

# Behobia-Donostia

## 2014

oarso bidasoko hitza  
2014ko azaroaren 7a

**II-III Lasterketa** Datu orokorrak  
**IV-V Informazioa** Aholkuak eta Oarso Bidasoko onenak  
**VI-VII Elkarrizketak** Kirolariak protagonista

### Milaka eta milaka ilusio eta izerdi tanta, Bidasoko eta Oarsoaldeko errepideetan



Etzi errepikatuko da berriz ere irudi hau. Aurten Behobia-Donostiak 50. ekitaldia du, eta ibilbide aldaketarekin dator. NAIARA MANTEROLA

ZURE BIGARREN

**VARILUX**  
LEIAR PROGRESIBOAK

**OPARI\***

ARRASATE • BERGARA • BEASAIN • DONOSTIA  
EIBAR • ORDIZIA • TOLOSA

\* kontsulta itzazu zure zentroan kanpainaren ezaugarriak.

N.A.S.® MARKEA



“Nik Varilux  
aukatzen dut, lente progresibo  
guztiak ezberdinak direlako.”

Koldo Mitxelena 7 • Tel.: 943 51 78 11

**ERRETERIA**

Mendibil M.G. • Tel.: 943 63 99 01

**IRUN**

**MULTIÓPTICAS**  
lehena zerbitzu optikoetan



Etzi 30.700 korrikalarik Bidasoko eta Oarsoaldeko errepideak zeharkatuko dituzte mende erdia beteko duen Behobia-Donostia lasterketaren harira. Berritasun nagusia da ibilbidean hainbat aldaketa daudela.

# Handiena, baina aldatuta

**I**ritsi da Euskal Herrian korrikalari gehien biltzen dituen herri lasterketa. Hemen da 2014ko Behobia-Donostia lasterketa. Aurten, gainera, 50. edizioarekin, Bidasoak eta Oarsoaldeak protagonismo are bereziagoa izango dute proban. Ohikoa denez, lehiaren 20 kilometroen %75 bide eskualdetatik pasatuko da Donostiara iritsi aurretik, baina aurten bidean aldaketa dago: Pasaiako portua nahiz Gaintzurizketako barnealdeko errepidea alde batera utzi dituzte Fortuna Kirol Elkarteko antolatzaileek, eta Gaintzurizketako N1 errepidea, nahiz Errenteria-Oreretako eta Antxoko erdialdeak zeharkatuko ditu.

Ibilbidearen aldaketak hainbat ondorio ekarriko ditu: nabarmena izango da inoizko ikusle kopururik handiena izango duela mendi erdiaren Behobia-Donostiak, izan ere, Errenteria-Orereta alderik alde zeharkatuko du lasterketak, Lartzabaldik hasita Kaputxinoak auzoraino; gauza berbera gertatutako da Antxorekin, bertako ikusleek errazago izango dutelako, etxe ondoan, karrera ikusteko aukera. Buenavista-Alta-Herrera eremuko zaleek ere hurbilago sentituko dute proba.

Ibilbide aldaketaren beste alde da lasterketaren lau eremu historiko alde batera geldituko dira: batetik, behin Gaintzurizketak gaina igota, ez du hartuko jaitzierakoan Lezorako bidea —horren ordez N1 errepidea zena, egun Gi-636 errepidea dena hartuko du—; hortaz, Lezoko kaskotik ez da pasatuko lasterketa. Herri lehiak ukituko ez duen beste ere-



2010eko irteerakoa da honako irudia. Euria egin zuen orduko hartan. Etzirako ere eguraldi iluna iragarri dute. A.P.K.

mu bat Pasaiako portua izango da; hartara, korrikalariak, garbiak eta txatarra uztartzen dituzten irudiak ez dira ikusiko aurten. Eta azkenik, Trintxerpeko Euskadi etorbidea albo batera utzi du ibilbide berriak.

Fortuna Kirol Elkarteko antolatzaileek ibilbide aldaketaren berri eman zutenean esan zuten 50. urteurrenaren harirako aldaketa izango zela ibilbidearena. Datozen urteetan hori mantenduko ote den ez da ziurra. Horre-

tan zer ikusteko handia izango du aurtengo bideari nola erantzuten dioten korrikalariak, eta zaleek.

Eta ibilbidearen aldaketak bere barruan duen beste aldaketakoa, lasterkarien markena da. Metro kopuruan zaharra eta aurtengo oso antzekoak diren arren (300 bat metro gehiago ditu aurtengoak), aurreko urteetako markekin ezin izango dute alderaketarik egin lasterkariak, ibilbidearen profila ez delako berbera.

Gauza bat dela, edo bestea, ziu-

rra da atletismoaren, herri atletismoaren festa erraldoia izango dela aurten ere lasterketa.

## Irteerak, 09:30etik

Orotara, igandeko probarako 30.700 oinezko lasterkaririk eman dute izena, patinatzaileak 221 izango dira. Handbike, gurpildun aulki edo besteen espezialitateetan parte hartuko dutenak 66 izango dira orotara.

Horiek guztiak Irungo Behobia auzoa izango dute topagune igan-

de goizean. Denak handik aterako dira. Horrela, gurpildun aulkian lehia egingo dutenen irteera 09:30ean egingo dute, rollerrena 09:40an izango da, eta lehen korrikalariak (faboritoen multzoa) 10:00etan irtengo dira. Oinezko korrikalarien irteerak bata bestearen atzetik joango dira —dortsalaren kolorearen arabera— dira irteera horiek; koloreak aurreko urteetako marken arabera ematen dituzte— 11:30ak arte.

## Behobia-Donostiaren bidearen %75 Bidasotik eta Oarsoaldetik doa

Behobiako lehen irteera 09:30ean egingo dute, eta azkena, 11:30ean

Handik aurrera, etenik gabe pasatuko dira korrikalariak Bidasoko eta Oarsoaldeko errepideetatik. Eta ikusleek txalo zaparradekin jasoko dituzte denak, lehenak, erdikoak eta azkenak.

## Ikusten bakarrik ez

Korrikalariak eta ikusleak ematen dizkio Behobiari Oarso Bidasoak. Baina hori bakarrik ez. Hainbat boluntariok euren ekarpena egiten dute lasterketa bitartean, direla klubak, ikastetxeak, edo elkarteetako kideak. Horiek anoa postuetan jartzen dira, zehazki, bi eskualdeetan jarrita egongo diren sei postuetan (zortzi daude orotara).

oarsobidasoa@hitza.eus



## BEKOERROTA KIROLDEGIA – ALTZATE IGERILEKUAK

URRIAN, BEKOERROTAKO JARDUERA ANITZEAN

SPINNING, PILATES, BODYPUMP, BODYCOMBAT, SH'BAM...!!

LEZO@SERVICIO.ES . ALTZATE: 943 52 82 44 . BEKOERROTA: 943 51 03 11



**Ikastetxe publikoa eta euskalduna Irunen Kalitatezkoa eta integratzailea**

## Haur eta Lehen Hezkuntza 2-12 urte

012110aa@hezkuntza.net (Palmera-Arbes-Sius)  
Tel.: 943 62 28 37

## DBH Gazteluzar 12-16 urte

012966aa@hezkuntza.net  
Tel.: 943 63 52 60

www.tokialai.org



## ↓ Ordu-tegiak (prebisioak)

■ **Atleta elbarriak.** Horien irteera 09:30ean izango da Behobian. Irun erdialdetik, antolatzailerik emandako prebisioaren arabera, 09:34 inguruan pasatuko dira, Gaintxurizketako gainetik, 09:41an, 09:52an Errenteria-Oreretako erdialdetik, eta 09:55an Antxotik.

■ **Rollerrak.** Horien irteera 09:40ean egingo dute Behobian. Irun erdialdea 09:44an pasatuko dute lehenek, Gaintxurizketako gainera antolatzaileek aurreikusi dute 09:52an iritsiko direla. Errenteria-Oreretako erdialdera 10:01an

ailegatuko dira, Antxotik 10:05 inguruan pasatzeko.

■ **Korrikalariak.** Horien lehen irteera 10:00etan da, eta azkena 11:30ean. Lehen multzoko korrikalari azkarrenak Irun erdialdetik 10:06an pasatuko dira, Gaintxurizketako gainetik 10:22 inguruan, Errenteria-Oreretatik 10:36an, eta Pasai Antxotik 10:42an. 11:30ean aterako diren prebisioa honakoa da: Irun erdialdea, 12:02an; Gaintxurizketako gaina 12:26an; Errenteria-Orereta 13:06an eta Antxo 13:22an. 14:10an bukatuko luke te proba.

## ↓ Zenbakiak

# 30.700

■ **Behobia-Donostiako partaideak, aurten.** Inoizko markarik handiena hautsi du Behobia-Donostiak aurten, 30.000 korrikalariak pasata. Iaz 28.342 izan ziren. Gehienak gipuzkoarrak dira eta bigarren postuan, izena eman dutenen artean, kataluniarrak daude: 4.575. Etzi, baina, Kataluniako prozesu subiranistaren gaineko herri kontsultadago, eta ikus behar horrek nola eragingo dion horien partaidetzari, jakinda Behobiako izena emateko epea, kontsultaren eguna baino lehenago jarri zela.

# 15.252

■ **Euskal Herriko korrikalariak, aurten.** Fortuna Kirol Elkarteak eman dituen datuen arabera, etzi errepideetan izango diren lasterkarien ia erdia Euskal Herrikoa izango da: gipuzkoarrak 9.008, nafarrak 2.634, bizkaitarrak 2.645, eta arabarrak 965. Ipar Euskal Herriko korrikalariak *Frantziako Estatua* izenburuko zerrendan sartu dituzte.

# 1.491

■ **Iaz, helmugara iritsi ziren Oarso Bidasoko korrikalariak.** Iazko Behobian, dena, Oarsoaldeko nahiz Bidasoko 1.491 korrikalari iritsi ziren Donostiako Bulebarreko helmugara. Horietatik gehienak irundarrak izan ziren, 596.

# 1.000

■ **Iazkoarekin alderatuz, emakumeen partaidetzaren igogera.** Behobiako irteeran izango diren %20 emakumeak izango dira etzi, dena 6.140. Iazko emakumeen partaidetza %18koa izan zen (28.342 atletak eman zuten izena), hortaz, 5.101 orotara. Beraz, 1.000tik gora gehiago izango dira emakumeak aurten.



Iazko Behobia Txikiaren irudi bat, Anoetako estadio txikian. IRUTXULOKO HITZA

## Egun bateko proba baino gehiago

Behobiaren osagarri gisa, beste hainbat lasterketa eta ekitaldi antolatzen dituzte, giroa zabaltzeko

Behobia-Donostia ez da mugatzen probak iraun ditzakeen bost orduetara, lehenen eta azkenen iritsiera denborara, alegia. Aurretik Fortunak hainbat lasterketa eta ekintza egiten ditu, lehiak sortzen duen ikus-mina handia delako.

Horrela, bihar, Anoetako estadio txikian, Korrika Txikia egin-

go dute 2.000tik gora haurren partaidetzarekin, 0 urtetik 13ra artekoak. Hainbat adin tartetan banatuta, sei lasterketa izango dira dena, 15:30ean hasita.

Etzi, Behobia Gaztea egingo dute, 4,5 kilometroko ibilbidearekin, Herreratik hasita. 14-18 adin tartekoentzako proba da, eta 225 gaztek parte hartuko dute.

Horrekin guztiarekin lotuta, beste bi ekitaldi: gaur, 12:00etan, Korrikalariaren FERIA zabalduko dute Belodromoan, eta bihar, 18:30etik aurrera, ekitaldia antolatu du Fortuna Kirol Elkarteak Konstituzio plazan, lasterketaren mende erdiraren harira.

 **Clínica Dental Dr. Leví Cuadrado**  
Nº col. 669

KALITATEA PREZIO HOBERENEAN TRATAMENDU GUZTIETAN



Ordutegi jarraia 8:00etatik 22:00etara  
LARUNBAT GOIZAK IREKITA

**ERRETERIA** (RPS 292/13)  
Morrongilleta, 13 . 943 51 49 40

**DONOSTIA** (RPS 145/09-146/09)  
Iparragirre, 11 Gros . 943 28 60 58

LEZO HERRI ESKOLA



Hazi eta hezi gurekin

2 urtetik 16 urte bitarteko heziketa

www.lezoherrieskola.net . 943 514 804 . info@lezoherrieskola.net

ELATZETA IKASTETXEA



KALITATEZKO ESKOLA

Guztion eskola publikoa gaurkoari eta biharkoari erantzuteko. Harremanak elikatuz euskaraz bizitzen.

Landetxa - Irun . Tel.: 943 62 80 10 .  
www.elatzeta.com . idazkaria@elatzeta.com

MENDIOLA aroztegia S.L.U.

**SUKALDEKO ALTZARIAK  
ETXETRESNA ELEKTRIKOAK  
GREMIOEN KOORDINAZIOA**



**ONTZIEN KONPONKETA ETA  
MUNTAIA  
ISOLAMENDUAK**



Egiburuberrri poligonoa, planta 1  
Modulo 13 1p  
Errenteria  
Tel.: 943 39 70 84  
Faxa: 943 40 42 86  
carpmendiola@euskalnet.net

Euskadi Etorbidea, 53  
Tel./Faxa: 943 39 27 22

elizalde

HERRI ESKOLA

Manuel Lekuona, 5 - 20180 Oiartzun  
HH-LH: 943 49 01 93 - DBH: 943 49 10 17  
www.elizalde.info



barasa altzariak rentelachimenea@gmail.com



Xenpelar, 4 behe . 943 522 404/680 555 888



# Gaurko, biharko eta etzirako hainbat aholku



## Analisia

**Jon Elkano**

Entrenatzaile pertsonala eta korrikalaria

**P**rintzipio bezala, esan behar dut, aurretik entrenatu ez dena, aurretik landu ez dena, ezin dela egin ez gaur eta ez bihar. Entrenamendu handiekin egin daitekeena da, hobetu baino, prestakuntza guztia izorrratu. Bigarrenik, Behobia-Donostian bakoitzak helburu egingarriak jarri behar ditu, ezin dira astakeriak egin, horrek gorputzean eragin oso kaltegarria izan dezakeelako. Eta parte hartzaileek oinarriko prestakuntza izan behar dute. Azkenik, ibilbide aldaketaz: askok uste dute aurtengo ibilbide berria aurrekoa baino errazagoa dela, baina ez da horrela. Esaterako, aurreko bidean, Pasaiaiko portuko zatia oso laua zen. Aurtun, portuaren ordez, Kaputxinoetako gaina, Buenavistakoa eta Herreratik Mirakruz gainera doan malda igo behar dira. Eskalerillas inguruan ere gora-beherak daude. Hortaz, ibilbide aldaketa nabaria da, eta hori errespetuz hartu behar da.

### Gaur

Entrenamenduari dagokionez, lasai ibili. Egin beharreko guztia eginda dago. Atsedean aktiboa hartu. Adibidez, lan aerobikoa

egin daiteke igeri egitera joanez. Nik gaur korrika egitea ez dut gomendatzen, hankak kargatuko ez dituen ariketa aerobikoak egin daitezke. Atzo [osteguna] zen entrenamendu gogorra egiteko azken eguna.

Elikadurari dagokionez, karbono-hidratoak, pasta eta arroza jatea gomendatzen diet parte hartzaileei: fibra duten elikagaiak ez jan (integralak). Horrela, arroz entsaladak, pastarenak eta jan daitezke, proteinarekin ahal bada, baina grasa gutxiko elikagaiekin: arraina lehenesten dut proteina iturri bezala. Haragian, indioilar, oilasko, txerri, txahal, eta arkume haragiek, orden horretan, dute gantz gutxien eta aldi berean proteinak. Hau da, kalitatezko proteina baliatu. Lasterketaren aurreko egunetan jaki integralak gomendagarriak diren bezala, gaur eta bihar horrelakorik ez jan.

### Bihar

Erritmo aerobikoan 4-6 kilometro egin, hau da, eroso joan korrika: lasterka zoazela erraz hitz egin daitekeen erritmoa eraman, alegia. Horrela giharrak aktibatuko dira, etzi arintxeago egoteko. Ez egin serierik eta horrelakorik, mesedez.

Elikaduran, gaurko [ostirala] pautak berberak jarraitu: karbono-hidratoak, proteinekin.

### Lasterketaren eguna

Karrera baino hiru ordu lehenago gosalduta. Ez egin probarik, ez gosalduta inoiz ere gosalduta ez duzun hori. C bitamina hartzea go-

mendatzen dut (laranja zukua, esaterako), zerealekin batera; tostada bat jan (ez integrala), mermeladarekin adibidez (energia azkarra ematen du); eta lakto-sarik (ohiko esnekiek dute) ez duten likidoak edan zerealekin (soja esnea edo olo edaria), lakto-sak liseriketa zailtzen dutelako.

Behin Behobian eginda, aurretik beroketa egin, baina ez oso sakona, mugimendu artikular eta muskularrekin: besoak mugitu, hankak eta horrelakoak.

Behobiako irteeran euforia giroa dago, musika, jendetza... Lasterketa hasi eta jende guztia txaloka ikusten duzu, eraman egiten zaituzte. Ez hortaz fido; ez utzi eramaten, ez hasieran, edo zure herrikeri pasatzerakoan. Gehiegikeriak egin daitezke eta horrek azken kilometroetan eragina izan dezake.

Beti erregularitasuna mantentzen saiatu behar dute korrikariek, hasieratik bukaeraraino. Ondo dago denbora zehatz baten

bila joatea, baina hasiberriek batez ere gozatzeraz joan behar dute; aurretik Behobiako egindakoak bai begira dezaket denbora, baina esan bezala, erritmoan erregularitasuna mantendu behar da. Hasi, erregularitasunaren barruan, indarrarekin; eta bukatu indar gehiagorekin. Hori nire aholkua.

Lasterketa bitartean hartzeko, 10-11-12 kilometroan gehien jota, gomendatzen dut edozein kirol dendatan eros daitezkeen gel bat eramatea. Baina kontuz! Aurretik horrelakorik probatu ez bada, ez hartu. Aurretik inoiz egin ez dena, ez egin lasterketaren egunetan bertan. Bidean hidratatzeko zortzi postu daude, eta herri korrikalariari gomendatzen diet bitan edo hirutan behintzat — eguraldiaren arabera da hori ere —, ura edatea, baina tragoska txikitik. Ez pasa ura edaten, barea sor daitezkeelako.

Behin helmugara iritsita, ahalik eta azkarren indarrak berres-

kuratu. Ez utzi pasatzen bi ordu lasterketa bukatu denetik indarrak berreskuratuzko: lasterketa bukatzerakoan antolatzaileek ematen dutenarekin nahikoa dute herri mailako lasterkariak horretarako. Eta oso garrantzitsua: luzatze ariketak egin, lesiorik ez izateko. Hasieran egin behar dira, baina lasterketa bukatzerakoak are garrantzitsuak dira. Eta ahal balitz, ur hotzarekin dutxatu: lasterka egiterakoan belaunek, orkatilek edo lunbarrek asko sufritzen dute, eta ur hotzarekin hobeto errekuiperatzen dira.

**@ Jon Elkano** Servicio enpresak kudeatzen duen Lezoko Bekoerrotako kiroldegiko langilea da. HITZA-ko irakurleen zalantzak argitzeko prest dago gainera. Horiek hari helarazteko, idatzi posta elektronikoa honetara: [jon\\_elkano@hotmail.com](mailto:jon_elkano@hotmail.com)

## Ibilbidea



## 20.000 METRO LUZEKO FESTA

Etzi protagonista nagusiak korrikalariak izango dira Behobia-Donostian. Horientzako hainbat zerbitzu prestatu dituzte bidean antolatzaileek. Esaterako, zortzi hornidura postu egongo dira, honako kilometroetan: 1,8; 5,8; 9,5; 11,9; 14; 15,5; 17,8.

Eta ibilbide aldaketa ere badago. Antolatzaileen arabera, Donibanen, San Pedro, Lezo, edo Trintxerpen segurtasuna hobetzeko izan dira aldaketak, aurreko bidearekin isolatuta gelditzen direlako horiek lehia bitartean. FORTUNA KIROLEKARTEA

**CRISTOBAL GAMON**  
 EUSKALDUNA ETA PARTE HARTZAILEA  
 PEDAGOGIA BERRITZAILEA  
 2-16 URTERA BITARTE

GOIZ TXOKOA: 07:30-9:00 - Jangela (bertan sukaldatua) - Garraioa  
 GARRAIOA: Errenteriatik eta Pasaiaitik  
 JANGELA ZERBITZUA: Bertan egindako janaria.

Sorgintxulo 6,  
 20100 Errenteria-Orereta  
 943 51 22 98

[www.cristobalgamonhi.hezkuntza.net](http://www.cristobalgamonhi.hezkuntza.net)



Pasaiaiko Udala kirolariek bat

Pasaiaiko Udala



## ↓ Aurreko urteetako sailkapenak, herriz herri

Ondoko datuak Behobia-Donostia lasterketaren antolatzaileek emandako denbora ofizialetatik aterata daude. Urtez urte OARSO BIDASOKO HITZA-n publikatu dira honako emaitzak. Kasuren batean gerta daiteke korrikalariaren izena zuzena ez izatea, beste korrikalari batek parte hartu zuelako pertsona horren dortsalarekin.

### Hondarribia

#### 2011 urtea, gizonak

1. Gerardo Amunarriz	1.10.36
2. Jon Lorenzo	1.11.54
3. Iñigo Tumas	1.11.57

#### 2011 urtea, emakumeak

1. Claudia Behobide	1.14.21
2. Edurne Lekuona	1.34.03
3. Amagoia Eizagirre	1.36.29

#### 2012 urtea, gizonak

1. Gerardo Amunarriz	1.07.51
2. Iker Oliveri	1.07.56
3. Jon Lorenzo	1.08.47

#### 2012 urtea, emakumeak

1. Claudia Behobide	1.17.03
2. Amagoia Eizagirre	1.28.32
3. Edurne Barbeito	1.37.34

#### 2013 urtea, gizonak

1. Iker Oliveri	1.08.06
2. Gerardo Amunarriz	1.10.01
3. Iñigo Tumas	1.11.09

#### 2013 urtea, emakumeak

1. Claudia Behobide	1.16.18
---------------------	---------

2. Kristina Markaide	1.26.21
3. Amagoia Eizagirre	1.28.35

### Pasaia

#### 2011 urtea, gizonak

1. Xabier Lekue	1.09.37
2. Iñaki Lopetegui	1.10.24
3. Kerman Gomez	1.14.16

#### 2011 urtea, emakumeak

1. Eneritz Sein	1.21.58
2. Ama Lur Leon	1.39.37
3. Veronica Richard	1.46.50

#### 2012 urtea, gizonak

1. Iñaki Lopetegui	1.10.41
2. Oliver Perez	1.10.42
3. Txomin Perez	1.14.39

#### 2012 urtea, emakumeak

1. Eneritz Sein	1.20.19
2. Ama Lur Leon	1.35.06
3. Leire Dominguez	1.36.21

#### 2013 urtea, gizonak

1. Iñaki Lopetegui	1.13.41
2. Jose Luis Bermudez	1.18.12
3. Xabier Yarza	1.18.46

#### 2013 urtea, emakumeak

1. Inma Cruz	1.36.25
2. Ama Lur Leon	1.38.15
3. Maialen Lorza	1.40.36

### Lezo

#### 2011 urtea, gizonak

1. Asier Urdepilleta	1.12.32
2. Joxe Mari Intxausti	1.13.34

3. Joxean Daboz	1.16.34
-----------------	---------

#### 2011 urtea, emakumeak

1. Lourdes Oiartzabal	1.21.29
2. Ane Berasarte	1.55.00
3. Maria de Paz	1.55.09

#### 2012 urtea, gizonak

1. Joxe Mari Intxausti	1.08.46
2. Ander Iñarra	1.09.50
3. Asier Urdepilleta	1.11.08

#### 2012 urtea, emakumeak

1. Nerea Moreno	1.33.45
2. Rebeka Hernandez	1.39.59
3. Amaia Intxausti	1.42.22

#### 2013 urtea, gizonak

1. Joxe Mari Intxausti	1.11.54
2. Asier Urdepilleta	1.12.37
3. Alain Gonzalez	1.13.34

#### 2013 urtea, emakumeak

1. Lourdes Oiartzabal	1.22.08
2. Oihana Rojas	1.41.16
3. Ane Berasarte	1.42.59

### Oiartzun

#### 2011 urtea, gizonak

1. Felipe Mitxelena	1.14.56
2. Xabi Salaberria	1.17.11
3. Iker Leonet	1.18.49

#### 2011 urtea, emakumeak

1. Elixabet Lizaso	1.25.37
2. Lorea Arrieta	1.38.37
3. Miren Galardi	1.39.19

#### 2012 urtea, gizonak

1. Felipe Mitxelena	1.12.38
---------------------	---------

2. Gorka Herce	1.14.03
3. Igor Otaegi	1.16.06

#### 2012 urtea, emakumeak

1. Lucia Elozegi	1.26.22
2. Arantza Gorriñ	1.27.09
3. Agurtzane Zubizarreta	1.37.12

#### 2013 urtea, gizonak

1. Jon Rodriguez	1.11.28
2. Javier Eskudero	1.12.37
3. Gorka Herce	1.16.20

#### 2013 urtea, emakumeak

1. Agurtzane Zubizarreta	1.37.47
2. Olatz Odriozola	1.38.20
3. Lorea Arrieta	1.39.27

### Irun

#### 2011 urtea, gizonak

1. Jon Arozena	1.03.49
2. Iñaki Catalan	1.12.20
3. Victor Madejon	1.12.24

#### 2011 urtea, emakumeak

1. Ines Muñoz	1.29.40
2. Yolanda Carrasco	1.34.22
3. Marisol Martinez	1.35.59

#### 2012 urtea, gizonak

1. Jon Ruiz	1.09.32
2. Victor Madejon	1.09.44
3. Javier Perez	1.09.50

#### 2012 urtea, emakumeak

1. Ines Muñoz	1.18.05
2. Marisol Martinez	1.32.25
3. Socorro Ferrero	1.35.39

#### 2013 urtea, gizonak

1. Ion Garraus	1.07.12
2. Iñaki Gebrero	1.08.22
3. Jon Ruiz	1.10.48

#### 2013 urtea, emakumeak

1. Olatz Zabala	1.29.37
2. Aloña Martiarena	1.31.03
3. Beatriz Rodriguez	1.33.31

#### Errenteria-Oreeta

#### 2011 urtea, gizonak

1. Unai Briñas	1.12.40
2. Javier Gonzalez	1.13.37
3. Xabier Lukin	1.13.44

#### 2011 urtea, emakumeak

1. Dori Lopez	1.22.44
2. Ana Gonzalez	1.22.48
3. Olatz Iburguren	1.31.10

#### 2012 urtea, gizonak

1. Javier Gonzalez	1.07.53
2. Xabier Lukin	1.08.46
3. Unai Briñas	1.09.01

#### 2012 urtea, emakumeak

1. Maider Hernandez	1.26.51
2. Olatz Iburguren	1.30.05
3. Susana Ruiz	1.30.27

#### 2013 urtea, gizonak

1. Javier Gonzalez	1.10.46
2. Xabier Lukin	1.11.34
3. Mikel Hoyos	1.12.29

#### 2013 urtea, emakumeak

1. Susana Ruiz	1.26.21
2. Sara Castillejos	1.29.12
3. Olatz Iburguren	1.31.23

## Runloc aplikazioarekin, lasterkari bakoitza non dagoen jakiteko aukera

Iazko edizioan 15.000 lagunek jaitzi zuten aplikazioa; denbora erreala eta kokapena ematen ditu, unean

Sakelako telefonoaren bitartez jakin dezakete interesdunek euren gustuko korrikalaria non dagoen igandeko probak irau bitartean. Jarraipen hori egiteko Runloc aplikazioa jaitzi besterik ez dago. Smartphone eta iPhone gailuentzako baliagarri da.

Behin aplikazioa instalatuta, ikusle bakoitzak jakin dezake

unean-unean, denbora errealean, zein denbora egiten ari den, zein denbora egin dezakeen helmugan, eta non dagoen aukeratu den korrikalaria. Horra iristeko bilaketarako laukitxoan lasterkariaren izen-abizena, edo dortsala besterik ez dira jarri behar. Aktibitate teknologia enpresak garatu du aplikazioa, eta Behobia-Donostian nahiz beste proba batzuetan dago erabilgarri.

Iazko Behobia-Donostian 15.000 erabiltzailek instalatu zuten aplikazio hori euren sakelako telefonoetan. Aurten kopuru horretara iristea espero dute probaren antolatzaileek.

## Irunen, Errenterian eta Pasaian, trafikoan aldaketak igandean

Ibilbide aldaketagatik, Errenteria-Oreteran eta Antxon Nafarroa etorbidea guztiz itxita egongo da

Bidasoko eta Oarsoaldeko errepede sarea guztiz baldintzatuko du Behobia-Donostia lasterketak igandean. Batez ere, Irunen, Errenteria-Oreteran eta Pasaian nabaritutako dituzte aldaketa horiek, baina Hondarribiko, Lezoko nahiz Oiartzungo kaskoetatik lasterketa ez pasa arren, eraginta izango du lasterketa erraldoiak trafikoan.

Irunen, ohikoa denez, Behobia

inguruko errepede nazioanala erabat itxita egongo da goiz-goizetik era guztietako ibilgailuen atzetatik. Gauza berbera gertatuko da lasterketa hasi baino lehenagotik Irungo erdialdean.

Gaintzurizketako igoerako lau errailletako bi lasterketarentzat izango dira igandean, eta jaitziera N1 errepedetara zenetik egingo denez, hori ere moztuta egongo da goizetik.

Aurtengo aldaketa nabarmenenak Errenteria-Oreteran nahiz Antxon izango dituzte. Izan ere, portutik beharrean, bi herrietako erdialdetik pasako da karrera, Nafarroa etorbideetik hain zuzen. Horrek esan nahi du ibilgailua erabili nahi dutenek autobidea

hartu beharko dutela herri horietatik ateratzeko.

Errepedeen mozketak direla eta, Hondarribiako, Lezoko nahiz Oiartzungo biztanleek bide alternatiboak erabili beharko dituzte herrietatik atera edo sartzeko. Trafiko neurrien informazio osoa [oarsobidasoa.hiza.eus](http://oarsobidasoa.hiza.eus) webgunean jaso daiteke.

### Topoa

Euskotrenek indartu egingo du igandean Irun aldera joateko topo zerbitzua. Ohiko zerbitzuez gain, beste bederatzi topok egingo dute bidea Donostiatik abiatuta Iruneraino, irteeraraino. Informazio gehiago Euskotrenen webgunean: [www.euskotren.es](http://www.euskotren.es).

# ALTZIKAR TAILERRA

- Ibilgailuen mantenua
- Pneumatiko aldaketa
- IAT/ITV aurreko azterketa
- Ibilgailuen salmenta
- Moto tailerra
- Txapa eta pintura

**Artikutzako bidea - Altzibar Poligonoa 2**  
Tel.: 843 98 02 79. Oiartzun



  
 Hondarribiko  
Udala

HONDARRIBIA euskaraz bizi



Lurdes Oartzabal • Korrikalaria

# «Niretzat lasterketa hau izan zen korrika egiten hasteko arrazoia»

Asier Perez-Karkamo Lezo

Claudia Behobide hondarribiarren atzetik, nesketan Oarso Bidasoko bigarrena izan zen Lurdes Oartzabal lezoarra (Errenteria-Orereta, 1973) iaz. Udan hasten da prestatzen, baina sasoi puntua neguan hartzen du, kros denboraldian. Postuari baino markari begiratzen diola dio, eta aurten 1:20tik jaitsi nahi du.

**Zer da zuretzat Behobia-Donostia?**

Ez da lasterketa garrantzitsuen, baina bai garrantzitsuenetakoa. Azkenean, hemen Behobiaren inguruan dagoen zaletasuna handia da, eta niretzat lasterketa hau izan zen korrika egiten hasteko arrazoia, 2003an.

**Duela hamaika urte hasi zinen, beraz. Zein izan duzu markarik onena?**

Duela hiru urte egin nuen, beroa



HITZA

egin zuen urte hartan, 1:21 egin nuen.

**Zuk horri begiratzen diozu, markari, edo postuari? laz zortzigarren izan zinen nesketan...**

Duela urte batzuk ere egin nuen

zortzigarren, baina markari begiratzen diot. Uste dut lasterketa honetan bakoitzak bere markari begiratzen diola, postuari baino.

**Aurten nola zabilta entrenatzen?**

Aurten nahiko ondo. Beste urte

batzuetan lesionatuta ibili naiz, zer edo zer izan dut beti, baina aurten oso ondo nabil. Gustura nabil entrenatzen, uda ondoren ez naiz gehiegi lehiatu... Ondo nabil.

**Behobia-Donostia bereziki prestatzen duzu?**

Udaran hasten naiz Behobiara begira prestatzen. Behobia eta gero beste prestakuntza bat egin dut, krosari begira eta gero duatloiak prestatzeko, baina udatik Behobia prestatzen dut.

**Oso modalitate desberdinetan aritzen zara, errepidean, lur gainean, duatloian... Zeinetan zabilta gusturago?**

Gustukoena krosa dut, mendian korrika egitea, lokatza eta eguraldi txarra [barre egin du].

**Orduan zure sasoi onena iritsi gale egongo da, ez? Neguan izango da.**

Bai, egia esan oraintxe iristen ari naiz, oraintxe ari naiz puntua hartzen.

**Karreraren bat bereziki duzu begi artean, edo denboraldi osoa?**

Denboraldi osoa egiten dut. Orain hasten dira karrerak, gero agian ez naiz denetara joaten, baina Gipuzkoako Txapelketa dela, gero Euskadikoa, eta gero Espainiako taldekakora baita joaten gara [Antxintxika Servimasa taldean dago], hor ibiltzen gara.

**Aurten ez duzu maratoi erdirik edo antzekorik egin. Hau da, Behobiako distantzian oraindik ez zara aritu, ez?**

Ez, hiru hondartzak egin nituen [Hiru Hondartzetako Krossa, 10 kilometroko proba]. Behobia prestatzeko egin nuen, ikusteko zer moduz nenbilen, eta nahiko ondo egin nuen, egin zuen beroa kontuan izanda, nahiko ondo.

**Eta iganderako zer espero duzu?**

1:20tik jaitsi nahi dut, eta lortuko dudala uste dut, baina ea eguraldiak laguntzen digun. Ematen du lagunduko duela, lasterketa ikusteko agian ez, baina korrika egiteko apropos egongo dela.

• aperezkarkamoa@hitza.eus

Ion Garraus • Korrikalaria

# «Eguraldia txarra bada postua bilatzen duzu; baldintzak onak badira, marka»

A. Perez-Karkamo Irun

Iazko sailkapen orokorrean 11. postuan geratu zen Ion Garraus (Irun, 1978), hirugarren gipuzkoarra, eta aurten lehena izaten saiatuko da. Urte osoan egiten du korrika eta gutxi bezala zaintzen du zer eta nola jaten duen, lanbidez nutrizionista delako. Joan den astean hartutako urdaileko birusa ahaztu eta lasterketa ona egitea espero du.

**Zer da zuretzat Behobia-Donostia?**

Gipuzkoako lasterketa garrantzitsuen da, herrialdea geldiarazteraino, ekitaldi erraldoia, korrika egitetik harago. Giroa da politena. Oso zaila da bi espaloietan hainbeste kilometrotan hainbeste jende egotea ikusten, eta ho-



ASIER PEREZ-KARKAMO

rrek egiten du Behobia berezia.

**Zenbat aldiz egin duzu zuk Behobia-Donostia lasterketa?**

Nik bost aldiz egin dut.

**Eta zein da zure markarik onena?**

Ordubete eta bost minutu. 2006. urtean egin nuen.

**Zaila da azaroan eguraldi ona egi-**

**tea. Zuretzat zeintzuk dira lasterketarako baldintza onenak?**

Korrikalari gehienentzat egokiena litzateke fresko egitea, baina hotzik ez, eta euririk eta haizerik gabe. 15 gradu eta ipar haizea, baina ez dezala jo, batez ere mendebaldekoa ez egitea, lasterketa osoan kontra duzulako.

**Ez dizut galdetuko elikadura zaintzen ote duzun.**

[Barre egin du] Argi dago zaintzen dudala.

**Nutrizionista zaren heinean, ikusten al duzu jendeak arreta gehiago jartzen duela elikaduran?**

Dudarik gabe, geroz eta interes gehiago du jendeak bere burua zaintzeko, ez bakarrik egoera fisikoaren aldetik, baita osasunaren aldetik ere. Orain korrika egitea

kirol nazionala da, mundu guztiak egiten du korrika, eta saiatzen dira gauzak ondo egiten, eta jaten dutena zaintzen.

**Urte osoan korritzen ez duenak, noiztik zaindu behar du jatekoa?**

[Pentsakor jarri da] Hasierako ohiturak zeintzuk diren ikusi behar da lehenik, baina gauzak ondo egite aldera, hiru hilabete aurretik elikadura zaintzea ondo legoke. Eta batez ere azken astea zaindu, oso ondo egin baino gehiago, akats handirik ez egitea, aurretik egin gabeko ezer ez egitea. Inoiz ez baduzu arroza gosalduraz, zara hasiko hori egiten.

**Zu noiz hasten zara prestatzen?**

Zaindu, zaindu, abuztutik aurrera hasten naiz. Egia da urte osoan zehar egiten dudala korrika, baina abuztuan jartzen naiz seriooki Behobia prestatzen, eta aurretik diren lasterketa horiek ondo datoz gorputza ohitzeko.

**Eta nola daramazu aurten?**

Bada ondo neraman, oso ondo ari nintzen, eta gainera niri inoiz ez zait ezer gertatzen, baina joan den asteko asteazkenetik urdaileko birusa famatuarekin nago. Orain hobeto nago, espero dut kalterik ez egitea, eta proba ona egitea.

**Zer bilatzen duzu, postua ala marka?**

Ez dakizunez nor datorren, zaila da postu bat bilatzea, urteroko mailaren arabera izango delako. Horregatik, marka bilatzea errazagoa da, eta horrek jarriko zaitu postu batean edo bestean. Eguraldia txarra bada postua bilatzen duzu; baldintzak onak badira, marka. Aurten zaila izango da, ibilbidea aldatu dutelako.

**Valentin**  
FOTO/BIDEOA

**Zure argazkiak, kalitatearekin**  
Aupa oarsoaldeko korrikalariak!

Biteri, 8  
943 52 81 76  
Orereta-Errenteria - valentinfotobideoa.com

**MAITEXA**  
TABAKOAK

- Tabakoa
- Papera eta opariak

Bizente Elizegi, 3 . Orereta . 943 51 21 10



Jon Arrizabalaga Leñena • Rollerra

# «Guretzako euria kaltegarria da, baina beroak ez digu hainbeste kalte egiten»

Olatz Mitxelena Pasaia

Behobia-Donostian rollerrentzat egin diren lasterketa guztiak eginak ditu Jon Arrizabalaga (Pasaia, 1966) antxotarrak. Bosgarren aldia izango du aurtengoa, eta betiko legez, «kirol festaz» gozatzeko prest abiatuko da.

**Zergatik erabaki duzu roller gisa parte hartzea Behobia-Donostian?**

Batez ere ibilbidea aproposa delako patinetan ibiltzeko eta errepide guztia zuretzat delako. Horrez gain, egoten den jai giroarengatik. Gu teloneroak izaten gara el-

barrien ondoren, eta sekulako giroa egoten da. Kirol diskoteka batean zaudela ematen du. Lehen aldiz parte hartu nuenean txundituta geratu nintzen.

**Ibilbidearen aldaketak nola eragin du zuengan?**

Ziur asko, are egokiagoa izango da guretzako. Lezokoa kentzen duzu, eta Gaintzurizketatik behera Oreretaraino lasaiagoa da. Kaputxinoak eta Buenavista igo beharko ditugu, baina patinentzako oraindik aproposagoa da ibilbidea.

**Eta errepideko goraguneak?**



HITZA

Horiekin guk ez dugu bat ere arazorik. Arriskutsuagoak dira portuko errailak, errepideko goraguneak ikusi egiten direlako, baina errailak ez. Lur bustiarekin, hor, arazoak izaten ziren.

**Aurten zein helbururekin parte hartuko duzu?**

Nire helburua, behintzat, bukatzea da; ondo bukatzea, gustura, eta disfrutatzea.

**Aurten iaz baino 1.000 emakume gehiagok parte hartuko dute. Rollerretan ere goraka ari da emakumeen parte hartzea?**

Nik esango nuke rollerretan ez

dagoela hainbesteko aldea. Joan den urtean %50ean ginen. Normalean rollerretan neska gehiagok parte hartzen dute. Guk, urtero, Iruñea-Gares maratonia egiten dugu, irailean, eta han ere emakumeen parte hartzea handia izaten da.

**Zeintzuk dira rollerren eta korrikalarien arteko ezberdintasunak?**

Nik beti esaten dut gurea txirrin da eta korrikaren arteko zerbait dela. Ez da hain erasokorra. Guk, baldintza normaletan, korrikalariak egiten duten esfortzuaren erdia egiten dugu patinetan. Arinagoa da, kirol bezala eramangarriagoa, desberdina. Gu gurgipen gainean goaz. Guretzako euria kaltegarria da, baina beroak ez digu hainbeste kalte egiten. Korrikalariak, aldiz, euriak bost axola die, baina berotasuna kaltegarria zaie.

o mitxelena@hitza.eus

Joxe Iriarte 'Bikila' • Korrikalaria

# «Proban zehar bizipoza nabaritzen da edonon»

Urko Etxebeste Oiarzun

1992an egin zuen lehen Behobia-Donostia Joxe Iriarte Bikila-k (Errenteria-Orereta, 1945). Orduetik, batean ezik, denetan parte hartu du. Abebe Bikila Etiopiako atleta ospetsuarena du izengoitia, izan ere, 14 urte zituenetik 24ra arte Errenteria Atletismo Taldean ibili zen korrika, «soldaduskan eta espetxealdi aroan izan ezik». Adin horrekin, erbeste-terajo zuten, «han bukatu zen nire korrikalari bidea».

Baina behin erbestealdia bukatuta, jarduera politikoa, gizarte-koa eta kirolekoa uztartzen ahalgindu zen, «poliziaren aurrean korrika hasi nintzen konturatu nintzen herdoilduta nengoe-la». Orduan hasi zen bere kabuz lasterka, eta ondoren probetan parte hartzen. Tartean, Behobian, 1992an. Kataluniako kolorekin aterako da lasterka etzi.

**Zer da zuretzat Behobia-Donostia?**

Jai eguna da alde batetik. Kirol ikuskizun handia da, proban zehar bizipoza nabaritzen da edonon. Aldi berean, esfortzu eguna da. 20 kilometro egitea ez da txantxa. Badu droga puntutxoak, ha-



HITZA

rrapatzen zaitu. Gainera, lasterketa ondoren talde bazkaritxoak egiten dugu. Egun osoko jaia da.

**Marka egitera, edo bukatzera zoaz?**

Bukatzera noa. Aurten belaunetik operatu naute, eta tentuz joan behar dut. Nik badut nire erreferentzia, eta gustatuko litzaidake 1:40-1:45 tartean bukatzea.

**Ibilbide aldaketaz zer diozu?**

Ez dakit onerako edo txarrerako izango den. Baina horrek aurten parte hartzera behartu nau: operatu naute aurten, baina arriskatu dut, Errenteria erdialdetik pasatzea niretzat hunkigarria izango delako.

Arantxa Goñi • Korrikalaria

# «Emakume gehiagok parte hartzea oso positiboa da»

Rebeka Parras Irun

14. aldiz parte hartu behar du Behobia-Donostian Arantxa Goñik (Iruñea, 1965). Amateurra da, baina 1991. urtean korritu zuen lehenengoz lasterketa eta aurten, alabarekin batera egingo du bidea.

**Nolatan animatu zara urte hauetan Behobia-Donostia egitera?**

Nik korrika egiten nuen, eta 1991an Donostiako Lilatoian parte hartu nuen. Urte hartan Behobia-Donostian eta Lilatoian parte hartu genuen emakume batzuei gutun bat bidali zigun neska batek talde bat osatzeko, elkarrekin entrenatzeko eta herri lasterketan parte hartzeko. Emakumeen parte hartzea indartzeko osatu nahi zuen taldea. Denbora igarota, bakoitza bere kasara parte hartzen hasi ginen, baina urte asko eman genituen elkarrekin.

**Zein lasterketa gehiagotan parte hartzen duzu?**

Lehen askotan parte hartzen nuen. Orain, Donostiako AEKren



REBEKA PARRAS

lasterketan, Lilatoian, noizbait San Silbestren, eta behin Donostiako hiru hondartzak batzen dituen lasterketan parte hartu nuen.

**Ibilbidea aldatu dute aurten; zer iruditzen zaizu?**

Errazagoa. Lezoko aldapa dezentek kendu dituzte. Gainera, herri erditik pasata animatuagoa da. Portua ere kendu dute, jende gutxi jartzen da hor, bakarrik sentitzen zara eta gainera luzea da.

**Zein helbururekin parte hartzen duzu Behobia-Donostian?**

Parte hartzeagatik, egia esan. Ondo sentitzen naiz korrika egiten dudanean, eta gustatzen zait. Parte hartzen duzunean lasterketan gustora sentitzen zara.

**Iaz baino 1.000 emakume gehiagok izena eman dute aurten. Lehia handiagoa izango da?**

Ez, ez, askoz hobeto. Emakume gehiagok parte hartzea oso positiboa da. Beti gizon gehiago izaten dira korrika egiten, eta emakume gehiago gehitzen badira, oso positiboa da. Herri lasterketan emakumeen papera indartzea oso positiboa da.

**Entrenatzen hasi zinen talde horren helburua hori zen?**

Bai eta lortu genuen. Hasieran oso emakume gutxi ginen, baina gero talde handia osatu genuen.

**Zein marka inguruan ibiltzen zara?**

Benozken urtetan oso lasai ibili naiz eta bi orduko tartea hartzen badit, ba bi ordu.

o rparas@hitza.eus

**Lete**  
itzulpenak  
egokitzapenak

administrazioa • publizitatea  
filmak • liburuak • enpresa

Tel.: 943 515 346 . www.lete.net . lete@lete.net

**Haurtzaro Ikastola**

Ikastola herritarra eta Euskal Herriari atxikia  
Otik-18rako kalitatezko hezkuntza  
euskalduna eta berritzailea

Bulego ordutegia: 8:00 - 13:00 eta 14:30 - 17:30 . Tel.: 943 49 16 59  
www.haurtzaroikastola.net / haurtzaro@ikastola.net





2011ko lasterketan, talde bat, mozorrotuta, Trintxerpetik pasatzen. IÑAKI BERRIO

Igandeko Behobia-Donostiak ikusleak milaka izango dituen bezala, horren irudiak jasoko dituztenak ia beste hainbeste izango dira. Herritarrek irudi horiek HITZA-ra bidal ditzakete.

# Lasterketa nola bizi izan duzun jakiteko

## Erredakzioa

**A**urtengo Behobia-Donostia lasterketa Bidasoko nahiz Oarsoaldeko biztanleek nola bizi izan duten jakin nahi du HITZA-k. Behobiatik Pasaiaraino, probaren zatirik handiena bi eskualdeetatik pasatzen da, eta ziur ikuslearen artean askok kamarak esku artean izango dituztela, sakelako telefonoak, ohiko kamerak, edo bideo kamerak.

Eta horiekin milaka irudi aterako dituzte ikusle horiek guztiek. Askotan senitarreko edo lagunarenak izango dira, beste asko 30.000 parte hartzaileen irudi orokorrak, eta izango dira ere lehia ikusle daitezkeen bitxikerien zale izan, eta horiek jasotzeko asmoa dutenak. Norberak bere erara azalduko ditu irudi horiek guztiak, etxean, sare sozialetan, edo hedabideetara bidaliz.

HITZA-ra ere bidal daitezke irudi horiek guztiak. Izan ere, Oarsoaldeko eta Bidasoko euskarazko hedabideko kazetariak errepide bazterretan egongo dira lasterketak iraun bitartean, gisa guztieta irudiak atera nahian. Baina ezin heldu bi eskualdeetako tarte guztiara, izan ere, hamabost bat kilometroko bidea baitu Behobia-Donostiak gurean.

Horra deialdia: HITZA-ren eta lasterketaren zaleei deia egiten diegu ateratako irudiak bidal ditzaten, ondoren, hilaren 10ean, horiek denak hedabidearen web-



2012ko Behobia-Donostiako azken korrikalaria. RAUL PEREZ

gunean agertzeko, egile bakoitzaren sinadurarekin. Berdin du argazkiak zein une harrapatzen duen: lehen lasterkariak, azkenak, korrikalari multzo handiak, mozorrotuta daudenak, publikoak, bide ertzeteetako bitxikeriak... Irudiaren kalitatea publikatzeko adinakoa bada, gure webgunean ([oarsobidasoa.hitza.eus](http://oarsobidasoa.hitza.eus)) jarriko dugu.

Eta hori egiteko honako posta elektronikora mezua bidali besterik ez da egin behar: [oarsobidasoa@hitza.eus](mailto:oarsobidasoa@hitza.eus). Mezua igorritokan, argazkiak atxikitzeaz gain, komeni da jartzea irudiak zein puntutan dauden aterata, eta noski, argazkilariaren datuak.

### Sailkapenak herriz herri

HITZA-ra iritsiko diren irudi guztiakin argazki galeriak osatuko ditugu hilaren 10eko Interneteko

edizioan. Baina hori bakarrik ez. Sailkapenei ere erreparoa egingo diegu, HITZA-k azken urteetan egin izan duen moduan: Pasaiako, Lezoko, Irungo, Oiartzungo, Hondarribiko eta Errenteria-Oreretako lehenen sailkapena egiteaz gain —emakumeena nahiz gizonena—, herri bakoitzari dagozkion sailkapen bereziak aterako ditugu.

Noski, sailkapen horiek Behobia-Donostia lasterketaren antolatzaileek pasatakoak izango dira. Izan ere, batzuetan gertatzen da dortsal zenbaki baten jabea, eta lasterketan edozein arrazogatik dortsal hori eramaten duena, ez dela pertsona berbera izaten. Kasu horietan, interesduak nahiko balu, aurreko posta elektronikora mezua bidaltzea besterik ez du aldaketaren berri emateko.

BITXITEGIA • ERLOJUTEGIA

**YOAR**

DUO ALIANZAS

Eskusibitate

**PANDORA CITIZEN** marketan

Niessen zentro komertziala (Errenteria-Orereta) Tel.: 943 51 78 88  
Mamut zentro komertziala (Oiartzun) Tel.: 943 49 00 54

GRUAS OLALDE

Albizarko industria gunea 2, Altzibar . Oiartzun . Tel.: 943 49 23 16 . 608 77 14 41 . Fax: 943 49 36 30

**orereña ikastola**

- Euskalduntze berme osoa
- Hezkuntza eskaintza 18 urte arte
- Instalakuntza bikainak 100.000 m<sup>2</sup>ko eremuan.
- Kalitatea. Emaitza esinhebeak

943 52 03 97  
[www.orereñaikastola.net](http://www.orereñaikastola.net)

**Oiartzo**

BATXILERGO IKASTOLA

- Ikasle arteko giro atsegina
- Giza, Gizarte, Osasuna eta Teknologia
- Zientziak aukeran
- Kalitatezko hezkuntza eta emaitza arrakastatsuak
- Azken teknologietan hornikuntza aurrerakoa

Oiartzo Batxilergo Ikastola  
Zamalbide auzoa z/g 20100 ERRENTERIA  
943 52 38 04 - 943 52 03 97 - [oiartzo@ikastola.net](mailto:oiartzo@ikastola.net)