

TREKKING 2019

TREKKING DEL LANDMANNALAUGAR.-*Islandia*



CON GUIA DE TREKKING DE HABLA HISPANA

Trekking de: **Nivel Medio**

Duración del programa base: **8 días**

Fechas de salida: **julio y agosto de 2019**

(Ver apartado fechas)

Salida: **Madrid/Barcelona**



INTRODUCCIÓN:

El **Trekking de Landmannalaugar (o Laugavegur)** es un icono de aventura en **Islandia**, considerado una de las travesías a pie más espectaculares del mundo.

Un viaje por etapas, durmiendo en refugios de montaña. En tan sólo 6 días veremos una increíble variedad de paisajes, atravesando campos de lava, montañas de riolita, aguas termales naturales, glaciares, desiertos de ceniza, fumarolas, volcanes, etc...

Todo ello hace de ésta una ruta excepcional, pero accesible, uno de esos viajes imprescindibles que nos descubrirá una tierra salvaje, solitaria y diferente, acompañados por un Guía de trekking de habla española, que nos enseñará lugares poco conocidos o transitados de esta magnífica ruta.

La travesía original termina en **Thórs mörk**. Nosotros te damos la posibilidad de alargarlo una etapa más y atravesar la **zona de glaciares hasta Skógar** o visitar el **Círculo de Oro** en su lugar (imprescindible elegir una u otra opción al contratar tu viaje).

FECHAS DE SALIDA 2019

- 22 al 29 de junio
- 29 de junio al 6 de julio
- 06 al 13 de julio
- 13 al 20 de julio
- 20 al 27 de julio
- 27 de julio al 3 de agosto
- 03 al 10 de agosto
- 10 al 17 de agosto
- 17 al 24 de agosto
- 24 al 31 de agosto



Puedes unirse a cualquier salida, independientemente del número de viajeros que seáis, nosotros nos encargamos de agrupar a los viajeros para completar los grupos mínimos.

Grupo Privado: ¿Ya sois un grupo? ¿Queréis una salida sólo para vosotros o en otras fechas? Consultarnos.

PROGRAMA:

DÍA 1º: MADRID/BARCELONA- REYKJAVÍK

Salida del vuelo internacional. Llegada a **Keflavík** y traslado al alojamiento **Reykjavik o en Keflavik**

DÍA 2º: LANDMANNALAUGAR – HRAFTINNUSKER.- “Aguas Termales”

Distancia: 11 km. Tiempo de marcha: 4-6h. Desnivel: + 600 m/- 200 m

Por la mañana nuestro equipo os recogerá para el traslado hasta **Landmannalaugar**. Llegada a media mañana, comida, baño en las aguas termales y comienzo de la marcha hacia el sur con destino al **refugio de Hraftinnusker**. En el camino pasaremos por campos de fumarolas, nieves perpetuas y colinas de riolita. Noche en refugio. Pensión completa

DÍA 3º: HRAFTINNUSKER – ÁLFTAVATN.- “Geotermia y glaciares”

Distancia: 11 km. Tiempo de marcha: 5-7h. Desnivel: +150 m/-650 m.

Dejando atrás el entrañable **Hraftinnusker** nos dirigimos hacia el increíble paisaje de **Álftavatn**. En la primera mitad del día caminaremos entre montañas nevadas y arroyos provocados por el deshielo de los numerosos neveros que nos saldrán al paso. Continuamos hasta **Jökultungur** entre sulfataras y piscinas de lodo, que es uno de los tres puntos con mayor actividad geotérmica del mundo.



Veremos los glaciares **Mýrdalsjökull** y **Eyjafjallajökull**. Justo en el ecuador de la jornada nos asomamos a un idílico balcón, desde el que se ven las verdes praderas y montañas de los alrededores del **lago Alftavatn**. Para terminar nuestro camino de hoy deberemos cruzar un sencillo torrente, ideal para dar un merecido descanso y así relajar nuestros músculos. Noche en refugio. Pensión completa

DÍA 4º: ÁLFTAVATN – EMSTRUR.- “Desierto de arena negra”

Distancia: 14 km. Tiempo de marcha: 6-7h. Desnivel: + 220 m/-280 m

Partimos del idílico **Alftavatn** para adentrarnos en un inhóspito desierto de arena negra, por el que discurrirá nuestro caminar a lo largo de toda esta jornada. Hoy seguiremos tomando dirección sur para bordear el volcán de cono verde **Stórasúla** y atravesaremos el desierto de arena negra **Maelifellssandur** para alcanzar el **volcán Hattafell**. Dejaremos a la izquierda el impresionante **glaciar Entujokull**, mientras que a la derecha nos flanquean el paso montañas desde donde quizá nos observen elfos, hidden people y demás personajes de la rica y presumiblemente no tan irreal mitología islandesa. Visitaremos el impresionante cañón **Markarfljótsgljúfur** que hay cerca del refugio. Noche en refugio. Pensión completa



DÍA 5º: EMSTRUR – THORMORK

Distancia: 16 km. Tiempo de marcha: 6-7h. Desnivel +: 500m /-: 700 m.

Comenzamos la jornada discurriendo entre las colinas de aspecto mágico del paraje de **Emstrur** para, en breves instantes, cruzar por un estrecho puente entre las dos paredes que forman el **desfiladero** del río **Fremri-Emstruá**, deshielo del glaciar **Entujokull**. Éste es el único punto posible para cruzarlo en kilómetros a la redonda. Poco a poco el paisaje desértico va dejando paso al verdor del **valle de Thorsmork** (que se traduce como “el bosque de Thor”), sin duda uno de los lugares más bellos de Islandia, donde podremos admirar las **lenguas glaciares** descendiendo hasta el valle de Thor, así como el agua del deshielo uniéndose a la corriente del río Markarfljót. Avanzaremos por un sendero que en ocasiones se pierde hasta llegar al valle. Noche en refugio. Pensión completa



DÍA 6º: THORMORK – VOLCÁN FIMMVORÐUHÁLS

Distancia: 13 km. Tiempo de marcha: 6-8h. Desnivel +: 980 m /-: 150 m.

La etapa más alpina de todas. Tendremos que superar unos 1000 m de desnivel durante esta etapa. Comenzaremos atravesando el río y avanzando valle arriba hasta un punto en el que tomaremos una senda empinada por la que iremos ascendiendo. Al poco de subir ya veremos grandes precipicios a nuestro lado y paredes y rocas con formas increíbles. A medida que ascendemos podremos observar más lenguas del **glaciar Mýrdalsjökull** y el valle del que provenimos allá al fondo. Tras una pendiente pronunciada accederemos a una terraza enorme donde podremos aprovechar y asomarnos a precipicios de más de 500 m de altura y al final del río de lava del **volcán Fimmvörðuháls**. Noche En refugio. Pensión completa

DÍA 7º: FIMMVORÐUHÁLS – SKÓGAR-REYKIAVIK

Distancia: 14 km. Tiempo de marcha: 6h. Desnivel: -1.000 m.

Como colofón caminaremos la mayor parte de la jornada por terreno descendente admirando las **24 cascadas** que nos brinda el **río Skógar**, desde las más suaves y tranquilas hasta las más potentes y caudalosas, terminando con la afamada **Skógafoss**, impresionante cascada con una caída de 62 metros.



Desde aquí, traslado de regreso a **Reykjavík**, donde, tras instalarnos en nuestro alojamiento, tendremos la tarde y la noche libres para disfrutar de la capital. **Reykjavík** es una de las ciudades más cosmopolitas de Europa y la noche islandesa es famosa por contar con muchos lugares donde tomar algo en un ambiente muy agradable.

Opcional: Avistamiento de Ballenas

DÍA 8º: REYKJAVIK-MADRID/BARCELONA

Dependiendo del horario del vuelo, tiempo para descubrir la capital islandesa. La calle **Laugavegur**, con sus tiendas de outdoor y jerséis de lana islandesa, cafés y cervecerías, reúne prácticamente toda la actividad comercial y de ocio de **Reykjavík**. También, en el puerto, podremos degustar los pescados fresquísimos y visitar el edificio **Harpa**, centro de conciertos y conferencias formado por un entramado de hexágonos de cristal. Igualmente merece la pena un paseo por la zona alta de la ciudad, donde nos perderemos entre encantadoras casas de madera con pequeños jardines. Cerca está la **Hallgrímskirkja**, frecuentemente definida como la "**Catedral de Reykjavík**" debido a su tamaño, aunque en realidad



no lo es. **Opcional: Blue Lagoon**. A la hora convenida traslado hasta el aeropuerto. Vuelo de regreso. **No se incluyen las comidas y cenas en Reykjavik.**

TE OFRECEMOS LA ALTERNATIVA DE VISITAR EL FAMOSO CÍRCULO DE ORO. PARA ELLO HAY QUE MODIFICAR EL PROGRAMA DE LOS DOS ÚLTIMOS DÍAS TAL Y COMO SE DESCRIBE A CONTINUACIÓN. TENDRÁS QUE ELEGIR UNA U OTRA ALTERNATIVA EN EL MOMENTO DE REALIZAR LA RESERVA.

DÍA 6º: THORSMORK - REYKJAVÍK

Si eliges esta opción, después de pasar la mañana en este precioso valle, tomaremos un autobús que atraviesa los ríos del interior para llevarnos a **Reykjavík**. Tiempo libre para disfrutar de la capital. Alojamiento en **Reykjavík**. **Opcional: Avistamiento de Ballenas**

DÍA 7º: CIRCULO DE ORO

Nos dirigimos al "**Círculo de Oro**", sin duda el conjunto de visitas más popular de Islandia. Aquí realizaremos 3 visitas imprescindibles: **Geysir**, **Gullfoss** y **Thingvellir**. **Geysir** es el famoso surtidor de agua que ha dado nombre a todos los géiseres del mundo y que actualmente se encuentra latente, pero cuenta con su "hermano" **Strokkur** que emana cada 5-7 minutos y que podremos disfrutar unas cuantas veces en nuestra visita. **Gullfoss**, la "Cascada de Oro", que, con sus fabulosos saltos de agua, de hasta 32 metros de altura, figura como una de las cascadas más famosas de Islandia. Y, para terminar, **Thingvellir**, Parque Nacional y sede del primer parlamento islandés donde además podremos observar la separación de las placas tectónicas norteamericana y euroasiática. Tras la excursión, regreso a **Reykjavík** y tarde/noche libre. Alojamiento en **Reykjavík**, **cena no incluida**.

DÍA 8º: REYKJAVIK-MADRID/BARCELONA

Dependiendo del horario del vuelo, tiempo para descubrir la capital islandesa. **Opcional: Blue Lagoon**. A la hora convenida traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España. **No se incluyen las comidas y cenas en Reykjavik.**

La ruta es orientativa, y está sujeta a modificaciones y variaciones sobre el terreno debido a causas climatológicas, de la mar, del hielo, logísticas o técnicas, que requieren flexibilidad por parte del viajero.



Nota importante: el itinerario puede realizarse en un sentido u otro indistintamente. Por razones de logística del país, alguna localización o alojamiento podrían variar sin previo aviso. Esto no suele suceder, pero Islandia es uno de los destinos mundiales con mayor incremento de viajeros en los últimos años y en determinadas ocasiones hemos tenido que hacer pequeñas variaciones sobre la marcha por razones externas. Esto no afecta a las visitas que se van a realizar.

PRECIOS DEL PROGRAMA DESCRITO:

CON GUIA DE TREKKING DE HABLA HISPANA, VUELOS INTERNACIONALES INCLUIDOS

PRECIO POR PERSONA DESDE:	2.095€
----------------------------------	---------------

Islandia es un destino muy demandado en los últimos años, principalmente durante los meses de verano, y es muy recomendable hacer la reserva con antelación para poder asegurar la plaza y los mejores servicios.

NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en enero de 2019 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.

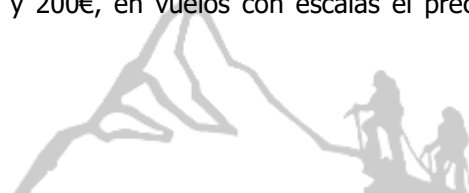
Casi todas las tarifas económicas, una vez emitido el billete, TIENEN UN 100% DE GASTOS DE CANCELACIÓN, por lo que recomendamos contratar un seguro de anulación de viaje, que debe formalizarse en el momento de la emisión del billete y confirmación del viaje.

EL PRECIO INCLUYE:

- Vuelo de **Madrid/Barcelona a Reykjavík** en clase turista, ida y vuelta
- Traslados desde/al aeropuerto con asistencia en castellano
- Traslado privado al punto de partida y final del trekking
- 2 noches de alojamiento en hostales/guest houses y 5 noches en refugios de montaña. Habitaciones colectivas con baños compartidos (imprescindible saco de dormir).
- Pensión completa desde el desayuno del día 2 hasta el desayuno del día 8 (excepto la cena en Reykjavik)
- Aprovechamiento de comida en los refugios
- Todos los trekkings, hasta Thórs mörk o hasta Skógar (según elección)
- Visita al Círculo de Oro (según elección)
- Durante la estancia en **Reykjavík** se incluye el desayuno, pero no almuerzos ni cenas.
- Todas las visitas mencionadas en el programa.
- Acompañamiento y asistencia de un guía de montaña de habla castellana durante los días de trekking.
- Seguro de viaje multiaventura con cancelación
- Bolsa petate de Aragón Aventura
- IVA y Gastos de gestión

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Tasas aéreas y gastos de gestión de billetes aéreos (entre 150 y 200€, en vuelos con escalas el precio puede ser superior)
- Suplemento de 100 €/persona en las salidas de agosto.



- Comidas los días de vuelo y cenas en **Reykjavík**,
- Saco de dormir. Posibilidad de alquilarlo en Islandia (imprescindible reserva previa)
- Gastos derivados de la climatología adversa o del retraso de vuelos
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura internacional) **consultar el apartado seguros de esta ficha.**
- Rescates
- Equipo personal
- Cualquier supuesto no especificado en el apartado 'Incluye'
- 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:

Las etapas de los días de trekking son, en general de poca dificultad, elevación y longitud. Asequibles para cualquier persona acostumbrada a caminar asiduamente en el medio natural. Las jornadas de los días 6 y 7 son un poco más demandantes (puedes elegir evitar estas jornadas contratando la "Aternativa Círculo de Oro"). En todos los refugios encontraremos un depósito de comida, por lo que la única comida a cargar diariamente será la del picnic.

Para participantes en buena forma física, con hábito de hacer deporte y caminar frecuentemente en entornos de montaña. El ritmo suele ser moderado y agradable, pero los itinerarios a pie pueden tener tramos de cierta dificultad, como laderas con pendientes pronunciadas, andar por nieve, cruzar ríos a pie, bloques de piedra, pequeñas trepadas en roca, etc. El guía adaptará el ritmo en función del grupo y de las condiciones climatológicas.

Si bien el tiempo suele ser bueno, la climatología es inestable y conviene estar preparados para la lluvia o el viento. Cuando las condiciones meteorológicas no están de nuestro lado, algunas veces hay que esforzarse y luchar contra las fuerzas de la naturaleza. Debemos estar preparados para condiciones y entornos adversos, con viento y lluvia, frecuentemente en áreas remotas. El grupo es un equipo y la colaboración entre todos es fundamental para la buena marcha de esta aventura.

Durante la ruta podremos realizar de un modo sencillo diversas actividades que representan el espíritu de la isla como: hacer multitud de trekking en diversos terrenos, cruzar ríos, atravesar campos de lava, bañarse en aguas termales naturales, caminar por campos de cenizas...

ACONSEJAMOS REALIZARSE UN CHEQUEO MÉDICO GENERAL Y DENTAL ANTES DE LA EXPEDICIÓN. 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 40/45 litros
- **Cubre mochilas**
- **Saco de dormir, confort 5ºa 10º**
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de abrigo tipo plumas o sintética**
- **Forro polar**



- **Ropa interior térmica**
- **Pantalones de trekking**
- **Camisetas** sintéticas de manga corta y larga
- **Botas o zapatillas** de trekking impermeables (usadas).
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **Traje de baño y toalla ligera**
- **Escarpiños de neopreno** (recomendable, para cruzar los ríos)
- **Sandalias** con buena suela que sujeten bien el pie, para cruzar los ríos.
- **Pantalones** ligeros de trekking (mejor si son convertibles en cortos)
- **Gorro de lana o forro polar**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes**
- **Braga de cuello**
- **Cantimplora**
- **Gafas** de buena protección solar
- **Bastones** para la marcha
- **Crema** de alta protección para la piel y labios.
- **Navaja y mechero**
- **Antifaz** para dormir
- **Tapones** para los oídos
- **Linterna frontal** con pilas de recambio.
- **Botiquín personal** con parches para los pies (Compeed), Analgésicos, antitérmicos, pomadas o sprays para golpes y torceduras, tiritas, etc.
- **Bolsa de aseo personal**
- **Varias bolsas de plástico** para guardar las cosas en la mochila
- **Papel higiénico o toallitas húmedas**
- **Batería externa**
- **Cámara fotográfica** (optativo).
- **Altímetro** (optativo).
- **GPS** (optativo).

NOTA: Es muy importante que toda la ropa sea de rápido secado. Por lo tanto, el algodón está absolutamente desaconsejado, ya que absorbe gran parte de humedad y roba mucho calor a nuestro cuerpo para evaporarlo. Son mejores tejidos como la lana y la seda, y mejor aún las fibras sintéticas, que son las que más rápido secan. La ropa de agua nos permite realizar las excursiones sin perdernos nada, incluso los días más lluviosos. Por el tipo de viaje el equipaje debéis transportarlo en mochilas, **nunca en maletas.**

Aunque el guía tendrá un botiquín, cada viajero deberá llevarlo que considere necesario dependiendo de sus patologías, casos personales, riesgos, etc., lo cual deberá comunicar al guía de forma privada.

En este viaje se vadearán a pie varios ríos, por lo que es muy importante llevar sandalias que sujeten todo el pie, para facilitar el equilibrio durante el vadeo.

Se recomienda usar una mochila de unos 45 litros de capacidad, que vendrá a pesar entre 8 y 10 kg una vez cargada.

Si lo deseas, para evitar peso innecesario, puedes dejarnos una pequeña mochila con aquello que no necesites portear durante el trekking y te la entregaremos a tu llegada a Reykjavik.



EL GRUPO:

Se trata de un grupo de máximo 10 personas en el que nosotros vamos agrupando viajeros hasta completar una salida. Puedes apuntarte a cualquiera de las salidas, independientemente del número que seáis. No se aplican suplementos a viajeros individuales, ya que compartirán habitación. En caso de no llegar a un mínimo de 6 participantes en una salida, se aplicará un suplemento. Consúltanos.

EL GUÍA

La misión del guía es mostrar el camino al grupo a través de la ruta, guiar en los trekking y las actividades, coordinar las tareas comunes como la preparación de la comida, velar por la seguridad de sus participantes, solucionar los posibles problemas que se puedan originar, pudiendo cambiar la ruta si lo estima necesario. El guía conocedor de la zona será de habla española, él nos mostrará el país, y coordinará la intendencia y la cocina con la colaboración de todos.

LOS ALOJAMIENTOS

En este viaje utilizamos 2 tipos de alojamiento:

En Reykjavik/Keflavik: Hostal o Guesthouse, en habitaciones mixtas compartidas con el resto de nuestro grupo. Los baños son comunes, es decir, están fuera de la habitación y los compartiremos con otros viajeros. Usamos sacos de dormir sobre las camas vestidas solo con sábana bajera (sin almohada).

Opcional: Alojamiento la primera y última/s noche/s en habitación doble/individual con baño privado (sujeto a disponibilidad). Consultar suplemento.

Durante el resto del viaje, no es posible disponer de habitaciones dobles ni baños privados, dado que algunos de los lugares en los que nos alojamos ni siquiera tienen estos servicios. Durante el trekking se duerme en refugios de montaña en habitaciones colectivas compartidas (la única opción de alojamiento posible).

Imprescindible saco de dormir.

No se garantiza que haya posibilidad de usar enchufes durante las etapas de trekking, recomendamos que tengas previstas baterías de repuesto.

Los refugios de los días 2 y 6 no disponen de duchas. El resto de refugios tienen duchas de pago (unos 500 isk) que se abonarán individualmente.

Muchos alojamientos, por su tradición, carecen de almohadas y persianas, por lo que se puede llevar un antifaz y una almohada pequeña o hinchable.

LA ALIMENTACIÓN

Incluye pensión completa durante el viaje. Excepto: **En la estancia en Reykjavík** se incluye el desayuno, pero no comidas ni cenas.

2) El primer día de viaje, nuestro traslado desde Reykjavik hacia el inicio de la ruta, se hará muy temprano por la mañana, por lo que posiblemente no se podrá desayunar en el alojamiento. El guía llevará fruta y algún snack para tomar durante el trayecto. Te recomendamos que lleves algo también por tu cuenta para hacer ese desayuno más completo.

Durante los días de ruta, los viajeros participarán en la elaboración de las comidas y la limpieza de los utensilios de cocina; el guía será el encargado de coordinar al grupo. Las comidas que se realizarán a mediodía serán tipo picnic, y los productos y alimentos que se van a consumir en cada etapa se repartirán entre las mochilas de los integrantes del grupo.



La dieta del viaje será completa, equilibrada y saludable, y en ella se utilizarán productos locales, en la medida de lo posible. Hay que tener en cuenta que en los refugios contamos con depósitos de comida envasada que trasladamos a principios del verano, con la intención de minimizar la cantidad de comida que debe portear cada viajero. Además, se realizará algún envío de fruta y comida fresca a los refugios, durante el trekking.

En caso de tener una alergia o intolerancia alimentaria el viajero debe comunicarlo con anterioridad en el mismo momento de la contratación del viaje. Se tratará de adaptar la dieta del viaje o se comunicará en caso de que fuera imposible.

TRASLADOS

Aeropuerto: Dependiendo de la fecha y hora del vuelo y del número de viajeros del grupo en el mismo vuelo, los traslados se podrán realizar con vehículo privado o en autobús.

Opcional: Traslado privado (consultar opciones)

Opcional: Traslado + Blue Lagoon en el día de regreso

Trekking: Se incluyen los traslados hasta el comienzo de la ruta y desde la finalización de la misma.

INSCRIPCIONES:

REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN EN EL TREKKING:

- **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.**
- Adjuntar una **copia escaneada del pasaporte o DNI** del participante.
- Cumplimentar por parte de cada participante y enviar a la oficina de Aragón Aventura, por mail o fax, la **hoja de inscripción y el convenio de expediciones** que vienen al final de esta ficha técnica.
- 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.

NO SE CONSIDERARÁ NINGUNA INSCRIPCIÓN EN FIRME HASTA QUE SE HAYAN REALIZADO LOS REQUISITOS ANTERIORMENTE CITADOS.

El pago se puede realizar por transferencia bancaria a la cuenta corriente **IBERCAJA ES07 2085 5335 6203 3090 8702 a nombre de AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES.** Importante enviar el justificante de ingreso por fax o por e-mail a la oficina de Aragón Aventura (Fax: 974 362 421), indicando el nombre del participante y viaje a realizar.

También se puede realizar el PAGO CON TARJETA a través de nuestro **TPV** entrando en la página de Aragón Aventura <http://aragonaventura.es/tpv>, haciendo clic en la parte de abajo a la derecha, cumplimentar los datos que se solicitan y enviar (es automático y no tiene recargo alguno).

Con una antelación mínima de al menos 20 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.

INFORMACIONES DE INTERÉS:

DOCUMENTACIÓN: Documento Nacional de Identidad o Pasaporte en vigor.

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, **más información en la página:** <http://edit.mae.es/es/MenuPpal/Paises>.



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 más le conviene, aquí os hacemos un resumen de los seguros para vuestro viaje:

- **TARJETA SANITARIA EUROPEA.** Antes de partir es recomendable obtener la Tarjeta Sanitaria Europea, que podéis solicitar en vuestro centro médico de la Seguridad Social. Esta tarjeta certifica el derecho de su titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea.
- **SEGURO DE ACCIDENTES DEPORTIVOS Y RESCATE EN MONTAÑA: Tarjeta 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 el helicóptero de rescate. **NO INCLUYE ACCIDENTES NO PRODUCIDOS POR LA PRACTICA DEPORTIVA NI ENFERMEDADES COMUNES.**
- **SEGURO MODULAR PLUS DE ASISTENCIA EN VIAJE Y SANITARIA.** Incluye gastos hasta el máximo del capital contratado: **asistencia sanitaria** (6.000€ a 100.000€), **Robo y daños materiales del equipaje** (600€ a 4.500€) y **Gastos de anulación del viaje** (600€ a 7.000€). **ESTE SEGURO DEBE CONTRATARSE EN EL MOMENTO DE LA RESERVA DEL VIAJE O COMO MÁXIMO, DENTRO DE LOS 6 DÍAS SIGUIENTES, PARA QUE CUBRA LA GARANTIA DE ANULACIÓN.**
- **SEGURO ASISTENCIA Y ANULACIÓN POR FUERZA MAYOR:** Cubre, además de la asistencia sanitaria, los gastos de anulación del viaje hasta el máximo del capital contratado (2.500€ o 5.000€), por cualquier causa de fuerza mayor, **justificada o no**, distinta a las indicadas en la póliza, ocurrida **antes de las 24 horas de la salida y notificada de inmediato, que impida el inicio del viaje en la fecha y hora prevista.** En el caso de **no justificada**, se aplicará una franquicia del 10% sobre el importe total del viaje. **ESTA SEGURO DEBE CONTRATARSE EN EL MOMENTO DE LA RESERVA DEL VIAJE O COMO MÁXIMO, DENTRO DE LAS 24 HORAS SIGUIENTES, PARA QUE CUBRA LA GARANTIA DE ANULACIÓN.**

SI ESTÁIS INTERESADOS EN CUALQUIERA DE ESTAS PÓLIZAS DE SEGUROS, CONSULTARNOS CONDICIONES Y PRECIOS.

Si por alguna circunstancia de **fuerza mayor ajena a la voluntad del viajero y debidamente documentada**, se tuviera que anular el viaje una vez pagado y **siempre antes de su inicio**, Aragón Aventura informará y asesorará 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).

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 CONTRATADOS EN DESTINO.

RECALCAMOS QUE ARAGÓN AVENTURA OFRECE AL CLIENTE LA POSIBILIDAD DE GESTIONAR 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: Como ya hemos indicado en la información relativa a los SEGUROS, **cada participante debe tener prevista la posibilidad de una evacuación o rescate desde el punto de vista económico. Cada expedicionario 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.

VUELOS: La mayoría de los vuelos utilizados para esta ruta son directos de Madrid y Barcelona a **Reykjavik**. Sin embargo, en algunos vuelos con escalas en algún punto europeo, se tiene que facturar de nuevo el equipaje.

EQUIPAJES: Las compañías aéreas suelen autorizar **20kg**, a los que puedes sumar **5 Kg.** de cabina. Es importante llevar un equipaje moderado, evitando llevar cosas innecesarias. **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.

SUGERENCIAS DE EQUIPAJE: A la ida se recomienda llevar lo **imprescindible puesto o en el equipaje de mano** (en mochila de 20-30 litros): botas y pantalones de trekking, camiseta térmica y chaqueta de tipo Gore-Tex, forro polar, mallas, gafas, gorro, guantes. En un caso de extravío de equipaje tendrías al menos todo lo necesario para poder comenzar el viaje. **Para el trekking es imprescindible una mochila de 40-45litros. Las maletas no están permitidas.**

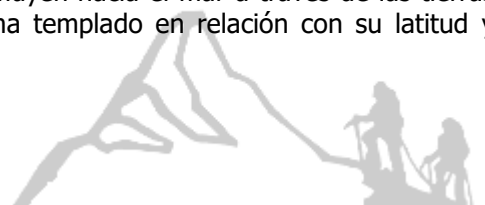
VACUNAS Y CONDICIONES SANITARIAS: No hay ninguna vacuna obligatoria, pero es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones. Islandia tiene un sistema sanitario moderno y eficiente. Antes de partir es recomendable obtener la **Tarjeta Sanitaria Europea**, que podéis solicitar en vuestro centro médico de la Seguridad Social. Esta tarjeta certifica el derecho de su titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea.

INFORMACIÓN DEL PAÍS

Islandia es un país localizado en el extremo noroeste de Europa, cuyo territorio abarca la isla homónima y algunas pequeñas islas e islotes adyacentes en el océano Atlántico, entre el resto de Europa y Groenlandia. Cuenta con una población de cerca de 331 000 habitantes y un área de 103 000 km².

A causa de su localización en la dorsal meso atlántica, es un país con gran actividad volcánica y geológica; este factor afecta en gran medida al paisaje del territorio islandés. **Su capital es Reikiavik**

Landmannalaugar (baños de la gente) es una terma y su región aledaña ubicada al este del volcán Hekla en las Tierras Altas de Islandia, en la **región de Suðurland**. El interior del país consiste en una meseta caracterizada por desiertos, montañas, glaciares y ríos glaciales que fluyen hacia el mar a través de las tierras bajas. Gracias a los efectos de la corriente del Golfo, tiene un clima templado en relación con su latitud y provee un entorno habitable.



Islandia cuenta con una economía de mercado, con impuestos relativamente bajos comparados con otros miembros de la OCDE, manteniendo un estado de bienestar que provee asistencia sanitaria universal y educación superior gratuita a sus ciudadanos. En años recientes se convirtió en uno de los países más acaudalados, y en 2009 fue clasificado por la ONU como el tercer país más desarrollado del mundo. Posee una sociedad desarrollada y tecnológicamente avanzada, cuya cultura está basada en la herencia nórdica.



La mayor parte de la población es de origen celta y escandinavo. El idioma oficial es el islandés, lengua germánica septentrional que está muy relacionada con el feroés y con los dialectos occidentales del noruego. La herencia cultural del país incluye su cocina tradicional, su arte y su literatura. **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://www.visatur.maec.es/viajeros/>

Cancillería Española: La de la Embajada de España en **NORUEGA.**

CONSULADO HONORARIO DE ESPAÑA EN ISLANDIA:

Cónsul: Fridrik Steinn Kristjansson

Sudurgata 22

101 REYKJAVIK

Tel: +354 5651234, móvil +3548960108

Horario de atención al público: de 10 a 14 horas, lunes, miércoles y viernes

E-mail: fridrik@invent.is

silfuberg@simnet.is

Idioma: El islandés una lengua germánica, que se ha mantenido muy próxima a la lengua hablada por los antiguos vikingos. La gran mayoría de la gente habla inglés y algunos el español.

Diferencia Horaria: Dos horas menos que en España península. Podéis consultar la página www.hora.es

Electricidad: 220V, 50 Hz (igual que en España). Para información de la corriente eléctrica y enchufes podéis visitar la página www.otae.com/enchufes

Moneda: Corona islandesa. No es necesario llevar una gran cantidad de dinero en coronas ya que casi todos los gastos están incluidos en el precio del viaje y es posible pagar con tarjeta en prácticamente cualquier establecimiento. Aún así, recomendamos llevar una pequeña cantidad de dinero en coronas, que se pueden conseguir en el aeropuerto en Reikiavik, y algo también en euros, por si fuera necesario. **Para mas información de los cambios actuales de moneda podéis consultar la página** www.oanda.com/convertir/travel.

Telefonía: Prefijo telefónico **+354:** Existen acuerdos de rooming entre operadores islandeses y españoles. Los teléfonos móviles tienen cobertura durante casi toda la ruta. La recarga de electricidad es muy limitada pero posible, en algún refugio previo pago.



Teléfonos de interés:

- Policía local: **Reykjavik** (00 354) 569.90.00
- Teléfono emergencia: 112
- Ambulancias: 112 (00 354 569.90.00 policía)
- Servicio emergencia dentista (Sab-dom): 00 354 575.05.05
- Hospital de Reykjavik (Sjkrahus Rweykjavikur): emergencias 24 horas 00 354 525.17.00/525.10.00
- Medical Center, Smáratorg 1, Kópavogur. Tel. 1770. Abierto lunes a viernes 17.00-23.00. Recepción lunes a viernes 17.00-08.00

Información Meteorológica: Las temperaturas en verano son bastantes agradables. Si bien el tiempo suele ser bueno, por la experiencia sabemos que es generalmente impredecible y muy cambiante, por lo que es conveniente estar preparados para la lluvia o el viento en un ambiente fresco, con temperaturas que oscilan aproximadamente entre los 8º C y hasta los 15º C en días soleados. **Para más información podéis consultar las páginas** www.weather.com/espanol y www.mountain-forecast.com/

HORAS DE LUZ:

Junio 20-22 horas de luz.

Julio 22-18 horas de luz.

Agosto 17-14 horas de luz.

Septiembre 14-11 horas de luz.

=====

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.



HOJA DE INSCRIPCIÓN

Esta hoja deberá enviarse (por mail o fax) a Aragón Aventura, al realizarse el primer ingreso, junto con el justificante de este.

Recorrido:	
Fechas:	Con Guía Local/Guía de Aragón Aventura/Sin Guía

Nombre y Apellidos (TAL Y COMO VIENEN EN EL PASAPORTE)			
Dirección:			CP:
Localidad:	Provincia:	Fecha Nacimiento:	
Teléfono fijo:	Móvil:	e-mail:	
DNI:	Nº Pasaporte:	Fecha caducidad Pasaporte:	
Fecha expedición del pasaporte:		Lugar de expedición del Pasaporte:	

Compañía aseguradora:	Teléfono contacto:
-----------------------	--------------------

Indicar DETALLADAMENTE la experiencia anterior en este tipo de actividades:

--

Persona de contacto durante el Trekking:	Teléfonos de contacto:

Si se inscribe junto a otros participantes, indicar nombre y apellidos:

Ingreso como reserva en el momento de la inscripción:

A pagar por algunos los siguientes medios:

- PAGO CON TARJETA en el TPV de AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES <http://aragonaventura.es/tpv>
- Ingresando en la cuenta corriente de **IBERCAJA ES07 2085 5335 6203 3090 8702** a nombre de **AATREKKINGS Y EXPEDICIONES**. Importante enviar el justificante de ingreso por fax o por e-mail a la oficina de Aragón Aventura (Fax: 974 362 421)



CONVENIO PARA LOS TREKKINGS DE MONTAÑA

Este convenio debe ser firmado por cada uno de los participantes y enviado a Aragón Aventura, junto con la hoja de inscripción, en el momento de formalizar la reserva.

Nombre y Apellidos:	
Recorrido:	Fechas:

El objetivo del presente Convenio entre **Aragón Aventura**, empresa organizadora, y **el participante** es confirmar que el cliente está informado de las condiciones y es consciente de los riesgos que se asumen en este tipo de recorridos. **EL ABAJO FIRMANTE:**

- **Ha leído** atentamente la ficha técnica y sus condiciones, declarando que las conoce y acepta en su totalidad.
- **Es consciente** de las dificultades que supone un trekking de este tipo, tanto física como psicológicamente, conoce los riesgos que la montaña conlleva y los asume voluntariamente como parte del trekking.
- **Reúne** todas las condiciones necesarias para participar en el trekking: experiencia en montaña, preparación física y psicológica, no padece ninguna enfermedad que le pueda crear problemas durante el viaje y se siente apto para intentar la actividad.
- **Entiende** que, en un trekking de estas características, es importante que todos los participantes adopten una actitud positiva, de tolerancia y compañerismo, como base de una buena convivencia en el grupo y con el fin conseguir con éxito el objetivo propuesto.
- **Viaja voluntariamente** a un país de características diferentes al suyo, visitando zonas alejadas y remotas, donde puede haber riesgos tales como: fuerzas de la naturaleza, enfermedad, accidente, condiciones de vida e higiénicas deficientes, agresiones y robos, etc.
- **Cumple** con todos los requisitos legales necesarios para la entrada y estancia en el país a visitar, al igual que se compromete a respetar la normativa expresa del país.
- **Es consciente**, debido a las características del viaje, que puede haber modificaciones en el programa, por causas de fuerza mayor ajenas a la voluntad de la empresa organizadora.
- **EN EL TREKKING CON GUÍA UIAGM/GUÍA ACOMPAÑANTE UIMLA (Técnicos Deportivos en Montaña), el participante entiende que debe colaborar** para el buen desarrollo de la actividad, fomentando la buena convivencia para formar un equipo cohesionado y participar en lo posible, en las tareas colectivas que ayuden a conseguir el objetivo del trekking, **acepta las decisiones del guía responsable último en los temas de organización, logística y seguridad.**
- **EN EL TREKKING CON GUÍA LOCAL: el participante entiende** que el Guía local es 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.**
- **EN EL TREKKING SIN GUÍA: el participante entiende** que Aragón Aventura y sus corresponsales locales organizan **únicamente** la parte logística de la actividad **y el participante deberá afrontarla con autonomía, experiencia y recursos propios y que Aragón Aventura no tiene ninguna responsabilidad durante la estancia del participante en la montaña.**

Aragón Aventura entiende que el participante **acepta y asume voluntariamente** todos los posibles riesgos y circunstancias adversas e imprevistas que puedan surgir en el transcurso del trekking, **declinando esta empresa organizadora cualquier responsabilidad.**

Fecha y Firma del participante:

