

TREKKING 2019

EL VALLE DE MARKHA, LADAKH.- *India*



ASCENSIÓN OPCIONAL AL STOK KANGRI (6.150m)

***Posibilidad de extensión al Triángulo del Oro:
DELHI, JAIPUR Y AGRA (TAJ MAHAL)***

Duración del programa base: 20 días

Fechas: 15 de junio al 30 de septiembre de 2019

Salida: Madrid/Barcelona
(Otras ciudades consultar)



INTRODUCCIÓN:

Ladakh, Ladakhi "tierra de los pasos elevados" es una región en el estado indio de **Jammu Cachemira**, se encuentra delimitada por el norte por las montañas Kunlun y la cadena de los Himalayas por el sur. Está habitado por una población de ascendencia Indo-Aria y tibetanos. Es una de las zonas menos pobladas del Cachemira. El pueblo más grande de Ladakh es **Leh**.

Ladakh es reconocida por la belleza de sus montañas remotas y su cultura. A veces es llamada *el "pequeño Tíbet"* ya que ha sido muy influenciado por la cultura tibetana. En el pasado **Ladakh** tuvo importancia por su ubicación estratégica en un punto de cruce de varias importantes rutas comerciales, pero desde que las autoridades chinas cerraron a mediados de la década de 1960 las fronteras con Tíbet y Asia Central, el comercio internacional ha mermado.

El Valle de Markha, es un sitio muy especial. De gran belleza por su aislamiento y soledad, presenta además unas montañas grandiosas. Este **trekking de Ladakh**, discurre por el **valle del río Markha**. Un recorrido que atraviesa diferentes poblaciones y monasterios a través de estrechas gargantas y altos collados de montaña. Un viaje de senderismo de altura, perfecto para cualquier persona con hábito de caminar por montaña y una condición física adecuada y que desee conocer la cordillera del Himalaya en verano.



Esta región situada en el norte de la India, en pleno corazón del Himalaya, no se ve afectada por los monzones que azotan otros territorios durante la época estival, lo que convierte a este viaje en un destino perfecto para quienes quieren viajar en verano a las montañas más altas del mundo. Si bien por debajo de los 3.500 metros de altura el clima es seco y extremadamente caluroso, cuando alcanzamos los 4.500 metros, las temperaturas bajan bastante por la noche llegando fácilmente a los cero grados.

Unir el trekking por este valle con la ascensión a un 6.000 sin dificultades técnicas, el **Stok Kangri**, es una gran oportunidad para los amantes del trekking y el alpinismo. Os animamos a intentar esta hermosa montaña tras andar por el valle de Ladakh Indio.

Se puede finalizar el viaje haciendo una extensión (muy recomendable) al **Triángulo del oro del Rajastán: Agra y Taj Mahal, Jaipur...**

PROGRAMA:

DÍA 1º: ESPAÑA – DELHI (INDIA)

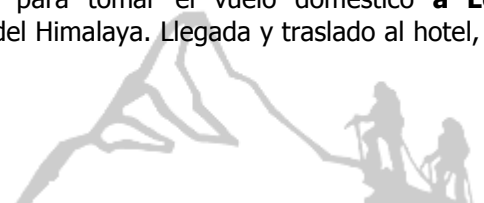
Vuelo regular con destino a Delhi. Noche a bordo. **Dependiendo del vuelo elegido se podrá llegar en el mismo día de la salida. Se adaptará el programa a él.**

DÍA 2º: DELHI

Llegada a **Delhi** y traslado al hotel cerca del aeropuerto.

DÍA 3º: DELHI – LEH (3.505 m)

Muy temprano por la mañana nos trasladaremos al aeropuerto para tomar el vuelo doméstico a **Leh**. Disfrutaremos de un vuelo escénico sobre las imponentes montañas del Himalaya. Llegada y traslado al hotel, día libre para dar un paseo por Leh e ir aclimatando a la altitud.



DÍA 4º: DÍA LIBRE EN LEH.

Después del desayuno visita turística guiada por **Leh**. Los lugares a visitar serán: **Shankar Gompa**, **La estupa de Shanti**, y el **Castillo de Tsemo**. Después de las visitas, regreso al hotel. Cena y alojamiento en el hotel.

DÍA 5º: DÍA LIBRE EN LEH.

Después del desayuno, continuaremos la visita de **Leh**, con Guía local de habla inglesa. Visitaremos **Shey** antigua capital y el hogar de los reyes de Ladakh. Su palacio se encuentra en una posición estratégica de manera que sobresale en el valle del Indo. El templo principal contiene una gran estatua de Buda esculpida por artesanos nepaleses. **Thiksey**, gran Gompa impresionante, situada en la cima de una colina escarpada, mientras que el resto del complejo se extiende debajo de ella. **Hemis** es uno de los monasterios más importantes de Ladakh. A través de la quietud de la amplia extensión, el Hemis gompa se encuentra erguido, construido en estilo tibetano, sobresaliendo de la cima de la montaña. Regreso por la tarde a nuestro hotel.



DÍA 6º: LEH – CHILLING (3.250 m) - SKIU (3.400m)

Duración: 3 h por carretera (68 Km) 4h de marcha

Nos trasladaremos en vehículo al pueblo de **Chilling**, un atractivo pueblo de artesanos que trabajan con metales como cobre, estaño y plata. Chilling está más bajo que Leh, lo que favorecerá nuestra aclimatación. En este lugar se acaba el camino al que pueden acceder los coches y es el punto de partida de nuestro trekking. Caminaremos por un paraje agradable y sin dificultad durante unas 3 horas Seguiremos un marcado sendero que nos llevará ascendiendo por el **valle de Markha**. El primer poblado que alcanzaremos será **Kaya**, seguido del cercano **Skui**, donde la garganta de **Shingri Nala** se une al valle de Markha desde el norte. Valdrá la pena detenernos un momento aquí donde existen cientos de chortens, la mayoría en ruinas. Estos, así como las ruinas de numerosas gompas (monasterios), serán los primeros signos de la misteriosa historia del gran valle de Markha. En Skiu veremos un pequeño monasterio aún activo. Noche en tiendas

DÍA 7º: SKIU (3.400 m) – MARKHA (3.705 m)

Duración: 7-8h



Hoy necesitaremos levantarnos muy temprano ya que a medida que avanza la mañana, la nieve se derrite y aumenta el caudal de los ríos, lo que hace más difícil cruzarlos. Nuestro objetivo será llegar al pueblo de **Markha** después del almuerzo. Recorreremos la sección más hermosa del valle de Markha, donde crecen fuertes arbustos a lo largo del río. Subiremos por verdes laderas con diversos chortens y piedras y disfrutaremos de una fantástica vista hacia atrás, río abajo. Un poco más adelante, tendremos nuestro primer vistazo del pico **Kang Yatse** (6.400 m), que aparecerá por el lado derecho. Llegaremos al pueblo de Markha, situado en una hermosa pradera. Noche en tiendas.

DÍA 8º: MARKHA (3.705 m)- HUNKAR (4.000 m)

Duración: 5-6h

Hoy el sendero discurre en medio de un acantilado y de las paredes del cañón Markha. Deberemos cruzar un paso, cuyas condiciones varían de un año a otro según los efectos que haya dejado el paso del invierno. Pasaremos por el pequeño poblado de **Umlung** y observaremos su monasterio, situado en lo alto de otro acantilado. El valle poco a poco se ensancha regalándonos sin duda, las mejores vistas del Kang Yatse, que se alza a la cabeza del valle.



El camino hasta el poblado de **Hunkar** es particularmente hermoso, dejaremos el valle principal para continuar por un puerto rocoso hasta **Nimaling Chhu**. Notaremos como el paisaje cambia, desde la cálida y relativamente arbolada zona del valle de más abajo a las zonas más inhóspitas pasado **Umlung**. Llegaremos al poblado granjero de **Hunkar** y veremos las antiguas ruinas de su monasterio. Noche en tiendas.

DÍA 9º: HUNKAR (4.000 m) – NIMALING (4.720 m)

Duración: 5-6h

Cruzaremos agradables praderas con coloridas flores y continuaremos subiendo hasta **Tchutchse** (4.150 m) Este lugar es encantador: prados verdes cubiertos de flores y las claras aguas del río que discurren en medio de las rocas. Disfrutaremos de una magnífica caminata, mientras subimos por un páramo en la base del Kang Yatze. Serán unas 2 a 3 horas de permanente ascenso mientras el sendero discurre por un angosto valle pasando por pequeños poblados. Seguiremos el curso de un arroyo lejos del río principal, que desaparece en una garganta. Disfrutaremos de espectaculares vistas panorámicas de los picos nevados. La pendiente nos mantendrá subiendo hasta acercarnos a la amplia planicie de **Nimalig**. Descenderemos para atravesarla, cruzaremos un río y continuaremos hasta nuestro campamento a 4.720 m de altura. Estaremos en medio de un paisaje espléndido. Al sur observaremos el sendero que lleva al **Konmaru La** (paso), mientras el Kang Yatze domina gran parte del paisaje. Hacia el este, el río continúa subiendo hasta el **paso Lalung**. Noche en tiendas.



DÍA 10º: NIMALING

Día de descanso y aclimatación en Nimaling, visitando la zona del **Kangyatse**. Noche en tiendas.

DÍA 11º: NIMALING (4.720 m)- KONGMARU LA PASS (5.150 m) –CHURKIMO (3.800m)

Duración: 5-6h

Nos dirigiremos a **Churkimo**, vía **el KonGmaru La Pass**. La marcha será fácil al inicio hasta que la pendiente cobre fuerza nuevamente y nos lleve, tras 2 horas de intenso trekking, a lo alto del paso. Pasaremos una última zona rocosa, y las banderas de oración que marcan el **Konmaru La**, el punto más alto de nuestro trekking. Desde aquí disfrutaremos de vistas fantásticas del **plateau de Nimaling**, que parecerá una tierra de ensueño con sus pastos verdes que contrastan fuertemente con el marrón y gris de la tierra pedregosa de los alrededores. Observaremos impresionantes picos a la distancia y hacia el oeste, el **valle de Zanskar** se extenderá ante nuestros ojos. Posteriormente iniciaremos un largo pero pausado descenso hasta **Churkimo** Pronto alcanzaremos el lugar donde se inicia la garganta y continuaremos hasta nuestro lugar de campamento. Noche en tiendas.

DÍA 12º: CHUKIRMO (3.800 m) - GYUNCHO LA (4.600 m)

Duración: 5h

Hoy nuestro trekking es algo mas relajado y nos llevará de **Chukirmo** hasta **Gyuncho La**, donde montaremos nuestro campamento para esta noche

DÍA 13º: GYUNCHO LA (4.600 m)- SHANG LA (4.800 m)- MATHO PHU (4.200 m)

Duración: 7h

Este día recorreremos la distancia que separa **Gyuncho La de Matho Phu**, pasado por el collado de **Shang La**. Noche en tiendas.

DÍA 14º: MATHO PHU (4.200 m) – CAMPO BASE DEL STOK KANGRI (4.800 m)

Duración: 7h

Este día es la última etapa del trekking de aproximación a nuestro objetivo, el **Stok Kangri**, hoy llegaremos a su campo base. Noche en tiendas.



DÍA 15º: CAMPO BASE DEL STOK KANGRI

Día de descanso y recuperación en el Campamento Base, así como para realizar los preparativos para jornada de ascensión del día siguiente.

DÍA 16º: DÍA DE ASCENSIÓN AL STOK KANGRI (6.156 m.)

Duración: 14h



El día de cumbre comenzará antes del amanecer para aprovechar las horas de luz. La dificultad de la ascensión se valorará según la cantidad de nieve que nos vayamos encontrando. Lo normal es usar los crampones ocasionalmente, ya que se sube gran parte del trayecto a través de bloques de piedras. Si bien la ascensión por la arista está bastante expuesta, la cuerda no es realmente necesaria hasta casi los 6.000 m. La llegada a la cumbre nos recompensará con unas fabulosas vistas del valle así como de Leh. Después de disfrutar de la cima regresaremos al Campo Base por el mismo recorrido. Noche en tiendas.

NOTA: QUIEN NO QUIERA REALIZAR LA ASCENSIÓN AL STOK KANGRI, SE QUEDARÁ ESTE DÍA DESCANSANDO EN EL CAMPO BASE.

DÍA 17º: CAMPO BASE DEL STOK KANGRI- STOK VILLAGE- LEH

Duración: 5h 1,30h por carretera

Nuestro último día de trekking nos lleva hasta el pueblo de **Stok**, un descenso por un impresionante paisaje. Allí nos recogerán los vehículos y nos trasladarán a **Leh**. Noche en Hotel.

DÍA 18º: LEH

Día libre en Leh. Noche en Hotel.

DÍA 19º: LEH- DELHI

Desayuno y traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a **Delhi**. Traslado al Hotel en la ciudad, resto de la jornada libre.

DÍA 20º: DELHI- ESPAÑA

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso 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 PROGRAMA DE SE PUEDE REALIZAR:

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.**

Con Guía de montaña Local. 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 LOCAL, SIN VUELOS INTERNACIONALES:

GRUPO DE 2-3 PERSONAS:	2.525 €/Persona
GRUPO DE 4 PERSONAS	2.120 €/Persona
GRUPO DE 5-7 PERSONAS:	2.095 €/Persona
GRUPO DE 8-9 PERSONAS	1.975 €/Persona
GRUPO DE 10-14 PERSONAS	1.935 €/Persona
GRUPO DE 15 O +PERSONAS	1.795 €/Persona
VUELO INTERNACIONAL A PARTIR DE*	600 €/persona

* Precio de los vuelos internacionales y tasas aéreas en la tarifa más económica en diciembre de 2018. A reconfirmar en el momento de la reserva, ya que puede haber variado el precio.

NOTA IMPORTANTE: TODOS LOS PRECIOS BASE DE LOS PROGRAMAS DESCRITOS están calculados con el valor de la divisa en diciembre de 2018 (0,88 ratio \$/€), para el numero de personas y condiciones indicadas. Si varía cualquiera de estas circunstancias variará igualmente el precio final del viaje.

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

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

EL PRECIO INCLUYE:

- Vuelo Delhi – Leh ida y vuelta
- 2 noches de Hotel en Delhi (alojamiento y desayuno)
- 4 noches de Hotel en Leh (media pensión)
- Guía turístico local de habla inglesa para la visita de Leh (días 4º y 5º)
- Entrada en los monasterios de Ladakh (solo en la visita guiada)
- Transfers interiores.
- Guía local de trekking de habla inglesa (días 6º al 17º)
- Guía de Alta Montaña para el día de la ascensión al Stok Kangri (día 15º)
- Pensión completa durante la estancia en la montaña
- Alojamiento en la montaña en tiendas de 2 plazas con colchones
- Cocinero
- Sherpas
- Caballos para el equipaje personal (15 kg/persona)
- Permiso de ascensión.
- Tasas de camping y de trekking
- Bolsa petate de Aragón Aventura
- IVA y Gastos de gestión



EL PRECIO NO INCLUYE:

- Vuelo Internacional España - Delhi ida y vuelta
- Visado de entrada en India
- Comidas y cenas en Delhi
- Comidas en Leh
- Habitación individual **(225€/persona)**
- Rescates
- Equipo personal
- Propinas
- Agua mineral, bebidas y extras personales.
- 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 seguros y preguntarnos precios y condiciones)
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias no controlables como cancelaciones o retrasos de vuelos, desastres naturales, problemas atmosféricos, averías, pérdidas o retraso del equipaje, causas de fuerza mayor etc.

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

ALOJAMIENTOS PREVISTOS:

(Sujetos a disponibilidad, si no la hubiera se buscará un hotel de similares características y categoría)

CIUDAD	HOTEL	CATEGORIA	NOCHES	REGIMEN
DELHI	Hans Plaza (4*) www.hanshotels.com	Standard Room	02	Alojamiento y desayuno
LEH	Lha – Ri – Mo www.lharimo.com	Standard Room	05	Media Pensión
TREKKING	Tiendas de campaña		11	Pensión completa

NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:

El trekking del Valle de Markha no tiene grandes dificultades técnicas, aunque hay que tener en cuenta la longitud de algunas etapas y la altitud que se alcanza, con dos pasos de montaña de 5.000 m y que la mayor parte del trekking discurre alrededor de los 3.700-4.500 metros. Se recomienda una preparación y condiciones físicas adecuadas al esfuerzo y desnivel a realizar, ya que, en caso contrario, pueden verse frustradas tus expectativas en este trekking

El Stok Kangri es una montaña sin dificultad técnica pero de una altitud considerable, además el día de cima es duro. Nos vamos a tener que desenvolver por terreno glaciar, por lo que 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, debe tener una buena práctica en la progresión con crampones en todo tipo de pendientes hasta 50º por terreno glaciar, técnicas de seguridad, así como experiencia en alpinismo invernal y en altura. Se aconseja realizar previamente, para los menos experimentados, algún curso invernal especializado.



ACONSEJAMOS REALIZARSE UN CHEQUEO MÉDICO GENERAL Y DENTAL ANTES DE LA SALIDA. 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.

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

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**, sobretudoo 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 de alta montaña calientes**
- **Botas blandas** de trekking para las zonas bajas.
- **Sandalias** para los momentos de campo base o descanso
- **Calcetines** finos y recios (varios pares de recambio).
- **Pantalones de montaña**
- **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.**
- **Pasamontañas**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes finos** interiores.
- **Guantes tipo esquí**
- **Gafas** de máxima protección solar (2 pares)
- **Gafas** de ventisca (tipo esquí).
- **Saco de dormir** de plumas caliente (mejor con cremallera lateral)
- **Colchoneta** aislante.
- **Bote** para orinar en los campamentos de altura.
- **Crampones** automáticos con gomas "antizuecos". (para la ascensión al Stok)
- **Piolet** (para la ascensión al Stok)
- **Bastones** telescópicos (optativo).



- **Crema protectora piel y labios.** De alta protección (ejemplo: Helioderm 32 de Isdin).
- **Navaja y mechero**
- **Cantimplora.**
- **Mosquetones** de seguridad (para la ascensión al Stok)
- **Arnés** (para la ascensión al Stok)
- **Cordinos** (para la ascensión al Stok)
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio y bombillas.
- **Botiquín personal**
- **Bolsa de aseo personal, toalla, papel higiénico etc.**
- **Cuerdas** para encordamiento en glaciar (para la ascensión al Stok)
- **Cámara fotográfica** (optativo)
- **Altímetro** (optativo)
- **GPS**(optativo)

EXTENSIÓN AL TRIANGULO DE ORO:

El Triangulo de Oro es un destino mágico en el norte de la India donde el turista puede apreciar a simple vista el curioso contraste de colores que predomina en cada ciudad: **el verde de Delhi, el rosa de Jaipur y el blanco del Taj Mahal de Agra.**

Os proponemos un viaje de 4 días/3 noches visitando los lugares mas emblemáticos de la zona, a realizar al final de vuestro trekking o expedición, para conocer un poco más de este maravilloso país de contrastes y culturas ancestrales que es la India.

PROGRAMA:

DÍA 1º: DELHI-JAIPUR

Distancia: 270 Km. Duración: 5h

Después del desayuno, comenzamos el viaje por carretera a Jaipur. **Jaipur**, la capital de Rajastán, goza de una gran fama por ser territorio de los rajputs, unos bravos guerreros que lucharon con sus vidas por defender sus tierras. Esta considerada la "ciudad rosa" por el espectacular colorido de sus edificios que la dan un toque muy especial. Llegada a nuestro hotel.



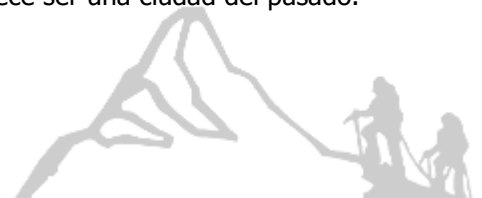
DÍA 2º: JAIPUR

La ciudad fue construida en el siglo XVIII por el maharajá Jai Singh II, del que recibe su nombre. El **Fuerte Amber** es un impresionante recinto amurallado y fortificado en el año 1.592 sobre una colina en la antigua ciudad de Amber, y el **Hawa Mahal**, la imagen más conocida de la ciudad, cuyo nombre significa palacio del viento, y que fue construido para que las mujeres del palacio pudieran ver las procesiones callejeras. Después del desayuno traslado en coche hasta el **Fuerte Amber**. Podremos disfrutar de un paseo en elefante para subir al fuerte. Después se visitaran los principales lugares de interés de Jaipur: **El City Palace, el Janta Mantar y el Hawa Mahal** (solo desde el exterior). El resto del día será libre para visitar la ciudad y los mercados locales. A ultima hora traslado a nuestro hotel.

DÍA 3º: JAIPUR-FATEHPUR SIKRI-AGRA

Distancia: 265 Km. Duración: 5h

Desayuno y traslado en coche a **Agra**, famosa por ser el hogar de una de las Siete Maravillas del Mundo, el **Taj Mahal**. Agra fue una vez la capital del Imperio Mughal y aún hoy parece ser una ciudad del pasado.



En el camino visitaremos un pueblo llamado **Abhaneri**, originalmente Abhaneri se llamaba **Abha Nagri**, que significa la ciudad del brillo. Continuaremos nuestro viaje y pararemos para visitar **Fatehpur Sikri**, "la ciudad fantasma" que se encuentra al oeste de Agra. Por la tarde llegada a nuestro hotel en Agra.

DÍA 4º: AGRA-DELHI

Distancia: 230 Km. Duración: 3/4h

Situada a orillas del río Yamuna, **Agra** fue la capital del imperio Mogol durante los años 1556 y 1658. Agra supone el tercer vértice del triángulo de oro. Es la ciudad del blanco y majestuoso **Taj Mahal**, construido por el emperador mongol Shah Jahan para su esposa favorita. Su tamaño y su belleza no decepcionan a nadie, por mucho que se haya visto la fotografía cientos de veces. Temprano por la mañana visitaremos el **Taj Mahal** (este monumento permanece cerrado todos los viernes). Podremos tomar coches eléctricos para ir desde el aparcamiento hasta la puerta. Después de la visita regresaremos al hotel para el desayuno. Continuaremos la mañana visitando el resto de los lugares de interés de Agra como el **El Fuerte Rojo y El Itmad ul-daulah**. A primera hora de la tarde regreso por carretera hasta el **aeropuerto de Delhi** para tomar el vuelo a España (dependiendo del vuelo elegido es posible pasar esta noche en hotel en Delhi y tomar el vuelo al día siguiente, en ese caso hay suplemento de una noche extra)



PRECIOS DE LA EXTENSION AL TRIANGULO DE ORO:

Con Guía Local de habla inglesa:

GRUPO DE 6 A 9 PERSONAS	385 €/persona
GRUPO DE 10 A 15 PERSONAS	350 €/persona
GRUPO DE MÁS DE 15 PERSONAS	325 €/persona

EL PRECIO INCLUYE:

- Todos los traslados incluidos en el recorrido descritos en programa
- Traslados hotel y aeropuerto en Delhi
- 3 noches en los hoteles descritos a continuación, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- Servicio de Guía local de habla hispana durante el recorrido de turismo del Triángulo de Oro.
- Entradas a los monumentos en Jaipur, Fatehpur Sikri y Agra.
- Paseo en elefantes en el Fuerte Amber de Jaipur
- Coche eléctrico desde el aparcamiento hasta la puerta del Taj Mahal.

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Comidas y cenas en todo el programa
- Bebidas y gastos personales
- Todo lo no expresado en incluye
- Cualquier gasto ocasionado por razones ajenas a nuestro control, tales como retrasos, cancelaciones, etc., Y cualquier otra situación relacionada con bloqueo de carreteras, accidentes, evacuación médica y calamidades naturales.

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.



ALOJAMIENTOS PREVISTOS:

(Sujetos a disponibilidad, si no la hubiera se buscará un hotel de similares características y categoría)

CIUDAD	HOTEL	CATEGORIA	NOCHES	REGIMEN
JAIPUR	Shahpura House www.shahpura.com	Deluxe Room	02	Alojamiento y desayuno
AGRA	Crystal Sarovar www.sarovarhotels.com	Deluxe Room	01	Alojamiento y desayuno

INSCRIPCIONES:

REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN:

- Realizar un **pago de reserva por persona del 50% del precio del viaje**. 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 el viaje con vuelos incluidos, se deberá pagar en el momento de la reserva **el importe total de los vuelos. No se emitirá ningún billete de avión si no se ha pagado la totalidad de su importe**.
- Adjuntar una **copia escaneada del Pasaporte** del participante.
- Cumplimentar por parte de cada participante y enviar a la oficina de Aragón Aventura, por mail o fax, la **hoja de inscripción y el convenio de actividades de montaña** que vienen al final de esta ficha técnica.
- Si se quiere contratar un seguro de asistencia en viaje y cancelación (consultar apartado "Seguros") confirmar en el momento de la reserva el tipo de seguro elegido.

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

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

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

Con una antelación mínima de al menos 20 días antes de la fecha de comienzo del viaje, se deberá haber pagado el importe total de este. Una vez realizado el último pago, se remitirá la documentación a la dirección electrónica o postal que nos indique el cliente.

INFORMACIONES DE INTERES:

DOCUMENTACIÓN:

- **Pasaporte** con validez mínima de 6 meses posterior a la fecha prevista de regreso.
- **Visado** de entrada en **India**, posibilidad de tramitarlo a través de **Aragón Aventura**.



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>

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€). **ESTE SEGURO DEBE CONTRATARSE EN EL MOMENTO DE LA RESERVA DEL VIAJE O COMO MÁXIMO, DENTRO DE LOS 6 DÍAS SIGUIENTES, PARA QUE CUBRA LA GARANTIA DE ANULACIÓN.**
- **SEGURO ASISTENCIA Y ANULACIÓN POR FUERZA MAYOR:** Cubre, además de la asistencia sanitaria, los gastos de anulación del viaje hasta el máximo del capital contratado (2.500€ o 5.000€), por cualquier causa de fuerza mayor, **justificada o no**, distinta a las indicadas en la póliza, ocurrida **antes de las 24 horas de la salida y notificada de inmediato, que impida el inicio del viaje en la fecha y hora prevista.** En el caso de **no justificada**, se aplicará una franquicia del 10% sobre el importe total del viaje. **ESTE SEGURO DEBE CONTRATARSE EN EL MOMENTO DE LA RESERVA DEL VIAJE O COMO MÁXIMO, DENTRO DE LAS 24 HORAS SIGUIENTES, PARA QUE CUBRA LA GARANTIA DE ANULACIÓN.**

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

Si por alguna circunstancia de **fuerza mayor ajena a la voluntad del viajero y debidamente documentada**, se tuviera que anular el viaje una vez pagado y **siempre antes de su inicio**, Aragón Aventura informará y asesorará de los trámites correspondientes ante la compañía de seguros para reclamar la devolución de todo o parte del importe del viaje (dependiendo de las condiciones contratadas).

SE RECUERDA QUE PUEDE HABER GASTOS DE CANCELACIÓN TOTALES O PARCIALES DEL PAQUETE DE AGENCIA, YA QUE EN MUCHOS CASOS NUESTROS CORRESPONSALES LOCALES DEBEN REALIZAR PAGOS ANTICIPADOS PARA RESERVAR LOS SERVICIOS CONTRATADOS EN DESTINO.

RECALCAMOS QUE ARAGÓN AVENTURA OFRECE AL CLIENTE LA POSIBILIDAD DE GESTIONAR LOS SEGUROS CITADOS ANTERIORMENTE, PERO SON LAS PROPIAS COMPAÑÍAS ASEGURADORAS LAS QUE TIENEN LA RESPONSABILIDAD Y DEBEN RESPONDER EN CASO DE NECESIDAD, Y ES EL PROPIO INTERESADO QUIEN DEBE REALIZAR LAS GESTIONES OPORTUNAS ANTE ELLAS.

EVACUACIÓN O RESCATE: 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.**

VACUNAS Y RECOMENDACIONES SANITARIAS: No es obligatoria ninguna vacuna 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. Hay riesgo de Paludismo por debajo de los 2000 m.

Excepto en las ciudades y en hoteles de alta categoría, las condiciones sanitarias son deficientes y es recomendable tener precauciones con el agua y con los alimentos frescos. Es muy importante, sobretudo 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 consultar la página del Ministerio de Sanidad <http://www.msssi.gob.es/>**

PLAN DE VUELO: A confirmar en el momento de la reserva del viaje

EQUIPAJES: 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**. 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.

INFORMACIÓN DEL PAÍS:

La República de la India es un país que ocupa la mayor del sur de Asia. Tiene fronteras con Pakistán y Afganistán en el noroeste, la República Popular de China, Nepal, y Bután en el norte, y Bangladesh y Myanmar en el este, con una línea costera que se extiende por más de siete mil kilómetros. Su capital es **Nueva Delhi**.

La India es el segundo país populoso en el mundo, con una población que sobrepasa los mil millones y es el séptimo país más grande por área geográfica. Es una república constitucional que esta compuesta por la unión de veintiocho estados y seis territorios. Como centro de las rutas históricas importantes del comercio, la India es el hogar de algunas de las civilizaciones más antiguas. La India es el lugar de nacimiento de las cuatro religiones importantes del mundo: el hinduismo, el budismo, el jainismo y el sijismo, y tiene la tercera población musulmana más grande en el mundo.

Jammu Cachemira es el estado de la India situado más al norte. Limita al N y NE con China (Xinjiang y Tíbet), al Sur con los estados indios de Himachal Pradesh y Panyab, al sudoeste, oeste, noroeste con Pakistán. **Cachemira** es uno de los estados históricos de la India, antiguamente conocido como "el paraíso en la tierra" por sus hermosos paisajes montañosos. **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/>

Embajada Española: 12, Prithviraj Road - **New Delhi** 110011. Tel: (91-11) 4129 3000.

Idioma: El Indio es el idioma oficial más hablado. Hay otros 21 idiomas oficiales en el País. El Inglés es la segunda lengua y la lengua de los asuntos administrativos y judiciales.

Moneda: En **India** la moneda es la rupia. El cambio en el mercado negro (más ventajoso que el cambio oficial) está castigado por la ley. Los euros son aceptados por las Agencias de Cambio. Para mas información de los cambios actuales de moneda podéis consultar la página www.oanda.com/convert/travel

Diferencia Horaria: GTM + 5,50 H. Podéis consultar la página www.hora.es

Electricidad: En la India la corriente eléctrica es de 240 V 50 Mz. Para información de la corriente eléctrica y enchufes podéis visitar la página www.otae.com/enchufes

Clima e Información Meteorológica: El **clima de India** varía ampliamente, India es un país con una gran diversidad climática. Su situación geográfica y geológica le permite tener zonas tropicales y sub-tropicales, zonas templadas, y zonas alpinas. Ya que el Océano Índico y la presencia del Himalaya (que se encuentra en el norte del país, en las fronteras con la China, el Nepal, y el Bután) influyen mucho en la configuración del mapa de los climas en el país, en India los ciclones tropicales y otros tipos de tormentas puede traer grandes cantidades inusuales de precipitaciones en algunos partes del año.

De esta forma, en India es posible encontrar climas fríos de alta montaña (con nieve y glaciares) a unos cuantos kilómetros de los climas más calurosos de la llanura Indo-Gangética. India tiene cuatro estaciones, el invierno, el verano, el monzón, y el «otoño». **Para mas información podéis consultar las páginas** www.mountain.forecast.com y www.snow-forecast.com/resorts/Stok-Kangri

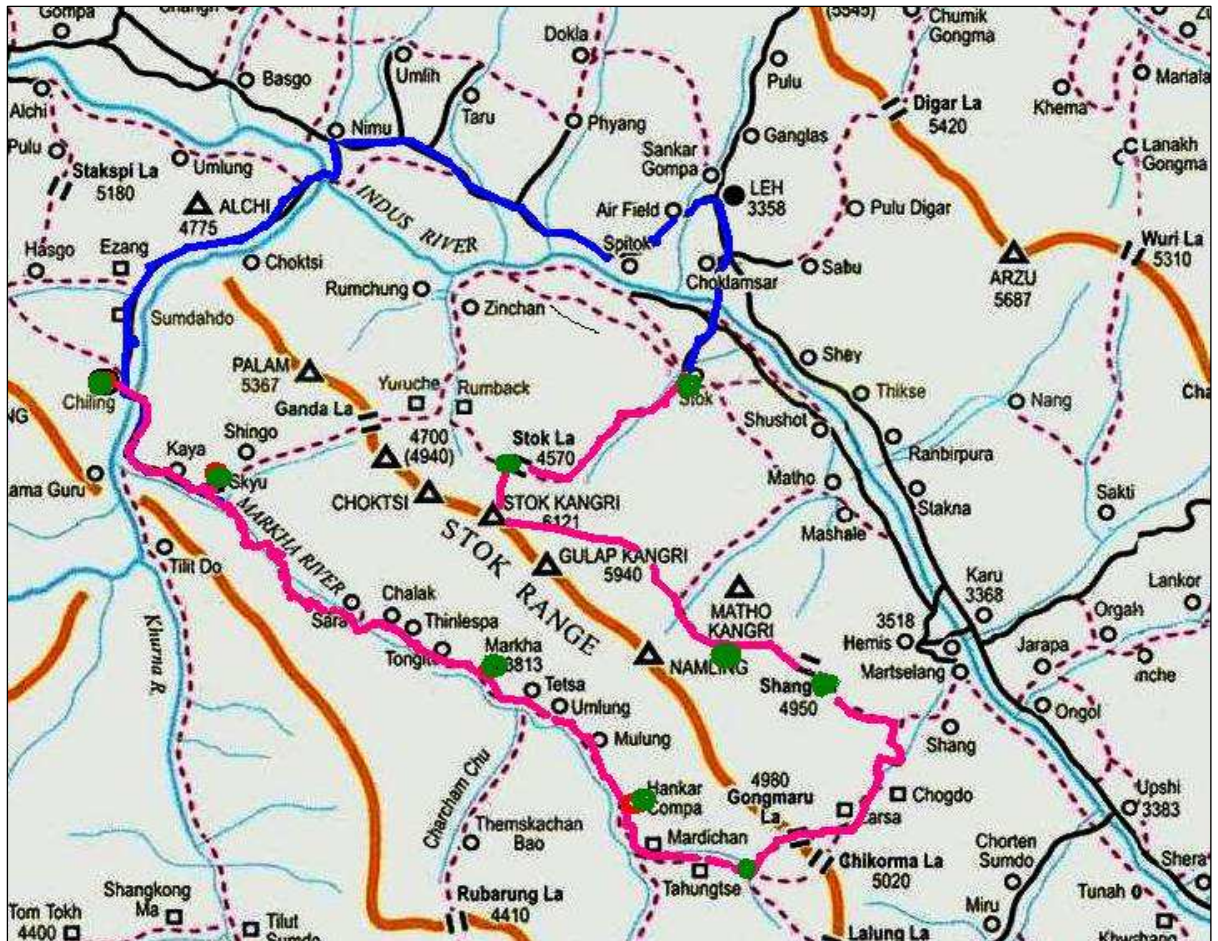
MUY IMPORTANTE: ARAGON AVENTURA ENTIENDE QUE EL PARTICIPANTE ES CONSCIENTE DE QUE PARTICIPA VOLUNTARIAMENTE EN UNA EXPEDICIÓN DE ALTA MONTAÑA QUE SE DESARROLLA EN PAISES A VECES COMPLICADOS E INESTABLES, CON COSTUMBRES Y CULTURA DIFERENTES A LA NUESTRA, RECORRIENDO ZONAS REMOTAS Y ALEJADAS, Y QUE CONOCE 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

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 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 y el resguardo del pago, 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:

