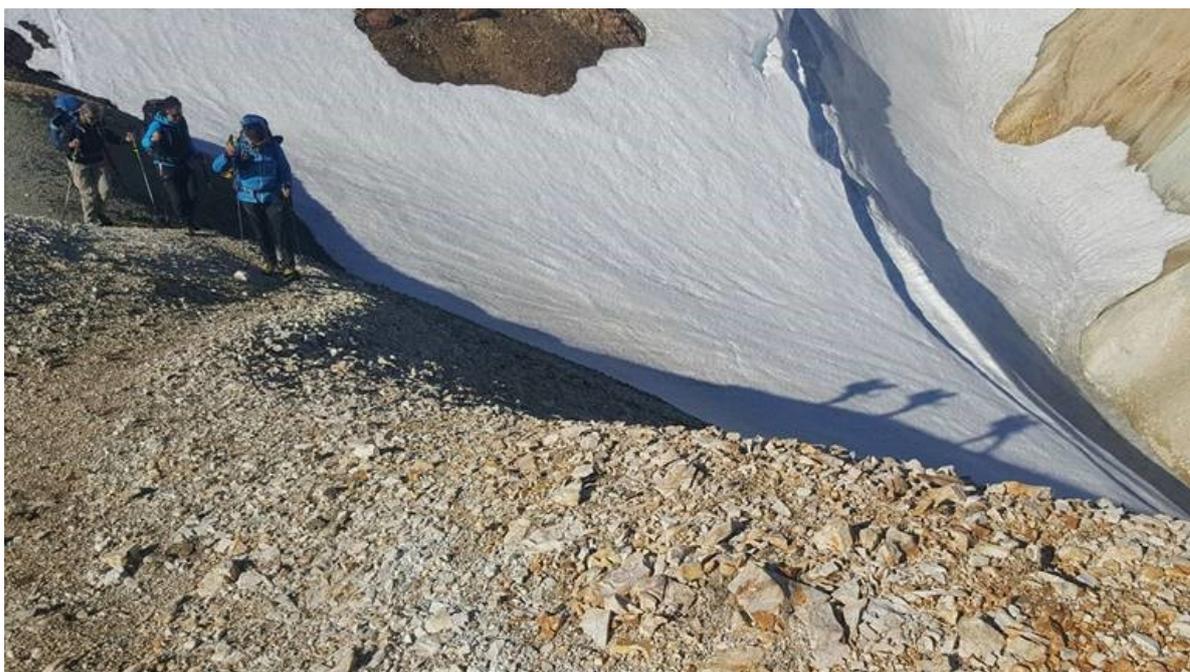


## **TREKKING 2024**

### **TREKKING DEL LANDMANNALAUGAR. -*Islandia***



**CON GUIA DE TREKKING DE HABLA HISPANA Y VISITA  
AL CÍRCULO DEL ORO**

**Trekking de: Nivel Medio**

**Duración del programa base: 8 días**

**Fechas de salida: Julio a septiembre de 2025**

(Ver apartado fechas)

**Salida: Madrid/Barcelona**

(otras ciudades consultar)



## **INTRODUCCIÓN:**

**El trekking del Landmannalaugar** discurre por las famosas **Tierras Altas Islandesas**, entre la cima del volcán **Eyjafjalajokull** y el glaciar **Mýrdallsjokull**.

En su recorrido podremos contemplar los más variados y espectaculares paisajes que ofrece el interior de Islandia: glaciares, volcanes, fumarolas, los tonos ocre de la tierra quemada, increíbles aguas termales naturales, las praderas verdes conviviendo con la lava omnipresente resaltando entre los hielos perpetuos y los llamativos colores de la riolita y los diversos minerales de Islandia.

Te ofrecemos un viaje a pie entre valles frondosos, zonas desérticas y llanas, gargantas aparentemente inaccesibles, ríos caudalosos que parecen bloquear el camino y montañas de lava, todo junto en un caos ordenado que hace de Islandia el último rincón salvaje de Europa.



Empezando en el **paraje natural de Landmannalaugar**, donde nos daremos una zambullida en su río de aguas termales para tomar fuerzas y partir para alcanzar el **macizo del Fjallabak**, la expresión de un mundo en formación donde el fuego y el hielo han moldeado algunos de los paisajes más jóvenes, más extraños y extraordinarios del mundo.

Todo ello hace de esta ruta, excepcional pero accesible, uno de esos viajes imprescindibles que disfrutaremos más plenamente al ir acompañados por un guía de montaña, gran conocedor de la zona.

## **FECHAS DE SALIDAS 2025**

- **Del 2 al 9 julio**
- **Del 9 al 16 julio**
- **Del 16 al 23 julio**
- **Del 23 al 30 julio**
- **Del 30 julio al 6 agosto**
- **Del 6 al 13 agosto**
- **Del 13 al 20 agosto**
- **Del 20 al 27 agosto**
- **Del 27 agosto al 3 septiembre**
- **Del 3 al 10 septiembre**
- **Del 10 al 17 septiembre**

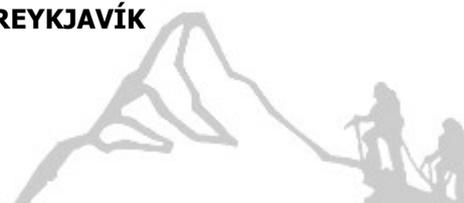
Puedes unirse a cualquier salida, independientemente del número de viajeros que seáis, nosotros nos encargamos de agrupar a los viajeros para completar los grupos mínimos.

## **PROGRAMA:**

### **DÍA 1º: MADRID/BARCELONA- REYKJAVÍK**

Vuelo desde Madrid o Barcelona con destino a **Keflavík**. Traslado o flybus desde el **aeropuerto internacional Leif Eriksson** hasta el alojamiento.

### **ALOJAMIENTO EN ALBERGUE/APARTAMENTO EN KEFLAVÍK/REYKJAVÍK**



### **DÍA 2º: CÍRCULO DE ORO – LANDMANALAUGAR**

Hoy visitaremos el **Parque Nacional de Thingvellir**, situado en un precioso valle que sirvió de punto de encuentro para el *primer Parlamento islandés*, siendo así probablemente el lugar históricamente más importante de **Islandia**. La dorsal oceánica que separa Europa de América produjo en esta zona un importante rift, dando lugar a la aparición de fallas tan impresionantes como **Almannagjá** y su profundo cañón. Nos dirigiremos a la zona de **Geysir**, lugar del famoso surgimiento de aguas termales que ha dado nombre de géiser a este fenómeno de la naturaleza en todo el mundo. Observaremos como **Strokkur**, hermano del colapsado géiser original, erupciona cada 6/8 minutos expulsando una columna de agua de entre 15 a 30 metros de altura. Desde allí visitaremos la que probablemente es la catarata más renombrada de Islandia, **Gullfoss**, situada en un lugar donde el  **río Hvitá** desploma un impresionante cañón tallado en roca volcánica. Esta cascada cuenta con una caída total de 32 metros repartidos en dos tramos. Aquí podremos contemplar, en los días soleados, los colores del arco iris dibujados en la cortina de agua y además nos podremos acercar al borde para verla en todo su esplendor. Tras las visitas, partimos rumbo a **Landmannalaugar** en furgoneta o autobús a donde llegaremos por la tarde.

### **ALOJAMIENTO EN EL REFUGIO DE LANDMANNALAUGAR**

**Régimen: Pensión completa**

### **DÍA 3º: LANDMANNALAUGAR – HRAFNTINNUSKER – ÁLFTAVATN**

**Distancia: 22,5 km. Duración: 8-9h. Desnivel: + 900 m/- 960 m**

Damos comienzo a la marcha a pie, rodeados de infinidad de restos de obsidiana, claro ejemplo de la constante actividad volcánica de esta isla. En el camino pasaremos por campos de fumarolas, nieves perpetuas y colinas de riolita. Continuamos nuestra marcha y nos dirigimos hacia el increíble paisaje de **Álftavatn**. Caminaremos entre montañas nevadas y arroyos provocados por el deshielo de los numerosos neveros que nos saldrán al paso. Nos asomamos a un idílico balcón, desde el que se ven las verdes praderas y montañas de los alrededores del **lago Álftavatn**. Para terminar nuestro camino de hoy deberemos cruzar un sencillo torrente, ideal para dar un merecido descanso y así relajar nuestros músculos. Noche en refugio.



### **ALOJAMIENTO EN EL REFUGIO DE ÁLFTAVATN**

**Régimen: Pensión completa**

### **DÍA 4º: ÁLFTAVATN - EMSTRUR**

**Distancia: 18 km. Duración: 6-7h. Desnivel: + 200 m/- 300 m**

**Régimen: pensión completa**

Partimos del idílico **Álftavatn** para adentrarnos en un inhóspito desierto de arena negra, por el que discurrirá nuestro caminar a lo largo de toda esta jornada. Dejaremos a la izquierda el impresionante **glaciar Entujokull**, mientras que a la derecha nos flanquean el paso montañas tales como **Hatafell** desde donde quizá nos observen elfos, hidden people y demás personajes de la rica y presumiblemente no tan irreal mitología islandesa. Visitaremos el impresionante cañón que hay cerca del refugio.

### **ALOJAMIENTO EN EL REFUGIO DE EMSTRUR**

**Régimen: Pensión completa**

### **DÍA 5º: EMSTRUR - THORSMORK**

**Distancia: 16 km. Duración: 7-8h. Desnivel: + 430 m/- 680 m**

Comenzamos la jornada discurriendo entre las colinas de aspecto mágico del paraje de **Emstrur** para, en breves instantes, cruzar por un estrecho puente entre las dos paredes que forman el desfiladero del  **río Fremri-Emstruá**, deshielo del **glaciar Entujokull**. Éste es el único punto posible para cruzarlo en kilómetros a la redonda.



Poco a poco el paisaje desértico va dejando paso al verdor del **valle de Thorsmork** (que se traduce como "el bosque de Thor"), sin duda uno de los lugares más bellos de Islandia, donde podremos admirar las lenguas glaciares descendiendo hasta el *valle de Thor*, así como el agua del deshielo uniéndose a la corriente del **río Markafliót**. Avanzaremos por un sendero que en ocasiones se pierde hasta llegar al valle.

### **ALOJAMIENTO EN EL REFUGIO DE THÓRSMÖRK**

**Régimen: Pensión completa**

#### **DÍA 6º: THORSMORK – FIMMVÖRÐUHÁLS/BALDVINSSKALI**

**Distancia: 12 km. Duración: 5-6h. Desnivel: + 1.000 m/- 165 m**

En esta jornada partiremos del majestuoso **valle de Thor** para encaminarnos hacia el que posiblemente sea el refugio más inaccesible del trekking, el de **Fimmvörðuháls/Baldvinsskali**. Discurremos por impresionantes colinas verdes y estrechos senderos, camino del collado que da nombre al refugio al que nos dirigimos. En dicho collado, donde se enfrentan los **glaciares Mýrdallsjokull y Eyjafjallajokull**, divisaremos por primera vez el *gran océano Atlántico*, meta de nuestro viaje.

### **ALOJAMIENTO EN EL REFUGIO DE FIMMVÖRÐUHÁLS**

**Régimen: Pensión completa**

#### **DÍA 7º: FIMMVÖRÐUHÁLS/BALDVINSSKALI - SKÓGAR - REYKJAVÍK**

**Distancia: 15 km. Duración: 5-6h. Desnivel: + 130 m/- 1.170 m**

**Régimen: Media pensión (desayuno y picnic)**

Como colofón caminaremos la mayor parte de la jornada por terreno descendente admirando las 24 cascadas que nos brinda el **río Skógar**, desde las más suaves y tranquilas hasta las más potentes y caudalosas, terminando con la afamada **Skógafoss**, impresionante cascada con una caída de 62 metros. Después traslado a **Reykjavík** donde disfrutaremos de tiempo para conocer la capital islandesa. La **calle Laugavegur**, con sus tiendas de outdoor y jerséis de lana islandesa, cafés y cervecerías, reúne prácticamente toda la actividad comercial y de ocio de **Reykjavík**. También, en el puerto, podremos degustar pescado fresco y visitar el **edificio Harpa**, centro de conciertos y conferencias formado por un entramado de hexágonos de cristal. Igualmente merece la pena un paseo por la zona alta de la ciudad, donde nos perderemos entre encantadoras casas de madera con pequeños jardines. Cerca está la **Hallgrímskirkja**, frecuentemente definida como la «*Catedral de Reykjavík*» debido a su tamaño, aunque en realidad no lo es. **Cena libre en la ciudad. Noche en albergue.**



### **ALOJAMIENTO EN ALBERGUE EN REYKJAVÍK**

**Régimen: desayuno y comida de picnic**

#### **DÍA 8º: REYKJAVÍK - ESPAÑA**

Traslado o flybus hasta el aeropuerto. Vuelo de regreso.

*La ruta es orientativa, y está sujeta a modificaciones y variaciones sobre el terreno debido a causas climatológicas, de la mar, del hielo, logísticas o técnicas, que requieren flexibilidad por parte del viajero.*

**Nota importante: el itinerario puede realizarse en un sentido u otro indistintamente. Por razones de logística del país, alguna localización o alojamiento podrían variar sin previo aviso.**



**Esto no suele suceder, pero Islandia es uno de los destinos mundiales con mayor incremento de viajeros en los últimos años y en determinadas ocasiones hemos tenido que hacer pequeñas variaciones sobre la marcha por razones externas. Esto no afecta a las visitas que se van a realizar.**

### **PRECIOS DEL PROGRAMA DESCRITO:**

#### **CON GUIA DE TREKKING DE HABLA HISPANA, VUELOS INTERNACIONALES INCLUIDOS**

<b>PRECIO POR PERSONA:</b>	<b>2.595 €</b>
----------------------------	----------------

### **EL PRECIO INCLUYE:**

- Vuelo de Madrid o Barcelona a Keflavík, ida y vuelta
- Equipaje facturado, 20kg. por persona
- 3 noches de alojamiento en albergue en Keflavík
- 4 noches de alojamiento en refugio
- Todos los desayunos y comidas en los días de ruta
- Todas las cenas salvo las especificadas en 'No incluye'
- Avituallamiento en los refugios
- Todas la etapas de trekking incluida Fimmvorduháls – Skógar
- Traslados hasta el comienzo y finalización de la ruta
- Traslados de aeropuerto o Flybus en los días de ruta según programa
- Acompañamiento y asistencia de un guía de montaña de habla castellana
- Seguro de asistencia en viaje multiaventura
- IVA y gastos de gestión.

### **EL PRECIO NO INCLUYE:**

- **Tasas aéreas y gastos de gestión de billetes aéreos (entre 190-290€)**
- Comidas en los días de vuelo
- 2 cenas en **Reykjavík/Keflavík**
- Traslados a/desde el aeropuerto fuera de las fechas y horario previsto del resto del grupo
- Gastos derivados de la climatología adversa, del retraso de vuelos o incidencias con el equipaje
- Propinas del guía
- Equipo personal
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura internacional)
- Seguro de anulación
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias no controlables como cancelaciones o retrasos de vuelos, desastres naturales, problemas atmosféricos, averías, pérdidas o retraso del equipaje, causas de fuerza mayor etc.
- Cualquier supuesto no especificado en el apartado 'Incluye'

***Cualquier gasto extra realizado por el participante y no especificado en el apartado "incluye", correrá de su cuenta y deberá ser abonado en el momento de realizarse.***

### **NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:**

Condición física: Ser capaz de hacer una etapa de 22 km, de superar desniveles tanto de subida como bajada de hasta 1.000 metros en varias jornadas y poder realizar una etapa de 8-9 horas.

El trekking tiene un nivel medio, pudiendo ser algo más exigente con condiciones desfavorables de viento, lluvia, etc. Las rutas se realizan por senderos que varían desde buena traza a prácticamente desaparecer. En las etapas de los días 6 y 7 avanzaremos por algunos tramos de terreno nevado.



Durante la ruta podremos realizar de un modo sencillo diversas actividades que representan el espíritu de la isla como: hacer multitud de trekking en diversos terrenos, cruzar ríos, atravesar campos de lava, bañarse en aguas termales naturales, caminar por campos de cenizas...

Las jornadas oscilan entre las 5 y las 9 horas de marcha diaria a un ritmo suave, con paradas frecuentes. El guía adaptará el ritmo en función del grupo y de las condiciones climatológicas. Si bien el tiempo suele ser bueno, la climatología es inestable y conviene estar preparado para la lluvia o el viento.

Durante todas las noches de la travesía nos alojaremos en los distintos refugios que hay en el camino, por ello no llevaremos tiendas con nosotros. En cada refugio nos espera un depósito con provisiones para el día, de modo que no tengamos que transportar las provisiones de la semana a la espalda. De esta manera, los trekking se realizan portando tan sólo el material personal y el picnic del día en la mochila. El peso de la mochila para los trekking suele oscilar entre los 7 y los 9 kilos, incluyendo el saco de dormir.

Si bien depende completamente de lo que cada viajero decida llevar consigo, a fin de realizar más cómodamente el viaje, es importante reducir el equipaje a lo necesario, evitando llevar cosas inútiles. No conviene llevar libros voluminosos. El peso no debe exceder en ningún caso de los 12 kilos y, si se optimiza el equipo, puede bajar hasta los 7 kilos.

El terreno, los caminos: Casi todos los trayectos se realizan por caminos, si bien el terreno es variado: rocas sueltas, piedra y arena volcánica, tundra, ríos y torrenteras. Los desniveles son moderados, ascendiendo hasta un máximo de 1000 metros en un solo día. Es necesario prestar atención a los cruces de ríos y atender las indicaciones del guía, ya que hay lugares que pueden ser complicados y otros de paso fácil y seguro.

**ACONSEJAMOS REALIZARSE UN CHEQUEO MÉDICO GENERAL Y DENTAL ANTES DEL VIAJE.** Acude a tu médico para detectar problemas que pudieran agravarse durante la expedición, donde el aislamiento, lejanía o falta de medios pueden crearte dificultades, como alergias, tensión arterial, problemas coronarios, problemas de oídos, bucodentales, estomacales, de articulaciones etc.

### **EQUIPO MÍNIMO RECOMENDADO:**

**Para este viaje utilizaremos una mochila de 45-50 litros (nunca maleta rígida).**

#### **Cabeza**

- Gorro de lana o forro polar (preferiblemente Windstopper)
- Bufanda tubular o "buff"
- Gafas de sol

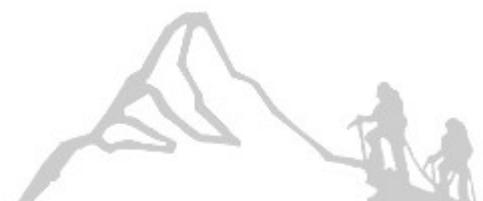
#### **Cuerpo**

- Una camiseta térmica de manga larga
- Chaqueta de forro polar
- Anorak acolchado ligero con relleno de fibra o plumas
- Chaqueta impermeable y transpirable de montaña (Goretex u otra membrana similar)
- Ropa interior y camisetas de fibra sintética
- Traje de baño (para las aguas termales)
- Pantalones de trekking
- Mallas térmicas
- Pantalones impermeables ligeros

#### **Manos**

- Guantes de lana o forro polar (preferiblemente Windstopper)

#### **Pies**



- Calcetines finos
- Calcetines gruesos y altos de fibra sintética o de lana
- Botas de trekking de caña alta fuertes, impermeables y transpirables. (Imprescindibles)
- Sandalias para cruzar ríos, ligeras y que sujeten bien el pie
- Escarpines de neopreno para cruzar los ríos (recomendable)
- Calzado de repuesto o zapatillas para el refugio

### **Equipo de acampada**

- Saco de dormir, entre 5º C y 10º C.
- Una cantimplora
- Linterna frontal con pilar de recambio

### **Artículos de aseo/otros**

- Crema de protección solar y labial
- Tapones para los oídos
- Antifaz para dormir
- Toalla sintética (de secado rápido)
- Botiquín personal
- Varias bolsas de plástico fuerte para guardar el saco de dormir y la ropa dentro de la mochila
- Pequeño neceser con los productos de aseo.
- Mochila de 45-50 litros con cubremochilas
- Un par de bastones telescópicos (Imprescindibles para vadear ríos)

### **EL GRUPO:**

Los grupos son de máximo 10 viajeros, acompañadas por un guía de habla castellana. Este tamaño reducido del grupo propicia un trato estrecho y casi familiar entre sus miembros, creándose un excelente ambiente. El grupo puede estar formado por personas de diferentes nacionalidades con guía de habla castellana. Aunque en general los grupos se suelen completar, en caso de no llegar a un mínimo de **4 viajeros se podrá aplicar un suplemento que se informará previamente al viajero en tal caso.**

### **EL GUÍA**

La misión del guía es mostrar el camino al grupo a través de la ruta, guiar en los trekking y las actividades, coordinar las tareas comunes como la preparación de la comida, velar por la seguridad de sus participantes, solucionar los posibles problemas que se puedan originar, pudiendo cambiar la ruta si lo estima necesario. El guía conocedor de la zona será de habla española, el nos mostrará el país, y coordinará la intendencia y la cocina con la colaboración de todos.

### **LOS ALOJAMIENTOS**

En todos los refugios y albergues es necesario usar el saco de dormir. Recomendamos que el saco tenga una temperatura de confort de 5º a 10º C.

Los días de ruta dormiremos en refugios de montaña que cuentan con cocina totalmente equipada, así como aseos con agua corriente excepto el día 6. Encontraremos duchas individuales de agua caliente en tres de ellos, día 3, día 4 y día 5; estas duchas son de pago, pero están incluidas en el precio del viaje. Dormimos en literas dobles y, en ocasiones, dependiendo del espacio disponible, podremos hacer uso individual de las mismas. Las habitaciones son comunes y mixtas, pudiendo alojar desde 4 a 32 personas por habitación.



## **LA ALIMENTACIÓN**

Incluye pensión completa durante el viaje. Excepto: **En la estancia en Reykjavík** se incluye el desayuno, pero no comidas ni cenas.

Hacemos un avituallamiento en los refugios para todas las salidas, con lo cual no hace falta cargar con comidas durante el trekking, solo el picnic del día.

No obstante, para personas vegetarianas o que necesiten una determinada dieta, recomendamos llevar algún producto en concreto que creáis necesario para el trekking ya que toda la comida ha sido transportada de antemano a los refugios. En estos porteos incluimos algunos alimentos para vegetarianos y otros libres de gluten, para celíacos.

Durante los días de excursión, por el día llevaremos una dieta tipo picnic y por la noche se cocinará en los refugios con comidas planteadas por el guía y que preparará en colaboración con los viajeros. Este tipo de viaje de aventura implica un mínimo de espíritu de grupo y colaboración por parte del viajero.

A continuación, os indicamos un listado de los alimentos que podemos encontrar a lo largo de la ruta:

**Desayuno:** café soluble, té, infusiones, cacao, leche en polvo, galletas, pan, mermelada, muesli y cereales, mantequilla, gachas.

**Comida (tipo picnic):** conservas, chocolate, frutos secos, galletas, barritas de cereales

**Cena:** platos elaborados en los refugios intentando llevar una dieta variada como arroces, pasta, cuscús, conservas de carne y pescado, fruta en almíbar, chocolate...

**Las tareas comunes:** Esta aventura tiene un espíritu de colaboración, camaradería y trabajo en equipo, en el que valoramos sobre todo el buen humor, el buen ambiente y la tolerancia hacia los compañeros.

El guía dirigirá todas las operaciones comunes pero las actividades se harán entre todos. Algunas tareas como cargar el vehículo los días de traslado, preparación de la comida, fregar los platos, limpiar el refugio u otras tareas que sean necesarias, se realizan por igual entre todos los participantes, incluido el guía.

## **REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN:**

- Realizar un **pago de reserva de 1.000/€ persona**. Si se hace la reserva con menos de un mes de antelación a la fecha de salida, se pagará el importe completo del viaje.
- Si se contrata el viaje con vuelos incluidos, se deberá pagar, en el momento de la reserva, **el importe total de los vuelos**. **NO SE EMITIRÁ NINGÚN BILLETE DE AVIÓN SI NO SE HA PAGADO LA TOTALIDAD DE SU IMPORTE.**
- **CUMPLIMENTAR ON-LINE**, por parte de cada participante, la **"hoja de inscripción"**, **"Convenio de Trekkings/Expediciones"** y **"Condiciones de cancelación del viaje"**, utilizando los enlaces y siguiendo las instrucciones que vienen al final de esta ficha técnica.
- Adjuntar una **copia escaneada en formato JPG del pasaporte del participante**, en el apartado indicado para ello, al cumplimentar **on-line la "Hoja de inscripción"**
- Si se quiere contratar un **seguro de asistencia en viaje y cancelación** (consultar apartado "Seguros") confirmar en el momento de la reserva el tipo de seguro elegido.





## AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES

C/ Los Pastores 12

**22700 JACA (Huesca) España**

NIF: B22333272

Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421

e-mail: [informa@aragonaventura.es](mailto:informa@aragonaventura.es)

web: [www.aragonaventura.es](http://www.aragonaventura.es)

### EL PAGO SE PUEDE REALIZAR POR:

- **PAGO CON TARJETA (TPV)**, utilizando el siguiente enlace: <https://www.aragonaventura.es/tpv>
- **TRANSFERENCIA BANCARIA** a la cuenta de **IBERCAJA ES07 2085 5335 6203 3090 8702**, a nombre de **AATREKKINGS Y EXPEDICIONES** y **adjuntar el justificante por mail.**

**NO SE CONSIDERARÁ NINGUNA INSCRIPCIÓN EN FIRME HASTA QUE SE HAYAN REALIZADO LOS REQUISITOS ANTERIORMENTE CITADOS.**

**CON UNA ANTELACIÓN MÍNIMA DE 30 DÍAS ANTES DE LA FECHA DE COMIENZO DEL VIAJE, SE DEBERÁ HABER PAGADO EL IMPORTE TOTAL DE ESTE.** Una vez realizado el último pago, se remitirá la documentación a la dirección electrónica o postal que nos indique el cliente.

**CONDICIONES DE CANCELACIÓN DE LOS VIAJES DE MONTAÑA:** Al final de esta ficha técnica viene un enlace que detalla las **condiciones de cancelación** de los viajes de trekking y expediciones de montaña. Os pedimos que las leáis con detenimiento para conocerlas, ya que cada viaje tiene unas condiciones especiales en función de sus características, actividad a realizar, así como de la intermediación de servicios de otras agencias de viaje (transportes, vuelos, servicios locales en los diferentes destinos y países, etc.).

### **INFORMACIONES DE INTERÉS:**

**DOCUMENTACIÓN: Documento Nacional de Identidad o Pasaporte en vigor.**

El viajero es el único responsable de sus documentos y del cumplimiento de los requisitos establecidos por las autoridades de los diferentes países y tendrá que presentarlos siempre que le sean solicitados. En caso de sustracción o extravío del pasaporte, deberá denunciar el hecho lo antes posible ante las autoridades competentes y **acudir a la Embajada o Consulado de España con la copia de la denuncia**

**SEGUROS: Como norma recomendamos siempre ir lo más cubierto posible ante cualquier problema que pueda surgir e igualmente llevar una tarjeta de crédito o recursos suficientes para poder pagar cualquier imprevisto.**

**Se incluye en el precio un seguro de viaje multiaventura** válido para el ámbito europeo diseñado específicamente para el tipo de actividad que desempeña, garantizando a sus viajeros la total tranquilidad y seguridad durante la realización del viaje. Es necesario advertir, no obstante, que **Aragón Aventura** solo ejerce de intermediario en la contratación del seguro. En caso de tener que realizar cualquier trámite posterior a la contratación de éste, dichas gestiones deberán ser llevadas a cabo directamente entre el viajero y la compañía aseguradora. Invitamos a todos los viajeros a leer atentamente las condiciones y coberturas de la póliza.

Cada participante deberá decidir el tipo de seguro que más le conviene, aquí os hacemos un resumen de los seguros que consideramos importantes para que vuestro viaje este lo más cubierto posible.

**SI ESTÁIS INTERESADOS EN CUALQUIERA DE ESTAS PÓLIZAS DE SEGUROS, CONSULTARNOS CONDICIONES Y PRECIOS.**

### **1. SEGURO DE ACCIDENTES DERIVADOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y RESCATE EN MONTAÑA:**

- **SEGURO DE LA FEDERACIÓN DE MONTAÑA Y ESCALADA del año en curso, con la cobertura adecuada a la actividad y zona a visitar.** (Aconsejamos informarse bien en la federación de montaña de las condiciones de las coberturas y del helicóptero de rescate). **Si tenéis alguna dificultad en hacer este seguro, consultadnos que os ayudaremos. GENERALMENTE NO INCLUYE ENFERMEDADES COMUNES NI ACCIDENTES QUE NO SEAN PRODUCIDOS POR LA PRACTICA DEPORTIVA EN LA QUE SE ESTA FEDERADO.**



**2. SEGUROS DE ASISTENCIA SANITARIA, VIAJE Y ANULACIÓN:  
(NO INCLUYEN ACCIDENTES DEPORTIVOS NI RESCATE EN MONTAÑA)**

- **SEGURO "TOTAL TRAVEL" DE ASISTENCIA EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN CONDICIONADA:** Incluye asistencia sanitaria, robo de equipaje y gastos de anulación del viaje no iniciado, **POR CAUSA JUSTIFICADA Y DEMOSTRABLE. PARA QUE LA GARANTIA DE ANULACIÓN TENGA VALIDEZ EL SEGURO DEBE CONTRATARSE EL MISMO DÍA DE LA RESERVA DEL VIAJE O, COMO MÁXIMO DENTRO DE LOS 6 DÍAS SIGUIENTES.**
- **SEGURO "TOTAL TRAVEL" DE ASISTENCIA EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN POR CAUSA JUSTIFICADA O ANULACIÓN POR LIBRE DESESTIMIENTO:** Incluye asistencia sanitaria, robo de equipaje y gastos de anulación del viaje no iniciado. Si se elige anulación por **LIBRE DESESTIMIENTO (sin causa justificada), se perderá el 20% del importe pagado del viaje. PARA QUE LA GARANTIA DE ANULACIÓN POR LIBRE DESESTIMIENTO TENGA VALIDEZ EL SEGURO DEBE CONTRATARSE EL MISMO DÍA DE LA RESERVA DEL VIAJE O, COMO MÁXIMO, DENTRO DE LAS 24 H SIGUIENTES.**
- **TARJETA SANITARIA EUROPEA.** Antes de partir es recomendable obtener la Tarjeta Sanitaria Europea, que podéis solicitar en vuestro centro médico de la Seguridad Social. Esta tarjeta certifica el derecho de su titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea

**SE RECUERDA QUE PUEDE HABER GASTOS DE CANCELACIÓN TOTALES O PARCIALES DEL PAQUETE DE AGENCIA, YA QUE EN MUCHOS CASOS NUESTROS CORRESPONSALES LOCALES DEBEN REALIZAR PAGOS ANTICIPADOS PARA RESERVAR LOS SERVICIOS EN DESTINO. IGUALMENTE, MUCHAS TARIFAS AÉREAS, UNA VEZ EMITIDO EL BILLETE, TIENEN UN 100% DE GASTOS DE CANCELACIÓN.**

**RECALCAMOS QUE ARAGÓN AVENTURA OFRECE AL CLIENTE LA POSIBILIDAD DE CONTRATAR LOS SEGUROS CITADOS ANTERIORMENTE, PERO SON LAS PROPIAS COMPAÑÍAS ASEGURADORAS LAS QUE TIENEN LA RESPONSABILIDAD Y DEBEN RESPONDER EN CASO DE NECESIDAD, Y ES EL PROPIO INTERESADO QUIEN DEBE REALIZAR LAS GESTIONES OPORTUNAS ANTE ELLAS.**

**RESCATE/EVACUACIÓN:** Cada participante debe tener prevista la posibilidad de una evacuación o rescate desde el punto de vista económico. El viajero es responsable de los gastos que se ocasionen en su descenso de la montaña, traslado al hospital, tratamientos médicos y repatriación en caso de ser necesario.

Se debe prever un seguro que incluya estas contingencias y dinero efectivo o tarjetas de crédito con límite suficiente para poder hacer frente, en el momento, a los gastos que se puedan originar.

En muchos casos hay que abonar estos gastos inmediatamente, para luego, con las facturas y justificantes pertinentes, reclamar la compensación a la compañía aseguradora. **ARAGÓN AVENTURA NO ES, EN NINGÚN CASO, RESPONSABLE DE ESTOS GASTOS**

**VUELOS:** A confirmar en el momento de la reserva

**EQUIPAJES:** Las compañías aéreas suelen autorizar **20kg**, a los que puedes sumar **5 Kg.** de cabina. Es importante llevar un equipaje moderado, evitando llevar cosas innecesarias. **Cualquier exceso de equipaje correrá a cargo del participante.** El equipaje y demás enseres personales son responsabilidad del viajero. Se recomienda tenerlo siempre vigilado en las zonas de espera, carga y descarga.

En caso de deterioro, pérdida o retraso de los equipajes facturados **es responsabilidad de la compañía aérea** siendo el billete de avión y el resguardo de facturación los documentos vinculantes entre la compañía y el pasajero.



En este caso, se debe presentar la reclamación en el momento que sucede el hecho, antes de abandonar el aeropuerto, cumplimentando los trámites burocráticos necesarios y guardando copia de todo, para constancia y futuras reclamaciones.

**SUGERENCIAS DE EQUIPAJE:** A la ida se recomienda llevar lo **imprescindible puesto o en el equipaje de mano** (en mochila de 20-30 litros): botas y pantalones de trekking, camiseta térmica y chaqueta de tipo Gore-Tex, forro polar, mallas, gafas, gorro, guantes. En un caso de extravío de equipaje tendrías al menos todo lo necesario para poder comenzar el viaje. **Para el trekking es imprescindible una mochila de 40-45litros. Las maletas no están permitidas.**

**VACUNAS Y CONDICIONES SANITARIAS:** No hay ninguna vacuna obligatoria, pero es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones. Islandia tiene un sistema sanitario moderno y eficiente.

Antes de partir es recomendable obtener la **Tarjeta Sanitaria Europea**, que podéis solicitar en vuestro centro médico de la Seguridad Social. Esta tarjeta certifica el derecho de su titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea.

**MEDICINAS:** Analgésicos, antitérmicos, pomada para golpes y torceduras, tiritas, apósitos para ampollas, etc.

## **INFORMACIÓN DEL PAÍS**

**Islandia** es un país localizado en el extremo noroeste de Europa, cuyo territorio abarca la isla homónima y algunas pequeñas islas e islotes adyacentes en el océano Atlántico, entre el resto de Europa y Groenlandia. Cuenta con una población de cerca de 331 000 habitantes y un área de 103 000 km<sup>2</sup>. A causa de su localización en la dorsal meso atlántica, es un país con gran actividad volcánica y geológica; este factor afecta en gran medida al paisaje del territorio islandés. **Su capital es Reikiavik**



**Landmannalaugar** (baños de la gente) es una terma y su región aledaña ubicada al este del volcán Hekla en las Tierras Altas de Islandia, en la **región de Suðurland**. El interior del país consiste en una meseta caracterizada por desiertos, montañas, glaciares y ríos glaciales que fluyen hacia el mar a través de las tierras bajas.

**Islandia** cuenta con una economía de mercado, con impuestos relativamente bajos comparados con otros miembros de la OCDE, manteniendo un estado de bienestar que provee asistencia sanitaria universal y educación superior gratuita a sus ciudadanos. En años recientes se convirtió en uno de los países más acaudalados, y en 2009 fue clasificado por la ONU como el tercer país más desarrollado del mundo. Posee una sociedad desarrollada y tecnológicamente avanzada, cuya cultura está basada en la herencia nórdica.

La mayor parte de la población es de origen celta y escandinavo. El idioma oficial es el islandés, lengua germánica septentrional que está muy relacionada con el feroés y con los dialectos occidentales del noruego. La herencia cultural del país incluye su cocina tradicional, su arte y su literatura. **Podéis recabar más información en la página del Ministerio de Asuntos Exteriores** [www.exteriores.gob.es/](http://www.exteriores.gob.es/)

**ANTES DE REALIZAR UN VIAJE AL EXTRANJERO, SE RECOMIENDA REGISTRAR SUS DATOS EN EL REGISTRO INFORMÁTICO DE VIAJEROS DEL MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y COOPERACIÓN, PARA FACILITAR LA ATENCIÓN EN EVENTUALES SITUACIONES DE EMERGENCIA O NECESIDAD"** <https://registroviajeros.exteriores.gob.es/>

**Cancillería Española:** La de la Embajada de España en **NORUEGA**.





## AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES

C/ Los Pastores 12

**22700 JACA (Huesca) España**

NIF: B22333272

Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421

e-mail: [informa@aragonaventura.es](mailto:informa@aragonaventura.es)

web: [www.aragonaventura.es](http://www.aragonaventura.es)

### CONSULADO HONORARIO DE ESPAÑA EN ISLANDIA:

Cónsul: Fridrik Steinn Kristjansson

Sudurgata 22

**101 REYKJAVIK**

Tel: +354 5651234, móvil +3548960108

Horario de atención al público: de 10 a 14 horas, lunes, miércoles y viernes

E-mail: [fridrik@invent.is](mailto:fridrik@invent.is)

[silfuberg@simnet.is](mailto:silfuberg@simnet.is)

**Idioma:** El islandés una lengua germánica, que se ha mantenido muy próxima a la lengua hablada por los antiguos vikingos. La gran mayoría de la gente habla inglés y algunos el español.

**Diferencia Horaria:** Dos horas menos que en España península. Podéis consultar la página [www.hora.es](http://www.hora.es)

**Electricidad:** 220V, 50 Hz (igual que en España). Para información de la corriente eléctrica y enchufes podéis visitar la página [www.enchufesdelmundo.com](http://www.enchufesdelmundo.com)

**Durante los 5 días de ruta de trekking no habrá acceso a toma eléctrica en los albergues/refugios, por lo que recomendamos llevar baterías externas.** Durante la estancia en la capital la toma eléctrica es de 220V, 50 Hz (igual que en España).

**Moneda:** Corona islandesa. No es necesario llevar una gran cantidad de dinero en coronas ya que casi todos los gastos están incluidos en el precio del viaje y es posible pagar con tarjeta en prácticamente cualquier establecimiento. Aún así, recomendamos llevar una pequeña cantidad de dinero en coronas, que se pueden conseguir en el aeropuerto en Reikiavik, y algo también en euros, por si fuera necesario. **Para más información podéis consultar la página** [www.oanda.com/convertir/travel](http://www.oanda.com/convertir/travel).

### Efectivo necesario para el viaje

No es necesario llevar mucho dinero en coronas islandesas ya que casi todos los gastos están incluidos en el precio del viaje. Principalmente se debe tener en cuenta para las cenas no incluidas, souvenir y compras particulares.

### Tarjetas bancarias

Es posible pagar con tarjeta en prácticamente cualquier establecimiento sin importe mínimo. Consulta en tu banco el tipo de cambio y las comisiones aplicadas.

**Telefonía:** Prefijo telefónico **+354**. Los teléfonos móviles tienen cobertura durante casi toda la ruta. La recarga de electricidad es muy limitada pero posible en algún refugio, previo pago.

### Teléfonos de interés:

- Policía local: **Reykjavik** (00 354) 569.90.00
- Teléfono emergencia: 112
- Ambulancias: 112 (00 354 569.90.00 policía)
- Servicio emergencia dentista (Sab-dom): 00 354 575.05.05
- Hospital de Reykjavik (Sjúkrahús Rweykjavíkur): emergencias 24 horas 00 354 525.17.00/525.10.00
- Medical Center, Smáratorg 1, Kópavogur. Tel. 1770. Abierto lunes a viernes 17.00-23.00. Recepción lunes a viernes 17.00-08.00

**Información Meteorológica:** Las temperaturas en verano son bastantes agradables. Si bien el tiempo suele ser bueno, por la experiencia sabemos que es generalmente impredecible y muy cambiante, por lo que es conveniente estar preparados para la lluvia o el viento en un ambiente fresco, con temperaturas que oscilan aproximadamente entre los 8° C y hasta los 15° C en días soleados. **Para más información podéis consultar las páginas** [www.weather.com/espanol](http://www.weather.com/espanol) y [www.mountain-forecast.com/](http://www.mountain-forecast.com/)





## AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES

C/ Los Pastores 12

**22700 JACA (Huesca) España**

NIF: B22333272

Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421

e-mail: [informa@aragonaventura.es](mailto:informa@aragonaventura.es)

web: [www.aragonaventura.es](http://www.aragonaventura.es)

### Horas de Luz:

Junio 20-22 horas de luz.

Julio 22-18 horas de luz.

agosto 17-14 horas de luz.

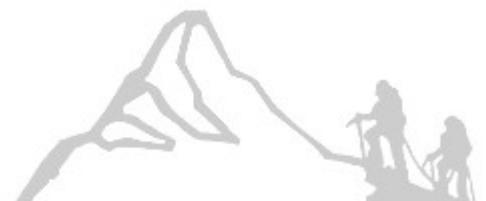
Septiembre 14-11 horas de luz.

**MUY IMPORTANTE: ARAGON AVENTURA ENTIENDE QUE EL PARTICIPANTE ES CONSCIENTE DE QUE PARTICIPA VOLUNTARIAMENTE EN UN TREKKING DE ALTA MONTAÑA QUE SE DESARROLLA EN PAISES A VECES COMPLICADOS E INESTABLES, CON COSTUMBRES Y CULTURA DIFERENTES A LA NUESTRA, RECORRIENDO ZONAS REMOTAS Y ALEJADAS, Y QUE CONOCE Y ASUME LOS RIESGOS Y DIFICULTADES QUE PUEDAN SURGIR.**

**EL PARTICIPANTE DEBE SABER QUE EN ESTE TIPO DE VIAJES NO TODAS LAS VARIABLES PUEDEN SER CONTROLADAS, POR ESTE MOTIVO EL PROGRAMA PUEDE SUFRIR MODIFICACIONES POR CAUSA DE FUERZA MAYOR AJENA A NUESTRA VOLUNTAD.**

**ARAGÓN AVENTURA DECLINA CUALQUIER RESPONSABILIDAD DERIVADA DE LOS IMPREVISTOS, FENOMENOS NATURALES, ACCIDENTES Y POSIBLES CAMBIOS DE PROGRAMA ASI COMO DE UNA INTERPRETACIÓN ERRÓNEA DE LA INFORMACIÓN AQUÍ CONTENIDA. IGUALMENTE, DE CUALQUIER INCUMPLIMIENTO POR PARTE DEL PARTICIPANTE DE LA NORMATIVA EXPRESA DE LOS PAISES.**

**RECOMENDAMOS LEER ATENTAMENTE ESTA FICHA TÉCNICA POR PARTE DE TODOS LOS PARTICIPANTES Y CONSULTARNOS CUALQUIER DUDA QUE TENGAIS.**



## **DOCUMENTACIÓN NECESARIA PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN**

**PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN, POR FAVOR, CUMPLIMENTAR LOS SIGUIENTES IMPRESOS ON-LINE, SIGUIENDO LAS INSTRUCCIONES:**

**PASO 1:** Seleccionar con el ratón el enlace correspondiente, una vez seleccionado, **hacer "clic" encima del enlace** y se abrirá el formulario.

**PASO 2:** Cumplimentar todos los apartados de cada formulario.

- ✓ En el formulario **"Hoja de inscripción"**, en el apartado correspondiente, subir una **copia en formato JPG del DNI o PASAPORTE** del participante, según se especifique en la documentación necesaria para el viaje.
- ✓ En el caso de que se haya realizado el pago por **transferencia bancaria**, subir el justificante de pago en el apartado indicado para ello en el formulario **"Hoja de inscripción"**

**PASO 3:** Darle al botón de **REGISTRAR INSCRIPCIÓN / ACEPTAR** (según el formulario), para enviarlo on-line.

➤ **FICHA DE INSCRIPCIÓN DEL PARTICIPANTE:**

<https://www.aragonaventura.es/hoja-inscripcion>

➤ **CONVENIO DE EXPEDICIONES/TREKKINGS:**

<https://www.aragonaventura.es/convenio-participante>

➤ **CONDICIONES DE CANCELACIÓN DEL VIAJE:**

<https://www.aragonaventura.es/condiciones-de-cancelacion>





## **AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES**

C/ Los Pastores 12

**22700 JACA (Huesca) España**

NIF: B22333272

Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421

e-mail: [informa@aragonaventura.es](mailto:informa@aragonaventura.es)

web: [www.aragonaventura.es](http://www.aragonaventura.es)

