

TREKKING 2024

TREKKING DEL MANASLU+ ANNAPURNAS. -*Nepal*



"LA NUEVA GRAN TRAVESÍA DEL HIMALAYA CENTRAL"

Extensiones a:

***NAGARKOT, LUMBINI Y
PARQUE NACIONAL DE CHITWAN***

Duración del programa: 22 días

Fechas: primavera y otoño 2024

Salida: Madrid / Barcelona
(otras ciudades consultar)

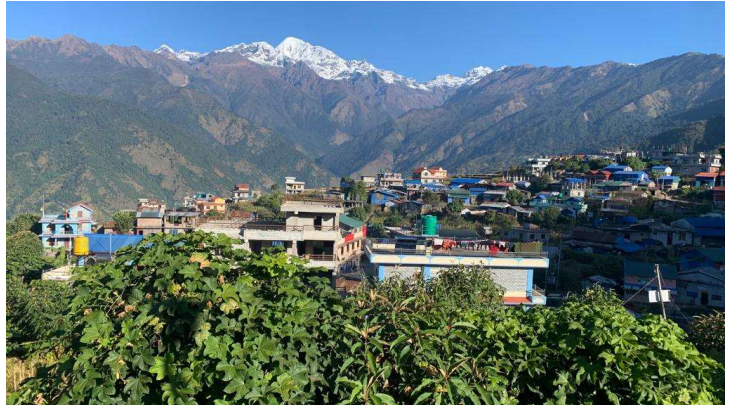


INTRODUCCIÓN:

Las nuevas pistas y carreteras que se construyen en el Himalaya nos obligan a proponer nuevas ideas y programas para adaptarnos a estos cambios. Desgraciadamente para los trekkers (no así para los nepalíes que lo ven un avance...) cada vez construyen más carreteras que se adentran en las montañas y permiten el acceso a los pueblos perdidos.

Concretamente el clásico trekking de "**La vuelta de los Annapurnas**" se ha visto "capado" por las pistas hasta **Manang** (3.400 m.) en su inicio y desde **Jomoson** (2.715 m.) en su final. La idea de empezar en **Manang** la descartamos por ser demasiado alto para una correcta aclimatación. Además, se queda demasiado corto...

Últimamente estamos promocionando el **trekking del Manaslu** por su belleza, valles salvajes y desconocidos y su buena aclimatación. Si al acabar el **trekking del Manaslu** "empalmamos", con un corto transporte en jeep hasta **Manang** (llegando ya bien aclimatados...), podemos hacer la parte aún intacta y más bonita de la **vuelta a los Annapurnas** y enlazar así dos preciosos recorridos en un programa nuevo e inédito de 22 días. ¡Todo un lujo para los trekkers!!!



La ruta comienza en la antigua capital del **reino de los Gurkha**. El trekking asciende por el valle del **Buri Gandaki**, siguiendo el curso del río entre una vegetación subtropical. El valle se estrecha hasta convertirse en un cañón con paredes de 1.500 m, las cascadas se desploman por las paredes en un escenario salvaje. Por el norte, en la frontera con Tíbet aparece el pueblo tibetano de **Sama Gaon**, que se levanta justo debajo del **Manaslu**. Los glaciares de la pared norte descienden hasta el monasterio de **Sama** donde los monjes rezan mirando a la cumbre. Desde aquí subiremos hasta cruzar el collado de **Larkye-La** (5.100 m), donde aparecen montañas de 6.000 y 7.000 m casi desconocidas del macizo del Himalaya.

En la segunda parte del trekking, os proponemos realizar el último tramo y más bonito de la **vuelta a los Annapurnas**, que nos llevará desde **Manang** hasta **Jomoson**, por pueblos y valles, hasta el collado del **Thorung La**, situado a 5.400 metros de altura, el punto más alto de este programa.

No es un trekking difícil, pero sí largo y exigente, con varios días que transcurren a bastante altitud, todo ello exige cierta experiencia a los participantes y una buena condición física.

ESTE TREKKING SE PUEDE REALIZAR:

CON GUÍA DE MONTAÑA DE ARAGON AVENTURA DESDE ESPAÑA apoyo técnico, logístico y humano durante todo el tiempo del trekking 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: SALIDA DEL VUELO DE MADRID

DÍA 2º: LLEGADA A KATMANDÚ

Recepción por nuestro equipo local y traslado al **hotel Malla**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

DÍA 3º: KATMANDÚ -ARUGHAT- DOVAN (900 m.)

Duración: 9 h por carretera

Después del desayuno, nos trasladamos por carretera hacia el pueblo de **Arughat Bazaar** (670 m) en el **Valle Burhi Gandaki**. Enclavada en ambos márgenes del río, y unida por un puente de suspensión, este es el mayor asentamiento del valle. Desde aquí continuamos en vehículos todo terreno hasta **Dovan**, donde dormiremos en lodge

DÍA 4º: DOVAN (900 m.)- JAGAT (1.350 m) – PHILLIM (1.800 m)

Duración: 6h

Después del desayuno comenzamos nuestro trekking, saldremos caminando por la orilla del río **Budhi Gandaki**. Vamos ganando altura poco a poco siempre acompañados por los rápidos de agua del río, cruzando varios puentes tibetanos, hasta llegar a **Phillim**. Noche en Lodge.



DÍA 5º: PHILLIM (1.850 m)–DENG (1.804 m)

Duración: 6h

Nuevamente, tendremos que descender hasta el lecho del río. Se cruza el **Río Budhi Gandaki** y se asciende hasta un terreno de terrazas de cultivo en **Saguleri**, para continuar caminando hasta **Sirish Gaon**. A partir de aquí el **Valle del Gandaki** se estrecha, levantándose impresionantes paredes a los lados. Llegamos a **Deng** donde dormiremos en Lodge.

DÍA 6º: DYANG (1.865 m) - NAMRUNG (2.630 m)

Duración: 7h

La parte inicial de la etapa de hoy es sobre un terreno relativamente plano. Pronto, el camino empieza a ascender a través de un sendero en el bosque, con vegetación muy variada. Se va ganando altura, cruzaremos varios puentes tibetanos, podremos ir divisando ya las grandes montañas nevadas de la zona del **Manaslu**. Llegaremos a **Namrung** a cenar y dormir. Noche en lodge.

DÍA 7º: NAMRUNG (2.630 m)- LHO GAON (3.175 m)

Duración: 4h

La etapa de hoy es más corta y menos exigente que las anteriores. Vamos ganando altura poco a poco, para una buena aclimatación, seguimos ascendiendo por senderos boscosos, con abundante vegetación, que deja de ser tropical y comenzamos a ver las coníferas. Pasaremos por las aldeas de **Ligaon y Syagaon**, hasta llegar a **Lho Gaon**, un precioso enclave a los pies del **Manaslu**, que desde aquí se divisa majestuoso. Comeremos ya en nuestro Lodge en **Lho Gaon** y por la tarde visitaremos el monasterio **Hinang Gompa**, situado en un lugar privilegiado, desde donde los monjes rezan mirando al **Manaslu**. Regreso al Lodge a cenar y dormir.



DÍA 8º: LHO GAON (3.175 m)- PUGEN GOMPA (4.000 m)-SAMA GAON (3.530m).

Duración: 6-7h

Dejaremos atrás **Lho Gaon**, para continuar ascendiendo hasta **Sama Gaon**, población importante de la zona, situada en una amplia zona plana, con sus prados para el ganado y sus campos de cultivo. Cuenta con un Monasterio y una escuela. Ante de llegar a **Sama Gaon** nos desviaremos de nuestro camino para subir hasta para subir hasta **Pugen Gompa (4.000 m)**, un magnífico mirador del **Manaslu** y otras montañas de la zona. Merece la pena este esfuerzo por la recompensa de la belleza del sitio, además de favorecer la aclimatación. Comida de picnic. Descenderemos por el mismo camino hasta reencontrar el principal de **Sama Gaon**, donde pasaremos la noche en Lodge.

DÍA 9º: SAMA GAON (3.530 m) – CAMPO BASE DEL MANASLU (4.600 m)- SAMA GAON

Duración: 6h

Saldremos de **Sama Gaon** con equipaje ligero y comida de picnic. Subiremos poco a poco, por un camino bien marcado y al principio bastante cómodo, que atraviesa praderas donde corren los arroyos y pastan los yacks. El sendero se hace más estrecho y pendiente y asciende directamente hacia la base del **Manaslu**, pudiendo contemplar durante todo el recorrido la montaña, su glaciar y su lago, unas vistas impresionantes. Llegaremos al **Campo Base del Manaslu**. Regreso a **Sama Gaon** por la misma ruta. Noche en nuestro Lodge.



DÍA 10º: SAMAGAON (3.530 m) - SAMDO (3.860 m)

Duración: 4h

Este día seguimos remontando el valle y a medida que avanzamos tendremos excelentes vistas de las montañas circundantes. **El Manaslu** es particularmente impresionante desde los prados en **Kermo Kharka**. Después de cruzar a la orilla oriental del río, llegamos al último asentamiento permanente en el valle, **Samdo**. Este es un pueblo muy remoto, sólo a un día de camino desde el **Tíbet** a través del **Lajyang La** y donde podemos apreciar que los habitantes son de raza y cultura principalmente tibetanos. Llegaremos a comer a nuestro Lodge y por la tarde podremos hacer un recorrido de aclimatación por la zona, visitando el monasterio. Noche en Lodge.

DÍA 11º: SAMDO (3.860 m) – DHARMASHALA (4.460 m)

Duración: 4h

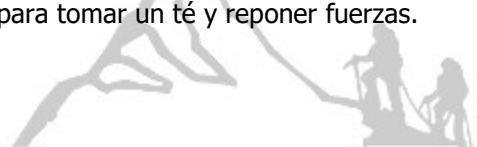
Hoy subiremos hasta **Dharmashala** situado a los pies del paso de **Larkye La**, por eso también se le llama **Lakye Pedhi**, donde dormiremos esta noche. Llegaremos a comer a **Dharmashala** y por la tarde podremos dar un paseo de aclimatación por la zona o simplemente descansar y prepararnos para la "etapa reina" que será la jornada de mañana. Noche en Lodge.

DÍA 12º: DHARMASHALA (4.460 m)-LARKYE LA PASS (5.108 m)-BIMTHANG (3.735 m)

Duración: 10h



Esta jornada comienza muy temprano ya que nos espera el cruce del **Larkye La**. Cruzamos el arroyo que baja del **La Gya**, y vemos las ruinas de un antiguo pueblo, **Larkya Bazaar**. Dejándolo detrás, seguimos ascendiendo despacio, el camino es cómodo ya que sube progresivamente, llegaremos al precioso lago helado. Comeremos de picnic y después seguiremos ganando altura hasta llegar al collado el **Larkye La**. Aquí, como es costumbre en Nepal, nos encontramos con cientos de banderas de oración. **¡Hemos alcanzado el punto más alto de nuestro trekking!** El descenso se caracteriza por una empinada pendiente primero, que luego se suaviza bastante, haciendo más llevadera la bajada. Haremos una parada en el asentamiento idéntico a **Dharmashala** que hay en esta vertiente para tomar un té y reponer fuerzas.



Continuaremos nuestro descenso hasta llegar a un valle amplio con un gran número de mani walls, donde se encuentra el bonito pueblo de **Bimthang**, en un circo rodeado de grandes montañas, presididas por el **Manaslu**, muy diferente visto por esta cara, pero siempre impresionante. Noche en Lodge.

DÍA 13º: BIMTHANG (3.735 m) -GOA (2.260 m)

Duración: 7h

Cruzamos los pastos de **Bimthang**, y comenzamos el descenso al valle del **Burdin Khola**. El camino discurre por un bosque de rododendros y magnolios, y con una bajada mantenida hasta llegar hasta **Karche**. Después de una parada para comer, continuamos descendiendo por bosques de abetos y rododendros Y llegaremos a **Goa**. Noche en Lodge.



DÍA 14º: GOA (2.260 m) - TILJE- MANANG (3.540 m)

Duración: 4-5 h de traslado en todo terreno

Saldremos temprano de **Goa** y después de 1:30h de bajada llegaremos a **Tilje**, donde nos esperan los vehículos todo terreno que nos llevarán durante por pistas de tierra hasta llegar a **Manang**. Aquí es donde ya nos unimos al recorrido de la **vuelta a los Annapurnas**. Noche en lodge.

DÍA 15º: MANANG (3.540 m)

Día de descanso en **Manang**

DÍA 16º: MANANG (3.540 m) - THORONG PHEDI BASE CAMP (4.450 m)

Duración: 8-10h

Ascendemos hacia el oeste hasta llegar a **Letdar**, continuaremos recorriendo el valle de **Jorsang Khola**, nos acercamos hasta el pie del collado (**Thorong Phedi**). Hoy nos retiraremos pronto a descansar ya que tanto este día como el día siguiente son largos. Noche en Lodge.

DÍA 17º: THORONG PHEDI BASE CAMP (4.450 m) - THORONG LA PASS (5.416 m) – MUKTINATH (3.800 m) - JOMSOM (2.715 m)

Duración: 8-9h



Este paso de montaña ha sido utilizado desde cientos de años para comunicar el **Valle de Marsyangdi** con el del **Khali Gandaki**. Alcanzaremos el collado después de 5 horas de marcha. El pai saje que nos ofrece el Himalaya es grandioso. Desde el collado la montaña que más destaca por sus dimensiones y belleza es el **Dhaulagiri** (8.150 m) en contraste con las cumbres del Tíbet más modestas e igualmente bellas. Descendemos hasta el Campo base del collado de esta vertiente, un poco antes de **Muktinath**, y allí nos recogerán los vehículos todo terreno y nos llevarán a **Jomson**. Noche en el **Hostal Om's Home**.

DÍA 18º: JOMSOM (2.715 m)- POKHARA- KATMANDÚ

Desayuno y traslado al aeropuerto para tomar el vuelo domestico que nos llevará primero a **Pokhara** y después a **Katmandú**. Noche en el **hotel Malla** o similar

categoría, alojamiento y desayuno.

DÍA 19º: KATMANDÚ

Día libre en **Katmandú**, noche en **hotel Malla** o similar, alojamiento y desayuno.

DÍA 20º: KATMANDÚ- VUELO DE REGRESO

Desayuno y a la hora convenida traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España.



DÍA 21º: 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 GUIA LOCAL DE TREKKING, VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS:

GRUPO DE 3-4 PERSONAS	2.650 €/persona
GRUPO DE 5-8 PERSONAS	2.360 €/persona
GRUPO DE 9-10 PERSONAS	2.225 €/persona

NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en enero de 2024 (0,91 ratio \$/€), para el número de personas y condiciones indicadas. Si varía cualquiera de estas circunstancias 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:

- Transporte aeropuerto - hotel ida y vuelta
- 3 noches en **Katmandú, hotel Malla** o similar categoría, habitación doble, alojamiento y desayuno
- Transporte: **Katmandú- Arughat y jeep a Doban** para miembros y personal.
- Permiso del área especial del Manaslu, Parque Nacional Manaslu y tarifa del permiso TIMS. Permiso ACAP
- Guía local de trekking de habla inglesa
- 1 ayudante de guía a partir de 4 personas
- 1 porteador por cada 2 personas (12 Kg. por persona de equipo personal)
- 14 noches de alojamiento en Lodges durante el trekking.
- Pensión completa durante el trekking.
- 2 bebidas incluidas en cada comida del día (Té o café)
- Transporte: **Tilje-Manang** en jeeps, para miembros y personal
- Transporte: **Mukthinath (punto BC) - Jomsom** para miembros y personal
- 1 noche de **hotel en Jomsom**, habitación doble, alojamiento y desayuno
- Vuelo **Jomson-Pokhara-Katmandú** (15 kg. de equipaje 10+5 kg.)
- Salarios, equipamiento, comida, traslados y seguros del Staff Nepalí
- Bolsa de viaje de Aragón Aventura.
- IVA y Gastos de gestión.



EL PRECIO NO INCLUYE:

- Vuelo **España -Katmandú** ida y vuelta (consultar si estáis interesados)
- Visado de entrada en Nepal (50\$)
- Suplemento de habitación individual en **Katmandú y Jomsom (175 €/persona)**
- Comidas y cenas en **Katmandú y Jomsom**
- Rescates
- Agua mineral, bebidas y extras personales.
- Equipo personal
- Propinas
- 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" de esta ficha** 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 y las del grupo en este trekking.

ACONSEJAMOS REALIZARSE UN CHEQUEO MÉDICO GENERAL Y DENTAL ANTES DE LA SALIDA. 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 unos 40 litros
- **Bolsa de viaje** o petate
- **Botas** de trekking (usadas).
- **Zapatillas o sandalias** para los descansos
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **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 caliente** (mejor con cremallera lateral).
- **Bastones** para la marcha



- **Crema** de alta protección para la piel y labios.
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio.
- **Útiles de aseo personal, papel higiénico, toallitas húmedas etc.**
- **Toalla ligera**
- **Botiquín:** No olvides tu medicación personal.

EXTENSIONES TURISTICAS/CULTURALES:

NAGARKOT

Nagarkot es un pueblo de Nepal, próximo a Katmandú, situado a 2.195 m de altitud, donde los habitantes sobreviven del cultivo en las laderas de las montañas. Tienen una perspectiva diferente del paisaje, pues la puerta de entrada al pueblo está por encima de las nubes. Un lugar de ensueño.



En el pueblo de **Nagarkot** únicamente viven 3.500 habitantes, quienes son los afortunados de levantarse todos los días flotando sobre las nubes. Los turistas se niegan a perderse esta increíble experiencia y ver tan panorámico paisaje en las alturas. Además, el pueblo posee el privilegio de ser el balcón más próximo hacia el Everest y otros picos nevados de la cordillera del Himalaya.

PROGRAMA:

DÍA 1º: KATMANDÚ-NAGARKOT

Desayuno, traslado por carretera a **Bhaktapur**, visita de los lugares de interés de esta bella población y continuamos a **Nagarkot**. Noche en **Hotel Contry Villa**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

DÍA 2º: NAGARKOT- KATMANDÚ.

Nos levantaremos temprano para hacer un pequeño recorrido y contemplar la salida del sol, después regreso a **Nagarkot**, visita del pueblo y alrededores. Por la tarde regreso a **Katmandú**. Noche en el **hotel Malla**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

LUMBINI: LUGAR DE NACIMIENTO DE BUDA.

En la región nepalí de **Terai**, muy cerca de la frontera con India, se encuentra **Lumbini**: un pequeño pueblo famoso por estar considerado históricamente el lugar de nacimiento de Buda. Declarado Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en el año 1997, lo primero que sorprende de **Lumbini** es su pequeñísimo tamaño.

Apenas dos calles polvorientas y una hilera de casas de adobe y paja componen esta "localidad" que ha sabido mantener su encanto original, a pesar de ser uno de los centros de peregrinaje más importantes en un continente donde el budismo es la religión predominante. Un enorme parque conocido acoge en su interior monasterios para el retiro de los fieles, lagos, zonas de paseo, y el **Templo de Maya Devi**.

PROGRAMA:

DÍA 1º: KATMANDÚ- BHAIRAWA- LUMBINI

Desayuno, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a **Bhairawa**. Llegada y traslado al **hotel Hokke** situado en el pueblo de **Lumbini**. (1 hora de trayecto), habitación doble, alojamiento y desayuno.



DÍA 2º: LUMBINI

Desayuno y día para visitar los diferentes monasterios y stupas budistas del pueblo de **Lumbini**. Noche en **hotel Hokke**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

DÍA 3º: LUMBINI- KATMANDÚ

Después del desayuno, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a **Katmandú**. Traslado al **Hotel Malla**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

CHITWAN, KASARA RESORT

Junto con la frontera con India, al sur de Katmandú, se encuentra el **Parque Nacional de Chitwan**, una región de **humedales y jungla**. En **Chitwan** habitan elefantes, rinocerontes, cocodrilos y el famoso tigre de bengala, que, aunque es muy escurridizo, con mucha suerte y paciencia puede llegar a ser visto de vez en cuando. Una de las mejores formas de recorrer las profundidades del parque es hacerlo **mediante un paseo en canoa** a lo largo de alguno de sus ríos.

El Kasara Resort se encuentra en **Chitwan**. Su esencia es una armoniosa mezcla de naturaleza y modernidad. Ofrece un lujo sencillo en un entorno exuberante y natural en el corazón del emocionante **Parque Nacional Chitwan de Nepal**. Un lugar ideal para relajarse después de un trekking de montaña y descansar es sus cómodas instalaciones, en resumen, visitar otra parte de Nepal, diferente y no tan conocida, disfrutando de la vida salvaje en estado puro.

PROGRAMA:



DÍA 1º: KATMANDÚ- CHITWAN- KASARA RESORT

Desayuno, traslado por carretera al complejo hotelero **Kasara Resort de Chitwan**. Llegada después de comer, por la tarde actividades y visita a los elefantes. Noche en el **Kasara Resort**, habitación doble, pensión completa.

DÍA 2º: KASARA RESORT

Desayuno pasaremos todo el día en la jungla, iremos con un todo terreno visitando las diferentes zonas para ver a los animales en su hábitat natural. Podremos dar un paseo andando, en canoa, avistamiento de pájaros etc. Noche en el **Kasara Resot**, habitación doble, pensión completa.

DÍA 3º: KASARA RESORT - KATMANDÚ

Después del desayuno, traslado por carretera a **Katmandú**. Noche en el **Hotel Malla**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

ESTOS PROGRAMAS SON ORIENTATIVOS Y SE PUEDEN PERSONALIZAR A GUSTO DEL CLIENTE. EL PRECIO VARIARÁ SEGÚN EL NÚMERO DE PERSONAS, NUMERO DE DÍAS Y CATEGORIA DE LOS HOTELES ELEGIDOS. SE REALIZARÁN AL FINALIZAR EL TREKKING Y SE PUEDE HACER UNA EXTENSIÓN O BIEN ENLAZAR VARIAS. SOLICITAR PRESUPUESTO SI ESTAIS INTERESADOS.



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"**.
- 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" (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 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:

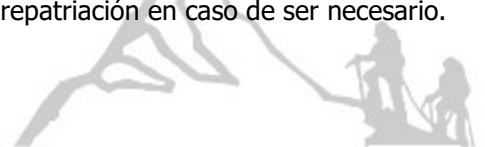
- **SEGURO "MODULAR PLUS" DE ASISTENCIA EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN POR CAUSA JUSTIFICADA:** Incluye asistencia sanitaria, robo de equipaje y gastos de anulación del viaje no iniciado, **POR CAUSA JUSTIFICADA Y DEMOSTRABLE. PARA QUE LA GARANTIA DE ANULACIÓN TENGA VALIDEZ EL SEGURO DEBE CONTRATARSE 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 DESISTIMIENTO 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.**

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 la montaña 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>

