AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

TREKKING 2018

CAMPO BASE DEL EVEREST.- *Nepal*

SALIDA A PIE DESDE JIRI

Posibilidad de extensiones a:

NAGARKOT, LUMBINI y
PARQUE NACIONAL DE CHITWAN

Duración del programa base: 23 días
Fechas: Abril a Mayo y Septiembre a Octubre de 2018
Salida: Madrid/Barcelona (otras ciudades consultar)

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

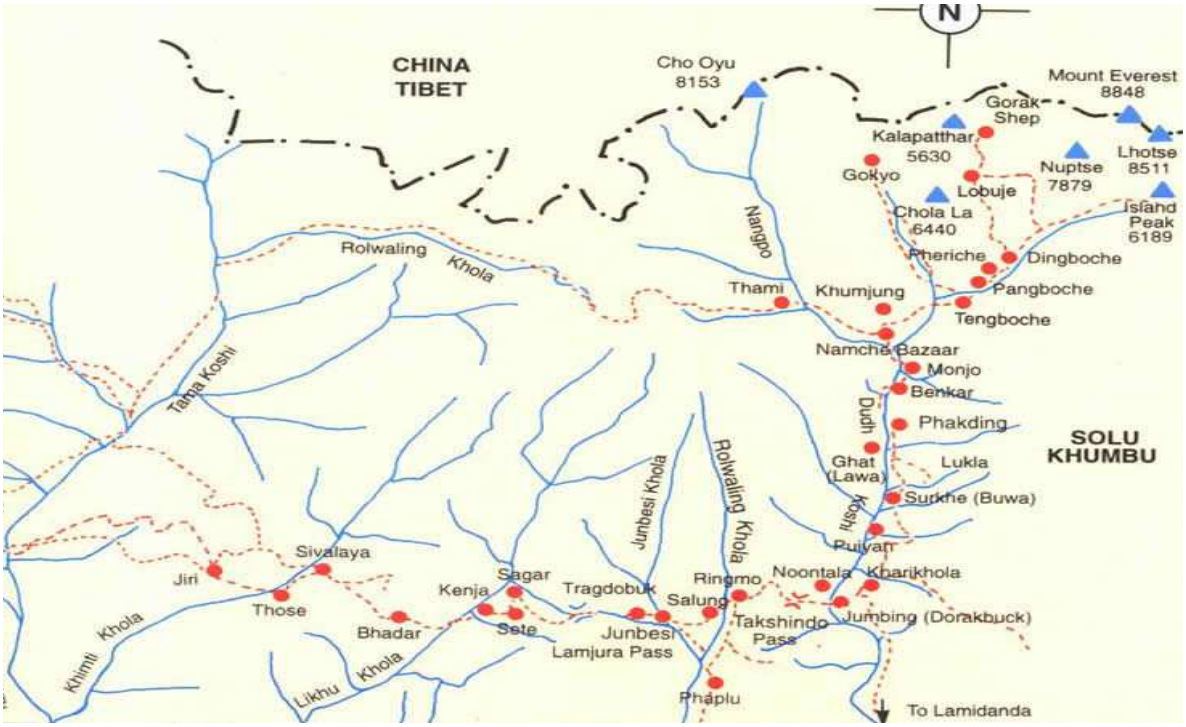
NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

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. En Nepal es llamado **Sagarmatha** (la frente del cielo) y en China **Chomolungma** o **Qomolangma Feng** (madre del universo). La montaña fue nombrada Everest en honor de Sir George Everest, británico, topógrafo general de la India, en 1865.

El trekking al Campo Base del Everest es, sin ninguna duda, uno de los más bonitos; no ya porque llega al Campo Base de la montaña más alta del mundo, el Everest, a pie de la cascada de Khumbu, sino por que recorre el valle del mismo nombre: **Namche Bazar, Tyangboche** y otros pueblos; el **Ama Dablam, el Pumori** son algunas de las montañas que veremos; el **Kalapatar,** un 5.000 al que subiremos y desde donde tendremos la mejor vista... Unos días inolvidables a los pies del Techo del Mundo.

Comenzarlo desde **Jiri,** viajando desde Katmandú hasta este pueblo, nos permite ver la ruta original, partiendo de las zonas de bosques subtropicales, **por poblados muchos menos frecuentados y poder apreciar todos los estratos de la vegetación del país, para los que tengan un poco de tiempo y quieran disfrutar de una manera más intensa de Nepal.**



PROGRAMA:

DÍA 1º: ESPAÑA- KATMANDÚ.
Salida del vuelo desde Madrid o Barcelona con destino a Katmandú

Día 2º: LLEGADA A KATMANDÚ
Llegada a Katmandú, traslado al hotel, alojamiento y desayuno

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

DÍA 3º: KATMANDÚ
Día libre en Katmandú para trámites y ultimas compras, noche en Hotel, alojamiento y desayuno

DÍA 4º: VIAJE A JIRI (1.955 m)- BHANDAR (1.520 m)
Duración: 3h
Por la mañana nos dirigiremos por carretera que luego se convierte en pista, a **Jiri.** Por él camino podemos ver el Himalaya al fondo e iremos cruzando grandes ríos procedentes de las montañas; pasando campos de arroz, maíz y mijo, llegaremos a Jiri y continuaremos a pie hasta **Bhandar,** donde dormiremos en Lodge.

DÍA 5º: BHANDAR (1.520 m) -SETE (2.570 m)
Duración: 5h
Saldremos del pueblo de Bhandar y caminamos por el valle con riachuelos y cascadas. Mas tarde el camino empieza a subir, a veces con fuertes repechos hasta llegar a **Sete.** Noche en Lodge**.**

DÍA 6º: SETE (2.000 m) - LAMJURA PASS (3.530 m) -JUNBESI (2.700 m)
Duración: 5/6h
Hoy comenzaremos temprano ya que pasaremos por **Lamjura Pass**, es el punto más alto entre **Jiri y Namche Bazar.** Desde aquí empezaremos un descenso entre abetos hasta el bonito pueblo sherpa de **Jumbesi,** en donde podremos visitar su monasterio. Noche en Lodge.

DÍA 7º: JUNBESI (2.700 m)- NUNTHALA (2.250 m)
Duración: 5/6h
Este día pasaremos por varios bosques, donde cruzaremos riachuelos con sus pintorescos puentes de madera hasta llegar a **Nuntala,** este día, si el tiempo lo permite, tendremos unas bonitas vistas de las montañas de la zona. Noche en Lodge.

DÍA 8º: NUNTHALA (2.250 m) – BUPSA (2.560 m)
Duración: 6/7h
Este día comenzaremos descendiendo fuertemente hasta el cauce del río glaciar **Dudh Koshi,** A continuación giramos al Norte y entramos en un valle donde pasaremos por los pueblos de **Jubhin, Kari khola** y por fin a **Bupsa,** nuestro destino de hoy. Noche en Lodge.

DÍA 9º: BUPSA (2.560 m)- SURKE
Duración: 4/5h
Hoy nuestro trekking nos lleva primero por una zona de vegetación boscosa al pueblo de **Puyan** y mas tarde tras un largo descenso hasta **Surke.** Noche en Lodge.

DÍA 10º: SURKE -PHAKDING (2.650 m)
Duración: 5h
Continuaremos nuestro trekking, pasaremos el **Chutok La** (2.900 m) y también por debajo del famoso aeropuerto de **Lukla**, desde aquí seguimos hasta **Cheplung,** donde nuestro sendero se une con el que viene de **Lukla,** mucho más transitado, seguimos por este último que nos lleva a **Phakding.** Noche en Lodge.

DÍA 11º: PHAKDING (2.650 m) - NAMCHE BAZAAR (3.450 m).
Duración: 5h
Por la mañana temprano iniciaremos la marcha, llegaremos a la entrada del **Parque Nacional de Sagarmatha** donde nos registraremos mostrando nuestro pasaporte.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

Después comenzaremos una continua subida hasta **Namche Bazaar,** capital y centro comercial del **valle del Khumbu** y puerta de entrada a la **región del Everest.** Pernoctaremos en Namche Bazaar, lo cual nos ayudará a una favorable aclimatación. Noche en Lodge.

DÍA 12º: NAMCHE BAZAAR (3.450 m).
Día de aclimatación. Visita del Monasterio budista y excursión por los pueblos de **Khunde y Khunjung** donde podremos ver la escuela de Hillary y el Hotel de los Japoneses. Noche en Lodge.

DÍA 13º: NAMCHE BAZAAR (3.450 m) - TENGBOCHE (3.867 m)
Duración: 6h

Iniciaremos temprano nuestro trekking ya que el día de hoy será duro, por las fuertes pendientes que debemos superar. Dejaremos atrás **Khumjung** para continuar sólo rodeados de montañas y ríos. A la media hora de camino gozaremos de las primeras vistas del **Amadablam**, una de las montañas más bellas del mundo. Continuaremos nuestra ruta hasta alcanzar el famoso asentamiento budista de **Tengboche.** El monasterio se edificó en la cima de un risco, rodeado por pinos, rododendros, azaleas, y muchas flores, bajo las sombras de algunas de las montañas más imponentes del mundo: **Thamserku, Ama Dablam, Nupse, Lhotse y Everest.** Nos encontraremos en un lugar mágico y bellísimo que invita a la paz y a la meditación. Alojamiento en Lodge.

DÍA 14º: TENGBOCHE (3.867 m)- DINGBOCHE (4.410 m).
Duración: 5h
Comenzaremos la jornada bajando y ya en el **valle del Khumbu** iremos hasta **Pangboche** y continuaremos hasta el bonito poblado de **Dingboche**, en el inicio del **Valle de Imja Khola.** Noche en lodge.

DÍA 15º: DINGBOCHE (4.410 m) - LOBUCHE (4.910 m).
Duración: 6h
Continuaremos nuestro recorrido en sentido ascendente. Nuestro objetivo de hoy será alcanzar el poblado de **Lobuche.** Aquí es muy posible que notemos los efectos de la altitud. Alojamiento en Lodge.

DÍA 16º: LOBUCHE (4.910 m) GHORAK SHEP (5.140 m)-CAMPO BASE DEL EVEREST (5.364m)-GORAK SHEP
Duración: 8h
Hoy comenzaremos temprano nuestro recorrido, ya que es un día largo y estaremos a mucha altitud. Subiremos de **Lobuche a Gorak Shep,** ultimo reducto habitado antes del **Campo Base del Everest.** Dejaremos nuestro equipaje en el Lodge, tomaremos la comida y por la tarde saldremos hacia el campo base del Everest, en unas 3 horas llegaremos a el, donde podremos observar la gigante **cascada del Khumbu**, por donde las expediciones se dirigen a la cumbre. Vuelta a **Gorak shep,** Noche en Lodge.

DÍA 17º: GORAK SHEP (4.270 m) – PERICHE (4.240 m).
Duración: 6h
Trekking a de descenso a **Periche,** pasando de nuevo el **Lobuche Pass** y los monumentos a los fallecidos en el Everest. Noche en Lodge.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

DÍA 18º: PERICHE (4.240 m) – NAMCHE BAZAR (3.450 m)
Duración: 7h
Con unas maravillosas vistas de las montañas, conforme vamos descendiendo al valle, podemos ver mas poblados, gente en los campos, con los animales, mas vegetación. Pasaremos de nuevo por Tengboche y su maravilloso templo, y seguiremos nuestro camino de descenso a **Namche Bazar,** pasando por bellos asentamientos, stupas, pequeños templos y volviendo a disfrutar de la vegetación. Noche en Lodge.

DÍA 19º: NAMCHE BAZAR (3.450 m) – LUKLA (2.840 m)
Duración: 6h
Trekking de descenso a **Lukla.** Esta es la ultima etapa de nuestro trekking, pasaremos por los puentes tibetanos y nos cruzaremos con los senderistas que empiezan su recorrido, pasaremos por el puesto de control del parque nacional para que sellen nuestros permisos y por fin llegaremos a **Lukla.** Noche en Lodge,

DÍA 20º: LUKLA- KATMANDÚ
Vuelo de regreso de **Lukla a Katmandú.** Traslado al hotel, resto del día libre. Alojamiento y desayuno

Día 21º: KATMANDÚ
Día libre en Katmandú. Hotel alojamiento y desayuno

Día 22º: INICIO DEL VUELO KATMANDÚ- ESPAÑA
Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España.

DÍA 23º: LLEGADA A ESPAÑA.

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

ESTE TREKKING SE PUEDE REALIZAR:

Con Guía de Alta Montaña UIAGM desde España y apoyo de Sherpa local; 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 Sherpa- Guía Local de trekking. El Sherpa 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 PROGRAMA DESCRITO:

CON GUÍA LOCAL DE TREKKING, VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS:

Grupo de 2-3 personas	**1.970 €/persona**
Grupo de 4-6 personas	**1.840 €/persona**
Grupo de 7-9 personas	**1.675 €/persona**
Grupo de 10-12 personas	**1.640 €/persona**

NOTA IMPORTANTE: TODOS LOS PRECIOS BASE DE LOS PROGRAMAS DESCRITOS están calculados con el valor de la divisa en diciembre (0,87 $-€) de 2017, para el número de personas indicado y con las tarifas aéreas en la clase turista más económica (sujetas a disponibilidad). Si varían estas condiciones variará igualmente el precio final del viaje.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

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.
- Transfer a Katmandú-Jiri
- Vuelo de Lukla a Katmandú al finalizar el trekking
- Guía local de trekking o Guía de Aragón Aventura, según la opción elegida
- 1 porteador por cada 2 miembros del trekking
- 12 Kg. por persona para equipo personal.
- Alojamientos en el trekking en Lodges y Tea Houses.
- Pensión completa en el trekking
- Permiso de entrada en el Parque Nacional.
- TIMS Trekking permit.
- Salarios, comida, transportes, equipamiento y seguros del staff local
- Bolsa petate de Aragón Aventura.
- IVA y Gastos de gestión.

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Vuelo España -Katmandú ida y vuelta. (consultarnos si estáis interesados)
- Visado de entrada en Nepal
- Comidas y cenas en Katmandú.
- Suplemento de habitación individual **(150€/persona)**
- 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
- Agua mineral, bebidas y extras personales.
- Equipo personal
- Propinas
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias no controlables como cancelaciones o retrasos de vuelos, desastres naturales, problemas atmosféricos, averías, perdidas 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.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:

Trekking sin grandes dificultades técnicas pero exigente debido a su duración y a la altitud que se alcanza, **más de 5.000m.** Se recomienda una buena preparación y condiciones físicas adecuadas al esfuerzo y desnivel a realizar, ya que en caso de no estar bien preparado, pueden verse frustradas tus expectativas en esta expedición.

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 40L**
- **Bolsa petate** (la llevan los porteadores)
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **Botas** de trekking (usadas).
- **Zapatilla o sandalia** para los descansos
- **Polainas**
- **Pantalones**
- **Camisetas**
- **Polos** interiores de cuello alto (varios, mejor con cremallera en el cuello).
- **Chaqueta de forro polar.**
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de plumas** o sintética**.**
- **Gorro de lana**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes finos** interiores.
- **Guantes tipo esquí.**
- **Gafas** de buena protección solar (2 pares)
- **Saco de dormir caliente** (mejor con cremallera lateral).
- **Bastones** para la marcha
- **Crema** de alta protección para la piel y labios.
- **Mochila** de unos 30/40 litros
- **Bolsa de viaje** o petate
- **Navaja.**
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio.
- **Pastillas potabilizadoras** para el agua.
- **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).

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

EXTENSIÓN A NAGARKOT:

Nagarkot es un pueblo de Nepal, próximo a Katmandú, situado a 2.195 m de altitud, donde los habitantes sobreviven del cultivo en las laderas de las montañas. Tienen una perspectiva diferente del paisaje, pues la puerta de entrada al pueblo está por encima de las nubes. Un lugar de ensueño.

En el pueblo de **Nagarkot** únicamente viven 3.500 habitantes, quienes son los afortunados de levantarse todos los días flotando sobre las nubes. Los turistas se niegan a perderse esta increíble experiencia y ver tan panorámico paisaje en las alturas. Además, el pueblo posee el privilegio de ser el balcón más próximo hacia el Everest y otros picos nevados de la cordillera del Himalaya.

PROGRAMA:

DÍA 1º: KATMANDÚ-NAGARKOT
Desayuno, traslado por carretera en vehículo privado a **Nagarkort**. Noche en hotel, alojamiento y desayuno.

DÍA 2º: NAGARKOT- KATMANDÚ.
Nos levantaremos temprano para hacer un pequeño recorrido y contemplar la salida del sol, después regreso a **Nagarkot**, visita del pueblo y alrededores. Por la tarde regreso a **Katmandú.**

PRECIOS DE LA EXTENSION A NAGARKOT:

CON GUÍA LOCAL DE HABLA INGLESA:

Grupo de 2-3 personas:	**350 €/persona**
Grupo de 4-6 personas:	**290 €/persona**
Grupo de 7-9 personas:	**250 €/persona**
Grupo de 10-12 personas	**220 €/persona**

EL PRECIO INCLUYE:

- Transporte Katmandú Nagarkot en vehículo privado, ida y vuelta
- 1 noche de hotel en Nagarkot, habitación doble, alojamiento y desayuno

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Comidas y cenas en Nagarkot y Katmandú
- Bebidas y gastos personales
- Propinas
- Todo lo no expresado en incluye

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

EXTENSIÓN A LUMBINI: Lugar de nacimiento de Buda.

En la región nepalí de **Terai,** muy cerca de la frontera con India, se encuentra **Lumbini**: un pequeño pueblo famoso por estar considerado históricamente el lugar de nacimiento de Buda.

Declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en el año 1997, lo primero que sorprende de Lumbini es su pequeñísimo tamaño. Apenas dos calles polvorientas y una hilera de casas de adobe y paja componen esta "localidad" que ha sabido mantener su encanto original, y es uno de los centros mas importante del peregrinaje budista.

Un enorme parque acoge en su interior monasterios para el retiro de los fieles, lagos, zonas de paseo, y el **Templo de Maya Devi,** una moderna construcción de ladrillo que protege el lugar exacto donde la Reina Maya dio a luz al pequeño Siddharta. Una de las imágenes más hermosas que pueden disfrutarse en este lugar es la de los monjes y fieles que, cada día, se sientan bajo el sagrado árbol de Bodhi a recitar sus oraciones.

PROGRAMA:

DÍA 1º: KATMANDÚ- BHAIRAWA- LUMBINI
Desayuno, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a **Bhairawa** (1h). Llegada y traslado al hotel situado en el pueblo de Lumbini.

DÍA 2º: LUMBINI
Desayuno y día libre para visitar los diferentes monasterios y stupas budistas del pueblo de **Lumbini.** Noche en hotel.

DÍA 3º: LUMBINI- KATMANDÚ
Después del desayuno, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a **Katmandú.**

PRECIOS DE LA EXTENSION A LUMBINI:

CON GUÍA LOCAL DE HABLA INGLESA:

Grupo de 2-3 personas:	**815 €/persona**
Grupo de 4-6 personas:	**750 €/persona**
Grupo de 7-9 personas:	**680 €/persona**
Grupo de 10-12 personas	**620 €/persona**

EL PRECIO INCLUYE:

- Vuelo Katmandú- Bhairawa ida y vuelta
- 2 noches de hotel en Lumbini, habitación doble, alojamiento y desayuno
- Visita de Lumbini

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Comidas y cenas en Lumbini.
- Comidas y cenas en Katmandú
- Bebidas y gastos personales
- Propinas
- Todo lo no expresado en incluye

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

EXTENSIÓN A CHITWAN, KASARA RESORT

Junto con la frontera con India, al sur de Katmandú, se encuentra el **Parque Nacional de Chitwan**, una región de **humedales y jungla**. En **Chitwan** habitan elefantes, rinocerontes, cocodrilos y el famoso tigre de bengala, que aunque es muy escurridizo, con mucha suerte y paciencia puede llegar a ser visto de vez en cuando.

Una de las mejores formas de recorrer las profundidades del parque es hacerlo **mediante un paseo en canoa** a lo largo de alguno de sus ríos. Otra opción es visitarlo **a lomos de un elefante**, lo que nos asegura unas vistas desde las alturas que no tendremos de otro modo.

El Kasara Resort se encuentra en Chitwan. Su esencia es una armoniosa mezcla de naturaleza y modernidad. Ofrece un lujo sencillo en un entorno exuberante y natural en el corazón del emocionante Parque Nacional Chitwan de Nepal. Un lugar ideal para relajarse después de un trekking de montaña y descansar es sus cómodas instalaciones, en resumen, visitar otra parte de Nepal, diferente y no tan conocida, disfrutando de la vida salvaje en estado puro.

PROGRAMA:

DÍA 1º: KATMANDÚ- CHITWAN- KASARA RESORT
Desayuno, traslado por carretera al complejo hotelero **Kasara Resort de Chitwan.** Llegada después de comer, por la tarde actividades visita a los elefantes. Noche en el Kasara Resort, pensión completa.

DÍA 2º: KASARA RESORT
Desayuno pasaremos todo el día en la jungla, iremos con un todo terreno visitando las diferentes zonas para ver a los animales en su hábitat natural. Podremos dar un paseo andando, en canoa etc. Alojamiento y pensión completa.

DÍA 3º: KASARA RESORT - KATMANDÚ
Después del desayuno, traslado por carretera a Katmandú.

PRECIOS DE LA EXTENSION A CHITWAN:

CON GUÍA LOCAL DE HABLA INGLESA:

Grupo de 2-3 personas:	**695 €/persona**
Grupo de 4-6 personas:	**650 €/persona**
Grupo de 7-9 personas:	**595 €/persona**
Grupo de 10-12 personas	**545 €/persona**

EL PRECIO INCLUYE:

- Traslado Katmandú- Chitwan, en vehículo privado, ida y vuelta
- 2 noches de hotel en el Kasara Resort, habitación doble, pensión completa
- Visita a la jungla y actividades de naturaleza

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Comidas y cenas en Katmandú
- Bebidas y gastos personales
- Propinas
- Todo lo no expresado en incluye

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 EMITIRA 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 para expediciones 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 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 substracción 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

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

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.**

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

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.**

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 Katmandú- Lukla 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 Lula, 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 autorizados. 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.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

Geográficamente, **Nepa**l 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/

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/

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

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

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.

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

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

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 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 PARTICIPANTES Y CONSULTARNOS CUALQUIER DUDA QUE TENGAIS.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

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.

Trekking a:	
Fechas del Trekking:	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 montaña y altura

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)

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España

NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

CONVENIO PARA LOS TREKKINGS 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 y el resguardo del pago, en el momento de formalizar la reserva.

Nombre y Apellidos:	
Trekking 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 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/GUIA ACOMPAÑANTE UIMLA, 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 en los temas de organización, logística y seguridad 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 mermadas en un momento dado.
- **EN EL TREKKING 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 EL TREKKING SIN GUIA: 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 que puedan surgir en el trekking, **declinando esta empresa organizadora, cualquier responsabilidad.**

Fecha y Firma del participante: