

SAVEZ-VOUS LE TEMPS QU'IL FAUT POUR FAIRE DISPARAÎTRE LES DÉCHETS QU'ON JETTE DANS LA MONTAGNE?

POMME	2 MOIS
TISSU	3 MOIS
PEAU DE BANANE/ORANGE	2 ANS
CIGARETTE	2 ANS
CHEWING-GUM	5 ANS
SAC PLASTIQUE	10-20 ANS
CANETTE DE SODA	20 ANS
TETRA PAK	30 ANS
BRIQUET	100 ANS
BOUTEILLE OU BOUCHON EN PLASTIQUE	100 ANS
COUCHE, SERVIETTE HIGIÉNIQUE OU TAMPON	300-400 ANS
PILE	4000 ANS

RESPECTONS ET PROTÉGEONS L'ENVIRONNEMENT

La quasi-totalité de la course traversera un milieu naturel extraordinaire. D'où l'obligation de protéger l'environnement et la prohibition de jeter quoi que ce soit par terre.

Pour cela des poubelles seront placées à chaque point de ravitaillement. Le tri des déchets établi par les organisateurs est à respecter obligatoirement.

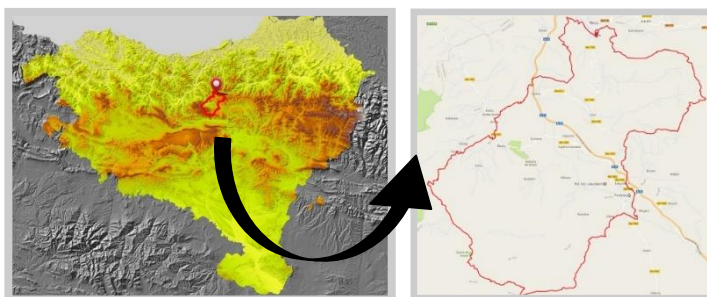


SITE WEB

POUR SUIVRE LA COURSE

[https://www.rockthesport.com/es/ev
ento/mendi-erronka-2018](https://www.rockthesport.com/es/evento/mendi-erronka-2018)

TOUR



| EU | ES | CA | FR | EN |



EMPLACEMENT DES SERVICES

- A** LIGNE DE DÉPART/ D'ARRIVÉE et CONSIGNE (pour laisser ses affaires)
- B** PARKING
- C** PARKING CARAVANES
- D** DOUCHES et CONSIGNE (pour récupérer ses affaires)





POSTES D'OBSERVATION

VILLAGE	EHME KM	PREMIER(E) COUREUR/EUSE
Leitza	0	8:00
Gorriti	9,6	8:45
Arribe	14	9:15
Gaintza	18,2	9:30
Albi	27	11:00
Putzuzar	32,8	11:30
Lekunberri	45,5	12:30
Beruete (Iontza)	59,5	13:45
Leitza	67	14:45

VÉHICULES AUTORISÉS SEULEMENT:

l'organisation mettra des taxis à disposition des spectateurs qui désirent aller à Gaintza.

RAVITAILLEMENT EN COURSE (boissons)

Pagozelai
Iribasko iturburua
Iontza
Jaundegiko borda

RAVITAILLEMENT EN COURSE (complet)

Gaintza
Unagako putzua
Putzuzar
Lekunberri
Idiazabal
Leitza

CONTRÔLE DE PASSAGE

Gaintza
Irumugarrieta
Artxueta
Lekunberri
Ireber
Leitza

CONTRÔLE DE PASSAGE ET LIMITES HORAIRES

Gaintza.....11:15
Albi.....14:00
Lekunberri.....16:30
Leitza(groupe).....20:00
Leitza(Individuel)21:00

FICHE TECHNIQUE

Sortie	À 8h du matin sur la place de Leitza
Distance	67km
Contrôle de passage	6
Revitaillement en course	9
Dénivelé du parcours	7.200m
Altitude maximale	Irumugarrieta 1.431m
Altitude minimale	Arribe 222m
Remise des prix	À 20h, sur la place de Leitza

POUR SUIVRE LA COURSE

Leitza-Gorriti		10 min	NA-170 A-15	9 km
Gorriti-Arribe		19 min	A-15 NA-1300	17 km
Arribe-Gaintza		5 min	NA-7512	4 km
Gaintza-Albi		37 min	NA-1300 NA-7510	27 km
Albi- Putzuzar		9 min	NA-7510	5 km
Putzuzar-Lekunberri		24 min	NA-7510	18 km
Lekunberri-Leitza		15 min	A-15 NA-170	17 km

