

TREKKING 2025

CAMPO BASE DEL EVEREST. -Nepal



RUTA DEL VALLE DE KHUMBU

PROGRAMA DEL GRUPO DE PRIMAVERA 2025

GUIADO POR FERNANDO GARRIDO GUÍA DE ALTA MONTAÑA UIAGM

Duración del programa 17 días

Fechas: 17 de abril al 3 de mayo de 2025

Salida: Madrid
(Otras ciudades consultar)

Fecha de actualización de esta ficha: 16/12/2024



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. 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.

En Nepal es llamado **Sagarmatha** (la frente del cielo) y en China **Chomolungma** o **Qomolangma Feng** (madre del universo). La montaña fue nombrada Everest en honor de Sir George Everest, británico, topógrafo general de la India, en 1865.

El trekking al Campo Base del Everest es, sin ninguna duda, uno de los más bonitos y emblemáticos de Nepal. Recorreremos el **valle del Khumbu**, pasando por pueblos sherpas míticos como **Namche Bazar, Tengboche, Periche, Lobuche...** caminaremos hasta llegar al **Campo Base del Everest**, al pie de la famosa **cascada del Khumbu**. Como broche final ascenderemos al **Kalapattar**, una montaña de 5.545 m, magnífico mirador de las grandes montañas de la zona: **Everest, Lhotse, Nuptse, Pumori, Amadablan....**Unos días inolvidables a los pies del *Techo del Mundo*.

ESTE TREKKING SE REALIZARÁ:

CON GUÍA DE MONTAÑA UIAGM DE ARAGON AVENTURA DESDE ESPAÑA, FERNANDO GARRIDO, 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 y estará asistido por Sherpas locales.**

FERNANDO GARRIDO (Guía de Alta Montaña UIAGM), vive en Jaca (Pirineo aragonés). Habla castellano, francés e inglés. **Fernando** tiene una dilatada trayectoria como alpinista, habiendo dedicado toda su vida a la montaña, haciendo de ella primero su pasión y más tarde su profesión.

En la actualidad, **Fernando Garrido Velasco** es uno de los responsables en **Aragón Aventura** de los programas de trekkings, organiza y asesora desde nuestra base de operaciones en Jaca, apoyado por toda la infraestructura de **Aragón Aventura**, a la vez que cada año guía grupos de trekking en diferentes partes del mundo.

Entre lo más destacado de su curriculum podemos resaltar:

- En 1979 subió por primera vez al Aconcagua en invierno, y desde entonces se especializó en ascensiones en solitario y en invierno a grandes alturas.
- En 1982 asciende en solitario al Annapurna III (7.555 m.) en el Himalaya del Nepal, e intenta el Momhil Sar (7.342 m.), en el Karakorum de Pakistán, por una arista virgen hasta los 6.800m. En 1986 permanece 2 meses en solitario, haciendo una prueba de resistencia, en la cumbre del Aconcagua y bate el récord del mundo de permanencia en altura. Esta experiencia fue muy conocida al poder contactar por radio con el periodista Jose M^a García. Posteriormente publicó el libro "7.000 metros, diario de supervivencia".
- En 1988 asciende el Cho Oyu (8.201 m.) en invierno y en solitario, realizando así la primera ascensión mundial a un 8.000 en estas condiciones.
- En el 2.002 vuelve a ascender a esta cumbre guiando una expedición de Aragón Aventura. También hizo cumbre en el 2.013 guiando otro grupo. En total ha estado 5 veces en esta montaña.



- Ha estado tres veces en el Everest, una desde el Tíbet, por una ruta parcialmente nueva de la pared norte (Couloir Hornbein) hasta los 8.700 m. sin oxígeno, otra en invierno y en solitario desde Nepal hasta los 7.800m y de nuevo en 2.003 como guía de Aragón Aventura.
- Recorrió todo el Himalaya a pie durante 10 meses desde Bhutan a Pakistán.
- Ha ascendido también el Shisha Pangma Central (8.008m.) en 1996.
- Desde 1.999 ha guiado personalmente numerosas expediciones al Lenin, McKinley, Muztag Ata (10 veces) y otras. Ha subido más de 30 veces al Aconcagua.
- Su segundo libro "8.000 metros, solo y en invierno" es sobre el Himalaya. Actualmente trabaja en exclusiva de guía en Aragón Aventura y coordina el Departamento de Salidas Extraeuropeas.

Pero sin duda, lo que más le gusta a **Fernando** es compartir su experiencia y vivencias en los trekkings, de pueblo en pueblo, de valle en valle, caminando con sus clientes, que al final se convierten en amigos. Como en este caso en el **Campo Base del Everest o en el Santuario de los Annapurnas o en la Isla de la Reunión.**

PLAN DE VUELO PREVISTO:

QATAR AIRWAYS

DÍA 17APR MAR-DOH 22:30-06:15

DÍA 18APR DOH-KTM 09:20-16:45

DÍA 03MAY KTM-DOH 09:55-12:10

DÍA 03MAY DOH-MAD 14:30-21:00

PROGRAMA:

DÍA 1º.- 17/04.- JUEVES: SALIDA DEL VUELO DE MADRID

SALIDA DEL VUELO DE MADRID A LAS 22:30

DÍA 2º.- 18/04.- VIERNES: DOHA-KATMANDÚ

LLEGADA A DOHA A LAS 06:15. SALIDA DE DOHA A LAS 09:20. LLEGADA A KATMANDÚ A LAS 16:45.

Recepción en el aeropuerto por nuestros corresponsales locales y traslado al **Hotel Malla** en la ciudad, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno.

DÍA 3º.- 19/04.- SÁBADO: 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. En **Lukla** conoceremos a nuestros porteadores y comenzaremos nuestro trekking hasta **Phakding**. Alojamiento en Lodge.

DÍA 4º.- 20/04.- DOMINGO: PHAKDING (2.650 m) – NAMCHE BAZAAR (3.450 m)

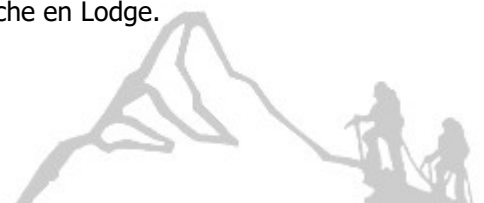
Duración: 5h

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.- 21/04.- LUNES: NAMCHE BAZAAR (3.450 m) –KUMJUNG (3.780 m)

Duración: 4h

Día tranquilo para la aclimatación y descanso. Desde **Namche Bazaar** subiremos a **Khumjung** y visitaremos la **Escuela de Hillary** en el valle y daremos una vuelta por la zona. Noche en Lodge.



DÍA 6º.- 22/04.- MARTES: KUMJUNG (3.780 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, Nuptse, 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.- 23/04.- MIÉRCOLES: TENGBOCHE (3.867 m)- DINGBOCHE (4.370 m)

Duración: 5-6h

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.- 24/04.- JUEVES: DINGBOCHE (4.370 m)

Día de descanso y aclimatación, daremos una vuelta por los alrededores, visitando los monasterios. Noche en Lodge.

DÍA 9º.- 25/04.- VIERNES: DINGBOCHE (4.370 m)- LOBUCHE (4.910 m).

Duración: 5h

Continuaremos nuestro recorrido desde **Dingboche** 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.- 26/04.- SÁBADO: 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.- 27/04.- DOMINGO: GORAK SHEP (4.270 m) -ASCENSO A KALAPATTAR (5.545m) - DINGBOCHE (4.370 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 **Dingboche**. Noche en Lodge.



DÍA 12º.- 28/04.- LUNES: DINGBOCHE (4.370 m)- TENGBOCHE (3.860 m)

Duración: 6h

Trekking a de descenso a **Tengboche** con unas maravillosas vistas del **Amadablam**, conforme vamos descendiendo al valle podemos ver más poblados, gente en los campos, con los animales, mas vegetación. Llegamos por fin a **Tengboche**, y lo primero que nos llama nuestra atención es su magnífico templo, situado en una explanada bajo en **Amadablan**, es un momento muy especial y se sienta una gran paz y espiritualidad en este paraje rodeado de grandes y míticas montañas. Noche en Lodge.

DÍA 13º.- 29/04.- MARTES: TENGBOCHE (3.860 m)- NAMCHE BAZAAR (3.450m)

Duración: 5-6h

Desde **Tengboche** descendemos al valle donde podemos ver más poblados, gente en los campos, con los animales, más vegetación. Continuaremos hasta **Namche Bazaar**. Noche en Lodge.



DÍA 14º.- 30/04.- MIÉRCOLES: NAMCHE BAZAAR (3.450m)- LUKLA (2.800 m)

Duración: 4/5h

Trekking de descenso a **Lukla**. Esta es la última etapa de nuestro trekking y nos iremos cruzando con los senderistas que empiezan su recorrido, pasaremos por el puesto de control del parque nacional para que sellen nuestros permisos y por fin llegaremos a **Lukla**. Noche en Lodge, pensión completa.

DÍA 15º.- 01/05.- JUEVES: 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 o triple, alojamiento y desayuno.

DÍA 16º.- 02/05.- VIERNES: KATMANDÚ

Día libre en Katmandú. Este día lo podemos dedicar para visitar la ciudad y los alrededores de **Kathmandu**, las bonitas ciudades de **Bhaktapur y Patan**, y el **monasterio de Pasupatinath**, el templo hindú más importante de todo Nepal donde veremos cremaciones en el río sagrado. Noche en hotel alojamiento y desayuno.

DÍA 17º.- 03/05.- SÁBADO: KATMANDÚ- DOHA

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España. **SALIDA DEL VUELO A LAS 09:55. Llegada a DOHA A LAS 12:10. SALIDA DE DOHA A LAS 14:30. LLEGADA A MADRID A LAS 21:00**

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 ALTA MONTAÑA DESDE ESPAÑA: FERNANDO GARRIDO
VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS EN EL PRECIO:

GRUPO DE MÁS DE 8 PERSONAS	2.260 €/persona
PRECIO DE REFERENCIA DE LOS VUELOS INTERNACIONALES*	1.395 €/persona

**** Precio de referencia de los vuelos internacionales, tasas aéreas incluidas a 12/12/2024. A reconfirmar en el momento de la reserva, ya que las tarifas son muy volátiles y pueden cambiar hasta el momento de la emisión del billete.***



NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en diciembre de 2024 (0,92 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.

CASI TODAS LAS 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:

- **Guía de Alta Montaña UIAGM FERNANDO GARRIDO, durante todo el programa.**
- Transporte aeropuerto - hotel ida y vuelta.
- 3 noches en Katmandú en el **Hotel Malla** o similar categoría, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno.
- Traslado de **Katmandú** al aeropuerto de **Ramechhap** ida y vuelta.
- Vuelo **Ramechhap -Lukla** ida y vuelta, tasas aéreas incluidas
- Guía local de trekking de habla inglesa como apoyo al Guía principal
- Porteadores (1 porteador por cada 2 miembros)
- 12 Kg. por persona para equipo personal.
- Alojamientos durante el trekking en Lodges estándares
- Pensión completa durante el trekking
- 2 bebidas incluidas en cada comida (té o café)
- Permiso de entrada en el Parque Nacional.
- TIMS Trekking permit
- Traslados, equipamiento, salarios, comidas y seguros del staff local.
- Bolsa petate de Aragón Aventura
- IVA y Gastos de gestión

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Vuelos **España -Katmandú ida y vuelta** (consultarnos si estáis interesados)
- Visado de entrada en Nepal (50\$)
- Comidas y cenas en **Katmandú.**
- Suplemento de habitación individual en **Katmandú**
- Visitas turísticas y entradas ni en **Katmandú**
- Gastos personales (lavandería, teléfono, bebidas..., durante el trekking)
- Carga de baterías, ducha agua caliente, durante el trekking.
- Ningún tipo de bebida: alcohol, refrescos, agua potable
- Rescates
- Propinas
- Extras personales
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura internacional) **consultar el apartado "seguros" de esta ficha.**
- Seguro de asistencia en viaje y asistencia sanitaria. **SIEMPRE RECOMENDABLE (consultar el apartado "seguros" y preguntarnos precios y condiciones)**



- 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:

Trekking sin grandes dificultades técnicas pero exigente debido a su duración y a la altitud que se alcanza, **más de 5.000m.** Se recomienda una buena preparación y condiciones físicas adecuadas al esfuerzo y desnivel a realizar, ya que, en caso de no estar bien preparado, pueden verse frustradas tus expectativas en esta expedición.

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

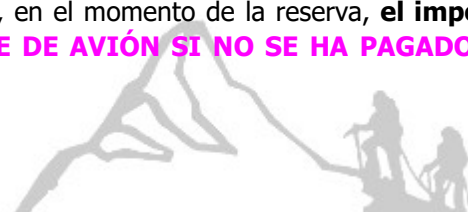
Acude a tu médico para detectar problemas que pudieran agravarse durante la expedición, donde el aislamiento, lejanía o falta de medios pueden crearte dificultades, como alergias, tensión arterial, problemas coronarios, problemas de oídos, bucodentales, estomacales, de articulaciones etc.

EQUIPO MÍNIMO RECOMENDADO:

- **Mochila** de 30L
- **Petate o bolsa** (Lo llevan los porteadores)
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **Botas** de trekking (usadas).
- **Zapatillas o sandalias** para los descansos
- **Polainas**
- **Pantalones**
- **Camisetas**
- **Ropa interior térmica**
- **Chaqueta de forro polar.**
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de plumas** o sintética.
- **Gorro de lana**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes**
- **Gafas** de buena protección solar (2 pares)
- **Saco de dormir** (mejor con cremallera lateral).
- **Bastones** para la marcha
- **Crema** de alta protección para la piel y labios.
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio.
- **Botiquín** No olvides tu medicación personal.
- **Útiles de aseo personal, papel higiénico, toallitas húmedas, toalla ligera**

REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN:

- Realizar un **pago de reserva por persona del 50% del importe total del viaje.** 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 de carnet reciente** escaneada.
- 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**"
- **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 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.

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 "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.**

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.

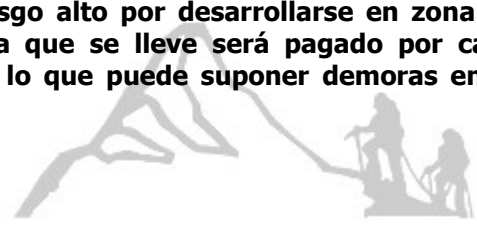
RECALCAMOS QUE ARAGÓN AVENTURA OFRECE AL CLIENTE LA POSIBILIDAD DE CONTRATAR LOS SEGUROS CITADOS ANTERIORMENTE, PERO SON LAS PROPIAS COMPAÑÍAS ASEGURADORAS LAS QUE TIENEN LA RESPONSABILIDAD Y DEBEN RESPONDER EN CASO DE NECESIDAD, Y ES EL PROPIO INTERESADO QUIEN DEBE REALIZAR LAS GESTIONES OPORTUNAS ANTE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

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.) 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.

El más grave problema de la zona es la deforestación, que trae consigo la erosión y la degradación de los ecosistemas. **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/>

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



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

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 más información <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 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 SUFIRIR 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>

