

EXPEDICIONES 2024

ISLAND PEAK (6.173 m) MERA PEAK (6.461 m).- *Nepal*



RUTA POR EL PASO AMPHULAPTCHA LA

Duración del programa base: 26 días

Fechas de salida: primavera y otoño 2024

Salida: Madrid / Barcelona
(Otras ciudades consultar)



INTRODUCCIÓN:

El Himalaya es una cordillera situada en el continente asiático, y se extiende por los países de **Bután, China, Nepal, Tíbet, India y Pakistán** formando un arco de oeste a este de 2.600 kilómetros y de norte a sur de 350 kilómetros. Su nombre procede del sánscrito significa **valle de nieves**. Es la cordillera más alta de la tierra, con catorce cimas de más de 8.000 metros de altura, siendo el Everest con sus 8.848 metros, la montaña más alta de la tierra, con 8.848 m. Está localizada en las coordenadas en el Himalaya, en el continente asiático, y marca la frontera entre Nepal y Tíbet.

El Island Peak es un 6000 muy atractivo. Llamado así por que, visto desde **Dingboche** se muestra como una auténtica isla en medio de un mar de hierro. En realidad, el **Island Peak** es una prolongación de la arista sur del **Lhose Shar**, del cual tan sólo le separa un pequeño collado. Su privilegiada situación permite contemplar desde su cumbre una de las vistas más sobrecogedoras de la zona. La ruta de ascensión al **Island Peak** no tiene grandes dificultades técnicas y discurre por el flanco sudeste de la montaña. La ascensión será opcional, quién se anime podrá intentar alcanzar su cima.



El Mera Peak domina los valles salvajes y desconocidos de **Hinku y Hongu**. La mayor parte del recorrido atraviesa zonas deshabitadas, teniendo la oportunidad de visitar una región preciosa del nordeste de Nepal y al mismo tiempo escasamente transitada. Para los montañeros con alguna experiencia invernal es la ocasión de intentar la ascensión del **Mera Peak**, es más alto entre los 18 trekking peaks, aunque posiblemente el más asquible.

Además, en este programa especial os proponemos recorrer y superar el **Amphu Laptcha Pass de 5845 m**; una de las partes mas técnicas y desafiantes de la ruta, ayudados por nuestro guía y porteadores especiales, para luego llegar hasta el **Campo Base del Everest** y regresar por el mítico **valle del Khumbu** con sus bellos y acogedores pueblos sherpas. Un programa completo y diferente que os dejará un gran recuerdo de esta zona de Nepal.

ESTE PROGRAMA SE PUEDE REALIZAR:

CON GUÍA DE ALTA MONTAÑA DESDE ESPAÑA, apoyo técnico, logístico y humano durante todo el tiempo de la expedición de un Guía con experiencia y titulado de acuerdo a la Formación reglada en España y Europa para cada especialidad. **El guía, en este caso, es responsable del itinerario, logística y la seguridad del grupo.**

CON SHERPA- GUÍA LOCAL DE TREKKING. El Sherpa un acompañante, **con diferente formación y exigencia dependiendo del país**, conocedor del terreno y las rutas, que nos facilitará las gestiones y estancia en la zona, pero en este caso, en cuanto a las **capacidades técnicas, el participante es responsable de sí mismo y debe tener la suficiente experiencia y autonomía.**

PROGRAMA:

DÍA 1º: ESPAÑA- KATMANDÚ.

Salida del vuelo desde Madrid o Barcelona con destino a **Katmandú**

DÍA 2º: LLEGADA A KATMANDÚ

Llegada a **Katmandú**, traslado al **hotel Malla** o similar de la ciudad, habitación doble o triple en régimen de alojamiento y desayuno.



DÍA 3º: KATMANDÚ- RAMECHHAP- LUKLA- PADKHING (2.650 m)

Duración: 3h

Desayuno muy temprano, traslado por carretera al **aeropuerto de Ramechhap** para realizar un vuelo en avioneta de unos 40 minutos que nos llevará a **Lukla** (2.840 m), bonito pueblo Sherpa y puerta de entrada a la región del Everest. Las vistas de la cordillera del Himalaya durante el vuelo son impresionantes. El aterrizaje en la empinada pista entre montañas del **aeropuerto de Lukla** es también una experiencia única.

DÍA 4º: PHAKDING (2.650 m) – NAMCHE BAZAAR (3.450 m)

Duración: 5h

Por la mañana temprano iniciaremos la marcha, llegaremos a la entrada del **Parque Nacional de Sagarmatha** donde nos registraremos mostrando nuestro pasaporte. Después comenzaremos una continua subida hasta **Namche Bazaar**, capital y centro comercial del **valle del Khumbu** y puerta de entrada a la **región del Everest**. Pernoctaremos en **Namche Bazaar**, lo cual nos ayudará a una favorable aclimatación. Noche en Lodge.



DÍA 5º: NAMCHE BAZAR

Por la mañana realizaremos un circuito en la zona, que nos servirá para la aclimatación y donde disfrutaremos de unas magníficas vistas del Everest, visitaremos los pueblos de **Khunde y Kumjun**. Por la tarde tiempo libre para callejear y visitar el mercado de **Namche**. Noche en lodge

DÍA 6º: NAMCHE BAZAR (3.450 m) - TENGBOCHE (3.867 m)

Duración: 5h

Iniciaremos temprano nuestro trekking y que el día de hoy será duro, por las fuertes pendientes que debemos superar. Dejaremos atrás **Khumjung** para continuar sólo rodeados de montañas, ríos y aire puro. A la media hora de camino gozaremos de las primeras vistas del **Ama Dablam**, una de las montañas más bellas del mundo. Continuaremos nuestra ruta hasta alcanzar el famoso asentamiento budista de **Tengboche**. El monasterio se edificó en la cima de un risco, rodeado por pinos, rododendros, azaleas, y muchas flores, bajo las sombras de algunas de las montañas más imponentes del mundo: **Thamserku, Ama Dablam, Nupse, Lhotse y Everest**. Nos encontraremos en un lugar mágico y bellissimo que invita a la paz y a la meditación. Alojamiento en lodge.

DÍA 7º: TENGBOCHE (3.867 m)- DINGBOCHE (4.530 m)

Duración: 6h

Otra bonita etapa de este trekking, vamos ganando altura y poco a poco viendo desaparecer la vegetación y los pueblos y asentamientos. Noche en Lodge.

DÍA 8º: DINGBOCHE (4.530 m)

Día de descanso y aclimatación en **Dingboche**, noche en lodge.

DÍA 9º: DINGBOCHE (4.530 m)-LOBUCHE (4.910 m).

Duración: 5h

Continuaremos nuestro recorrido desde **Periche** en sentido ascendente. Una zona de altiplano nos conducirá a una fuerte ascensión para alcanzar la desembocadura final del **glaciar del Khumbu**, proveniente del Everest. Nuestro objetivo de hoy será alcanzar el pueblo de **Lobuche**. Noche en Lodge.

DÍA 10º: LOBUCHE (4.910 m)-CAMPO BASE DEL EVEREST (5.364m)-GHORAK SHEP (5.140m).

Duración: 7-8h

Hoy comenzaremos temprano nuestro recorrido, ya que es un día largo y estaremos a mucha altitud. Subiremos de **Lobuche a Gorak Shep**, último reducto habitado antes del **Campo Base del Everest**.



Dejaremos nuestro equipaje en el Lodge, tomaremos la comida y por la tarde saldremos hacia el **Campo Base Del Everest**, en unas 3 horas llegaremos a él, donde podremos observar la gigante **cascada del Khumbu**, por donde las expediciones se dirigen a la cumbre. Vuelta a **Gorak shep**. Noche en lodge.

DÍA 11º: GORAK SHEP (4.270 m) -ASCENSO A KALAPATTAR (5.545m) - LOBUCHÉ (4.910 m)

Duración: 7/8h

El día se iniciará con el ascenso hasta **Kalapattar** el clásico **mirador del Everest**, donde podremos contemplar una colosal panorámica sobre el **Everest y el Nupse**, así como otros imponentes picos como el **Pumori**. Luego descendemos de nuevo a **Gorak Shep** donde comeremos, descansaremos un poco, recogeremos nuestras cosas y descendemos, por la misma ruta que a la subida, hasta **Lobuche**. Noche en Lodge.



DÍA 12º: LOBUCHÉ (4.910m)- KONGMA LA (5.528 m) - CHUKUNG (4.700 m)

Duración: 7/8h

Es un primer día de aproximación al Island Peak. La caminata de hoy comienza con una fuerte subida dirección sureste al **glaciar Khumbu**, con unas bonitas vistas del **Lobuche y Pumori** con otras montañas que les rodean. Tendremos una maravillosa vista de **Kala Patthar** y conforme avancemos, tendremos unas mejores vistas panorámicas del pueblo de Lobuche. Subiremos al **Kongma La**, el tercero de los collados y bajaremos luego a **Chuckung**. Alojamiento en Lodge.

DÍA 13º: CHUKUNG (4.700 m) - CAMPO BASE DEL ISLAND PEAK (5.240m)

Duración: 5h

Desde **Dingboche** seguiremos el valle del río Imja para llegaremos al emplazamiento del campo base, donde tendremos a nuestra disposición un cocinero para nuestra alimentación. Después de la comida habrá una charla y prácticas de progresión glaciar con los guías, taller de material, técnica de yumareo y uso de las cuerdas. Alojamiento en tiendas de campaña.



DÍA 14º: ASCENSIÓN AL ISLAND PEAK (6.173 m)- CAMPO BASE DEL ISLAND PEAK (5.240m)

Duración: 8/10h

Empezaremos el ascenso muy pronto, generalmente sobre la una de la madrugada. Subiremos las rampas ganando altitud con la ayuda de las cuerdas fijas para llegar a la arista somital y de allí a la cumbre. Después de disfrutar de las vistas y hacer fotos descendemos por la misma ruta hasta el Campo Base. Noche en tiendas.

DÍA 15º: CAMPO BASE DEL ISLAND PEAK (5.240m)- AMPHULAPTCHA PASS (5.845 m)- CAMPO BASE DEL AMPHULAPTCHA (5.530 m)

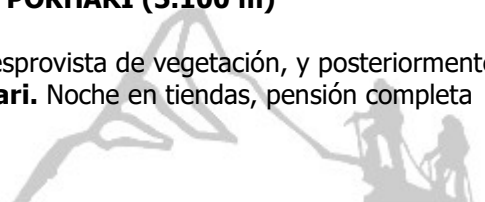
Duración: 9/10h

Hoy es un día duro, tendremos que cruzar el **Paso Amphulaptcha**, al que subiremos despacio ya que tiene algún paso delicado y gran altitud. En compensación al llegar al collado disfrutaremos de unas bellas vistas del **Lhotse Shar** y el **glaciar Imja**. Tenemos que dar media vuelta al **lago imja Tsho** para luego descender al **Campo Base del Amphulaptcha**. Noche en Lodge, pensión completa.

DÍA 16º: CAMPO BASE DEL AMPHULAPTCHA (5.530 m)- SETO POKHARI (5.100 m)

Duración: 6/7h

Descenso desde el Campo Base, por una zona árida de morrenas y desprovista de vegetación, y posteriormente por los lagos solitarios de **Panch Pokhari**, hasta llegar a **Seto Pokhari**. Noche en tiendas, pensión completa



DÍA 17º: POKHARAI (5.100 m) - KONGME DINGMA (5.000 m)

Duración: 6/7h

Hoy continuaremos nuestro trekking a los pies del **Baruntse**, disfrutando del paisaje espectacular y aislamiento del valle. Esta etapa nos llevará desde **Pokhari** hasta **Kogme Dingma**, donde montaremos nuestro campamento. Pensión completa.

DÍA 18º: KOGME DINGMA (5.000 m)-CAMPO DE ALTURA DEL MERA PEAK (5.800 m)

Duración: 8h

Nuestra etapa de hoy nos llevará al **Campo de Altura del Mera Peak**. La vista desde el campamento es un festival de "7000" y "8000": **Kanchenjunga, Chamlang, Makalu, Baruntse, Everest, Lhotse, Cho Oyu** etc. Este panorama es considerado uno de los mejores de Nepal. Noche en tiendas de campaña, pensión completa.

DÍA 19º: CAMPO DE ALTURA (5.800 m) –MERA PEAK (6.476 m) –KARHE (5.000 m)

Duración: 10/12h

Nos despertaremos de madrugada para comenzar a caminar pronto e intentar llegar temprano a la cumbre. La ascensión al **Mera Peak**, aun no teniendo muchas dificultades técnicas, es un glaciar muy agrietado y tiene partes complicadas. Una de ellas está a 50 metros de la cumbre donde hay una cuerda fija para superar la última rampa de 40º. Una vez en la cumbre nos tomaremos unos minutos para disfrutar de unas sobrecogedoras vistas de los ochomiles de la zona. Descenderemos directamente hasta el campo de altura, donde descansaremos un poco, comeremos algo, recogeremos nuestras cosas y seguiremos descendiendo hasta el Campo Base. Continuaremos por el paso **Mera La** (5.460m) hasta llegar a la población de **Khare**, donde dormiremos esta noche en Lodge.



DÍA 20º: KARHE (5.000 m)-KHOTE (3.600 m)

Duración: 7h

Comenzamos el descenso por un valle estrecho entre picos de "seismil" metros. Conforme perdemos altura el valle se abre y cruzamos los pastos de verano de **Gondishung** donde hay un pequeño Gompa, **Dupishung y Lungsamba**. Seguimos descendiendo por la orilla del **Hinku Drangka**, hasta llegar a **Khote**, población situada en el cruce de dos valles que descienden del **Mera Peak**. El pueblo es precioso, con unas pocas cabañas y tiendas de comestibles. Noche en lodge.

DÍA 21º: KHOTE (3.600 m)- CHETERWA (3.160 m)

Duración: 5h

Seguimos nuestro descenso de la montaña, hoy pasaremos por el **Zatswa La** y después de una jornada de subir y bajar, llegaremos a **Cheterwa** donde dormiremos esta noche en Lodge.

DÍA 22º: CHETERWA (3.160 m)- LUKLA (2.840 m)

Duración: 6h

Hoy es nuestro último día en la montaña. Tendremos que superar el **Cheterwa Pas** para continuar hasta llegar a la ciudad de **Lukla**, donde finalizamos nuestra expedición. Noche en Lodge.

DÍA 23º: LUKLA- RAMECHHAP- KATMANDÚ

Vuelo de regreso de **Lukla a Ramechhap** y desde allí, traslado por carretera a **Katmandú**, resto del día libre. **Hotel Malla** o similar categoría, habitación doble, alojamiento y desayuno.

DÍA 24º: KATMANDÚ

Día libre en **Katmandú**. Hotel Malla, alojamiento y desayuno



DÍA 25º: VUELO KATMANDÚ- ESPAÑA

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España.

DÍA 26º: LLEGADA A ESPAÑA.

Este programa puede sufrir alguna variación a criterio del guía, por condiciones meteorológicas, condiciones físico-técnicas de los participantes o cualquier situación imprevista.

PRECIOS DEL PROGRAMA DESCRITO:

CON GUÍA DE TREKKING LOCAL, VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS:

GRUPO DE 2-3 PERSONAS	3.195 €/persona
GRUPO DE 4 A 7 PERSONAS	3.065 €/persona
GRUPO DE 8 A 11 PERSONAS	2.970 €/persona

SUPLEMENTOS DE LA ASCENSION AL ISLAND PEAK Y AL MERA PEAK (No incluidos en el precio):

PRECIOS PERMISOS DE ASCENSIÓN, POR CADA PICO:

EN PRIMAVERA	250 €/persona
EN OTOÑO	125 €/persona

PRECIO DEL SHERPA DE ALTURA (OBLIGATORIO), POR CADA PICO	650 €/GRUPO*
* (Precio por cada ascensión, a dividir entre todos los participantes)	

NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en enero de 2024 (0,91 ratio \$/€), y con las tarifas aéreas en la clase turista más económica (sujetas a disponibilidad). Si varían estas condiciones variará igualmente el precio final del viaje.

EN EL MOMENTO DE LA RESERVA SE INFORMARÁ AL CLIENTE DE LAS MEJORES TARIFAS, HORARIOS PARA LAS FECHAS DE SU VIAJE. El precio dependerá de la fecha, la compañía aérea y la clase de reserva que se pueda bloquear.

Para poder pasarle un precio exacto de los vuelos se necesita hacer un bloqueo de plazas (sin compromiso ni cargo alguno para Ud.), para lo que necesitamos el nombre y apellidos de cada viajero TAL Y COMO VIENEN EN EL PASAPORTE.

MUCHAS TARIFAS AÉREAS, UNA VEZ EMITIDO EL BILLETE, TIENEN UN 100% DE GASTOS DE CANCELACIÓN, POR LO QUE RECOMENDAMOS CONTRATAR UN SEGURO DE ANULACIÓN DE VIAJE, QUE NORMALMENTE DEBE FORMALIZARSE EN EL MOMENTO DE LA EMISIÓN DEL BILLETE.

EL PRECIO INCLUYE:

- Transporte aeropuerto - hotel ida y vuelta.
- 3 noches en **Katmandú, Hotel Malla** o similar categoría, habitación doble, alojamiento y desayuno
- Traslado de **Katmandú** al aeropuerto de **Ramechhap** ida y vuelta.
- Vuelo **Ramechhap -Lukla** ida y vuelta, tasas aéreas incluidas
- 1 Guía local de trekking de habla inglesa (no de altura)
- 1 asistente de guía a partir de 4 participantes.



- 1 porteador durante el Trekking por cada 2 personas (máximo 15 kg)
- Alojamiento en lodges durante todo el Trekking de aproximación al Island Peak y Mera Peak
- 6 días en campamento, con toda la infraestructura, para ascender el Island Peak, cruzar el paso Amphu Lapcha y ascender el Mera Peak
- Tiendas de campaña para dos personas en los campamentos base y de altura
- Pensión completa durante todo el Trekking y ascensiones al Island Peak y Mera Peak.
- 2 bebidas incluidas en cada comida (té o café)
- Tienda comedor y tienda cocina en el campo de altura.
- Permiso de entrada en el Parque Nacional del Everest
- TIMS Trekking permit
- Tasas de basuras
- Seguros, salarios, comidas, traslados y equipamiento del staff nepalí
- Bolsa de Aragón Aventura.
- IVA y Gastos de gestión.

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Vuelo **España -Katmandú** ida y vuelta
- Visado de entrada en Nepal
- Comidas y cenas en **Katmandú**.
- Suplemento de habitación individual en **Katmandú (150 €/persona)**
- **Permisos de ascensión al Island Peak y al Mera Peak**
- **Sherpa de altura para cada ascensión.**
- Rescates
- Equipo personal
- Agua mineral y bebidas y extras personales.
- Propinas
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura internacional) **consultar el apartado "seguros" de esta ficha.**
- Seguro de asistencia sanitaria y cancelación. **SIEMPRE RECOMENDABLE** (consultar el apartado "seguros" y preguntarnos precios y condiciones)
- Cualquier servicio no especificado en el apartado anterior "incluye".
- 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 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:

El Island Peak y el Mera Peak son montañas de ascensión relativamente sencilla, no presentan dificultades técnicas, aunque su altura y las condiciones de nieve pueden dificultar la ascensión.

Este programa es muy bello y completo, pero tiene mayor compromiso y dificultad ya que hay que superar el **Ampulaptcha Pass**, que además de tener casi 6.000 m es un paso técnico y con ciertas dificultades. Este paso es necesario que lo supere todo el grupo para poder continuar con el resto del programa de la expedición.

Recomendamos que los participantes que elijan realizar esta ruta tengan experiencia en alta montaña, en la marcha con crampones por terreno glaciar y todo tipo de pendientes, y sobre todo reúnan las condiciones tanto físicas como psíquicas para emprender este tipo de expediciones, ya que de no ser así se pueden ver frustradas todas sus expectativas y las del grupo.



ACONSEJAMOS REALIZARSE UN CHEQUEO MÉDICO GENERAL Y DENTAL ANTES DE LA EXPEDICIÓN. 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.

El mal de altura: El mayor problema al que nos vamos a enfrentar es la altura. La aclimatación no depende del nivel de entrenamiento, aunque este siempre favorecerá el proceso. **Cada organismo y cada vez es diferente.** Hay personas que se aclimatan rápidamente y otras lentamente. Incluso personas que otras veces no han tenido problemas pueden verse afectadas.

Debemos dar **máxima importancia a hacer una correcta aclimatación, lenta y progresiva**, sobre todo al principio de la expedición, utilizando la clásica técnica de los "dientes de sierra" (subir más alto y volver a dormir más abajo). No debemos tener prisa en atacar la cumbre hasta estar bien aclimatados. De todas maneras, **hay que saber aceptar los síntomas normales de la aclimatación:** dolores de cabeza (las aspirinas ayudan mucho), la falta de energía, falta de apetito e insomnio. En caso necesario la única y mejor solución es **DESCENDER**.

EQUIPO MÍNIMO RECOMENDADO

- **Mochila** de 40L
- **Petate o bolsa de viaje.**
- **Botas dobles** de expedición con botín interior.
- **Botas blandas** de trekking para las zonas bajas.
- **Sandalias** para los momentos de campo base o descanso
- **Calcetines** finos y recios (varios pares de recambio).
- **Pantalones**
- **Camisetas** de manga larga y corta
- **Ropa interior térmica**
- **Chaqueta y pantalón de forro polar** o pantalón caliente (tipo esquí).
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de plumas.**
- **Pasamontañas**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes finos** interiores.
- **Guantes tipo esquí** (2 pares).
- **Manoplas de plumas** o similar
- **Gafas** de máxima protección solar (2 pares)
- **Gafas** de ventisca (tipo esquí).
- **Saco de dormir** de plumas muy caliente (mejor con cremallera lateral)
- **Colchoneta** aislante.
- **Bastones** telescópicos (optativo).
- **Crema protectora piel y labios.** De alta protección (ejemplo: Helioderm 32 de Isdin).
- **Navaja y mechero**
- **Cantimplora.**
- **Crampones** automáticos con gomas "antizuecos".
- **Piolet**
- **Mosquetones** de seguridad
- **Arnés**
- **Casco**
- **Cordinos.**
- **Ascendedores - bloqueadores** tipo "jumar" para las cuerdas fijas
- **Casco.**
- **Cuerdas para encordamiento glaciar**
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio y bombillas.
- **Botiquín** No olvides tu medicación personal.



- **Útiles de aseo personal**, papel higiénico, toallitas húmedas etc.
- **Altímetro** (optativo).
- **GPS** (optativo).

REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN:

- Realizar un **pago de reserva de 1.500 €/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"**.
- Adjuntar una **foto reciente** tamaño carnet.
- 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.

EL PAGO SE PUEDE REALIZAR POR:

- **PAGO CON TARJETA (TPV)**, utilizando el siguiente enlace: <https://www.aragonaventura.es/tpv> cumplimentar los datos allí requeridos y darle al botón de **"enviar"** (no tiene recargo alguno)
- **TRANSFERENCIA BANCARIA** a la cuenta de **IBERCAJA ES07 2085 5335 6203 3090 8702**, a nombre de **AATREKKINGS Y EXPEDICIONES** y **adjuntar el justificante** en el apartado indicado para ello, al cumplimentar **on-line la "hoja de inscripción"**.

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

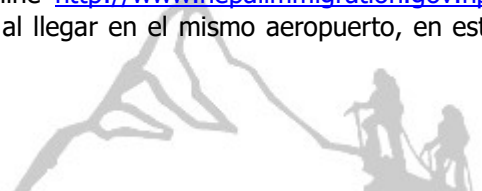
CON UNA ANTELACIÓN MÍNIMA DE 30 DÍAS ANTES DE LA FECHA DE COMIENZO DEL VIAJE, SE DEBERÁ HABER PAGADO EL IMPORTE TOTAL DE ESTE. Una vez realizado el último pago, se remitirá la documentación a la dirección electrónica o postal que nos indique el cliente.

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:

- **Pasaporte** con validez mínima de 6 meses posterior a la fecha prevista de regreso.
- **Visado** de entrada en **Nepal** (50\$). Se puede realizar online <http://www.nepalimmigration.gov.np/> (recomendable para evitar esperas en el aeropuerto) o bien al llegar en el mismo aeropuerto, en este caso hay que llevar 2 fotografías de carné.



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 substracción 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. 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 EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN:

- **SEGURO "MODULAR PLUS" DE ASISTENCIA EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN POR CAUSA JUSTIFICADA:** 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 LIBRE DESESTIMIENTO:** Incluye asistencia sanitaria, robo de equipaje y gastos de anulación del viaje no iniciado, **SIN CAUSA JUSTIFICADA (Libre desistimiento), en este caso se perderá el 20% de lo pagado.** Si la causa es justificada, las condiciones son las habituales. No incluye el esquí, se requiere otro seguro deportivo de viaje que podemos ofrecer. **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.**

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.

Aragón Aventura informará y asesorará al cliente de los trámites correspondientes ante la compañía de seguros para reclamar la devolución de todo o parte del importe del viaje (dependiendo de las condiciones contratadas).



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.**

PLAN DE VUELO: En el momento de la reserva se buscará las mejores opciones de vuelos para el participante.

EQUIPAJES: El peso en el avión se confirmará en el momento de emisión de los billetes, normalmente 23 Kg por persona + equipaje de cabina (8 Kg. con las medidas estándares). Al formalizar el billete de avión se os indicará con exactitud los kilos de equipaje facturado permitidos, **cualquier exceso de equipaje correrá a cargo del participante.**

NOTA IMPORTANTE: en el vuelo interno a Lukla el peso permitido es de 10 Kg. en bodega + 5 Kg. en cabina por cuestiones de seguridad (es un vuelo de riesgo alto por desarrollarse en zona de montaña y por ser un aeropuerto pequeño). El peso extra que se lleve será pagado por cada participante (3 €/Kg aprox.) y será enviado como cargo a Lukla, lo que puede suponer demoras en la recepción del equipaje.

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.

VACUNAS Y CONDICIONES SANITARIAS: No hay ninguna vacuna obligatoria, pero es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones. Pueden ser recomendables otras vacunas, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada en cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados.

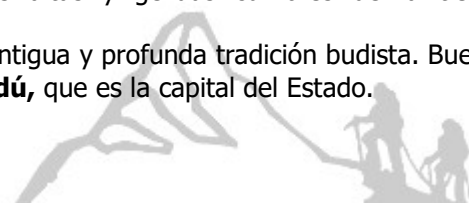
Es muy importante, sobre todo al principio de la expedición, extremar el cuidado de no beber agua no embotellada, ni ensaladas o fruta pelada, por los problemas intestinales. Se aconseja que cada participante se informe en su centro de vacunación más próximo y tome las decisiones oportunas junto con su médico. **Para más información consultar la página del Ministerio de Sanidad** <https://www.sanidad.gob.es/>

INFORMACIÓN DEL PAÍS:

El Estado de Nepal, situado en el Himalaya se encuentra en el centro-sur de Asia compartiendo frontera en el norte por la República Popular China y en el sur por la India. Se encuentra separado de Bután por el estado hindú de Sikkim, por el llamado Corredor de Siliguri. Es un país de naturaleza montañosa en cuyo territorio se encuentran, total o parcialmente, algunas de las cumbres más altas de la Tierra.

Nepal es considerado un estado multicultural, multilingüe y secular. Pese a ser un pequeño estado, comparado con sus enormes vecinos, el país cuenta con una amplia y diversa variedad de territorios, que se extienden desde las planicies selváticas húmedas del Terai, hasta las más altas y gélidas cumbres de la tierra

El pueblo nepalí es principalmente hinduista, pese a contar con una antigua y profunda tradición budista. Buena parte de la población se concentra en el valle y la ciudad de **Katmandú**, que es la capital del Estado.



Geográficamente, **Nepal** es un rectángulo de unos 600 por unos 200 Km. de ancho. Su territorio se suele dividir en tres zonas: **la montaña, las colinas y la zona del Terai**.

La región de las montañas contiene el punto más alto sobre la tierra, el **monte Everest** (Sagarmatha en nepalí), en la frontera con China, alcanzando los 8.844 metros. Ocho de las diez montañas más altas sobre la Tierra se ubican en Nepal. **Podéis recabar más información en la página del Ministerio de Asuntos Exteriores** 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/>

Idioma: El **nepalí** es hablado por el 47,8% de la población como lengua materna, aunque hay muchas otras lenguas. El **inglés** es hablado por las personas dedicadas al turismo y a la montaña.

Diferencia Horaria: GMT+ 5:45h. Podéis consultar la página www.hora.es

Cancillería Española: La de la Embajada de España en **Nueva Delhi (India)**.

Cónsul Honoraria de España en Nepal: Ms. **Ambica Shrestha**

P.O. Box: 459, Battisputali, **Katmandú**, Nepal

Tel: 4479448, 4470770, 4479328 Móvil: 977.9851021311

Electricidad: la corriente eléctrica es de 230 V 50 Mz. Para información de la corriente eléctrica y enchufes podéis visitar la página www.enchufesdelmundo.com

Moneda: En **Nepal** la moneda es la rupia nepalesa. Actualmente se acepta muy bien el euro y se puede cambiar en las numerosas casas de cambio de las zonas turísticas de la capital. Las tarjetas más conocidas son aceptadas y, en caso necesario, también se puede sacar con ellas dinero en efectivo. Para información sobre el cambio <https://www.conversormonedas.com/>.

Información Meteorológica: Varía con la altitud, en las altas montañas las temperaturas son frías durante todo el año. En Terai y el Valle de Katmandú, los veranos son calurosos y lluviosos y los inviernos son fríos. Monzones entre junio y octubre. Las dos épocas normales de ascensión son antes y después de los monzones (primavera y otoño). En verano las lluvias monzónicas descargan mucha nieve en las montañas lo que dificulta la subida. El invierno es seco y con días despejados, pero las bajísimas temperaturas y los vientos huracanados multiplican la dureza de la montaña

- **En la primavera** la montaña tiene poca nieve que ha sido barrida por los vientos invernales. Esto hace que haya más tramos de roca. Lo bueno es que los días son más largos y las temperaturas más altas sobre todo cuando va avanzando la temporada. Hay que estar atentos a la llegada del monzón que a veces se adelanta.
- **En el otoño** la montaña tiene más nieve y puede ser que haya que abrir huella. Por otra parte, los tramos de roca están cubiertos de nieve lo que disminuye la dificultad. Los días son más cortos y hay que estar atentos por si se adelantan los vientos invernales.

En los Campamentos Base puede hacer calor durante el día, pero siempre hace frío al ocultarse el sol. En los campamentos de altura y, especialmente, en el día de cumbre las temperaturas pueden ser muy bajas, dependiendo principalmente de la fuerza del viento que siempre sopla en altura. **Para más información podéis consultar la página** www.mountain-forecast.com



MUY IMPORTANTE: ARAGON AVENTURA ENTIENDE QUE EL PARTICIPANTE ES CONSCIENTE DE QUE PARTICIPA VOLUNTARIAMENTE EN UNA EXPEDICIÓN 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>

