ESTADO DE FORMA Y MARCA OBJETIVO INFERIOR A LA MEDIA (1h40m)
 - DEPORTISTA DE LARGA TRAYECTORIA PERO POCA EXPERIENCIA EN CARRERAS DE FONDO
 - NO ACLIMATADO A CORRER POR ENCIMA DE 20°C
- HA TENIDO ANTERIORMENTE ALGÚN EPISODIO DE GOLPE DE CALOR
 - EN ALGUNOS CASOS, PERO NO NECESARIAMENTE: HA PODIDO PROVOCARLO UNA GASTROENTERITIS O LA TOMA DE CIERTOS MEDICAMENTOS

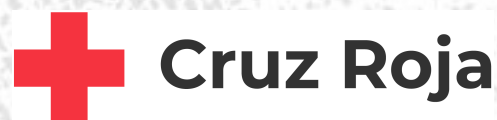




BSS SOLIDARIO

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 dona 1 euro por cada dorsal al proyecto solidario. Este año han sido 9 los proyectos en los dorsales solidarios.





PROYECTO SOCIAL 2024

Corre por la salud mental: ¡Rompe el silencio!

¿Sabías que 1 de cada 4 personas sufre algún problema de salud mental a lo largo de su vida? La ansiedad, la depresión o incluso el trastorno mental grave son solo algunos ejemplos de condiciones que afectan a miles de personas en silencio, muchas veces por miedo al estigma y la incompreensión.

RURAL KUTXA y BEHOBIA-SAN SEBASTIÁN volvemos a unir fuerzas para ser un movimiento de apoyo. Corre por ti, corre por quienes necesitan una voz.

Al inscribirte en la carrera, puedes realizar una donación voluntaria que irá destinada a financiar programas de deporte y ocio, mediante los que atender, prevenir y sensibilizar sobre salud mental. Las entidades beneficiarias serán FUNDACIÓN WHY NOT y AGIFES.

Únete a nuestro proyecto social y haz visible lo invisible.

¡Tu apoyo puede cambiar vidas!



PUEDES AYUDAR CON TU DONACIÓN A TRAVÉS DEL ENLACE:
inscripcion.behobia-sansebastian.com/donaciones





BSS MEDIO AMBIENTE

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 las personas 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.





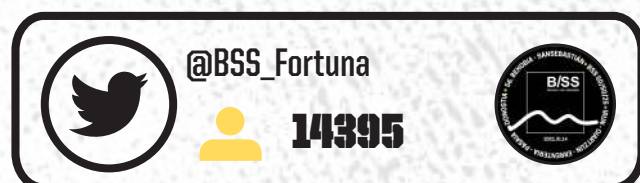
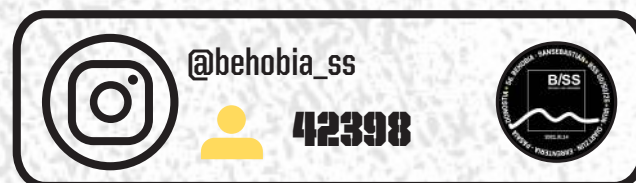
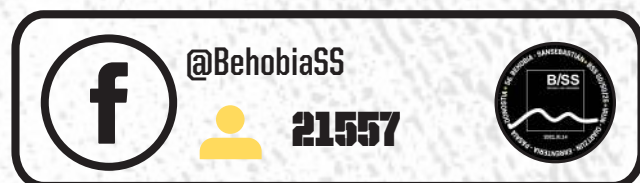
GUÍA DE TRENE Y CONSIGNA (VERSIÓN WEB)

RUNLOC

Runloc la app para seguir en directo a los/as participantes de la Behobia está de vuelta. Renovada y con muchas novedades, como compartir tu seguimiento con amigos o familiares vía whatsapp para que no tengan que buscarte. behobia-sansebastian.runloc.com



LAS RRSS DE LA #BEHOBIASS





PRENSA

PRENSA

Como todos los años se habilitará una carpa en el boulevard.
Es **IMPRESINDIBLE** llevar acreditación.

PREMIACIÓN

Al igual que los años anteriores se realizará en el
Quiosco del Boulevard



2023

77

**ACREDITACIONES
PRENSA**

23

ENTIDADES

HORARIO PREMIACIÓN

Silla de Ruedas y Handbike:.....**10:40**

Rollers:.....**11:00**

Interview Zone* (Carpa Vip).....**11:40**

Podium Masulino y Femenino:.....**12:00**

1 y 1ª Gipuzkoano/a

1 y 1ª Veterano/a

*Se habilitará una zona de entrevistas en la carpa VIP, donde se podrá entrevistar a los 3 primeros clasificados de la categoría masculina y a las 3 primeras de la categoría femenina.



PROTOCOLO PARA PRENSA:

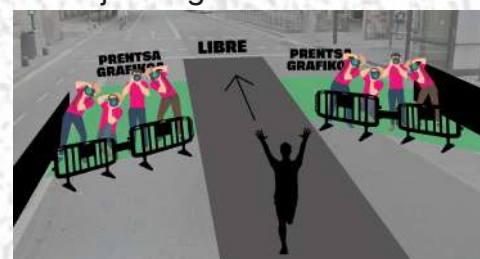
La organización solicita al colectivo de prensa que tenga en cuenta las siguientes indicaciones:

- Las indicaciones de las personas responsables de organización son para que todos/as podamos hacer nuestro trabajo lo mejor posible.
- Atender las indicaciones del personal de organización y dejar libre la zona que así lo indiquen.
- Respeto ante todo a los y las atletas.
- Es imprescindible llevar acreditación visible.

1- NO ESTORBAR.

- Ni a los/las atletas ni a los demás medios. Hay unas medidas de seguridad y confort que es preciso que todas las personas que estemos en la zona respetemos.
- Los **medios gráficos** –excepto los acreditados para retransmisión continua - tienen la posibilidad de realizar su trabajo hasta la llegada de la primera mujer luego deberán retirarse y seguir las indicaciones del personal de organización.

Este año como novedad, se les identificará con un peto, y será imprescindible llevarlo puesto para estar en la zona de meta habilitada.



- **Los medios escritos** deben dejar hacer su trabajo a los medios gráficos. **No tiene sentido la ubicación de medios escritos en la propia línea de meta.**

Los/las atletas llegan cansados/as y podrán atenderles y responder a sus preguntas una vez se hayan cambiado/hidratado en el set de prensa (en la carpa VIP).

- Las cámaras no pueden estar conectadas a red. **DEBEN ALIMENTARSE CON BATERIAS.**

2- PRESERVAR la intimidad y la dignidad de las personas- no grabar imágenes comprometidas- atletas con desvanecimientos, atenciones médicas etc. **NO ESTÁ PERMITIDO** introducirse o grabar en zonas sanitarias o reservadas. Evitar el sensacionalismo y la alarma sobre todo en el caso de sucesos trágicos. La persona afectada y su familia tienen prioridad absoluta y la organización y las autoridades competentes decidirán el momento adecuado y el tipo de información que es posible dar.

***La organización se reserva el derecho a activar las medidas oportunas contra el medio o la persona que contravenga estas indicaciones.**



FORTUNA
Kirol elkartea
Club deportivo