

BEHOBIA - SAN SEBASTIAN  
2019/11/10

PRENTSA  
DOSIERRA



FORTUNA  
Kirol elkarte  
Club deportivo



## 1919. LEHEN BEHOBIA DONOSTIA: KIROL ETA ANTOLAKUNTZA ERRONKA

Hastepenetik, Fortuna KE-k bere presentzia egonkotzen hasi zuen korrikalaritzan, Cross Country bezala ere ezaguna. Izan ere, 1919an Gipuzkoan lasterketa egutegi zabala zegoen, Fortuna KE-rekin batera Uliako Gimnastikak edo Real Unionek ere parte hartzen zuten hartan, besteak beste. Ia proba guztietan nagusi ziren Juan Muguerza (elgoibartarra), Miguel Peña (Uliako Gimnastika) edo Modesto Macazaga (Fortuna KE)

Lasterketak gertakari herrikoiak ziren, korrikalariak tranbietan eramaten zituzten, musikarekin harrera egiten zieten eta txaloka adoretzen zituzten ehunka lagunek bide ertzetan.

Behobia-Donostiarekin Fortunak iraupen lasterketen eskeman muga berri bat zabaldu zuen 1919an. Korrikalaritza ibilbideetan ohiko distantziak 5 eta 10 kilometro artekoak ziren. Elkartek 20 kilometroko lasterketa antolatzeko proiektua ezagutarazi zuenean 1919ko martxoaren 30ean ezustea izan zen. Antolaketa erronka handia zen ibilbide jarrai hain luzea eta irteera nahiz helmuga leku urrunetan zituena planteatzea; eta noski, ez zuen parakorik Elkartek berak ordura arte bere gain hartutako esperientziakin.

Aurreko egunetan, egunkariak azalpenak eman zizkieten ikusleei eta korrikalariei. Azken hauek Hendaiara joango ziren goizeko zortziak bost gutxitako 'Topoan'. Geltokian ibilgailu batek eramango zituen irteerara, "Faisanen uhartearen parean eta nazioarteko zubitik 300 metrora" zegoena.



Halaber, zehaztu zuten korrikalari bakoitzarekin "txirindulari laguntzaile" bat joatea, helburu zuena sostengatzea, masajeak ematea, hesgailuak jartzea eta abar; eta atletei gomendatu zieten "oinetako laua edo, azken muturrean, alpargatak artile galtzerdiekin".

Lion D'Or-en, Forturaren garaiko egoitzan kokatutako kafetegian (Victoria Eugenia antzokiko so-toan), izen emateak erregistratzen joan ziren 36 korrikalariko kopurura heldu arte.

Aurreko egunetako eguraldi txarrak eraginda, bezpera arte izan zuten antolatzailleek proba egingo ote zen zalantza. Eta ohartarazi zuten: "Eguraldi txarragatik zalantzarik baduzu, galdetu 047 telefonoan arratsaldeko bostetatik zazpietara". Baina probaren arduradunen lasaigarri, egunak oskarbi argitu zuen.

Lehen ordutik, Topoaren irteerako geltokian, Peñafiorida kalean, oso ugaria zen korrikalari, manager, komisario, ordezkari eta txirrindularien kopurua, Irunera joateko mugako trenaren zerbitzu berezia erabiltzeko prest.

Ordubete geroago, urduritasuna Behobia ingurura lekualdatua zen, kotxean hara joanak ziren ere antolatzaileak, ordezkariak eta kazetariak. Haiekin batera, txirrindulari, motorista, zaldizko eta ikusle multzo bat gogotsu zain zegoen irteerako unea noiz iritsiko.

Eta tentsioz beteriko unea heldu zen, lehen Behobia-Donostian parte hartuko zuten hogeita bi korrikalariak larri begiratzen zuten Gipuzkoako Atletismo Federazioko presidente Gabriel María Lafitteren besoa, irteera emateko pistola eskuan zuena.

Macazaga izan zen probaren buru lehen zatian bere txirrindulari laguntzaileak aholkatuta, zeina Luis Adarraga kirolari aparta eta Fortunako bazkide sortzailea zen. Postua mantenduko zuen Gaintxurizketako gaina pasatu arte, han Muguerzak aurre hartu zion behin betiko.

Erreterria igarotzean jendetza zegoen ikusten, garaiko komunikabide batek aipatzen duenez: “Ikuslegoa gero eta ugariagoa zen eta ibilgailuak edonondik heltzen ziren, osatuz ziklo-moto-auto-tranbia-zaldiko-korrikalari karabana zoragarri bat”.

Gogo berotutako zaletuen bigarren ilaran bide eginez korrika bat Victoria Eugenia parean jarritako helmugara hurbiltzen ari zen. Juanito Muguerza zen! Elgoibarko korrikalari handia Behobia-Donostiako lehen irabazlea izango zen. Ikuslegoak bere izena orru egiten zuen helmugako marra zeharkatu zuenean 1:17:50 denboran. 20 segundora ibilbidea osatu zuen Modesto Macazagak, eta haren atzetik, beste hamabi meritudun atletek, besteren artean Ugalde eta Lafourcade fortunistak.

Behobia-Donostiak hasia zuen bere ibilbidea ordura arte hiriburu donostiarrean jokatutako kirol ekimen herrikoiena izatea lortuta. Lehen edizio hura, gainera, Fortunarentzat garaipena ere izan zen, egonkortzen hasi baitzuen bere etorkizuna kirol ekimen herrikoien antolakuntzan.





50/50/25

50/50/25

50/50/25

50/50/25

50/50/25

50/50/25

50/50/25





## **Zer da BSS 50/50/25?**

Berdintasunaren gaineko hausnarketa kritikoa egiteko, ikasteko eta ekintza ludikoak lantzeko prozesua da, eta helburua 2025ean Behobia - Donostia lasterketa parekidea izatea da. Behobia SS lasterketaren antolatzaileek sustatu dute ekimen hau, eta Fortuna Kirol Elkarteak hartzen du barne. Aldi berean, Behobiaren ekosistema, kirol-erkidago eta, oro har, Gipuzkoako gizarte osoaren parte-hartze aktiboa eta kontzientziatua sustatuko du.

## **Zergatik urrats hau?**

Munduan zehar antolatzen diren lasterketetan ez bezala, zergatik ez da parekidea Behobia - Donostia? Behobia Txikin zergatik dira % 44 neskak eta helduen Behobian soilik % 24 dira emakumeak? Galdera horiek datozkigu Behobia - Donostia antolatzen dugunon burura, eta horiek aztertzeko asmoa dugu. Ez dago emakumeen parte-hartzea galaraziko duen hesi fisikorik edo legalik; bai, ordea, genero-estereotipoak elikatzen dituzten eta emakumeak kirol-jardueratik kanpo uzten dituzten alderdi kulturalak eta sozialak. Ekimen honen bitartez errealitate hori ezagutu nahi dugu, horretaz ikasi eta horri buruzko hausnarketa egin, eta egoera hori eraldatzen lagundu. Klub eta gizarte gisa dugun erantzukizuna da.

## **Nola egingo dugu?**

Zazpi urteko lan-egitasmo batean egituratutako prozesu estrategiko bat proposatzen dugu. Urtero kirolarekin eta generoarekin lotura izango duen gai bat landuko dugu sakon: adibidez, aisiaren erabilera, gorputzaren pertzepzio bitarra eta lehiakortasunaren eta jokoaren inguruan ditugun kontzeptuak, besteak beste. Gai bakoitzetik ideiak eta kontzeptuak aterako ditugu, eta horiek ikertu egingo ditugu, Behobia - Donostiari eragiten dioten alderdiak zehatzago aztertze aldera. Hausnarketaren ondoren, inplementazio-fasea etorriko da, eta horretan klub gisa inplikatu gaituzten hobekuntza-ekintzak proposatuko dira. Ekintza horiek lasterketan esku hartzen duten pertsona guztiek eta, oro har, gizarteak parte hartzeko eta kontzientziatzeko baliatuko dira.

## **Nola har dezaket parte?**

Queremos que participes, y te lo pondremos fácil. Puedes ponerte en contacto con el Grupo Asesor BSS50/50/25, y contarnos tus ideas, experiencias y propuestas. Si quieres, puedes participar en las iniciativas BSS50/50/25 que hagamos durante el año, o ayudarnos a difundirlas. Y, por supuesto, queremos que participes en la carrera.

## **Joango al gara 50/50/25era?**

## 2019ko Gaia eta Kolorea

Aurten gure 7 urtetako lan planarekin jarraitzeko, aukeratu dugun gaia Aisialdia izan da eta kolorea urdina.

Hori dela eta zuen dortsalarekin batera, aurtengo gaia bertan idatzia duen BSS 50/50/25 pultsera urdin bat jasoko duzue



### **Azken bost urteetan Behobia-San Sebastián-en parte hartu duten emakume gipuzkoarren kirol jarduerari buruzko azterketa.**

Emakumezkoen kirol jarduera ezagutzeko asmoz, eta Behobia-San Sebastianek erronka gisa ezarri duen 50/50/25 proiektuaren barruan, uztaila amaieran azterketa bat hasi genuen azken bost urteetako lasterketaren baten parte hartu duten emakumezko gipuzkoarren artean. Erantzuna berehalakoa izan zen eta beraietako askok erantzun zuten galdetegi zabal eta zehatza. Esker ona adierazi nahi diegu abuztuan bere denbora eskaini ziguten guztiei. Behobia-San Sebastianen antolatzaileontzat funtsezkoa da informazio hau guztia, eta horri esker, modu ausartean zehaztu ahal izango ditugu gure erronkaren zenbait jarraibide.

Modu zehatzagoan, eta 50/50/25 proiektuaren aurtengo ardatza emakumeen aisiaren erabilera izanik, xedea zen sakon ezagutzea kirola egitearekiko gaur eta orain duten interesa, iraganean zutenarekin alderatuta eta etorkizunean izatea espero dutenarekin; identifikatzea horretarako dituzten kirol ohiturak, motibazioak eta oztopoak, baita atzematea ere BSS bezalako lasterketa batean parte hartzeren alde eragiten duten arrazoiak.

Inkestan parte hartu duten emakumezkoen profila:

Inkesta erantzun duten emakumeen % 50k baino gehiago 30 eta 50 urte artekoa da, bikoteki-dearekin bizi dira, eta gehienek seme-alaba baten edo biren ardura dute. Gehiengoak goi mailako ikasketak ditu eta lanean ari da. Nabarmendu nahi dugu emakumeok, orokorrean, uste dutela osasun egoera oso ona edo bikaina (10etik 8,41) dutela, egiazko osasun egoeraren adierazle ona dena.

Are gehiago, nabari da osasun pertzepzioa hobea dela emakumezko zaharragoen artean gazteen artean baino. Emakumezko hauek kirola egitearekiko duten interesari dagokionean, pozik ikusi dugu, orokorrean, interes oso altua dutela, eta gazteenek zaharrenek baino interes handiagoa dutela.



Gainera, galdetutako emakumeek adierazi dute kirola egitearekiko orain duten interesa bizitzako aurreko epeetan baino handiagoa dela. Era berean, emakumezko zaharrenek interesa orain handiagoa edo askoz handiagoa dela diote, gazteenek baino ehuneko handiagoan. Interesaz gain, emakumezkoek jarrera oso baikorra dute kirola egitearekiko eta azterketa akademiko-zientifiko guztien arabera, jarrera baikor hori da balizko jarrera positibo baten adierazle onena.

Datuek bestelako informazio garrantzitsua ere eman digute, esaterako, kirola egiten hasten diren adina. Jabetu gara emakume gazteenak zaharrenek baino lehenago hasi zirela kirola egiten. Halaber, pixka bat hobea ezagutu ditugu kirola egitean eragin duten arrazoiak: ariketa fisikoa egitea eta osasun emozional zein psikologikoa mantentzea edo hobetzea.

Kirola, zalantzarik gabe, sozializazio tresna garrantzitsua da, berdinen edo kideen arteko elkartzea, baina datuek ere iradokitzen dute emakumeek kirola eginez beraien osasuna bai fisikoa bai emozionala hobetu nahi eta lortzen dutela, baita ahalduntzea ere, hau da, independentzia lortze eta beraien egoera pertsonala hobetzea eta norberaren gaitasunekiko konfiantza garatzea.

Inkesta erantzun duten emakumeek diotenez, kirola egiten hasten direnek ez dute uzten –berezi ki 35 urtetik gorakoek–. Hazkuntzarako gune bat topatu dute, eta hura mantendu edo handitu nahi dutela diote. Ariketa fisikoa egiteak dituen onuren jakitun dira, eta horregatik, euren aisialdia kudeatzen dute hori egiteko aukera izateko.

Emakumezkoak toki bat egiten ari dira kirolean, baina, harago, denbora ere topatzen ari dira, aisialdia, norberaren hazkundera eta asebetzera bideratua. Konbentzituta gaude aisialdiaz gozatzeko eskubidea gune publikoen erabilera bezain garrantzitsua dela. Emakumezkoek espazio publiko hori betetzen ari dira eta orain dimentsio berri batera doaz: denborarena, zehazki, aisiarena.

Kirolari esker eta, bereziki runningaren bidez, emakumeek guneak eta denbora okupatzen ari dira, eta antza jarraitzeko indargarri baikorra eta motibazioa. Horrek guztiak pentsarazten digu emakumezkoen kirol jarduera orokorra, eta zehazki, lasterketena handitzeko, erronka garrantzitsuenetako bat ongizate fisiko eta emozionalari lotutako motibazioa indartzea izango dela.

1919  
2019

BEHOBIA  
SAN SEBASTIÁN

## LA BEHOBIA/DONOSTIAK, GOIZEAN ZEHAR, HAINBAT HAUTESLEKUTARA IRISTEA ZAILDU DEZAKE

Hauteskunde orokorren eta Behobia-San Sebastianen 55.edizioak koinziditu egingo dute. Kalte-tutako bozkalekuetara iristeko bypassak antolatuko dira ibilbideko hainbat puntutan.





## **Gomendatzen da boza emateko ordutegia antolatzea, gurutzatzeko pasabideak erabiltzea edo postaz bozkatzea**

Azaroaren 10ean, Hauteskunde orokorrak eta 55. Behobia/Donostia lasterketa izango dira. Egun berean bi ekitaldi hauek direla eta, Udalak eta lasterketaren antolatzaileek neurri batzuk hartu eta hainbat gomendio egin nahi dituzte.

**Irunen** lasterketaren jende jariorik handiena **10:00etik 12:15era gutxi gorabehera** izango da eta, hain zuzen ere, ordutegi horretan, egon daitezke hautesleku batzuetan sartu ahal izateko eragozpenik handienak.

Herritarrek beraien hauteslekura iristea bermatze aldera, kalea gurutzatzeko prestatutako pasabideak egokitu dira eremu jendetsuenetan, zehazki kilometro hauetan: lasterketaren 1,5. km-an (Nafarroa hiribidea, 1) eta 17,8. km-an (Elizatzko hiribidea, 8). Puntu horietan desbideraketak (bypass) egingo dira errepidearen alde batetik bestera iritsi ahal izateko, bertan egongo diren boluntario eta langile gaituen laguntzarekin. (antolatutako desbideraketak)

**Donostian** Lasterketaren jende jariorik handiena **11:30etik 13:30era gutxi gorabehera** izango da eta, hain zuzen ere, ordutegi horretan, egon daitezke hautesleku batzuetan sartu ahal izateko eragozpenik handienak. Dena den, 10:00etatik aurrera korrikalarien fluxua hasiko da eta 15:00ak arte luzatuko da.

Herritarrek beraien hauteslekura iristea bermatze aldera, kalea gurutzatzeko prestatutako pasabideak egokitu dira eremu jendetsuenetan, zehazki kilometro hauetan: lasterketaren 16,5. km-an (Jose Elozegi alkatearen hiribidea, 107); 17,8. km-an (Ategorrieta hiribidea, 67 eta Ategorrietako Galtzara Zaharra, 163 arteko bidegurutzeara) eta 8,5. km-an (Nafarroa hiribidea, 23). Puntu horietan desbideraketak (bypass) egingo dira errepidearen alde batetik bestera iritsi ahal izateko, bertan egongo diren boluntario eta langile gaituen laguntzarekin. (antolatutako desbideraketak)

Udalek eta antolakuntzak aldeztu aurretik eskerrak eman nahi dizkiete herritarrei, hauteskunde eguna eta kirol proba normaltasunez egin ahal izateko eskainitako laguntzarengatik eta egoera ulertzeagatik.

### Gomendioak

Udalek eta antolakuntzak gomendatzen die lasterketa dela eta hauteslekura iristeko zailtasunak dituzten herritarrei egun horretan bozka emateko ordutegia antolatzea eta errepideak gurutzatzeko prestatutako diren pasabideak erabiltzea.

1979 1980 1981 1982 1983 1984 1985 1986 1987 1988 1989 1990 1991 1992 1993  
1994 1995 1996 1997 1998 1999 2000 2001 2002 2003 2004 2005 2006 2007 2008 2009 2010 2011 2012 2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019

# BEHOBIA

## SAN SEBASTIÁN

## AURKIBIDEA

	AURKEZPENA.....	12
	DORTSALENBANAKETA.....	13
	LASTERKETAREN AZOKA.....	14-15
	BSSTXIKI.....	16-17
	BSS GAZTEA.....	18
	BEHOBIA - DONOSTIA.....	19
	BSS FITXA TEKNIKOA.....	20
	IBILBIDEA.....	21
	ORDUTEGIAK ETA IRTEERA TALDEAK.....	22
ZERBITZUAK	ERBIAK.....	23
	KONTSIGNA.....	24-25
	IRTEERARA NOLA JOAN.....	26-28
	HORNIDURA PUNTUAK.....	29
	ANIMAZIO PUNTUAK.....	30
	ERRETIRATZE PUNTUAK.....	31
	HELMUGA.....	32-34
	ZERBITZU BEREZIA.....	35
	ADIN TARTEAK 2012-2019.....	36-37
	EMAKUMEZKOEN IZEN-EMATEAK BEHOBIAN.....	38
DATUAK	IZEN EMANDAKOEN JATORRIA.....	39-48
	BEHOBIAKO BETERANOAK.....	49
	BSS 2018KO PODIUMAK.....	50
	BEHOBIAKO IRABAZLEAK.....	51-52
	IBILBIDEKO ERREKORRA.....	53
	B/SS PERTSONA EZINDUAK.....	54
	B/SS PATINATZAILEAK.....	55
	BSS PATINATZAILEAK 2018KO PODIUMAK.....	56
	BSS PATINATZAILEAK IRABAZLEAK.....	57
	BSS PATINATZAILEAK MARKA ONENAK.....	58
BSS DATU TOTALAK.....	59	
OSASUNA	OSASUN DATUAK DITUEN APP-A.....	60
	DORTSALEKO DATUAK.....	61
	ZEINU ETA SINTOMEN GALDETEGIA.....	62-63
	OSPITALE MUGIKORRAK.....	64
	DIABETESA DUTEN PERTSONENTZAKO GLUZEMIA POSTUAK.....	65
	BEROAREN ERAGINA.....	66-67
	BSS SAFE.....	68
	DOTSAL SOLIDARIOAK.....	69
	BEHOBIA IRAUNKORRA.....	70-71
	BSS APP-AK.....	72
PRENTSA.....	73-74	
SARE SOZIALAK.....	75	

# AURKEZPENA

1911. urtean sortu zenetik, Fortuna Kirol Elkartea 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 herrikoa 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
- Atletismoa

Kirol-azpiegiturak:

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



# DORTSALEN BANAKETA



## DORTSALEN BANAKETA

Gure denda kolaboratzaileetan jasotzea erabaki duten parte-hartzaileek Urriaren 24etik Urriaren 9a arte egin dezakete.



### GIPUZKOA

- SHANTI KIROLAK
- ROBERS
- ARRALAR KIROLAK
- INTERSPORT URURTIA
- ASKASIBAR INTERSPORT
- LAZKANO KIROLAK
- FORUM OLABERRIA
- FORUM GARBERA
- FORUM AZPEITIA
- FORUM ERREENTERIA
- FORUM EIBAR
- FORUM ARRASATE
- FORUM URBIL
- FORUM LA BRETXA

### NAFARRA / NAVARRA

- DEPORTES ZARIQUIECUI
- FORUM PAMPLONA
- FORUM TUDELA
- FORUM ITAROA

### ARABA / ÁLAVA

- ZUBIARRE KIROLAK
- RUNNING FIZ
- FORUM LLODIO
- FORUM VITORIA

### BIZKAIA

- FORUM ARTEA
- FORUM CASCO VIEJO
- FORUM ZALLA
- FORUM GERNIKA
- FORUM BARRAVALDO
- FORUM PORTUGALETE
- FORUM BILBAO
- FORUM BILBONDO
- FORUM ABADIÑO
- BIWILA BILBAO
- RUNNING BILBAO

### BESTEAK/OTROS

- DEPORTES ZENIT (ZARAGOZA)
- DEPORTEZ MANZANEDO (BURGOS)
- FORUM SANTANDER (SANTANDER)
- FORUM ALISAL (SANTANDER)
- FORUM LOGROÑO (LOGROÑO)
- FORUM JACA (JACA)
- FORUM PALENCIA (PALENCIA)
- FORUM INTU ASTURIAS (LUGONES)

## LASTERKETAREN AZOKA (FICOBA)

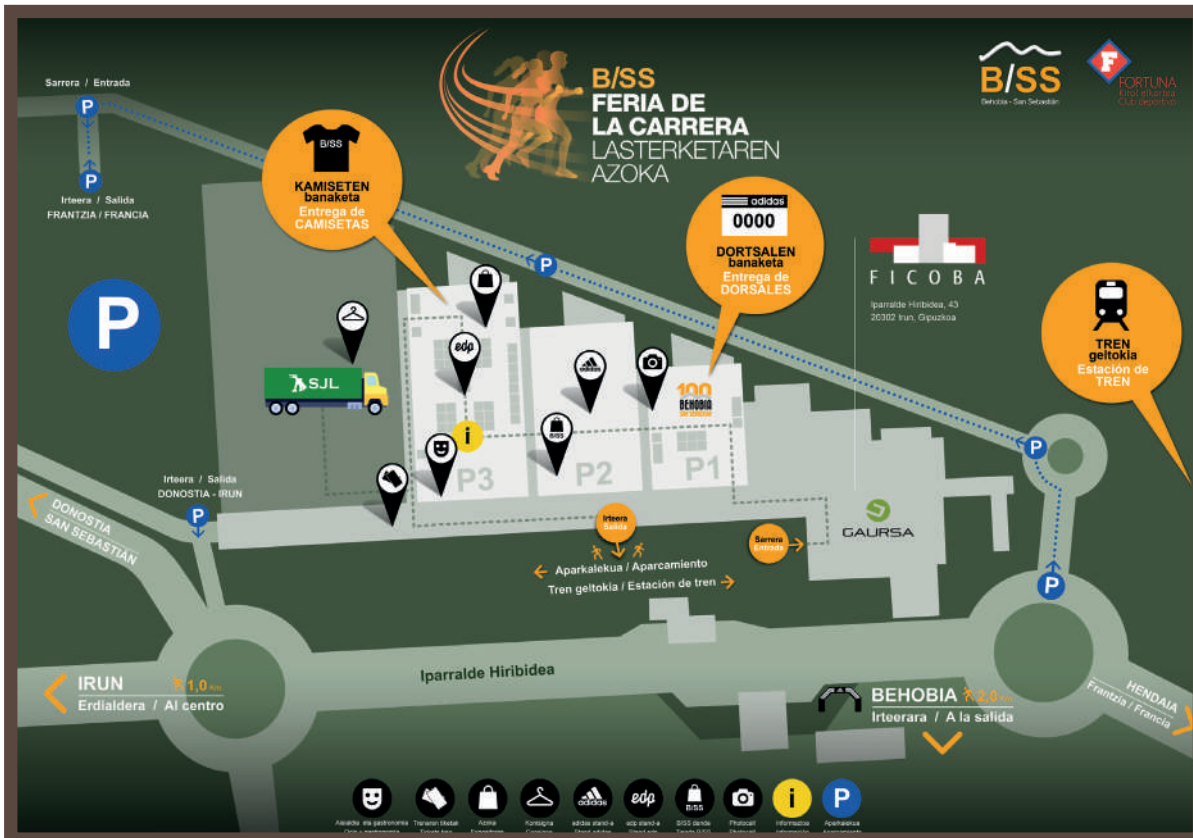
Edizio honetan lasterketaren azoka FICOBAn ospatuko da berriro.

Azokara gerturatzeko eta trafiko arazoak saihesteko, autoa zure alojamenduan utzi eta "topo"an (Euskotren trena) gerturatu era azkarrago eta jasangarri batean.

### AZOKA ORDUTEGIA

Azaroak 8, 12:00etatik a 21:00etara.

Azaroak 9, 10:00etatik a 20:00etara.



## BILDUTAKOAK ETA ERAKUSKETARIAK

URTEA	EGUNA	BILDUTAKOAK	%
2012	OSTIRALA	4273	25,85
	LARUNBATA	12251	74,15
	TOTALA	16524	
2013	OSTIRALA	4437	20,01
	LARUNBATA	17732	79,99
	TOTALA	22169	
2014	OSTIRALA	6144	23,93
	LARUNBATA	19535	76,07
	TOTALA	25679	
2015	OSTIRALA	6595	23,91
	LARUNBATA	20841	76,09
	TOTALA	27436	
2016	OSTIRALA	6712	24,30
	LARUNBATA	20914	75,70
	TOTALA	27626	
2017	OSTIRALA	4916	19,38
	LARUNBATA	20453	80,62
	TOTALA	25369	
2018	OSTIRALA	7143	25,1
	LARUNBATA	21322	74,9
	TOTALA	28465	

URTEA	POSTUAK	KARPAK	STAND MODULARRAK	BESTEAK
2013	35	8	40	2
2014	46	12	39	6
2015	40	11	40	5
2016	41	14	42	4
2017	-	-	-	-
2018	34	-	-	-



# BEHOBIA TXIKI

BEHOBIA  
SAN SEBASTIÁN

## BEHOBIA TXIKI

10-13 años	8-9 años	6-7 años	0-5 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.

**GUÍA RÁPIDA**

- 1** Dejar los niños/as en el estadio  
De 0 a 9 años irán acompañados por 1 responsable adulto. Ella responsable llevará 1 cinta (incluida en el dorsal) por cada niño.
- 2** Ocupar espacio para espectadores  
En las gradas o en el cinturón que rodea la pista de atletismo.
- 3** Recogerlos/as a la salida de la zona vallada  
10 a 11 años recogerlos/as a la salida de la zona vallada.

### 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 pistaara.





## Dortsalen jasotzea

Dortsalak 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 bilatzeko, gure ahalegina batez ere haur ahulei eta baztertuei bideratuz, ume guztien onerako, dauden tokian daudela.

## Sirian Emergentzia

Bildutako diru guztia Siriako larrialdiak sortu dituen arazoei aurre egiteko bideratuko du UNICEFek

Haur guztien eskubideak bermatzeko eta berez jasanezina den egoera batean laguntza eskaintzeko. Denok merezi dugulako mundu hobeagoa eta zuzenagoa. Siriako haurrek ere etxe bat izateko eskubidea daukatelako, segurua den leku batean hezitzeko, medikuarengana joateko, eskolaz gozatzeko...

Horrenbestez, edizio honetako diru-ekarpena, bere osotasunean Siriako Larrialdira bideratuko da. UNICEFek herrialdean bertan testuinguru gogor batean dihardu: orain dela 6 urte baino gehiago hasi zen gerrak milaka pertsonen etorkizuna zapuztu egin du, haien etxeetatik ihes egitera behartuz, bizirauteko eta haurren bizitza babesteko. UNICEFek euskarri izan nahi du, bortizkeriatik eta ankerkeriatik haurrak zaintzeko. Tiroketak eta leherketen artean, haurren bizitzak isiltasun osoz itzaltzen dira.

8 milioi haur baino gehiagok premiazko laguntza humanarioa behar dute. Txikienek nahigabeaz eta sufrimenduaz haratago ez dute ezer gehiagorik ezagutu. Ez dakite zer den bonben etengabeko mehatxurik eta indarkeriarik gabe bizitzea.

**B/SS GAZTEA**

**BSS**  
gaztea

**BERTAN BEHERA**

**BEHOBIA GAZTEA (14 - 18 URTE) BERTAN BEHERA**

Atsekabez hautekunde orokorren eta Behobia-San Sebastianen bat egitea-gatik antolakuntzak bertan behera utzi behar izan da 6. Behobia Gaztea.

Erabaki hau hartzea oso zaila izan zaigu, baina beharrezkoa da, lasterketaren ibilbideak lehen ordutik zuzenean eragiten baitie bi hauteslekuri. Neurri honekin murriztu egingo ditugu hauteslekura joan behar duten herritarrei eragindako eragozpenak.

Antolakuntzak 55. Behobia San Sebastianen parte hartzeko aukera eman nahi die Behobia Gaztean izena eman duten 16 urtetik gorakoei. Izena eman duten gainerakoei ordaindutako dirua itzuliko zaie ordainketarako erabilitako txartelean.





# BEHOBIA-DONOSTIA

## BSS FITXA TEKNIKOA

**DATA**



2019ko Azaroak 10

**EDIZIOA**



55. Edizioa

**DISTANTZIA**



20 Km (homologatu gabea)

**IBILBIDEA**



192m igoera  
80m-ko gaina Km 7

**IRTEERA**



Irun (nazioarteko zubiaren ondoan)

**HELMUGA**



Donostia - San Sebastián

**ANTOLATZAILEA**



CD Fortuna KE

### KONTROL ITXIERARAKO GEHIENEZKO DENBORA

Iristeko gehienezko denbor, irteerako alfonbratik pasatu ondoren:  
2:35 ordu

### BEHARTUTAKO ERRETIRATZEA

10. Km, gehienez 1:15 ordu azken irteeratik.

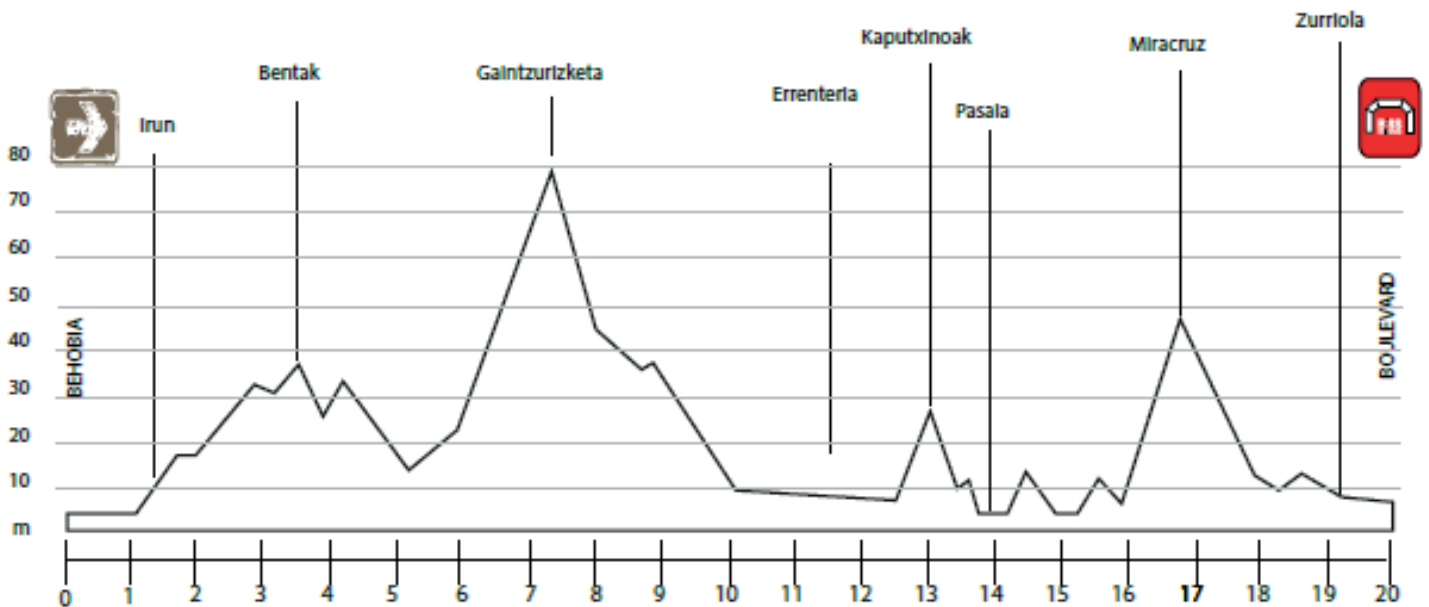
15. Km, 1:55 ordutan.

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



## IBILBIDEA

Behobia-Donostia lasterketak dezenteko ahalegin eskatzen duen ibilbidea du, bi maldak 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.

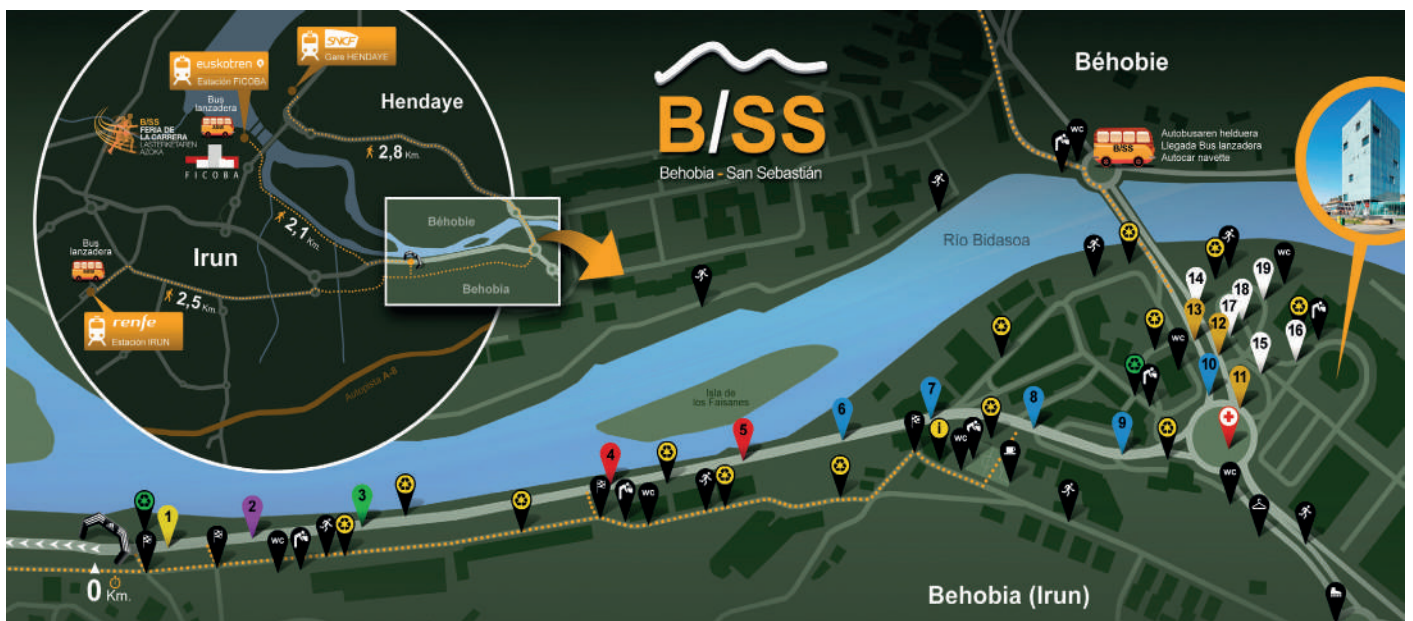




# BEHOBIA-DONOSTIA

## ORDUTEGIAK ETA IRTEERA TALDEAK

Erreferentziak / Referencias	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
Itxera / Salida / Départ																				
Itxerako sarridea / Acceso recia saída / Accès ligne départ																				
Kotxearen dortselak / Color de dorsal / Couleur du dossard																				
Fotoki / Consigna / Bagage																				
Fotokiak / Rollerak / Consigna / Rotlers / Bagage Rotlers																				
Medikua / Médico / Medecin																				
Autobusa / Autobus / Autocar																				
Informazioa / Información / Information																				
WC																				
Konurra / Servicio / Toilettes																				
Kafea / Café / Café																				
Ura / Agua / Eau																				
Eriak / Libres / Livres																				
Lasterketa / Carrera / Course																				
Berekieta / Zona calentamiento / Zone chauffage																				
Orizak / Envases / Recipients																				
Ehun eta orizak / Textil y envases / Textile et récipients																				
9:45	9:50	10:15	10:16	10:18	10:21	10:24	10:29	10:33	10:37	10:42	10:50	10:57	11:01	11:05	11:10	11:16	11:22	11:29	11:35	11:39
9:30	9:00	9:00	9:05	9:05	9:10	9:10	9:15	9:15	9:15	9:15	9:20	9:20	9:25	9:25	9:30	9:30	9:35	9:35	9:40	9:40
1h15	1h20	1h25	1h30	1h30	1h33	1h33	1h33	1h33	1h33	1h33	1h40	1h40	1h45	1h45	1h45	2h00	2h00	2h00	2h00	2h00



55. Behobia

#behobiass





## ERBIAK

Ondoren aurten erbi lanetan ibiliko diren pertsonen zerrenda.



2 TALDEA		1h15m ERBIA: <b>IÑAKI AÑORGA</b> 📺 10 📺 3	10 TALDEA		1h33m ERBIA: <b>ANA CRUZ</b> 📺 6 📺 1
3 TALDEA		1h20m ERBIA: <b>IÑAKI GERICA</b> 📺 13 📺 2	10 TALDEA		1h40m ERBIA: <b>EVA ESNAOLA</b> 📺 4 📺 2
3 TALDEA		1h25m ERBIA: <b>MIKEL USANDIZAGA</b> 📺 2 📺 0	11 TALDEA		1h45m ERBIA: <b>EDURNE JAUREGI</b> 📺 6 📺 0
4 TALDEA		1h25m ERBIA: <b>ALBERTO MANZANARES</b> 📺 18 📺 9	11 TALDEA		1h50m ERBIA: <b>PAQUI LOPEZ</b> 📺 9 📺 1
4 TALDEA		1h30m ERBIA: <b>JUAN CARLOS ARREGUI</b> 📺 24 📺 9	12 TALDEA		1h45m ERBIA: <b>ALOÑA ANCIN</b> 📺 12 📺 1
5 TALDEA		1h25m ERBIA: <b>IGOR ORTIZ</b> 📺 16 📺 12	12 TALDEA		1h50m ERBIA: <b>JUANJO BUENO</b> 📺 25 📺 10
5 TALDEA		1h30m ERBIA: <b>IGOR AYERBE</b> 📺 12 📺 11	13 TALDEA		1h45m ERBIA: <b>ENERITZ SEIN</b> 📺 16 📺 1
6 TALDEA		1h33m ERBIA: <b>IÑIGO GONZALEZ</b> 📺 8 📺 3	13 TALDEA		1h50m ERBIA: <b>JOSE L. DAGUERRESAR</b> 📺 23 📺 6
6 TALDEA		1h40m ERBIA: <b>AIERT AYESTARAN</b> 📺 11 📺 6	14 TALDEA		2h00m ERBIA: <b>NEREA GARCIA</b> 📺 10 📺 1
7 TALDEA		1h33m ERBIA: <b>LURDES OIARTZABAL</b> 📺 11 📺 1	15 TALDEA		2h00m ERBIA: <b>ENRIQUE CAMPOS</b> 📺 8 📺 3
7 TALDEA		1h40m ERBIA: <b>AINHOA LEKUONA</b> 📺 7 📺 1	16 TALDEA		2h00m ERBIA: <b>MARCOS ARRIARAN</b> 📺 16 📺 10
8 TALDEA		1h33m ERBIA: <b>JAVIER ELIAS</b> 📺 10 📺 9	17 TALDEA		2h00m ERBIA: <b>ROSI CALLES</b> 📺 8 📺 1
8 TALDEA		1h40m ERBIA: <b>TANIT PEREZ DE LECETA</b> 📺 10 📺 1	18 TALDEA		2h00m ERBIA: <b>JAVIER SARRIEGI</b> 📺 24 📺 7
9 TALDEA		1h33m ERBIA: <b>LIZAR IRAZUSTA</b> 📺 25 📺 7	19 TALDEA		2h00m ERBIA: <b>IDOIA ESNAOLA</b> 📺 9 📺 1
9 TALDEA		1h40m ERBIA: <b>ALAZNE MUJIKA</b> 📺 8 📺 2			



# BSS ZERBITZUAK

## KONTSIGNA

Edizio honetan, aurreko urteetan bezala, 4 kontsigna puntu izango ditugu:

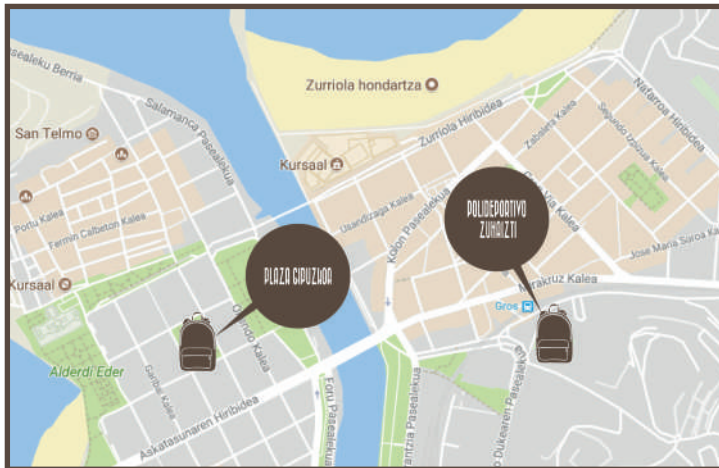
### Materiala uzteko puntuak:



Lasterketaren Azoka  
(Azaroak 8 eta 9)



Zuhaizti Kiroldegia  
Gipuzkoa Plaza  
(Azaroak 10, 7:30etan hasita)



Irteera  
(Azaroak 10, 8:30etan hasita, dortsalean jartzen duen ordu muga arte)







## KONTSIGNA

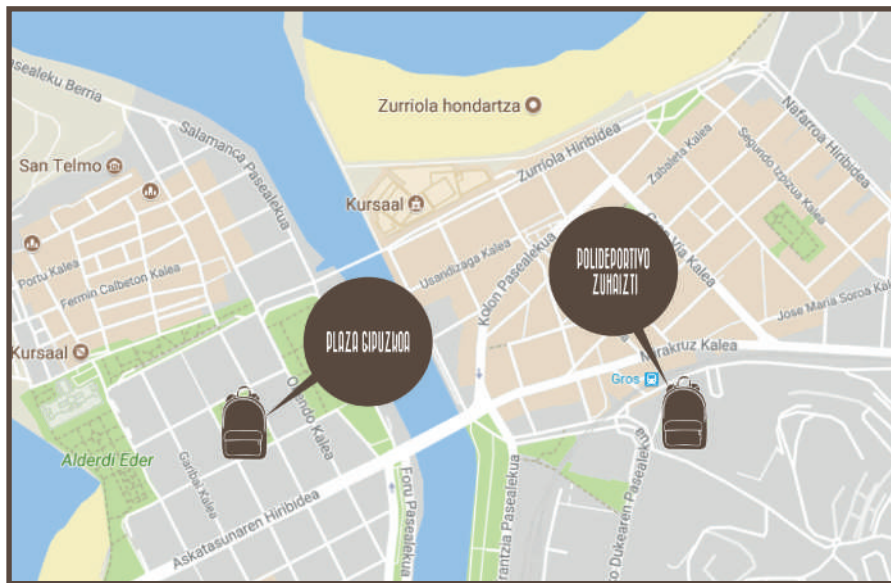
Jasotze Puntuak:



Gipuzkoa Plaza



Zuhaizti Kiroldegia





# BSS ZERBITZUAK

## IRTEERARA NOLA JOAN

Parte-hartzaileek aukera ezberdinak dituzte irteerara joateko:



### Linea 1 (bus 1):

Salida desde San Pedro **8:00 horas**

Paradas:

- 📍 San Pedro
- 📍 San Pedro hiribidea 51
- 📍 Pasai Antxo (parada sobre la ría)
- 📍 Iztieta (Errenteria)
- 📍 Alameda (Errenteria)

### Linea 2 (bus 2):

Salida desde Donibane **8:00 horas**

Paradas:

- 📍 Meipi
- 📍 Lezo
- 📍 Alameda (Errenteria)



- 📍 Bilbao
- 📍 Portugalete
- 📍 Vitoria - Gasteiz

## Autobus Pribatuak

Irteerara gerturaten diren autobus pribatuak, Illunbeko zezen plazako parking-a erabiltzeko aukera izango dute.





## IRTEERARA NOLA JOAN

RENFE



### Renfe Txartela 1€

Gipuzkoako edozein Renfe geltokitan  
Pio Baroja eta Zuhaizti Kiroldegietan  
**Azaroaren 9a arte**  
**Azaroak 8 eta 9** Lasterketaren Azokan  
**Azaroak 10** Ez da saltzen

"LA BEHOBIA" DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE DE 2019

Tren	Irun	Ventas de Irun	Lezo / Rentenia	Pasaia	Herrera	Intxaurren	Ategorrieta	Gros	Donostia / San Sebastián	Lolola	Marutene	Hemani	Hemani Erdia	Urneta	Andoain	Andoain Erdia	Villabona / Zizurkil	Aneeta	Tolosa Erdia	Tolosa	Alegia	Ikaztegieta	Legorreta	Itsasondo	Oritzia	Beasain	Ormatzegi	Zumarraga	Legazpi	Brickola	DESTINO / HELMUGA	
32706	6:30	6:33	6:43	6:45	6:47	6:49	6:51	6:53	6:56	6:59	7:01	7:04	7:06	7:09	7:12	7:14	7:18	7:21	7:24	7:26	7:30	7:32	7:34	7:36	7:39	7:42	7:48	7:57	8:01	8:07		
81106	TOPO	7:07	7:11	7:28																												
32712			7:51	7:53	7:55	7:57	7:59	8:01	8:04	8:07	8:09	8:12	8:14	8:17	8:20	8:22	8:26	8:29	8:32	8:34	8:38	8:40	8:42	8:44	8:47	8:50	8:56	9:05	9:09	9:15		
32718	DT	8:28	8:31	8:41	8:43	8:45	8:47	8:49	8:51	8:53	8:55	8:57	8:59	9:01																		
35604		9:40	9:43	9:53	9:55	9:57	9:59	10:01	10:03	10:06	10:09	10:11	10:14	10:16	10:19	10:22	10:24	10:28	10:31	10:34	10:36	10:40	10:42	10:44	10:46	10:49	10:52	10:58	11:07	11:11	11:17	
81116	TOPO	9:37	9:41	9:58																												
32724			10:08	10:10	10:12	10:14	10:16	10:18	10:21	10:24	10:26	10:29	10:31	10:34	10:37	10:39	10:43	10:46	10:49	10:51	10:55	10:57	10:59	11:01	11:04	11:07	11:13	11:22	11:26	11:32		
30622	MD								11:14				11:22			11:29	11:34			11:41					11:53	11:56		12:11	12:16		MURRID. P. E	
32728		10:42	10:45	10:55	10:57	10:59	11:01	11:03	11:05	11:07	11:17	11:20	11:22	11:25	11:27	11:30	11:33	11:35	11:39	11:42	11:45	11:47	11:51	11:53	11:55	11:57	12:00	12:03	12:09	12:18	12:22	12:28
32732		11:58	12:01	12:11	12:13	12:15	12:17	12:19	12:21	12:24	12:27	12:29	12:32	12:34	12:37	12:40	12:42	12:46	12:49	12:52	12:54	12:58	13:00	13:02	13:04	13:07	13:10	13:16	13:28	13:29	13:35	
32738		12:58	13:01	13:11	13:13	13:15	13:17	13:19	13:21	13:24	13:27	13:29	13:32	13:34	13:37	13:40	13:42	13:46	13:49	13:52	13:54	13:58	14:00	14:02	14:04	14:07	14:10	14:16	14:25	14:29	14:35	
30614	MD								14:04				14:12			14:19	14:24			14:31					14:43	14:46		15:01	15:06		MURRID. P. E	
32744		13:33	13:36	13:46	13:48	13:50	13:52	13:54	13:56	13:58	14:09	14:12	14:14	14:17	14:19	14:22	14:25	14:27	14:31	14:34	14:37	14:39	14:43	14:45	14:47	14:49	14:52	14:55	15:01	15:10	15:14	15:20
32752		14:53	14:56	15:06	15:08	15:10	15:12	15:14	15:16	15:19	15:22	15:24	15:27	15:29	15:32	15:35	15:37	15:41	15:44	15:47	15:49	15:53	15:55	15:57	15:59	16:02	16:05	16:11	16:20	16:24	16:30	
32756		15:35	15:38	15:48	15:50	15:52	15:54	15:56	15:58	16:01	16:04	16:06	16:09	16:11	16:14	16:23	16:25	16:29	16:32	16:35	16:37	16:41	16:43	16:45	16:47	16:50	16:53	16:59	17:08			
32758		16:18	16:21	16:31	16:33	16:35	16:37	16:39	16:41	16:44	16:47	16:49	16:52	16:54	16:57	17:00	17:02	17:06	17:09	17:12	17:14	17:18	17:20	17:22	17:24	17:27	17:30	17:37	17:46	17:50	17:56	
32762		17:13	17:16	17:26	17:28	17:30	17:32	17:34	17:36	17:39	17:42	17:44	17:47	17:49	17:52	17:55	17:57	18:01	18:04	18:07	18:09	18:13	18:15	18:17	18:19	18:22	18:25	18:32	18:40			
32764		17:33	17:36	17:46	17:48	17:50	17:52	17:54	17:56	17:59	18:02	18:04	18:07	18:09	18:12	18:15	18:17	18:21	18:24	18:27	18:29	18:33	18:35	18:37	18:39	18:42	18:45	18:51	19:00	19:04	19:10	
81128	TOPO	17:37	17:41	17:58																												
32768			18:08	18:10	18:12	18:14	18:16	18:18	18:21	18:24	18:26	18:29	18:31	18:34	18:37	18:39	18:43	18:46	18:49	18:51	18:55	18:57	18:59	19:01	19:04	19:07	19:13	19:22	19:26	19:32		
32770			18:26	18:28	18:30	18:32	18:34	18:36	18:39	18:42	18:44	18:47	18:49	18:52	18:55	18:57	19:01	19:04	19:07	19:09	19:13	19:15	19:17	19:19	19:22	19:25	19:32	19:41				
32774		18:58	19:01	19:11	19:13	19:15	19:17	19:19	19:21	19:24	19:27	19:29	19:32	19:34	19:37	19:40	19:42	19:46	19:49	19:52	19:54	19:58	20:00	20:02	20:04	20:07	20:10	20:16	20:25	20:29	20:35	
32778		19:18	19:21	19:31	19:33	19:35	19:37	19:39	19:41	19:44	19:47	19:49	19:52	19:54	19:57	20:00	20:02	20:06	20:09	20:12	20:14	20:18	20:20	20:22	20:24	20:27	20:30				MIRANDA EBRO	
16004	RE								19:57											20:18					20:31	20:34		20:49	20:53			
81136	TOPO	19:37	19:41	19:58																												
32782			20:08	20:10	20:12	20:14	20:16	20:18	20:21	20:24	20:26	20:29	20:31	20:34	20:37	20:39	20:43	20:46	20:49	20:51	20:55	20:57	20:59	21:01	21:04	21:07	21:13	21:22	21:26	21:32		
32786		20:33	20:36	20:46	20:48	20:50	20:52	20:54	20:56	20:59	21:02	21:04	21:07	21:09	21:12	21:15	21:17	21:21	21:24	21:27	21:29	21:33	21:35	21:37	21:39	21:42	21:45	21:52	22:01			
81138	TOPO	20:37	20:41	20:58																												
32788			21:18	21:20	21:22	21:24	21:26	21:28	21:31	21:34	21:36	21:39	21:41	21:44	21:47	21:49	21:53	21:56	21:59	22:01	22:05	22:07	22:09	22:11	22:14	22:17	22:23	22:32	22:36	22:42		
32890		21:40	21:43	21:53	21:55	21:57	21:59	22:01	22:03	22:06	22:09	22:11	22:14	22:16	22:19	22:22	22:24	22:28	22:31	22:34	22:36	22:40	22:42	22:44	22:46	22:49	22:52	22:58	23:07	23:11	23:17	
32892		22:17	22:20	22:30	22:32	22:34	22:36	22:38	22:40	22:43	22:46	22:48	22:51	22:53	22:56	22:59	23:01	23:05	23:08	23:11	23:13	23:17	23:19	23:21	23:23	23:26	23:29	23:36	23:45			

Autobusetan ezin da bizikletarik sartu, ezta maskotarik ere / Los autobuses NO admiten bicicletas ni mascotas  
Regional Expres" eta "Media Distancia" trenek Nukleo barruan Aldiriko txartelarekin bidaiariak onartzen dituzte  
Los trenes de R. EXPRES y M. DISTANCIA admiten viajeros con billete de Cercanías dentro del Núcleo



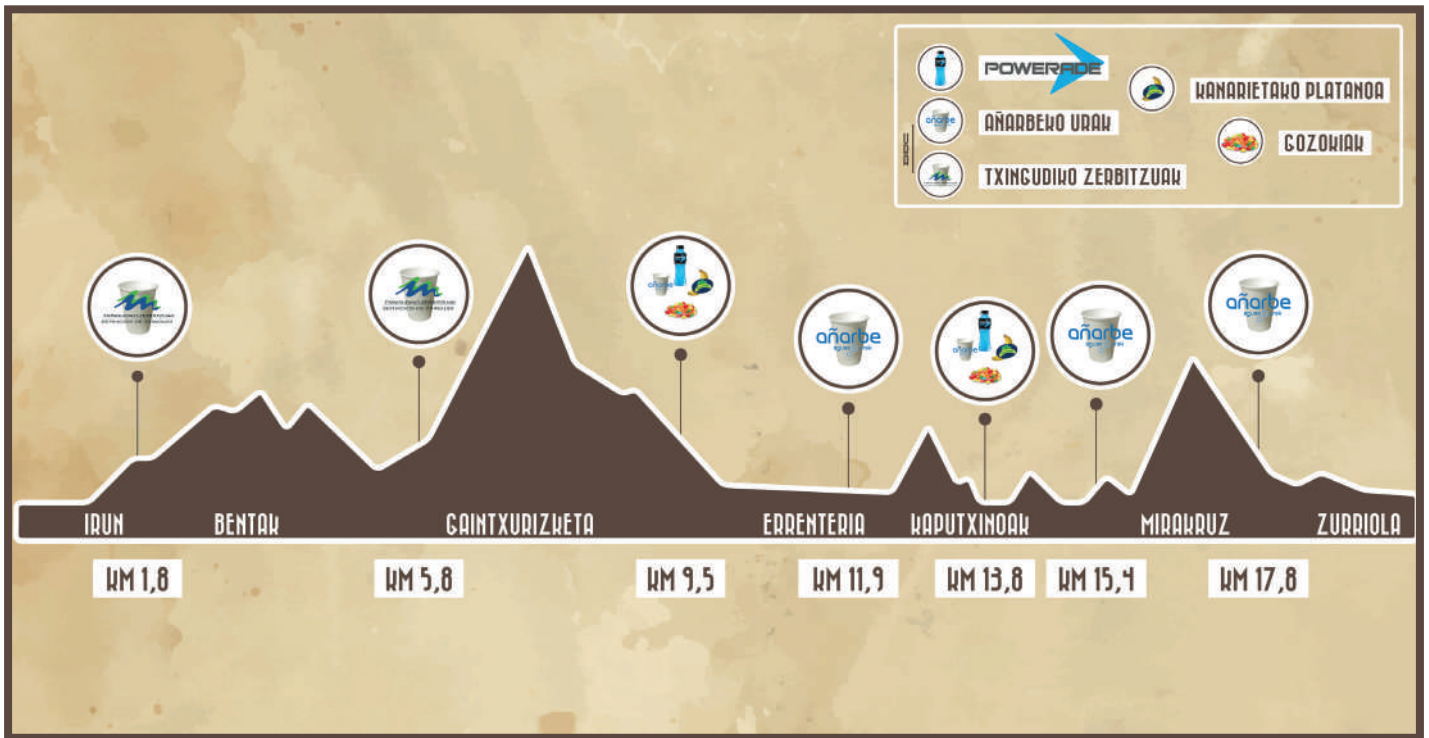


## HORNIDURA PUNTUAK



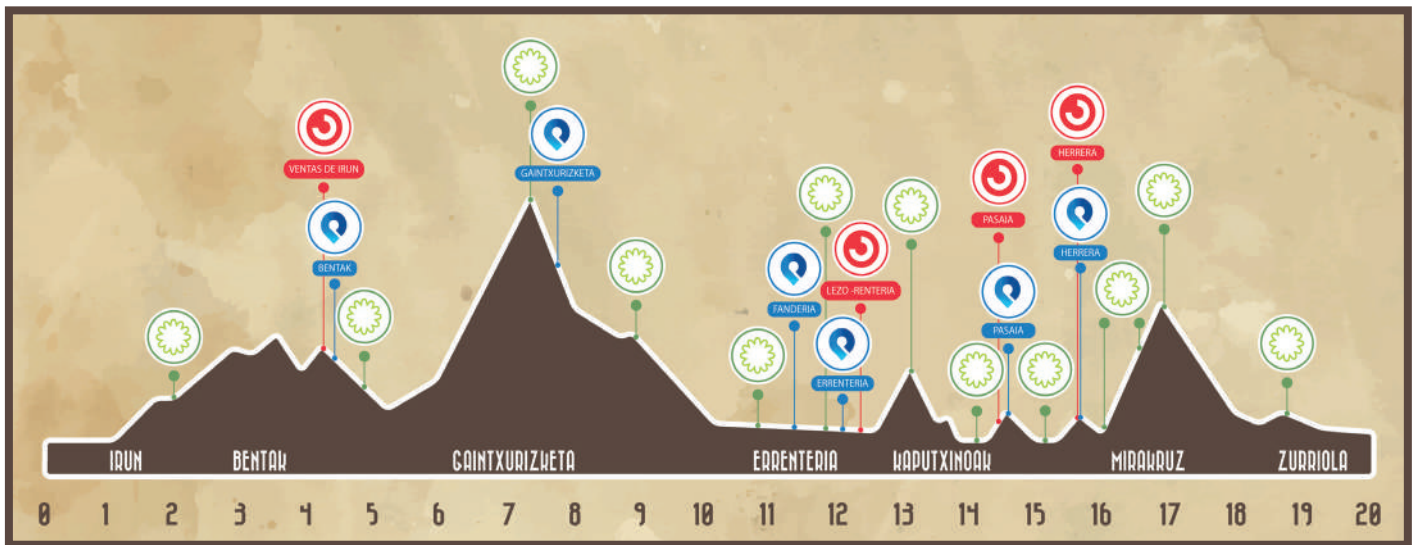
Ibilbidean zehar 7 hornidura puntu egongo dira.

3 eta 5 hornidura puntuetan, ura emateaz gain edari Isotonikoa (Powerade), Platanoak eta Gozokiak eskainiko dira.





## ERRETIRATZE PUNTUAK



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



Erretiratze puntuak:

- Bentak
- Gaintxurizketa
- Fanderia
- Erreterria
- Pasaia
- Herrera



Erretiratze puntuak:

- Ventas de Irún
- Lezo - Erreterria
- Pasaia
- Herrera

### “Vallinarekin erretiratu”



**Jasoketa Puntuak:**

- 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: Erreterria

- 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





## HELMUGA

- Hornidura solidoa: Sagarra, Kanariasetako platanoa, Cuetara Digesta 0% galletak eta Eroski zerealdun barrita.
- Hornidura Likidoa: Insalus Ura eta Powerade.
- Euritarako Pontxoa, EDP txanoa eta Rituals Body cream-a.
- Oroitzapen-Domina



### PLAZA OKENDO:

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



# BSS ZERBITZUAK

## HELMUGA



DUTXAK:



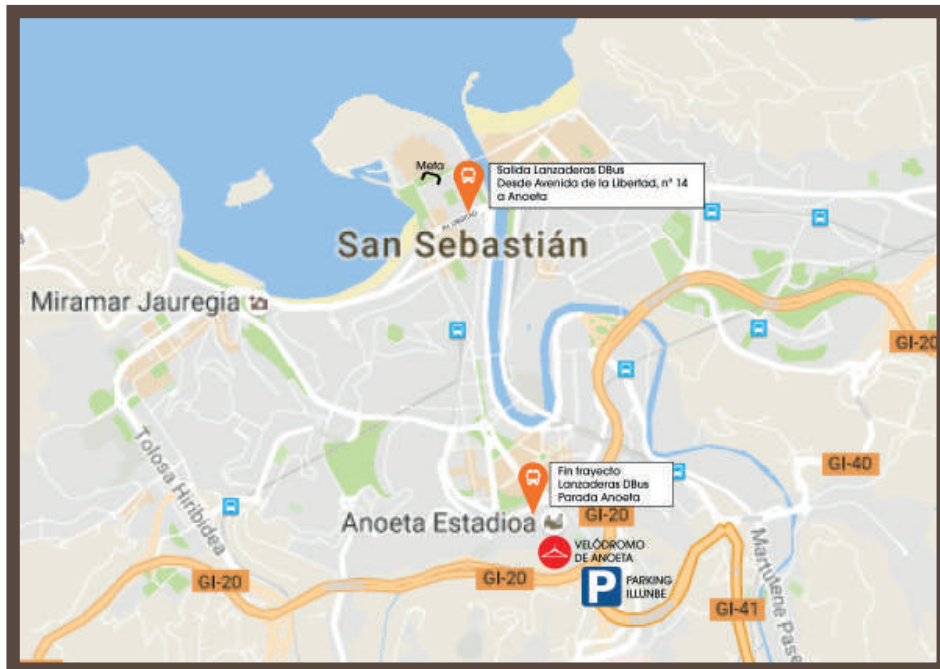
## ZERBITZU BEREZIA



Zerbitzu Berezia.

Askatasun Hiribidea 14.

Amaitu duten lasterkariak Anoetara gerturatzeko (dutzak eta autobus aparkalekua)





## ADIN TARTEAK 2012 -2019

Laugarren urtez izen-emate gehien duen urte tartea 41 - 45 da. Interesgarria da gazteen igoera (21-25 eta 26-30 tartea).

TARTEA	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
16-20	312	367	345	416	392	465	455	532
21-25	935	994	995	1298	1217	1390	1422	1693
26-30	2840	2765	2687	3338	3167	3442	3522	4065
31-35	4944	5024	5017	5628	4745	4660	4459	4682
36-40	5849	6416	6747	7258	6207	6002	5599	5645
41-45	4951	5625	6627	7179	6549	6253	6152	6526
46-50	2966	3509	4133	4397	4464	4374	4577	4940
51-55	1752	2089	2447	2472	2566	2456	2612	2946
56-60	802	987	1150	1200	1268	1193	1259	1512
61-65	310	384	447	457	502	471	523	600
66-70	80	105	116	148	158	163	146	184
71-75	21	17	30	41	30	33	38	45
76-80	3	3	6	7	6	7	8	7
81-85	0	0	1	1	2	1	2	2
datu gabe		0			3	2	1	
<b>TOTALA</b>	<b>25765</b>	<b>28285</b>	<b>30748</b>	<b>33840</b>	<b>31276</b>	<b>30912</b>	<b>30775</b>	<b>33379</b>

## ADIN TARTEAK 2012 -2019

### EMAKUMEZKOAK

RANGO	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
16-20	52	16	37	77	91	111	99	110
21-25	198	137	204	340	393	475	473	607
26-30	570	425	531	953	995	1113	1112	1354
31-35	856	859	909	1253	1095	1095	1079	1230
36-40	974	1034	1201	1563	1381	1389	1268	1361
41-45	850	1137	1443	1655	1488	1492	1545	1656
46-50	543	837	992	1013	956	993	1086	1253
51-55	249	462	500	505	481	478	574	673
56-60	93	230	219	214	195	176	214	262
61-65	29	66	68	72	57	46	62	80
66-70	2	16	6	12	15	15	17	17
71-75	2	0	3	4	2	1	3	0
76-80	0	0	0	1	0	0	1	0
81-85	0	0	0	0	0	0	0	1
datu gabe	0	0	0	0	0	0	1	0
<b>TOTALA</b>	<b>4418</b>	<b>5219</b>	<b>6113</b>	<b>7662</b>	<b>7149</b>	<b>7384</b>	<b>7534</b>	<b>8604</b>

RANGO	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
16-20	260	351	308	339	301	354	356	422
21-25	737	857	791	958	824	915	949	1086
26-30	2270	2340	2156	2385	2172	2329	2410	2711
31-35	4088	4165	4108	4375	3650	3565	3380	3452
36-40	4875	5382	5546	5695	4826	4613	4331	4284
41-45	4101	4488	5184	5524	5061	4761	4607	4870
46-50	2423	2672	3141	3384	3508	3381	3491	3687
51-55	1503	1627	1947	1967	2085	1978	2038	2273
56-60	709	757	931	986	1073	1017	1045	1250
61-65	281	318	379	385	445	425	461	520
66-70	78	89	110	136	143	148	129	167
71-75	19	17	27	37	28	32	35	45
76-80	3	3	6	6	6	7	7	7
81-85	0	0	1	1	2	1	2	1
datu gabe		0			3	2	0	0
<b>TOTALA</b>	<b>21347</b>	<b>23066</b>	<b>24635</b>	<b>26178</b>	<b>24127</b>	<b>23528</b>	<b>23241</b>	<b>24775</b>



## EMAKUMEZKOEN IZEN-EMATEAK BEHOBIAN

URTEA	TOTALA	EMAKUMEA	%
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%



## IZEN EMANDAKOEN JATORRIA

JATORRIA URTEKA

JATORRIA	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Gipuzkoa	8075	8503	9008	8805	8214	7675	7406	7739
Katalunia	4118	4556	4575	5400	4941	5213	5115	5488
Madril	1407	1653	2276	3130	3083	3744	4173	4642
Frantzia	2939	2880	3338	3779	4008	3549	3002	3591
Bizkaia	2045	2378	2645	2780	2427	2243	2175	2172
Nafarroa	2731	2781	2634	2512	1950	1715	1662	1710
Aragoi	611	680	1094	1512	1188	1302	1187	1327
Gaztela eta Leon	1136	1276	1558	1750	1394	1281	1316	1395
Araba	969	1007	965	1049	913	802	763	805
Valentziar E.	268	333	544	502	533	552	915	1150
Errioxa	288	365	413	521	459	461	496	431
Asturias	296	357	374	453	461	410	425	437
Gaztela-Mantxa	130	115	176	276	250	405	353	470
Galizia	103	167	392	523	426	386	397	488
Andaluzia		59	139	177	251	293	401	373
Kantabria	221	229	228	256	237	224	238	220
Balear Uharteak	59	66	61	134	117	146	247	252
Kanariak	26	27	42	40	45	108	74	102
Extremadura	17	14	28	40	42	58	69	81
Murtziako E.		10	34	40	38	33	86	80
Melilla	3	5	1	5	3	2	1	15
Ceuta	1	5	5	2	2	2	2	3
Beste Jatorriak	138	499	171	197	244	308	272	408



## IZEN EMANDAKOEN JATORRIA

### JATORRIA PROBINTZIAKA

PROBINTZIA	TOTALA	EMAKUMEZKOAK	GIZONEZKOAK
Albacete	103	28	75
Alacant	225	44	181
Almería	33	12	21
Araba	805	178	627
Asturias	437	105	332
Ávila	39	7	32
Badajoz	27	4	23
Bartzelona	4432	1407	3025
Bizkaia	2172	438	1734
Burgos	393	70	323
Cáceres	54	7	47
Cádiz	43	8	35
Kantabria	220	35	185
Castelló	156	30	126
Ceuta	3	2	1
Ciudad Real	45	10	35
Kordoba	36	6	30
Cuenca	19	4	15
Girona	354	137	217
Gipuzkoa	7739	1980	5809
Granada	47	13	34
Guadalajara	93	28	65
Huelva	26	3	23
Huesca	154	43	111
Balear Uharteak	252	65	187
Jaén	16	3	13





## IZEN EMANDAKOEN JATORRIA

### JATORRIA PROBINTZIAKA

PROVINCIA	TOTALA	EMAKUMEZKOAK	GIZONEZKOAK
Coruña	280	70	210
Errioxa	431	85	346
Las Palmas	58	20	38
León	153	36	117
Lleida	294	82	212
Lugo	50	19	31
Madril	4642	1147	3495
Málaga	78	12	66
Melilla	15	6	9
Murtzia	80	12	68
Nafarroa	1710	343	1367
Ourense	46	13	33
Palentzia	148	40	108
Pontevedra	112	28	84
Salamanca	188	42	146
Santa Cruz Tenerifekoa	44	9	35
Segovia	84	6	78
Sevilla	94	22	72
Soria	80	15	65
Tarragona	408	138	270
Teruel	52	8	44
Toledo	210	54	156
Valentzia	769	202	567
Valladolid	264	47	217
Zamora	46	9	37
Zaragoza	1121	326	795

1919  
2019



# BSS DATUAK

# BEHOBIA SAN SEBASTIÁN

## IZEN EMANDAKOEN JATORRIA

### JATORRIA PROBINTZIAKA



55. Behobia

#behobiass



42

## IZEN EMANDAKOEN JATORRIA

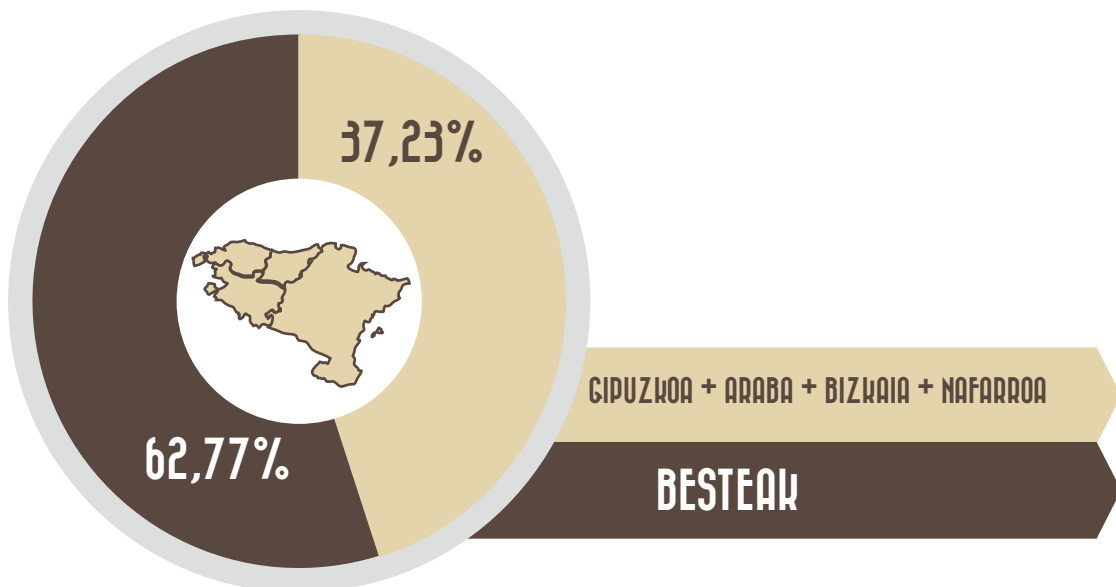
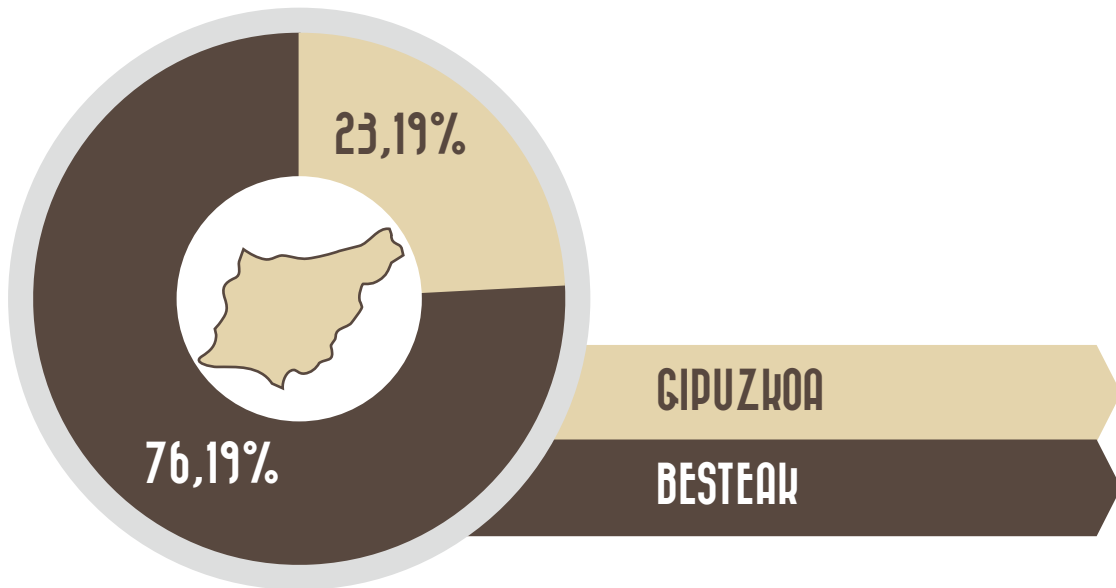
JATORRIA HERRIALDEKA

JATORRIA	TOTALA	EMAKUMEZKOAK	GIZONEZKOAK
Alemania	24	5	19
Andorra	68	30	38
Austria	9	4	5
Belgika	12	5	7
Kolonbia	6	4	2
AEB	14	4	10
Etiopia	4	2	2
Frantzia	3672	1056	2616
<b>Erresuma Batua</b>	<b>87</b>	<b>29</b>	<b>58</b>
Grezia	3	2	1
Herbehereak	13	6	7
Hungaria	1	1	0
Irlanda	12	5	7
Italia	25	5	20
Libano	1	0	1
Maroko	1	0	1
Mexico	12	5	7
Norvegia	1	0	1
Portugal	7	2	5
Errusia	1	1	0
Suedia	6	1	5
Suitza	18	4	14
Turkia	2	0	2



## IZEN EMANDAKOEN JATORRIA

Gero eta parte-hartzaile dator Gipuzkoatik kanpo.





## IZEN EMANDAKOEN JATORRIA

GIPUZKOARRAK HERRIZ HERRI

HERRIA	ESKUALDEA	TOTALA	EMAKUMEZKOAK	GIZONEZKOAK
ALTZAGA	Goierri	3	2	1
ARAMA	Goierri	2	1	1
ATAUN	Goierri	7	4	3
BEASAIN	Goierri	116	23	93
GABIRIA	Goierri	5	1	4
GAINTZA	Goierri	2	1	1
IDIAZABAL	Goierri	21	4	17
ITSASONDO	Goierri	7	2	5
LAZKAO	Goierri	57	16	41
MUTILOA	Goierri	4	0	4
OLABERRIA	Goierri	1	0	1
ORDIZIA	Goierri	96	30	66
ORMAIZTEGI	Goierri	7	2	5
SEGURA	Goierri	15	2	13
ZALDIBIA	Goierri	12	2	10
ZEGAMA	Goierri	12	2	10
ZERAIN	Goierri	6	2	4
EZKIO	Goierri	5	1	4
LEGAZPI	Goierri	61	17	44
URRETXU	Goierri	61	9	52
ZUMARRAGA	Goierri	52	14	38

# BSS DATUAK

HERRIA	ESKUALDEA	TOTALA	EMAKUMEZKOAK	GIZONEZKOAK
HONDARRIBIA	Bidasoa Behea	168	42	126
IRUN	Bidasoa Behea	631	134	497
DEBA	Deba Behea	46	8	38
ITZIAR	Deba Behea	6	2	4
MUTRIKU	Deba Behea	20	6	14
EIBAR	Deba Behea	154	40	114
SORALUZE	Deba Behea	11	7	4
ELGOIBAR	Deba Behea	92	19	73
MENDARO	Deba Behea	19	2	17
ANTZUOLA	Deba Garaia	19	3	16
BERGARA	Deba Garaia	100	17	83
ELGETA	Deba Garaia	12	5	7
ARETXABALETA	Deba Garaia	52	10	42
ARRASATE	Deba Garaia	111	31	80
ESKORIATZA	Deba Garaia	13	1	12
LEINTZ-GATZAGA	Deba Garaia	1	1	0
OÑATI	Deba Garaia	77	26	51
ASTIGARRAGA	Donostialdea	116	27	89
DONOSTIA-SAN SEBASTIÁN	Donostialdea	2963	742	2221
ANDOAIN	Donostialdea	123	19	104
HERNANI	Donostialdea	184	40	144
LASARTE	Donostialdea	180	40	140
URNIETA	Donostialdea	58	16	42
USURBIL	Donostialdea	67	16	51
ERRETERIA	Donostialdea	456	115	341
LEZO	Donostialdea	76	13	63
OIARTZUN	Donostialdea	114	34	80
PASAI ANTZO	Donostialdea	44	10	34
PASAI DONIBANE	Donostialdea	20	2	18
PASAI SAN PEDRO	Donostialdea	38	8	30
PASAI	Donostialdea	49	15	34



# BSS DATUAK

# BEHOBIA SAN SEBASTIÁN

HERRIA	ESKUALDEA	TOTALA	EMAKUMEZKOAK	GIZONEZKOAK
ASTEASU	Tolosaldea	20	4	16
LARRAUL	Tolosaldea	2	0	2
BILLABONA / AMASA	Tolosaldea	63	0	0
ZIZURKIL	Tolosaldea	48	15	33
ABALTZISKETA	Tolosaldea	2	1	1
ALBIZTUR	Tolosaldea	2	0	2
ALEGIA	Tolosaldea	15	4	11
ALKIZA	Tolosaldea	2	1	1
ALTZO	Tolosaldea	2	0	2
AMEZKETA	Tolosaldea	1	0	1
ANOETA	Tolosaldea	26	9	17
BELAUNTZA	Tolosaldea	1	0	1
BERASTEGI	Tolosaldea	6	3	3
BERROBI	Tolosaldea	7	2	5
BIDEGOYAN	Tolosaldea	3	0	3
GAZTELU	Tolosaldea	1	0	1
IBARRA	Tolosaldea	40	9	31
IKAZTEGIETA	Tolosaldea	2	1	1
IRURA	Tolosaldea	19	6	13
LEABURU	Tolosaldea	1	0	1
LEGORRETA	Tolosaldea	15	4	11
LIZARTZA	Tolosaldea	4	2	2
OREXA	Tolosaldea	1	0	1
TOLOSA	Tolosaldea	240	94	146
AZKOITIA	Urola-Kosta	77	25	52
AZPEITIA	Urola-Kosta	104	29	75
BEIZAMA	Urola-Kosta	1	0	1
ERREZIL	Urola-Kosta	3	2	1
URRESTILLA	Urola-Kosta	6	2	4
AIA	Urola-Kosta	22	6	16
GETARIA	Urola-Kosta	28	3	25
ORIO	Urola-Kosta	75	25	50
ZARAUZ	Urola-Kosta	231	81	150
AIZARNAZABAL	Urola-Kosta	4	2	2
ZESTOA	Urola-Kosta	34	9	25
ZUMAIA	Urola-Kosta	59	20	39





# BEHOBIAKO BETERANOAK



## “BEHOBIAKO BETERANOAK”

Hirugarren urtez Fortuna K.E. antolakuntzatik parte hartzaileen urteotako iraunkortasuna saritzea eta fideltasuna eskertu dugu. Urtez urte gehiago dira 25 parte-hartze dituztenak. Aurten 140 pertsona dira 25 parte-hatze edo gehiago dituztenak eta doan egiteko gonbidapena jaso dutenak. Aipagarria Ander Diez y Juan Carlos Díez lasterkariena, 1979tik edizio guztietan parte hartu duten bakarrak. Parte-hartze gehien duen emakumea, Rosa Luena da, 30 parte-hartzerekin.

2 HORRIKALARI  
1979TIK PARTE HARTZE  
GUZTIEKIN

40

40+

2 HORRIKALARI

35+

6 HORRIKALARI

30+

30 HORRIKALARI

25+

102 HORRIKALARI



49

100  
BEHOBI  
SAN SEBASTIÁN

BSS 50/50/25 #bss505025





# BSS 2018KO PODIUMAK



- 1** JAUME LEIVA  
1:00:20
- 2** IRAITZ ARROSPIDE  
1:01:45
- 3** IVAN FERNANDEZ  
1:01:54

- 1** AROA MERINO  
1:09:41
- 2** DIANA MARTÍN  
1:10:37
- 3** ALICIA PÉREZ  
1:14:14



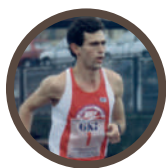
# BEHOBIAKO IRABAZLEAK



MARÍA 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



CHEMA MARTÍNEZ

4

2005  
2006  
2007  
2008



BEGOÑA ZÚÑIGA

3

1979  
1981  
1987



JUAN MARI GARIN

3

1988  
1988  
1998



ROCÍO RÍOS

3

1996  
1998  
2001



CARLES CASTILLEJO

3

2015  
2016  
2017



AROA MERINO

3

2016  
2017  
2018



HENRI DALIÈRE

2

1920  
1921



SERAFÍN ULECIA

2

1922  
1923



PEIO GARIN

2

1982  
1991



MARINA PRAT

2

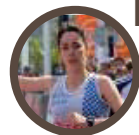
1989  
1992



DIEGO GARCÍA

2

1992  
1994



IRATXE ARANBURU

2

2002  
2003



MARÍA JOSÉ PUEYO

2

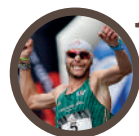
2000  
2009



RAFAEL IGLESIAS

2

2009  
2010



JAUME LEIVA

2

2012  
2018



# BEHOBIAKO IRABAZLEAK

JUAN MUGUERZA	1	1919	MANUEL AZPIROZ	1	1924	E. SALVIDECOITIA	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
CHEMA FERNÁNDEZ	1	1989	GLORIA AZPILICUETA	1	1990	ROSI TALAVERA	1	1991
JESÚS DE GRADO	1	1993	ANTONIO PÉREZ	1	1997	ANGELINES RODRÍGUEZ	1	1997
CARLOS DE LA TORRE	1	1998	AMAIA 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	MA LOPEZ DE TEJADA	1	2009	ABRHA MILAW ASEFA	1	2011
TIRHAS GEBRE	1	2011	OIHANA KORTAZAR	1	2012	PEDRO NIMO	1	2013
CLAUDIA BEHOBIDE	1	2013	J. CARLOS HERNANDEZ	1	2014	VANESSA VEIGA	1	2014
RAQUEL GÓMEZ	1	2015						

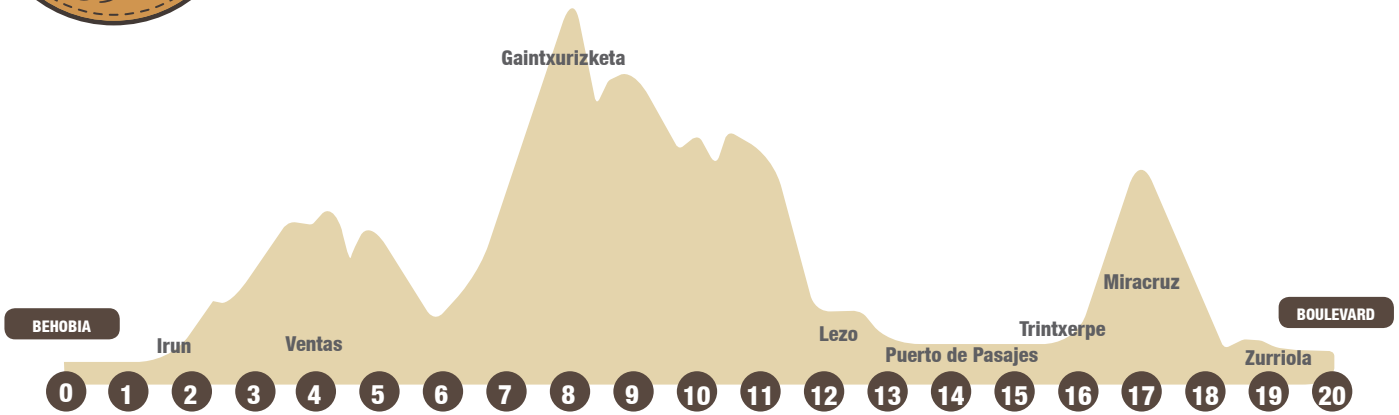


# BSSKO MARKA ONENAK



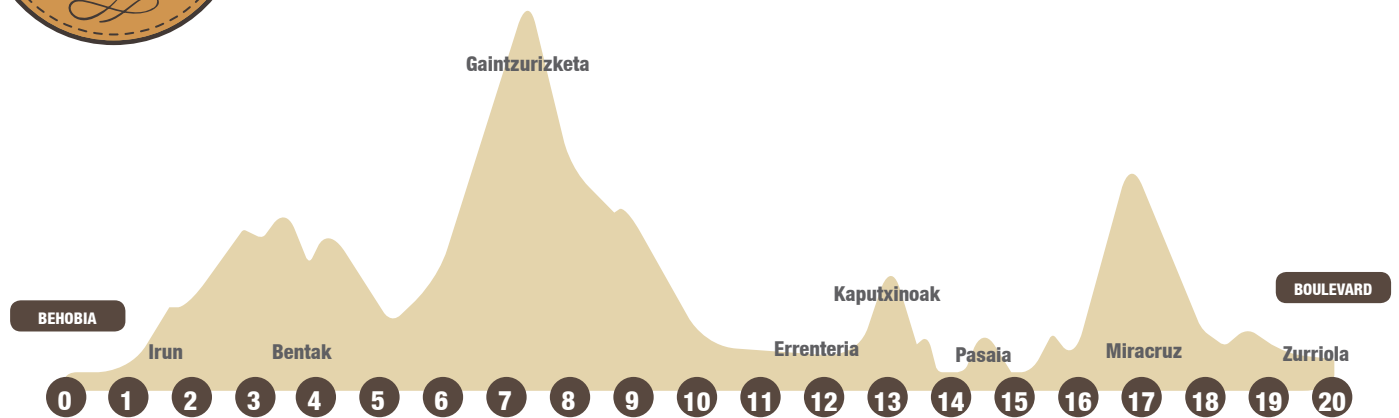
**ALBERTO JUZDADO**  
 1996  
**TIRHAS GEBRE**  
 2011

0:59:19  
 1:08:07



**CARLES CASTILLEJO**  
 2016  
**AROA MERINO**  
 2018

1:00:19  
 1:09:41





## B/SS PERTSONA EZINDUAK

### IZEN-EMATEEN BILAKAERA:

	GURPIL AULKIAK	HANDBIKE	IKUSMEN URRIKOAK	MUGIMENDU EZINTASUNA	ELBARRITASUN ZEREBRALA	PATINAT-ZAILE ELBARRIAK	PERTSONA GORRAK	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
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

\*Aurten 24 gida egongo dira ikusmen urriko parte hartzaileak laguntzen



# B/SS PATINATZAILEAK

Aurtengoa, 191 izen emate daude, hoietatik 46 emakumezkoak izango dira, %24,08 delarik.

## IZEN-EMATEEN BILAKAERA:

2010	99	2015	213
2011	123	2016	214
2012	123	2017	223
2013	155	2018	214
2014	199	2019	191

2019	TOTALA	EMAKUMEZKOAK	GIZONEZKOAK
PATINATZAILEAK	191	46	145

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

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

## DERRIGORREZKO PATINATZAILEEN ERRETIRATZEA PATINATZAILEEN FROGAN

km 05 - 10:10

km 10 - 10:30

km 15 - 10:50

km 20 - 11:10

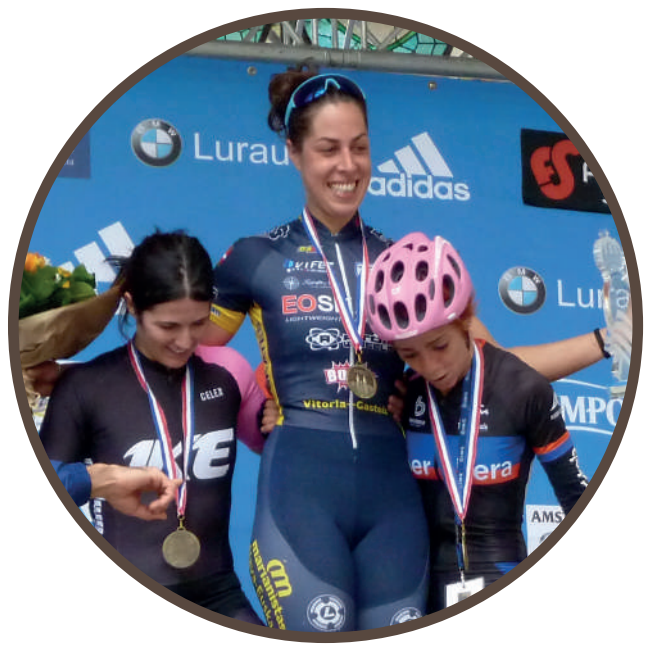


# BSS PATINAT ZAILEAK 2018ko PODIUMAK



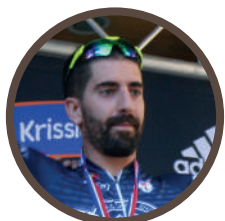
- 1** AITOR VACAS  
0:36:27
- 2** EUGENIO LANDETE  
0:36:27
- 3** ALBERTO ALEMÁN  
0:36:27

- 1** IDOIA MARTÍNEZ  
0:40:24
- 2** BEGO HUERTA  
0:42:38
- 3** AMALE MÚGICA  
0:44:26





# BSS PATINATZAILEAK IRABAZLEAK



ALBERTO ALEMÁN

3

2013  
2014  
2015



SARAY NARVAEZ

3

2012  
2013  
2014



EIDER INSAUSTI

2

2010  
2011



IÑIGO VIDONDO

2

2010  
2012



MAITE ANCIN

2

2015  
2016



NICOLÁS ALONSO

2

2011  
2017



IDOIA MARTÍNEZ

2

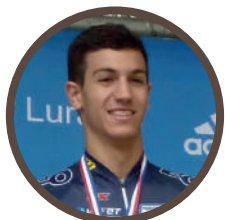
2017  
2018



SERGIO URIARTE

1

2016



AITOR VACAS

1

2018



# BSS PATINATZAILEAK MARKA ONENAK

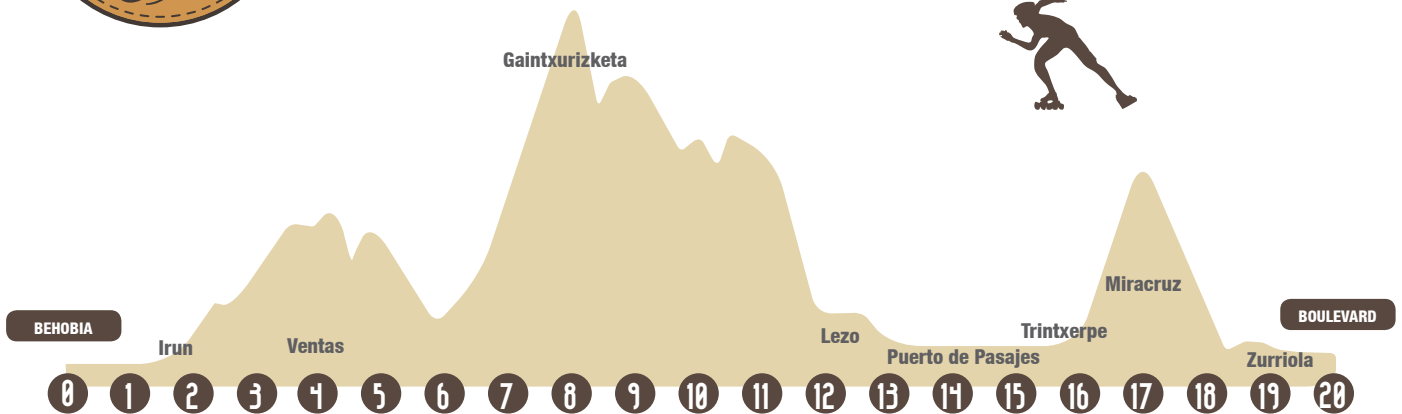


**NICOLÁS ALONSO**  
2011

0:37:50

**EIDER INSAUSTI**  
2011

0:39:38

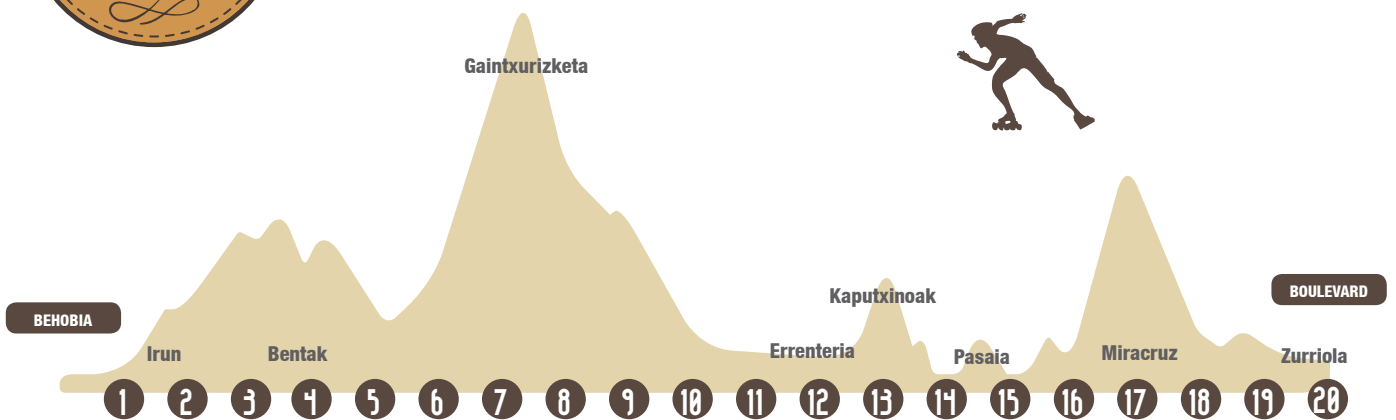


**AITOR VACAS**  
2018

0:36:27

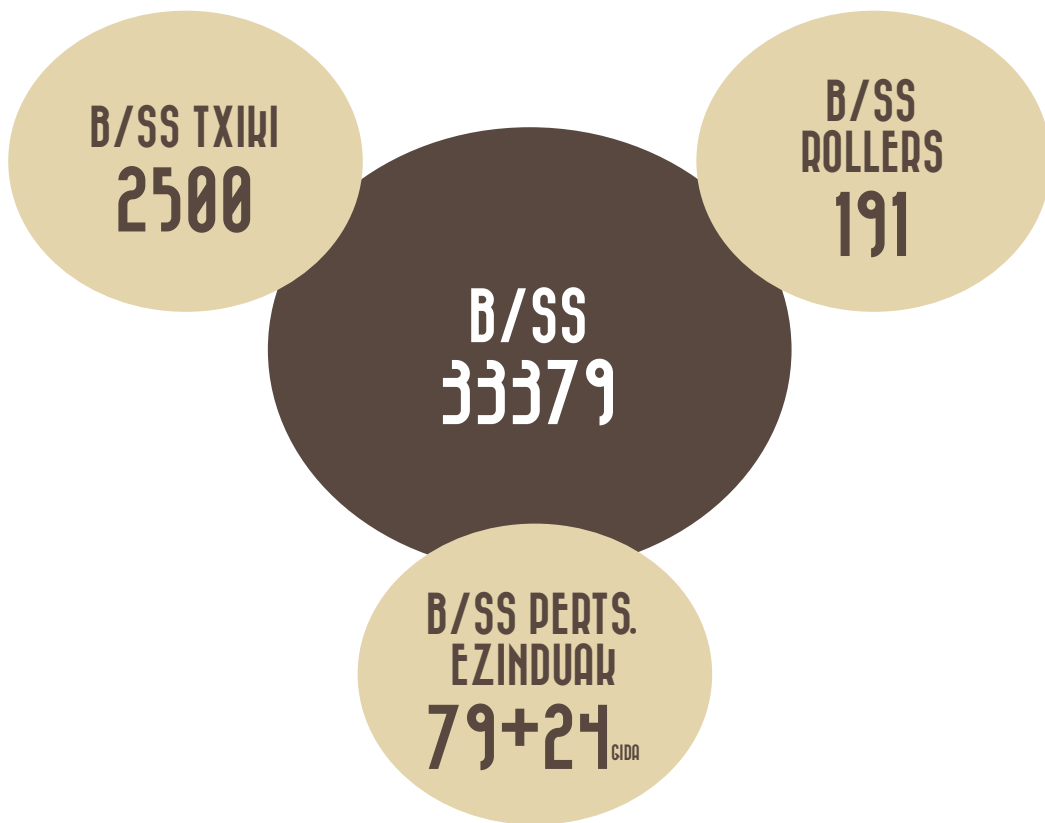
**MAITE ANCIN**  
2015

0:37:11





# B/SS-KO PARTE-HARTZAILE GUZTIAK



PARTE-HARTZAILE GUZTIAK:  
B/SS + B/SS TXIKI + B/SS PATINATZAILEAK + B/SS PERTS. EZINDUAK  
**36173**

## OSASUN DATUAK DITUEN APP-A

### Zure Kodea nola aktibatu

Joan [www.surne.es](http://www.surne.es) webgunera eta sar zaitez MOOVEn

1

Zure dortsalean agertzen den QRaren azpian dagoen aktibazio-kodea sar ezazu

2

Larrialdi egoera baten aurrean beharrezkoak ikusten dituzun datuak bete kontaktua, gaixotasunak, alergiak, eta abar

3

**Kito!**

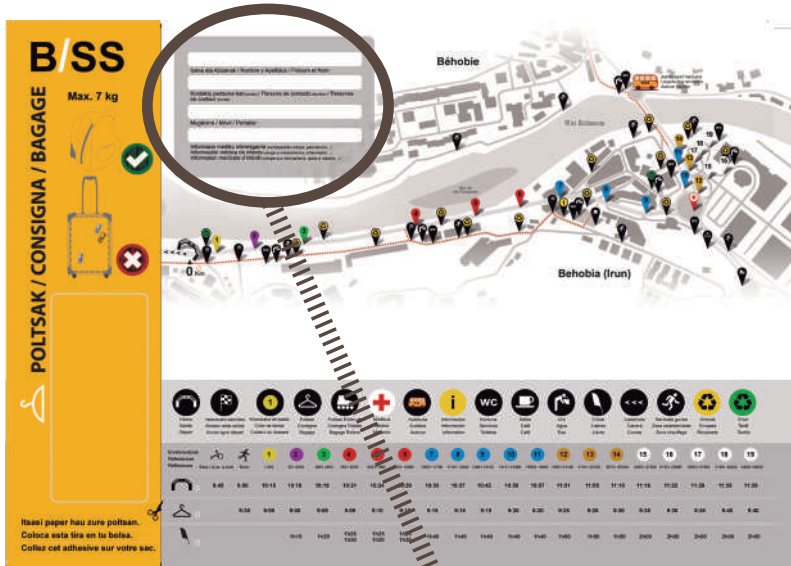
Zure QR kodea, zure profilari lotua dago eta larrialdi kasuan zure izenean hitz egingo du.

Zure kodea aktibatuta baduzu, larrialdi egoera batean, zerbitzu medikoek zuk partekatutako datuak era azkar batean ikusiko dituzte, kontaktua, gaixotasunak, alergiak, eta abar.



¡Aktibatu zure kodea eta era seguru batean korrika egin!

## DOTRSALEKO 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,...)

## ZEINU ETA SINTOMEN GALDETEGIA

Aurten hirugarren goz zeinu eta sintomen galdetegia betetzeko aukera eman dugu izen emate prozesuan.

### COMITÉ MÉDICO ASESOR B/SS

Javier Barrera (Mediku errehabilitatzailea, Osakidetza, eta korrikalari esperientziaduna -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)



#### Questionario 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 inusual 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?

## ZEINU ETA SINTOMEN GALDETEGIA

Galdetegiaren estatistikak:

### BSS

IZEN EMATEAK  
33379

BETETAKO  
GALDETEGIAK  
24944  
(74,73%)

### BSS

PATINATZAILEAK

IZEN EMATEAK  
191

BETETAKO  
GALDETEGIAK  
146  
(76,44%)

### BSS

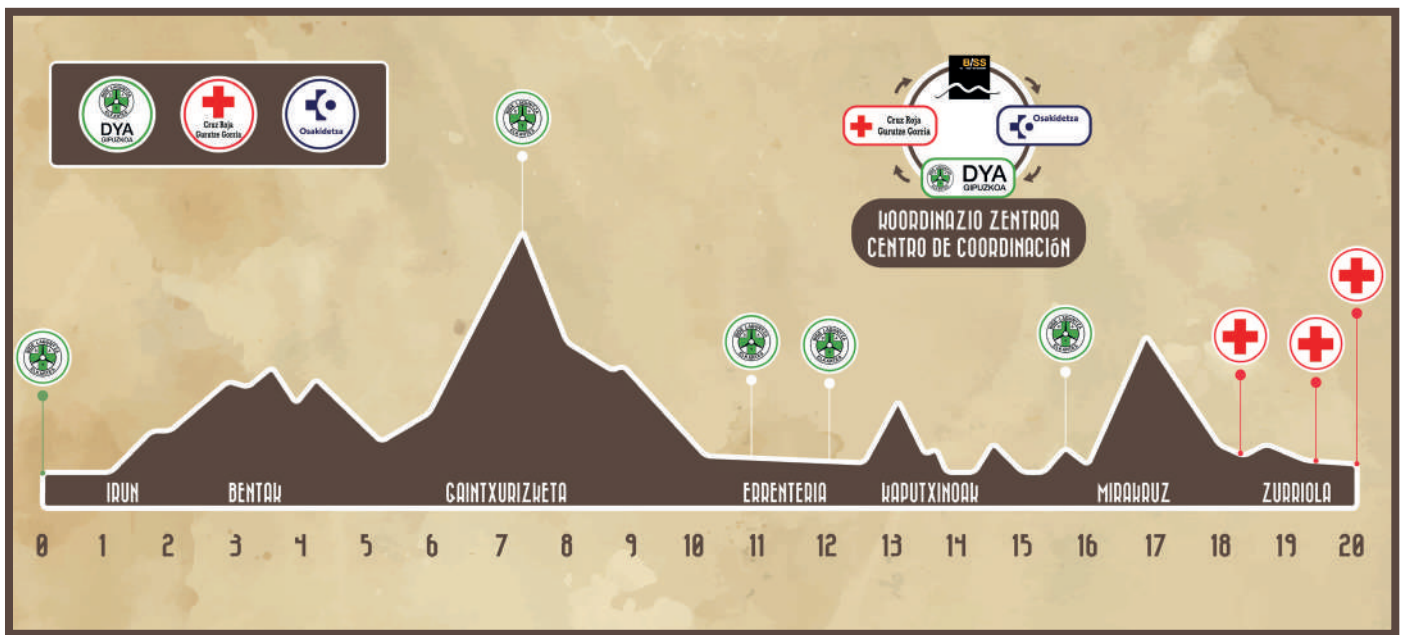
PERTSONA EZINDUAK

IZEN EMATEAK  
103

BETETAKO  
GALDETEGIAK  
49  
(47,57%)

## OSPITALE MUGIKORRAK

Ibilbidean dauden ospitale mugikorrak eta osasun baliabideak.



Koordinazio zentruak erakunde bakoitzeko 2 koordinatzaile izango ditu.

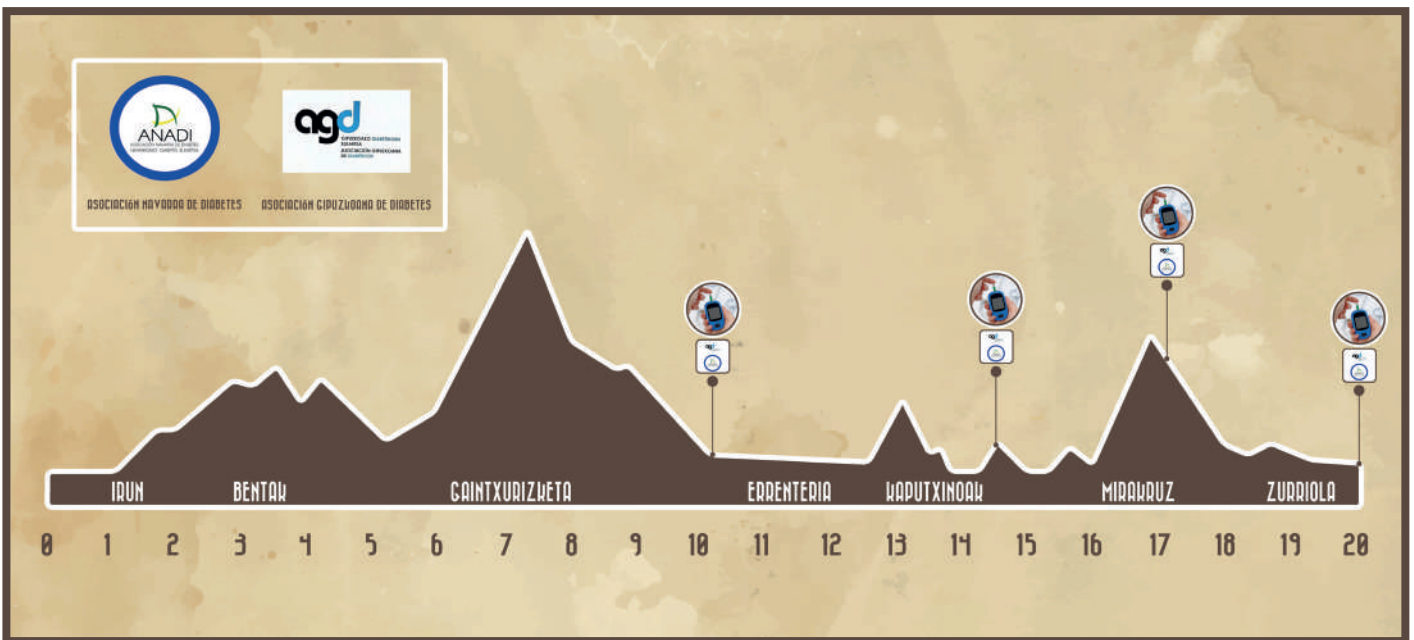
Egindako hartatzea eta leku aldatzeak erregistratzen dituen intranet bat erabiltzen dute.



# DIABETESA DUTEN PERTSONENTZAKO GLUZEMIA POSTUAK



2007. urtetik ANADI-k eta AGD-k diabetesa duten pertsonentzako, gluzemia postuak jartzen dituzte. Gaur egun 4 postu jartzen dituzte, non diabetesa duen edozeinek bere glukosa neurtu dezake, eta gainera behar izatekotan gehigarri gluzemikoak dituzte.



# BERORAREN ERAGINA: ALDERAKETA 2014 -2015

Beroak errendimenduan duen eragina erakuste aldera, 2014ko denborak eta 2015ekoak alderatuko ditugu: 2014an 13-14°C-ko temperatura izan zen eta % 68ko hezetasuna; 2015ean, berriz, temperatura 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 aztertu eta kronometraje-puntu bakoitzean izandako denbora-galerari erreparatuta, galera hori ez zen konstantea izan: irteeratik 5. km-raino korrikalariet 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	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

Datuak 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.

## BEROAREN ERAGINA:

### BSS-AN BERO KOLPEAK JASANDAKOEN EZAUGARRIAK

- GIZONEZKOA
  - 20 ETA 40 URTE BITARTEAN
  - SASOIKO ETA DENBORA HELBURU BATAZBESTEKOTIK (1h40min) BEHERAKOA
  - BIZITZA OSOKO KIROLARIA, BAINA ATLETISMOKO IRAUPEN LUZEKO LASTERKETETAN ESPERIENTZIA GUTXIKOA
  - 20° C-TIK GORA KORRIKA EGITEKO AKLIMITATU GABEA
- LEHENDIK BERO KOLPEA JASANDAKOA
- KASU BATZUETAN, BAINA EZ BEHARREZKOA: GASTROENTERITISA JASATEAK EDO BOTIKA BATZUK HARTZEAK ERAGIN DUTE



## BSS SAFE

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



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





## 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.

laz bezela, aurten ere 19 proiektu solidario ditugu.





# BSS INGURUMENA

## BEHOBIA IRAUNKORRA

2016. edizioan eta antolakuntzak hartutako konpromezuarekin jarraituz, IHOBE-k ematen duen Erronka Garbia zigilua eskatu zen. Metodologia hasieratik landu dituen aire librean egiten den lehen kirol ekitaldia izanez. Ekitaldiaren antolakuntzan ingurumena hobetzeko neurriak, ekitaldiaren ingurumen monitorizaioa eta komunikazio eta sentsibilizazioa, zigiluaren jokabide arlo hauek direla eta, Behobia ingurumenarekiko jasagarria den ekitaldi bihurtzen dute.

Ekitaldiaren jasagarritasun deklarazioa ondorengo helbidean kontsultatu dezakezue

[www.behobia-sansebastian.com/images/060\\_noticias/2017/Medio\\_Ambiente/Declaracion\\_Ambiental\\_Behobia.pdf](http://www.behobia-sansebastian.com/images/060_noticias/2017/Medio_Ambiente/Declaracion_Ambiental_Behobia.pdf)





## BEHOBIA IRAUNKORRA

2002. urtetik, San Marko Mankomunitatearekin eta Txingudiko Zerbitzuak-ekin elkarlanean, ibilbideko hornidura puntuetan eta helmugan sortutako hondakinak tokian bertan banatzen dira sailkatuta biltzeko eta ondoren birziklatzeko. Helmugan bereziki beharrezkoa da parte hartzaileen lankidetzeta, erabilitako ontziak erabilgarri eta seinaleztatuta 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.

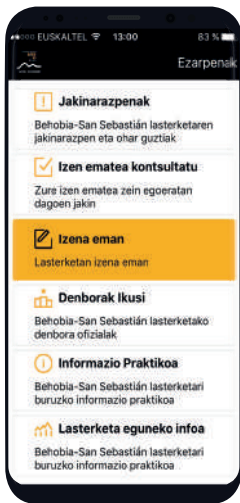
Horrez gain, 2009tik Txingudiko Zerbitzuak-ekin elkarlanean, irteeran korrikalarietako bazterretako arropa jaso eta arropa edukiontzietan uzten dute.





## BEHOBIA

Gure eduki guztietara mugikorretik erreztasunez iristeko ideiarekin APP-a. Izena eman dezakezu, zure izen ematea kontsultatu, dortsal kolorea...



## TRENEN GIDA ETA KONTSIGNA (WEB BERTSIOA)

### RUNLOC







# PRENTSA

## PRENTSA

Urtero bezela karpa bat jarriko da boulebardean.  
EZINBESTEKOA da, akreditazioa eramatea.

### SARI BANAKETA

Azken urteetan bezela, sari banaketa  
**Boulevard-eko kioskoan** egingo da



2018

**155**  
PRENTSA AKREDITAZIO

**33**  
ERAKUNDE

### SARI BANAKETA ORDUTEGIA

Gurpil-aulkiak eta Handbike:..... **10:40**

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

Emakumezko eta Gizonezko Podiuma: .. **12:00**

Lehen Gipuzkoarrak

Lehen Beteranoak



# PRENTSA PROTOKOLOA / OHARRAK

**Antolatzaileek kazetariei eskatzen diete ondoko argibideak kontuan hartzeko**

- Antolakuntza arduradunen argibideak denok gure lana ahalik eta ondoen egin ahal izateko dira.
- Antolakuntzako kideen jarraibideei kasu egin eta libre utzi adierazitako gunea.
- Ezeren aurretik, errespetua korrikalariei.
- Ezinbestekoa da akreditazioa ikusgai edukitzea.

## 1- EZ TRABARIK EGIN.

- Ez korrikalariei ezta beste medioei ere. Gunean gauden guztiok errespetatu beharreko segurtasun eta erosotasun neurriak daude.
- **Medio grafikoek** -emanaldi jarraiarako akreditatuak izan ezik- lehen emakumezkoa heldu arte izango dute euren lana bertan egiteko aukera, ondoren joan egin beharko dute eta antolakuntzako kideek esandakoari kasu egin.
- Medio idatziek euren lana egiten utzi egin behar diote medio grafikoei. Ez du zentzurik idatzizko kazetariak helmugan izatea.
- Korrikalariak nekatuta iristen dira eta prentsa gunean (VIP karpa) jaramon egin eta zuen galderei erantzungo diete behin aldatu eta hidratatuta.
- Ezin dira kamerak argindar-sarean konektatu. **BATERIA BIDEZ ELIKATU BEHAR DIRA.**

**2- BABESTU** pertsonen intimitatea eta duintasuna -ez grabatu irudi labainik- zorabiatutako korrikalariak, mediku artatzeak etb. **DEBEKATUTA** dago osasun-guneetan zein erreserbatuetan sartzea eta grabatzea. Saihestu sentsazionalismoa eta alarma, bereziki, zoritzarreko gertakarietan. Eragindako pertsonak eta bere familiak erabateko lehentasuna dute eta agintari eskudunek erabakiko dute zeintzuk diren zabaltzeko informazio mota eta une egokiak.

**\*Antolakuntzak eskubidea du egoki deritzon neurriak hartzeko jarraibide hauek betetzen ez dituen medioaren edo pertsonaren aurka.**





# SARE SOZIALAK

MARIA LUISA IRIZAR

## #BehobiaSS -REN SARE SOZIALAK



@BehobiaSS

13.918



@BSS\_Fortuna

11.994



@behobia\_ss

14.552



@Behobia - San Sebastián

304

