

EXPEDICIONES 2020

EL CHO-OYU (8.201 m). -Nepal/Tíbet

"LA DIOSA TURQUESA"



***EXPEDICION CON SHERPA DE ALTURA Y SERVICIOS
COMPLETOS HASTA HASTA LA CIMA,***

***POSIBILIDAD DE SOLO SERVICIOS LOGÍSTICOS HASTA EL CAMPO
BASE AVANZADO + SHERPA DE ALTURA***

Duración del programa base: 32 días

Fecha de salida en grupo internacional: 1 de septiembre de 2020

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 diez de las 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 Cho Oyu, que significa "*Diosa Turquesa*" en tibetano, con sus **8.201 m.** es la 6ª montaña más alta del mundo. Se encuentra en el Himalaya, 20 Km. al oeste del **Monte Everest y del Lhotse** y cerca también del **Makalu y Shisha Pangma**, situado justo en la frontera entre **Nepal y Tíbet**, a pocos kilómetros del paso helado del **Nangpa La (5.716 m)**, la tradicional ruta comercial entre el Tíbet y los Sherpas del Khumbu (Nepal).



El Cho Oyu está considerado como el pico de más de ocho mil metros con menos dificultades de ascender. Fue ascendido por primera vez por una expedición austriaca en 1954. Es una buena elección para los montañeros que deseen iniciarse en el mundo de los Ochomiles. Ascenderemos la "Diosa Turquesa" por su ruta normal, por el lado tibetano. En un buen día la vista desde la cumbre es impresionante, pudiendo disfrutar de una panorámica que incluye montañas como el **Everest, el Lhotse, el Makalu, el Nuptse, el Ama Dablam** y otras cumbres del **Khumbu**.

Para la ascensión al **Cho Oyu** lo más importante, a parte de la ilusión, es la experiencia de los participantes y la cohesión del grupo. Es el momento de empezar a soñar despiertos e ir preparando el camino para intentar llegar a los lugares más altos de nuestro planeta tierra. **Aragón Aventura os propone 3 opciones para vuestra expedición:**

- **LA EXPEDICION CON SHERPA DE ALTURA "SERVICIOS COMPLETOS HASTA LA CIMA".** Servicios completos con un experimentado sherpa de altura nepalí por expedicionario que nos acompañará hasta la cima, tiendas, comida y gas de altura, oxígeno, máscara y regulador **ESTA FICHA TECNICA CORRESPONDE A ESTA MODALIDAD DE EXPEDICIÓN.**
- **LA EXPEDICION CON SOLO SERVICIOS LOGÍSTICOS HASTA EL CAMPO BASE AVANZADO:** Asesoramiento previo a la expedición por parte de **Aragón Aventura**, organización y toda la infraestructura hasta el **Campo Base Avanzado. Aragón Aventura** organiza todos los servicios hasta el **Campamento Base Avanzado:** vuelo, alojamientos, transporte, etc., **INCLUYE SHERPA DE ALTURA, NO INCLUYE: campamentos, comida de altura, gas, oxígeno, equipamiento de la ruta etc. ESTA FICHA TECNICA CORRESPONDE A ESTA MODALIDAD DE EXPEDICIÓN.**
- **LA EXPEDICIÓN CON GUÍA DE ALTA MONTAÑA UIAGM DE ARAGÓN AVENTURA:** Paquete completo hasta la cima, con Guía, campamentos, comida de altura, gas, oxígeno, máscara y regulador y el apoyo **1 Sherpa de altura** por cada expedicionario para más opciones de cumbre. **(SOLICITAR LA FICHA TECNICA DE ESTA MODALIDAD, SI ESTAIS INTERESADOS).**



PROGRAMA DE LA EXPEDICION EN GRUPO INTERNACIONAL SALIDA EL 1/09/2020:

DÍA 01/09: ESPAÑA- KATMANDÚ

Salida del vuelo desde Madrid o Barcelona con destino a Katmandú.

DÍA 02/09: LLEGADA A KATMANDÚ

Llegada a **Katmandú**, traslado al **hotel Malla** o similar, habitación doble alojamiento y desayuno.

DÍA 03/09: KATMANDÚ

Día libre en **Katmandú** para trámites y últimas compras. Noche en **hotel Malla** o similar, habitación doble alojamiento y desayuno.

DÍA 04/09: KATMANDÚ

Día libre en **Katmandú** para trámites y últimas compras. Noche en **hotel Malla** o similar, habitación doble alojamiento y desayuno.

DÍA 05/09: KATMANDÚ - SYABRU (1.900 m)

Traslado en autobús hacia la frontera con el Tíbet, haremos parada en **Syabru** donde dormiremos en albergue

DÍA 06/09: SYABRU (1.900 m) - KERONG (2.250 m)

Hoy continuaremos en autobús hasta la frontera de **Kerong**, donde dormiremos esta noche en albergue

DÍA 07/09: KERONG (2.250 m) - TINGRI (4.350 m)

Por la mañana realizaremos los trámites administrativos en el paso fronterizo de **Kerong**. Una vez en el Tíbet, nuestro traslado será en jeeps, hasta **Tingri**. Alojamiento en albergue.

DÍA 08/09: TINGRI (4.350 m)

Pequeño recorrido por los alrededores para la aclimatación. Alojamiento en albergue.

DÍA 09/09: TINGRI - CAMPO BASE CHINO (4.900 m)

Continuamos nuestro recorrido en los vehículos todo terreno, hoy es nuestro último día de aproximación en ellos y llegaremos por fin hasta el **campo base chino**. Montaje del campo, noche en tiendas.

DÍA 10/09: ACLIMATACIÓN EN EL CAMPO BASE CHINO

Día de aclimatación y descanso.

DÍA 11/09: TREKKING AL CAMPO INTERMEDIO (5.400m)

Comenzaremos la marcha de dos días hacia el **Campo Base Avanzado (ABC)**. Noche en **Campo intermedio** a situado a 5.400 m.

DÍA 12/09: TREKKING AL CAMPO BASE AVANZADO (5.700m)

Trekking al **Campo Base Avanzado (ABC)** situado en el corazón del Himalaya a 5.700 m; rodeado por grandes montañas. Existe un paso de montaña antiguo que estaba transitado por caravanas de yaks entre Tíbet y Nepal: **el Nangpa La**. Actualmente no se puede cruzar. Desde el Campo Base Avanzado podemos ver la escena magnífica del **Cho Oyu**. Este va a ser nuestro hogar durante los próximos días, trabajando y esperando la oportunidad para ascender a la cima.



DÍA 13/09 al 28/09: DÍAS PARA LA ACLIMATACIÓN Y ASCENSIÓN AL CHO OYU.

El Campo 1 está a 6.400 m de altura, situado en un hombro de nieve que lleva a una cresta justo arriba del campo. Siguiendo la cresta, llegaremos a una serie de paredes de hielo de unos 50 m que hay que escalar lo que implica un tremendo esfuerzo ya que nos encontraremos a unos 6.600 m. En esta sección hay habilitadas una serie de cuerdas fijas que comparten todos los grupos que están en la montaña. Por encima de las paredes de hielo hay una zona de grandes grietas que hay que sortear hasta que finalmente se llega al **Campo 2, a 7.000 m de altura**.



El Campo 3 está a 7.560 m, justo debajo de una barrera de roca que separa las pendientes de nieve de la parte superior de la montaña. Conforme vamos ganando altura, si miramos hacia el sur contemplaremos los bellísimos picos Nangpa Gosum en Nepal y si miramos hacia el norte, contemplaremos el color amarillo y marrón de la meseta del Tíbet. A pesar de que la distancia hasta el Campo 3 es corta y el terreno es técnicamente fácil, la gran altura a la que nos encontraremos hará que esta parte de la ruta sea bastante dura.

El día de cumbre comienza muy temprano por la noche.

Haremos el desayuno, nos hidrataremos y una vez equipados con toda la vestimenta saldremos de la tienda. La primera parte de la ruta sube con fuerte inclinación y hay que pasar la barrera de roca equipada con cuerdas fijas. Después transcurre por pendientes de nieve más fáciles. Gradualmente la pendiente se suaviza hasta que llegamos a la amplia parte posterior de la montaña, generalmente azotada por el viento. Ahora todo consistirá en poner un pie después del otro para, poco a poco, alcanzar la **cumbre del Cho Oyu**. El Everest es el único pico que sobresale de entre los demás. Sin embargo, no será la única montaña que veremos. La magnífica vista de la que disfrutaremos mientras cruzamos el vasto plateau de la cumbre hasta nuestro punto más alto incluye el **Ama Dablam, el Lhotse, Nuptse, Menlugtse, Gyachung Kang y Gaurisankar**, así como los picos del Khumbu. El descenso se realiza por la misma ruta, haciendo normalmente **noche en los campos 2 y 1**.

DÍA 29/09: CAMPO BASE AVANZADO - CAMPO BASE CHINO

Recogemos nuestro campamento y pertenencias y comenzamos el descenso de regreso al **Campo Base Chino**.

DÍA 30/09: CAMPO BASE CHINO – KERONG

Hoy nos recogerán nuestros jeeps y comenzaremos el viaje de regreso, por la misma ruta que hicimos al comienzo de la expedición. Hoy llegaremos a dormir a **Kerong, vía Tingri**. Noche en albergue.

DÍA 01/10: KERONG – KATMANDÚ

Viaje a **Katmandú**, acomodación en el **hotel Malla** o similar, habitación doble, alojamiento y desayuno.

DÍA 02/10: KATMANDÚ

Día libre en **Katmandú**. Noche en el **hotel Malla** o similar, habitación doble, alojamiento y desayuno.

DÍA 03/10: KATMANDÚ - ESPAÑA

A la hora convenida, traslado al aeropuerto para coger el vuelo de regreso con destino 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.



PRECIOS DE LA EXPEDICIÓN CON SHERPA DE ALTURA Y SERVICIOS COMPLETOS HASTA LA CIMA:

EXPEDICIÓN CON SHERPA DE ALTURA (1 Sherpa por expedicionario) CAMPAMENTOS Y COMIDA DE ALTURA Y OXIGENO. VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS*

GRUPO DE 4-5 PERSONAS	25.880 €/persona
GRUPO DE 6-7 PERSONAS	24.995 €/persona
GRUPO DE 8-9 PERSONAS	24.495 €/persona
PRECIO DE REFERENCIA DE LOS VUELOS INTERNACIONALES*	890 €/persona

* Precio de los vuelos y tasas aéreas en con la tarifa más económica a noviembre de 2020 a reconfirmar en el momento de la reserva, ya que puede haber variaciones, **NO INCLUIDO EN EPRECIO.**

PRECIOS DE LA EXPEDICIÓN CON SHERPA DE ALTURA, SERVICIOS SOLO HASTA EL CAMPO BASE AVANZADO:

EXPEDICIÓN CON SHERPA DE ALTURA (1 Sherpa por expedicionario) Y SERVICIOS LOGISTICOS SOLO HASTA EL CAMPO BASE AVANZADO, VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS*.

GRUPO DE 4 A 5 PERSONAS	21.800 €/persona
GRUPO DE 6 A 7 PERSONAS	21.130 €/persona
GRUPO DE 8 A 9 PERSONAS	20.395 €/persona
PRECIO DE REFERENCIA DE LOS VUELOS INTERNACIONALES*	890 €/persona

* Precio de los vuelos y tasas aéreas en con la tarifa más económica a noviembre de 2020 a reconfirmar en el momento de la reserva, ya que puede haber variaciones, **NO INCLUIDO EN ESTE PRECIO.**

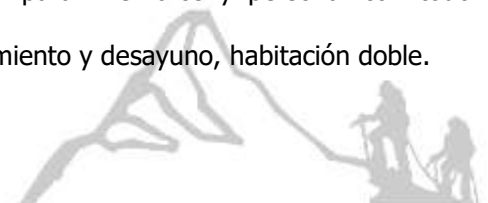
TODOS LOS PRECIOS están calculados con el valor de la divisa en noviembre de 2020 (0,90 ratio \$/€), para el número de personas y condiciones indicadas. Si varía cualquiera de estas circunstancias variará igualmente el precio final del viaje.

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

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

EL PRECIO DE LA EXPEDICIÓN "SERVICIOS COMPLETOS HASTA LA CIMA" INCLUYE:

- Asesoramiento y apoyo en la organización previa en España y en Katmandú.
- Transporte aeropuerto - hotel ida y vuelta.
- 5 noches en Katmandú, hotel Malla o similar, habitación doble, alojamiento y desayuno
- Transporte en autobús: **Katmandú- Kyerong-Katmandú** para miembros y personal con todo el equipo y alimentos.
- 1 noche en la frontera de Nepal y Tíbet, en lodge local, alojamiento y desayuno, habitación doble.



- Noches en el Tíbet, según programa, en lodges y albergues, habitaciones compartidas, **solo alojamiento (no incluye la alimentación)**
- Permiso de ascensión y otros permisos, impuestos y tasas.
- **1 Sherpa de altura por cada expedicionario** (con su equipo, seguro, salarios diarios y alimentos)
- Oficial de enlace e intérprete (idioma inglés).
- Jefe de Porteadores (Sirdar)
- Cocinero y ayudante de cocina en el campo base
- Pensión completa en el trekking del Campo Base al Campo Base Avanzado
- 5 porteadores por miembro para la subida al Campo Base Avanzado
- 3 porteadores por miembro para la bajada.
- 50 Kg. de equipo personal por participante
- Salarios, transporte, comidas, equipamiento y seguros del staff nepalí.
- Tienda de campaña VE 25 North Face en el campamento base, con colchoneta, por persona.
- Tienda comedor, cocina, baño, de ducha de agua caliente, mesas y sillas, utensilios de cocina
- 3 tiendas de altura para expedicionarios y sherpas a compartir
- Comida de altura para miembros y sherpa
- Gas EPI: 15 cartuchos por miembro, hornillo y menaje de cocina
- Tasas de cuerdas fijas para miembros y sherpas
- 2 botellas de oxígeno ruso Poisk nuevas por expedicionario para uso de emergencia solamente.
- 1 juego de máscara y regulador en el alquiler por expedicionario
- 1 botella de oxígeno rellena con máscara y regulador por sherpa
- 6 Sets de Walkie-Talkie y baterías para todo el grupo
- Depósito de basura.
- Panel solar para recarga de baterías.
- Estufa de gas en el campo base.
- Petate de Aragón Aventura.
- IVA y Gastos de gestión.

EL PRECIO DE LA EXPEDICIÓN "SERVICIOS COMPLETOS HASTA LA CIMA" NO INCLUYE:

- Vuelos internacionales ida y vuelta
- Visados de Nepal y Tíbet
- Comidas y cenas en Katmandú.
- Noches extras en Katmandú
- Habitación individual (**suplemento 200€/persona**).
- **Alimentación en los alojamientos en el Tíbet**
- Coste de evacuación de rescate de emergencia si es necesario
- Bono del Sherpa si se hace cumbre **900 \$/Sherpa** y Bono del Sherpa sin cumbre **550 \$/Sherpa**
- **Depósito de 5.000 \$** por seguridad en la montaña, **a dividir por el total del grupo**. Se devuelve si no hay accidentes ni problemas de seguridad
- Servicio de teléfono satélite
- Si se requiere un Yak adicional: **\$ 350 por Yak** a pagar directamente
- Equipo personal.
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura para ascensión a montañas de 8000 m). Ver el apartado de seguros.
- Seguro de asistencia en viaje y asistencia sanitaria. SIEMPRE RECOMENDABLE **consultar el apartado "seguros" de esta ficha.**
- 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 otra cosa que no mencionada en incluye



EL PRECIO DE LA EXPEDICIÓN "SOLO SERVICIOS HASTA EL CAMPO BASE AVANZADO" INCLUYE:

- Asesoramiento y apoyo en la organización previa en España y en Katmandú.
- Transporte aeropuerto - hotel ida y vuelta.
- 5 noches de hotel en Katmandú, habitación doble o triple, alojamiento y desayuno
- Transporte en autobús: **Katmandú- Kyerong-Katmandú** para miembros y personal con todo el equipo y alimentos,
- 1 noche en la frontera de Nepal y Tibet, en lodge local, alojamiento y desayuno, habitación doble.
- Noches en el Tíbet, según programa, en lodges y albergues, habitaciones compartidas, **solo alojamiento (no incluye la alimentación)**
- **1 Sherpa de altura por cada expedicionario** (con su equipo, seguro, salarios diarios y alimentos)
- Permiso de ascensión y otros permisos, impuestos y tasas.
- Oficial de enlace e intérprete (idioma inglés).
- Permiso de Parque Nacional y TIMS, tarifa de depósito de basura
- Jefe de Porteadores (Sirdar)
- Cocinero y ayudante de cocina en el campo base avanzado
- Pensión completa en el trekking del Campo Base al Campo Base Avanzado
- 5 porteadores por miembro para la subida al Campo Base Avanzado
- 3 porteadores por miembro para la bajada.
- 50 Kg. de equipo personal por participante
- Salarios, transporte, comidas, equipamiento y seguros del staff nepalí.
- Tienda de campaña VE 25 North Face en el campamento base, con colchoneta, por persona.
- Tienda comedor, cocina, baño, de ducha de agua caliente, mesas y sillas, utensilios de cocina
- Panel solar para recarga de baterías.
- Estufa de gas en el campo base.
- Bolsa de viaje de Aragón Aventura
- IVA y Gastos de gestión

EL PRECIO DE LA EXPEDICIÓN "SOLO SERVICIOS HASTA EL CAMPO BASE AVANZADO" NO INCLUYE:

- Vuelos internacionales ida y vuelta
- Visados de Nepal y Tíbet
- Comidas y cenas en Katmandú.
- Noches extras en Katmandú
- Habitación individual (**suplemento 200€/persona**).
- **Alimentación en los alojamientos en el Tíbet**
- Coste de evacuación de rescate de emergencia si es necesario
- Bono del Sherpa si se hace cumbre **900\$/Sherpa** y Bono del Sherpa sin cumbre **550\$/Sherpa**
- **Depósito de 5.000 \$** por seguridad en la montaña, **a dividir por el total del grupo**. Se devuelve si no hay accidentes ni problemas de seguridad
- Servicio de teléfono satélite
- Tiendas de altura
- Comida de altura
- Gas
- Menaje de cocina
- Tasas de cuerdas fijas para expedicionario y Sherpa **\$ 550**
- Botellas de oxígeno nuevas **\$ 550 por botella**.
- Máscara y regulador en el alquiler: **\$ 350 por juego**
- Si se requiere un Yak adicional: **\$ 350 por Yak** a pagar directamente
- Equipo personal.
- Seguro médico en la montaña (recomendable Federación de Montaña con la cobertura para ascensión a montañas de 8000 m). Ver el apartado de seguros.



- Seguro de asistencia en viaje y asistencia sanitaria. SIEMPRE RECOMENDABLE **consultar el apartado "seguros" de esta ficha.**
- 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 otra cosa que no mencionada en incluye

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

Aragón Aventura puede gestionar el cargo aéreo para el envío del material, contratar sherpas de altura, alquilar teléfono satélite, seguros, etc.

NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:

El Manaslu es una montaña técnica y dura, no hay que olvidar que se trata de un ochomil, con todos los riesgos que ello conlleva. Es importante tener una buena práctica en la progresión con crampones en todo tipo de pendientes hasta 50º por terreno glaciar y mixto, buen manejo de cuerdas y técnicas de seguridad, así como una amplia experiencia en alpinismo invernal y en altura. **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.**

En principio nuestra expedición guiada está planteada **sin la ayuda del oxígeno artificial**. En **Aragón Aventura** apostamos por la manera tradicional de ascensión, sin esta ayuda (excepto en el Everest) Desgraciadamente cada vez más hay una tendencia a subir con oxígeno artificial. Esto facilita mucho la ascensión pero implica llevar mas sherpas de altura, mas peso, mas caro y mas basura en altura. De todas maneras existe esa posibilidad si al grupo le llegase a interesar, consultarnos.

Escalar a 8.000 m es inherentemente peligroso. Éste no es el lugar para estar aprendiendo habilidades y técnicas de montaña, estas tendrán que haberse trabajado intensamente con anterioridad, y se deberá ir a la expedición con la suficiente práctica, pericia y experiencia, alcanzando el nivel adecuado para el objetivo a realizar con total autonomía.

Cada expedicionario tiene la obligación de asumir la responsabilidad personal de sus propias acciones. Todos los participantes deben entender y asimilar que un pequeño percance en altura reduce mucho las posibilidades de rescate, esto añadido a las condiciones hostiles que con frecuencia se dan, pueden crear situaciones límites y peligrosas. Por ello es necesario tener claro la realidad a la que nos enfrentamos para, llegado el momento, saber tomar las decisiones acertadas buscando como objetivo el conservar la vida de uno mismo y del colectivo.

ES NECESARIO 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:

(En las expediciones a montañas de gran altura, el grupo expedicionario, se supone que experimentado, deberá valorar el equipo a llevar, este listado de aquí es solo orientativo).

- **Mochila** de unos 60 litros.
- **Petate o bolsa de viaje.**
- **Botas dobles** de expedición con botín interior.
- **Botas blandas** de trekking para las zonas bajas.



- **Sandalias** para los momentos de campo base o descanso y para Katmandú.
- **Calcetines** finos y recios (varios pares de recambio).
- **Pantalones.**
- **Mallas pantalones** internas.
- **Camisetas** manga larga y corta.
- **Polos** interiores de cuello alto (varios).
- **Chaqueta de forro polar.**
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta y pantalón de plumas.**
- **Pasamontañas.**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes finos** interiores.
- **Guantes tipo esquí** o alpinismo.
- **Manoplas de plumas** o similar (muy calientes de expedición).
- **Bolsitas de calor desechables** para las manoplas del día de cumbre.
- **Gafas** de máxima protección solar (2 pares).
- **Gafas** de ventisca (tipo esquí).
- **Saco de dormir** de plumas muy caliente (mejor con cremallera lateral).
- **Colchoneta** aislante.
- **Bote** para orinar en los campamentos de altura.
- **Crampones** automáticos o semiautomáticos con gomas "antizuecos".
- **Piolet.**
- **Bastones** telescópicos (optativo).
- **Crema protectora piel y labios.** De alta protección (ejemplo labios: Helioderm 32 de Isdin).
- **Navaja y mechero.**
- **Cuchara y taza para altura** (ligeros).
- **Mosquetones** de seguridad.
- **Arnés.**
- **Cordinos.**
- **Ascendedor - bloqueador** tipo "jumar" para las cuerdas fijas.
- **Tornillos** de hielo.
- **Descensor** tipo cesta (cazo) para rápel.
- **Casco.**
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio.
- **Botiquín personal.**
- **Bolsa de aseo personal, toalla, papel higiénico, etc**
- **Altímetro** 8.000 metros.
- **GPS.**
-

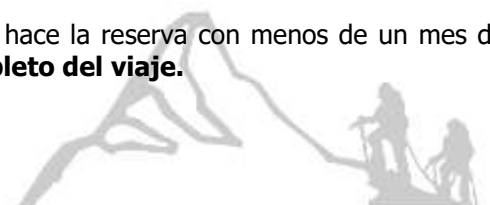
EN LA EXPEDICIÓN "SERVICIOS SOLO HASTA EL CAMPO BASE AVANZADO"

- **Tiendas de altura**
- **Equipo de cocina de altura**
- **Comida de altura**
- **Cuerdas** para encordamiento en glaciar
- **Radios** para comunicación con el Campamento Base

INSCRIPCIONES:

REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN:

- Realizar un **pago de reserva de 5.000 €/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 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.
- Adjuntar una **fotografía reciente** de tamaño carné
- 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.
- Adjuntar **Certificado médico de aptitud** para esta expedición.
- 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 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 visado del Tíbet** nos lo tramitarán en Katmandú. Llevar alguna fotografía de más por si acaso.

El viajero es el único responsable de sus documentos y del cumplimiento de los requisitos establecidos por las autoridades de los diferentes países y tendrá que presentarlos siempre que le sean solicitados. En caso de sustracción o extravío del pasaporte, deberá denunciar el hecho lo antes posible ante las autoridades competentes y acudir a la Embajada o Consulado de España con la copia de la denuncia, más información en la página: <http://edit.mae.es/es/MenuPpal/Paises>

SEGUROS: Como norma recomendamos siempre ir lo más cubierto posible ante cualquier problema que pueda surgir e igualmente llevar una tarjeta de crédito o recursos suficientes para poder pagar cualquier imprevisto. Cada participante deberá decidir el tipo de seguro más le conviene, aquí os hacemos un resumen de los seguros para vuestro viaje:

- **SEGURO DE ACCIDENTES DEPORTIVOS Y RESCATE EN MONTAÑA:** Tarjeta de la **Federación de Montaña y Escalada del año en curso**, con la cobertura adecuada a la actividad y zona a visitar. Aconsejamos informarse bien en la federación de montaña de las condiciones de las coberturas y el helicóptero de rescate. **NO INCLUYE ACCIDENTES NO PRODUCIDOS POR LA PRACTICA DEPORTIVA NI ENFERMEDADES COMUNES.**



- **SEGURO MODULAR PLUS DE ASISTENCIA EN VIAJE Y SANITARIA.** Incluye gastos hasta el máximo del capital contratado: **asistencia sanitaria** (6.000€ a 100.000€), **Robo y daños materiales del equipaje** (600€ a 4.500€) y **Gastos de anulación del viaje** (600€ a 7.000€). **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. **ESTA 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.

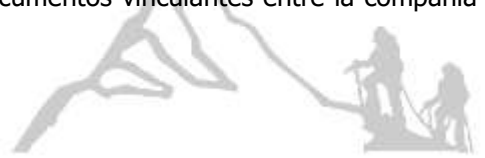
EVACUACIÓN O RESCATE: Como ya hemos indicado en la información relativa a los SEGUROS, **cada participante debe tener prevista la posibilidad de una evacuación o rescate desde el punto de vista económico. Cada expedicionario es responsable de los gastos que se ocasionen en su descenso de la montaña,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

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

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

En caso de deterioro, pérdida o retraso de los equipajes facturados **es responsabilidad de la compañía aérea** siendo el billete de avión y el resguardo de facturación los documentos vinculantes entre la compañía y el pasajero.



En este caso, se debe presentar la reclamación en el momento que sucede el hecho, antes de abandonar el aeropuerto, cumplimentando los trámites burocráticos necesarios y guardando copia de todo, para constancia y futuras reclamaciones.

VACUNAS Y 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. Se aconseja que cada participante se informe en su centro de vacunación más próximo y tome las decisiones oportunas junto con su médico. Es muy importante, sobre todo al principio de la expedición, extremar el cuidado de no beber agua no embotellada, ni ensaladas o fruta pelada, por los problemas intestinales. **Para más información 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.

El Tíbet es una región situada en la meseta tibetana, en Asia, al noreste del Himalaya. Es la patria del pueblo tibetano, así como algunos otros grupos étnicos como los pueblos monba, qiang y lhoba y ahora también está habitada por un número considerable de chinos han y hui. El Tíbet es la región más alta de la Tierra, con una altitud media de 4.900 metros.

El imperio del Tíbet surgió en el siglo VII, pero pronto se dividió en una serie de territorios. El grueso del Tíbet occidental y central estaba unificado, al menos nominalmente, bajo una serie de gobiernos tibetanos en Lhasa, Shigatse u otras regiones; estos gobiernos estuvieron en varias ocasiones bajo señorío mongol y chino. Las actuales fronteras del Tíbet se establecieron en general en el siglo XVIII.

La región mantuvo su autonomía hasta 1951 cuando el Tíbet se incorporó a la República Popular de China. Hoy en día, China gobierna el Tíbet occidental y central con la Región Autónoma del Tíbet. Hay tensiones respecto al estatus político y los grupos de disidentes del Tíbet que están activos en el exilio.

La economía del Tíbet está dominada por una agricultura de subsistencia, aunque el turismo se ha convertido en una industria en crecimiento en las últimas décadas. La religión dominante en el Tíbet es el budismo tibetano. La arquitectura tibetana refleja las influencias china e india. **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://registroviajeros.exteriores.gob.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

Idioma: El **nepalí** es hablado por el 47,8% de la población como lengua materna, aunque hay muchas otras lenguas. En el **Tíbet** la lengua mayoritaria es el **tibetano**. 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.enchufesdelmundo.com

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 sobretodo 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 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 las páginas:** www.snow-forecast.com y www.mountain-forecast.com

=====



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

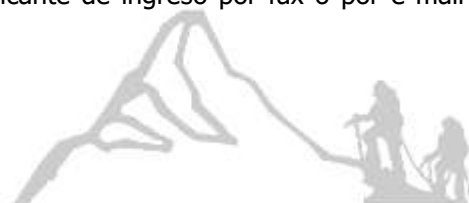
Persona de contacto durante la expedición:	Teléfonos de contacto:

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 AATREKKINGS Y EXPEDICIONES**. Importante enviar el justificante de ingreso por fax o por e-mail a la oficina de Aragón Aventura (Fax: 974 362 421)



CONVENIO PARA LAS EXPEDICIONES DE ALTA MONTAÑA

Este convenio debe ser firmado por cada uno de los participantes y enviado a Aragón Aventura, junto con la hoja de inscripción y el resguardo del pago, en el momento de formalizar la reserva.

Nombre y Apellidos:
Expedición a:
Fechas de la Expedición:

El objetivo del presente Convenio entre **Aragón Aventura**, empresa organizadora, y **el participante** es confirmar que el cliente está informado de las condiciones y es consciente de los riesgos que se asumen en este tipo de expediciones. **EL ABAJO FIRMANTE:**

- **Ha leído** atentamente la ficha técnica de la expedición y sus condiciones, declarando que las conoce y acepta en su totalidad.
- **Es consciente** de las dificultades que supone una expedición de este tipo, tanto física como psicológicamente, conoce los riesgos que la montaña conlleva y los asume voluntariamente como parte de la expedición.
- **Reúne** todas las condiciones necesarias para participar en la expedición: experiencia en montaña, preparación física y psicológica, no padece ninguna enfermedad que le pueda crear problemas durante el viaje y se siente apto para intentar la actividad.
- **Entiende** que, en una expedición de estas características, es importante que todos los participantes adopten una actitud positiva, de tolerancia y compañerismo, como base de una buena convivencia en el grupo y con el fin conseguir con éxito el objetivo propuesto.
- **Viaja voluntariamente** a un país de características diferentes al suyo, visitando zonas alejadas y remotas, donde puede haber riesgos tales como: fuerzas de la naturaleza, enfermedad, accidente, condiciones de vida e higiénicas deficientes, agresiones y robos, etc.
- **Cumple** con todos los requisitos legales necesarios para la entrada y estancia en el país a visitar, al igual que se compromete a respetar la normativa expresa del país.
- **Es consciente**, debido a las características del viaje, que puede haber modificaciones en el programa, por causas de fuerza mayor ajenas a la voluntad de la empresa organizadora.
- **EN LAS EXPEDICIONES CON GUÍA UIAGM, el participante entiende que debe colaborar** para el buen desarrollo de la expedición, fomentando la buena convivencia para formar un equipo cohesionado y participar en lo posible, en las tareas colectivas que ayuden a conseguir el objetivo de la expedición, **Acepta** las decisiones del guía en los temas de organización, logística y seguridad, especialmente en el día de ataque final a la cumbre y **entiende** las limitaciones de las capacidades físicas de los guías y porteadores que, igual que las de los participantes, pueden llegar a estar también muy mermadas por la altitud.
- **EN LAS EXPEDICIONES CON GUIA LOCAL: el participante entiende** que el Guía local es un acompañante, con diferente formación y exigencia dependiendo del país, conocedor del terreno y las rutas, que nos facilitará las gestiones y estancia en la zona, pero en este caso, en cuanto a las **capacidades técnicas, el participante es responsable de sí mismo y debe tener la suficiente experiencia y autonomía.**
- **EN LAS EXPEDICIONES SIN GUIA: el participante entiende que Aragón Aventura y sus corresponsales locales organizan la parte logística de la expedición y el participante deberá afrontarla con autonomía, experiencia y recursos propios y que Aragón Aventura no tiene ninguna responsabilidad durante el ascenso o descenso de la montaña.**

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

Fecha y Firma del participante:

