

BUTÁN

El valle de Soi Yaksha y el Jomolhari

Visitas culturales y trekking en el valle de Soi Yaksha. Doce días de viaje y seis de trekking. Alojamiento en hoteles y tiendas de campaña.

El reino de Bután siempre ha atraído a los viajeros. Pequeño e incrustado en la cordillera del Himalaya permanece como una joya bien conservada, un remanso de paz entre sus poderosos vecinos indios y chinos. Bosques primarios, lagos y montañas de más siete mil metros, configuran un territorio donde la gente vive tranquila. El budismo impregna cada acto en sus vidas y cada rincón del país. En sus monasterios y Dzong podemos encontrar parte de la historia de este desconocido país y en sus caminos, reconoceremos una naturaleza apenas transformada.



DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelo Kathmandú/Paro	.././C	Hotel turista
2	Paro. Dzongdrakha Gompa	D/A/C	Hotel turista
3	Paro/ Sharna Zampa/Shing Karap/Thangthangka (3610 m)	D/A/C	Tienda de campaña
4	Thangthangka/Dangochang/Jangothang (4080 m)	D/A/C	Tienda de campaña
5	Jangothang (4080 m)	D/A/C	Tienda de campaña
6	Jangothang/Bonte La/Soi Yaksha Valley (3800 m)	D/A/C	Tienda de campaña
7	Soi Yaksha Valley/Sey Dzong/Takhung La/Thombu Shong (4180 m)	D/A/C	Tienda de campaña
8	Thombu Shong/Thombu La/Gunitsawa/Sharna Zampa/Thimphu	D/A/C	Hotel turista
9	Thimphu	D/A/C	Hotel turista
10	Thimpú/Punakha	D/A/C	Hotel turista
11	Punakha/Paro	D/A/C	Hotel turista
12	Vuelo Paro/Kathmandú	D/./..	-----

ALIMENTACIÓN **Desayuno: D** **Almuerzo: A** **Cena: C**

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- VUELO KATHMANDÚ/PARO

Salida en vuelo a Paro, uno de los más espectaculares que se pueden hacer dentro de la región de los Himalayas ya que ofrece fascinantes vistas y un espectacular descenso a la ciudad de Paro, donde después de las formalidades pertinentes, nos esperan en el aeropuerto para el traslado al hotel. Por la tarde, visitamos el Museo Nacional, el Templo Kichu Lhakhang uno de los más antiguos y sagrados del país, asistimos a las prácticas de tiro con arco, el deporte nacional del país y paseamos por la pequeña ciudad de Paro, para poder observar la vida cotidiana.

PARO

Situada en un valle abierto, a 2.280 metros de altitud, salpicado de granjas de techos cubiertos por placas de pizarra, donde se nota el aire frío, fresco y limpio de las montañas que rodean la ciudad. En ella se encuentran numerosos lugares para visitar, como: las pintorescas ruinas de la fortaleza de Drukyl Dzong, construida en 1.647; el monasterio de Takstang, colocado sobre un cortado, situado a 800 metros sobre el valle y el monasterio de Kyichi Lhakhang, una de las primeras edificaciones religiosas del país, construido en el siglo VII por el rey tibetano Sang-Seng Gambo, considerado como el mejor conservado del país y que contiene magníficos frescos y estatuas de deidades. El Dzong Rimpung, que data del siglo XVII y se yergue como una de las fortalezas más impresionantes de la zona, su construcción se debió a razones de defensa ante las invasiones tibetanas y el museo Nacional de Bután, fiel reflejo de la arquitectura de las fortalezas butanesas.

DÍA 2.- PARO. DZONGDRAKHA GOMPA

Por la mañana nos dirigimos caminando al monasterio de Taksang (5 horas aprox.), también conocido como el "Nido del Tigre" y colgado de una pared de 900 m sobre el valle de Paro. Sin duda es uno de los monasterios más famosos en Bután y uno de los centros de peregrinación más venerados del mundo del Himalaya. Debe su nombre a la historia de su fundación.

Tras la caminata, nos trasladamos en vehículo a Dzongdrakha Gompa, situado en la carretera que une Paro con el Cheli La. Más tarde visitamos una granja y finalizaremos el día asistiendo a unas prácticas de tiro con arco.

DÍA 3.- PARO/ SHARNA ZAMPA/SHING KARAP/THANGTHANGKA (3610 M)

Trek: 7-8 h + 685 m, -10 m

Salimos por carretera al lugar donde comenzaremos nuestro trekking en Sharna Zampa. Una vez llegados a este lugar comenzaremos nuestra jornada de trekking, que cruzando ríos y bosque, nos lleva hasta las praderas de Thangthangka (3610 m), donde instalamos el campamento.

DÍA 4.- THANGTHANGKA/DANGOCHANG/JANGOTHANG (4080 M)

Trek: 5-6 h, + 480 m

Continuamos nuestro trekking a través de un bosque de rododendros. También encontraremos en este alto valle, poblados de pastores de yak, llegaremos a Jangothang (4080 m), también conocido como Jomolhari Camp. Desde aquí tendremos buenas vistas sobre el Jomolhari (7326 m) y el Jichu Drakye (6662 m).

DÍA 5.- JANGOTHANG (4080 M)

Día dedicado a la aclimatación. Disfrutaremos de magníficas vistas de los más altos picos del Himalaya en Bután.



DÍA 6.- JANGOTHANG/BONTE LA/SOI YAKSHA VALLEY (3800 M)

Trek: 6-7 h, +810 m, -1090 m

El camino, en este día, nos dirige hacia Paru Chhu y nos ofrece esplendidas vistas de los picos Jomolhari, Jichu Drakye y Tserim Kang. Pasaremos cerca de los lagos Tshopu (4380m), antes de dirigirnos hacia el Bonte La (4890 m) por donde entramos al Soi Yakhsa Valley (3800m).

DÍA 7.- SOI YAKSHA VALLEY/SEY DZONG/TAKHUNG LA/THOMBU SHONG (4180 M)

Trek: 4-5 h. +720 m, -340 m

Caminamos a través de exuberantes laderas cubiertas de rododendros y algo de bosque. Si el tiempo lo permite nos acercaremos a Sey Dzong, fuerte que data del siglo XVII. Más tarde llegamos a Takhung La(4520 m). Desde aquí descendemos a Thombu Shong (4180 m), lugar de acampada de los pastores.

DÍA 8.- THOMBU SHONG/THOMBU LA/GUNITSAWA/SHARNA ZAMPA/THIMPHU

Trek:4-5 h +200 m, -1650 m

El camino asciende entre bosque de rododendros hasta alcanzar el Thombu La (4380 m) y que da salida al Valle. Tendremos buenas vistas sobre los picos del Himalaya de Bután. Descenso largo a Gunitsawa (2730 m). Finalmente llegaremos a Sharna Zampa (2580m), el punto donde finalice nuestro trek, Desde aquí nos trasladamos en vehículo a Thimphu. Tiempo libre.

DÍA 9.- THIMPHU

En la mañana nos dirigimos al monasterio de Tango, ascendiendo a través de un camino empedrado y atravesando un bosque de pinos y crisantemos, desde donde tenemos un paisaje espectacular. Tras finalizar la visita, continuamos hacia la reserva Motithang Takin, lugar donde se preserva al Takín, una especie de mamífero artiodáctilo de la subfamilia Caprinae. Es el símbolo nacional de Bután.

Más tarde, visitamos el Memorial Chorten, rodeado continuamente de gente, murmurando mantras y haciendo girar los molinillos de oración. La construcción de este edificio por el tercer rey de Bután, su majestad Jigme Dorji Wangchuk ("el padre del Bután moderno"), fue erigida por orden del propio rey en conmemoración a la paz y prosperidad en el mundo. Fue finalizado en 1974 después de su muerte.

También visitamos el Trashichhoe dzong, impresionante monasterio-fortaleza que alberga la Secretaría del estado, la sala del trono de su majestad y varias oficinas de gobierno. Dependiendo del tiempo visitaremos algunos museos.

THIMPHÚ

Es la ciudad más grande de Buthan y su capital desde 1961. Está situada a 2.500 m de altura, en el fértil valle que atraviesa el río Wang Chu. Centro político y económico, su economía se basa en la agricultura y la ganadería, aunque el turismo regulado contribuye a su desarrollo manteniendo un equilibrio entre lo tradicional y lo moderno. Contiene la mayoría de los edificios importantes políticos de Bután, incluida la Asamblea Nacional y el recién reformado Dechencholing Palace, la residencia oficial del Rey, situado al norte de la ciudad.

La cultura del país está muy presente en la ciudad a través de la literatura, la religión, las prácticas de los monasterios y demás manifestaciones populares.

Su "Dzong Taschiccho", Dzong de la ley buena, fue edificado en 1961, en él destacan sus nichos, situados a la altura de las ventanas, que albergan en 200 frisos, representaciones en relieve de los santos y dioses de Bután.

DÍA 10.- THIMPÚ/PUNAKHA

Salimos por carretera con dirección a Punakha via Dochu La, conocido por sus 108 chortens blancos y el templo Druk Wangyal Lhakhang. Continuación a Punakha. A la llegada visitamos el templo Chimi Lhakhang construido en honor del lama Drukpa Kunley. Finalmente veremos el Dzong, uno de los más bellos de Bután.

PUNAKHA

Fue la capital del país hasta 1955, cuando fue trasladada a Thimphú. Posee un famoso dzong, fortaleza monástica, que data del siglo XVII. Tiene la forma de navío anclado a la orilla de los dos ríos, y en él se centra el poder religioso y civil. Como ocurre con el de la capital, no se puede visitar en su interior, solo los patios, aunque todos los dzongs son muy similares tanto en su arquitectura como en su ubicación. Este además sirve como la casa de invierno del líder espiritual y de sus monjes.

DÍA 11.- PUNAKHA/PARO

En la mañana caminamos hasta Khamsum Yulley Namgyal Chorten, templo construido para conmemorar la coronación del V rey del país. Más tarde salimos por carretera con dirección al pueblo de Talo. El monasterio, que allí se encuentra está cerrado al público pero el pueblo, merece ser visitado. Más tarde visitamos el convento de monjas Sangchhen Dorji Lhuendrup. Continuación a Paro.

DÍA 12.- VUELO PARO/KATHMANDÚ

A la hora indicada, traslado al aeropuerto de Paro, para salir en vuelo hacia Delhi, donde a la llegada estamos en tránsito hasta la siguiente conexión. Fin de nuestros servicios

FECHAS DE SALIDA DESDE Kathmandú

sábado, 3 octubre 2020

sábado, 7 noviembre 2020

sábado, 3 abril 2021

GRUPO MÍNIMO 2 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

GRUPO DESDE 3 PERSONAS

3.625,00 €

GRUPO DE 2 PERSONAS

3.850,00 €

SERVICIOS INCLUIDOS

Vuelos Kathmandú/Paro/Kathmandú
Recepción en el aeropuerto de Paro a la llegada
Traslados especificados
Transporte por tierra en vehículo privado
Pensión completa en Bután (según cuadro)
Material de uso colectivo durante el trekking, incluyendo saco de dormir y w.c químico
Animales para transportar la carga
Alojamientos en hoteles de categoría turista en habitaciones dobles con baño privado (según cuadro).
Tiendas de campaña para dos personas durante el trek.
Visitas y excursiones especificadas en el itinerario
Entradas a los lugares a visitar en Bután
Guía local de habla inglesa y guía de trekking
Visado y tramitación
Tasas aéreas
Seguro de asistencia en viaje

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Vuelos internacionales Ciudad de origen/Kathmandú/Ciudad de origen
Alimentación no especificada en el cuadro
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc.

Propinas
Tasas de aeropuerto
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

DOCUMENTACIÓN

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.
Visado Bután: se consigue en el aeropuerto a la llegada previa tramitación.

SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

SEGURO

Un seguro de asistencia está incluido en el viaje. La póliza será entregada junto con la documentación final. Opcionalmente se puede contratar un seguro de gastos de anulación, por un **importe de 50 € por persona**. Debe solicitarse en el momento de realizar el pago de entrega a cuenta siempre que éste se realice como mínimo 15 días antes de la salida del viaje.

Las condiciones de ambos seguros se puede consultar en nuestra pagina web:

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeViajeAventura.pdf

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeAnulacion.pdf

TASAS AÉREAS

Son impuestos generados por las compañías aéreas, que fluctúan diariamente hasta la fecha de emisión del billete, por lo que el importe exacto no puede confirmarse hasta ese momento. Consultar en el cuadro de precios de este dossier su valor aproximado. Cualquier variación en su importe, será comunicada oportunamente.

TASAS DE AEROPUERTO

Son impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo a la salida del país.

BUTÁN: 300 BTN aprox.

DIVISAS

La unidad monetaria de Bután es el NGULTRUM (BTN)

Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/ucc/es>

PROPINAS

No son obligatorias, aunque con la llegada del turismo, cada vez son más frecuentes.

En lo que al viaje se refiere, las personas que en un momento u otro están en contacto con el viajero y le prestan algún tipo de servicio esperan una compensación económica (guías, conductores, maleteros, camareros.....)

CLIMA

El clima varía del subtropical, en la planicie de Duars, al templado, de inviernos fríos y veranos cálidos, en los valles de las montañas. Se torna más inclemente a medida que se asciende a las mayores elevaciones. La precipitación media anual por lo general es alta: oscila entre 1.520 mm. en los valles de las montañas y 5.080 mm. en la planicie de Duars. Más de dos tercios del país están cubiertos de bosques.

EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO

EQUIPO DE VIAJE

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima templado/ zapatillas de deporte/ sandalias de goma/ bañador y toalla de baño.

Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema antisolar de alta protección, protector labial).

Prismáticos y material fotográfico

EQUIPO DE TREKKING

Mochila mediana 40 L/ botas ligeras de montaña tipo trekking/ calcetines térmicos/ leotardos o termofibra/ pantalón de montaña/ pantalón chubasquero/ camisetas térmicas/bastones/ forro polar/ plumífero/ chaqueta de goretex/ capa de agua/ guetres de nylon/ guantes y gorro.

BOTIQUIN

Antibiótico de amplio espectro /analgésicos (paracetamol con codeina –mal de altura-, Aspirina...) / antiácido/ anti-inflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ pomada antibiótica/ pomada anti-inflamatoria/ pimiperán/ desinfectante/ algodón/ tiritas/ venda/ esparadrapo/ repelente de mosquitos/ bebidas isotónicas.

RESERVA

1) La reserva se pueden formalizar por teléfono o por correo electrónico a la siguiente dirección:

info@trekkingyaventura.com

telf. 91 522 86 81

Datos para reservar:

- **nombre y apellidos** de la persona que va a viajar (exactos a los del pasaporte) y **número DNI**.
- teléfono de contacto y correo electrónico.
- pasaporte escaneado en color (o en su defecto una foto del mimos con imagen nítida y sin brillos)

2) Se abonará un depósito del 40% del importe total del viaje por persona. **NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**

Se admite

Transferencia bancaria Banco Santander

ES0600750349460601118121 (BIC): BSCHESMMXXX.

Titular: Trekking y Aventura Tarjeta de crédito Visa y/o Masterd Card y pasarela

de pago seguro, consúltanos tus claves de acceso.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR**

3) A continuación de tener constancia de estos trámites, enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado y un código de cliente que junto con tu número de DNI, permitirá el acceso al Área Reservada de Clientes en nuestra web www.trekkingyaventura.com , donde podrás actualizar tus datos personales, consultar algunos datos de tu reserva y descargar la documentación en el momento que todo lo tengamos preparado, además podrás comunicarte con nosotros de manera más rápida y eficaz.

En caso que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA. Siempre estamos a tu disposición de lunes a viernes en calle ventura rodriguez,15 28008 Madrid de 9h30 a 13h30 y de 16h30 a 19h30 y hasta las 20.00 desde Mayo a Septiembre y en el 91-5228681

***Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.**

Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.

www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp