

MENDI LEHIAKETAK

Ondoko lerrotan, Klubak antolaturiko mendi lehiaketetako modalitateak gainditzeko baldintzak zehaztu ditugu, banan-banan. Parte hartzaileek, eskatzen zaienean, ekintzen agiria entregatu beharko dute; bertan zehaztasunez (datak, ibilbideak eta abar) azalduko dute ezarritako baldintzak zelan bete diren.

Altitudea

Parte hartzaileek ondoko zerrendan zehazten diren altuera errealak gainditu behar dituzte, beti ere, gailur batera igoz:

Beteranoak	7.000 m
Helduak	15.000 m
Jubenilak	12.000 m
Infantilak	8.000 m

Mendiko eskia

Parte hartzaileek 10 irteera egin behar dituzte, guztiak 5 ordukoak gutxienez, eta federazioek eta mendi klubek antolatuta.

Eskalada

Parte hartzaileek 10 ekintza diferente egin behar dituzte eskalada eskolaren batean eta hirugarren graduko zailtasunarekin eta, zenbait pausu, laugarrenarekin. Goi-mendiko bide bakoitzak eskalada eskolako puntu bi izango ditu.

Goi-mendiko eskalada

Parte hartzaileek 20 irteera egin behar dituzte, eta denetatik bost Goi-mendikoak izan behar dira. Bideek, gutxienez, 100 metro izan behar dituzte; laburragoa bada, bidearen zailtasuna bosgarren gradutik gorakoa izan behar da. Eskoletako bideak egitearren ere, puntuak lor daitezke, baina luzeetan eskalatu behar da.

Mendi-ibiliak

Parte hartzaileek 16 km-tik gorako 12 ibilbide egin behar dituzte. Infantilek 12 km-tik gorako 8 ibilbide egin behar dituzte. Ibilbide diferenteak izan behar dira (gehienez, laurden bat egin daiteke leku beretik)

Goi-mendia

2.500 metrotik gorako 10 mendi igoera egin behar dira; horietatik bost 3.000 metrotik gorakoak. 4.000 metroko mendi igoera bakoitzak balio bikoitza izango du. Lehiaketa gainditzeko beste modu bat ere badago: Europarik kanpoko 4.000 metrotik gorako igoera bi egitea.

CONCURSOS DE MONTAÑA

Se describen las condiciones para superar los concursos de montaña organizados por el Club, en sus diferentes modalidades. Los participantes deberán entregar, cuando se solicite, un parte de actividades en el que se justifique de forma detallada (con fechas, itinerarios, etc.) cómo se han cumplido los correspondientes requisitos.

Altitud

Los participantes deberán superar los siguientes metros de desnivel ascendente real, siempre ascendiendo a una cumbre:

Veteranos	7.000 m
Adultos	15.000 m
Juveniles	12.000 m
Infantiles	8.000 m

Esquí de montaña

Los participantes deberán realizar un total de 10 salidas, todas ellas con duración mínima de 5 horas, y organizadas por federaciones y clubes de montaña.

Escalada

Los participantes deberán realizar 10 actividades diferentes, en escuela de escalada, con una graduación de tercer grado con algunos pasos de cuarto. Las vías de alta montaña puntúan como dos de escuela.

Escalada de alta montaña

Los participantes deberán realizar 20 salidas, de las cuales cinco serán de Alta Montaña. Las vías tendrán una longitud mínima de 100 metros; si es más corta, la graduación de la vía será superior al quinto grado. Para que puntúen las vías de escuela, han de escalarse a largos.

Senderismo

Los participantes deberán realizar 12 recorridos con longitudes superiores a 16 Km. Para infantiles, los requisitos se reducen a 8 recorridos de más de 12 Km. Los recorridos deben de ser distintos (como mucho, pueden coincidir en una cuarta parte).

Alta montaña

Deben realizarse 10 ascensiones a montañas de más de 2500 m., entre las cuales cinco deben ser de más de 3000 m. Cada ascensión que supere los 4000 m. cuenta doble. También se puede superar el concurso con dos ascensiones de más de 4000 m. fuera de Europa.