

NEPAL

Santuario de los Annapurnas



13 días de viaje. 9 días de trekking por uno de los más bellos paisajes del Himalaya.
Este trekking, de entre todos los posibles en Nepal, permite en un corto número de días y sin alcanzar una altitud notable, tener acceso a uno de los paisajes de montaña más espectaculares del mundo. Desde el Santuario tendremos delante nuestro catorce picos de más de siete mil metros y la majestuosa pared sur del Annapurna I. La ruta discurre siguiendo el curso del Modhi Khola y en ella encontraremos bellos pueblos habitados por las etnias gurung, tamang, rai...

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Kathmandú	../..	Vuelo
2	Llegada a Kathmandú.	../..	Hotel 1ª categoría
3	Kathmandú/Pokhara (930 m). Kande (1.770 m)/Potana (1.980 m)	D../C	Lodge
4	Potana/Landrung (1.565 m)	D/A/C	Lodge
5	Landrung/Chomrong (2.048 m).	D/A/C	Lodge
6	Chomrong/Himalaya Lodge (2.870 m).	D/A/C	Lodge
7	Himalaya Lodge/Campamento Base del Annapurna (4.000 m).	D/A/C	Lodge
8	Campamento Base del Annapurna/Bamboo lodge (2.190 m).	D/A/C	Lodge
9	Bamboo Lodge/Chomrong (2.048 m).	D/A/C	Lodge
10	Chomrong/Ghandrung (1940 m).	D/A/C	Lodge
11	Ghandrung/Pokhara.	D/A/..	Hotel turista
12	Vuelo Pokhara/Kathmandú.	D../..	Hotel 1ª categoría
13	Vuelos Kathmandú/Ciudad de origen	D../..	-----

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

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/KATHMANDÚ

Salida en vuelo con destino a Kathmandú (conexiones intermedias).

DÍA 2.- LLEGADA A KATHMANDÚ.

A la llegada, recepción en el aeropuerto para traslado al hotel. Resto del tiempo libre.

KATHMANDÚ

Es la capital de Nepal y se encuentra en el centro de un prodigioso valle cuyos paisajes, hay que calificarlos entre los más bellos del mundo. La ciudad, alegre y colorista como pocas, posee bellísimos monumentos y rincones, además de mercados y calles como Makhan Tole, en la que todavía se respira muy profundamente el ambiente de una localidad nepalí de la Edad Media, la plaza Durbar, que situada en el corazón de la antiquísima ciudad, es el núcleo histórico fundamental, y sin duda, el palacio de Kumari, construido en 1.760 como residencia de la diosa viviente en Nepal, con sus bellos balcones y ventanas de madera tallada. El palacio Real, conocido como Hanuman Dhoka y residencia de la antigua dinastía Malla; la elegante pagoda de Narayana Mandir, los bellísimos edificios en torno a la plaza de Khastamandap y otros muchos lugares de interés. Mención aparte merece el templo de Machendranath, santuario erigido en honor del dios de la lluvia, particularmente venerado en un país en que la inmensa mayoría, vive de la agricultura. En los barrios del sur de la capital mucho menos frecuentados, pueden contemplarse viejos santuarios y destaralados edificios que proporcionan un ambiente diferente a lo ya visitado.

DÍA 3.- KATHMANDÚ/POKHARA (930 M). KANDE (1.770 M)/POTANA (1.980 M)

En la mañana, salimos por carretera con dirección a Pokhara (200 km/6-7 horas aprox.) y continuamos hasta Kande (1 hora aprox.), donde comenzamos nuestro trekking caminando hasta Pothana (1.980 m).

DÍA 4.- POTANA/LANDRUNG (1.565 M)

5 horas de trekking aprox.

Descendemos gradualmente hasta el pueblo de Landruk situado a 1.565 m, donde nos alojamos.

DÍA 5.- LANDRUNG/CHOMRONG (2.048 M).

5/6 horas de trekking aprox.

Salimos siguiendo el valle en dirección norte, con unas inmejorables vistas de los picos gemelos del Machapuchare, que empiezan a aparecer mientras se avanza. Descendemos después hacia el Khyumnu Khola y tras cruzarlo (1.340 m), ascendemos por la colina opuesta hasta Chomrong (2.048 m), el último pueblo en el camino de la región de Gurungdespu, donde pasamos la noche.

DÍA 6.- CHOMRONG/HIMALAYA LODGE (2.870 M).

6 horas de trekking aprox.



Continuamos la ruta a través de Kurdi Ghar, para después de cruzar un bosque de bambú, alcanzar el Himalaya lodge (2.870 m).

DÍA 7.- HIMALAYA LODGE/CAMPAMENTO BASE DEL ANNAPURNA (4.000 M).

7 horas de trekking aprox.

Ascendemos hasta llegar al pie de la cara oeste del Machapuchare y continuamos hasta el campamento base de la cara sur del Annapurna (4.000 m). Desde este lugar contemplamos más de catorce picos de siete mil metros, siendo uno de los paisajes de montaña más espectaculares del planeta.

DÍA 8.- CAMPAMENTO BASE DEL ANNAPURNA/BAMBOO LODGE (2.190 M).

6 horas de trekking aprox.

Comenzamos el descenso hasta Bamboo Lodge (2.190 m).

DÍA 9.- BAMBOO LODGE/CHOMRONG (2.048 M).

6 horas de trekking aprox.

Continuamos el descenso hasta Chomrong.

DÍA 10.- CHOMRONG/GHANDRUNG (1940 M).

5 horas de trekking aprox.

La ruta continúa su descenso hacia Ghandrung (1940 m.), un pueblo del grupo étnico nepalés de los Gurungs, que tiene su propio dialecto, cultura, vestidos y estilo de vida y desde donde disfrutamos de una preciosa vista de las montañas.

DÍA 11.- GHANDRUNG/POKHARA.

5/6 horas de trekking aprox.

Larga jornada en nuestra última jornada de trekking, a través de cultivos y campos de arroz que nos lleva hasta la carretera en Naya Pul, desde donde continuamos en vehículo hasta el hotel en Pokhara. Resto del tiempo libre.

DÍA 12.- VUELO POKHARA/KATHMANDÚ.

Hotel hasta las 12 horas. A la hora indicada nos trasladamos al aeropuerto, para salir en vuelo hacia Kathmandú. A la llegada, recepción en el aeropuerto para el traslado al hotel. Resto del tiempo libre, para poder realizar las últimas visitas y compras.

BODNATH

Es una viejísima stupa, considerada como la mayor del país y una de las más grandes del planeta, está coronada por una bella torre, donde en cada una de sus caras figuran los ojos de Buda. También actúa como centro de concentración de la considerable población tibetana de Nepal.

SWAYAMBUNATH

Es otra de las joyas de Nepal, conocida sobre todo por ser la sede del monasterio budista más importante del país. Posee unos cimientos cuya antigüedad se remonta a casi 2.000 años; la elevada estupa central aparece coronada por un bloque dorado que representa los ojos vigilantes de Buda. En su base cuenta con diversas ruedas de oración que los peregrinos, tras rodear el templo, hacen girar cada vez que se cruzan con ellas. También es conocida como el templo de los Monos debido a la gran cantidad de ellos que custodian la colina y divierten a visitantes y devotos con sus juegos.

PASUPATINATH

Situados también en el valle este conjunto de templos es el segundo centro más importante de peregrinación para los hinduistas, y donde existe un lugar de cremaciones, semejante a los del Ganges.

DÍA 13.- VUELOS KATHMANDÚ/CIUDAD DE ORIGEN

A la hora indicada traslado al aeropuerto para salir en vuelo con dirección a la ciudad de origen. Llegada y fin de nuestros servicios.

FECHAS DE SALIDA 2018 DESDE MADRID Y BARCELONA

MARZO: 8 y 15

ABRIL: 5

OCTUBRE: 4

NOVIEMBRE: 1

DICIEMBRE: 1

Consultar salidas desde otras ciudades

SALIDAS INDIVIDUALES TODOS LOS DÍAS ENTRE EL 28 SEPTIEMBRE Y EL 1 MAYO 2019

GRUPO MÍNIMO 2 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

GRUPO DESDE 10 PERSONAS

1.660,00 €

GRUPO DE 6 A 9 PERSONAS

1.735,00 €

GRUPO DE 3 A 5 PERSONAS

1.810,00 €

GRUPO DE 2 PERSONAS
SUPL. AÉREO 1/10 A 31/10
SUPL. HAB. INDIVIDUAL

1.885,00 €
150,00 €
260,00 €

TASAS AÉREAS

360 €(APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

Vuelos Ciudad de origen/Kathmandú/Ciudad de origen (conexiones intermedias)
Vuelo Pokhara/Kathmandú
Recepción en el aeropuerto de Kathmandú a la llegada
Traslados especificados
Trayecto Kathmandú/Pokhara en vehículo privado
Alojamiento en hotel de 1º categoría y categoría turista en habitaciones dobles con baño privado y lodges (según cuadro)
Desayuno en Kathmandú y Pokhara y pensión completa en el resto
Actividades especificadas en el itinerario
Shirdar (guía local) de habla inglesa y porteadores (1 para cada dos personas)
Permiso de trekking
Seguro de asistencia en viaje

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Almuerzos y cenas en Kathmandú y Pokhara
Equipo personal de trekking.
Saco de dormir.
Visitas y actividades no especificadas.
Guías y visitas en Pokhara, Kathmandú y el Valle
Entradas a los lugares a visitas
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc.
Propinas
Visado
Tasas de aeropuerto
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

DOCUMENTACION

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses
Visado: se tramita en el aeropuerto a la llegada (40 usd aprox. y 2 fotografías).
3 fotografías, para la tramitación del permiso de trekking.
*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

ALOJAMIENTO

HOTEL DE PRIMERA CATEGORIA en habitaciones dobles con baño privado en Kathmandú
HOTEL DE CATEGORÍA TURISTA, en habitaciones dobles con baño privado, en Pokhara.
LODGES durante el trekking.
Son el equivalente a un albergue o refugio de montaña, con servicios e instalaciones básicos, que varían en calidad dependiendo de su ubicación. Las habitaciones son generalmente dobles, pero también pueden ser triples y cuádruples, y no hay baño privado.
NECESARIO SACO DE DORMIR.
Al tramitar la reserva, se puede solicitar habitación 'a compartir', para evitar el suplemento individual. Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito.

EQUIPO HUMANO

Nuestro corresponsal en Nepal, de habla inglesa, está localizable en Kathmandú.

Recepción en el aeropuerto de Kathmandú a la llegada.

Shirdar (guía local) de habla inglesa y porteadores (1 para cada dos personas), durante el trekking.

El Shirdar es un buen conocedor de la zona, las costumbres y las gentes, y es el que coordina, la marcha del trekking y del equipo que nos acompaña.

TASAS DE AEROPUERTO

Impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo antes de realizar el embarque.

Vuelos nacionales: 170 rupias aprox. (dependiendo del destino).

Vuelos internacionales: 1695 rupias aprox. (dependiendo del destino).

DIVISAS

La unidad monetaria es la RUPIA NEPALÍ (NPR).

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

PROPINAS

Es costumbre habitual dar una propina al equipo que nos ha ayudado durante el trekking y gracias al cual habremos logrado nuestros objetivos. Pese a ser una costumbre que podemos no compartir como concepto, debemos darnos cuenta de donde estamos y de lo que ello representa en sus economías y en las nuestras. La cantidad estimada es de unos 50 USD (aprox.) por persona para todo el equipo.

CLIMA

A la hora de viajar a Nepal, se debe tener muy en cuenta el factor climático. La época más apropiada abarca los meses de octubre y noviembre, que marcan el comienzo de la estación seca. Durante este período, el clima es agradable, el aire limpio, la visibilidad perfecta, y el país se presenta exuberante tras el paso del monzón. Les siguen los meses de febrero, marzo y abril, el final de la temporada seca; aunque la visibilidad resulta más deficiente debido al polvo, el clima se mantiene templado y acontece una explosión de colores y belleza protagonizada por las flores. Durante los meses de diciembre y enero, el clima y la visibilidad son excelentes pero las temperaturas son extremas en las montañas.

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 40 L/ saco de dormir de gran resistencia al frío/ 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 codeína -mal de altura-, Aspirina...) / antiácido/ anti-inflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ pomada antibiótica/ pomada anti-inflamatoria/ primperán/ 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 (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