

EXPEDICIONES 2018

MONTE ELBRUS (5.642 m.). - Rusia

"El Techo de Europa"



El Cáucaso Ruso

GRUPO ESPECIAL GUIADO POR JUANITO OIZARZABAL

Duración del programa base: 10 días

Fechas: 3 al 13 de julio de 2018

Salida: Madrid / Barcelona (otras ciudades consultar)

Fecha de actualización de esta ficha: 22/01/2018



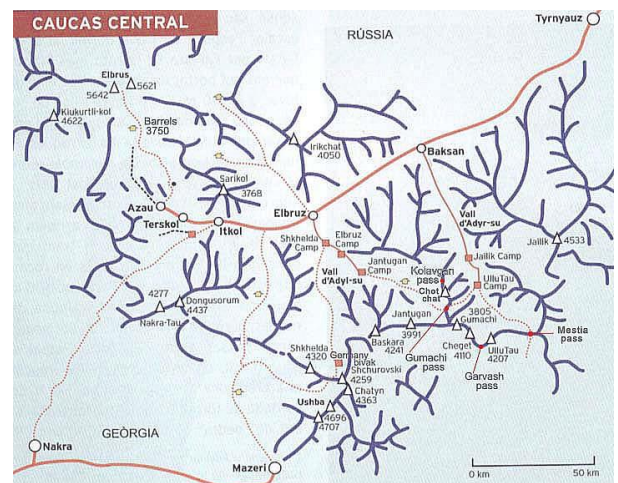
INTRODUCCIÓN:

El **monte Elbrús** está situado en la parte occidental de la cordillera caucásica, en **Kabardia-Balkaria** (Rusia) cerca de la frontera de Georgia. Es la montaña más alta de Rusia y de la cordillera del Cáucaso, la cual, junto con los montes Urales marcan la frontera tradicionalmente aceptada entre Europa y Asia. Al ser una frontera artificial, se considera que la parte norte del Cáucaso es europea y la parte sur asiática. Por tanto, el monte Elbrús, con 5642 m de altitud en la zona norte del Cáucaso es la montaña más alta de Europa.

Desde tiempos inmemoriales el majestuoso Monte **Elbrus**, que con sus 5.642 m es **El techo de Europa**, atrae a mucha gente. Originalmente fue un volcán, actualmente extinguido, la cumbre Oeste tiene 5.642 m. de altura y la Este 5.621 m. Las pendientes hasta 4.000 m. son muy suaves y por encima de esta altura ya son más fuertes con una pendiente media de unos 35°.

De 1959 a 1976, se construyó un sistema de teleférico que en varias etapas lleva a los visitantes hasta una altura de 3.800 metros. Hay una amplia variedad de rutas para ascender a la montaña, pero la ruta normal, que está libre de grietas, continúa más o menos recta por la vertiente donde se sitúa la estación final del teleférico. La subida no es técnicamente difícil, pero sí es exigente desde el punto de vista físico por la altitud y los vientos fuertes frecuentes.

En esta cadena hay más de 160 picos con alturas superiores a los 4.000 m. y 8 picos de más de 5.000 m. como: **Ushba (4.710 m)**, **Shkhelda (4.320 m)**, **Dykh-Tau (5.204 m)** y **Shkhara (5.011 m)**. Altas montañas cubiertas de nieve, ríos turbulentos y cascadas; radiantes tapices de césped alpino y subalpino, bosques de coníferas inundados de fragancias de pinos resinosos y saludables fuentes de aguas minerales.



El valle de Baksam es un valle de tipo alpino bonito y de grandes montañas. Pero no nos olvidemos que estas repúblicas soviéticas tienen grandes problemas de infraestructuras y organizativos y a veces podemos sentirlos en el viaje. Con paciencia y habilidad en la negociación se solucionarán.

ESTA EXPEDICIÓN SE REALIZARÁ:

Con Guía de Alta Montaña UIAGM desde España, 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.**

Juanito Oiarzabal es uno de los Guías de Alta Montaña más experimentados del mundo, habiendo coronado en varias ocasiones la cima del Elbrus, él se encargará, junto con el equipo de Guías locales, de que el grupo tenga posibilidades de éxito y regrese sano y salvo a casa.



PROGRAMA:

DÍA 03/07: ESPAÑA-MOSCÚ

Vuelo España- Moscú. **SALIDA DEL VUELO DE MADRID A LAS 23,40** (se confirmará el horario y se revisará para salida de otras ciudades).

DÍA 04/07: MOSCÚ - MINERALNYE VODY – VALLE DE BAKSAN

LLEGADA A MOSCÚ A LAS 05,25. CAMBIO DE TERMINAL PARA VOLAR A MINERALNEY WODY SALIDA DEL VUELO A LAS 07,45 CON LLEGADA A LAS 10,00. Allí nos espera el vehículo e iniciaremos un trayecto por carretera que nos llevará hasta el **valle de Baksan y Terksol**, cerca de la falda de la montaña, a unos 2.000 m. (190 Km., 4 horas). Acomodación en el **Hotel***, media pensión

DÍA 05/07: ASCENSIÓN AL CHEGET PEAK (3.000 m)

Nota: No se llega a la cima del Cheget Peak, pues es zona fronteriza, se llega a una altura de unos 3.000 m. Desayuno. Día pensado para comenzar nuestra aclimatación. Saldremos del hotel hacia el teleférico, una vez en la estación superior comenzaremos a caminar en la zona del **Cheaget Peak**, siguiendo la cresta de la montaña Cheget hasta llegar cerca de su cima, que normalmente no hollaremos por ser punto fronterizo (3.600 m). Si el tiempo está bueno, podremos disfrutar las vistas del **Elbrus y del Mt. Donguzorum**. Regreso al hotel de Terksol, media pensión

DÍA 06/07: TERKSOL (2000 m) – REFUGIO MOUNTAIN HUT (3.900 m)

Desayuno. Traslado al **teleférico de Azau** (2.000 m). Subiremos en él hasta la estación **Garabashi**, final del teleférico (3.700 m). De allí continuaremos a pie hasta el refugio **Mountain Hut** donde dormiremos. Pensión completa

DÍA 07/07: REFUGIO MOUNTAIN HUT (3.900 m) - PASTUCKHOVA ROCKS (4.600 m) - REFUGIO

Desayuno, saldremos para una nueva jornada de aclimatación, en dirección a **Pastuckhova Rocks**, desde aquí suele comenzar a haber nieve y hielo. Subiremos por las laderas del Elbrus hasta alcanzar el comienzo de **las rocas Pastukhova**. Regreso al refugio, pensión completa

DÍA 08/07: DÍA DE ACLIMATACIÓN O RESERVA. Noche en el Refugio, pensión completa

DÍA 09/07: MOUNTAIN HUT (3.900 m)- CIMA DEL ELBRUS (5.640 m) - REFUGIO

Iniciaremos la ascensión temprano, de madrugada. La idea es alcanzar las **rocas de Pastuckhova** al amanecer. Alcanzaremos la cumbre oeste del **Elbrus**, de 5.640 metros de altura, en un promedio de 7 horas de ascenso, y tras un descanso, iniciaremos el camino de descenso hasta **el refugio** que nos llevará unas 3 horas. Noche en el refugio o descenso al valle, dependiendo de las posibilidades, pensión completa

DÍA 10/07: BAJADA A TERKSOL en caso de que no se haya hecho el día anterior. Noche en Hotel, media Pensión

DÍA 11/07: DÍA ESTANCIA EN EL VALLE. Noche en Hotel, media pensión



DÍA 12/07: TERKSOL- MINERALNYE WODY- MOSCÚ

Transfer de **Terksol a Mineralnye Wody** para tomar el vuelo de regreso a **Moscú**. **SALIDA DEL VUELO A LAS 11,10 LLEGADA A LAS 13,30**. Traslado al hotel **Izmailovo 3***** o similar y tarde libre. Noche en Hotel en alojamiento y desayuno.

DÍA 13/07: Mañana libre en Moscú. A la hora convenida traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso. **SALIDA DE MOSCÚ A LAS 18,15 h con LLEGADA A MADRID A LAS 22,30 (se reconfirmarán los horarios y se revisará para otras ciudades).**

Este programa puede sufrir alguna variación a criterio del guía, por condiciones meteorológicas, condiciones físico-técnicas de los participantes o cualquier situación imprevista. Cualquier variación de este programa deberá proponerse al Guía local y sólo se hará en caso de que sea posible y se deberán abonar los costes suplementarios.

PRECIOS DEL PROGRAMA DESCRITO:

CON GUIA DE ALTA MONTAÑA UIAGM DESDE ESPAÑA, VUELOS Y TASAS INCLUIDOS:

Grupo de 7 o más personas	2.060 €/persona
----------------------------------	------------------------

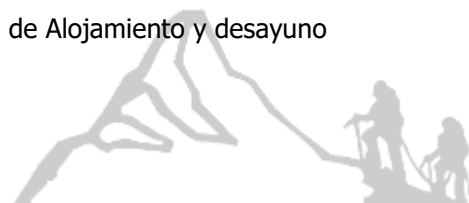
NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en noviembre de 2017. Si varían estas condiciones variará igualmente el precio final del viaje. TAMBIEN ESTÁN CALCULADOS EN BASE A UNA TARIFA DE 650 € CON TASAS PARA LOS AVIONES, EN EL MOMENTO DE LA INSCRIPCIÓN HAY QUE CONSULTAR EL PRECIO DE LOS AVIONES.

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 Madrid-Moscú-Madrid (otras ciudades consultar)
- Vuelo Moscú-Mineralnye Wody ida y vuelta
- **Guía de Alta Montaña UIAGM Juanito Oiarzábal y apoyo de guías locales para el grupo.**
- Receptivo local de habla inglesa en aeropuerto de Mineralnye Wody.
- Transporte hasta el Valle de Baksam y Terskol.
- Alojamiento según programa en Hotel 1* en Terksol, media pensión
- Alojamiento en refugio de montaña, pensión completa.
- 1 subida en los teleféricos de aproximación a Barrels Hut (Garabashi lift).
- 1 intento a cima incluido en la proporción 1 Guía cada 3-4 participantes (se considera intento a cima si se pasa de Pastuckhova Rocks) (para los Guías rusos).
- **1 Noche en Moscú**, Hotel Izmailovo 3*** (o similar) en régimen de Alojamiento y desayuno
- Bolsa petate de Aragón Aventura.
- IVA y Gastos de gestión



EL PRECIO NO INCLUYE:

- Visado de entrada en el país. (Posibilidad de tramitarlo con Aragón Aventura por 95€ + gastos de envío en el plazo normal)
- **Seguro de asistencia obligatorio en Rusia (se tramita con el visado)**
- Permiso de entrada en el Parque nacional (**28€/persona**)
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura internacional) **consultar el apartado seguros de esta ficha**
- Seguro de asistencia en viaje y asistencia sanitaria. **SIEMPRE RECOMENDABLE** (consultar el apartado seguro y preguntarnos precios y condiciones)
- Rescates
- Intento extra a cima (300 euros aproximadamente por intento extra **a pagar directamente allí**).
- **Snowcat de subida a Pastuckhova rocks** si el grupo lo solicita para el día de cima (unos 400 euros aproximadamente por cada 7-8 personas, **a negociar directamente allí, prever dos días antes para organizarlo**).
- Rescates
- Suplemento habitación individual 90 euros/persona
- 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".

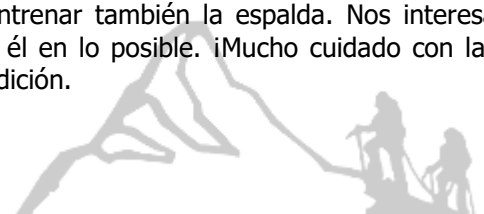
Cualquier gasto extra realizado por el participante y no especificado en el apartado "incluye", correrá de su cuenta y deberá ser abonado en el momento de realizarse.

NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:

La ascensión del Monte Elbrus es relativamente sencilla, no presenta dificultades técnicas, aunque su altura y las condiciones de nieve o hielo, así como el clima, pueden dificultar la ascensión. **Es importante tener una buena práctica en la marcha con crampones** en todo tipo de pendientes hasta 50º por terreno glaciar. Se aconseja realizar previamente, para los menos experimentados, algún curso invernal especializado. El participante debe reunir las condiciones tanto físicas como psíquicas, para emprender este tipo de expediciones, ya que de no ser así se pueden ver frustradas todas sus expectativas

ES ACONSEJABLE 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 altura. 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 prepararemos. En los días de salida a la montaña conviene que lo hagamos con mochila cargada para entrenar también la espalda. Nos interesa también salir con el material que vamos a llevar para adaptarnos a él en lo posible. ¡Mucho cuidado con las botas 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 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 MINIMO RECOMENDADO:

- **Mochila** de 40 L
- **Petate o bolsa de viaje.**
- **Botas dobles** de alta montaña muy calientes
- **Botas blandas** de trekking para las zonas bajas.
- **Sandalias** para los refugios
- **Calcetines** finos y recios (varios pares de recambio).
- **Pantalones**
- **Camisetas** de manga larga y corta
- **Polos** interiores de cuello alto
- **Chaqueta y pantalón de forro polar** o pantalón caliente (tipo esquí).
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de plumas o sintética**
- **Pasamontañas**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes finos** interiores.
- **Guantes tipo esquí** (2 pares).
- **Gafas** de máxima protección solar (2 pares)
- **Gafas** de ventisca (tipo esquí).
- **Saco de dormir** de plumas caliente (mejor con cremallera lateral)
- **Crampones** automáticos con gomas "antizuecos".
- **Piolet**
- **Arnés**
- **Bastones** telescópicos (optativo).
- **Crema protectora piel y labios.** De alta protección (ejemplo: Helioderm 32 de Isdin).
- **Navaja y mechero**
- **Cantimplora.**
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio y bombillas.
- **Botiquín personal**
- **Bolsa de aseo personal, toalla, papel higiénico etc**
- **Pastillas potabilizadoras** para el agua.
- **Cámara fotográfica** (optativo)
- **Altímetro** (optativo)
- **GPS** (optativo)



INSCRIPCIONES:

En el momento de la reserva se realizará un ingreso de 500€ 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 EMITIRA NINGUN BILLETE DE AVIÓN, HASTA QUE NO SE HAYA PAGADO EL IMPORTE TOTAL DE ESTE.

Igualmente **se cumplimentará por parte de todos los participantes la hoja de inscripción y el convenio para expediciones** (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, enviando **el justificante bancario** bien por mail a 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.

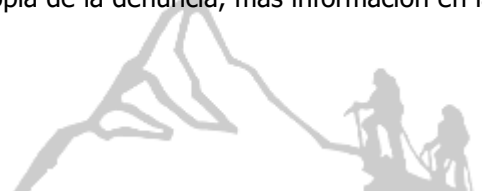
INFORMACIONES DE INTERÉS:

DOCUMENTACIÓN:

- **Pasaporte** necesario con validez de 6 meses
- **Visado** necesario de 1 mes (posibilidad de gestionarlo Aragón Aventura directamente, no incluido en el precio).
- **ADEMÁS, EN RUSIA ES OBLIGATORIO UN SEGURO DE ASISTENCIA EN VIAJE QUE SE GESTIONA Y PAGA DIRECTAMENTE CON EL VISADO.**

ES OBLIGATORIO LLEVAR SIEMPRE CONSIGO EL PASAPORTE Y EL VISADO, YA QUE PUEDE SER SOLICITADO EN CUALQUIER MOMENTO POR LA POLICÍA RUSA.

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 justificantes pertinentes, reclamar la compensación a la compañía aseguradora. ARAGÓN AVENTURA NO ES, EN NINGÚN CASO, RESPONSABLE DE ESTOS GASTOS.

PLAN DE VUELO PREVISTO: Compañía Aérea

(Sujeto a disponibilidad de plazas en el momento de la inscripción)

03/07/2018	SU2605	MADRID-MOSCÚ	23,40 – 05,25 (+ 1 día)
03/07/2018	SU1304	MOSCU – MINERALNYE WODY	07,45 – 10,00
12/07/2018	SU1305	MINERALNYE WODY – MOSCU	11,10 – 13,30
13/07/2018	SU2604	MOSCU – MADRID	18,15 – 22,30

EQUIPAJES: El equipaje y demás enseres personales son responsabilidad del viajero. Se recomienda tenerlo siempre vigilado en las zonas de espera, carga y descarga. Normalmente el equipaje facturado no puede exceder de **23 Kg. por persona**. Al formalizar el billete de avión se os indicará con exactitud. **Cualquier exceso de equipaje correrá a cargo del participante.**

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.

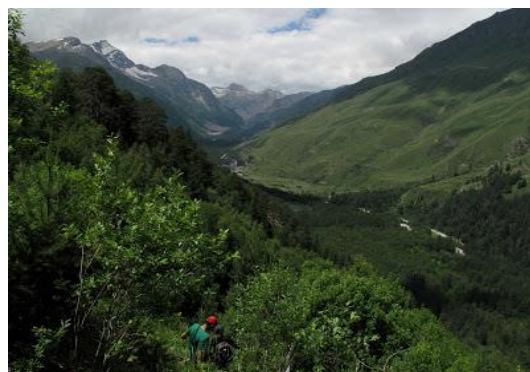
VACUNAS Y RECOMENDACIONES SANITARIAS: No es obligatoria ninguna vacuna pero recomendamos estar al día de las vacunas clásicas (tétanos, tifus). Se aconseja que cada participante se informe en su centro de vacunación más próximo y tome las decisiones oportunas junto con su médico. Es muy importante, sobre todo al principio de la expedición, extremar el cuidado de no beber agua no embotellada, ni ensaladas o fruta pelada, por los problemas intestinales. **Para más información del país consultar la página del Ministerio de Sanidad <http://www.msssi.gob.es/>**

INFORMACIÓN DEL PAÍS:

La **Federación Rusa** es el país más extenso del mundo. Está situado sobre parte del continente europeo y asiático. Sus costas están bañadas por el Océano Ártico, el Océano Pacífico del Norte, y por mares interiores como el Mar Báltico, el Mar Negro y el Mar Caspio.

El **Cáucaso** es una región en Europa del Este y Asia occidental, entre el Mar Negro y el Mar Caspio, que incluye las montañas de Cáucaso y tierras bajas circundantes. El pico más alto de la zona es **Elbrus** (5642 m).

La vertiente norte o **Cáucaso Norte** o **Circasia**, que pertenece a la Federación Rusa, se divide en siete repúblicas autónomas: Chechenia, Osetia del Norte, Ingushetia, **Kabardino-Balkaria**, Karacháevo-Cherkesia, Adiguesia y Dagestán. En la vertiente sur o **Cáucaso Sur** o Transcaucasia, coexisten dos estados independientes cristianos, Georgia y Armenia y uno musulmán, Azerbaián.



La república **Kabardino-Balkaria** está situada al norte de las montañas del Cáucaso, con alturas de 5.000 metros. Aquí se sitúa el volcán Elbrús en la zona suroeste con la frontera de Karacháyevo-Cherkesia. La región se dispone en torno a la montaña y a los valles colindantes, que se elevan a una altura de 2000 metros sobre el nivel del mar. De las cimas nevadas nacen los ríos y su superficie supera 12.500 kilómetros cuadrados, lo que hace a la república de las más pequeñas de Rusia.

El valle de Baksam se encuentra próximo a las fronteras de Osetia y Georgia. **Cheget** es uno de los principales destinos de esquí de Rusia, y ofrece siete pistas que en total suman más de 16 Km. sobre una montaña de 3772 m. Como tiene un terreno variado, también es apreciado como lugar para hacer esquí freeride, esquí de travesía, el senderismo y el alpinismo. **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: Ulitsa Bolshaya Nikitskaya 50/8.- **Moscú** 121069.

Teléfonos: 202 21 61, 202 21 80, 202 26 10, 202 26 57, 916 54 34, 916 54 00

Idioma: El idioma oficial es el ruso pero hay una docena de lenguas locales. El inglés se puede escuchar en las grandes ciudades solamente.

Moneda: La moneda es el rublo. El cambio se puede hacer en el banco o en los hoteles (el tipo de cambio es el mismo). Nunca en la calle. El dinero se puede llevar en euros ya que se acepta el Euro en casi todos los sitios, aunque os recomendamos cambiar rublos para el Cáucaso. En la mayoría de las tiendas de las grandes ciudades aceptan tarjeta visa. **Para más información de los cambios actuales de moneda podéis consultar la página** www.oanda.com/convertir/travel

Electricidad: En Rusia 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

Diferencia Horaria: Podéis consultar la página www.hora.es

Clima e Información Meteorológica: Las montañas del Cáucaso juegan un importante rol, moderando el clima de la zona y protegiendo al país de la penetración de corrientes de aire gélidas provenientes del extremo septentrional. Los montes caucásicos protegen parcialmente asimismo a la región de la influencia de masas de aire cálidas y secas del sur. Las precipitaciones tienden a estar uniformemente distribuidas a lo largo del año, a pesar de que la lluvia puede ser particularmente fuerte durante los meses de otoño. El clima de la región varía significativamente con la altura y mientras la mayoría de las tierras bajas son relativamente cálidas a través del año, la precordillera y las áreas montañosas experimentan veranos húmedos y frescos e inviernos con nevadas: la nieve acumulada con frecuencia supera los dos metros en muchas regiones. **Para más información podéis consultar la página** www.mountain-forecast.com y la página www.snow-forecast.com/resorts/Mount-Elbrus/6day/bot

Teléfonos: Se puede llamar a España desde los hoteles o bien desde los locutorios telefónicos. En las grandes ciudades hay posibilidad de utilizar el teléfono móvil, consultar con vuestra compañía de telefonía española antes de viajar, la compañía rusa que más os conviene y las tarifas.



- Prefijo País **7**
- Teléfonos de interés: El Departamento de Interior de Moscú sugiere a aquellos ciudadanos extranjeros que sufran cualquier tipo de incidencia en la que deba de intervenir la **policía**, se pongan en contacto con el número de **teléfono 002** (equivalente al 091 español) y no directamente con los agentes de policía que se encuentren de servicio en la calle. Al frente de dicha unidad existen las 24 horas del día funcionarios con dominio del inglés para estos casos

=====

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 SUFIRIR 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

Nombre y Apellidos (TAL Y COMO VIENEN EN EL PASAPORTE)			
Dirección:			CP:
Localidad:	Provincia:	Fecha Nacimiento:	
Teléfono fijo:	Móvil:	e-mail:	
DNI:	N.º 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 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 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 sí 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 responsabilidad.**

Fecha y Firma:

