



BATZAR NAGUSIAK
JUNTAS GENERALES
BIZKAIA

PRENTSARAKO OHARRA
2019/07/02

Hemen dago Bocineros-Deiadar Xtreme ultra trailaren II. edizioa

Bi hilabete inguru geratzen dira eta deiadarrak jadanik entzuten dira urrunetik. Datorren iraileko 13an, 14an eta 15ean, Bocineros-Deiadar Xtreme ultra trailaren II edizioa izango da, 200 kilometroko luzera eta 22.000 metroko desnibel metatua duen “non stop” formatoko ultra trail mendi lasterketa da. Bizkaiko 5 deiadar mendiak (Sollube, Kolutza, Ganekogorta, Gorbeia eta Oiz) eta 3 Batzar Nagusiak (Abellanedako batzar-etxea, gaur egungo Enkarerrietako Museoa; Gerediagako foru zelaia eta Gernikako batzar-etxea) zeharkatuko ditu.

Lasterketa gaur aurkeztu da prentsa aurrekoan Batzar Nagusietako Bilboko egoitzan. Bertan, Ana Otadui Lehendakariak, Emilio Lobato Mahaiko bigarren idazkariak eta Fernando Pérezek Bocineros-Deiadar lasterketaren zuzendari teknikoak hartu dute parte. Bertan egon dira, baita ere, Agurtzane Argiarro eta Juan Romano, 2018ko ultra trail lasterketaren lehen edizioko irabazleak.

Otadui gogorarazi duenez, orain 15 egun “berriro Lehendakari izendatua izatearen ohore eta erantzukizun handia izan nuen”. “Gaur aurkezten dugunaren moduko ekimenak bat datoz Bizkaiko Batzar Nagusiak ezagutarazten jarraitzeko dudan helburuarekin”, azpimarratu du Lehendakariak, eta emakumeak lasterketetan parte hartzera gonbidatu ditu.

Fernando Pérezek lasterketa bakoitzaren xehetasunak azaldu ditu, eta 200 kilometroko ultra traila “Bizkaiari ematen zaion itzulia” dela esan du. Lasterketak hartzen dituen udalerrietan dauden eta 500 boluntariorekin lasterketan laguntzen duten 20 mendi talde baino gehiagoren lana azpimarratu dau.

Deiadar Ultran (100k) parte hartuko duen Agurtzane Argiarrok adierazi duenez, indar psikikoak eman zion 2018ko ultra trail Xtreme lasterketa irabazteko aukera. “Lasterketa horretan 20 bider hiltzen zara, baina beste horrenbestetan berpiztu”. Juan Romano bat etorri da ideia horrekin, eta gogorarazi duenez, gehien sufritu zuen unea Oiztik jaistean izan zen, “oso luze egin zitzaidan, benetako tortura”, esan du. Aurten berriro hartuko du parte Deiadar Xtreme lasterketan.

Trail 52 Sport Mendi Kluba mendi elkarteak antolatuta, irteera eta helmuga Gernikako Arbolan bertan izango duen proba berritzaile hau (200 kilometroko bakarra Penintsulan banaka eta ‘non-stop’ formatuan) Bizkaiko Historian errotuta dago. Erdi Aroan, Bizkaiko Batzar Nagusiak soinudun deien (adarrak) eta dei bisualen (suak) bitartez deitzeko ohitura zegoen, horretarako Lurralde Historikotik estrategikoki sakabanatutako bost Deiadar Mendien gailurrak erabiltzen zirelarik.

Bocineros-Deiadar Xtreme ultra trailak Bizkaia ikuspegi berri batetik ezagutzeko aukera ematen du, gau eta egunez oinez zein korrika eginez 200 kilometroko ibilbidean, 32 udalerrri (Bizkaiko 112etatik ia herena), 20 bat erdigune (baserri ingurukoak zein urbanoak), 15 mendilerro, 25 gailur eta 2 parke natural zeharkatuko dituen (Bizkaian dauden hiruretatik).



bocinerosXdeiadar
xtreme

Oihan Arzuak, lasterketako zuzendariak, probaren berezitasuna azpimarratu du: “bakarra, bai gogorazten duen tradizioa bai bere distantziagatik, 200 kilometroko Penintsulako lehenengo ultra traila baita eta Europako hirugarrena”. Oihan Arzuak eskerrak eman zizkien “instituzioei, babesleei, bolondresei eta korrikalariei abentura honi aurre egiteagatik” eta dei berezia egin zien “mendizaleei eta adarra duen edonorri, Deiadar Mendietara igotzeko partaideei babeseta eta berotasuna adierazteko”.

Hiribildu Forala irteera eta helmuga izanik, lasterketak 18 anoa-gune izango ditu, non antolakuntzak partaideei janari zein edaria eskeiniko dien. Bizi-Oinarrietan gainera jantzi aldatzeko, atseden hartzeko edota masaje bat hartzeko aukera izango dute: Balmaseda (88.km.) eta Urkiola (164. km.).

Bi anoa-gune Batzar Nagusietako bi egoitzetan egongo dira: Abellaneda (70.km.) eta Gerediaga (175.km.), Fika, Zamudio, Bilbao edo Sodupe bezalako herrietaz gain.

Izen-emate epea abuztuko erdirarte egongo da zabalik bere web gunearen bitartez www.bocinerosxtreme.com. Bertan probako datu guztiak aurki daitezke.

Bocineros-Deiadar Xtreme ultra trailak Bizkaiko Batzar Nagusien eta Gernikako Udalaren babes instituzionala; eta Euskaltel, Zabalgardi, Land, Coca-Cola, Aneto, La Fortalezeta, GlucoSport, Arrabako Aterpea eta Hitza bezalako erakundeen laguntza du, Bizkaiko Mendizale Federazioaren babesaz gain.

Alex Txikoni omenaldia

Aurten, berrikuntza bezala, mendia eta mendizaletasunaren munduan modalitate ezberdinetan murgildutako bizkaitar pertsonai ezagun batek bat egingo du gure probarekin. Omenaldi honen lehenengo protagonista Alex Txikon alpinista izango da, Nanga Parbat mendia neguan eskalatu duen lehenengo pertsona eta hamar zortzimilakorekin bere palmaresean.

Omenaldia jasoaz gain, Alex Txikonek Deiadar Ultra (100K) lasterketan parte hartuko du. Lemoako alpinistarentzako ez da esperientzia berria izango, izan ere, Txikonek 2016ko Zegama-Aizkorri lasterketan eta 2013ko Iruñea-Bilbo ultratrailan parte hartu du.

Ingurumenarekiko errespetua

Gure historia ezagutarazteaz gain, ultra trailak mendizaletasunaren berezko balioak –errespetua, elkartasuna eta jarduera fisikoaren bidez natura ezagutzea– sustatzeko eta Bizkaiko Lurralde Historikoaren geografiak paisaia aldetik duen aberastasuna zabaltzeko asmo eta borondatearekin sortu da. Ildo honetatik, lasterketak, alde batetik, GRak, PRak eta Donejakue Bidea bezalako seinaleztatutako bideak sustatuko ditu (ibilbidearen %75a baino gehiago), eta bestetik, mendiko bide eta bidezidor ezberdinen berreskuratzea eta mantentzea bultzatuko ditu, inplikaturako erakundeekin kolaborazio estuan.

Esan bezala, lasterketaren balore garrantzitsuenetarikoa, Bizkaiko Foru Aldundiko Ingurumen Sailaren baimen guztiarekin, ingurumenarekiko erabateko errespetua da, bere balio natural eta etnografikoak direla eta. Era berean, antolakuntzatik, lasterketak zeharkatzen dituen natura-inguruen erantzukizuneko erabilera jasangarria bultzatuko da.

Konpromiso hau bermatzeko, antolakuntzak arreta berezia jarriko du ingurumenaren kontserbazioarekin lotura duten Araudiko alderdiak betetzeko. Hori dela eta, anoa-guneetan ez da edalontzirik izango, ahal den neurrian, zaborrik ez sortzeko. Partaide bakoitzak ontzi birziklagarri bat eraman beharko du. Partaide bakoitzak irakurtzeko moduan eta errotulagailu ezabaezinarekin markatu beharko du bere dortsal-zenbakia barratxo, gel, janari-poltsa eta

abarretan. Horrez gain, antolakuntzak material berrerabilgarria eta birziklagarria erabiltzeko erabakia hartzen du, ibilbidean zehar aztarnik gera ez dadin lasterketa bukatutakoan.

Ibilbidean zehar, partaideek bere erresistentzia eta doai atletiko zein teknikoak frogatu ahal izango dituzte mendi inguru paregabea, 1.500 metrotik gertuko garaieran eta harriak, belardiak eta lurra nahasten duen ibilbide zoragarrian. Mendizaletasunaren balioetan murgiltzeko, korrikalari bakoitzaren muga fisiko zein psikikoak eta beste partaideekin zein bere buruarekin lehia garbian jarduteko marko paregabea, dudarik gabe.

Lasterketa bat, hiru distantzia: 200K, 100K, 42K

Bocineros-Deiadar Xtreme bezalako ultra trail baten gogortasunak, 200 kilometrokoa eta 22.000 metro desnibel metatuarekin, izugarriko erresistentzia fisiko zein psikikoa duten korrikalari eta mendizaleentzako soilik mugatua dago. Lehenengok ia 30 ordu beharko dituzte helmugara iristeko, azkenengok aldiz, 56 orduko denbora muga izango dute ibilbidea osatzeko. Bere segurtasuna bermatzeko, gehieneko dortsal kopurua 200ekoa izango da.

Exigentzia maila hau dela eta, antolakuntzak distantzia laburragoko bi lasterketa eskeintzen ditu partaide mota eta kopurua zabaldu nahian:

Deiadar Ultra: 100 kilometroko luzera eta 10.600 metroko desnibel metatua duen mendi lasterketa da. 6 mendilerroko hamar bat gailur zapaltzen ditu, haien artean 2 deiadar mendi (Sollube eta Oiz), irteera eta helmuga Gernikako herrian duelarik. Proba Busturialdea, Lea-Artibai eta Durangaldeko eskualdeetako 19 udalerritik igaroko da Urdaibaiko Erreserban barrena eta Bermeo, Busturia, Kortezubi, Ereño edota Aulesti bezalako herrietan izango ditu anoa-guneak.

Deiadar Maratoia: 42 kilometroko luzera eta 4.400 metroko desnibel metatua duen mendi lasterketa da. Busturialdeko eskualdeko 10 udalerriri eta Urdaibaiko Erreserba zeharkatzen ditu eta 1 mendilerroko bost gailur zapaltzen ditu, besteak beste Sollube Deiadar Mendia, irteera eta helmuga Gernikako herrian duelarik. Almike (Bermeo), Altamira (Busturia) eta (Urberuaga) Forua bezalako herrietan izango dira anoa-guneak.

Mendi martxak

Bocineros-Deiadar Xtreme ultra traila lasterketarekin batera, osagarri bezala, bost Deiadar-mendiak igotzeko lehiakortasunik gabeko mendi-martxak antolatuko dira, zaleek lasterketa jarraitzeko aukera izan dezaten.

Martxa hauen helmugek, deiadar-mendi ezberdinen gailurretara, lehenengo korrikalarien igarotze momentuarekin bat egingo dute, hauek zaleen animoak eta berotasuna senti ditzaten.

Horrek suposatzen du horietako hiru martxa (Kolitza, Ganekogorta eta Gorbeia) gauez izango direla, honek duen xarma bereziarekin.

Inskripzioak irekita izango dira probaren webgunean www.bocinerosxtreme.com/martxas/ irailera arte.

HIRU LASTERKETETAKO FITXA TEKNIKOA

BOCINEROS-DEIADAR XTREME (200K)

- **Eguna:** 2019ko Irailak 13, 14 eta 15.
- **Irteera eta helmuga:** Gernika.
- **Distantzia:** 200 km.
- **Desnibel positiboa:** 11.000 m.
- **Desnibel negatiboa:** 11.000 m.
 - **Irteera:** Ostirala 10:00etan.
 - **Helmuga (gehieneko denbora):** Igandea 18:00etan (56 ordu).
- **Gehieneko parte-hartzaile kopurua:** 200
- **Mediku-ziurtagiria:** Derrigorrezkoa
- **Gehieneko altuera:** 1.482 m. (Gorbeia)
- **Gutxieneko altuera:** 10 m. (Gernika)
- **5 Deiadar Mendi.**
- Bizakiako **3 Batzar Nagusiak.**
- **2 Parke Natural.** Gorbeia eta Urkiola.
- **13 mendilerro:** Sollube, Berreaga, Ganguren, Sasiburu, Grumeran, Ubieta, Ordunte, Trasmosomos, Ganekogorta, Mendigisa, Gorbeia, Urkiola eta Oiz.
- **25 gailur:** Sollube, Arrolatza, Tellitu, Sasiburu, El Humilladero, Apuko, Eretza, Larrea, Kolutza, Arbalitza, Trasmosomos, Somokurtzio, Rioya, Ilso/Egüen, Carobo, Gallarraga, Ganekogorta, Kamaraka, Untzuetza, Arrugaeta, Gorbeia, Saibi eta Oiz.
- **32 udalerrri** (Bizkaia osatzen dutenen 112en ia herena): Gernika, Errigoiti, Busturia, Arrieta, Fruiz, Gamiz/Fika, Zamudio, Bilbao, Barakaldo, Alonsotegi, Güeñes, Galdames, Zalla, Sopusuerta, Artzentales, Balmaseda, Gordexola, Arrankudiaga, Arakaldo, Zeberio, Orozko, Artea, Areatza, Zeanuri, Dima, Abadiño, Mañaria, Berriz, Munitibar, Muxika, Mendata eta Ajangiz
- **20 bat erdigune (baserri ingurukoak zein urbanoak):** Gernika, Lumo, Metxikas (Errigoiti), Agirre eta Goiri (Arrieta), Fruiz, Fika, Zamudio, Bilbao, Urgozo (Barakaldo), Saratxo (Güeñes), Amabizkar (Galdames), Abellaneda (Sopusuerta), Bezi (Sopusuerta), Estación (Artzentales) Balmaseda, Sodupe, Arakaldo, Abadiño, Matiena (Abadiño) Sarria eta Andikoa (Berriz) eta Berroia (Muxika).
- **16 anoa-gune:** Sollube, Fika, Zamudio, Bilbao, Refugio Eretza, Abellaneda, Kolutza, Alto Rigadas, Sodupe, Coll. Krutziaga, Arakaldo, Bikotzgane, Refugio Arraba, Urkiola, Gerediaga eta Oiz.
- **Bizi-oinarri 2, Balmaseda (88. km.) eta Urkiola (164. km.),** non partaideek anoa-gune osoa izango duten, janari beroa (arroza, pasta), jantziz aldatzeko, dutxa hartzeko zein lo egiteko aukera eta fisioterapia zerbitzua barne.

DEIADAR ULTRA (100K)

- **Eguna:** 2019ko Irailak 14
- **Distantzia:** 100 km.
- **Desnibel positiboa:** 5.300 m.
- **Desnibel negatiboa:** 5.300 m.
- **Irteera eta helmuga:** Gernika.
 - **Irteera:** 0:00etan
 - **Helmuga (gehieneko denbora):** 24:00etan (24 ordu)
- **Gehieneko parte-hartzaile kopurua:** 350
- **Mediku-ziurtagiria:** Derrigorrezkoa.
- **Gehieneko altuera:** 1.026 m. (Oiz).
- **Gutxieneko altuera:** 1 m. (Kortezubi).
- **10 gailur:** Sollube, Atxazpe, Katillotxu, Arribieta, Atxarre, Armendua, Ereñozar, Irurkitze, Illuntzar eta Oiz.
- **Biosferako Erreserba 1:** Urdaibai.
- **6 mendilerro:** Sollube, Burretxagana, Ereñozar, Leia, Motrollu eta Oiz.
- **6 anoa-gune:** Sollube, Altamira (Busturia), Kortezubi, Akorda (Ibarrangelu), Aulesti eta Oiz.
- **Bizi-oinarri 1:** Ereño (61. km.).
- **20 udalerrri:** Gernika, Errigoiti, Arrieta, Busturia, Bermeo, Mundaka, Sukarrieta, Busturia, Murueta, Forua, Kortezubi, Gaategiz-Arteaga, Ibarrangelu, Ereño, Nabarniz, Aulesti, Munitibar, Mendata, Muxika eta Ajangiz.
- **17 erdigune (baserri ingurukoak zein urbanoak):** Gernika, Lumo (Gernika), Metxikas (Errigoiti), Almika (Bermeo), Altamira (Busturia), Urberuaga eta Elexalde (Forua), Kortezubi, Zelaieta eta Ozollo (Gaategiz-Arteaga), Gametxo, Akorda eta Tremoia (Ibarrangelu), Ereño, Aulesti, Gerrika (Munitibar) eta Berroia (Muxika).

DEIADAR MARATOIA (42K)

- **Eguna:** 2019ko Irailak 15 (igandea).
- **Distantzia:** 42 km.
- **Desnibel positiboa:** 2.300 m.
- **Desnibel negatiboa:** 2.300 m.
- **Deiadar Mendi bat:** Sollube
- **Irteera eta helmuga:** Gernika.
 - **Irteera:** 9:00etan.
 - **Helmuga (gehieneko denbora):** 17:30etan (8:30 ordu)
- **Gehieneko parte-hartzaile kopurua:** 500
- **Mediku-ziurtagiria:** Derrigorrezkoa.
- **Gehieneko altuera:** 684 m. (Sollube).
- **Gutxieneko altuera:** 6 m. (Bermeo).
- **6 gailur:** Maiaga, Sollube, Atxazpe, Katillotxu, Arribieta eta Kosnoaga.
- **Mendilerro bat:** Sollube.
- **5 anoa-gune:** Metxikas (Errigoiti), Sollube, Almike (Bermeo), Altamira (Busturia) eta Urberuaga (Forua).
- **10 udalerrri:** Gernika, Errigoiti, Arrieta, Busturia, Bermeo, Mundaka, Sukarrieta, Busturia, Murueta eta Forua.
- **6 erdigune (baserri ingurukoak zein urbanoak):** Gernika, Lumo (Gernika), Metxikas (Errigoiti), Almika (Sollube), Altamira (Busturia) eta Urberuaga (Forua).



BATZAR NAGUSIAK
JUNTAS GENERALES
BIZKAIA

NOTA DE PRENSA
02/07/2019

Ya está aquí la II edición de la ultra trail Bocineros-Deiadar Xtreme

Quedan poco más de dos meses y los cuernos bocineros comienzan a escucharse ya en la lejanía. Los próximos días 13, 14 y 15 de septiembre se disputará la II edición de la ultra trail Bocineros-Deiadar Xtreme, carrera por montaña de larga distancia en formato 'non stop' de 200 kilómetros de distancia y 22.000 metros de desnivel acumulado. La carrera recorrerá toda Bizkaia, uniendo los conocidos como Montes Bocineros (Ganekogorta, Gorbeia, Kolutza, Oiz y Sollube) y las tres sedes de las Juntas Generales de Bizkaia (Casa de Juntas de Abellaneda, actual Museo de las Encartaciones; campa foral de Gerediaga y Casa de Juntas de Gernika).

La carrera se ha presentado hoy en rueda de prensa en la sede bilbaína de las Juntas Generales, en la que han participado la Presidenta Ana Otadui, el secretario segundo de la Mesa, Emilio Lobato, y Fernando Pérez, director técnico de Bocineros-Deiadar así como Agurtzane Argiarro y Juan Romano, ganadora y ganador, respectivamente, de la primera edición de la ultra trail en 2018.

Otadui ha recordado que hace 15 días “tuve el gran honor y la gran responsabilidad de ser elegida de nuevo Presidenta”. “Iniciativas como las que hoy presentamos engarzan muy bien con mi objetivo de seguir dando a conocer las Juntas Generales de Bizkaia”, ha destacado Otadui, quien ha animado a las mujeres a tomar parte en las carreras.

Fernando Pérez ha explicado los detalles de cada carrera y ha definido la ultra trail, de 200 kilómetros, como “una vuelta a Bizkaia”. Además, ha puesto en valor el trabajo imprescindible de los más de 20 clubes de montaña de todos los municipios por los que discurre la carrera que colaboran en la prueba, aportando 500 voluntarios.

Por su parte, Agurtzane Argiarro, que participará en la Deiadar Ultra (100k), ha señalado que su fortaleza psíquica le permitió ganar la ultra trail Xtreme 2018. “Es una carrera en la que te mueres 20 veces y resucitas otras tantas”. Juan Romano ha apoyado esta idea y ha recordado que el momento en el que más sufrió fue en la bajada del Oiz, “Se me hizo larguísima, una tortura”, ha asegurado Romano, que este año volverá a participar en la Deiadar Xtreme.

Organizada por el club Trail 52 Sport Mendi Kluba, esta prueba inédita (es la única que se disputa en la Península sobre 200 kilómetros en formato individual, non stop y semiautosuficiencia) tiene su salida y meta en Gernika, a los pies mismos del Árbol de Gernika y hunde sus raíces en la historia de Bizkaia. Nace como homenaje a la mítica llamada a las Juntas Generales de Bizkaia que se realizaba en la Edad Media mediante el sonar de bocinas naturales (cuernos, caracolas...) desde las cimas de los 5 Montes Bocineros, estratégicamente repartidos a lo largo y ancho del Territorio Histórico de Bizkaia.



La ultra trail Bocineros-Deiadar Xtreme es una oportunidad única de conocer Bizkaia desde una perspectiva singular, corriendo y/o caminando día y noche durante 200 kilómetros en un recorrido que discurre por 32 municipios (casi un tercio de los 112 que integran Bizkaia), una veintena de núcleos urbanos y rurales, 13 sierras y macizos de montaña, 25 cumbres y 2 Parques Naturales (de los tres que existen en Bizkaia).

El director de la carrera, Oihan Arzua, destaca la singularidad de una prueba “única, tanto por la tradición que rememora como por la distancia que recorre, ya que es la única ultra de 200 kilómetros de la península en su formato y la tercera en Europa. Pero es que es mucho más que una ultra trail; recorre toda Bizkaia y pasa por 32 municipios, un tercio de todos los que hay en nuestro territorio. Quienes participen no sólo conocerán los montes y los valles de Bizkaia, sus bosques, crestas y prados, también cruzarán el puente medieval de Balmaseda, correrán a los pies del Puppy y el Museo Guggenheim y otearán el mar en el horizonte. Esta carrera es un parque temático de Bizkaia”, apunta.

Por último, Oihan Arzua agradece “a instituciones, patrocinadores, corredores y voluntarios por embarcarse en esta aventura” y hace un especial llamamiento a “montañeros y montañeras y a quien tenga un cuerno bocinero para que acudan a los Montes Bocineros a animar el paso de los y las corredoras”.

Además de tener la Villa Foral como punto de inicio y final de la carrera, la prueba tiene 17 puntos de avituallamiento donde la organización ofrecerá comida y bebida. También tienen la posibilidad de cambiarse de ropa, ducharse, recibir un masaje o descansar en las denominadas Bases de Vida: Balmaseda (km. 88) y Urkiola (km. 164).

Dos de estos avituallamientos estarán en otras tantas sedes de las Juntas Generales: Abellaneda (km. 71) y Gerediaga (km. 175), además de en núcleos urbanos como Fika, Zamudio, Bilbao o Sodupe.

El plazo de inscripciones estará abierto hasta mediados de agosto, a través de su web www.bocinerosxtreme.com, en la que los y las interesadas encontrarán todos los detalles de la prueba.

La ultra trail Bocineros-Deiadar Xtreme cuenta con el apoyo institucional de la Juntas Generales de Bizkaia y el Ayuntamiento de Gernika; el patrocinio de Euskaltel, Zabalgarbi y Land, la colaboración de entidades como Coca-Cola, Caldos Aneto, Cafés La Fortaleza, GlucoSport, Refugio de Arraba, Fribasa y el respaldo de Bizkaiko Mendizale Federazioa-Federación Vizcaína de Montaña.

Homenaje a Alex Txikon

Como novedad, este año incorporaremos al evento el homenaje de la organización a un destacado personaje vizcaíno vinculado al mundo de la montaña en cualquiera de sus distintas modalidades. El primer receptor de este homenaje será el alpinista Alex Txikon, primera persona en ascender el Nanga Parbat en invierno y con una decena de ochomiles en su haber.

Además de recibir el homenaje, Alex Txikon participará también en la Deiadar Ultra (100K). Para el alpinista de Lemoa no será una experiencia nueva. Txikon ha disputado otras carreras como la Zegama-Aizkorri en 2016 o la ultra trail Pamplona-Bilbao (180 kms) en 2013.

Respeto al Medio Ambiente

Junto a la promoción y difusión de nuestra historia y del deporte, la Bocineros-Deiadar Xtreme surge como escaparate para mostrar los valores naturales y paisajísticos de nuestra tierra, poniendo tanto al y la deportista como a espectadores y espectadoras en estrecho contacto con el patrimonio natural, histórico y etnográfico de Bizkaia. En esta línea, la carrera promoverá por un lado los senderos balizados por los que pasa, como GR's, PR's, y Camino de Santiago (más del 75% de su recorrido), y por otro, la recuperación y mantenimientos de senderos y caminos de montaña, todo ello en estrecha colaboración con las instituciones y organismos implicados.

Al mismo tiempo, uno de los valores más importantes de la carrera es el más absoluto respeto por un entorno a conservar por sus altos valores naturales, paisajísticos y etnográficos. Asimismo, desde la organización de la prueba se promoverá el uso sostenible y responsable de los espacios naturales por los que discurre.

Para garantizar este compromiso, la organización establece en el reglamento de las carreras una serie de medidas como restringir el número de participantes, limitar la generación de residuos en los avituallamientos (cada corredor y corredora lleva su propio vaso, entregado por la organización), el marcaje con su dorsal de todos los envoltorios que lleve, el uso de material reciclable o reutilizable por parte de la organización y su compromiso firme de no dejar rastro alguno de la carrera allí por donde pasa.

En su trazado, los y las participantes pondrán a prueba sus dotes atléticas y técnicas y su resistencia en un entorno de montaña, con altitudes que rozan los 1.500 metros y superficies que alternan tierra, prado y roca. Un marco ideal para imbuirse de los valores del montañismo, poner a prueba los propios límites físicos y mentales y medirse en limpia competición con el resto de participantes.

Una carrera, tres distancias: 200K, 100K, 42K

La dureza de una ultra trail como la Bocineros-Deiadar Xtreme, de 200 kilómetros y 22.000 metros de desnivel acumulado, hace que la prueba esté reservada a personas corredoras y montañeras de una contrastada resistencia física y mental. Las primeras personas en cruzar la meta cumplirán cerca de 32 horas de carrera, mientras que las últimas tendrán un tiempo límite de 56 horas para completar el recorrido. Para garantizar su seguridad, el número de dorsales está limitado a 200.

Consciente de esa exigencia, la organización ha previsto otras dos carreras de menor distancia que permitan abrir el abanico de participantes en la ultra trail Bocineros-Deiadar Xtreme y conocer los Montes Bocineros desde esta perspectiva deportiva:

Deiadar Ultra: Es una ultra trail de 100 kilómetros y 10.600 metros de desnivel acumulado con salida y llegada en Gernika que discurre por 19 municipios de las comarcas de Busturialdea, Lea Artibai y Durangaldea, con avituallamientos en núcleos como Bermeo, Busturia, Kortezubi, Ereño o Aulesti, Ascende una decena de montes, entre ellos los Bocineros Sollube y Oiz, y discurre por la Reserva de Urdaibai (declarada por la UNESCO reserva de la Biosfera en 1984) y 6 sierras y macizos de su entorno.

Deiadar Maratoia: Es una carrera por montaña de 42 kilómetros y 4.400 metros de desnivel acumulado con salida y llegada en Gernika que discurre por 10 municipios de la comarca de Busturialdea, con avituallamientos en núcleos como Almiike (Bermeo), Altamira (Busturia) o Urberuaga (Forua). Ascende cinco montes, entre ellos el Bocinero Sollube y discurre por la Reserva de Urdaibai (declarada por la UNESCO reserva de la Biosfera en 1984).

Marchas de montaña

Como complemento a la ultra trail Bocineros-Deiadar Xtreme se organizarán marchas no competitivas de ascensión a los cinco Montes Bocineros para que el público en general pueda seguir la competición, con guías de montaña que las coordinarán y dirigirán.

La llegada de estas marchas a cada una de las cinco cumbres bocineras se hará coincidir con el paso de las primeras personas clasificadas de la prueba deportiva a fin de que los y las corredoras puedan recibir el calor y el ánimo del público.

Ello implicará que tres de las marchas serán en horario nocturno (Kolitza, Ganekogorta y Gorbeia), lo que supone un aliciente añadido para los y las participantes.

Las inscripciones para estas marchas de montaña están ya abiertas en la web de la prueba (www.bocinerosxtreme.com/martxas/). Las personas interesadas podrán inscribirse hasta principios de septiembre.

FICHA TÉCNICA DE LAS TRES CARRERAS

BOCINEROS-DEIADAR XTREME (200 K)

- **13, 14 y 15 de Septiembre de 2019**
- **Salida y llegada en Gernika.**
- **200 kilómetros de longitud.**
- **22.000 metros de desnivel acumulado** (11.000 de ascenso y 11.000 de descenso).
- **56 horas de tiempo límite para realizar el recorrido.**
 - Hora de salida: Viernes, 10.00 horas.
 - Cierre de control: Domingo, 18.00 horas (56 horas)
- **Dorsales disponibles:** 200
- **Certificado médico:** Obligatorio
- **Cota máxima:** 1.482 m. (Gorbeia)
- **Cota mínima:** 10 m. (Gernika)
- **5 Montes Bocineros.**
- **3 Juntas Generales** de Bizkaia.
- **2 Parques Naturales:** Gorbeia y Urkiola.
- **13 sierras y macizos de montaña:** Sollube, Berreaga, Ganguren, Sasiburu, Grumeran, Ubieta, Ordunte, Trasmosomos, Ganekogorta, Mendigisa, Gorbeia, Urkiola y Oiz.

- **23 cumbres:** Sollube, Arrolatza, Tellitu, Sasiburu, El Humilladero, Apuko, Eretza, Larrea, Kolutza, Arbalitza, Trasmosomos, Somokurtzio, Rioya, Ilso/Egüen, Carobo, Gallarraga, Ganekogorta, Kamaraka, Untzueta, Arrugaeta, Gorbeia, Saibi y Oiz.
- **Paso por 32 municipios** (casi un tercio de los 112 que integran el Bizkaia): Gernika, Errigoiti, Busturia, Arrieta, Fruiz, Gamiz/Fika, Zamudio, Bilbao, Barakaldo, Alonsotegi, Güeñes, Galdames, Zalla, Sopusuerta, Artzentaes, Balmaseda, Gordexola, Arrankudiaga, Arakaldo, Zeberio, Orozko, Artea, Areatza, Zeanuri, Dima, Abadiño, Mañaria, Berriz, Munitibar, Muxika, Mendata y Ajangiz
- **Paso por 23 núcleos rurales y urbanos:** Gernika, Lumo, Metxikas (Errigoiti), Agirre y Goiri (Arrieta), Fruiz, Fika, Zamudio, Bilbao, Urgozo (Barakaldo), Saratxo (Güeñes), Amabizkar (Galdames), Abellaneda (Sopusuerta), Bezi (Sopusuerta), Estación (Artzentaes) Balmaseda, Sodupe, Arakaldo, Abadiño, Matiena (Abadiño) Sarria y Andikoa (Berriz) y Berroia (Muxika).
- **16 puntos de avituallamiento:** Sollube, Fika, Zamudio, Bilbao, Refugio Eretza, Abellaneda, Kolutza, Alto Rigadas, Sodupe, Coll. Krutziaga, Arakaldo, Bikotzgane, Refugio Arraba, Urkiola, Gerediaga y Oiz.
- **2 Bases de Vida, Balmaseda (km. 88) y Urkiola (km. 164)**, donde los y las participantes tienen a su disposición un avituallamiento completo que incluye comida caliente (pasta, arroz), pueden cambiarse de ropa, ducharse y/o dormir y tienen a su disposición un servicio de fisioterapia.

DEIADAR ULTRA (100K)

- **14 de Septiembre de 2018.**
- **100 kilómetros.**
- **10.600 metros de desnivel (5.300 m. positivos y 5.300 m. negativos).**
- **Ascensión a 2 montes bocineros:**
 - Sollube
 - Oiz
- **Salida y llegada en Gernika.**
 - Hora de salida: Sábado, 00:00 horas.
 - Cierre de control: Sábado, 24:00 horas. (24 horas)
- **Tiempo límite:** 24 horas.
- **Dorsales disponibles:** 350
- **Certificado médico:** Obligatorio

- **Cota máxima:** 1.026 m. (Oiz)
- **Cota mínima:** 1 m. (Kortezubi)
- **10 Cimas:** Sollube, Atxazpe, Katillotxu, Arribieta, Atxarre, Armendua, Ereñozar, Irurkitze, Illuntzar, y Oiz.
- **1 Reserva de la Biosfera:** Urdaibai.
- **6 macizos y sierras de montaña:** Sollube, Burretxagana, Ereñozar, Leia, Motrollu y Oiz.
- **6 puntos de avituallamiento:** Sollube, Altamira (Busturia), Kortezubi, Akorda (Ibarrangelu), Aulesti y Oiz.
- **1 base de vida:** Ereño (km. 62).
- Paso por **20 municipios:** Gernika, Errigoiti, Arrieta, Busturia, Bermeo, Mundaka, Sukarrieta, Busturia, Murueta, Forua, Kortezubi, Gautegiz-Arteaga, Ibarrangelu, Ereño, Nabarniz, Aulesti, Munitibar, Mendata, Muxika y Ajangiz.
- Paso por **17 núcleos rurales y urbanos:** Gernika, Lumo (Gernika), Metxikas (Errigoiti), Almika (Bermeo), Altamira (Busturia), Urberuaga y Elexalde (Forua), Kortezubi, Zelaieta y Ozollo (Gautegiz-Arteaga), Gametxo, Akorda y Tremeoia (Ibarrangelu), Ereño, Aulesti, Gerrika (Munitibar) y Berroia (Muxika).

DEIADAR MARATOIA (42K)

- **15 de Septiembre de 2018.**
- **42 kilómetros.**
- **4.400 metros de desnivel.** (2.200 m. positivos y 2.200 m. negativos)
- Ascensión a **1 Monte Bocinero.**
 - Sollube
- **Salida y llegada en Gernika.**
 - Hora de salida: Domingo, 9:00 horas.
 - Cierre de control: Domingo, 17:30 horas (8,30 horas)
- **Tiempo límite:** 8h.30' horas.
- **Dorsales disponibles:** 500
- **Certificado médico:** Obligatorio
- **Cota máxima:** 684 m. (Sollube)

- **Cota mínima:** 6 m. (Bermeo)
- **6 Cimas:** Maiaga, Sollube, Atxazpe, Katillotxu, Arribieta y Kosnoaga.
- **1 macizos y sierras de montaña:** Sollube.
- **5 puntos de avituallamiento:** Metxikas (Errigoiti), Sollube, Almike (Bermeo), Altamira (Busturia) y Urberuaga (Forua).
- Paso por **10 municipios:** Gernika, Errigoiti, Arrieta, Busturia, Bermeo, Mundaka, Sukarrieta, Busturia, Murueta y Forua.
- Paso por **6 núcleos rurales y urbanos:** Gernika, Lumo (Gernika), Metxikas (Errigoiti), Almika (Sollube), Altamira (Busturia) y Urberuaga (Forua).