

IRÁN

Ascensiones al Mt. Damavand y Mt. Tochal

Ascensiones al Mt. Tochal y Damavand. Nueve días de viaje. Alojamiento en cabañas, campamentos preinstalados y hotel.



Situado a unos 80 kilómetros al noreste de Teherán, el monte Damavand es un impresionante estrato volcánico que llega a 5.670 m de altitud, formando parte de la cordillera de Alborz que bordea el Mar Caspio hasta el norte. Es un joven volcán, el más alto de Oriente Medio y el pico más alto de Irán. Su ruta por la cara sur no presenta grandes dificultades técnicas, pero las bajísimas temperaturas, la falta de aclimatación y los grandes desniveles convertirán esta ascensión en una exigente actividad de montaña. Previamente y con el fin de una mejor aclimatación ascendemos al Mt. Tochal de 3.950 m.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Teherán	../../..	Hotel turista
2	Tehrán/Sirpala hut (2.700 m)	D/A/C	Refugio
3	Ascensión al Tochal Peak (3.950 m)/Polour	D/A/C	Refugio
4	Polour/ Ascensión Bargah-e-Sevom (4.200 m)	D/A/C	Campamento preinstalado
5	Día de Aclimatación	D/A/C	Campamento preinstalado
6	Ascensión a la cima del Damavand (5.671 m)	D/A/C	Campamento preinstalado
7	Polour/Tehrán	D/A/C	Hotel turista
8	Teherán	D/A/C	Hotel turista
9	Vuelos Teherán/Ciudad de origen	../../..	-----

Extensión Cultural

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
9	Vuelo Teheran/Shiraz	D/A/C	Hotel turista
10	Shiraz. Excursión a Persépolis y Naqsh-e Rostam	D/A/C	Hotel turista
11	Shiraz/Yazd	D/A/C	Hotel turista
12	Yazd/Isfahan	D/A/C	Hotel turista
13	Isfahan	D/A/C	Hotel turista
14	Vuelos Isfahan/Ciudad de origen	../../..	-----

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

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/TEHERÁN

Salimos en vuelo hacia Teherán (conexiones intermedias). A la llegada, de madrugada, nos esperan para el traslado al hotel.

DÍA 2.- TEHRÁN/SIRPALA HUT (2.700 M)

En la mañana temprano salida por carretera con dirección a la zona de Darband, situada al norte de Teherán. Aquí se encuentra la cadena montañosa Alborz, cuya máxima altitud es el pico Tochal. En la zona se levanta una estación de esquí. Ascensión (3,5 horas aprox.) hasta una cabaña situada a 2.700 m.

DÍA 3.- ASCENSIÓN AL TOCHAL PEAK (3.950 M)/POLOUR

Temprano ascenderemos al pico Tochal de 3.950 m (5 horas aprox.), esta actividad nos permitirá atacar posteriormente la cima del Damavand con una buena aclimatación. Descenso al área de Darband donde nos encontraremos con los vehículos que nos trasladaran al pueblo de Polour (3 horas aprox), situado en la vertiente sur de la montaña. Alojamiento en el lodge de la Federación de Montaña de Irán.

DÍA 4.- POLOUR/ ASCENSIÓN BARGAH-E-SEVOM (4.200 M)

Comenzamos la ascensión al Damavand, en primer lugar recorreremos una pista de montaña en jeep por una hora (aprox.) para comenzar a continuación 4 horas aprox. de trek hasta alcanzar Bargah-e-Sevom (4200m). Alojamiento en campamento preestablecido

DÍA 5.- DÍA DE ACLIMATACIÓN

Día dedicado a la aclimatación.

DÍA 6.- ASCENSIÓN A LA CIMA DEL DAMAVAND (5.671 M)

Salida muy temprano en la noche hacia la cima del Damavand (5.671 m) 7 horas de ascensión y 4 de descenso aprox. La cima está situada en un punto de la circunferencia del cráter, si apenas nieve debido a la temperatura del suelo y donde son frecuentes emanaciones de azufre. Con tiempo claro se divisa el mar Caspio.

DAMAVAND

Situado a unos 50 kilómetros al noreste de Teherán, el monte Damavand es un impresionante estrato volcánico que llega a 5.670 m de altitud, formando parte de la cordillera de Alborz que bordea el Mar Caspio hasta el norte. Es un joven volcán que se ha formado principalmente durante la época del holoceno (durante aproximadamente los últimos 10.000 años), y el volcán más alto de Oriente Medio, a la vez del pico más alto de Irán.



Su ruta no presenta grandes dificultades técnicas, pero las bajísimas temperaturas, la falta de aclimatación y los grandes desniveles convertirán esta ascensión en una exigente actividad de montaña.

DÍA 7.- POLOUR/TEHRÁN

Descenso al pueblo de Polour. Traslado en vehículo privado a Teherán (80 km/2 horas aprox.). Llegada y tiempo libre.

DÍA 8.- TEHERÁN

Hotel hasta las 12 horas. Día completo de visitas. A la hora indicada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo hacia la ciudad de origen

TEHERÁN

Capital de Irán, es la ciudad más importante y más extensa del país y una de las urbes más importantes del mundo islámico. Ubicada en el norte del país, ya existía como poblado en el siglo IX., pero con la devastación del país, por los mongoles en el siglo XIII, se convirtió en el núcleo urbano más importante de Persia. Su encanto no radica solo en majestuosos edificios, sino también en su propia personalidad. Cuenta con numerosas zonas ajardinadas y con los mejores museos del país, además de algunos edificios interesantes.

DÍA 9.- VUELOS TEHERÁN/CIUDAD DE ORIGEN

Llegada y fin de nuestros servicios.

Extensión Cultural

DÍA 9.- VUELO TEHERAN/SHIRAZ

A la hora indicada, traslado al aeropuerto. Salimos en vuelo hacia Shiraz. A la llegada, nos esperan para el traslado al hotel.

Recorrido por la ciudad, visitando la tumba de Hafez, el jardín de Eram y la mezquita Vakil. Resto del tiempo libre, para poder deambular por su interesante bazar.

TUMBA DE HAFEZ

Descansan los restos de este gran poeta iraní que nació en Shiraz en el siglo XIV y vivió toda su vida. Se encuentra en un jardín debajo de un templete, rematado por una cúpula que representa el sombrero que usaba el poeta.

TUMBA DE SA'DÍ

Se encuentra en un jardín, en el lugar donde vivió este poeta del siglo XIII.

LOS JARDINES DE ERAM

Son unos jardines públicos, situados al nordeste de la ciudad que además de su belleza, tiene la ventaja de poder observar la vida cotidiana de la gente, sobre todo al atardecer, cuando se convierte en uno de sus centros de reunión para el ocio. Posee en el centro, un palacio de la época Qajar, del que resalta su fachada, todo ello rodeado de canales y flores.

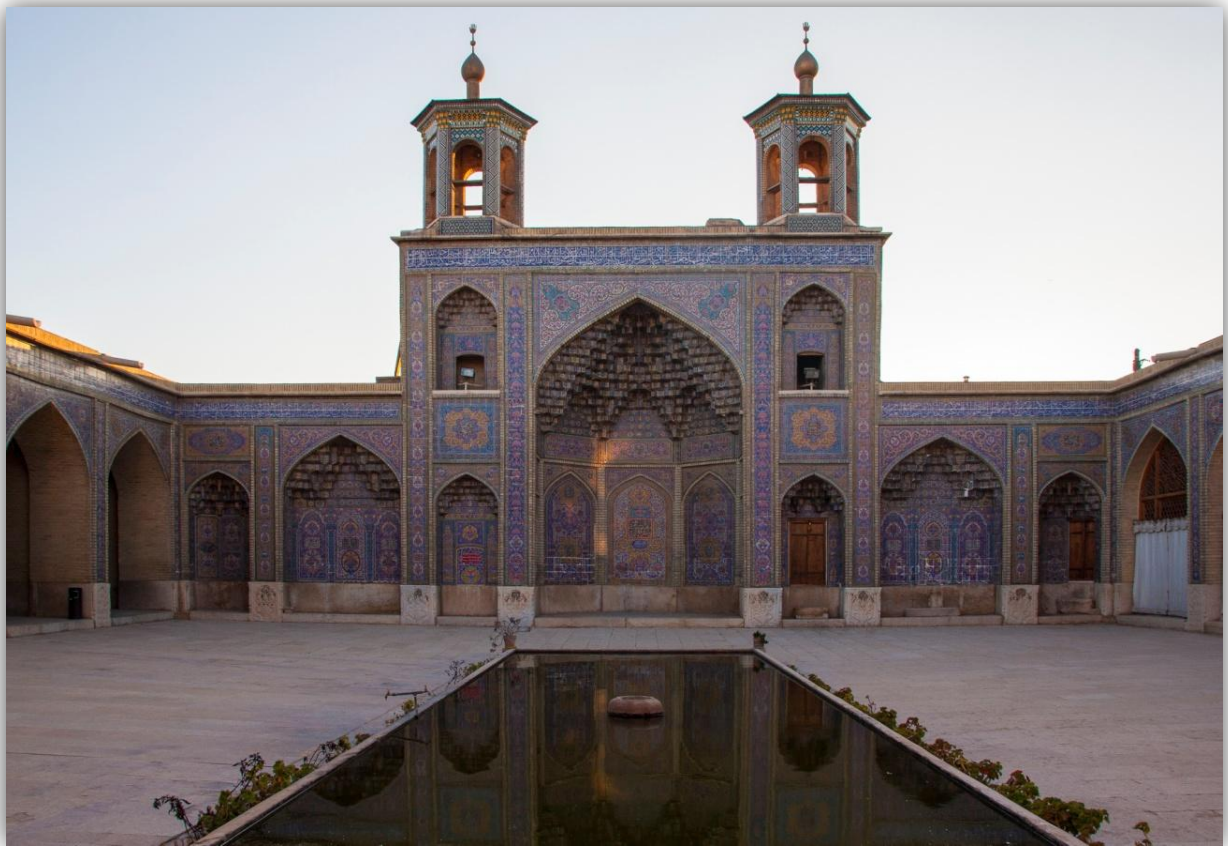
BAZAR-E VAKIL

Se encuentra en el centro histórico de la ciudad y es uno de los más bonitos del país. Con altas y amplias galerías, alberga bonitos patios, viejas tiendas donde se vende de todo, alfombras, cobre, artesanía, antigüedades, casas de baños, caravansarais y casas de té, destacando la antigua Chay Khaneye Sara-ye Moshir que se encuentra en la entrada sur, en un edificio construido en el año 187, con dos pisos y un estanque octogonal en el centro. Conecta con la mezquita del mismo nombre, integrada en la misma estructura del bazar una construcción de gran belleza, siguiendo el estilo puramente persa.

MEZQUITA VAKIL

Construida durante el reinado de Karim Khan Zand, quien embelleció Shiraz entre los años 1750-1779, fue terminada en 1773 y después restaurada en 1825. Con una superficie de 3600 metros cuadrados, es uno de los monumentos más valiosos del período Zandieh.

Tiene dos puertas de entrada, la del norte y la del sur, acompañadas con bonitos mosaicos y una sala de oraciones con 48 columnas en forma de espiral.



DÍA 10.- SHIRAZ. EXCURSIÓN A PERSÉPOLIS Y NAQSH-E ROSTAM

Por la mañana, salimos hacia los restos de la ciudad de Persépolis (60 km aprox.), tras la visita nos trasladamos a las tumbas de Naqsh-e Rostam. Finalmente regresamos a nuestro hotel en Shiraz.

PERSÉPOLIS

Declarada por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad, parece que se comenzó a construir en el año 518 antes de Cristo, durante el mandato de Darío I y después fue ampliado por su hijo y por su nieto.

Capital del Imperio Persa durante la época aqueménida, ocupa un área de unos 125.000 metros cuadrados. Resalta su arquitectura única, con inscripciones y tallados extraordinarios, altas columnas de madera de cedros libaneses y otros árboles traídos de la India.

Inmensas estelas funerarias y templos, dan fe de la gran actividad de esta ciudad durante el siglo X antes de Cristo.

NAQSH-E ROSTAM

Situado a pocos kilómetros al norte de Persépolis, es conjunto arqueológico emplazado en un gran desfiladero. Esta necrópolis alberga las tumbas de los principales soberanos Aqueménidas Darío I, Jerjes, Artajerjes y Darío II que comenzaron a enterrarse aquí una vez que adoptaron el zoroastrismo como religión oficial. Aunque las cuatro tumbas reales están en forma cruciforme, no tiene nada que ver con la religión cristiana, sino con los cuatro puntos cardinales.

DÍA 11.- SHIRAZ/YAZD

Salimos por carretera hacia Yazd (442 km aprox.), una típica ciudad del desierto. Tras el alojamiento, visitamos las torres de silencio, a continuación nos dirigimos a la plaza de Amir Chaghmagh, donde podemos ver las fachadas que forman el complejo, visitamos la mezquita Jameh y el templo de fuego.

YAZD

Situada al pie del monte Shir Kuh, es una de las ciudades más antiguas y de mayor importancia histórica de Irán. Posee una original arquitectura de casas de adobe y en sus construcciones destacan dos elementos, las cúpulas circulares y las famosas torres de ventilación (bagdir). Llamada por Marco Polo, "Ciudad Noble", está refrigerada por un original sistema de canales de agua subterránea y en ella vivió una comunidad de seguidores de Zoroastro. Actualmente, tiene una animada vida social y es conocida por su artesanía, a pesar del desarrollo industrial de los últimos años. Es un centro de producción textil y el mercado de seda de lujo.

TORRES DEL SILENCIO

Son construcciones funerarias circulares, donde se depositaban los cadáveres de los difuntos para que fueran consumidos por el sol y los buitres del desierto, evitando su contaminación y así purificarlos, tal y como dispone la antiquísima tradición zoroástrica de más de 3000 años.

Llamadas dakhmas, forman tres círculos concéntricos. En el exterior se depositan los cadáveres de los hombres, en el intermedio los de las mujeres y en el interior los de los niños. Una vez que solo queda el hueso, son guardados en unos osarios en el interior de las torres.

Aunque hubo muchas, hoy apenas quedan, pero a pesar de que en los años 70 se prohibieron estos ritos, parece se sigue practicando clandestinamente.

TEMPLO DEL FUEGO

Fue construido en 1934 y es uno de los pocos templos fuego zoroastrianos en funcionamiento. Tiene un gran patio rodeado de árboles con un estanque redondo en el centro. La sala donde se guarda el fuego sagrado está en el centro del edificio, con otras salas destinadas a la oración.

El fuego que arde en su interior tiene 1530 años, llegando a Yazd en el año 1935. Tiene un carácter muy sagrado para los zoroastrianos, gestionado completamente por ellos, se mantiene económicamente, mediante los donativos de los zoroastrianos más piadosos.

MEZQUITA JAMEH

También conocida como la mezquita del viernes, tiene grandes dimensiones y una de las portadas más altas del país. Construida en el siglo XIV, posee una gran cúpula y dos minaretes de 48 metros de altura que flanquean la entrada. Está decorada con bellos mosaicos y azulejos. Los viernes se permite que las mujeres puedan subir arriba para rezar o para hacer fotografías.

DÍA 12.- YAZD/ISFAHAN

Salimos en dirección a Isfahan (312 km aprox.), donde nos alojamos dos noches.

Visitas a los puentes medievales.

ISFAHAN

Es una de las ciudades históricas más importantes de Irán y la tercera más grande, después de Teherán y Mashhad. Está localizada, en el valle del río Zayandeh Rud y ya desde la antigüedad, en la época aqueménida, fue residencia real, especialmente en la temporada estival.

Después, al ser conquistada por los musulmanes en el 640, fue embellecida con mezquitas y edificios de interés, hasta que los samánidas se establecieron en ella en el 903, y en el siglo XII fue notablemente destruida por los ismaelíes.

Su gloria se produjo cuando el monarca Safavi Shah Abbas I la reconstruyó y trasladó aquí su capital en 1591. Levantó palacios, grandes mezquitas, caravasarais y puentes, muchos de los cuales son considerados obras maestras del arte islámico. Con cerca de un millón de habitantes, estaba considerada por los viajeros como la ciudad más próspera del mundo.

Aunque, tras el derrocamiento y pese a la pérdida de la capitalidad, la ciudad cayó en decadencia, ha seguido siendo una importante urbe que aún conserva su belleza.

Posee varios puentes pintorescos, como el de los Treinta y Tres Arcos (siglo XVI), y el Khaju (siglo XVII), que tiene dos pisos de arcadas.

Es famosa por sus finas alfombras y los trabajos en metal, especialmente filigrana de plata.

DÍA 13.- ISFAHAN

En el recorrido de nuestra jornada, visitamos la plaza de Imán, donde se encuentran el palacio de Alighapu, las mezquitas de Sheikh Lotfolah e Imán y el gran bazar (si no es viernes). Después el palacio Chehel- Sotun o de las 40 columnas.

PLAZA DEL IMAM O NAGHSH-I JAHAN

Con forma rectangular, tiene una superficie de 8000 metros cuadrados (el doble de la plaza Roja en Moscú), es la más grande del país y la segunda del mundo. Data del año 1612 y se encuentra perfectamente urbanizada con una arcada todo alrededor, un palacio, dos mezquitas y la puerta de acceso al bazar que la rodea. Está toda ella ajardinada y es un lugar de paseo y de descanso en los días de fiesta de los iraníes.

Antiguamente los monarcas safávidas la utilizaron como campo de polo, por lo que se conservan aún los postes de portería.

PALACIO DE ALIGHAPU

Data del siglo XVII y es sin duda una obra palaciega maestra del período safávida. Con una altura de 48 metros, tiene seis pisos, cada uno con decoración propia. Su amplio vestíbulo de entrada, está delicadamente decorado con relieves policromados y tiene una capacidad para 200 personas. Desde su terraza, se tienen excelentes vistas de la plaza y de los tejados de la ciudad.

MEZQUITA DE SHEIKH LOTFOLAH

Es una joya arquitectónica construida por mandato del monarca Sha Abbas I. Su estructura es muy diferente a cualquier otra mezquita iraní, no tiene ni patio, ni alminares. La decoración de su fachada, es en tonos azul turquesa y rosa, sobre fondos amarillos. La sala de oración tiene planta cuadrada, con una gran cúpula circular decorada con lujosos azulejos.

MEZQUITA DEL IMAN

Se encuentra al sur de la plaza de Naghsh-i Jahan y está considerada una de las más bonitas del mundo. Mandada construir por Abbas I entre los años 1612 y 1630 es la obra maestra de la arquitectura persa.

GRAN BAZAR

Situado al norte de la Plaza de Naqshe-e Jahan, es uno de los más bonitos y tradicionales. Está formado por galerías cubiertas y cúpulas redondas, callejuelas, patios, caravanserais, tiendas, talleres..., a lo largo de unos cinco kilómetros. Entre otras cosas, en él se puede encontrar artesanía de oro y plata, esmaltes, alfombras, antigüedades y pintura en miniatura.

PALACIO CHEHEL SOTUN O "PALACIO DE LAS 40 COLUMNAS"

El edificio se alza en medio de un gran jardín de la ciudad, en uno de los extremos de un largo estanque, en el cual se refleja.

Parece que empezó a edificarse durante el mandato de Shah Abbas el Grande y que se terminó durante el reinado de Shah Abbas II, en el final del período safávida. Fue destinado a las ceremonias oficiales y otros eventos de la corte, siendo el lugar donde recibía a los embajadores y dignatarios de otros reinos.

Su gran sala de audiencias, situada en la parte central del edificio, es abierta y comunica con otras estancias.

El pórtico principal es sostenido por veinte columnas de madera que parecen 40 por el reflejo del estanque, si se mira hacia el Palacio, motivo por el que es conocido como "Palacio de las cuarenta columnas"

Las dependencias interiores están adornados con cuadros representando escenas de la corte, finas y delicadas miniaturas y cuadros de caligrafía.

PUENTES MEDIEVALES

Hay once puentes que cruzan el río Zayandeh y conectan sus orillas por diferentes lugares de la ciudad, que son el orgullo de Isfahán y lugar de paseo de sus habitantes.

Hay tres que destacan por su antigüedad, su construcción....

El puente Sharestan, es el más antiguo (siglo XII), construido en piedra y ladrillo es el más lejano del centro. Su sencillez y su pequeño tamaño lo llenan de encanto, encerrando en él toda la fuerza del medievo islámico.

El puente Khaju, es el mayor y el más bonito. Mandado edificar por Abbás II, tiene dos alturas y una cuidada decoración a los lados de la calzada que lo atraviesa. Es un ejemplo de sofisticación y equilibrio.

El puente Si-o-Seh Pol o puente de los treinta y tres arcos, fue construido en 1602 y es uno de los símbolos de la ciudad. Es uno de los más concurridos, y en sus bajos, casi tocando el agua, se encuentra una de las casas de té más conocidas de la ciudad.

DÍA 14.- VUELOS ISFAHAN/CIUDAD DE ORIGEN

En la madrugada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo con dirección a la ciudad de origen.

FECHAS DE SALIDA DESDE MADRID Y BARCELONA

sábado, 6 julio 2019

sábado, 13 julio 2019

sábado, 3 agosto 2019

sábado, 17 agosto 2019

sábado, 31 agosto 2019

Consultar salidas desde otras ciudades

GRUPO MÍNIMO 2 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

GRUPO DESDE 9 PERSONAS	1.200,00 €
GRUPO DE 5 A 8 PERSONAS	1.350,00 €
GRUPO DE 2 A 4 PERSONAS	1.500,00 €
SUPL. AÉREO 1/8 A 31/8	100,00 €
SUPL. HABITACIÓN INDIVIDUAL	90,00 €
-----	-----
EXTENSIÓN CULTURAL	990 €
TASAS AÉREAS	330 €(APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

Transporte en avión, clase turista Ciudad de origen/Teherán/Ciudad de origen
Recepción en el aeropuerto a la llegada
Traslados especificados
Traslados por tierra en minibús y jeeps
Alojamiento en hoteles de categoría turista en habitaciones dobles con baño privado, cabañas y campamentos preinstalados de montaña
Alimentación especificada en el cuadro
Guía local de habla inglesa en Teherán y guías de montaña locales durante la ascensión
Visitas y actividades especificadas en el itinerario
Mulas para transporte del equipo (hasta 12 kg por persona)
Entradas a los lugares a visitar
Permiso de ascensión
Seguro de asistencia en viaje
*Extensión cultural: Vuelo Teherán/Shiraz. Pensión completa. Entradas, visitas y excursiones. Guía local de habla inglesa. Transporte privado. Hoteles de categoría turista.

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Alimentación no especificada en el cuadro
Visitas, actividades y entradas a lugares no especificados
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...
Propinas
Visado y tramitación
Tasas de aeropuerto
Tasas aéreas
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

DOCUMENTACION

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de seis meses
Visado a tramitar en el aeropuerto a la llegada: documento visa grant notice+seguro de asistencia en viaje+65 €
Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores
WWW.MAE.ES

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 pueden consultar en nuestra página web:
www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeViajeTrekking.pdf
www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeAnulacion.pdf

TASAS DE AEROPUERTO

Impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo antes de realizar el embarque.
Vuelos internacionales 1.500 IRR (aprox.).
Vuelos nacionales: 1.000 IRR. (aprox.).

DIVISAS

La unidad monetaria es el Rial (IRR).

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

EQUIPO RECOMENDADO

EQUIPO DE VIAJE

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima cálido/ 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 60 L/ saco de dormir de gran resistencia al frío/ botas de montaña tipo trekking/ calcetines térmicos/ leotardos o termofibra/ pantalón de montaña/ pantalón chubasquero/ camisetas térmicas/ bastones/ forro polar/ plumífero/ chaqueta de goretex/ guetres de nylon/ guantes y gorro.

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 (ó 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 Popular

ES06 0075 0349 460601118121 (BIC): POPUESMM

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 rodríguez 15, 28008 Madrid 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