

## **EXPEDICIONES 2018**

# **MERA PEAK (6.461).- Nepal**



***"El 6.000 perdido entre los valles Nepalís"***

**Duración del programa base: 22 días**

**Fechas de salida: primavera y otoño 2018**

**Fecha programada con Guía UIAGM de Aragón Aventura: 28/04/2018**

**Salida: Madrid / Barcelona (otras ciudades consultar)**



## **INTRODUCCIÓN:**

El **Himalaya** es una cordillera situada en el continente asiático, y se extiende por los países de Bután, China, Nepal, Tíbet, India y Pakistán formando un arco de oeste a este de 2.600 kilómetros y de norte a sur de 350 kilómetros. Su nombre procede del sánscrito significa *valle de nieves*.

Es la cordillera más alta de la tierra, con catorce cimas de más de 8.000 metros de altura, siendo el Everest con sus 8.848 metros, la montaña más alta de la tierra, con 8.848 m. Está localizada en las coordenadas en el Himalaya, en el continente asiático, y marca la frontera entre Nepal y Tíbet.

**El Mera Peak** domina los valles salvajes y desconocidos de **Hinku y Hongu**. La mayor parte del recorrido atraviesa zonas deshabitadas, teniendo la oportunidad de visitar una región preciosa del nordeste de Nepal y al mismo tiempo escasamente transitada. Para los montañeros con alguna experiencia invernal es la ocasión de intentar la ascensión del Mera Peak, es más alto entre los 18 trekking peaks, aunque posiblemente el más asequible.

## **PROGRAMA:**

(Este programa está adaptado a la fecha de la salida del 28 de abril, en otras fechas será similar).

### **DÍA 1º: 28/04: ESPAÑA- KATMANDÚ.**

Salida del vuelo desde Madrid o Barcelona con destino a Katmandú

### **Día 2º: 29/04: LLEGADA A KATMANDÚ**

Llegada a Katmandú, traslado al hotel, alojamiento y desayuno. Día libre para últimas compras o visitar la ciudad.

### **DÍA 3º: 30/04: DÍA LIBRE EN KATHMANDÚ.**

Día libre para comprar y preparar la salida.

### **DÍA 4º: 01/05: VUELO A PAPHLU (2.413 m)**

Día de vuelo a Paphlu. Llegada a Paphlu y noche en Paphlu.

### **DÍA 5º: 02/05: PAPHLU (2.413 m) - THANKSINDO (2.930 m)**

**Duración: 6h Desnivel: + 1200 m -970 m**

Organizamos nuestras cargas y comenzamos nuestro trekking atravesando un bosque y diferentes cascadas, una larga etapa que haremos con calma, disfrutando de las vistas sobre el **Khumbu** y sobre las cumbres del Numbur, hasta llegar **Thanksindo** Noche en Lodge.

### **DÍA 6º: 03/05: THANKSINDO (2.930 m)- KHARIKHOLA (2.040 m)**

**Duración: 7,30h Desnivel: + 1.180 m -1050 m**

Comenzaremos esta etapa por un sendero que desciende suavemente a través de los bosques a la cuenca del **Dudh Kosi**, llegaremos a **Jubing**, más o menos la mitad de nuestra etapa, desde aquí tomaremos un camino en la orilla opuesta del río que asciende hasta **Kharikhola**, donde dormiremos esta noche. Se puede visitar el Monasterio que hay en la cima de una colina. Alojamiento en Lodge.



**DÍA 7º: 04/05: KHARIKHOLA (2.040 m)- KHARI LA (3.081 m)- PANGOM (2.850 m) – NEWSAW (2.650 m)**

**Duración: 7h Desnivel: + 950 m -850 m**

Hoy atravesaremos el **Poyan Khola**, y continuaremos hasta el **Khari La** (3.081 m) el punto más alto de nuestra jornada. Continuaremos nuestro recorrido atravesando varios pueblos, como **Kharte y Nyrungso**, antes de llegar a Pamgom. Continuaremos a Newsaw. Noche en Lodge.

**DÍA 8º: 05/05: NEWSAW (2.650 m) - CHETRAWA KHOLA (3.580 m)**

Hoy nuestro trekking nos llevará hasta a **Chetrawa Khola (3.580 m)** Noche en Lodge.

**DÍA 9º: 06/05: CHETRAWA KHOLA (3.580 m) - KHOTE (4.180 m)**

**Duración: 5h Desnivel: + 1.000 m -900 m**

Continuamos subiendo fuertes pendientes hasta llegar a los 3.700 m, para subir y bajar hasta llegar a **Zatswa La**. El camino continúa hasta llegar a **Khote**, en el cruce de dos valles que descienden del **Mera Peak**. El pueblo es precioso, con unas pocas cabañas y tiendas de comestibles.

**DÍA 10º: 07/05: KHOTE (4.300 m)-THANGNAG (4.360 m) Duración: 6h**

Caminaremos a lo largo de la orilla oeste del **Hinku Drangka**, cruzamos los pastos de verano de **Gondishung** donde hay un pequeño Gompa, de **Dupishung y Lungsamba**. El valle se estrecha entre los picos **Kanguru (6.369 m)** y **Mera West (6.255 m)** hasta llegar a **Thangnag** (En tibetano, "llanura negra") donde pasaremos la noche en un lodge.



**DÍA 11º: 08/05: THANGNAG – KHARE (5.100 m)**

**Duración: 3,30h Desnivel: + 615 m**

Hoy nuestro camino subirá a lo largo de la morrena lateral del glaciar **Dig** hasta llegar a Khare, el último punto del trekking antes de comenzar la ascensión del Mera Peak. Noche en Lodge.

**DÍA 12º: 09/05: KHARE (5.100 m)**

Día de aclimatación y descanso en **Khare**. Noche en lodge

**DÍA 13º: 10/05: KHARE (5.100 m) – CAMPO BASE DEL MERA PEAK (5.400 m)**

**Duración: 4h**

Por la mañana comenzará nuestra subida hasta el **Campamento Base del Mera Peak**. Para ello ascenderemos por el paso **Mera La (5.460m)** durante casi una hora por el glaciar para luego descender un poco hasta nuestra zona de acampada. Noche en Campamento.

**DÍA 14º: 11/05: CAMPO BASE DEL MERA PEAK (5.400 m)- CAMPO DE ALTURA (5.800 m)**

**Duración: 6h Desnivel: + 730 m -70 m**

Hoy subiremos al campo de altura, lo haremos por el glaciar, un largo ascenso con algún trozo delicado, pero con una pendiente suave, hasta llegar a la ubicación del campo de altura a 5.800 m. La vista desde el campamento es un festival de "7000" y "8000: Kanchenjunga, Chamlang, Makalu, Baruntse, Everest, Lhotse, Cho Oyu etc. Este panorama es considerado uno de los mejores de Nepal. Noche en tiendas de campaña.



**DÍA 15º: 12/05: CAMPO DE ALTURA (5.800 m) –MERA PEAK (6.476 m) –KHARE (5.100 m)**

**Duración: 10h Desnivel: + 900 m -1.590 m**

Nos despertaremos de madrugada para comenzar a caminar pronto e intentar llegar a la cumbre a las 9 am. La ascensión al Mera Peak, aun no teniendo muchas dificultades técnicas, es un glaciar muy agrietado y tiene partes complicadas. Una de ellas está a 50 metros de la cumbre donde hay una cuerda fija para superar la última rampa de 40º. Una vez en la cumbre nos tomaremos unos minutos para disfrutar de unas sobrecogedoras vistas de los ochomiles de la zona. Descenderemos directamente hasta nuestro campo base a 5.100 m y continuaremos hasta Khare, donde después de una larga y agotadora jornada; podremos reponernos y descansar en un Lodge.



**DÍA 16º: 13/05: DÍA DE RESERVA.**

**DÍA 17º:14/05: KHARE (5.100 m) - KHOTE (4.180)**

**Duración: 6h Desnivel: + 290 m -1.615 m**

Descenderemos por el mismo camino que hicimos a la subida hasta el pueblo de Khote. Noche en lodge.

**DÍA 18º: 15/05: KHOTE (4.180)- CHETRAWA LA (4.580 m)**

**Duración: 5h Desnivel: + 1.100 m -790m**

Este día abandonaremos el curso del río, para subir el ultimo collado de nuestro trekking, el Chetrawa La, también llamado Zatrava La. Noche en Lodge.

**DÍA 19º: 16/05: CHETRAWA LA (4.580 m)- LUKLA (2.840 m)**

**Duración: 6h Desnivel: + 670 m -2.020 m**

Ultima etapa de nuestro trekking que nos llevará hasta **Lukla**. Noche en Lodge.

**DÍA 20º: 17/05: LUKLA- KATMANDÚ**

Vuelo de regreso de Lukla a Katmandú. Traslado al hotel, resto del día libre. Alojamiento y desayuno

**DÍA 21º: 18/05: KATMANDÚ**

Día libre en Katmandú. Hotel alojamiento y desayuno

**DÍA 22º: 19/05: VUELO KATMANDÚ- ESPAÑA**

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España. Llegada por la noche.

*Este programa puede sufrir alguna variación a criterio del guía, por condiciones meteorológicas, condiciones físico-técnicas de los participantes o cualquier situación imprevista.*

**NOTA: HAY POSIBILIDAD DE HACER UN PROGRAMA MÁS LARGO CONTINUANDO DESDE EL CAMPO BASE DEL MERA PEAK HASTA EL AMPULAPCHA Y REGRESANDO POR CHUCKUNG Y EL VALLE DE KHUMBU, PUDIENDO ENLAZAR Y SUBIR AL ISLAND PEAK, O CONTINUAR HACIA EL CAMPO BASE DEL EVEREST Y EL KALA PATTAR. CONSULTARNOS SI ESTÁIS INTERESADOS**



### **ESTE PROGRAMA SE PUEDE REALIZAR:**

**Con Guía de Alta Montaña UIAGM desde España** y apoyo de Sherpas de altura locales; apoyo técnico, logístico y humano durante todo el tiempo de la expedición de un Guía con experiencia y titulado de acuerdo a la Formación reglada en España y Europa para cada especialidad. **El guía, en este caso, es responsable del itinerario, logística y la seguridad del grupo.**

**Con Guía Local y sherpa de altura.** 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.**

### **PRECIOS DEL PROGRAMA DESCRITO:**

**CON GUÍA DE TREKKING LOCAL DE HABLA INGLESA (no de altura) Y VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS:**

<b>Grupo de 3 a 4 personas:</b>	<b>2.200 €/persona</b>
<b>Grupo de 5 a 7 personas:</b>	<b>2.050 €/persona</b>
<b>Grupo de 8 a 10 personas:</b>	<b>1.950 €/persona</b>
<b>Grupo de 11 a 12 personas</b>	<b>1.860 €/persona</b>
<b>PRECIO DE REFERENCIA VUELOS INTERNACIONALES*</b>	<b>700 €/Persona</b>

**\* Precio con vuelos en la tarifa más económica y tasas aéreas incluidas, a fecha de confección de esta ficha técnica, a reconfirmar en el momento de la reserva, ya que suele haber variaciones de precios, sobre todo en temporada alta. Pueden encontrarse también vuelos más económicos dependiendo de las fechas.**

**CON GUÍA DE ALTA MONTAÑA UIGM DE ARAGÓN AVENTURA Y VUELOS INTERNACIONALES INCLUIDOS:**

<b>Grupo de 4 a 5 PERSONAS:</b>	<b>4.100 €/persona</b>
<b>Grupo de 6 a 7 PERSONAS:</b>	<b>3.750 €/persona</b>
<b>Grupo de 8 a 9 PERSONAS:</b>	<b>3.350 €/persona</b>
<b>Grupo más de 10 PERSONAS:</b>	<b>2.850 €/persona</b>

### **PRECIOS PERMISO DE ASCENSIÓN AL MERA PEAK:**

<b>En primavera</b>	<b>250€/persona</b>
<b>En otoño</b>	<b>125€/persona</b>

### **EXTRAS:**

<b>Sherpa de altura para el día de cima</b>	<b>480 €/sherpa*</b>
---	----------------------

\*(A dividir entre todo el grupo)

**NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en diciembre de 2017 (0,90 ratio \$/€), para el número de personas y condiciones indicadas. Si varía cualquiera de estas circunstancias variará igualmente el precio final del viaje.**



**EN EL MOMENTO DE LA RESERVA SE INFORMARÁ AL CLIENTE DE LAS MEJORES TARIFAS, HORARIOS PARA LAS FECHAS DE SU VIAJE. El precio dependerá de la fecha, la compañía aérea y la clase de reserva que se pueda bloquear. Para poder pasarle un precio exacto de los vuelos se necesita hacer un bloqueo de plazas (sin compromiso ni cargo alguno para Ud.), para lo que necesitamos el nombre y apellidos de cada viajero TAL Y COMO VIENEN EN EL PASAPORTE.**

**Casi todas las tarifas 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:**

- Transporte aeropuerto - hotel ida y vuelta.
- 4 noches en Katmandú en Alojamiento y desayuno en Hotel Clase Turista Superior.
- Vuelo a Paphlu y regreso de Lukla.
- **1 Guía local de trekking (no de altura).** Posibilidad de contratar sherpa de altura para la ascensión al Mera y toda la expedición.
- Guía de Aragón Aventura en caso de que se elija esta opción.
- 1 Cocinero
- 2 porteadores durante el trekking por persona.
- Alojamiento en lodges en el trekking.
- Tiendas para 2 personas en el campo de altura.
- Tienda comedor y tienda cocina en el campo de altura.
- Permiso de entrada en el Parque Nacional del Everest

### **EL PRECIO NO INCLUYE:**

- Vuelo España -Katmandú ida y vuelta con las tasas de aeropuerto incluidas.
- Visado de entrada en Nepal (40 €)
- Comidas y cenas en Katmandú.
- **Permiso de ascensión a la montaña**
- **Sherpa de altura (OBLIGADO CONTRATARLO PARA EL GRUPO DESDE 2017)**
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura internacional) **consultar el apartado seguro de esta ficha.**
- Seguro de asistencia en viaje y asistencia sanitaria. SIEMPRE RECOMENDABLE (consultar el apartado seguro y preguntarnos precios y condiciones)
- RESCATES
- Equipo personal
- Agua mineral y bebidas
- Propinas
- 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.
- Extras personales.
- Cualquier servicio no especificado en el apartado anterior "incluye".

***Cualquier gasto extra realizado por el participante y no especificado en el apartado "incluye", correrá de su cuenta y deberá ser abonado en el momento de realizarse.***



## **NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:**

**El Mera Peak** es la montaña más alta que se puede escalar con permiso de trekking en Nepal. Su ascensión, relativamente sencilla, no presenta dificultades técnicas, aunque su altura y las condiciones de nieve pueden dificultar la ascensión. El desarrollo habitual del trekking nos conduce por una larga travesía glaciaria hasta la cima. **Es importante tener una buena práctica en la marcha con crampones** en todo tipo de pendientes hasta 40° por terreno glaciario. Se aconseja realizar previamente, para los menos experimentados, algún curso invernal especializado.

**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.

Cuanto más preparados vayamos, más posibilidades tendremos de conseguir llegar a la cumbre. Normalmente el ritmo de ascensión será lento para no cansarnos. Tenemos que reservar fuerzas en lo posible para los días de más altitud. Allí arriba hay que practicar la **"ley del mínimo esfuerzo"**.

Antes de la salida, cada participante deberá prepararse por su cuenta haciendo **entrenamiento aeróbico de resistencia**. Footing, btt, etc. en la ciudad, y salir todo lo posible a la montaña porque es así como mejor nos entrenaremos. En los días de salida a la montaña conviene que lo hagamos con mochila cargada para acostumbrar también la espalda. Nos interesa también salir con el material que vamos a llevar para adaptarnos a él lo más posible. ¡Mucho cuidado con las botas de plástico nuevas! Puede convertirse en el mayor suplicio durante la expedición.

Un último consejo es la **preparación psicológica**. Es muy importante mentalizarse e imaginar adónde vamos a ir. Aconsejamos leer libros sobre la montaña concreta, artículos, fotografías, etc. En estas grandes montañas en muchas ocasiones la mente es más importante que las piernas...

**El mal de altura: El mayor problema al que nos vamos a enfrentar es la altura.** La aclimatación no depende del nivel de entrenamiento, aunque este siempre favorecerá el proceso. **Cada organismo y cada vez es diferente.** Hay personas que se aclimatan rápidamente y otras lentamente. Incluso personas que otras veces no han tenido problemas pueden verse afectadas.

Debemos dar **máxima importancia a hacer una correcta aclimatación, lenta y progresiva**, sobre todo al principio de la expedición, utilizando la clásica técnica de los "dientes de sierra" (subir más alto y volver a dormir más abajo). No debemos tener prisa en atacar la cumbre hasta estar bien aclimatados. De todas maneras, **hay que saber aceptar los síntomas normales de la aclimatación:** dolores de cabeza (las aspirinas ayudan mucho), la falta de energía, falta de apetito e insomnio. En caso necesario la única y mejor solución es **DESCENDER**.

## **EQUIPO MÍNIMO RECOMENDADO**

- **Mochila** de 50/60 L
- **Petate o bolsa de viaje.**
- **Botas dobles** de expedición con botín interior.
- **Botas blandas** de trekking para las zonas bajas.
- **Sandalías** para los momentos de campo base o descanso
- **Calcetines** finos y recios (varios pares de recambio).
- **Pantalones**
- **Camisetas** de manga larga y corta
- **Polos** interiores de cuello alto (varios)



- **Chaqueta y pantalón de forro polar** o pantalón caliente (tipo esquí).
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de plumas.**
- **Pasamontañas**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes finos** interiores.
- **Guantes tipo esquí** (2 pares).
- **Manoplas de plumas** o similar
- **Cubre manoplas** exteriores de Gore-tex o similar.
- **Gafas** de máxima protección solar (2 pares)
- **Gafas** de ventisca (tipo esquí).
- **Saco de dormir** de plumas muy caliente (mejor con cremallera lateral)
- **Colchoneta** aislante.
- **Crampones** automáticos con gomas "antizuecos".
- **Piolet**
- **Bastones** telescópicos (optativo).
- **Crema protectora piel y labios.** De alta protección (ejemplo: Helioderm 32 de Isdin).
- **Navaja y mechero**
- **Cantimplora.**
- **Mosquetones** de seguridad
- **Arnés**
- **Cordinos.**
- **Ascendedores - bloqueadores** tipo "jumar" para las cuerdas fijas
- **Casco.**
- **Cuerdas para encordamiento glaciar**
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio y bombillas.
- **Botiquín** No olvides tu medicación personal. Recomendamos esparadrapo, antiséptico para heridas, vendas, gotas oculares, descongestionante nasal, analgésicos simples (por ejemplo, paracetamol), apósitos esterilizados, tijeras, termómetro, antidiarreico, antibiótico de amplio espectro, y anti inflamatorio.
- **Útiles de aseo personal,** papel higiénico, toallitas húmedas etc.
- **Toalla ligera**
- **Cámara fotográfica** (optativo).
- **Altímetro** (optativo).
- **GPS** (optativo).

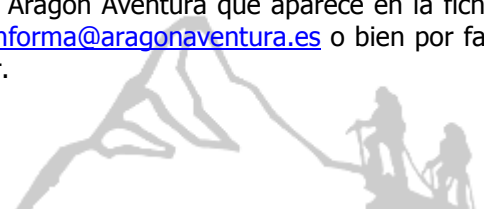
### **INSCRIPCIONES:**

**En el momento de la reserva se realizará un ingreso de 1.000€ por persona. Si se hace la reserva con menos de un mes de antelación a la fecha de salida, se pagará el importe completo del viaje.**

**Si se contrata la expedición con vuelos incluidos se pagará en el momento de la reserva el importe íntegro del billete de avión y tasas aéreas. NO SE EMITIRÁ NINGUN BILLETE DE AVIÓN, HASTA QUE NO SE HAYA PAGADO EL IMPORTE TOTAL DE ESTE.**

Además **se cumplimentará por parte de todos los participantes la hoja de inscripción y el convenio de expediciones de alta montaña de Aragón Aventura** (que aparecen al final de esta ficha) y se nos enviará junto con el justificante de pago. **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 de Aragón Aventura que aparece en la ficha de inscripción, y **enviar el justificante bancario** bien por mail a [informa@aragonaventura.es](mailto:informa@aragonaventura.es) o bien por fax al 974 362 421, indicando el nombre del participante y viaje a realizar.





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

En el caso de que se quiera, por el tema del seguro de accidentes, se puede abonar la expedición con la **tarjeta VISA**. Este seguro sólo cubre en caso de accidente en un medio de transporte utilizado durante el viaje. De todas formas cada interesado deberá informarse en su banco de las condiciones ya que no todos lo incluyen.

**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:**

- **Pasaporte** con validez mínima de 6 meses posterior a la fecha prevista de regreso.
- **Visado** de entrada en **Nepal**, se saca en el mismo aeropuerto. **Son necesarias 2 fotografías tamaño carné.**

El viajero es el único responsable de sus documentos y del cumplimiento de los requisitos establecidos por las autoridades de los diferentes países y tendrá que presentarlos siempre que le sean solicitados. En caso de 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:

- **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€)
- **SEGURO MODULAR DE ANULACIÓN.** Cubre los gastos de anulación del viaje por alguna de las causas indicadas en la póliza, debidamente justificadas, hasta el máximo del capital contratado (300€ a 10.000€). **La cobertura de gastos de cancelación tendrá efecto a las 24:00h del día de emisión de la póliza y finalizará en el momento que empiece el viaje. ESTA GARANTÍA DEBE CONTRATARSE EL DÍA DE LA CONFIRMACIÓN DE LA RESERVA O COMO MÁXIMO EN LOS 6 DÍAS SIGUIENTES.**



- **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 GARANTÍA DEBE CONTRATARSE EN EL MOMENTO DE LA RESERVA O COMO MÁXIMO, DENTRO DE LAS 24 HORAS SIGUIENTES.**

**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.**

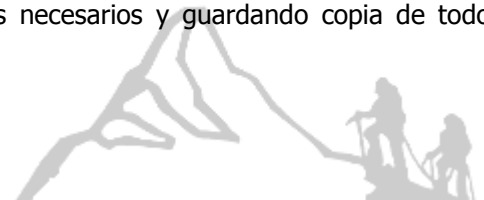
**RESCATE/EVACUACIÓN:** Como ya hemos indicado en la información relativa a los SEGUROS, **cada participante debe tener prevista la posibilidad de una evacuación o rescate desde el punto de vista económico. Cada expedicionario es responsable de los gastos que se ocasionen en su descenso de la montaña, 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.**

**PLAN DE VUELO:** En el momento de la reserva del billete se comunicará la compañía aérea y el plan de vuelo previsto.

**EQUIPAJES:** El peso en el avión se confirmará en el momento de emisión de los billetes, normalmente 23 Kg por persona + equipaje de cabina (8 Kg. con las medidas estándares). Al formalizar el billete de avión se os indicará con exactitud los kilos de equipaje facturado permitidos, **cualquier exceso de equipaje correrá a cargo del participante.** El equipaje y demás enseres personales son responsabilidad del viajero. Se recomienda tenerlo siempre vigilado en las zonas de espera, carga y descarga.

En caso de deterioro, pérdida o retraso de los equipajes facturados **es responsabilidad de la compañía aérea** siendo el billete de avión y el resguardo de facturación los documentos vinculantes entre la compañía y el pasajero. En este caso, se debe presentar la reclamación en el momento que sucede el hecho, antes de abandonar el aeropuerto, cumplimentando los trámites burocráticos necesarios y guardando copia de todo, para constancia y futuras reclamaciones.



**NOTA IMPORTANTE:** en el vuelo interno Lukla- Katmandú el peso permitido es de 10 Kg. en bodega + 5 Kg. en cabina por cuestiones de seguridad (es un vuelo de riesgo alto por desarrollarse en zona de montaña y por ser un aeropuerto pequeño). El peso extra que se lleve será pagado por cada participante (2 €/Kg.) y será enviado como cargo a Lukla, lo que puede suponer demoras en la recepción del equipaje de varios días.

**VACUNAS Y CONDICIONES SANITARIAS:** No hay ninguna vacuna obligatoria, pero es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones. Pueden ser recomendables otras vacunas, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada en cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional. Es muy importante, sobre todo al principio de la expedición, extremar el cuidado de no beber agua no embotellada, ni ensaladas o fruta pelada, por los problemas intestinales. Se aconseja que cada participante se informe en su centro de vacunación más próximo y tome las decisiones oportunas junto con su médico. **Para más información consultar la página del Ministerio de Sanidad** <http://www.msssi.gob.es/>

### **INFORMACIÓN DEL PAÍS:**

**El Estado de Nepal**, situado en el Himalaya se encuentra en el centro-sur de Asia compartiendo frontera en el norte por la República Popular China y en el sur por la India. Se encuentra separado de Bután por el estado hindú de Sikkim, por el llamado Corredor de Siliguri. Es un país de naturaleza montañosa en cuyo territorio se encuentran, total o parcialmente, algunas de las cumbres más altas de la Tierra.

**Nepal** es considerado un estado multicultural, multilingüe y secular. Pese a ser un pequeño estado, comparado con sus enormes vecinos, el país cuenta con una amplia y diversa variedad de territorios, que se extienden desde las planicies selváticas húmedas del Terai, hasta las más altas y gélidas cumbres de la tierra.



El pueblo nepalí es principalmente hinduista, pese a contar con una antigua y profunda tradición budista. Buena parte de la población se concentra en el valle y la ciudad de **Katmandú**, que es la capital del Estado. El idioma oficial es el nepalí, la moneda oficial es la rupia nepalesa, y la bandera tiene la peculiaridad de ser la única de un país que no tiene forma de rectángulo ni de cuadrado. Geográficamente, **Nepal** es un rectángulo de unos 600 por unos 200 Km. de ancho. Su territorio se suele dividir en tres zonas: **la montaña, las colinas y la zona del Terai**.

La región de las montañas contiene el punto más alto sobre la tierra, el **monte Everest** (Sagarmatha en nepalí), en la frontera con China, alcanzando los 8.844 metros. Ocho de las diez montañas más altas sobre la Tierra se ubican en Nepal. El más grave problema de la zona es la deforestación, que trae consigo la erosión y la degradación de los ecosistemas. **Podéis recabar más información en la página del Ministerio de Asuntos Exteriores** [www.exteriores.gob.es/](http://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 **Nueva Delhi (India)**.

**Cónsul Honoraria de España en Nepal:** Ms. **Ambica Shrestha**

P.O. Box: 459, Battisputali, **Katmandú**, Nepal

Tel: 4479448, 4470770, 4479328 Móvil: 977.9851021311



**Electricidad:** la corriente eléctrica es de 230 V 50 Mz. Para información de la corriente eléctrica y enchufes podéis visitar la página [www.otae.com/enchufes](http://www.otae.com/enchufes)

**Moneda:** En Nepal la moneda es la rupia nepalesa. Actualmente se acepta muy bien el euro y se puede cambiar en las numerosas casas de cambio de las zonas turísticas de la capital. Las tarjetas más conocidas son aceptadas y, en caso necesario, también se puede sacar con ellas dinero en efectivo.

**Idioma:** El nepalí es hablado por el 47,8% de la población como lengua materna, aunque hay muchas otras lenguas. El inglés es hablado por las personas dedicadas al turismo y a la montaña.

**Diferencia Horaria:** GMT+ 5:45h. Podéis consultar la página [www.hora.es](http://www.hora.es)

**Información Meteorológica:** Varía con la altitud, en las altas montañas las temperaturas son frías durante todo el año. En Terai y el Valle de Katmandú, los veranos son calurosos y lluviosos y los inviernos son fríos. Monzones entre junio y octubre. Las dos épocas normales de ascensión son antes y después de los monzones (primavera y otoño). En verano las lluvias monzónicas descargan mucha nieve en las montañas lo que dificulta la subida. El invierno es seco y con días despejados, pero las bajísimas temperaturas y los vientos huracanados multiplican la dureza de la montaña

- **En la primavera** la montaña tiene poca nieve que ha sido barrida por los vientos invernales. Esto hace que haya más tramos de roca. Lo bueno es que los días son más largos y las temperaturas más altas sobre todo cuando va avanzando la temporada. Hay que estar atentos a la llegada del monzón que a veces se adelanta.
- **En el otoño** la montaña tiene más nieve y puede ser que haya que abrir huella. Por otra parte, los tramos de roca están cubiertos de nieve lo que disminuye la dificultad. Los días son más cortos y hay que estar atentos por si se adelanten los vientos invernales.

En los Campamentos Base puede hacer calor durante el día, pero siempre hace frío al ocultarse el sol. En los campamentos de altura y, especialmente, en el día de cumbre las temperaturas pueden ser muy bajas dependiendo principalmente de la fuerza del viento que siempre sopla en altura. **Para más información podéis consultar la página [www.mountain-forecast.com](http://www.mountain-forecast.com)**

=====

**MUY IMPORTANTE: ARAGON AVENTURA ENTIENDE QUE EL PARTICIPANTE ES CONSCIENTE DE QUE PARTICIPA VOLUNTARIAMENTE EN UNA EXPEDICIÓN 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 MIEMBROS DE LA EXPEDICIÓN 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.**

Expedición a:	
Fechas de la Expedición:	Con Guía Local/Guía de Aragón Aventura/Sin Guía

<b>Nombre y Apellidos (TAL Y COMO VIENEN EN EL PASAPORTE)</b>		
Dirección:		CP:
Localidad:	Provincia:	Fecha Nacimiento:
Teléfono fijo:	Móvil:	e-mail:
DNI:	Nº Pasaporte:	Fecha caducidad Pasaporte:
Fecha Expedición pasaporte:	Lugar Expedición Pasaporte:	

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

Indicar DETALLADAMENTE la experiencia anterior en montaña y altura

--

Persona de contacto durante la expedición:	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 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)



## CONVENIO PARA LAS EXPEDICIONES DE ALTA 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:	
Expedición a:	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 expediciones. **EL ABAJO FIRMANTE:**

- **Ha leído** atentamente la ficha técnica de la expedición y sus condiciones, declarando que las conoce y acepta en su totalidad.
- **Es consciente** de las dificultades que supone una expedición de este tipo, tanto física como psicológicamente, conoce los riesgos que la montaña conlleva y los asume voluntariamente como parte de la expedición.
- **Reúne** todas las condiciones necesarias para participar en la expedición: 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 una expedición 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 LAS EXPEDICIONES CON GUÍA UIAGM, el participante entiende que debe colaborar** para el buen desarrollo de la expedición, fomentando la buena convivencia para formar un equipo cohesionado y participar en lo posible, en las tareas colectivas que ayuden a conseguir el objetivo de la expedición, **Acepta** las decisiones del guía en los temas de organización, logística y seguridad, especialmente en el día de ataque final a la cumbre y **entiende** las limitaciones de las capacidades físicas de los guías y porteadores que, igual que las de los participantes, pueden llegar a estar también muy mermadas por la altitud.
- **EN LAS EXPEDICIONES CON GUIA 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 si mismo y debe tener la suficiente experiencia y autonomía.**
- **EN LAS EXPEDICIONES SIN GUIA: el participante entiende que Aragón Aventura y sus corresponsales locales organizan la parte logística de la expedición y el participante deberá afrontarla con autonomía, experiencia y recursos propios y que Aragón Aventura no tiene ninguna responsabilidad durante el ascenso o descenso de la montaña.**

**Aragón Aventura** entiende que el participante acepta y asume voluntariamente todos los posibles riesgos y circunstancias adversas que puedan surgir en la expedición, **declinando esta empresa organizadora cualquier tipo de responsabilidad.**

Fecha y Firma del participante:

