AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España
NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

TREKKING 2024

TREKKING DEL MANASLU. -*Nepal*

"LA MONTAÑA DE LOS ESPÍRITUS"

CON GUÍA DE MONTAÑA JUAN DIEGO AMADOR

Duración del programa: 20 días

Fechas: 27 de septiembre al 17 de octubre de 2024

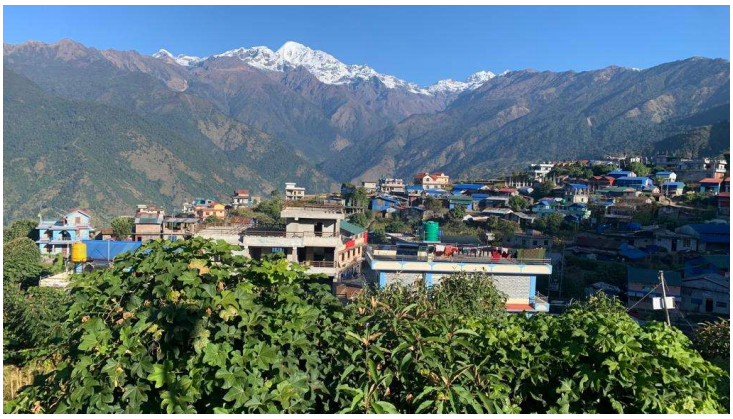
Salida: Madrid/Barcelona

Fecha de actualización de esta ficha: 16/01/2024

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España
NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

INTRODUCCIÓN:

El Manaslu de 8.163 m está situado al norte de **Katmandú,** al este del macizo **Annapurna Himal** y comparte frontera con el vecino norte, **Tíbet.** Hace poco tiempo que la zona está abierta para los trekers, siendo una mezcla entre las culturas nepalesa y tibetana.



La ruta comienza en la antigua capital del ***reino de los Gurkha.*** El trekking asciende por el valle del **Buri Gandaki**, siguiendo el curso del río entre una vegetación subtropical. El valle se estrecha hasta convertirse en un cañón con paredes de 1.500 m, las cascadas se desploman por las paredes en un escenario salvaje. Por el norte, en la frontera con Tíbet aparece el pueblo tibetano de **Sama Gaon,** que se levanta justo debajo del **Manaslu** (8.163. m). Los glaciares de la pared norte descienden hasta el monasterio de **Sama** donde los monjes rezan mirando a la cumbre.

Es uno de los lugares más bellos de la tierra. Al cruzar el **Larkye-La (5.100 m)** aparecen montañas de 6.000 y 7.000 m casi desconocidas del macizo del Himalaya. En el descenso, entre bosques de pinos y coníferas, hay pueblitos dispersos, perdidos bajo una de las montañas más altas del mundo. No es una ruta difícil, pero la lejanía y duración exigen cierta experiencia en los participantes y una buena condición física.

ESTE TREKKING SE PUEDE REALIZAR:

CON GUÍA DE MONTAÑA DESDE ESPAÑA: JUAN DIEGO AMADOR, apoyo técnico, logístico y humano durante todo el tiempo de la expedición 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. Tendrá apoyo de los Sherpas locales.**

PROGRAMA:

DÍA 1º.- 27/09: SALIDA DEL VUELO DE CANARIAS – MADRID- DOHA

DÍA 2º.- 28/09: LLEGADA A KATMANDÚ
Llegada a **Katmandú** y traslado al hotel. Podremos aprovechar la tarde para callejear por el **barrio de Thamel,** donde encontraremos todo tipo de restaurantes y tiendas, es un mundo aparte dentro de la ciudad. Noche en hotel, alojamiento y desayuno.

DÍA 3.- 29/09: KATMANDÚ.
Día libre en la ciudad para disfrutar de su cultura y realizar los últimos trámites del permiso de trekking, asi como últimas compras. Noche en hotel, alojamiento y desayuno.

DÍA 4º.- 30/09: KATMANDÚ- SOTI KHHOLA (700 m)
Duración: 8-9 h en bus o jeep
Nuestro primer día comienza con el viaje a **Soti Khola,** nuestro punto de partida de **trekking del Manaslu.** Para llegar a **Soti Khola,** deberá pasar por encima del **bazar Arughat**. De **Katmandú a Arughat** normalmente toma alrededor de 6-7 horas. Desde **Arughat** se tarda otra 1:30 -2 horas en llegar a **Soti Khola.** Nuestro guía lo recogerá de su hotel a la hora convenida. Noche en Loedge.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España
NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

DÍA 4º.- 01/10: SOTI KHHOLA (700 m) - MACHHAKOLA. (869 m)
Duración: 6-7 h
Después de tomar un buen desayuno; partimos de **Soti Khola a Machha Khola.** El pueblo de **Machha Khola** es más grande y puedes lavarte con agua fresca de **Machha Khola**. Noche en Lodge.

DÍA 5º.- 02/10: MACHHAKHOLA- JAGAT (1.340 m)
Duración: 6-7 h
Este día tendrá algunos altibajos que harán que nuestro sendero sea un desafío. Desde **Machha Khola,** cruzaremos el **Tharo Khola** y llegaremos a **Khorlabesi**. una pequeña pero hermosa aldea Gurung. Después de otra corta subida, llegaremos a **Tatopani,** un sitio de aguas termales donde pasaremos un tiempo para disfrutar de la sauna natural. Luego subiremos por una cresta, cruzaremos el **río Budhi Gandaki** a través del puente colgante y subiremos la escalera y una cresta para finalmente llegar a **Doban**. Después de cruzar otro puente colgante, subimos otra escalera de piedra, bajamos al río y subimos nuevamente las escaleras para llegar a **Thado Bharyang**. Luego cruzaremos a la orilla oeste del **río Budhi Gandaki,** nuevo ascenso para llegar al pueblo de J**agat**. Es el punto de control de entrada del Área de Conservación Manaslu. Noche en Lodge.

DÍA 6º.- 03/10: JAGAT – EKLE BHATTI (1.600 m)
Duración: 5-6 h
Hoy entraremos en la región restringida del **valle de Tsum**. Registrará su permiso en el punto de control en **Jagat.** En la primera parte, caminarás un poco a través de la orilla del río. Después un poco arriba y abajo a través del poblado de **Shridibas.** pasamos por el puente colgante y paramos en **Philim** para almorzar. Explora el pueblo de **Philim** y la escuela japonesa que hay allí. Continuamos por un sendero hasta llegar a **Ekle Bhatti.** Noche en Lodge.

DÍA 7º.- 04/10: EKLE BHATTI A BHI PHEDI (1.990m)
Duración: 6-7 h
Tras el desayuno iremos subiendo hasta que encontremos el cruce que separa el **valle de Tsum y Manaslu**. Paseamos por el panel de bienvenida y caminamos hacia el puente Nuevo, seguiremos el sendero hacia la izquierda hacia **Ghap, Budhi Gandaki** y luego entraremos en su estrecho desfiladero por un camino de subida y bajada con cruces de ríos. Después de un puente colgante, el sendero ingresa al bosque de bambú y se eleva a la aldea de **Deng,** seguimos hacia **Rana y Bhi Phedi.** Noche en albergue.

DÍA 8º.- 05/10: BHI PHEDI A NAMRUNG (2.630m)
Duración: 6-7 h
Después del desayuno, comenzará una de las secciones más importantes y culturalmente significativas de la caminata. Primero, cruza el **río Budhi Gandaki** y sube hasta el puente, donde subirás un poco más para unirte a un sendero desde **Bhi**. Luego diríjase hacia el oeste por el valle pasando por frondosos bosques, vegetación alpina y pintorescos pueblos que albergan grupos étnicos de la **región de Manaslu,** con picos importantes que comienzan a aparecer en la distancia. Este pueblo tiene unas hermosas vistas de la nevada **Siringi Himal.** Tómate un descanso aquí y luego continúa cruzando el **Budi Gandaki** varias veces, pasamos por varias gompas en el camino. El sendero luego sigue río arriba a través de un denso bosque y conduce a un desfiladero estrecho. Sigue avanzando hasta que notes que el bosque se vuelve menos denso. Esta parte gratificante de la caminata es una manera magnífica de experimentar el **Área de Conservación Manaslu.** Finalmente llegarás a una última subida empinada para llegar al pueblo de **Namrung**. Noche en Tea House

DÍA 9º.- 06/10: NAMRUNG A SHYALA (3.500 m)
Duración: 5-6 h
Después del desayuno en **Namrung,** puede caminar por el pueblo para tener un buen punto de vista de **Siring, Ganesh Himal, y también el monte Himal Chuli** hacia el sur.

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

Una vez en el sendero, primero subimos de manera constante pasando por los bosques para llegar a **Lihi**, un pueblo con muchas estupas y terrazas de cebada. Luego, el sendero desciende y cruza el valle lateral de **Simnang Himal** con **Ganesh Himal** siempre cerca. Más adelante, pasará por los pueblos de **Sho, Lho y Shyala**: Noche en Tea House

DÍA 10º.- 07/10: SHYALA A SAMA GAON (3.520 m)
Duración: 4-5 h
A primera hora de la mañana se puede visitar el **Monasterio Pung Gyen Gompa** que está en altura de 4000m. una vista impresiónate a 360 grados rodeados de montañas. Continuaremos luego para llegar a **Sama Gaon**, Noche en Lodge.

DÍA 11º.- 08/10: SAMA GAON (3.530 m) – CAMPO BASE DEL MANASLU (4.600 m)- SAMA GAON
Duración: 7-8h
Saldremos de **Sama Gaon** con equipaje ligero y comida de picnic. Subiremos poco a poco, por un camino bien marcado y al principio bastante cómodo, que atraviesa praderas donde corren los arroyos y pastan los yacks. El sendero se hace más estrecho y pendiente y asciende directamente hacia la base del **Manaslu,** pudiendo contemplar durante todo el recorrido la montaña, su glaciar y su lago, unas vistas impresionantes. Llegaremos al **Campo Base del Manaslu.** Regreso a **Sama Gaon** por la misma ruta. Noche en nuestro Lodge.

DÍA 12º.- 09/10: SAMAGAON (3.530 m) - SAMDO (3.860 m)
Duración: 4h
Este día seguimos remontando el valle y a medida que avanzamos tendremos excelentes vistas de las montañas circundantes. **El Manaslu** es particularmente impresionante desde los prados en **Kermo Kharka.** Después de cruzar a la orilla oriental del río, llegamos al último asentamiento permanente en el valle, **Samdo.** Este es un pueblo muy remoto, sólo a un día de camino desde el **Tíbet** a través del **Lajyang La** y donde podemos apreciar que los habitantes son de raza y cultura principalmente tibetanos. Llegaremos a comer a nuestro Lodge y por la tarde podremos hacer un recorrido de aclimatación por la zona, visitando el monasterio. Noche en Lodge

DÍA 13º.- 10/10: SAMDO (3.860 m) – DHARMASHALA (4.460 m)
Duración: 4h
Hoy subiremos hasta **Dharmashala** situado a los pies del paso de **Larkye La**, por eso también se le llama **Lakye Pedhi,** donde dormiremos está noche. Llegaremos a comer a **Dharmashala** y por la tarde podremos dar un paseo de aclimatación por la zona o simplemente descansar y prepararnos para la "etapa reina" que será la jornada de mañana. Noche en Lodge

DÍA 14º.- 11/10: DHARMASHALA (4.460 m)-LARKYE LA PASS (5.108 m)-BIMTHANG (3.735 m)
Duración: 10h
Esta jornada comienza muy temprano ya que nos espera el cruce del **Larkye La**. Cruzamos el arroyo que baja del **La Gya,** y vemos las ruinas de un antiguo pueblo, **Larkya Bazaar.** Dejándolo detrás, seguimos ascendiendo despacio, el camino es cómodo ya que sube progresivamente, llegaremos al precioso lago helado. Comeremos de picnic y después seguiremos ganando altura hasta llegar al collado el **Larkye La.** Aquí, como es costumbre en Nepal, nos encontramos con cientos de banderas de oración**.** ¡**Hemos** alcanzado el punto más alto de nuestro trekking!.

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

Desde el collado hay unas vistas excepcionales del **Himal Himlung, Cheo Himal, Kang Guru y Annapurna II.** El descenso se caracteriza por una empinada pendiente primero, que luego se suaviza bastante, haciendo más llevadera la bajada. Haremos una parada en el asentamiento idéntico a **Dharmashala** que hay en esta vertiente para tomar un té y reponer fuerzas. Continuaremos nuestro descenso hasta llegar a un valle amplio con un gran número de mani walls, donde se encuentra el bonito pueblo de **Bimthang,** en un circo rodeado de grandes montañas, presididas por el **Manaslu,** muy diferente visto por esta cara, pero siempre impresionante. Noche en Lodge

DÍA 15º.- 12/10: BIMTHANG (3.735 m) -GOA (2.260 m)
Duración: 7h
Cruzamos los pastos de **Bimthang**, y comenzamos el descenso al valle del **Burdin Khola.** El camino discurre por un bosque de rododendros y magnolios, y con una bajada mantenida hasta llegar hasta **Karche.** Después de una parada para comer, continuamos descendiendo por bosques de abetos y rododendros Y llegaremos a **Goa**. Noche en Lodge

DÍA 16º.- 13/10: GOA (2.260 m) - DHARAPANI (1.860 m)- BESISAHAR
Duración: 2-3h 4-5 h de traslado en jeep
Saldremos temprano de Goa y después de 1:30h de bajada llegaremos a **Tilje**, donde nos esperan los vehículos todo terreno que nos llevarán durante unas 4 horas por pistas de tierra hasta llegar a **Besishahar**, ciudad grande e importante dentro del circuito de los **Annapurnas.** Noche en hotel.

DÍA 17º.- 14/10: BESISAHAR- KATMANDÚ
Duración: 6-7 h de traslado en autobús
Desayuno y traslado en autobús hasta **Katmandú.** Noche en hotel, alojamiento y desayuno.

DÍA 18º.- 15/10: KATMANDÚ
Día libre en **Katmandú**. Este día lo podemos dedicar para visitar la cuidad y los alrededores de **Katmandú,** Noche en hotel, alojamiento y desayuno.

DÍA 19º.-16/10: KATMANDÚ- ESPAÑA
Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España.

DÍA 20º.- 17/10: 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 DE MONTAÑA, JUAN DIEGO AMADOR RIVERO,
VUELOS INTERNACIONALES NO INCLUIDOS EN EL PRECIO:

GRUPO DE 14 + PERSONAS	**1.990 €/persona**
PRECIO DE REFERENCIA DE LOS VUELOS INTERNACIONALES*	**1.450 €/persona**

**** Precio de referencia de los vuelos a día 16/01/2024, incluyendo tasas aéreas. A reconfirmar en el momento de la reserva ya que las tarifas aéreas son muy volátiles y pueden cambiar hasta el momento de la emisión del billete.***

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

NOTA IMPORTANTE: LOS PRECIOS BASE DEL PROGRAMA DESCRITO están calculados con el valor de la divisa en diciembre de 2023 (0,91 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 AÉREAS, UNA VEZ EMITIDO EL BILLETE, TIENEN UN 100% DE GASTOS DE CANCELACIÓN, POR LO QUE RECOMENDAMOS CONTRATAR UN SEGURO DE ANULACIÓN DE VIAJE, QUE NORMALMENTE DEBE FORMALIZARSE EN EL MOMENTO DE LA EMISIÓN DEL BILLETE.

EL PRECIO INCLUYE:

- ✓ Traslado aeropuerto – hotel - aeropuerto
- ✓ 4 noches de alojamiento en Kathmandu, alojamiento y desayuno
- ✓ Transporte desde Kathmandu a Sotikhola
- ✓ Transporte desde Darapani – Besishar - Katmandú
- ✓ Tasa entradas Área de conservación Manaslu y Annapurna
- ✓ Permiso especial Área restringida del Manaslu
- ✓ Todas las comidas (desayuno, comida y cena) con te-café durante el trek
- ✓ Acomodación en lodge durante el trek en habitaciones dobles/triples
- ✓ Guía local de habla inglesa (Habla castellana con suplemento y sujeto a disponibilidad)
- ✓ 1 porteador por cada 2 personas durante el trek. Se le puede dar máximo 11 kilos por persona
- ✓ Seguro, equipo, alojamiento, todas las comidas y sueldo del guía y porteador-es.
- ✓ Impuestos y tasas gubernamentales
- ✓ Bolsa de viaje 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
- Suplemento de habitación individual
- Comidas y cenas en **Katmandú.**
- Rescates
- Agua mineral, bebidas y extras personales.
- Equipo personal
- Propinas
- 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" de esta ficha** 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.

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España
NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DEL PARTICIPANTE:

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

ACONSEJAMOS REALIZARSE UN CHEQUEO MÉDICO GENERAL Y DENTAL ANTES DE LA SALIDA. Acude a tu médico para detectar problemas que pudieran agravarse durante la expedición, donde el aislamiento, lejanía o falta de medios pueden crearte dificultades, como alergias, tensión arterial, problemas coronarios, problemas de oídos, bucodentales, estomacales, de articulaciones etc.

EQUIPO MÍNIMO RECOMENDADO:

- **Mochila** de unos 40 litros
- **Bolsa de viaje** o petate
- **Botas** de trekking (usadas).
- **Zapatillas o sandalias** para los descansos
- **Calcetines** (varios pares de recambio).
- **Pantalones**
- **Camisetas**
- **Ropa interior térmica**
- **Chaqueta de forro polar.**
- **Chaqueta y pantalón de Gore-tex** o similar.
- **Chaqueta de plumas** o sintética**.**
- **Gorro de lana**
- **Gorra de sol.**
- **Guantes**
- **Gafas** de buena protección solar (2 pares)
- **Saco de dormir caliente** (mejor con cremallera lateral).
- **Bastones** para la marcha
- **Crema** de alta protección para la piel y labios.
- **Linterna frontal** con abundantes pilas de recambio.
- **Útiles de aseo personal, papel higiénico, toallitas húmedas etc.**
- **Toalla ligera**
- **Botiquín:** No olvides tu medicación personal.

REQUISITOS PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN:

- Realizar un **pago de reserva de 1.200 €/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.**

- **CUMPLIMENTAR ON-LINE,** por parte de cada participante, la **"hoja de inscripción", "Convenio de Trekkings/Expediciones" y "Condiciones de cancelación del viaje", utilizando los enlaces y siguiendo las instrucciones que vienen al final de esta ficha técnica**.

- Adjuntar una **copia escaneada en formato JPG del pasaporte del participante**, en el apartado indicado para ello, al cumplimentar **on-line la *"Hoja de inscripción".***

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

- Adjuntar una **foto de carnet reciente** escaneada.
- 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:

- **PAGO CON TARJETA (TPV),** utilizando el siguiente enlace**:** https://www.aragonaventura.es/tpv cumplimentar los datos allí requeridos y darle al botón de **"enviar"** (no tiene recargo alguno)
- **TRANSFERENCIA BANCARIA** a la cuenta de **IBERCAJA ES07 2085 5335 6203 3090 8702,** a nombre de **AATREKKINGS Y EXPEDICIONES** y **adjuntar el justificante** en el apartado indicado para ello, al cumplimentar **on-line la "hoja de inscripción**".

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

CON UNA ANTELACIÓN MÍNIMA DE 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.

CONDICIONES DE CANCELACIÓN DE LOS VIAJES DE MONTAÑA: Al final de esta ficha técnica viene un enlace que detalla las **condiciones de cancelación** de los viajes de trekking y expediciones de montaña. Os pedimos que las leáis con detenimiento para conocerlas, ya que cada viaje tiene unas condiciones especiales en función de sus características, actividad a realizar, así como de la intermediación de servicios de otras agencias de viaje (transportes, vuelos, servicios locales en los diferentes destinos y países, etc.).

INFORMACIONES DE INTERÉS:

DOCUMENTACIÓN:

- **Pasaporte** con validez mínima de 6 meses posterior a la fecha prevista de regreso.
- **Visado** de entrada en **Nepal** (50$). Se puede realizar online http://www.nepalimmigration.gov.np/ (recomendable para evitar esperas en el aeropuerto) o bien al llegar en el mismo aeropuerto, en este caso hay que llevar 2 fotografías de 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.**

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 que más le conviene, aquí os hacemos un resumen de los seguros que consideramos importantes para que vuestro viaje este lo más cubierto posible. **SI ESTÁIS INTERESADOS EN CUALQUIERA DE ESTAS PÓLIZAS DE SEGUROS, CONSULTARNOS CONDICIONES Y PRECIOS.**

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

1. SEGURO DE ACCIDENTES DERIVADOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y RESCATE EN MONTAÑA:

- **SEGURO 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 del helicóptero de rescate). **Si tenéis alguna dificultad en hacer este seguro, consultadnos que os ayudaremos. GENERALMENTE NO INCLUYE ENFERMEDADES COMUNES NI ACCIDENTES QUE NO SEAN PRODUCIDOS POR LA PRACTICA DEPORTIVA EN LA QUE SE ESTA FEDERADO.**

2. SEGUROS DE ASISTENCIA EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN:

- **SEGURO "MODULAR PLUS" DE ASISTENCIA EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN POR CAUSA JUSTIFICADA:** Incluye asistencia sanitaria, robo de equipaje y gastos de anulación del viaje no iniciado, **POR CAUSA JUSTIFICADA Y DEMOSTRABLE. PARA QUE LA GARANTIA 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 "TOTAL TRAVEL" DE ASISTENCIA EN VIAJE, SANITARIA Y ANULACIÓN POR LIBRE DESESTIMIENTO:** Incluye asistencia sanitaria, robo de equipaje y gastos de anulación del viaje no iniciado, **SIN CAUSA JUSTIFICADA (Libre desistimiento), en este caso se perderá el 20% de lo pagado.** Si la causa es justificada, las condiciones son las habituales. No incluye el esquí, se requiere otro seguro deportivo de viaje que podemos ofrecer. **PARA QUE LA GARANTIA DE ANULACIÓN POR LIBRE DESISTIMIENTO TENGA VALIDEZ EL SEGURO DEBE CONTRATARSE EL MISMO DÍA DE LA RESERVA DEL VIAJE O, COMO MÁXIMO, DENTRO DE LAS 24 H SIGUIENTES.**

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 EN DESTINO. IGUALMENTE, MUCHAS TARIFAS AÉREAS, UNA VEZ EMITIDO EL BILLETE, TIENEN UN 100% DE GASTOS DE CANCELACIÓN.

RECALCAMOS QUE ARAGÓN AVENTURA OFRECE AL CLIENTE LA POSIBILIDAD DE CONTRATAR 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.

Aragón Aventura informará y asesorará al cliente 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).

RESCATE/EVACUACIÓN: Cada participante debe tener prevista la posibilidad de una evacuación o rescate desde el punto de vista económico. El viajero 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.**

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España
NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

El 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** https://www.sanidad.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.

Geográficamente, **Nepa**l es un rectángulo de unos 600 por unos 200 Km. de ancho. Su territorio se suele dividir en tres zonas: **la montaña, las colinas y la zona del Terai.** La región de las montañas contiene el punto más alto sobre la tierra, el **monte Everest** (Sagarmatha en nepalí), en la frontera con China, alcanzando los 8.844 metros. Ocho de las diez montañas más altas sobre la Tierra se ubican en Nepal. El más grave problema de la zona es la deforestación, que trae consigo la erosión y la degradación de los ecosistemas. **Podéis recabar más información en la página del Ministerio de Asuntos Exteriores** www.exteriores.gob.es/

ANTES DE REALIZAR UN VIAJE AL EXTRANJERO, SE RECOMIENDA REGISTRAR SUS DATOS EN EL REGISTRO INFORMÁTICO DE VIAJEROS DEL MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y COOPERACIÓN, PARA FACILITAR LA ATENCIÓN EN EVENTUALES SITUACIONES DE EMERGENCIA O NECESIDAD" https://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

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

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.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 más información 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 adelanten los vientos invernales.

En los Campamentos Base puede hacer calor durante el día, pero siempre hace frío al ocultarse el sol. En los campamentos de altura y, especialmente, en el día de cumbre las temperaturas pueden ser muy bajas dependiendo principalmente de la fuerza del viento que siempre sopla en altura. **Para más información podéis consultar la página** www.mountain-forecast.com

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

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

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

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

AA TREKKINGS Y EXPEDICIONES
C/ Los Pastores 12
22700 JACA (Huesca) España
NIF: B22333272
Tfno: +34 974 362 996 FAX: +34 974 362 421
e-mail: informa@aragonaventura.es
web: www.aragonaventura.es

DOCUMENTACIÓN NECESARIA PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN

PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN, POR FAVOR, CUMPLIMENTAR LOS SIGUIENTES IMPRESOS ON-LINE, SIGUIENDO LAS INSTRUCCIONES:

PASO 1: Seleccionar con el ratón el enlace correspondiente, una vez seleccionado, **hacer "clic" encima del enlace** y se abrirá el formulario.

PASO 2: Cumplimentar todos los apartados de cada formulario.

- ✓ En el formulario ***"Hoja de inscripción",*** en el apartado correspondiente, subir una **copia en formato JPG del DNI o PASAPORTE** del participante, según se especifique en la documentación necesaria para el viaje.
- ✓ En el caso de que se haya realizado el pago por **transferencia bancaria**, subir el justificante de pago en el apartado indicado para ello en el formulario ***"Hoja de inscripción"***

PASO 3: Darle al botón de ***REGISTRAR INSCRIPCIÓN*** / ***ACEPTAR*** (según el formulario), para enviarlo on-line.

- **FICHA DE INSCRIPCIÓN DEL PARTICIPANTE:**

  https://www.aragonaventura.es/hoja-inscripcion

- **CONVENIO DE EXPEDICIONES/TREKKINGS:**

  https://www.aragonaventura.es/convenio-participante

- **CONDICIONES DE CANCELACIÓN DEL VIAJE:**

  https://www.aragonaventura.es/condiciones-de-cancelacion