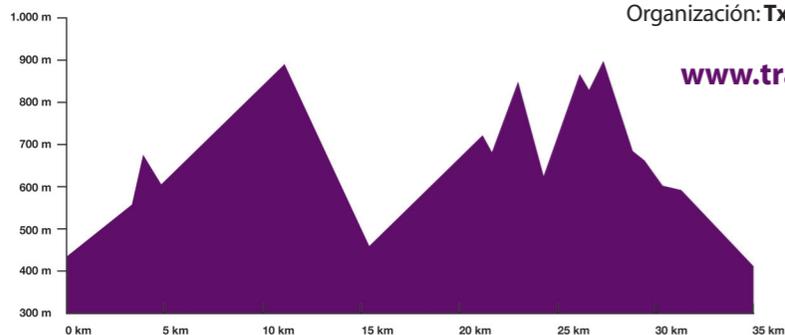
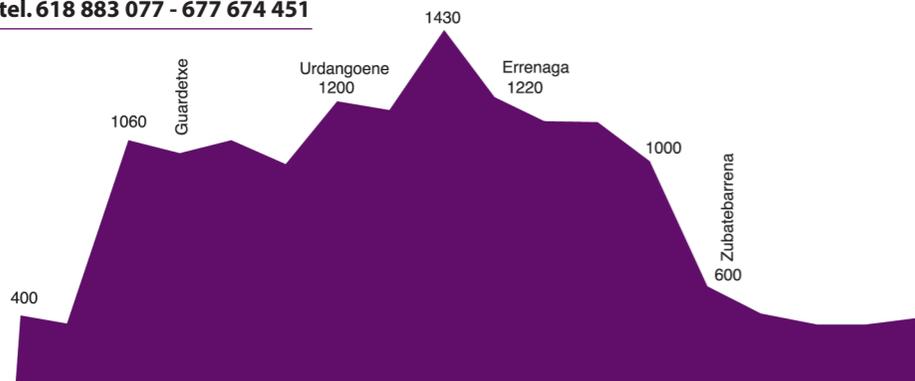


**I. TRAIL SAN CRISTOBAL-EZKABA****30/05/2010**

La novedad para este año llega a la Capital Navarra. Es la 1ª edición del Trail San Cristóbal-Ezkaba, que se disputará el último fin de semana de mayo. Contará con dos modalidades de carrera: una prueba popular de 17 km, y el Campeonato Navarro Individual de Carreras por montaña que recorrerá una distancia de 34 km con un desnivel de 1.360 m.

irteera/salida: **9:00****Ayto. Ansoain****34.000 m** - genienero altuera : **1.360 m****17.000 m** - genienero altuera: **580 m**Organización: **Txurregi - Anaitasuna Iñigo****www.trailizekaba.com****Tel. 615 323 481****info@txurregi.com****VII. LAKUNTZA-ARALAR LAKUNTZA****13/06/2010**irteera/salida: **9:30. Lakuntza, plaza****28.500 m**metatutako desnibela: **+1.154 - 1.154 m** gehienero altuera: **1.430 m**antolatzailea/organización: **Dantzaleku-Sakana.**Lasterketako zuzendaria: **Mikel, Andoni****www.lakuntza-aralar.com****lakuntza.aralar@gmail.com****tel. 618 883 077 - 677 674 451**

PRUEBAS		VI MEDIA MARATON BERA		VI. CAMILLE EXTREME		II KM VERTICAL SAN DONATO		IV OLATZAGUTIA URBASA		XXXIV. MENDIRA JOAN-ETORRIA	
COEFICIENTE											
PUESTO	BASE	PUESTO	PTO.	PUESTO	PTO.	PUESTO	PTO.	PUESTO	PTO.	PUESTO	PTO.
1	100	1	134	1	161	1	105	1	125	1	106
2	95	2	129	2	156	2	100	2	120	2	101
3	91	3	125	3	152	3	96	3	116	3	97
4	88	4	122	4	149	4	93	4	113	4	94
5	86	5	120	5	147	5	91	5	111	5	92
6	84	6	118	6	145	6	89	6	109	6	90
7	82	7	116	7	143	7	87	7	107	7	88
8	80	8	114	8	141	8	85	8	105	8	86
9	78	9	112	9	139	9	83	9	103	9	84
10	76	10	110	10	137	10	81	10	101	10	82
11	75	11	109	11	136	11	80	11	100	11	81
12	74	12	108	12	135	12	79	12	99	12	80
13	73	13	107	13	134	13	78	13	98	13	79
14	72	14	106	14	133	14	77	14	97	14	78
15	71	15	105	15	132	15	76	15	96	15	77
16	70	16	104	16	131	16	75	16	95	16	76
17	69	17	103	17	130	17	74	17	94	17	75
18	68	18	102	18	129	18	73	18	93	18	74
19	67	19	101	19	128	19	72	19	92	19	73
20	66	20	100	20	127	20	71	20	91	20	72
21	65	21	99	21	126	21	70	21	90	21	71
22	64	22	98	22	125	22	69	22	89	22	70
23	63	23	97	23	124	23	68	23	88	23	69
24	62	24	96	24	123	24	67	24	87	24	68
25	61	25	95	25	122	25	66	25	86	25	67
26	60	26	94	26	121	26	65	26	85	26	66
27	59	27	93	27	120	27	64	27	84	27	65
28	58	28	92	28	119	28	63	28	83	28	64
29	57	29	91	29	118	29	62	29	82	29	63
30	56	30	90	30	117	30	61	30	81	30	62
31	55	31	89	31	116	31	60	31	80	31	61
32	54	32	88	32	115	32	59	32	79	32	60
33	53	33	87	33	114	33	58	33	78	33	59
34	52	34	86	34	113	34	57	34	77	34	58
35	51	35	85	35	112	35	56	35	76	35	57
36	50	36	84	36	111	36	55	36	75	36	56
37	49	37	83	37	110	37	54	37	74	37	55
38	48	38	82	38	109	38	53	38	73	38	54
39	47	39	81	39	108	39	52	39	72	39	53
40	46	40	80	40	107	40	51	40	71	40	52
41	45	41	79	41	106	41	50	41	70	41	51
42	44	42	78	42	105	42	49	42	69	42	50
43	43	43	77	43	104	43	48	43	68	43	49
44	42	44	76	44	103	44	47	44	67	44	48
45	41	45	75	45	102	45	46	45	66	45	47
46	40	46	74	46	101	46	45	46	65	46	46
47	39	47	73	47	100	47	44	47	64	47	45
48	38	48	72	48	99	48	43	48	63	48	44
49	37	49	71	49	98	49	42	49	62	49	43
50	36	50	70	50	97	50	41	50	61	50	42
51	35	51	69	51	96	51	40	51	60	51	41
52	34	52	68	52	95	52	39	52	59	52	40
53	33	53	67	53	94	53	38	53	58	53	39
54	32	54	66	54	93	54	37	54	57	54	38
55	31	55	65	55	92	55	36	55	56	55	37

\*Puntuación completa Anexo 2 del Reglamento de Competiciones de Carreras por Montaña de Navarra 2010.



2012 CONTIGO AVANZAMOS



LOCALIA CANAL 4 NAVARRA

**Circuito Navarro de Carreras por Montaña****Nafarroako Mendi lasteketen Zirkuitoa**

Mendi Lasterketen Nafarroako Garaikurra Copa Navarra de Carreras por Montaña

**F.N.D.M.E. M.E.K.N.F. 2010****II COPA NAVARRA DE CARRERAS POR MONTAÑA MENDI LASTERKETEN NAFARROAKO II. GARAIKURRA****11 ABRIL - VI Media Maratón Bera****18 JULIO - VI. Camille Extreme - Isaba****19 SEP. - II. Km Bertikala - Uharte Arakil****25 SEP. - IV. Olatzagutia-Urbasa****3 OCT. - XXXV. Mendira Joan-Etorria - Etxarri Aranatz****CAMPEONATO NAVARRO INDIVIDUAL NAFARROAKO TXAPELKETA-BANAKA:****30 MAYO - I. Trail San Cristóbal - Ezkaba****CAMPEONATO NAVARRO POR CLUBES NAFARROAKO TXAPELKETA-KLUBAK:****13 JUNIO - VII. Lakuntza-Aralar****www.mendinavarra.com www.mendizmendi.com**

## Berako VI. MENDI MARATOI ERDIA VI MEDIA MARATÓN BERA

11/04/2010

Txapelketa denboraldia apirilaren erdian hasiko da, Nafarroako Garaikurren lehenengo mendi lasterketarekin: Berako Maratoi Erdiarekin. Aurtengoa VI. edizioa izanen da. Pista eta xendatan barrena abiatzen da lasterketa: lehenik Manttaleko tontorra, gero Ibardineko lepoa, ondoren Landaginetatik pasatu eta gero, Larunera igotzeko. Azken igoera hori teknikoagoa da. Jaitsiera beste alde batetik izanen da, igoera baino laburragoa dena. Handik irteera puntura abiatzen da lasterketa, Berako kiroldegira.

irteera/salida: **9:30**

**Berako kiroldegia**  
**21.000 m**

metatutako desnibela:

**+1.600 – 1.600 m**

gehieneko altuera:

**910 m**

antolatzailea/organización:

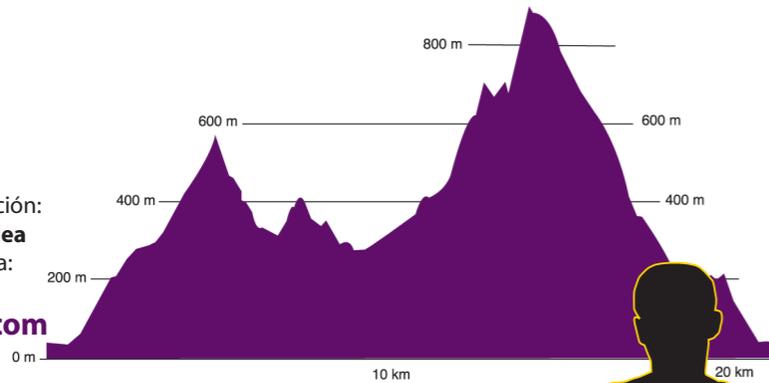
**Agerra Mendi Taldea**

lasterketako zuzendaria:

**Patxi**

[www.manttale.com](http://www.manttale.com)

tel. 609 981 147



## BERIINGO II. KM BERTIKALA II KM VERTICAL SAN DONATO

19/09/2010

La carrera, disputada en cronometraje individual cada 30 segundos, sale del pueblo de Uharte Arakil (471 m) para llegar a la cumbre del monte Beriain (1.494 m). El descenso, fuera de carrera, se realizará por la ruta normal, es decir por el puerto de Uharte (1.386 m), para evitar estorbo a los participantes en los últimos y duros metros de ascensión. Ahora tranquilamente, se podrá disfrutar de unas maravillosas vistas de toda la Sakana.

irteera/salida: **10:00**

**Uharte Arakilgo plaza**  
**4.900 m**

metatutako desnibela:

**+1.023**

gehieneko altuera:

**1.494 m**

antolatzailea/organización:

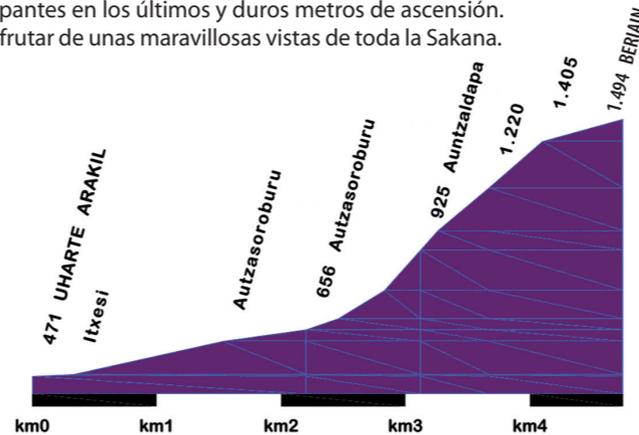
**Aralar Mendi Taldea**

lasterketako zuzendaria:

**Juanjo tel. 600 052 246**

[www.uhartearakil-beriaín.com](http://www.uhartearakil-beriaín.com)

uhartearakil-beriaín@hotmail.com



## XXXIV. MENDIRA JOAN-ETORRIA ETXARRI ARANATZ

3/10/2010

irteera/salida: **11:00. Etxarri Aranatz, plaza**

**10.000 m**

metatutako desnibela: **+557 – 557 m**

gehieneko altuera: **1.065 m**

antolatzailea/organización:

**Udaberri Elkarte**

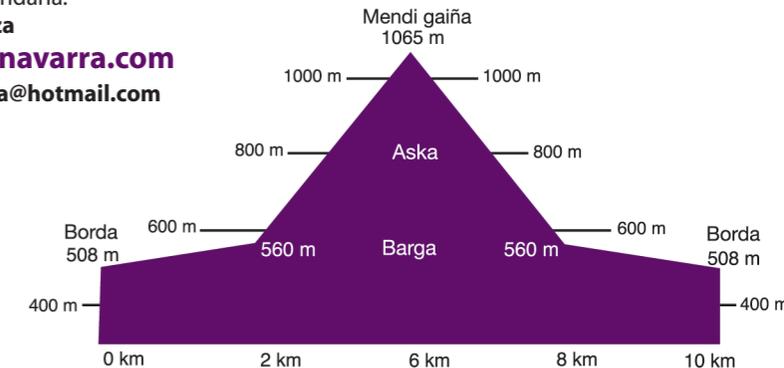
lasterketako zuzendaria:

**Rafael Larraza**

[www.mendinavarra.com](http://www.mendinavarra.com)

udaberrielkartea@hotmail.com

tel. 948 461 049



## VI. CAMILLE-EXTREME ISABA-EZKAURRE

18/07/2010

La gran novedad de este año es que la Camille Extreme además de Copa Navarra, será una de las cuatro carreras de la Copa de España. Más participación pero mismo ambiente para una carrera en la que os esperan los paisajes más espectaculares del Valle del Roncal. Ezkaurre seguirá siendo la gran protagonista de la VI Camille Extreme. El recorrido será el tradicional: todo tipo de terrenos, algunos de ellos técnicos y exigentes, que pondrán a prueba el estado de forma de los participantes.

irteera/salida: **9:00. Isabako frontoia**

**31.400 m**

metatutako desnibela: **3.900 m**

gehieneko altuera: **2.047 m**

antolatzailea/organización: **ADI/IKE**

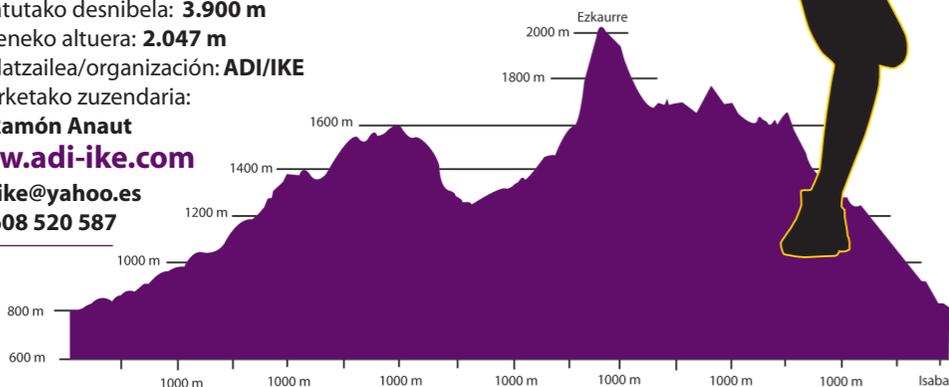
lasterketako zuzendaria:

**Ramón Anaut**

[www.adi-ike.com](http://www.adi-ike.com)

adi\_ike@yahoo.es

tel. 608 520 587



## IV. OLATZAGUTIA-URBASA IV OLATZAGUTIA-URBASA

25/09/2010

Nafarroako koparako puntuagarria den lasterketa honek Olatzagutiatik irten eta Urbasa Parke Naturaleko ipar gailurrerian zehar egiten du bere ibilbidea. Mendibide eta xenda artean Tontorraundi (1.157m), Bargagain (1.153 m) eta Gainsoil (1.068 m) tontorrek igarotzen ditu, berriz aldapa behera zorrotzean Olatzagutiarraino jaisteko.

irteera/salida: **10:00. Clinker plaza.**

**22.900 m**

metatutako desnibela: **+1.072 – 1.072 m**

gehieneko altuera: **1.156 m**

antolatzailea/organización:

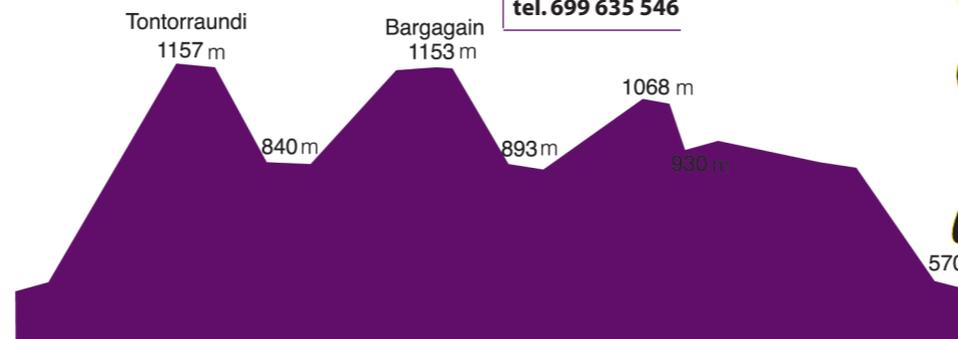
**Club Sutegi Taldea**

lasterketako zuzendaria: **Josean**

[www.olatzagutia-urbasa.net](http://www.olatzagutia-urbasa.net)

olatzagutiurbasa@gmail.com

tel. 699 635 546



## REGLAMENTO DEL CIRCUITO NAVARRO DE CARRERAS POR MONTAÑA

- Para puntuar en la Copa Navarra de Carreras por montaña, será obligatorio estar federado en montaña y presentar la tarjeta acreditativa.
- Se clasificarán en la Copa de Carreras por Montaña, aquellos corredores que hayan finalizado tres de las cinco carreras. En caso de haber participado en más, se sumarán la puntuación más alta de tres de las pruebas.
- En el Campeonato Navarro Individual, se clasificarán los tres primeros navarros federados en montaña de cada club.
- En el Campeonato Navarro por Clubes, puntuarán los tres primeros corredores navarros federados en montaña de cada club.
- En caso de empate entre dos o más competidores, se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido en la última carrera disputada.
- Los participantes estarán divididos en las siguientes categorías:
  - FEMENINA (Absoluta 18 años en adelante) (Sub-categoría veterana +40 años)
  - MASCULINA (Absoluta 18 años en adelante) (Sub-categoría veterano +45 años)
- En caso de que en una categoría no haya participación suficiente para cubrir los tres primeros puestos, se unificará en una única categoría.