

TREKKING 2018

TREKKING DEL DOLPO.- *Nepal*



Posibilidad de extensiones a:

***NAGARKOT, LUMBINI Y
PARQUE NACIONAL DE CHITWAN***

Duración del programa base: 22 días

Fechas: Julio - septiembre de 2018

Salida: Madrid – Barcelona (otras ciudades consultar)



INTRODUCCIÓN:

El **Himalaya** es una cordillera situada en el continente asiático, y se extiende por los países de Bután, China, Nepal, Tíbet, India y Pakistán formando un arco de oeste a este de 2.600 kilómetros y de norte a sur de 350 kilómetros. Su nombre procede del sánscrito significa *valle de nieves*. Es la cordillera más alta de la tierra, con catorce cimas de más de 8.000 metros de altura, siendo el Everest con sus 8.848 metros, la montaña más alta de la tierra.

El Trekking Dolpo se desarrolla en una región remota donde encontraremos, tras las montañas una cultura ancestral que apenas ha cambiado a lo largo de los siglos. Un mundo de monasterios perdidos en las montañas y caravanas de yaks transportando la tan preciada sal, el "oro de las montañas".



Las leyendas han dejado al **Dolpo** como uno de los « países secretos » del mundo himaláyico. Protegido del mundo exterior por altas montañas y valles profundos, es un enclave tibetano en territorio nepalí. Los habitantes de Dolpo son originarios del Tíbet y una vez asentados en Nepal comprobaron que sus cosechas

solo les proporcionaban alimentos para un tiempo e idearon la conocida "ruta de la sal" para subsistir a lo largo de todo el año.

Dolpo se abrió por primera vez a los trekkers en 1993, siendo una región prácticamente desconocida para los occidentales. Hoy día, estas tierras remotas atraen a muchas personas que buscan caminos alternativos a las rutas más transitadas. Además este trekking tiene la particularidad de que, al contrario que el resto de los trekkings de Nepal, los meses recomendados para realizarlo son los de verano.

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, día libre para descansar y visitar la ciudad. Noche en Hotel

DÍA 3º: KATMANDÚ

Día libre para descansar y visitar la ciudad. Noche en Hotel

DÍA 4º: KATMANDÚ- NEPALGUNJ

Traslado al aeropuerto y vuelo a **Nepalgunj**. Nepalgunj se encuentra en las llanuras del Terai, a pocos kilómetros de la frontera con India. Noche en hotel en la ciudad, media pensión



DÍA 5º: NEPALGUNJ- JUPHAL (2.475 m)- DUNAI (2.140 m)

Duración: 3,30h

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a **Juphal**. El vuelo es en avioneta y será de unos 35 minutos. Llegada a **Juphal** donde nos reunimos con el equipo local y comenzamos nuestro trekking hasta **Dunai**, la capital administrativa de **Dolpo**. Noche en tiendas.

DÍA 6º: DUNAI (2.140 m)- TARAKOT (2.537 m)

Duración: 5h

Comenzamos nuestro trekking por el valle del **Barbung Khola**. El valle es estrecho en sus inicios y finalmente se amplía a la llegada al pueblo de **Tarakot**. Noche en tiendas.

DÍA 7º: TARAKOT (2.537 m) – LAINA ODAR (3.475 m)

Duración: 6h

Comenzamos nuestro camino hasta alcanzar la confluencia de los ríos **Barbung** y **Tharap khola**, seguimos remontando este valle, el camino es un sube y baja continuo hasta meternos en la profunda e impresionante **garganta de Dho**. Llegaremos a **Laina Odar**, nuestro campamento de esta noche.

DÍA 8º: LAINA ODAR (3.475 m)- LANGA (4.050 m)

Duración: 6h

Una travesía por un camino tallado en la roca nos lleva a hasta **Langa** en cuyas cercanías montaremos nuestro campamento. Noche en tiendas.

DÍA 9º: LANGA (4.050 m)- DHO TARAP (3.945 m)

Duración: 5h

Hoy es el tercero y ultimo día de recorrido en el **valle del Dho**, que seguiremos remontando hasta llegar a **Dho Tarap** donde dormiremos esta noche en tiendas.

DÍA 10º: DHO TARAP (3.945 m)

Día de descanso y aclimatación den **Dho Tarap**. Pasaremos el día recorriendo las hermosas villas de **Dho Y Tarap**, se trata de aldeas perdidas en el tiempo. Sus habitantes son **Khampas** tibetanos con su característica coleta enhebrada con hilos de lana roja. Noche en tiendas.



DÍA 11º: DHO TARAP (3.945 m)- NUMA LA PHEDI BASE CAMP (4.440 m)

Duración: 6h

Este día va a ser más exigente y podemos empezar a notar la altitud, es un aperitivo de los días que nos esperan. Caminaremos hasta el **Numa La Phedi Base Camp** (base del collado de Numa) dormiremos en tiendas.

DÍA 12º: NUMA LA PHEDI (4.440 m)- NUMA LA (5.190 m)-BAGA LA HIGH CAMP (4.921 m)

Duración: 8h

Hoy cruzaremos el primero de los collados de altura que nos esperan en los próximos días, **el Numa La**, descendemos por la otra vertiente hasta el **campamento alto del Baga La** donde pasaremos esta noche.

DÍA 13º: BAGA LA HIGH CAMP (4.921 m)- BAGA LA BASE CAMP (3.982 m)

Duración: 7h

Descenderemos al campamento en la base del **Baga La**. Noche en tiendas.



DÍA 14º: BAGA LA BASE CAMP (3.982 m) –PHOKSOMDO LAKE (3.700 m)

Duración: 6h

Después de dos días duros cruzando collados descendemos hasta el **lago Phoksondo**. El lugar privilegiado del campamento nos ayudará a reponer fuerzas. Noche en tiendas.

DÍA 15º: PHOKSOMDO LAKE (3.700 m)

Día de descanso en el campamento del **lago Phoksondo**. Haremos una excursión alrededor del Lago.

DÍA 16º: PHOKSOMDO LAKE (3.700 m)- RECHI

Duración: 6h

Comenzamos nuestro descenso por el valle del **Suli Gap**. Este valle es muy distinto a los anteriores, con una vegetación más frondosa y ríos cristalinos aunque igual de caudalosos. Es posible que en esta parte de la travesía nos crucemos con algún monje que se dirija a **Shey Gompa**, el monasterio más importante de toda la región en el Alto Dolpo. Llegaremos a **Rechi** donde montaremos nuestro campamento.

DÍA 17º: RECHI- CHEPKA

Duración: 5h

Seguimos descendiendo el valle hasta llegar a **Chepka**, nuestro lugar de acampada de esta noche.

DÍA 18º: CHEPKA- JUPHAL (2.475 m)

Duración: 6h

Hoy será nuestro último día de trekking, cerrando el círculo del recorrido con la llegada a Jupal, nuestro punto de partida del primer día. Noche en tiendas.

DÍA 19º: JUPHAL (2.475 m)- NEPALGUNJ- KATMANDÚ

Traslado al aeropuerto para volar en avioneta a **Nepalgunj** y desde aquí vuelo doméstico a **Katmandú**. Traslado al hotel en la ciudad.

DIA 20º: KATMANDÚ

Día libre para visitar la ciudad y disfrutar de su gente, su entorno y compras. Noche en hotel, alojamiento y desayuno

DIA 21º: VUELO KATMANDÚ- ESPAÑA

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España.

DIA 22º: LLEGADA A ESPAÑA.

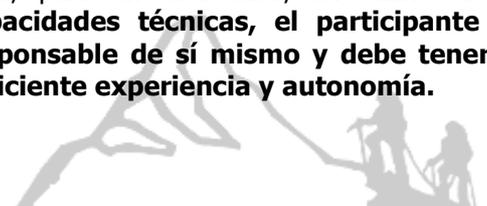
Este programa puede sufrir alguna variación a criterio del guía, por condiciones meteorológicas, condiciones físico-técnicas de los participantes o cualquier situación imprevista.

ESTE TREKKING SE PUEDE REALIZAR:

Con Guía Acompañante de Aragón Aventura, apoyo técnico, logístico y humano durante todo el tiempo del trekking de un Guía con experiencia y titulado de acuerdo con 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 4-5 personas	2.965 €/persona
Grupo de 6-7 personas	2.840 €/persona
Grupo de 8-9 personas	2.780 €/persona
Grupo de 10-12 personas	2.680 €/persona
Grupo de 13-15 Personas	2.620 €/persona

NOTA IMPORTANTE: TODOS LOS PRECIOS BASE DE LOS PROGRAMAS DESCRITOS están calculados con el valor de la divisa en diciembre de 2017 (0,87 ratio \$/€), 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.

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.
- 5 noches en Katmandú, habitación doble, alojamiento y desayuno en Hotel Clase Turista Superior.
- 1 noche de hotel en Nepalgunj, habitación doble, media pensión
- Permiso de trekking
- Permiso de entrada en el Parque Nacional y permiso TIMS
- Pensión completa en el trekking
- Alojamiento en tiendas de campaña para 2 personas, con colchonetas
- Guía de trekking local de habla inglesa, cocinero y sherpas asistentes.
- 1 porteador por cada 2 miembros
- Equipamiento de camping: tiendas de dormir, comedor, cocina, tienda wc
- Colchonetas, sillas, mesas y útiles de cocina y comer
- Todos los traslados mencionados en el programa
- Vuelos Katmandú-Nepalgunj ida y vuelta
- Vuelos Nepalgunj-Juphal ida y vuelta
- Equipamiento, salarios, traslado, comida y seguros del staff local.
- Cena de la última noche en Katmandú
- Bolsa petate de Aragón aventura.
- IVA y Gastos de gestión.

EL PRECIO NO INCLUYE:

- Vuelo Madrid-Katmandú ida y vuelta con tasas de aeropuerto incluidas. Consultar precios y disponibilidades para salir de otras ciudades.
- Visado de entrada en Nepal (40\$/persona)



- Comidas y cenas en Katmandú.
- Suplemento de habitación y tienda de campaña individual **(325€/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
- Equipo personal
- Agua mineral, bebidas y extras personales.
- Propinas (recomendado uno 80 euros por participante).
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias no controlables como cancelaciones o retrasos de vuelos, desastres naturales, problemas atmosféricos, averías, pérdidas o retraso del equipaje, causas de fuerza mayor etc.

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

NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:

Trekking sin grandes dificultades técnicas pero exigente debido a su duración y a la altitud que se alcanza, **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 unos 30/40 litros
- **Bolsa de viaje** o petate
- **Botas** de trekking (usadas).
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **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).
- **Colchoneta aislante**
- **Bastones** para la marcha



- **Crema** de alta protección para la piel y labios.
- **Navaja.**
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio.
- **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**
- **Pastillas para potabilizar el agua**
- **Cámara fotográfica** (optativo).
- **Altímetro** (optativo).
- **GPS** (optativo).

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

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

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 en 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

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 trekkings de montaña de Aragón Aventura** (que aparecen al final de esta ficha) y se nos enviará junto con el justificante de pago. **No se considerará ninguna inscripción en firme hasta que se hayan realizado los requisitos anteriormente citados.**

El pago se puede realizar por transferencia bancaria a la cuenta de Aragón Aventura que aparece en la ficha de inscripción, y **enviar el justificante bancario** bien por mail a informa@aragonaventura.es 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>

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).





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

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

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

Se debe prever un seguro que incluya estas contingencias y dinero efectivo o tarjetas de crédito con límite suficiente para poder hacer frente, en el momento, a los gastos que se puedan originar. En muchos casos hay que abonar estos gastos inmediatamente, para luego, con las facturas y justificantes pertinentes, reclamar la compensación a la compañía aseguradora. **ARAGÓN AVENTURA NO ES, EN NINGÚN CASO, RESPONSABLE DE ESTOS GASTOS.**

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.

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. Geográficamente, **Nepal** es un rectángulo de unos 600 por unos 200 Km. de ancho. Su territorio se suele dividir en tres zonas: **la montaña, las colinas y la zona del Terai**.

La región de las montañas contiene el punto más alto sobre la tierra, el **monte Everest** (Sagarmatha en nepalí), en la frontera con China, alcanzando los 8.844 metros. Ocho de las diez montañas más altas sobre la Tierra se ubican en Nepal. El más grave problema de la zona es la deforestación, que trae consigo la erosión y la degradación de los ecosistemas.



Podéis recabar más información en la página del Ministerio de Asuntos Exteriores www.exteriores.gob.es/

ANTES DE REALIZAR UN VIAJE AL EXTRANJERO, SE RECOMIENDA REGISTRAR SUS DATOS EN EL REGISTRO INFORMÁTICO DE VIAJEROS DEL MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y COOPERACIÓN, PARA FACILITAR LA ATENCIÓN EN EVENTUALES SITUACIONES DE EMERGENCIA O NECESIDAD” <https://www.visatur.maec.es/viajeros/>

Cancillería Española: La de la Embajada de España en **Nueva Delhi (India)**.

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

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

Tel: 4479448, 4470770, 4479328 Móvil: 977.9851021311

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.

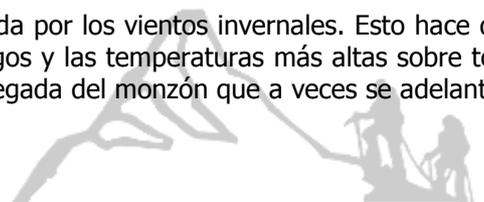
Diferencia Horaria: GMT+ 5:45h. Podéis consultar la página www.hora.es

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.





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 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 adelantan 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**

=====

MUY IMPORTANTE: ARAGON AVENTURA ENTIENDE QUE EL PARTICIPANTE ES CONSCIENTE DE QUE PARTICIPA VOLUNTARIAMENTE EN UN TREKKING DE ALTA MONTAÑA QUE SE DESARROLLA EN PAISES A VECES COMPLICADOS E INESTABLES, CON COSTUMBRES Y CULTURA DIFERENTES A LA NUESTRA, RECORRIENDO ZONAS REMOTAS Y ALEJADAS, Y QUE CONOCE Y ASUME LOS RIESGOS Y DIFICULTADES QUE PUEDAN SURGIR.

EL PARTICIPANTE DEBE SABER QUE EN ESTE TIPO DE VIAJES NO TODAS LAS VARIABLES PUEDEN SER CONTROLADAS, POR ESTE MOTIVO EL PROGRAMA PUEDE SUFRIR MODIFICACIONES POR CAUSA DE FUERZA MAYOR AJENA A NUESTRA VOLUNTAD.

ARAGÓN AVENTURA DECLINA CUALQUIER RESPONSABILIDAD DERIVADA DE LOS IMPREVISTOS, FENOMENOS NATURALES, ACCIDENTES Y POSIBLES CAMBIOS DE PROGRAMA ASI COMO DE UNA INTERPRETACIÓN ERRÓNEA DE LA INFORMACIÓN AQUÍ CONTENIDA. IGUALMENTE DE CUALQUIER INCUMPLIMIENTO POR PARTE DEL PARTICIPANTE DE LA NORMATIVA EXPRESA DE LOS PAISES.

RECOMENDAMOS LEER ATENTAMENTE ESTA FICHA TÉCNICA POR PARTE DE TODOS LOS PARTICIPANTES Y CONSULTARNOS CUALQUIER DUDA QUE TENGAIS.



HOJA DE INSCRIPCIÓN

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

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)

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/GUÍA 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:





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

