

## **TREKKING 2021**

# **VUELTA DE LOS ANNAPURNAS - *Nepal***



**Posibilidad de extensiones a:**

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

**Duración del programa base: 21 días**

**Fechas: Abril a Mayo / Septiembre a noviembre de 2021**

**Salida: Madrid – Barcelona**  
(Otras ciudades consultar)



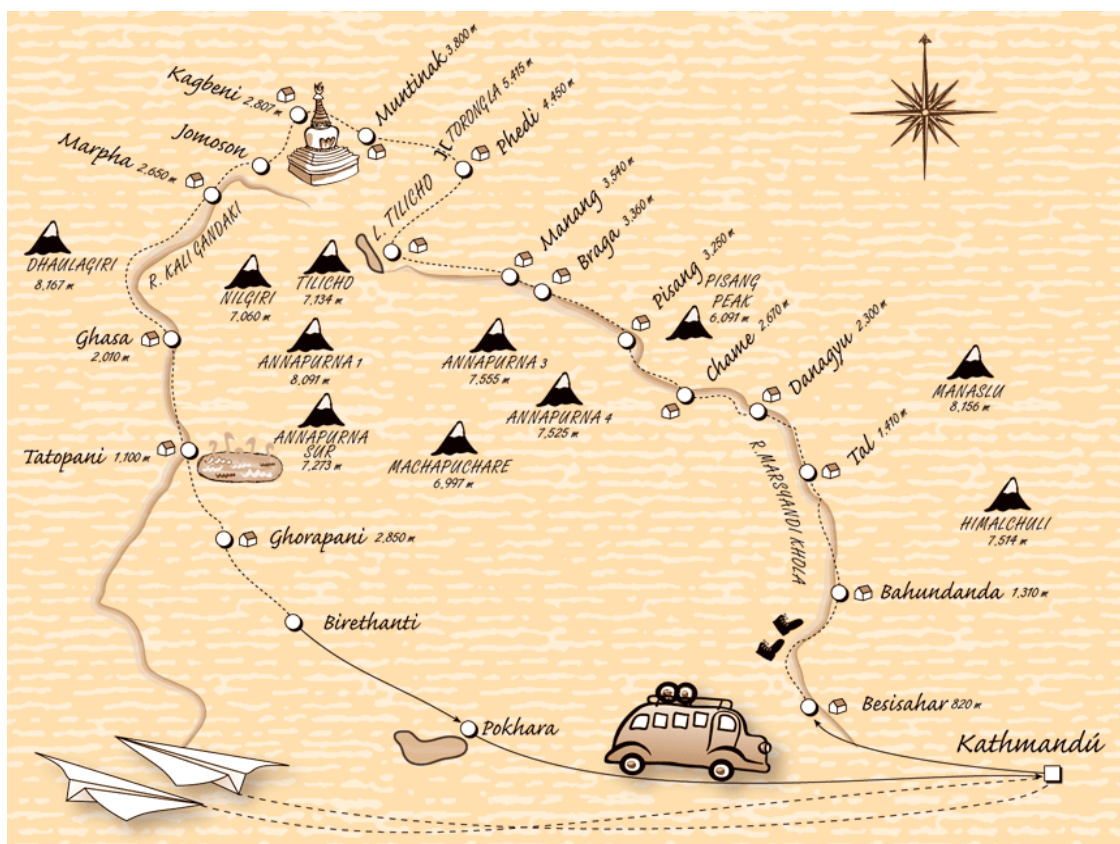
## INTRODUCCIÓN:

El **Himalaya** es una cordillera situada en el continente asiático, y se extiende por los países de Bhután, 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*. El Everest con sus 8.848 metros es la montaña más alta de la tierra.

**Annapurna** es el nombre de una serie de picos en el Himalaya, un macizo de 55 Km. de longitud, cuyo punto más elevado, Annapurna I, se alza a 8.091 m, lo que lo convierte en la décima cumbre más elevada de la tierra y uno de los "ochomiles". Annapurna es un nombre en Sánscrito que puede traducirse como *Diosa de las Cosechas*.

**El trekking de la Vuelta de los Annapurnas** es, después del trekking al Campo Base del Everest, uno de los más conocidos del Nepal. Se trata de recorrido circular de grandísima belleza en el que se da la vuelta por el exterior del macizo de los Annapurnas; sin repetir itinerario, conociendo pueblos, valles y collados de Nepal. Pasaremos por el **Thorung La**, situado a 5.400 metros de altura, una buena prueba de la aclimatación a la altitud que habremos hecho durante el trekking.

Menos frecuentado que el Campo Base del Everest, el trekking de la **vuelta a los Annapurnas** es sin duda uno de los inolvidables.



## **ESTE TREKKING SE PUEDE REALIZAR:**

**CON GUÍA DE MONTAÑA DE ARAGON AVENTURA DESDE ESPAÑA** apoyo técnico, logístico y humano durante todo el tiempo del trekking de un Guía con experiencia y titulado de acuerdo a la Formación reglada en España y Europa para cada especialidad. **El guía, en este caso, es responsable del itinerario, logística y la seguridad del grupo.**

**CON SHERPA- GUÍA LOCAL DE TREKKING** El Sherpa un acompañante, **con diferente formación y exigencia dependiendo del país,** conocedor del terreno y las rutas, que nos facilitará las gestiones y estancia en la zona, pero en este caso, en cuanto a las **capacidades técnicas, el participante es responsable de sí mismo y debe tener la suficiente experiencia y autonomía.**

## **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 Malla** u otro de similar categoría, habitación doble, alojamiento y desayuno.

### **Día 3º: KATMANDÚ**

Desayuno y día libre para últimas compras y visitas a la ciudad. **Hotel Malla** o similar categoría, habitación doble, alojamiento y desayuno.

### **DÍA 4º: KATMANDÚ – BESISAHAR - JAGAT (1.300 m)**

Por la mañana temprano nos desplazamos por carretera a **Besisahar y Jagat** (Aproximadamente 9/10 h). Noche en lodge.

### **DÍA 5º: JAGAT (1.300 m) – DHARAPANI (1.860 m)**

#### **Duración: 7h**

Hoy comenzamos nuestro trekking, saldremos después de desayunar por un camino que discurre por la orilla del  **río Marsyangdi** con una corta pero fuerte subida hasta el bellissimo pueblo de **Tal** (un antiguo lago glaciar). Durante la jornada podremos contemplar algunas espectaculares cascadas. Por la tarde, volvemos a cruzar el río y, luego, continuas subidas y bajadas nos sitúan en **Dharapani.** Noche en Lodge.



### **DÍA 6º: DHARAPANI (1.860 m) – CHAME (2.670 m)**

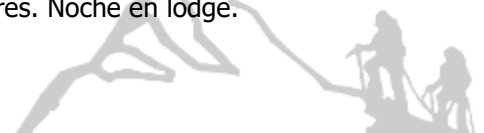
#### **Duración: 5/ 6h**

El camino se dirige hacia el oeste. Aparecen signos de cultura tibetana: banderas de oración y "chortens" que jalonan los caminos. Cerca de Chame veremos el **Lamjung Himal** (7.000 m), **el Manaslu** (8.156 m) y espectaculares vistas del **Annapurna II.** Noche en lodge.

### **DÍA 7º: CHAME (2.670 m) – PISANG (3.200 m)**

#### **Duración: 6h**

El camino asciende hasta 3.000 m de altura. El clima ya es de alta montaña pudiendo descender la temperatura, por la noche, varios grados bajo cero. La población ya tiene rasgos tibetanos. Finalmente llegaremos al pueblo de **Pisang** donde veremos abundantes chortens, manís y unas vistas excelentes del **Annapurna II, Gangapurna** y los glaciares que bajan de las cumbres. Noche en lodge.





**DÍA 8º: PISANG (3.300 m) - MANANG (3.540 m)**

**Duración: 6h**

Al comienzo de la jornada tendremos una excelente vista del **Valle de Manang** con el **Tilicho Peak** (7.132 m) al fondo del valle. El camino, tras pasar un pequeño collado, es cómodo y sin grandes desniveles. **Manang** es un pintoresco pueblo de comerciantes, de más de 200 casas. Poco antes de **Manang** se puede ver el **Monasterio de Braga**. Noche en lodge.

**DÍA 9º: MANANG (3.540 m)**

Un día de aclimatación en el que, por la mañana podremos acercarnos a la cascada de hielo del **Gangapurna**, y después de comer, y haber descansado un poco, haremos un pequeño recorrido subiendo hasta los 4.000 metros para favorecer la aclimatación para el posterior paso del **collado del Thorong - La**. Noche en lodge.

**DÍA 10º: MANANG (3.540 m) - LEDAR (4.200 m)**

**Duración: 6h**

Ascendemos hacia el Oeste. Caminamos lentamente para facilitar la aclimatación a la altura de los próximos días. Maravillosas vistas del **macizo del Annapurna** (IV y II) y del **Tilicho, Gangapurna, Glaciar Dôme y Chulu East**. Noche en lodge.

**DÍA 11º: LEDAR (4.200 m) - THORONG PHEDI BASE CAMP (4.450 m)**

**Duración: 6h**

Recorriendo el **valle de Jorsang Khola**, nos acercamos hasta el pie del collado (**Thorong Phedi**). Hoy nos retiraremos pronto a descansar ya que el día siguiente será largo. Noche en lodge.



**DÍA 12º: THORONG PHEDI BASE CAMP (4.450 m) - THORONG LA PASS (5.416 m) - MUKTINATH (3.800 m)**

**Duración: 8h**

Este paso de montaña ha sido utilizado desde cientos de años para comunicar el **Valle de Marsyangdi** con el del **Khali Gandaki**. Alcanzaremos el collado de 5.400 m después de 5 horas de marcha. El paisaje que nos ofrece el Himalaya es grandioso. Desde el collado la montaña que más destaca por sus dimensiones y belleza es el **Dhaulagiri** (8.150 m) en contraste con las cumbres del Tíbet más modestas e igualmente bellas. **Muktinath** es uno de los destinos más importantes para el peregrinaje hindú. Noche en lodge.

**DÍA 13º: MUKTINATH (3.760 m) - JOMSOM (2.715 m) - MARPHA (2.670 m)**

**Duración: 4h**

Hoy es una jornada más relajada, nuestro recorrido nos llevará a **Lupra** y más tarde a **Jomsom**. En esta población **tomaremos el autobús local para llegar a Marpha**, donde dormiremos en lodge esta noche.

**DÍA 14º: MARPHA (2.670 m) - TATOPANI (1.190 m)**

Este día traslado en vehículos por pistas hasta **Tatopani**, noche en lodge.

**DÍA 15º: TATOPANI (1.190 m) - GHOREPANI (2.750 m)**

**Duración: 6h**

Después de un par de días relajados, hoy tenemos otra jornada exigente de trekking. La ruta asciende fuertemente durante todo el camino hasta **Ghorepani**, bonito pueblo con unas vistas magníficas del **Dhaulagiri**. Noche en lodge.



**DÍA 16º: GHOREPANI (2.750 m) – POON HILL (3.200 m) - TIKHEDHUNGA**

**Duración: 6h**

De madrugada, salimos para **Poon Hill**, que es un mirador desde el que podemos ver la salida del sol y una vista panorámica de los Himalayas, incluyendo el **Dhaulagiri y el circo de los Annapurnas**. Tras recrearnos la vista e inmortalizando el momento, regresamos a **Ghorepani** para desayunar. Tras el desayuno, continuamos caminando en descenso hasta **Tikhedhunga**. Alojamiento en lodge.



**DÍA 17º: TIKHEDHUNGA – NAYAP00L – POKHARA**

**Duración: 4 h**

Desayuno y comenzamos nuestro último día de trek con una espectacular bajada hasta **Birethanti y Nayapool**, donde nos espera nuestro vehículo para ir a **Pokhara**. Noche en **Hotel Mt. Kasilash** o similar, habitación doble, alojamiento y desayuno, **cena no incluida**. Podremos cenar en uno de los numerosos hoteles junto al lago.

**DÍA 18º: POKHARA - KATMANDU**

Desayuno y traslado al aeropuerto para tomar el **vuelo hacia Katmandú**. Traslado al **Hotel Malla** o similar, habitación doble, alojamiento y desayuno. Resto del día libre.

**DÍA 19º: KATMANDU**

Día libre en **Katmandú**, noche en **hotel Malla** o similar, alojamiento y desayuno.

**DÍA 20º: VUELO DE REGRESO**

**DÍA 21º: 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.*

**PRECIOS DEL PROGRAMA DESCRITO:**

**CON GUIA LOCAL DE TREKKING, VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS:**

<b>GRUPO DE 2-3 PERSONAS</b>	<b>1.790 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 4-6 PERSONAS</b>	<b>1.690 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 7-9 PERSONAS</b>	<b>1.490 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 10-12 PERSONAS</b>	<b>1.450 €/persona</b>

**NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO** están calculados con el valor de la divisa en enero de 2021 (0,85 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 INCLUYE:**

- Transporte aeropuerto - hotel ida y vuelta.
- Guía local de trekking.
- 4 noches en **Katmandú en Hotel Malla** o similar categoría, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- 1 noche en **Pokhara en Hotel Mt. Kailash** o similar categoría, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- Traslado de **Katmandú - Jagat** en vehículos, para los miembros y staff local.
- Traslado **Naya Pool – Pokhara**.
- Vuelo **Pokhara – Katmandú**.
- 1 porteador por cada 2 miembros del trekking.
- 12 Kg. de equipo por persona.
- Alojamientos en el trekking en lodges y tea houses.
- Pensión completa durante el trekking.
- Tasas del Parque Nacional del Annapurna y permiso de trekking.
- Salarios, equipamiento, comidas, traslados y seguros del staff local.
- Bolsa petate de Aragón Aventura.
- IVA y gastos de gestión.

### **EL PRECIO NO INCLUYE:**

- Vuelo España - Katmandú ida y vuelta (consultarnos si estáis interesados).
- Visado de entrada en Nepal.
- Comidas y cenas en **Katmandú y Pokhara**.
- Suplemento de habitación individual (**180€/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 "seguros" 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.***

### **NIVEL FÍSICO - TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:**

**El trekking de la vuelta de los Annapurnas** no tiene grandes dificultades técnicas, pero es exigente debido a su duración y a la altitud que se alcanza, más de 5.000 m. Se recomienda un buen entrenamiento y condiciones técnicas físicas y psíquicas 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).
- **Zapatillas o sandalias** para los descansos.
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **Pantalones.**
- **Camisetas.**
- **Polos** interiores.
- **Chaqueta de forro polar.**
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de plumas** (allí hay buenas y baratas...) o sintética.
- **Gorro de lana.**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes.**
- **Gafas** de buena protección solar.
- **Saco de dormir** (mejor con cremallera lateral).
- **Bastones** para la marcha.
- **Crema** de alta protección para la piel y labios.
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio.
- **Pastillas potabilizadoras** para el agua (optativo).
- **Botiquín.** No olvides tu medicación personal. Recomendamos esparadrapo, antiséptico para heridas, vendas, gotas oculares, descongestionante nasal, analgésicos simples (por ejemplo, paracetamol), apósitos esterilizados, tijeras, termómetro, antidiarreico, antibiótico de amplio espectro, y anti inflamatorio.
- **Útiles de aseo personal, papel higiénico, toallitas húmedas, etc.**
- **Toalla ligera.**
- **Cámara fotográfica** (optativo).
- **Altímetro** (optativo).
- **GPS** (optativo).

### **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 a **Bhaktapur**, visita de los lugares de interés de esta bella población y continuamos a **Nagarkot**. Noche en **Hotel Contry Villa**, habitación doble, 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**. Noche en el **hotel Malla**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

### **DÍA 3º: KATMANDÚ - AEROPUERTO**

Desayuno y traslado al aeropuerto.

## **PRECIOS DE LA EXTENSION A NAGARKOT:**

### **CON GUÍA LOCAL DE HABLA INGLESA:**

<b>GRUPO DE 2-3 PERSONAS</b>	<b>325 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 4-6 PERSONAS</b>	<b>295 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 7-9 PERSONAS</b>	<b>250 €/persona</b>

## **EL PRECIO INCLUYE:**

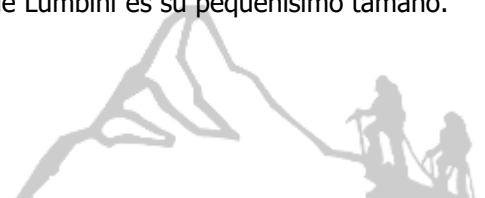
- Transporte **Katmandú – Bhaktapur - Nagarkot** en vehículo privado, ida y vuelta.
- Visita de **Bhaktapur (entradas no incluidas)**.
- 1 noche **Hotel Contry Villa en Nagarkot**, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- 1 noche en el **Hotel Malla en Katmandú**, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- Traslado al **aeropuerto de Katmandú**.
- IVA y gastos de gestión.

## **EL PRECIO NO INCLUYE:**

- Comidas y cenas en **Nagarkot y Katmandú**.
- Suplemento habitación individual (**80€/todo el programa**).
- Entradas en Bhaktapur (**15\$cada una**).
- Bebidas y gastos personales.
- Propinas.
- Todo lo no expresado en incluye.

## **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, a pesar de ser uno de los centros de peregrinaje más importantes en un continente donde el budismo es la religión predominante.

Un enorme parque conocido 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, según las escrituras, la Reina Maya dio a luz al pequeño **Siddharta** hace más de 2.500 años.

### **PROGRAMA:**

#### **DÍA 1º: KATMANDÚ – BHAIRAWA - LUMBINI**

Desayuno, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a **Bhairawa**. Llegada y traslado al **hotel Hokke** situado en el pueblo de **Lumbini**, (1 hora de trayecto), habitación doble, alojamiento y desayuno.

#### **DÍA 2º: LUMBINI**

Desayuno y día para visitar los diferentes monasterios y stupas budistas del pueblo de **Lumbini**. Noche en **hotel Hokke**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

#### **DÍA 3º: LUMBINI - KATMANDÚ**

Después del desayuno, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a **Katmandú**. Traslado al **Hotel Malla**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

#### **DÍA 4º: KATMANDÚ - AEROPUERTO**

Desayuno y traslado al aeropuerto.



### **PRECIOS DE LA EXTENSION A LUMBINI:**

#### **CON GUÍA LOCAL DE HABLA INGLESA:**

<b>GRUPO DE 2-3 PERSONAS:</b>	<b>750 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 4-6 PERSONAS</b>	<b>660 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 7-9 PERSONAS</b>	<b>600 €/persona</b>

### **EL PRECIO INCLUYE:**

- Vuelo **Katmandú - Bhairawa** ida y vuelta.
- 2 noches de **hotel en Lumbini**, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- Visita turística de **Lumbini**.
- 1 noche de **hotel en Katmandú**, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- Traslado al **aeropuerto de Katmandú**.
- IVA y gastos de gestión.

### **EL PRECIO NO INCLUYE:**

- Suplemento habitación individual (**200€/todo el programa**).
- Comidas y cenas en **Lumbini y Katmandú**.
- Tasas de aeropuerto.
- Bebidas y gastos personales.



- Propinas.
- Todo lo no expresado en incluye.

## **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.

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



## **PROGRAMA:**

### **DÍA 1º: KATMANDÚ – CHITWAN - KASARA RESORT**

Desayuno, traslado por carretera al complejo hotelero **Kasara Resort de Chitwan**. Llegada después de comer, por la tarde actividades y visita a los elefantes. Noche en el **Kasara Resort**, habitación doble, 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, avistamiento de pájaros etc. Noche en el **Kasara Resot**, habitación doble, pensión completa.

### **DÍA 3º: KASARA RESORT - KATMANDÚ**

Después del desayuno, traslado por carretera a **Katmandú**. Noche en el **Hotel Malla**, habitación doble, alojamiento y desayuno.

### **DÍA 5º: KATMANDÚ - AEROPUERTO**

Desayuno y traslado al aeropuerto.

## **PRECIOS DE LA EXTENSION A CHITWAN:**

### **CON GUÍA LOCAL DE HABLA INGLESA:**

<b>GRUPO DE 2-3 PERSONAS</b>	<b>630 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 4-6 PERSONAS</b>	<b>540 €/persona</b>
<b>GRUPO DE 7-9 PERSONAS</b>	<b>485 €/persona</b>



### **EL PRECIO INCLUYE:**

- Traslado **Katmandú - Chitwan**, ida y vuelta.
- 2 noches de hotel en el **Kasara Resort**, habitación doble, pensión completa.
- Visita a la jungla y actividades de naturaleza.
- 1 noche en el **hotel Malla de Katmandú**, habitación doble, alojamiento y desayuno.
- Traslado al **aeropuerto de Katmandú**.
- IVA y gastos de gestión.

### **EL PRECIO NO INCLUYE:**

- Comidas y cenas en **Katmandú**.
- Suplemento habitación individual (**245€/todo el programa**).
- Bebidas y gastos personales.
- Propinas.
- Todo lo no expresado en incluye.

### **INSCRIPCIONES:**

#### **REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN:**

- Realizar un **pago de reserva de 1.000 €/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 **foto de carnet reciente** escaneada.
- 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** 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 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.

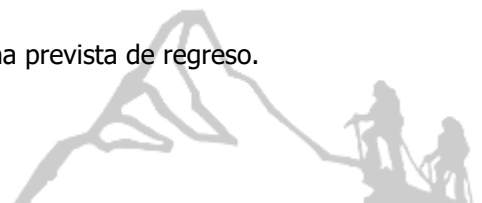
También se puede realizar el **PAGO CON TARJETA** a través de nuestro **TPV** entrando en la página de Aragón Aventura [https://aragonaventura.es/tpvtrex/formulario\\_cliente\\_2.html](https://aragonaventura.es/tpvtrex/formulario_cliente_2.html), haciendo clic en la parte de abajo a la derecha, cumplimentar los datos que se solicitan y enviar (es automático y no tiene recargo alguno).

Con una antelación mínima de al menos **30 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 indicados 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: Asistencia sanitaria** (6.000€ a 100.000€), **Robo y daños materiales del equipaje** (600€ a 4.500€) **y Gastos de anulación del viaje por causas justificadas y demostrables** (600€ a 7.000€). **NO CUBRE NINGUNA ACTIVIDAD DE ESQUI Y CUBRE EL TREKKING Y MONTAÑISMO SOLO HASTA 4.000 m. PARA QUE LA GARANTIA DE GASTOS DE ANULACIÓN TENGA VALIDEZ EL SEGURO DEBE CONTRATARSE EL MISMO DÍA DE LA RESERVA DEL VIAJE O, COMO MÁXIMO DENTRO DE LOS 6 DÍAS SIGUIENTES.**
- **SEGURO MODULAR PLUS CON COBERTURA DE GASTOS DE ANULACIÓN POR FUREZA MAYOR DEMOSTRABLE O NO.** Tiene las mismas características y coberturas indicadas arriba, pero además cubre los gastos de anulación del viaje hasta el máximo del capital contratado por cualquier causa de fuerza mayor **demostrable o no** mediante documento justificativo, y 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.** Se aplicará una franquicia del 10% sobre el importe total del viaje. **PARA QUE LA GARANTIA DE GASTOS DE ANULACIÓN TENGA VALIDEZ EL SEGURO DEBE CONTRATARSE EL MISMO DÍA DE LA RESERVA DEL VIAJE O, COMO MÁXIMO DENTRO DE LAS 24 HORAS SIGUIENTES.**
- **SEGURO SKI AVENTURA PLUS CON O SIN ANULACIÓN: Asistencia sanitaria** (hasta 100.000€), **Robo y daños materiales del equipaje** (500€), **Gastos de anulación del viaje por causas justificadas y demostrables** (2.000€ a 4.000€), **Búsqueda y rescate en montaña** (15.000 €). **CUBRE LAS ACTIVIDADES DE: ESQUI DE PISTA, ESQUÍ DE MONTAÑA, TREKKING Y MONTAÑISMO SOLO HASTA 5.000 m. PARA QUE LA GARANTIA DE GASTOS DE ANULACIÓN TENGA VALIDEZ EL SEGURO DEBE CONTRATARSE EL MISMO DÍA DE LA RESERVA DEL VIAJE O, COMO MÁXIMO DENTRO DE LOS 7 DÍAS SIGUIENTES.**

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

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





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

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

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

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

**PLAN DE VUELO:** En el momento de la reserva se buscará las mejores opciones de vuelos para el participante.

**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.mssi.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/](http://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. El **inglés** es hablado por las personas dedicadas al turismo y a la montaña.

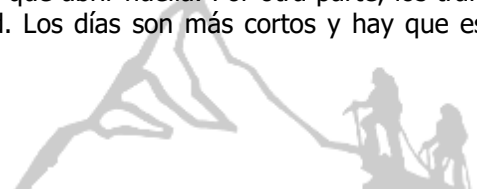
**Diferencia Horaria:** GMT+ 5:45h. Podéis consultar la página [www.hora.es](http://www.hora.es)

**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](http://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. Para información sobre el cambio <https://www.conversormonedas.com/>

**Información Meteorológica:** Varía con la altitud, en las altas montañas las temperaturas son frías durante todo el año. En Terai y el Valle de Katmandú, los veranos son calurosos y lluviosos y los inviernos son fríos. Monzones entre junio y octubre. Las dos épocas normales de ascensión son antes y después de los monzones (primavera y otoño). En verano las lluvias monzónicas descargan mucha nieve en las montañas lo que dificulta la subida. El invierno es seco y con días despejados, pero las bajísimas temperaturas y los vientos huracanados multiplican la dureza de la montaña

- **En la primavera** la montaña tiene poca nieve que ha sido barrida por los vientos invernales. Esto hace que haya más tramos de roca. Lo bueno es que los días son más largos y las temperaturas más altas sobre todo cuando va avanzando la temporada. Hay que estar atentos a la llegada del monzón que a veces se adelanta.
- **En el otoño** la montaña tiene más nieve y puede ser que haya que abrir huella. Por otra parte, los tramos de roca están cubiertos de nieve lo que disminuye la dificultad. Los días son más cortos y hay que estar atentos por si se adelantan los vientos invernales.



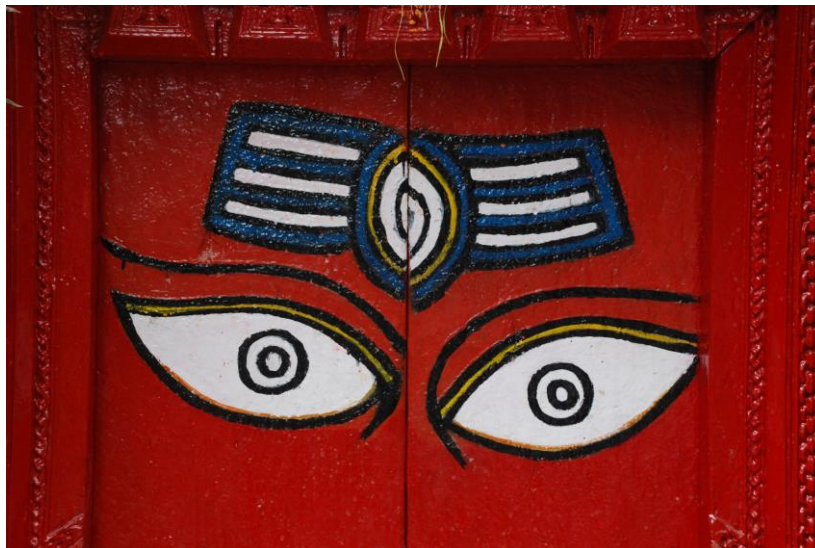
En los Campamentos Base puede hacer calor durante el día, pero siempre hace frío al ocultarse el sol. En los campamentos de altura y, especialmente, en el día de cumbre las temperaturas pueden ser muy bajas dependiendo principalmente de la fuerza del viento que siempre sopla en altura. **Para más información podéis consultar la página [www.mountain-forecast.com](http://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 ( <b>TAL Y COMO VIENEN EN EL PASAPORTE</b> )			
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:

--	--

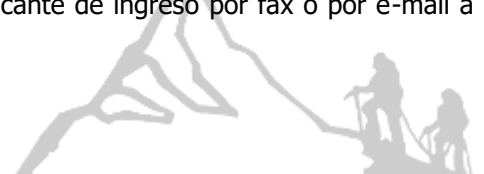
Si se inscribe junto a otros participantes, indicar nombre y apellidos:


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  
[https://aragonaventura.es/tpvtrex/formulario\\_cliente\\_2.html](https://aragonaventura.es/tpvtrex/formulario_cliente_2.html)

- 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 GUÍA 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 GUÍA: 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:

