

TREKKING 2025

SANTUARIO DE LOS ANNAPURNAS. - *Nepal*



POSIBILIDAD DE EXTENSIONES A:

NAGARKOT, LUMBINI Y PARQUE NACIONAL DE CHITWAN

Duración del programa base: 17 días

Fechas: Primavera y otoño de 2025

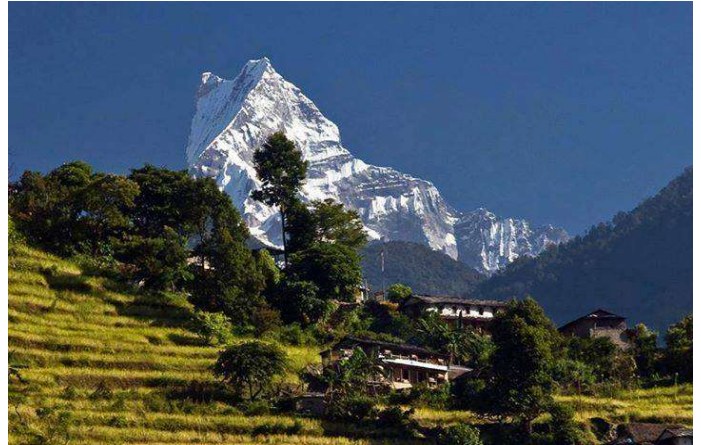
Salida: Madrid / Barcelona
(otras ciudades consultar)



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.

Annapurna es el nombre de una serie de picos en el Himalaya, un macizo de 55 Km. de longitud, cuyo punto más elevado, Annapurna I, se alza a 8.091 m, lo que lo convierte en la décima cumbre más elevada de la tierra y uno de los "ochomiles". **Annapurna** es un nombre en Sánscrito que puede traducirse como *Diosa de las Cosechas*.



El Trekking del Santuario de los Annapurnas nos lleva hasta un circo de montañas rodeado por los principales picos del macizo. El santuario tiene un único camino de entrada y salida el valle del **Modi Khola**, Estaremos a los pies de la montaña sagrada **Machapuchare** (Cola de Pez), que por su condición de sagrada es una montaña prohibida y podremos conocer y convivir con **los Gurung**, una etnia que habita en esta zona del macizo.

Un trekking muy accesible y de gran belleza donde los caminos entre arrozales y verdes bosques subtropicales dan paso, poco a poco, a los glaciares y aristas heladas de los gigantes del Himalaya. De regreso del Santuario, subiremos a **Poon Hill**, desde podremos ver como amanece sobre la cadena de los **Dhaulagiris y Annapurnas**, una de las mejores vistas posibles del Himalaya.

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 ESPAÑA

DÍA 2º: KATMANDÚ.

Llegada a **Katmandú**. Recepción en el aeropuerto y traslado al **hotel Thamel** o similar categoría, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno. Resto del día libre para descubrir la ciudad y última compras.

DÍA 3º: KATMANDÚ-POKHARA- PEDHI- DAMPHUS (1.650 m)

Desayuno temprano y traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a **Pokhara**, situada junto al **Lago Phewa**, es de los pueblos más grandes de Nepal, con bellísimas vistas del **Macizo de los Annapurnas**.



Desde el **aeropuerto de Pokhara** traslado en vehículo hasta **Phedi** donde iniciaremos la marcha con una fuerte subida de unas 2 horas hasta **Damphus**, donde dormiremos esta noche en Lodge, pensión completa.

DÍA 4º: DAMPHUS (1.650 m) – LANDRUK (1.620 m)

Duración: 6h

Subimos a la parte alta de **Damphus**, desde allí a través de un bosque de rododendros continuamos hasta **Potana**, desde donde disfrutaremos de unas magníficas vistas del **Machapuchare** (6.997 m). Salimos de **Potana** por un camino enlosado con piedras, alcanzamos la cima de una loma de 2.150 m, desde allí hay unas bellísimas vistas del **Hiunchuli y Annapurna Sur**.

Comenzamos un fuerte descenso por un denso bosque hasta el río **Modi Khola**, lo cruzaremos y subiremos hasta la pequeña población de **Tolka** (1.800 m). Salimos de **Tolka**, caminamos por la ladera del valle, cruzamos un puente colgante y llegamos a **Landrunk**. Alojamiento en lodge, pensión completa.

DÍA 5º: LANDRUK (1.620 m) – CHOMRONG (2.170 m)

Duración: 6h

Salimos de **Landrunk** y descendemos hasta **Naya Pul** (1.340 m), el nombre de este pueblo significa puente nuevo. Desde aquí ascendemos a **Chomrong**, el recorrido es bastante exigente por sus pendientes. El sendero describe un zigzag que sube y desciende entre los densos bosques de bambú y rododendros, con vistas ocasionales a los majestuosos picos que se encuentran delante, hasta llegar a nuestro destino de hoy **Chomrong**, un lugar con muchas escaleras, tanto para llegar como para salir del pueblo. Noche en Lodge



DÍA 6º: CHOMRONG (2.170 m) – DOBAN (2.630 m)

Duración: 6h

Hoy es una de las etapas más bellas del trekking. Salimos de **Chomrong** por un camino que desciende por unas escaleras de piedra hasta el río **Chomrong Khola**, que cruzaremos por un puente colgante. Salimos del fondo del valle por un camino tallado en la piedra, pasamos la pequeña población de **Tilche** situada entre bosques de bambú, rododendros y robles. Se gana altura progresivamente, aunque nuestra sensación es la de estar en un sube y baja continuo. Llegamos así hasta **Doban**, donde nos esperan unas magníficas vistas del atardecer sobre el **Annapurna Sur**. Alojamiento en lodge

DÍA 7º: DOBAN (2.630 m)- CAMPO BASE MACHAPUCHHRE (3.720 m)

Duración: 5h

Salimos de **Doban** por un camino entre el denso bosque de bambú, muchos metros más abajo fluyen las aguas del **Modi Khola**. Continuamos hasta **Hinko** (3.160 m), seguimos entre grandes bloques de piedra hasta **Deorali**. Aquí el valle se hace más amplio y menos pendiente. El camino ahora desciende hasta encontrarse con el **río Modi Khola** y continua hasta el **Machapuchare Base Camp** desde donde tenemos unas magníficas vistas de las grandes montañas de la zona. Alojamiento en lodge.

DÍA 8º: CAMPO BASE MACHAPUCHHRE (3.720 m)- CAMPO BASE DE LOS ANNAPURNAS (4.095 m).

Duración: 3-4h

Comenzaremos nuestra ascensión al **Campo Base de los Annapurnas**, subiremos despacio, ya que notaremos los efectos de la altura en nuestro cuerpo. El camino pasa por algunos refugios de pastores que se encuentran a lo largo de la morrena del glaciar. Al llegar al **Campo Base de los Annapurnas** nos encontramos un precioso circo con 5 lodges bien equipados.



Por la tarde daremos un paseo, lo que permita el terreno, para acercarnos un poco al glaciar y a la pared donde contemplamos las banderas de oración y las cimas nevadas. Noche en Lodge.

DÍA 9º: ANNAPURNA CAMPO BASE (4.130 m)-DOBAN (2.500 m)

Duración: 5-6h

Comenzamos nuestro recorrido de regreso descendiendo por la misma ruta que subimos, hasta llegar a **Doban**. Noche en Lodge.

DÍA 10º: DOBAN (2.500 m)- CHROMRONG (2.170 m)

Duración: 4h

Desde **Doban** seguimos descendiendo a través de **Bamboo Lodge, y Chhromrong** donde pasaremos la noche. Este es un día corto que nos permite pasar un día de relax en este fascinante pueblo que tiene algunas de las mejores vistas de las montañas. Noche en Lodge.

DÍA 11º: CHOMRONG (2.170 m)– BANTHATI (2.520 m)

Duración: 5h

Desde **Chomrong** nos desviamos hacia el oeste, ascendemos entre densos bosques de rododendros hasta **Bhantati**. Noche en lodge.

DÍA 12º: BANTHATI (2.520 m)-GHOREPANI (2.750 m)

Duración: 5h

Seguimos ascendiendo progresivamente por un sendero que discurre por un frondoso bosque de robles y rododendros, hasta llegar a **Ghorepani**, aldea que, desde tiempos remotos, ha sido uno de los asentamientos más importante en toda la región. Noche en Lodge.

DÍA 13º: GHOREPANI (2.845 m)- POON HILL (3.200 m)- ULLERI (2.155 m)

Duración: 6-7h

Este día nos levantamos muy pronto, antes de que amanezca, para comenzar la ascensión hasta **Poon Hill**. Aproximadamente 1 hora de subida y estaremos en este magnífico mirador del Himalaya donde veremos amanecer sobre las cumbres. Tras recrearnos la vista e inmortalizando el momento, regresamos a **Ghorepani** para desayunar, recoger nuestras cosas y comenzar el largo descenso hasta **Ulleri** por un camino de escaleras. **Ulleri** es una de las poblaciones más bonitas del trekking, donde sus casitas cuelgan sobre la empinada ladera de una montaña. Noche en lodge.



DÍA 14º: ULLERI (2.155 m)-NAYAPUL-POKHARA

Duración: 4h

Último día de nuestro trekking, comenzamos el descenso, pasamos por las aldeas de **Hille, Tikhedhunga y Sudame**, pasamos por puentes colgantes al lado de terrazas con cultivos de arroz y rebaños de ganado. Llegamos al fondo del valle, donde el camino se vuelve prácticamente llano y va paralelo al **río Bhurungdi**. Pasaremos por **Birethanti** y cruzaremos el río a través de una pasarela colgante y llegaremos a **Nayapul** donde nos esperará un vehículo que nos trasladará a **Pokhara**. Noche en **Hotel Tara** o similar, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno. Podremos cenar en uno de los numerosos y pintorescos hoteles que hay junto al lago (**cena no incluida**)

DÍA 15º: POKHARA- KATMANDÚ

Traslado al aeropuerto por la mañana para tomar el vuelo de regreso a **Katmandú**. Resto del día libre para descubrir la ciudad, noche en **hotel Thamel** o similar, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno.



DÍA 16º: KATMANDÚ

Día libre en **Katmandú**. Este día lo podemos dedicar para visitar la ciudad y los alrededores de **Katmandú**, 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 Thamel** alojamiento y desayuno.

DÍA 17º: KATMANDÚ-VUELO DE REGRESO

Desayuno y a la hora convenida traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso 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 LOCAL DE TREKKING DE HABLA INGLESA, VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS EN EL PRECIO

GRUPO DE 2-3 PERSONAS	1.760 €/persona
GRUPO DE 4-7 PERSONAS	1.590 €/persona
GRUPO DE 8-11 PERSONAS	1.535 €/persona
GRUPO DE 12+ PERSONAS	1.510 €/persona
SUPLEMENTO DE HABITACIÓN INDIVIDUAL EN KATMANDÚ Y POKHARA	200 €/persona
SUPLEMENTO GUÍA DE HABLA CASTELLANA (sujeto a disponibilidad)	230 €/grupo

NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en marzo de 2025 (0,92 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:

- Todos los traslados aeropuerto - hotel ida y vuelta
- 3 noches en **Katmandú, Hotel Thamel** o similar, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno
- 1 noche en **Pokhara, Hotel Tara** o similar, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno
- Vuelos de **Katmandú a Pokhara** ida y vuelta.
- Transfer a **Pokhara-Phedi**
- Transfer **Nayapul-Pokhara**
- Guía de trekking Nepalí de habla inglesa
- 1 ayudante de guía a partir de 5 personas
- 1 porteador por cada 2 miembros del grupo
- 12 Kg. de equipo personal por persona.
- Alojamientos en el trekking en Lodges con baños compartidos
- Pensión completa en el trekking



- 1 bebida incluidas en cada comida (té o café)
- Permiso de entrada en el Parque Nacional del Annapurna y 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:

- Vuelo **España -Katmandú** ida y vuelta
- Visado de entrada en Nepal
- Comidas y cenas en **Katmandú y Pokhara.**
- Suplemento de habitación individual en **Katmandú y Pokhara (200€/pax)**
- **Guía de trekking de habla castellana** (sujeto a disponibilidad) **230€/grupo**
- Visitas turísticas y entradas en **Katmandú**
- Gastos personales (lavandería, teléfono, bebidas...)
- Carga de baterías, ducha agua caliente, durante el trekking.
- Ningún tipo de bebida: alcohol, refrescos, agua potable
- Rescates
- Propinas
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura internacional)
- Seguro de asistencia en viaje y asistencia sanitaria. **SIEMPRE RECOMENDABLE**
- 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 trekking del Santuario de los Annapurnas no tiene grandes dificultades técnicas, pero es exigente debido a su duración y a la altitud que se alcanza, más de 4.000 m. Se recomienda un buen entrenamiento y condiciones técnicas físicas y psíquicas 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 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 30/40 litros
- **Bolsa de viaje** o petate
- **Botas** de trekking (usadas)
- **Zapatillas o sandalias** para los descansos
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **Pantalones**
- **Camisetas**
- **Polos** interiores de cuello alto
- **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 pilas de recambio.
- **Toalla ligera**
- **Útiles de aseo personal, papel higiénico, toallitas húmedas etc.**
- **GPS** (optativo)
- **Botiquín** No olvides tu medicación personal. Recomendamos esparadrapo, antiséptico para heridas, vendas, gotas oculares, descongestionante nasal, analgésicos simples (por ejemplo, paracetamol), apósitos esterilizados, tijeras, termómetro, antidiarreico, antibiótico de amplio espectro, y antiinflamatorio.

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 PROPUESTO:

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.

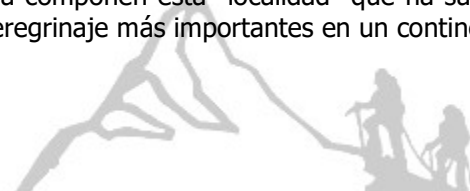
DÍA 2º: NAGARKOT- KATMANDÚ.

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**, una moderna construcción de ladrillo que protege el lugar exacto donde, según las escrituras, la Reina Maya dio a luz al pequeño **Siddharta** hace más de 2500 años.

PROGRAMA PROPUESTO:

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 PROPUESTO:

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 SOLO UNA EXTENSIÓN O BIEN ENLAZAR VARIAS. SOLICITAR PRESUPUESTO SI ESTÁIS INTERESADOS.

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"**.
- 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 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 "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.**

PROPINAS:

Como en muchos otros países donde los salarios son bastante bajos, es costumbre **habitual y "obligada"** dar una propina al acabar la actividad, en señal de reconocimiento al trabajo del equipo local. Las propinas no dependen de si se hace cima o no, sino si de la actitud y la profesionalidad de los guías, cocinero, portadores etc., y dado el excelente servicio que se recibe habitualmente resulta agradable darla. Las propinas se pueden dar en dólares o en euros y siempre en billetes, **no dar monedas.**

Este importe se entregará al Guía local al finalizar el trekking. Este se encargará de repartirlo entre su equipo. Además, puedes dejar como regalo para tus guías, portadores etc., alguna prenda del equipamiento de montaña de la que no te importe desprenderte, o incluso traer para este fin antiguas prendas que todos tenemos por casa.

Si hacéis alguna extensión tenéis que contar también con las propinas a los trabajadores locales, chofer, guías turísticos, comidas en restaurantes, camareros o maleteros del hotel etc.

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](http://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 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>

