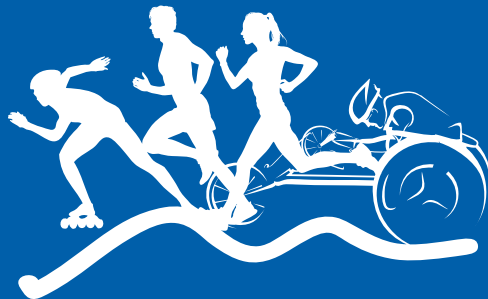




FORTUNA
Kirol elkartea
Club deportivo



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

AURKIBIDEA

	AURKEZPENA.....	3
	KORRIKALARIAREN FERIA.....	5-6
	BSS TXIKI.....	7-8
	BSS GAZTEA.....	9-11
	BSS-A.....	12
	BSS FITXA TEKNIKOA.....	13
	IBILBIDEA.....	14
	ORDUTEGIAK ETA IRTEERA TALDEAK.....	15
ZERBITZUAK	KONTSIGNAK.....	16
	IRTEERARA NOLA IRITSI.....	17
	HORNIDURA PUNTUAK.....	18
	ERRETIRATZE PUNTUAK.....	19
	ANIMAZIO PUNTUAK.....	20
	HELMUGA.....	21-23
	ZERBITZU BEREZIA.....	24
DATUAK	ADIN TARTEAK 2012-2016.....	25-26
	EMAKUMEEN PARTEHARTZEA BEHOBIAN.....	27
	PARTE HARTZAILEEN JATORRIA.....	28-30
	B/SS PERTSONA EZINDUAK.....	31
	B/SS PATINATZAILEAK.....	32
	B/SS PARTE HARTZAILEAK DENERA.....	33
OSASUNA	DORTSALEKO DATUAK.....	34
	ZEINU ETA SINTOMEN GALDETEGIA.....	35-36
	OSPITALE MUGIKORRAK.....	37
	BEROAREN ERAGINA.....	38-39
	BSS SAFE.....	40
	DORTSAL SOLIDARIOAK.....	41
	BEHOBIA IRAUNKORRA.....	42-43
	BSS APPS.....	44
	PRENTSA.....	45
	BEHOBIAREN SARE SOZIALAK.....	46

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

AURKEZPENA

1911. urtean sortu zenetik, Fortuna Kirol Elkarteak espezialitate anitzeko kirol afizionatua bultzatzea helburu duen erakundea da. 2011. urtean ehun urte bete zituen.

Egungo bazkide kopurua: 1.200 bazkide.

Fortuna K.E.k Oinarri kirola bultzatzen du, lehiaketakoa nahiz aisialdikoa, kutsu herrikoia eta parte hartze irekia duten hainbat kirol proba antolatzearekin batera.

Kirol Proba Aipagarrienak: Mendi zeharkaldia (1941. urtetik), Getaria-Donostia piraguan (1979tik) eta guztietan ezagunena, Behobia-Donostia lasterketak 1919an izan zuen lehen edizioa.

Egungo Sailak:

- Eskrima
- Mendia eta eskalada
- Ur Kirolak: Igeriketa, waterpolo, piragua eta arrauna
- Boleibola
- Mahai tenisa, Xakea
- Emakumezko atletismoa

Kirol-azpiegiturak:

- 2 Kiroldegi (igeriketa, eskala eta beste hainbat kirol)
- Ur kirolekarako Kontxa hondartzako lokala.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

KORRIKALARIAREN FERIA

KORRIKALARIAREN FERIA

FERIAREN ORDUTEGIA

Azaroak 11, 12:30etik 21:00etara.

Azaroak 12, 10:00etik 20:00etara.



DORTSAL EMATEA

3 atea: Behobia Txiki-ko dortsalak

1 atea: Irteera

2 atea, hirutan banatzen da dortsalen banaketa.

27 atea, hirutan banatzen da dortsalen banaketa eta Behobia Gaztea

28 atea: Irteera

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

KORRIKALARIAREN FERIA

KORRIKALARIAREN FERIA

BILDUTAKOAK ETA ERAKUSKETARIAK

URTEA	EGUNA	BILDUTAKOAK	%
2012	OSTIRALA	4273	25,85
	LARUNBATA	12251	74,15
	GUZTIRA	16524	
2013	OSTIRALA	4437	20,01
	LARUNBATA	17732	79,99
	GUZTIRA	22169	
2014	OSTIRALA	6144	23,93
	LARUNBATA	19535	76,07
	GUZTIRA	25679	
2015	OSTIRALA	6595	23,91
	LARUNBATA	20841	76,09
	GUZTIRA	27436	

URTEA	POSTUAK	KARPAK	STAND MODULARRAK	BESTEAK
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



Mailak eta Distantziak

- 0 - 2 urte, bitartean, ibilbidea itxia. ordua zehazteko
- 3 - 5 urte, ibilbidea 100 m.
- 6 - 7 urte, ibilbidea 200 m.
- 8 - 9 urte, ibilbidea 400 m.
- 10 - 11 urte, ibilbidea 800 m.
- 12 - 13 urte, ibilbidea 1200 m.

* Umeak heldu BAKARRAREKIN sartuko dira pista.

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BSS TXIKI

B/SS TXIKI

Dortsalen jasotzea

Dorsalak Anoeta futbol zelaian jasoko dira, eta ondoren, Korrikalariaren Ferian, kamixeta(Anoetako Belodromoa). FERIA azaroaren 11n, ostirala, 12:30etik 21:00etara; eta azaroaren 12an, larunbata, 10:00etatik 13:00etara. Izen ematea egitekoan momentuan jasotako ziurtagiria eramatea gomendatzen dizuegu.

Trofeoak

Parte hartzaile guztiek domina bana jasoko dute txanda bakoitza bukatu ondoren.

Askaria

Tanda edo bloke bakoitzeko amaieran bokata eta batido bat emango zaio parte hartzaile bakoitzari.

Behobia Txiki eta Unicef

Zer da Unicef:

UNICEF-ek haur guztien ongizatea eta eskubideak sustatzen ditu egiten duen lanean. Gure laguntzaileekin batera, 190 herrialde eta lurraldetan lanean dihardugu, konpromiso hori ekintza praktikoak bilkatzeko, gure ahalegina batez ere haur ahulei eta baztertuei bideratuz, ume guztien onerako, dauden tokian daudela.

Nigerrera Tantik.

Behobia Txikiko dortsal bakoitzeko euro bat proiektu solidario honetara bideratuko dugu.

2016. urterako erronka ere dugu hau, lor dezagun aurten gure tantek ura beste 30 eskoletara eramatea!

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BSS GAZTEA

B/SS GAZTEA



DATA	2016 Azaroaren 13a
ORDUA	9:30
EDIZIOA	2.Edizioa
DISTANTZIA	4,400 m
PARTE HARTZAILEAK	284 parte hartzaile
IRTEERA	Herrera
HELMUGA	Donostia
ANTOLATZAILEA	Club Fortuna KE
MAILAK	Kadeteak: 91 parte hartzaile (2002) Jubenila: 177 parte hartzaile (2000 - 2001) Juniorra: 31 parte hartzaile (1998 - 1999)

PARTE HARTZAILEEN BILAKAERA:

2014	225
2015	220
2016	299

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BSS GAZTEA

B/SS GAZTEA



KOADRILEN PARTE HARTZEA

Koadrilak gizonezkoak, emakumezkoak eta mistoak (nahikoa mutil bat eta neska bat egotea) izan daitezke.

Koadrilak 4 - 8 lagunekoak izango dira. Helmugara iristen diren lehen lau korrikalariak puntuatuko dute, eta saria koadrila osoarentzat izango da.

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BSS GAZTEA

B/SS GAZTEA

ZERBITZUAK

Irteerara Garraioa

Euskotren eta Renfeko zerbitzu berezia erabili ahal izango da Herrerako geltokietara. Ez da baimenduko ibilgailu partikularrik irteeran.

Kontsigna

Irteeran kontsigna zerbitzua jarriko da parte hartzaileen motxilak helmugara eramateko. Zerbitzua 9:00etan bukatuko da. Helmugako Kontsignan (Gipuzkoa Plaza) jaso ahal izango dira.

Sari banaketa

Maila eta sexu bakoitzeko lehen hirurak igoko dira Boulervad-eko podiumera. Oroigarri moduan, parte hartzaile guztiek domina bana jasoko dute helmugan.

Helmugako Hornidura Postua eta Zerbitzuak

Parte hartzaileek helmugako hornidura postuan edaria eta janaria eskuratu eta gainontzeko zerbitzuez goza dezakete.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

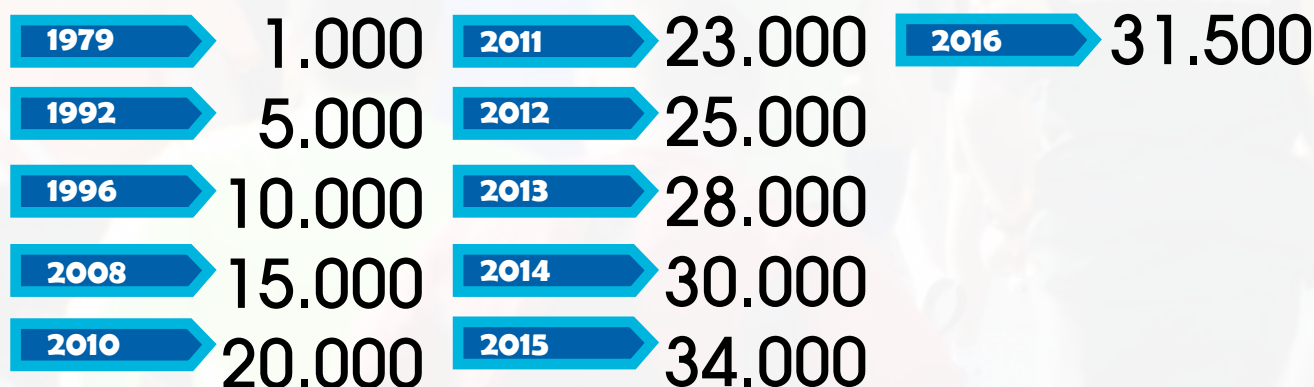
BSS-A

Behobia-Donostia, korrika lasterketa herrikoa da, urtero azaroan ospatzen dena. Frantziarekin mugan (Behobian) hasi eta Donostian amaitzen den 20-kmko ibilbidean egina.

Iaz 34.000 lasterkarik parte hartu zuten eta aurtengoan 31.500 partaide izango ditu.

Behobia-Donostiak urtero 60.000 ikusle baino gehiago erakartzen ditu, edonolako eguraldiarekin bertan egon eta lasterketa kirol ekitaldi paregabea bilakatuz.

PARTE HARTZAILEEN BILAKAERA:



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BSS FITXA TEKNIKOA

DATA

2016ko Azaroaren 13-an

EDIZIOA

52. Edizioa

DISTANTZIA

20 Km (homologatu gabea)

IBILBIDEA

192m igoera.

80 m-ko gaina 7. Km-an

IRTEERA

Irun (nazioarteko zubiaren ondoan)

HELMUGA

Donostia - San Sebastián

ANTOLATZAILEA

Fortuna KE

MAILAK

Junior, Promesa, Senior, Beteranoak

MODALITATE

Roller, Pertsona ezinduak

KONTROL ITXIERARAKO GEHIENEZKO DENBORA:

Iristeko gehienezko denbor, irteerako alfonbratik pasatu ondoren:
2:45 ordu

BEHARTUTAKO ERRETIRATZEA

10. Km, gehienez 1:30 ordu azken irteeratik.
15. Km, 2:05 ordutan.

Beranduago iristen diren lasterkariak erretiratu egin beharko dira, hala egin ezean, edonolako erantzunkizunari uko egingo dio antolakuntzak.

Mugak hantsiz, bidea egin

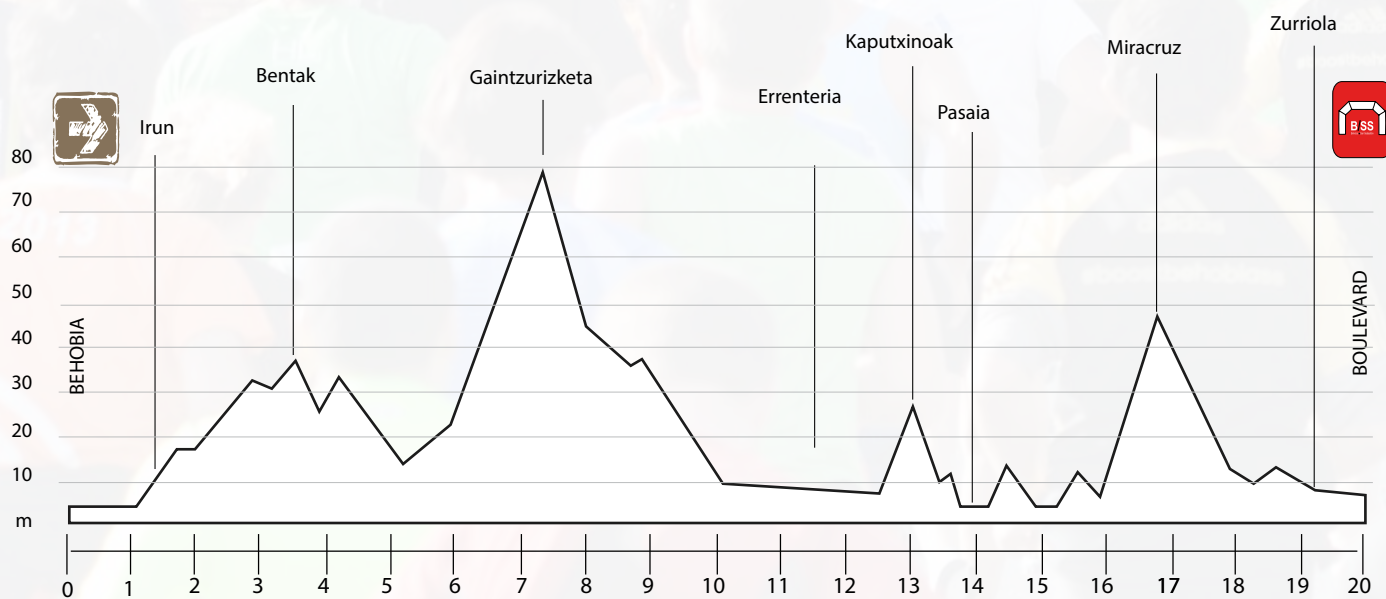
52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

13

IBILBIDEA

Behobia-Donostia lasterketak dezenteko ahalegin eskatzen duen ibilbidea du, bi malda garrantzitsurekin: Gaintzurizketa gainera doana (7. km-an) eta Miracruz Gainera doana (17. km-an). Hauxez gain, hainbat igoera eta jaitsiera txikiago ere baditu, baina ahalegina kudeatzerakoan kontutan hartu beharrekoak. Orotara 192 metroko igoera du, aurreko ibilbideak 164 m-en aldean.



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

ORDUTEGIAK ETA IRTEERA TALDEAK

Haita / Baita	Irteera / Irteera	Informazio / Informazio	WC / WC	Kafe / Kafe	Ura / Ura	Erretan / Erretan	Lasterketa / Lasterketa	Berruso / Berruso	Erretan / Erretan											
Accesso / Accès	Sortida / Salida	Información / Information	W.C. / W.C.	Café / Café	Eau / Eau	Éclairage / Éclairage	Local de sport / Local de sport	Recycle / Recycle	Éclairage / Éclairage											
1-800	301-2000	2001-4000	4001-6000	6001-7000	7001-10000	10001-11700	11701-13400	13401-15100	15101-16800	16801-19500	19501-21000	21001-22700	22701-25000	25001-27300	27301-28000	28001-31000	31001-34200	34201-36000		
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	1h30	1h40	1h40	1h40	1h40	1h40	1h40	1h50	1h50	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00



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

ZERBITZUAK

KONTSIGNAK

Edizio honetan, aurreko urteetan bezala, 3 kontsigna puntu izango ditugu:

Materiala uzteko puntuak:



Korrikalariaren Azoka
(Azaroak 11 eta 12)



Zuhaizti Kiroldegia
Gipuzkoa Plaza
(Azaroak 13, 7:30etan hasita)



Irteera
(Azaroak 13, 8:30etan hasita, dortsalean
jartzen duen ordu muga arte)

Jasotze Puntuak:



Gipuzkoa Plaza



Zuhaizti Kiroldegia

Mugak hantsiz, bidea egin


52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016


ZERBITZUAK

IRTEERARA NOLA IRITSI



Irteerara iristeko korrikalariarentzat hainbat zerbitzu daude:



Euskotren txartela 1C
Pio Baroja eta Zuhaizti Kiroldegietan
Azaroaren 12 arte
Azaroaren 11 eta 12 -an korrikalariaren azokan
Azaroaren 13 an Amarako geltokian



Renfe Txartela 1C
Pio Baroja eta Zuhaizti Kiroldegietan
Azaroaren 12 arte
Azaroaren 11 eta 12 -an korrikalariaren azokan
Azaroaren 13 an Behobiako ibilbideko edozein geltokian



Linea 1 (bus 1):
Irteera San Pedrotik **8:00 tan**
Geltokiak:
📍 San Pedro
📍 San Pedro hiribidea 51
📍 Pasai Antxo (Itsasadar gaineko geltokia)
📍 Iztieta (Errenteria)
📍 Alameda (Errenteria)

Linea 2 (bus 2):
Irteera Donibanetik **8:00 tan**
Geltokiak:
📍 Meipi
📍 Lezo
📍 Alameda (Errenteria)



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

Autobus Pribatuak

Illunben dagoen Donostia Arena 2016 aparkalekua erabili dezakete lasterkariak irteeran uzten dituzten autobusek.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

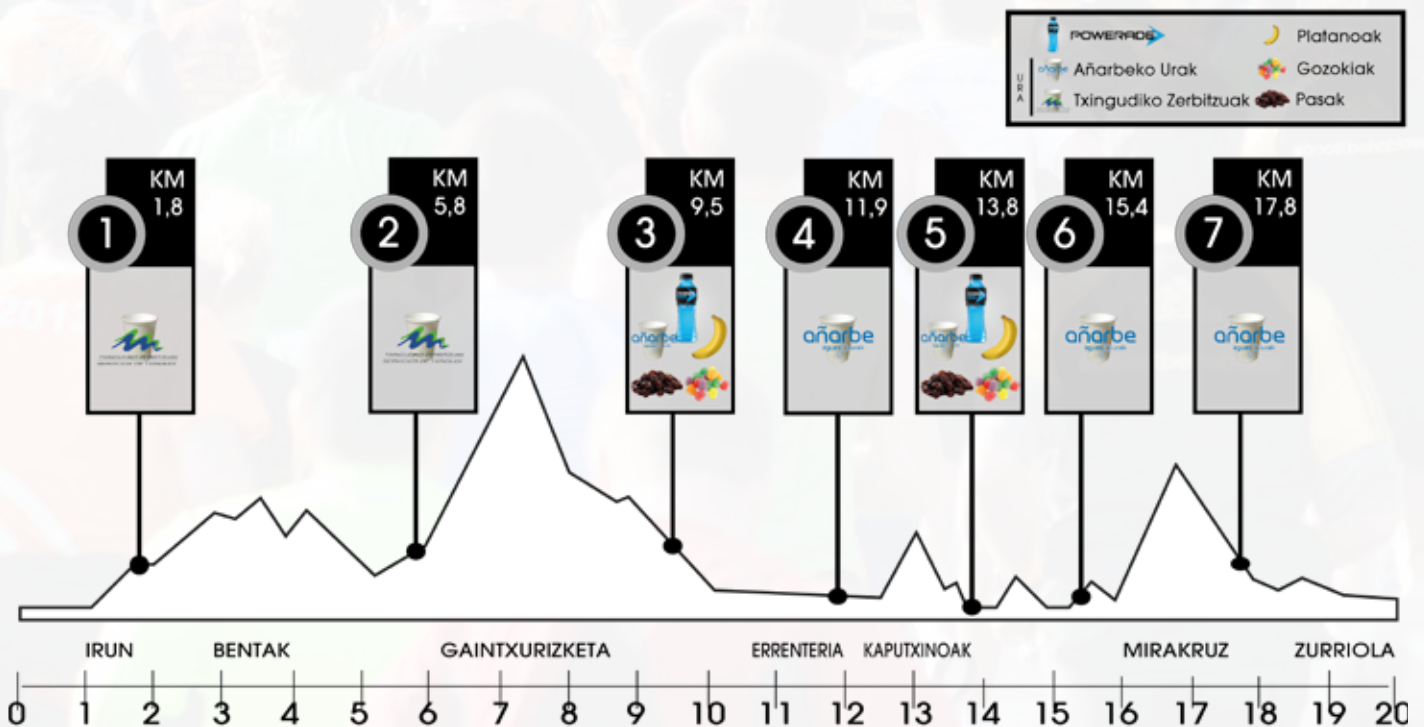
ZERBITZUAK

HORNIDURA PUNTUAK

7
HORNIDURA
PUNTU

Ibilbidean zehar 7 hornidura puntu egongo dira.

3 eta 5 Hornidura puntuetan, ura emateaz gain edari Isotonikoa (Powerade), Platanoa, Mahaspasak eta Gozokiak eskainiko dira.



Mugak hantsiz, bidea egin

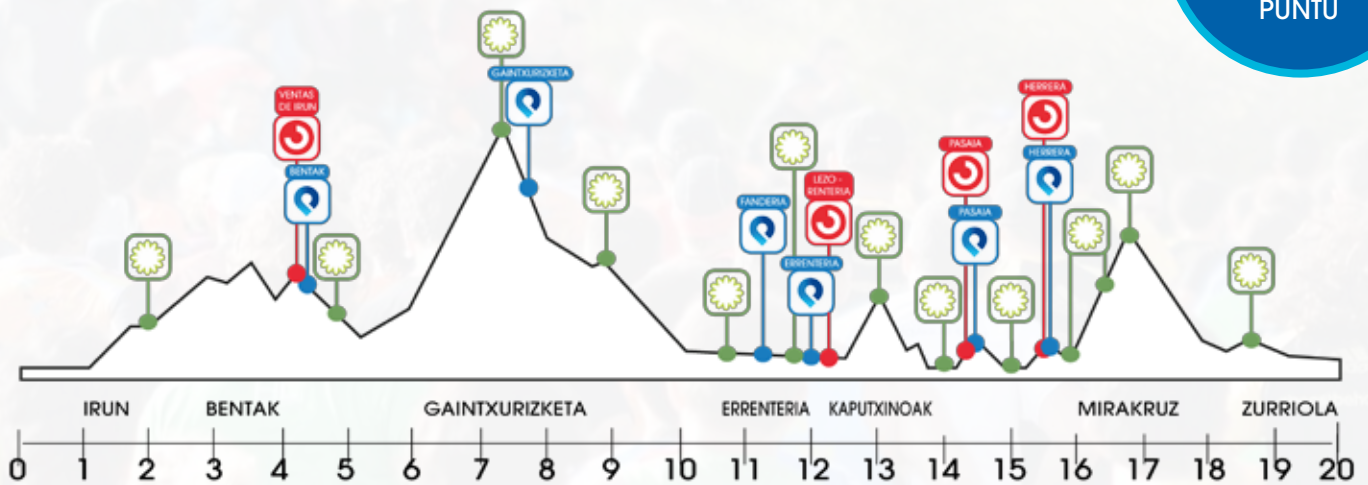
52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

ZERBITZUAK

ERRETIRATZE PUNTUAK

23
ERRETIRATZE
PUNTU



Boluntarioek eta osasun zerbitzuetakoek izango dituzte, Euskotren eta Renfeko txartelak.



Erretiratze Puntuak:

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



Erretiratze Puntuak:

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

“Vallinarekin erretiratu”



Jasoketa Puntuak:

- Km 2: P° Colón
- Km 4,8: Bidasoa Suhitzaileak
- Km 7,3: Gaintxurizketa errotonda
- Km 9: Lanbarren errotonda
- Km 10,8: Lintzirin
- Km 11-12: Erretereria

- Km 13: Kaputxinos Gaina
- Km 14: Pasai Antxo
- Km 15: Buenavista errotonda
- Km 15,9: Herrera errotonda
- Km 16,4: Kontadoretako errotonda
- Km 17: Miracruz Gaina
- Km 18,8: Kotxeretako errotonda

Mugak hautsiz, bidea egin

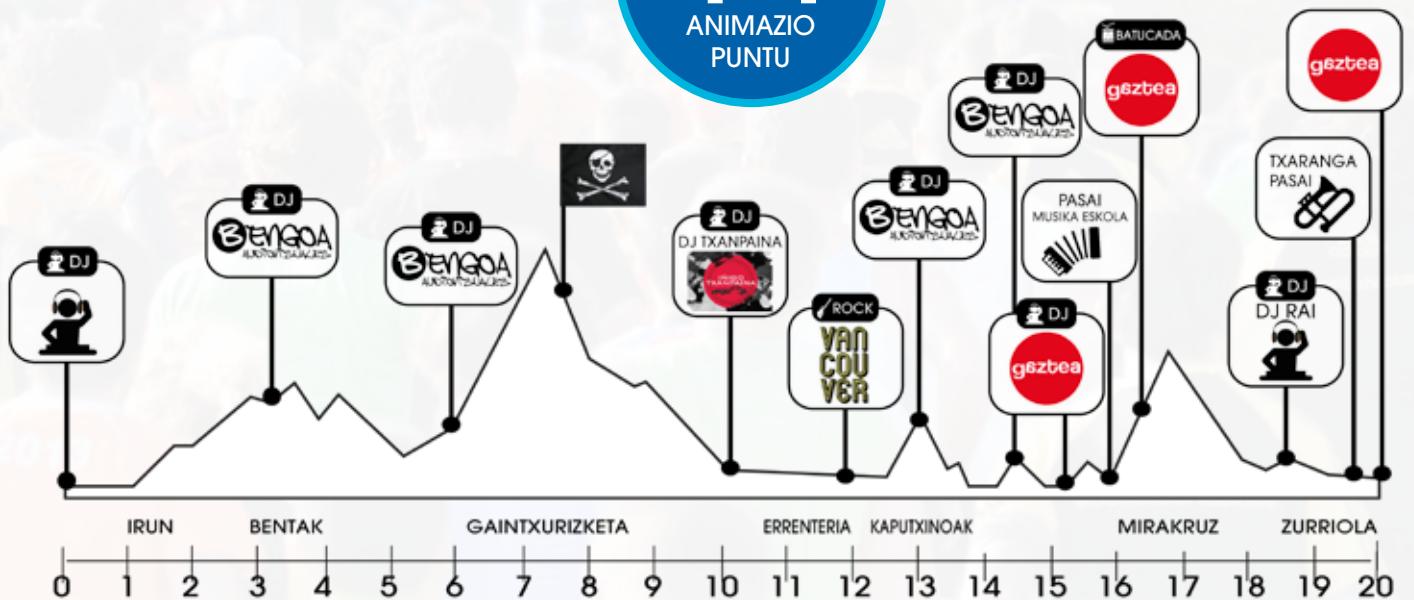
52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

ZERBITZUAK

ANIMAZIO PUNTUAK

14
ANIMAZIO
PUNTU



Ibilbidean zehar 14 animazio puntu egongo dira korrikalarien partaidetza girotzeko.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

ZERBITZUAK

HELMUGA

- Hornidura likidoa eta solidoa (mandarina, sagarra, Cuétara bizkotxo, Insalus ura eta Aquarius lata)
- Compeed
- Oroitzapen-Domina



OKENDO PLAZA:

- Elkartze Puntuak Atik Zra banatuak
- Informazio gunea
- Masaje gunea (200 masajista)
- Hornidura karpa janariarekin

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

ZERBITZUAK

HELMUGA



DUTXAK:

- Zuhaizti Kiroldedia



- Manteo Kiroldedia



- Anoetako Belodromoa



- Kontxako Hondartza:

C.D. Fortuna-ren Lokala
Kabina Kolektiboak



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

ZERBITZUAK

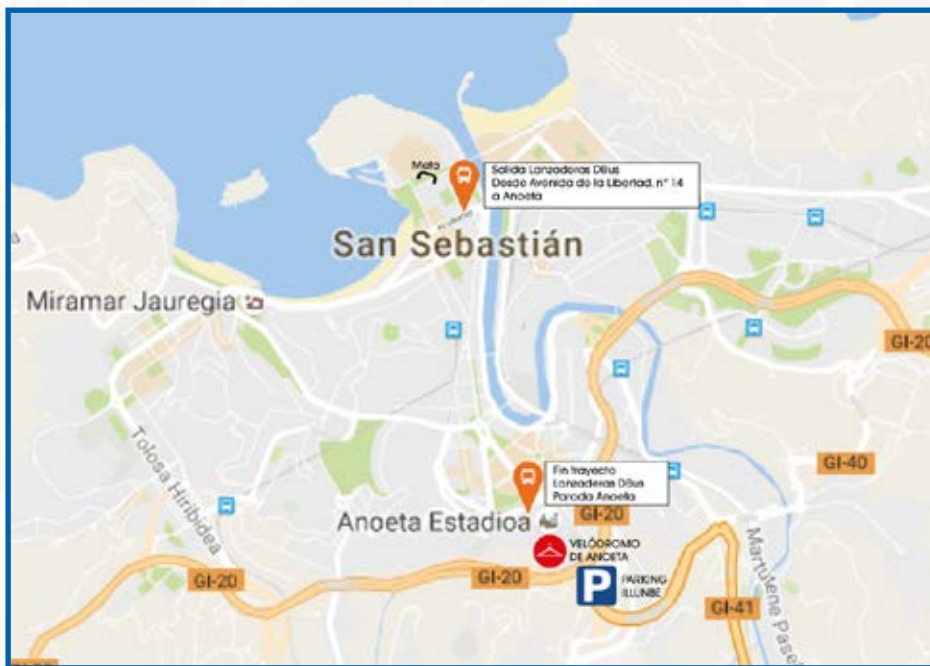
ZERBITZU BEREZIA



Zerbitzu Berezia.

Askatasun Hiribidea 14.

Amaitu duten lasterkariak Anoetara gerturatzeko (duta txak eta autobus aparkalekua)



Mugak hantsiz, bidea egin

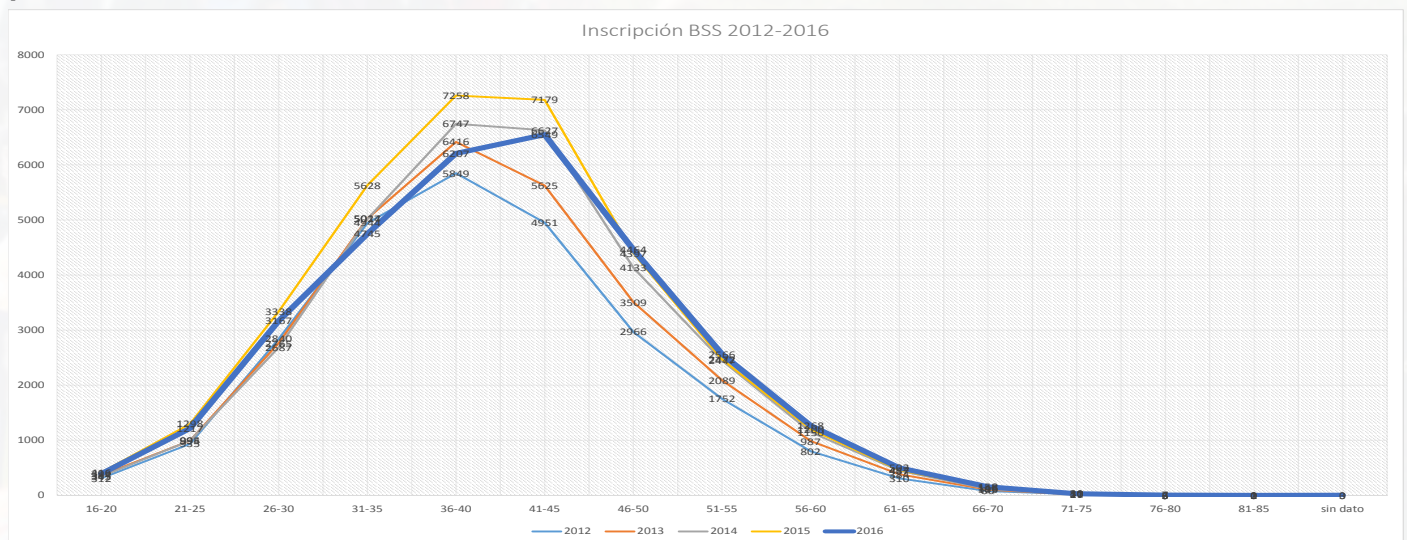
52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

ADIN TARTEAK 2012 - 2016

Aurten lehenegoz parte hartzaile 36-40 urte tartetatik 41-45 urte tartera pasatu da.



TARTEA	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
datu gabe		0			3

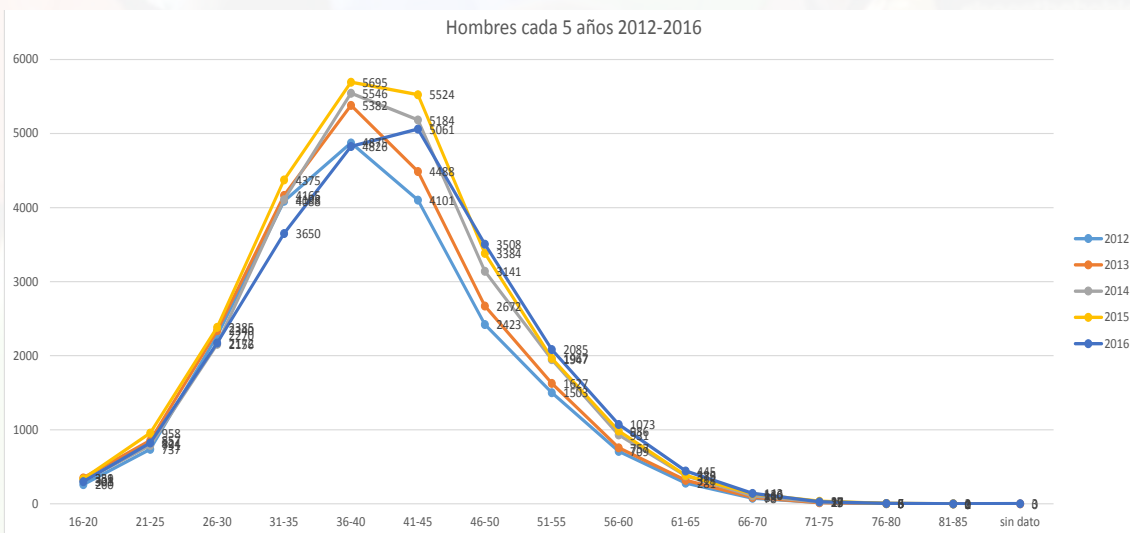
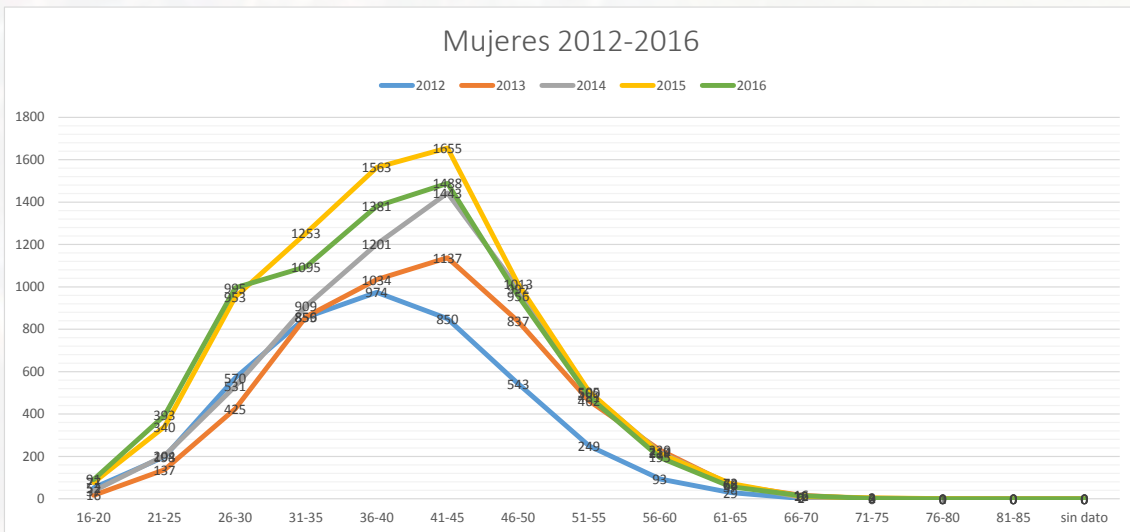
Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

ADIN TARTEAK 2012 - 2016



Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

EMAKUMEZKOEN PARTE HARTZEA BEHOBIAN

Urtetik urtera emakumezkoen parte hartzea indarra hartzen ari da.

URTEA	TOTALA	EMAKUMEAK	%
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

DATUAK

PARTE HARTZAILEEN JATORRIA

JATORRIA	2011	2012	2013	2014	2015	2016
Gipuzkoa	7857	8075	8503	9008	8805	8214
Katalunia	2915	4118	4556	4575	5400	4941
Frantzia	2821	2939	2880	3338	3779	4008
Madril	1152	1407	1653	2276	3130	3083
Bizkaia	1959	2045	2378	2645	2780	2427
Nafarroa	2446	2731	2781	2634	2512	1950
Gaztela eta Leon	1098	1136	1276	1558	1750	1394
Aragoi	516	611	680	1094	1512	1188
Araba	832	969	1007	965	1049	913
Valentziar E.	198	268	333	544	502	533
Asturias	234	296	357	374	453	461
Errioxa	273	288	365	413	521	459
Galizia		103	167	392	523	426
Gaztela-Mantxa		130	115	176	276	250
Andaluzia			59	139	177	251
Kantabria	185	221	229	228	256	237
Balearr Uharteak		59	66	61	134	117
Kanariak		26	27	42	40	45
Extremadura		17	14	28	40	42
Murtziako E.			10	34	40	38
Melilla		3	5	1	5	3
Ceuta		1	5	5	2	2
Beste Jatorriak	108	138	499	171	197	244

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

PARTE HARTZAILEEN JATORRIA

JATORRIA PROBINTZIAKA



Mugak hautsiz, bidea egin

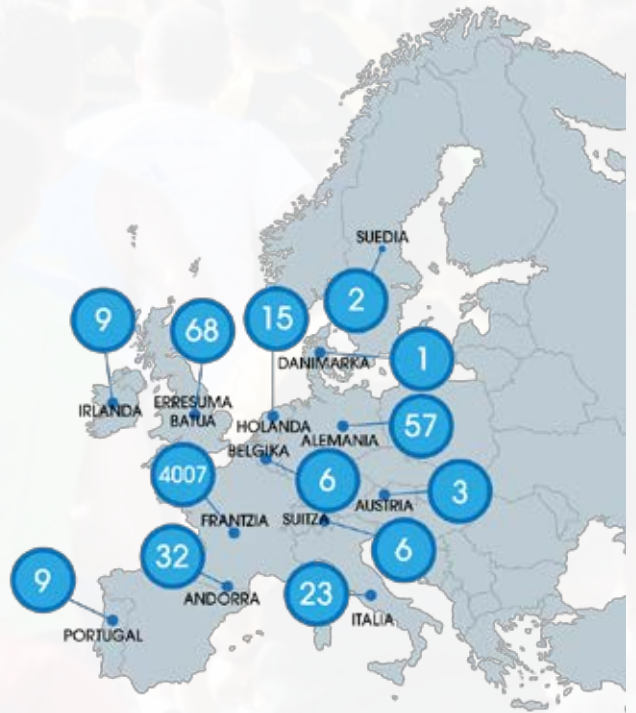
52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

PARTE HARTZAILEEN JATORRIA

JATORRIA HERRIALDEKA



Mugak hartsez, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

B/SS PERTSONA EZINDUAK

Aurtengo B/SS-a parte hartzaile gehien bildu duen bigarren edizioa izango da. Handbike-ko parte hartzaileen igoera azpimarratzekoa da.



PARTE HARTZAILEEN BILAKAERA

	GURPIL AULKIAK	HANDBIKE	IKUSMEN URRIKOAK	MUGIMENDU EZINTASUNA	ELBARRITASUN ZEREBRALA	PATINATZAILE ELBARRIAK	TOTALA
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

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

B/SS PATINATZAILEAK

Aurtengoa, 214 izen ematerekin, patinatzaile gehien izango dituen edizioa izango da, iazko 213ak gaindituta.

PARTE HARTZAILEEN BILAKAERA:

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

Antzeko profila duen proba batean parte hartu izana egiaztatu beharko dute.

Bukatzeko gutxienerako batez besteko abiadura 16km/o -a da

DERRIGORREZKO PATINATZAILEEN ERRETIRATZEA PATINATZAILEEN FROGAN

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

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DATUAK

B/SS TOTAL PARTICIPANTES

B/SS TXIKI	3100
B/SS GAZTEA	299
B/SS	31276
B/SS PATINATZAILEAK	214
B/SS PERTSONA EZINDUAK	63+13 GIDARI
TOTAL	34965

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

DORTSALEKO DATUAK



Asistentzi mediku batean eta identifikazio azkar bat izateko, oso garrantzitsua da dortsalaren datuak beteta izatea.

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

ZEINU ETA SINTOMEN GALDETEGIA

Aurten berritasun gisa, zeinu eta sintomen galdetegia betetzeko aukera eman dugu izen emate prozesuan.

B/SS -KO OSASUN AHOLKU BATZORDEA

Javier Barrera (Mediku errehabilitatzailea, Osakidetza, eta korrikalari esperimentiaduna -19 BSS eta 24 maratoi-), Esteban Gorostiaga (Kirol-medikua, CEIMD-eko zuzendaria-Nafarroako Gobernua-); Xabier Valencia (Mediku errehabilitatzailea, Osakidetza); Zigor Madaria (Kardiologoa, Osakidetza eta IMQ), Felix Zubia (Mediku Intentsibista, Osakidetza eta Gurutze Gorria -BSSko korrikalarien helmugako osasun-zaintzaren arduraduna 2002az geroztik-), José I Emparanza (Epidemiologo Klinikoa, Osakidetza)



Zeinu eta sintomen galdetegia

1. Egin al duzu korrika saiorki edo antzeko intentsitate (mantenduko) jarduera fisikorik, gutxienez ondorengo ezaugarriekin: saioko 30 minutu gutxienez, 3 aldiz asteko eta, gutxienez azken hiru hilabeteetan?
2. Inoiz egin al duzu beste lasterketarik, arazorik gabe?
3. Inoiz diagnostikatu al dizute bihotzeko, zirkulazio aparatuko edo giltzurruneko galkotasunik, edota diabetes mellitusa?
4. Jarduera fisikoa egiten ari zarela, inoiz izan al duzu minik, ondoetik edo presio-sentsaziorik bularrean, lepoan, matrail-hezurrean edo besoetan?
5. Inoiz izan al duzu zorabiorik edo sinkoperik (korde-galtzerik), itxuraz arazorik gabe?
6. Inoiz izan al duzu palpitateorik edo bihotza lasterka hasten den sentsaziorik, itxuraz arazorik gabe?
7. Jarduera fisikoa egiten ari zarela, sentitzen al duzu neurritz kanpoko eta ez-ohiko neke-sentsaziorik edo airea falta zaitzun sentsaziorik?
8. Inoiz antzeman al dizute aztertu gabe gelditu den bihotz-murmuriorik?
9. Ba al duzu, esertzeraokan hobetzen den, arnasa hartzeko arazorik etzanda zaudenean?
10. Inoiz izan al duzu bi orkatiletan handiturik (edemarik), itxuraz arazorik gabe?
11. Azken 6 hilabeteotan galdu al duzu zure pisuaren % 10etik gora, horretarako berariaz ezer egin gabe?
12. Zure senitarteko hurbilekoren bat (gurasoa, seme-alaba, neba-arreba) hil al da bat-batean edo ustekabean/bat-bateko heriotzaz, edota izan al du bihotz gelditzeak, bihotzeko arazo bat dela eta, 50 urte bete baino lehen?
13. Zure senitarteko hurbilekoren batek (gurasoak, seme-alabak, neba-arrebak) ba al du desgaitasunik edo urritasunik, edota diagnostikatu al diote bihotzeko galkotasunen bat 50 urte bete aurretik?

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

OSASUNA

ZEINU ETA SINTOMEN GALDETEGIA

Galdetegiaren estatistikak:

BSS-A

IZEN EMATEAK
31227

BETETAKO
GALDETEGIAK
21674
(69,41%)

BSS GAZTEA

IZEN EMATEAK
265

BETETAKO
GALDETEGIAK
160
(60,38%)

BSS PATINATZAILEAK

IZEN EMATEAK
214

BETETAKO
GALDETEGIAK
121
(56,54%)

BSS PERTSONA EZINDUAK

IZEN EMATEAK
72

BETETAKO
GALDETEGIAK
35
(48,61%)

Mugak hantsiz, bidea egin

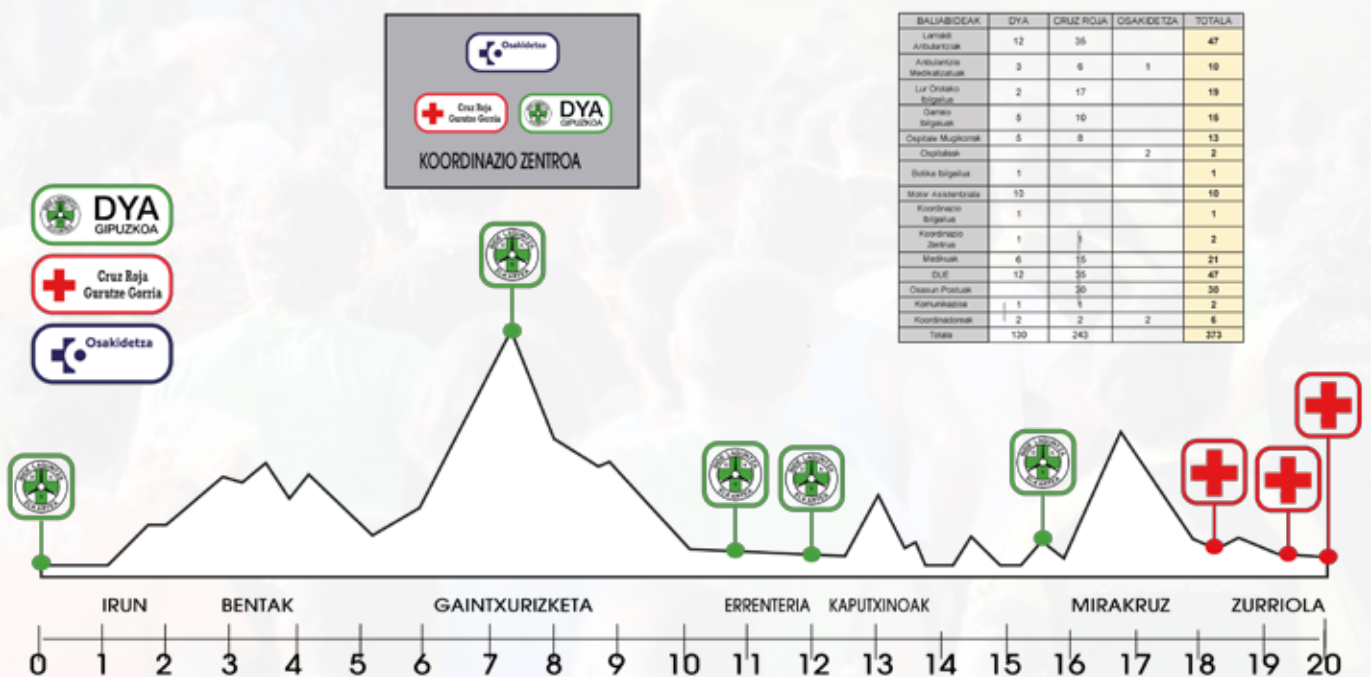
52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

OSASUNA

OSPITALE MUGIKORRAK

Ibilbidean dauden ospitale mugikorrak eta osasun baliabideak.



Koordinazio zentruak erakunde bakoitzeko 2 koordinatzaile izango ditu.

Egindako hartatzea eta leku aldatzeak erregistratzen dituen intranet bat erabiltzen dute.

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BEROAREN ERAGINA: ALDERAKETA 2014 -2015

Beroak errendimenduan duen eragina erakuste aldera, 2014ko denborak eta 2015ekoak alderatuko ditugu: 2014an 13-14°C-ko tenperatura izan zen eta % 68ko hezetasuna; 2015ean, berriz, tenperatura 27-29°C-koa izan zen eta hezetasuna % 40koa.

2015eko parte-hartzaile guztien batez besteko lasterketa-denbora eta 2014ko edizioan parte hartu zutenena alderatuz gero, 2015eko lasterketan 2014koan baino 8 minutu eta 27 segundo gehiago behar izan zituzten ibilbidea osatzeko. Datuok azertu eta kronometraje-puntu bakoitzean izandako denbora-galerari erreparatuta, galera hori ez zen konstantea izan: irteeratik 5. km-raino korrikalariiek batez beste 45 segundo bakarrik galdu zituzten, 5. eta 10. km-en artean minutu bat eta 58 segundo, 10. km-tik 15.era 2 minutu eta 12 segundo, eta 15. km-tik helmugara 3 minutu eta 32 segundo, lehenengo tartean baino ia bost aldiz gehiago.

2014	T ^a : 13 ^a -14 ^a			H: 68%
KM	5. Km	10. Km	15. Km	HELMUGA
DENBORA	00:25:23	00:51:40	01:17:33	01:43:53
2015	T ^a : 27 ^a -29 ^a			H: 40%
KM	5. Km	10. Km	15. Km	HELMUGA
DENBORA	00:26:08	00:54:23	01:22:28	01:52:20
GALERA	00:00:45	00:02:43	00:04:55	00:08:27

KM	5. Km	10. Km	15. Km	HELMUGA
GALERA TARTE BAKOITZEAN	00:00:45	00:01:58	00:02:12	00:03:32
GALERA GUZTIRA (%)	8,9%	23,27%	26,04%	41,81%
KM-KO GALDUTAKO SEGUNDUAK	9	23,6	26,4	42,4

Datuok aztertuta ondorioztatzen denez, parte-hartzaileek, orokorrean, beren helburuak betetzeko asmoarekin hasi zuten lasterketa, eta horretarako gainahalegina egin zuten, beroak gorputzean duen eragina kontuan hartu gabe. Horregatik, lehenengo 5 kilometroetan batez beste 45 segundo bakarrik galdu zituzten, hau da, 9 segundo kilometroko. Hurrengo 5 kilometroetan, berriz, 23,6 segundo galdu zituzten kilometroko, eta, beraz, erritmoa egonkortuz joan ziren; ondoren, 10-15 kilometroen artean, 26,4 segundo galdu zituzten kilometroko; eta bukaeran, hasierako ahaleginaren ondorioz, 42,4 segundo galdu zituzten kilometroko, lehenengo tartean baino ia bost aldiz gehiago.

Helmugan batez beste galdutako denbora 8 minutu eta 27 segundo izan zela kontuan hartuta, eta erritmo ahalik eta konstanteenari eustea litzatekeela onena, 25,35 segundokoa izan zen galera kilometroko. Horrenbestez, parte-hartzaileek hasieratik egindako ahaleginaren ondorioak azken tartean azaleratu zirela ondorioztatu da.

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BEROAREN ERAGINA: LAGUNTZAK

Beroa etsai handienetakoa izan daiteke edozein kirolarientzat, batez ere, intentsitate handiko ariketa fisikoa egiten badu. Behobia-Donostia lasterketan azken urteotan ikusi dugunez, mediku artatzeen kopurua nabarmen hazi da giro-tenperatura 20°C-tik gorakoa denean.

DATA	PART	INSKR	PART. %	T ^a	HEZETASUNA	HAIZEA	LAGUNTZAK
2007/11/11	12683	15068	% 84	11.2	% 71	N	82
2008/11/09	13789	16458	% 84	17.7	43%	S	158
2009/11/08	14877	18500	% 80	11	% 62	>70Km/h	71
2010/11/14	17437	20809	% 84	13.3	% 76	25 WNW	85
2011/11/13	19919	23500	% 85	23.5	% 50	S	214
2012/11/11	21533	25581	% 84	10	% 100	50 Km/h SW	60
2013/11/10	23870	28268	% 84	16.1	% 81	>60 Km/h SW	140
2014/11/09	26842	30730	% 87	13	% 68	25 WNW	154
2015/11/08	28262	33790	% 84	27	% 40	26 Km/h S	445

Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

OSASUNA

BSS SAFE

Korrikalariak lortu nahi duen denboraren baitan, BSS SAFE Web App-ak gomendatutako erritmoa eskaintzen du. Kalkulua Behobiako denbora historikoetan oinarritzen da, temperatura eta haizea kontutan hartuta.

The screenshot shows the 'Introduce tu objetivo' (Enter your goal) form in the BSS SAFE app. The form includes the following fields and options:

- TIEMPO OBJETIVO: 00:00:00
- RITMO OBJETIVO: 05:00 / KM
- HORA DE SALIDA: [dropdown menu]
- TEMP. DE TEMPERATURA: 12.85 °C
- VELO. VIENTO KM/H: 5.148
- DIRECCIÓN (GRADOS): 131
- DIRECCIÓN: NORESTE
- checkbox: Predicción automática de temperatura y viento en el recorrido de Behobia San Sebastián
- CALCULAR button

www.behobia-sansebastian.com/behobia-safe



Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

SOLIDARIOA

DORTSAL SOLIDARIOAK

Behobia-Donostiak Dortsal Solidarioaren bidez izena emateko aukera luzatzen du. Egitasmo honek arrakasta handia izan du munduko lasterketa onenetako batzuetan. Horri esker, zuk aukeratutako interes sozialeko proiektuei laguntzeko beta izango duzu, gutxienez, 7 euroko donazioa eginez. Era berean, antolakuntzak proiektu sozialetarako euro bat emango du saldutako dortsal solidario bakoitzeko.

Aurten 5 proiektu berri gehitu dira (Gurutze Gorria, SMH, Epilepsia Gipuzkoa, Algaraklown y Why Not), denera 19 direlarik.



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

INGURUMENA

BEHOBIA IRAUNKORRA

Fortuna K.E., gizartearekin konprometitutako cluba izanik, jakitun da bere jardunak ingurumeneari duen eragina gutxitzeak duen garrantziaz. Horregatik, 2014 eta 2015 artean, másqueSostenible enpresaren bidez ingurumen diagnosis egin zuen eragin hori ezagutzeko eta bere murrizketan lan egiteko.

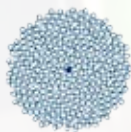
Lehen diagnosis hiru aldagai hartu dira kontuan:

- Energia kontsumoa
- Ur kontsumoa
- Elikagaiak eta hondakinak

Ingurumen analisia hiru bloke nagusitan banatu zuten: “ekitaldia”, “lasterketaren bulegoari eta lasterketaren prestaketari lotutako eraginak”, “komunikazioaren alorrak dakartzan kanpo-efektuak”.

BEHOBIA 2014 30.000 PARTE HARTZAILE	EKITALDIA			BULEGOA	KOMUNIKAZIOA	DENERA
	IRTEERA	IBILBIDEA	HELMUGA			
ENERGIA KONTSUMOA	0,89 tCO2	0,17 tCO2	0,83 tCO2	3,36 tCO2	0,52 tCO2	5,77 tCO2
UR KONTSUMOA	?	21000 l	59900 l	37840 l	-	118.740l 3,9 l korrikalariko
ELIKAGAIK ETA HONDAKINAK	2050 Kg	4077 Kg	6260 Kg	?	?	12.387 Kg 0,41 Kg korrikalariko

Antolakuntzak aurten hartutako konpromisoan sakonduz, 2016ko edizioan IHOBEn Erronka Garbia akreditazioa eskatu du. Atari zabalean egindako lehen kirol ekimena da diseinutik metodologi hori landu eta antolakuntzan barneratu dituen ingurumena hobetzeko jarduerak, ekimenaren giro monitorizazioa, komunikazioa eta sentsibilizazioa. Ziurtzaren jarduerak alor horiek Behobia ekimen iraunkorra bihurtzen duten ingurumenari dagokionean. Gainera, markaren oinarritzko printzipioez gain, ingurumenaren hobekuntzarako lehentasunezko 6 ardatz identifikatu ditu: mugikortasuna, energia, ura, erosketak, azpiegiturak eta hondakinak.



másqueSostenible
Sports & Events



Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BEHOBIA JASANGARRIA

2002. urtetik, San Marko Mankomunitatearekin eta Txingudiko Zerbitzuak-ekin elkarlanean, ibilbideko hornidura puntuetan eta helmugan sortutako hondakinak tokian bertan bantzen dira sailkatuta biltzeko eta ondoren birziklatzeko. Helmugan bereziki beharrezkoa da parte hartzaileen lankidetzak, erabilitako ontziak erabilgarri eta seinalizatuta dauden edukiontzietan botatzeko.

Hornidura puntuen sistemaren aldaketaren ondorioz -plastikozko botilak beharrez, paperezko edalontziak erabiltzen hasi ginen-, 2009tik sortutako hondakin kopurua murriztea lortu dugu. Sistema honi esker nabarmen murriztu da garraiatu beharreko materialen zama, eta halaber, parte hartzea handitzea ahalbidetu du.

Horrez gain, 2009tik Txingudiko Zerbitzuak-ekin elkarlanean, irteeran korrikalariek baztertutako arropa jaso eta arropa edukiontzietan uzten dute.



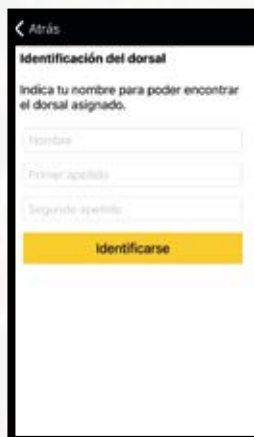
Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

BSS APPS

BEHOBIA



TRENEN GIDA ETA KONTSIGNA (WEB BERTSIOA)



RUNLOC



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

PRENTSA

PRENTSA

Urtero bezala karpa bat egongo da Boulevard-ean.
Akreditazio izatea ezinbestekoa da.

Jarraitu beharreko arauak:

KORRIKALARIEI ERRESPECTUA

- Helmugako zonaldea libre utzi korrikalariarentzat.
- Ez itxi bidea korrikalariei.
- Korrikalarien segurtasunak du lehentasuna.
- Lehen postuetan sailkatutakoak elkarrizketatu ahal izango da karpan.
- Korrikalari herrikoiei elkarrizketak helmuga ez den toki libreago batean egin beharko zaizkie.

SARI BANAKETA

Aurten ere, iaz egin zen bezala, banaketa

Boulevardeko kioskoan

SARI BANAKETEN ORDUTEGIA

Gaztea:..... 10:00
Gurpil aulkiak eta
Handbike: 10:25
Patinatzaileak: 10:30
Absolutuak:..... 11:10
1 E eta G Gipuzkoarrak
1 E eta G Beteranoak
Pertsona Ezinduak



Mugak hantsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016

SARE SOZIALAK

BEHOBIAREN SARE SOZIALAK



@cdfortunake

5669
jarriztaile



@BSS_Fortuna

8472
jarriztaile



@behobia_ss

1635
jarriztaile

#BehobiaSS

Mugak hautsiz, bidea egin

52B/SS

#BehobiaSS
#Donostia2016