

**AZKEN OHARRAK
ÚLTIMOS AVISOS**

16 CARRERA DE EMPRESAS
ENPRESEN LASTERKETA



ORGANIZAN

**EL
DIARIO
VASCO**

**DONOSTI
EVENTOS**

ADEGI



AZKEN OHARRAK

1.- Dorsalak jasotzeko

Maiatzaren 16an, ostirala, egingo da, Belartzako Decathlon dendan, 9:30etik 19:30era. Dorsalak jaso ahal izateko, paperean edo mugikorrean, izen-ematearen baieztapen ofiziala aurkeztu beharko da, baita dorsalak jasoko dituen pertsonaren jatorrizko NANA ere.

2.- Kontsigna

Gipuzkoa plazan egongo da eta ondorengo ordutegian irekita egongo da: 9.00etatik 12.30etara. 10 bilketa gune egongo dira, dorsalaren amaieraren arabera ordenatuta. Gune horietan **2 eskumuturreko** emango dizkizute; bata, utzi aurretik motxilan jartzeko, eta bestea zuek jartzeko, horrela lasterketa amaitzean zeuen gauzak jaso ahal izateko.

3.- Aparkalekua

Irteera eta helmuga gunera autoz joanez gero, ondorengo aparkaleku pribatuetan aparkatzea gomendatzen da: Okendo, Kursaal, El Txofre, edo Autobus geltokia. Women Itzulia dela eta, Bulebarreko parkingerrako sarrera itxita egongo da.

4.- Irteera

Irteera maiatzaren 18an, igandean, izango da, 10:15ean, Donostiako Udaletxe aurreko zabalgunetik.

Egun horretan bertan, 10:00etan, Women Itzulia Hernani kaletik abiatuko denez, parte-hartzaile guztiei eskatzen zaie Alderdi Ederreko lorategietan egoteko, 9:45etik aurrera berotzeko eta argazkiak ateratzeko, bestela ezingo baitute Hernani kalea zeharkatu. Gune horretan komun kabinak egongo dira. Irteera errektu 10:00etan irekiko da.

Aurtengo parte-hartze handia dela eta, berrikuntza gisa, **3 irteera** egingo dira, eta bien artean 2 minutuko tartea egongo da. Saillapenak denbora gordinak (1. irteeratik aurrera) eta denbora garbiak (talde bakoitzaren irteeratik aurrera) erakutsiko dituzte.



5.- Dorsalak

Dorsalak kamisetaren aurrealdean jarri behar dira, ondo ikusteko moduan eta kateorratzekin lotuta. Talde bakoitzaren 4 dortsaletako batek txip bat izango du, eta horrek neurtuko du taldeak helmugara iristean egindako denbora.

6.-Helmugara iristea

Talde bakoitzeko 4 korrikalariak batera iritsi behar direla helmugara gogorarazten dizuegu, eta dorsalak kontrolatu bitartean elkarrekin egon beharko zaretela. Talde bat 4 korrikalariekin helmugara iristen ez bada, epaileek deskalifikatu egingo dute (Guiouzkoako Atletismo federakuntzako epaileak). Aurreko edizioan bezala, helmugara iristen den partaide bakoitzak finisher domina bat jasoko du. Helmugan sartzeko, gehienez, ordu bat eta 15 minutu izango dira.

7.- Aldaketak zirkuituan

Aurten, Parte Zaharretik ez pasatzeko eta bizilagunak ez gogaitzeko, aldaketa txiki batzuk egin ditugu zirkuituan. **Ikusi erantsitako planoak.**

8.- Sari banaketa

Udaletxeko Terrazan izango da. Kategoria bakoitzean (gizonezkoena, emakumezkoena eta mistoa) sailkatutako lehen 3 taldeei eta kategoria inklusiboan sailkatutako lehen taldeari eskatzen zaie helmugatik igaro bezain laster ohorezko podiumaren eremura zuzenean joateko. Hor emango zaie azken hornidura. Saria emateko, denbora gordinak hartuko dira kontuan, ez garbiak.

9.- Hornidura zirkuituan

Aurten bi ur-hornidura gunek egongo dira ibilbidean. Lehen, Insaluseko ur botilatxoarekin, Zubieta plazan egongo da Antiguarako norabidean. Bigarrena, sareko urarekin, Clara Campoamor plazan. Hornidura gunetatik gertu botilatxoak edo edalontziak uzteko edukiontziak egongo dira. **MESEDEZ, EZ BOTA HONDAKIN HORIEK LURRERA.**

10.- Azken hornidura

Alderdi Ederreko lorategietan emango da. Alde batetik, parte-hartzaile bakoitzak Super Amarako poltsa bat jasoko du, ur-botilatxoak, fruta, barra energetikoz eta fruitu lehorrez osatua. Horrez gain, Aquarius, Kaikuren irabiaki bat, emango da, eta Pasquierrek opil bat entregatuko du.



11.- Masajea

Azken hornidurako gunean, doako masaje zerbitzua egongo da. Zerbitzu hori BI-K Masaje Eskolako ikasleek eskainiko dute.

12.- Dutzak

Aurten ere, parte hartzaileek **Manteo Kiroldegiko** dutzak erabili ahal izango dituzue. Instalazioa goizeko 9:00etan irekiko da, eta 13:30ean itxiko da. Sarrera doakoa izango da, baina aurretik lasterketako dortsala aurkeztu beharko da. Kontxako kabinak ere irekita egongo dira, urteko beste edozein egunetan bezala, eta ohiko tarifak aplikatuko dituzte: 1,6 € (dutzak) eta 2,5 € (dutzak eta armairuak).

13.- Asegurua

Parte-hartzaile bakoitzak istripu aseguru bat izango du, **Allianz** konpainiak kudeatua. Edozein lesio izanez gero, Poliklinika Gipuzkoara joan eta dortsala erakutsi behar da.

14.- Sailkapenak

Igande arratsaldean, Lasterketaren webgune ofizialean www.carreraempresas.com eta www.diariovasco.com, denboren arabera sailkapen osoa eta sektoreen arabera sailkapen osoa argitaratuko dira.

15.- Quiero mis fotos

Astelehenetik aurrera, argazki-album osoa egongo da ikusgai Lasterketaren webgunean. Hemen duzue album horretarako esteka zuzena:
<https://www.quieromifotos.com/fotos/Evento-Deportivo/Carreras-a-Pie/Carrera-de-las-Empresas-Donostia-San-Sebastian-2025>

16.- Sare sozialak

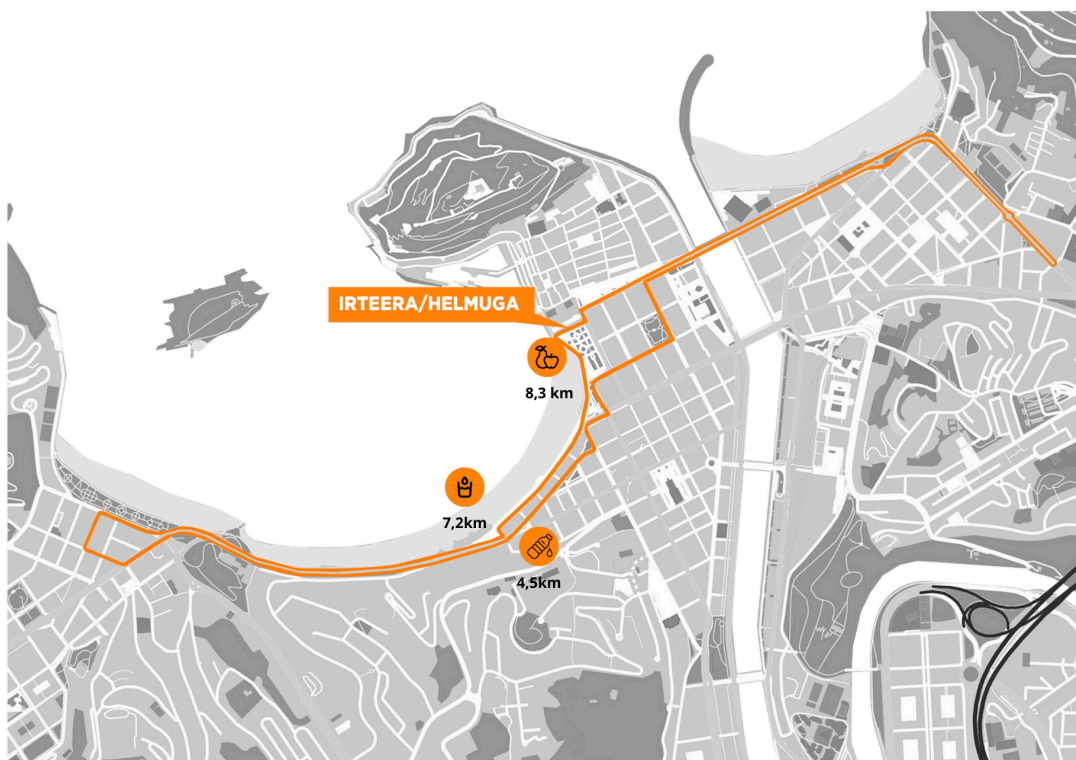
Gure sare sozialetan jarraitza animatzen zaituztegu, berrikuntzarik ez galtzeko eta lasterketako unerik onenak berpizteko:

- Instagram: @carreraempresasdonostia
- LinkedIn: Enpresen Karrera - Donostia

Zuen argazkietan etiketatu, zuen irudiak eta mezuak partekatu ahal izateko. Lasterketa nola bizi duzuen ikustea maite dugu!

Eskerrik asko 2025eko Enpresen Lasterketan parte hartzeagatik!

IBILBIDEA



ALDERDI EDER PLANOA

