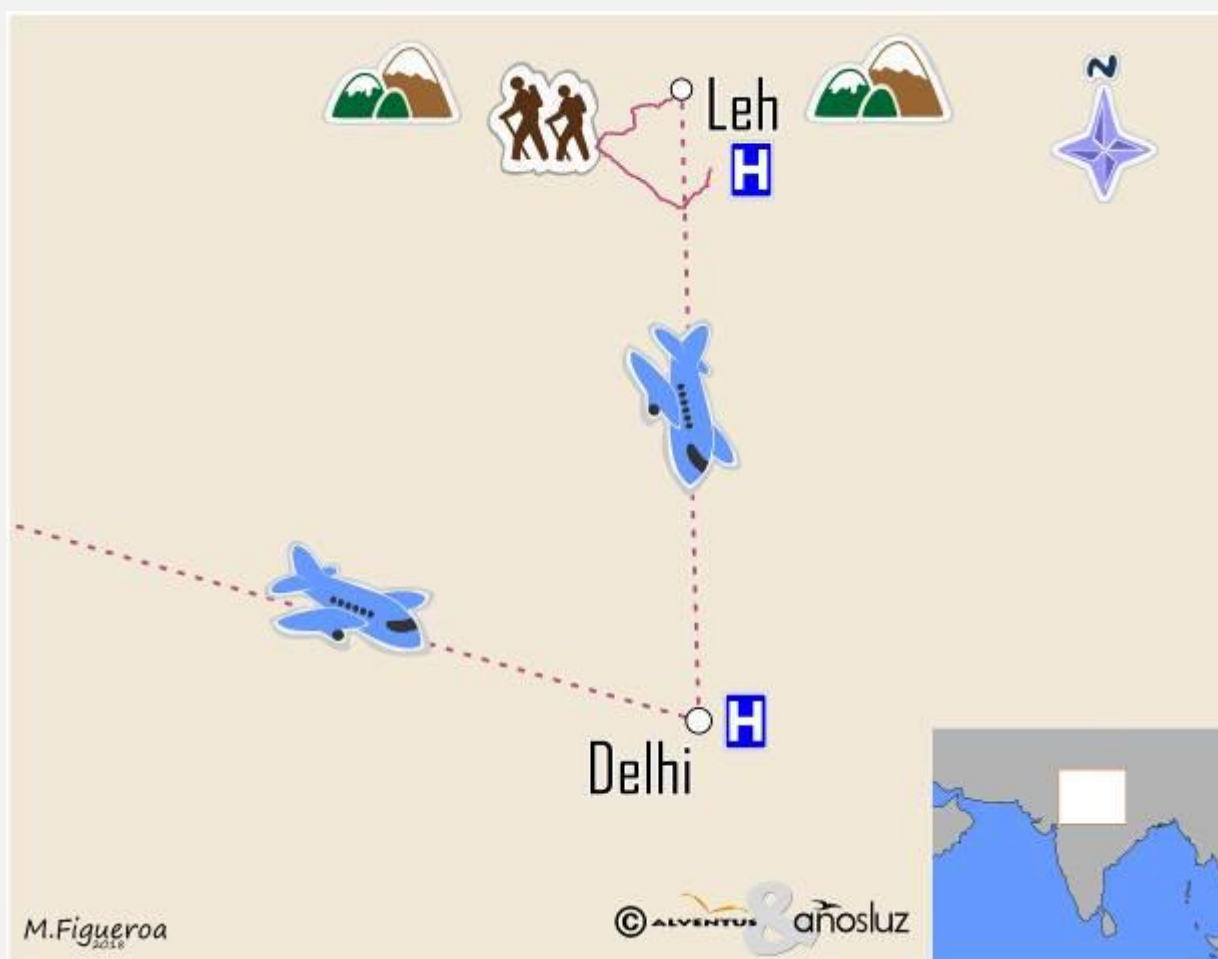


Trekking en Ladakh y Norte de India

A través del “Pequeño Tibet”.



Verano 2019/ 18 días

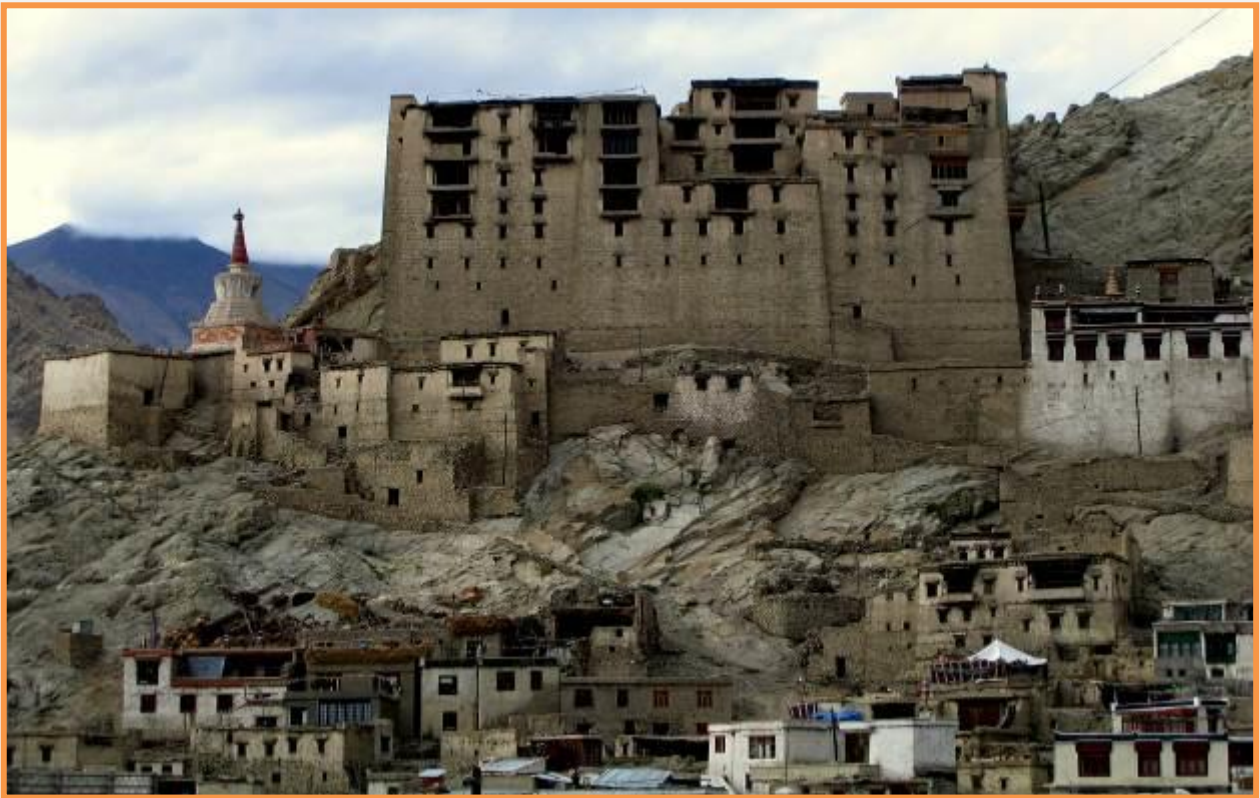
Volvemos al Himalaya de India, después de la fantástica experiencia de estos años. Ladakh, el llamado “Pequeño Tíbet”, fue un lugar hermético hasta hace poco tiempo. Aquí, conoceremos el Himalaya de la India en todo su esplendor. Os proponemos un trekking en el “Valle de Markha”. Montañas espectaculares, de colores rojos y ocres, salpicadas de glaciares que contrastan con cielos azules y nubes algodonosas, es el territorio del Bharal y del Leopardo de las Nieves. Cruzaremos altos pasos por encima de los 5000 m. acampando en

verdes prados y bajos las cimas. Seguiremos antiguas rutas a través de pequeños poblados, monasterios budistas, chortens y estupas.

La primera parte de nuestra aventura comenzará en este lugar: el reino de **Ladakh**, un vasto Estado de montañas y valles de roca salpicados por pequeños pueblitos blancos y olvidados monasterios budistas. No es casualidad que se le llame el pequeño Tíbet. Cerrado al turismo extranjero hasta hace tan sólo quince años, se ha ido convirtiendo, poco a poco, en un atractivo lugar para viajeros y aventureros. Sus territorios tienen, sin embargo, una de las densidades de población más bajas del mundo, debido a la dureza de sus inviernos de hielo y nieve. Pero nosotros iremos en verano, cuando el clima es suave y sólo hay nieve en las cumbres.

Os proponemos un ya clásico **trek** de la zona: "**The Makha Valley**" en el que en poco más de una semana recorreremos estas lejanas tierras de espectaculares montañas que cambian constantemente de color, caminaremos con un cielo limpiísimo de un rabioso azul, de noche no puede haber más estrellas. Cruzaremos pasos de 5.000 metros de altura, refrescándonos luego en sus ríos, acampando en verdes praderas y nuestro guía local podrá contarnos mil y un historias de la región. Visitaremos sus diminutos y olvidados pueblos en plena actividad agrícola antes de la llegada de las nieves, pueblos sin carretera, donde todo debe ser traído a lomos de mulas y de enormes yaks. Veremos bellos monasterios y chortens budistas salpicando el paisaje. Conoceremos a sus gentes, curtidas por duros inviernos, gentes aguerridas, gentes de Ladakh. Durante todo el viaje además, contaremos con la inestimable ayuda y traducción de nuestra guía. Os esperamos en el "Pequeño Tíbet", en una de las grandes rutas de trekking de la Tierra.





ITINERARIO

DÍA 1: Salimos en vuelo regular con destino Delhi. Noche a bordo.

Presentación en el aeropuerto de **Madrid (Consultar BAERCELONA y otras ciudades de salida)** para tomar el vuelo con destino a Delhi.

DÍA 2: DELHI

Llegada a Delhi, asistencia y bienvenida en el aeropuerto. Traslado en vehículo privado al hotel. Resto del tiempo para descansar y dar un paseo por Delhi.

DÍA 3: DELHI: visitas

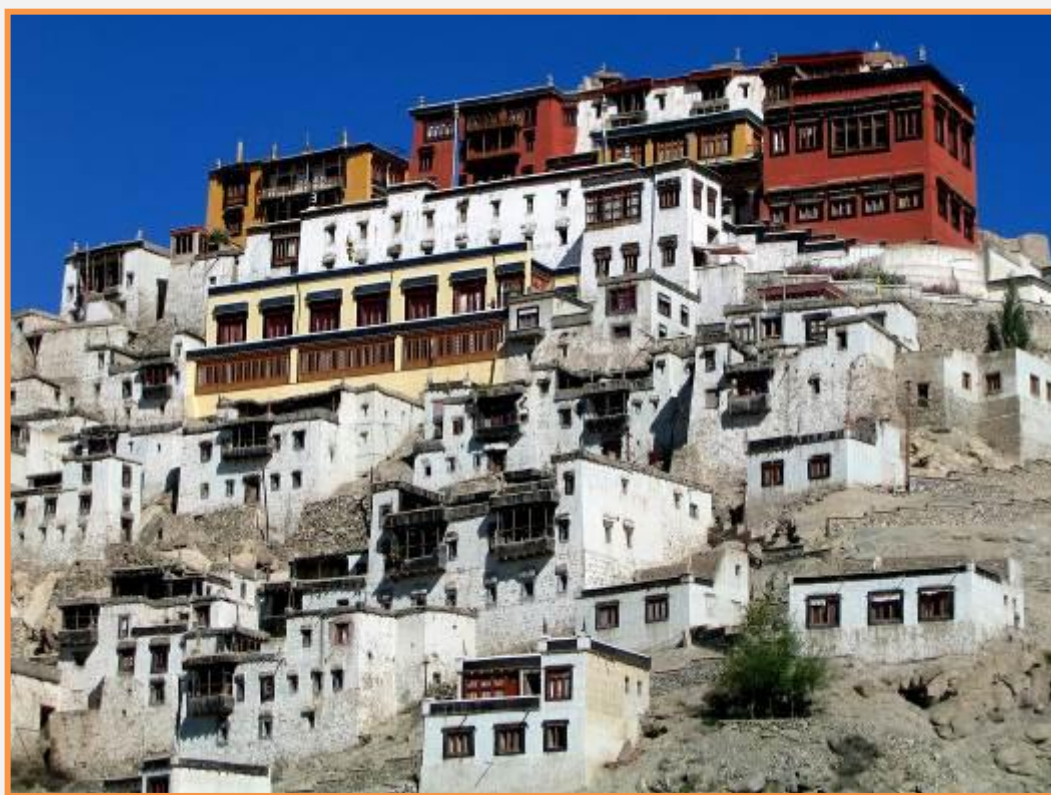
Desayuno. Día para visitar y sumergirnos en el ambiente de India. Visitamos **Puerta de la India** - Monumento construido por el arquitecto Edwin Lutyens para conmemorar a los soldados indios que murieron en la Primera Guerra Mundial y las Guerras Afganas de 1919. **El Edificio del Parlamento** y **El Rastrapathi Bhawan** - La residencia oficial del Presidente de la India. Luego vamos a ver al **Minarete de Qutab** - El alminar de ladrillos más alto de la India. Visita de los mercados en Old Delhi... Alojamiento en Hotel

Será también nuestro primer encuentro con la cocina exótica de la India.

DÍA 4: DELHI – LEH

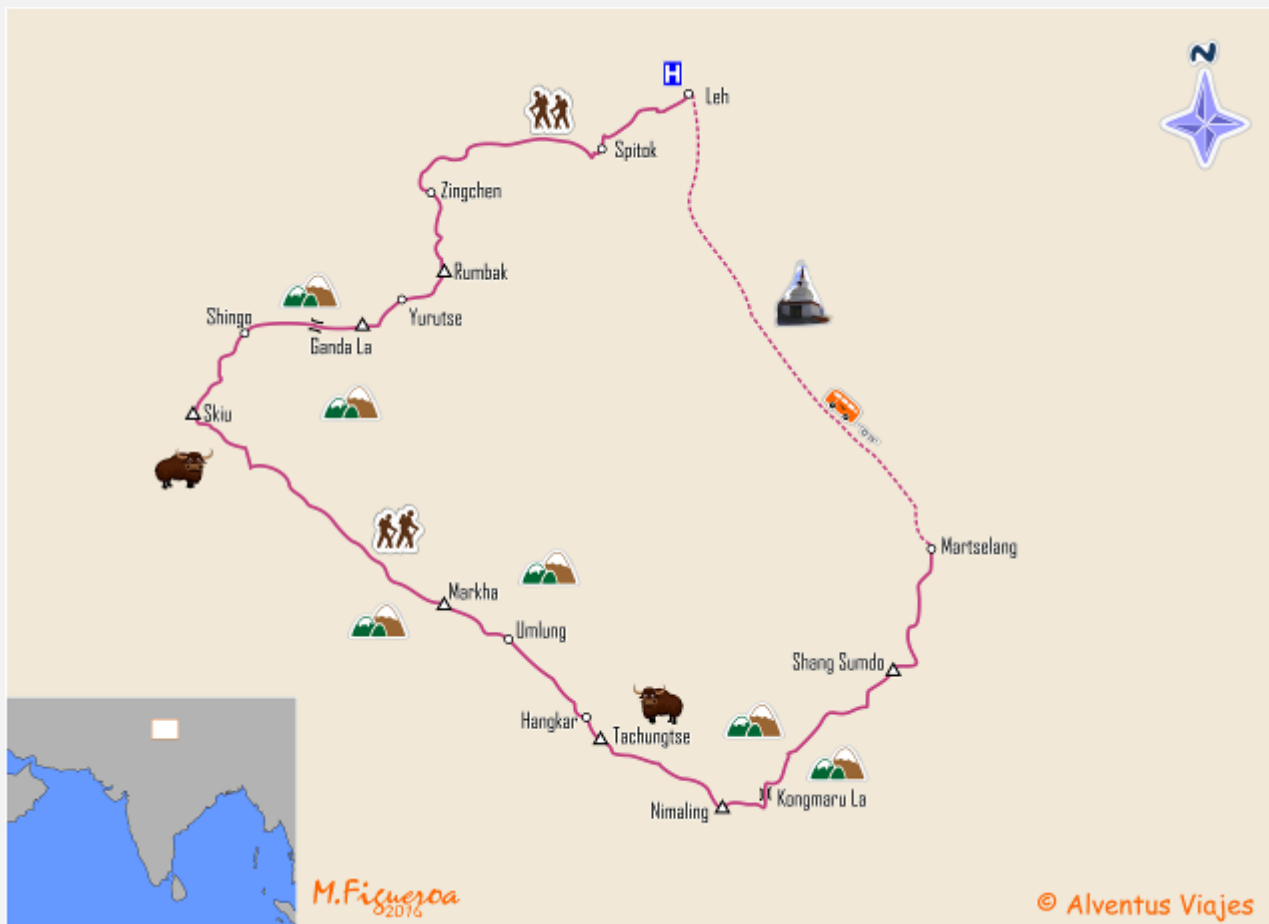
De madrugada. Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a Leh, la pequeña capital de Ladakh. Vuelo a **Leh**, capital de Ladakh, uno de los Estados de India más apartados y remotos, escondido en lo más profundo de las montañas, rodeado de un halo de misterio... Poco después de despegar y al alcanzar la altura de crucero el paisaje se nos mostrará grandioso, vamos a sobrevolar el Himalaya!! Al aterrizar, podremos apreciar el impactante paisaje de áridas

montañas de roca, surcado por verdes valles salpicados de diminutos pueblos rodeados de montañas coronadas de blancos glaciares. Leh en sí misma es bastante pequeña y rural para ser la capital, con sus preciosas casas blancas tradicionales, sus terrazas cultivadas rodeadas de árboles, sus serpenteantes calles, su mercado central donde la gente mayor aún viste sus trajes tradicionales... Estaremos a 3.500 m de altura rodeados de picos nevados de más de 6.000 m. La temperatura es muy agradable en verano durante el día, de unos 25/30°C. Traslado al hotel, donde podremos descansar un poco. Este día lo dedicaremos a aclimatarnos, con paseos sencillos por esta ciudad-pueblo, sin olvidar beber mucho agua, comiendo ligero y bien, protegiéndonos del sol la cabeza y ojos. Nos notaremos algo cansados y pesados, es importante descansar o incluso regresar al hotel a echar una cabezadita (mientras dormimos es cuando mejor nos aclimatamos).



DÍA 5: LEH, JORNADA DE ACLIMATACION.

Día libre en **Leh**. Nos seguiremos aclimatando. Podemos subir a algún mirador (**Shanti Stupa, Namgyal Tsemo gompa o al Palacio de Leh**) o pasear por la zona del mercado, donde nos cruzaremos con la pintoresca gente local o con otros viajeros de muchas nacionalidades. O visitar el Monasterio de Sankar a unos 30 minutos caminando. Leh se ha puesto poco a poco de "moda" entre los viajeros más aventureros que suben hasta este lugar tan remoto escapando del monzón y aprovechando la bonanza de su clima en agosto. Por eso hay bastante ambiente de tienditas y pequeños restaurantes que contrastan con la antiquísima tradición de este lugar congelado en el tiempo. Podemos realizar



alguna compra de última hora de algo que olvidamos para el trek. Nos iremos pronto a dormir porque mañana mismo partimos para el trek.

DÍA 6: COMIENZO DEL TREKKING: LEH – ZINGCHEN - RUMBAK.

Tras el desayuno, partimos en vehículo para hacer un pequeño traslado por carretera y pista. Pasamos por Spitok y después la pista de tierra se adentra en el paisaje profundo de Ladakh. Nos adentramos en el valle de Zingchen, donde nace el río Rumbak que mucho más abajo va a desembocar en el histórico río Indo. En un punto determinado comenzamos nuestro periplo a pie. La ruta sigue por el valle y ascendemos lentamente, tomándonos con calma nuestro recorrido. Podremos parar a descansar, tomar el picnic... y a media tarde llegaremos a la villa de Rumbak, habitada por 15 familias. Acampada en sus alrededores. Tiempo para el descanso, hidratarnos, tomar un té... hasta la hora de la cena.

Características del recorrido a pie: día para comenzar tranquilamente a habituarnos a nuestra marcha. Desnivel en ascenso: 470 m. Tiempo, sobre 3-4 horas de marcha con descansos incluidos.

Altitud en Zingchen: 3.530 m. Altitud en Rumbak: 4.000 m.

DÍA 7: RUMBAK – CAMPO BASE GANDA LA

Desayuno. Dejamos nuestro campamento. Hoy es un día más largo, subiendo por estas desnudas montañas de increíbles formas y colores. No se trata de correr, sino de respirar bien y andar lentamente pero de forma constante, subir corriendo sería la peor manera de aclimatarse. Puede que veamos algunas



corderos azules, zorros, marmotas... Ver el famoso y escurridizo leopardo de las nieves sería un premio que pocos han disfrutado. Noche en el **campo base del Ganda La**. Lugar espectacular con fantásticas vistas del Stok Khangri, montaña que supera los seis mil metros. Con la caída de la tarde la montaña se llenará de suaves colores, es un buen momento para saborear un té en este remoto lugar. Después, poco a poco el cielo se llenará de millones de estrellas.



Características del recorrido a pie: día también de marcha suave, muy bueno para que nuestra aclimatación sea perfecta. Desnivel en ascenso: 500 m. Tiempo, sobre 4 horas de marcha con descansos incluidos. Altitud en Rumbak: 4.000 m. Altitud en campo Ganda La: 4.500 m.

DÍA 8: CAMPAMENTO – PASO DE GANDA LA - SKIU.

Tras el desayuno, comenzamos temprano nuestro recorrido. Hoy subiremos durante unas dos horas hasta el collado de **Ganda La, a 4.900 m**. Sin duda va a ser un gran día, es nuestra primera aproximación a los cinco mil y además toda la alegría que supone ascender un alto paso. En lo alto del puertecillo, paso histórico entre las regiones de la zona, encontraremos el típico chorten con banderolas de oración budistas. Las vistas son espectaculares, todo el valle de **Markha** a nuestros pies, la cordillera de **Zanskar** que se retuerce enfrente con las caprichosas formas con la que se elevan estas montañas. Después de un pequeño descanso, descenderemos gradualmente durante una hora, hasta **Shingo**, donde comeremos. Finalizaremos el día tras caminar por una espectacular **garganta** hasta **Skiu** (3.300 m) donde plantaremos las tiendas. En este idílico pueblo hay un antiguo monasterio y las ruinas de una fortaleza que la familia real usaba para resguardarse en sus viajes a Srinagar (Cachemira).

Características del recorrido a pie: día completo de trekking. Hoy será unas de las grandes jornadas de nuestro recorrido.

Desnivel en ascenso: 400 m. Desnivel en descenso: 1.600 m. Tiempo, sobre 7 horas de marcha con descansos incluidos.

Altitud en campamento: 4.500 m. Paso de Ganda La: 4.900 m. Altitud en Skiu: 3.300 m.

DÍA 9: SKIU – MARKHA

Desayuno. Pronto y al fresco de la mañana seguimos con nuestro recorrido. Ascenderemos tranquilamente el **río Markha** por el precioso valle del mismo nombre, hoy subiremos poco desnivel. El camino cruza el río en varios lugares, y pasa por los asentamientos de invierno, donde veremos Latos (santuarios dedicados a las deidades locales) y muros de Mani (muros hechos de piedras talladas con oraciones budistas). Podremos encontrar algunas "ChaiKanas", tiendas de té, donde podemos tomar té o algún refresco. Tras cruzar el río por última vez, llegamos al pueblo de **Markha**, el más grande del valle, con 20 casas, un antiguo monasterio y las ruinas de un fuerte. Aquí no existen las carreteras, todo debe ser llevado en mulas... Campamento en la zona.

Características del recorrido a pie: día más suave que el anterior.

Desnivel en ascenso: 500 m. Tiempo, sobre 6 horas de marcha con descansos incluidos.

Altitud en campamento Skiu: 3.300 m. Altitud en Markha: 3.800 m.



DÍA 10: MARKHA – THACHUNGSTE.

Hoy el recorrido es muy humanizado, estamos atravesando una histórica ruta que une Srinagar con las tierras altas de Ladakh. El sendero del valle de **Markha** continúa pasando por antiguos molinos de piedra, un castillo en ruinas y el auspicioso monasterio de Techa, orgullosamente colgado de un acantilado sobre Markha, que bien vale una visita. El camino cruza varias veces el río y las últimas pequeñas aldeas del valle. Después de dejar el pueblo de **Umlung**, tendremos oportunidad de ver por primera vez el espléndido **Kang Yatse** (6.400 m), que nos acompañará hasta el collado de Kongmaru La. Tras comer en el pueblo de Hangkar (el último en el valle), continuaremos hasta el precioso pasto de **Tachungste**, donde acamparemos.

Características del recorrido a pie: día más suave que el anterior.



Desnivel en ascenso: 300 m. Tiempo, sobre 6 horas de marcha con descansos incluidos.

Altitud en campamento Markha: 3.800 m. Altitud en Tachungste: 4.100 m.

DÍA 11: THACHUNGSTE – NIMALING.

Hoy el camino nos lleva al maravilloso plató de **Nimaling**, donde las gentes del valle de Markha traen sus reses a pastar durante el verano. A 4.700 m, Nimaling es el campamento más alto del trek, ofreciéndonos unas espectaculares vistas del **Kang Yatse** y la cordillera del Zaskar a nuestra derecha y más abajo dominamos el valle de Markha.

Características del recorrido a pie:

Desnivel en ascenso: 500 m. Tiempo, sobre 5 horas de marcha con descansos incluidos.

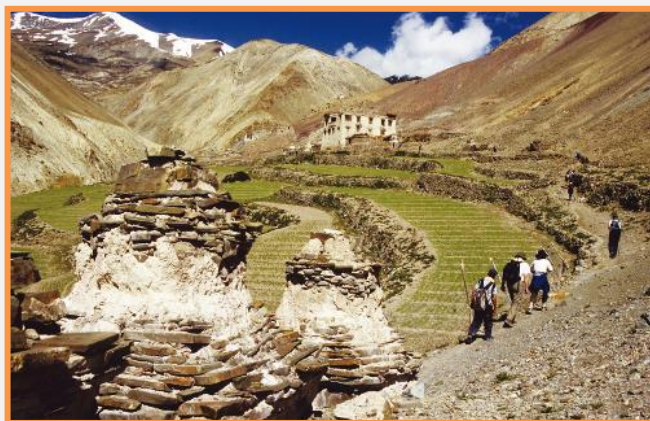
Altitud en campamento Tachungste: 4.100 m. Altitud en Nimaling: 4.600 m.

DÍA 12: NIMALING – KONG MARU LA - SHANG SUMDO. TRASLADO A LEH.

Hoy es la jornada “estrella” de nuestro trekking, vamos a alcanzar la máxima cota de nuestro recorrido, el ascenso al paso de **Kongmaru la**, a **5.200 m.**



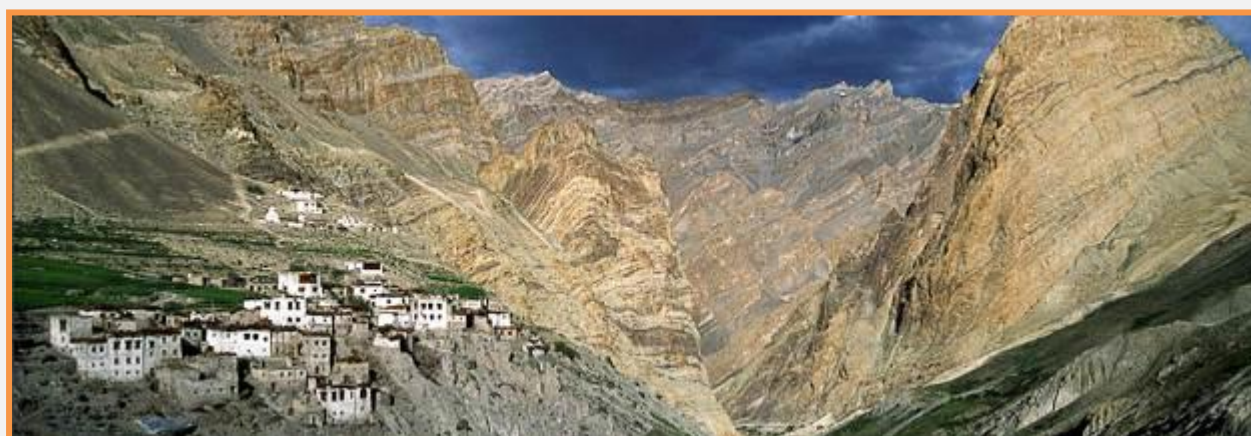
Desayunamos tranquilamente y comenzamos el ascenso. Con la buena aclimatación que tenemos a estas alturas del trek la ascensión por encima de los cinco mil no va a suponer ningún esfuerzo extraordinario. Cuando alcancemos el collado nos invadirá un gran sentimiento de alegría, llevamos ya muchos días caminando en las alturas y de seguro que una especie de sentimiento “zen” invadirá nuestros cuerpos. Se trata de lo que algunos autores han bautizado como el “zen del caminar”, un momento en el que tras muchos días de caminar en altura estamos tan habituados al paisaje que nos sentimos parte de él, de la tranquilidad y grandeza del mismo. Filosofías aparte de seguro que será un momento festivo y de abrazos con nuestros compañeros/as del viaje. Desde aquí disfrutamos de unas maravillosas vistas de las montañas



que nos rodean y de ambos valles. Las 2 horas de descenso son bastante empinadas, pero se suaviza a medida que entramos en las **gargantas de Shang**, con sus extrañas formaciones rocosas que parecen de otro planeta. Cruzamos de nuevo varias veces el río antes de llegar al manantial de aguas ácidas de **Chuskumo** (aguas usadas en la medicina tradicional por los doctores Amchi). Tras un descanso pasamos por un par de pueblos antes de llegar a **Shang Sumdo**, fin del trekking y traslado a vehículo a Leh. Si tenemos tiempo podremos visitar uno de los mas antiguos monasterios, Hemis, en nuestro camino de vuelta. Alojamiento en hotel. ¡Enhorabuena!, lo habéis conseguido. Una buena ducha y tendremos que brindar por nuestro periplo.

Características del recorrido a pie: Desnivel en ascenso: 600 m. Desnivel en descenso: 1.500 m. Tiempo, sobre 7 horas de marcha con descansos incluidos.

Altitud en campamento Nimaling: 4.600 m. Paso de Kongmaru: 5.200 m. Altitud en Shang Sumdo: 3.700 m.



DIA 13: LEH – DELHI – VUELO DE REGRESO

A la hora convenida traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a Delhi. Desde el avión nuestra vista estará puesta en los paisajes por donde hemos caminado estos días. Tras una hora de vuelo aproximadamente aterrizamos en Delhi. Conexión con el vuelo de regreso.

DIA 14: LLEGADA A LOS AEROPUERTOS DE ORIGEN: MADRID/BARCELONA

Llegada a los puntos de origen.

FICHA TÉCNICA

FECHAS: del 03 al 15 de Agosto

del 02 al 14 de Septiembre

SALIDAS:

Madrid, Barcelona, otras ciudades: CONSULTAR

NOTA: Se **deberá reconfirmar** los horarios de SALIDAS 72 horas antes de la salida directamente en nuestras oficinas, bien personalmente o por teléfono.

GRUPO MÍNIMO: 9 personas
PRECIO R. A. : 1.795 Euros

GRUPO MÁXIMO: 18 personas
PRECIO: 1.915 Euros

SUPLEMENTOS:

-Tasas aéreas estimadas (sujeto a variación en el momento de la emisión de los billetes aéreos): 329 €
-Suplemento de ocupación de 9 a 12 personas: 130 €
Suplemento alojamiento habitación individual: 250 € (10 noches en hotel, el resto en tienda individual.)

INCLUYE:

- Vuelos Madrid – Delhi –Leh- Delhi - Madrid.
- Todos los traslados aeropuerto – hotel- aeropuerto.
- Autobús o minibús para traslados interiores según programa.
- Pensión completa durante el trekking.
- Infraestructura para la realización del trek: Guía local de montaña, porteo de equipajes por mulas, cocinero, tiendas de campaña para uso doble, tienda comedor...
- Alojamiento y desayuno en hotel en Delhi y en Leh en habitación doble con baño/ ducha.
- Guía local, de habla hispana en City tour Delhi.
- Seguro de viaje.
- Guía acompañante de Alventus&Añosluz para todo el programa.

NO INCLUYE:

- Tasas de aeropuerto.
- Comidas no mencionadas en el apartado anterior.
- Entradas a museos, monumentos, y ningún servicio no especificado en el apartado INCLUYE. (75 eur por persona)

CONDICIONES RESERVA ANTICIPADA:

La reserva y el pago de la inscripción/anticipo se realizarán al menos **40 días** antes de la fecha de salida (excepto el pago del resto que se realizará como máximo 20 días antes de la salida y las tasas aéreas que se abonarán a la emisión de los billetes).

FORMA DE RESERVA Y DE PAGO:

La reserva deberá ser realizada en nuestras oficinas, personalmente o por teléfono. Las reservas realizadas por Correo Electrónico (Email) tendrán que ser confirmadas posteriormente por nuestra oficina.

Una vez realizada y **confirmada** la reserva se entregará como anticipo la cantidad de **560 €** por persona. El resto deberá hacerse al menos veinte días antes de la salida. El pago podrá realizarse en efectivo, transferencia o tarjeta de crédito.

Si desea pagar el viaje mediante transferencia, los datos son:

Titular: Viajes Alventus S.L.

Entidad: La Caixa

Cuenta corriente: ES46 2100 5741 4202 0015 3963

Es importante que como concepto se exprese el viaje y fecha en la que viaja, anotando claramente su nombre y apellidos. *En caso de transferencia es preceptivo el envío* por e-mail (imagen escaneada) del justificante.

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

EQUIPAJES: Pérdidas materiales..... 151 Euros

ASISTENCIA: GASTOS MEDICOS, QUIRURGICOS Y HOSPITALIZACION:

Por gastos incurridos en España, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en España..... 600 Euros

Por gastos incurridos en el extranjero, derivados de una enfermedad o Accidente ocurridos en el extranjero.....6.000 Euros

PRORROGA DE ESTANCIA EN HOTEL con 61 Euros/día, hasta un límite de

.....610 Euros

DESPLAZAMIENTO DE ACOMPAÑANTE POR HOSPITALIZACION..... Ilimitado

ESTANCIA DEL ACOMPAÑANTE DESPLAZADO con 61 Euros/día,

hasta un límite de610 Euros

REPATRIACION O TRANSPORTE SANITARIO DE HERIDOS O

ENFERMOS..... Ilimitado

REPATRIACION O TRANSPORTE DE FALLECIDOS..... Ilimitado

BILLETE DE REGRESO DEL ASEGURADO POR FALLECIMIENTO

DE UN FAMILIAR DIRECTO..... Ilimitado

RESPONSABILIDAD CIVIL PRIVADA..... 6.000 Euros

Opcional:

Disponemos de seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias, consúltanos precios.

Entre otras coberturas, cubre los gastos de cancelación del viaje por causas de fuerza mayor.

Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva.

Solicite en nuestras oficinas el desglose de las coberturas de cada uno de ellos.

RECOMENDAMOS A TODOS CONTRATAR UNO DE ESTOS SEGUROS POR LA AMPLITUD DE SUS COBERTURAS

Nota Seguro de Montaña. La agencia incluye en esta ruta un seguro de viaje, cuya descripción habéis podido leer. Sin embargo, dado que la actividad principal se trata de un trekking, con lo que implica de dificultades de evacuación y riesgos inherentes a este tipo de actividades, **recomendamos la tramitación de la licencia federativa de montaña y su extensión a cobertura mundial. Solicitar información en vuestras federaciones territoriales.**

NOTAS SOBRE EL VIAJE

DOCUMENTACIÓN

Para estancias no superiores a 30 días con fines turísticos: Pasaporte en vigor, con validez mínima de 6 meses desde la fecha de entrada en India y con al menos dos páginas en blanco consecutivas, ser portador de un billete de ida y vuelta o continuación del viaje y certificar disponer de fondos suficientes para cubrir sus gastos durante la estancia en el país. Visado de entrada en India.

*** IMPORTANTE ***:

A partir del 15 de agosto de 2015 es posible realizar la solicitud de **visado turístico online (eTV)** para nacionales españoles, siempre que la entrada al país se realice por uno de los siguientes aeropuertos: Ahmedabad, Amritsar, Bangalore, Chennai, Cochín, Delhi, Gaya, Goa, Hyderabad, Jaipur, Calcuta, Lucknow, Bombay, Trichy, Trivandrum y Benarés.

El visado turístico eTV es válido únicamente para 1 sola entrada y para un máximo de 30 días.

Para su tramitación es necesario cumplimentar una solicitud por internet con una antelación mínima de 4 días a la fecha de llegada y un máximo de 30 días.

Para ello entre en la web eTV: <https://indianvisaonline.gov.in/visa/tvoa.html>

Tendrá que rellenar el formulario contestando a preguntas biográficas, así como aportar datos de su estancia en India (fecha de llegada, lugares a visitar, alojamiento, etc.). Será necesario también adjuntar una copia escaneada de la página con sus datos de su pasaporte en formato –PDF (min 10 KB/max 300 KB) y una fotografía de carnet reciente con fondo blanco y sin bordes en formato –JPEG (min 10 KB/max 1MB).

El visado turístico online (eTV) tiene un coste de 60\$ (más 2\$ de cargo de la pasarela de pago), que deberá ser abonado a continuación a través de la misma página web. El pago deberá ser efectuado con tarjeta de crédito, siendo aceptadas únicamente Mastercard ó Visa. Este importe no es reembolsable en ningún caso.

Una vez cumplimentado el formulario y realizado el pago, si su solicitud ha sido tramitada correctamente, la web le dará un número de referencia de gestión ("application ID"). Guarde este número ya que le servirá para chequear el estado de su solicitud hasta la obtención del visado. Una vez aprobada su solicitud, la web le enviará al correo electrónico/e-mail facilitado su visado eTV. Aconsejamos encarecidamente que se tenga cuidado al introducir la dirección de correo electrónico, ya que es donde se recibirá el visado, así como tramitarlo con la anticipación suficiente, puesto que la aprobación puede tardar unos días.

Una vez recibido, imprima el visado guárdelo junto con su pasaporte y billete de avión hasta el día de la salida, ya que tendrá que presentar

obligatoriamente los 3, tanto para poder embarcar en el vuelo como a la entrada al país. Es también conveniente guardar la copia en su correo electrónico para poder acceder a él en caso de extravío durante el viaje. Rogamos leer detenidamente las instrucciones antes de realizar todos los trámites, para evitar errores y tener que repetir procesos y pagos.

En el caso de no cumplir alguno de los requisitos para la tramitación del eTV, por ejemplo entrada por un aeropuerto no incluido en la e-Visa, necesitar visado de entradas múltiples, etc., es necesario tramitar el visado en la Embajada de la India en Madrid. El coste del visado en este caso es de 95 €. Para ello necesitaremos para enviar a la Embajada: el pasaporte original, 1 fotografía tamaño carnet (**no sirven fotocopias**) y cumplimentar un formulario on-line ("**Regular Visa Application**") en la web: <https://indianvisaonline.gov.in/visa/index.html>

TASAS: Las tasas aéreas no están incluidas en el precio final del viaje y su cuantía aproximada se ofrece como un suplemento en el apartado SUPLEMENTOS de la presente Ficha Técnica.

Las **tasas aéreas** hacen referencia al precio del combustible, costes de seguridad, impuestos aeroportuarios, gubernamentales, etc. Estas tasas **NO SERÁN EXACTAS HASTA LA EMISIÓN DE LOS BILLETES AÉREOS, POCOS DIAS ANTES DE LA SALIDA DEL VIAJE**. Es la compañía aérea quien estipula y modifica este importe. Por esta razón, y antes de recoger la documentación del viaje, os comunicaremos el importe final de las tasas exactas, ya que la cantidad indicada en el apartado SUPLEMENTOS es estimada y sujeta a variación, porque el carburante, tasas, o impuestos por las compañías aéreas, nunca se puede prever.

Las **tasas locales** (si las hay) se pagan directamente al tomar algún vuelo durante el viaje (vuelos internos por lo general y a la salida de los países). Su importe lo fijan las autoridades aeroportuarias locales y estas tasas pueden sufrir variaciones por las decisiones de la administración de cada país en concreto.

MONEDA

Se podrá cambiar moneda en el aeropuerto de Delhi a la llegada y también en casas de cambio en Leh. La moneda es la rupia india. Un euro equivale a aproximadamente a 75 **Rupias** Indias. Nada mas llegar a India, en el mismo aeropuerto, hay cajeros automáticos (Visa Electrón, Visa, Mastercard) y oficinas de cambio de los bancos. El euro se cambia sin problemas. Durante el viaje hay cajeros en todas las ciudades, pero en ocasiones dan algún problema. Por eso es aconsejable llevar también euros que se pueden cambiar en casas de cambio. Si se opta por llevar dólares norteamericanos es importante que no tengan marcas, estén rotos o hayan sido emitidos antes de 2004.

COMUNICACIONES

Los usuarios de telefonía móvil tienen amplia cobertura en ciudades, asegurada

por los operadores Indues. En algunos hoteles hay wifi de pago.

VACUNAS Y MEDICINAS

Ninguna vacuna es obligatoria para entrar en India. Puede ser recomendable la protección contra el Tétanos-Difteria, Tifus y Hepatitis.

Acerca del tratamiento preventivo contra la malaria, tenga en cuenta que no es tan frecuente como en otros países. Va a realizar una primera parte del viaje por encima de los 3.500 m, donde no hay malaria y donde su cuerpo va a realizar un fuerte proceso de aclimatación, estar tomando fuertes medicinas que dañan el hígado no le va a ayudar precisamente y es peligroso. En la segunda parte del viaje, de unos 9 días, estamos en el Monzón lluvioso y podría existir algún riesgo, pero recuerde que dormirá en habitaciones con aire acondicionado, donde los mosquitos no entran.

Hay que tener cuidado durante el atardecer y por la noche, cuando los mosquitos nos pueden picar. Se debe vestir ropa de manga larga y clara, aplicar un buen repelente de mosquitos en cuello, tobillos y muñecas, que además se puede comprar muy barato en India (Odomos, por menos de un euro).

En todo caso, recomendamos ponerse en contacto con los servicios de Sanidad Exterior y Centros de Vacunación Internacional donde informan de las últimas recomendaciones de la OMS (Organización Mundial de la Salud).

MEDICINAS: Llevar las medicinas que habitualmente se estén tomando. Si has de tomarlas durante el viaje en avión, y son medicinas atípicas, deberás llevar una carta de tu médico en español e inglés que justifique que has de tomarlas durante el vuelo y por eso las llevas en el equipaje de mano.

Sería conveniente que llevaras un pequeño botiquín con tiritas, gasas estériles, esparadrapo, venda elástica grande, betadine, agua oxigenada, tijeras, antiinflamatorio (ejemplo trombocit), paracetamol, un antibiótico para vías respiratorias, otro para diarreas (debe aconsejarte el farmacéutico), crema protección solar, barra de labios solar, crema hidratante...

Debes llevar un desinfectante para el agua: Lejía (envase amarillo), yodo, o pastillas Katadyn que se pueden encontrar en tiendas de "aire libre".

Si tienes problemas en rodillas o tobillos lleva Trombocit, tobillera o rodillera, y muy importante bastones para los descensos.

Se recomienda beber agua embotellada.

No olvidar las medicinas específicas de los tratamientos que cada uno siga.

VÍDEO, FOTOGRAFÍA Y OTROS

Recomendamos llevar varias baterías y tarjetas de memoria suficientes.

El enchufe normal español sirve, aunque el indio es algo más gordo y a veces no "agarra" el nuestro. Igualmente en India puedes comprar un adaptador por poco dinero (menos de medio euro). No hay posibilidades de recargar las baterías durante los 8 días de trek, recomendamos traer de repuesto.

CLIMA

En **Ladakh** el clima es agradable, cálido y seco. No debes olvidar beber gran cantidad de agua y sales, para evitar insolaciones. Durante el trek el esfuerzo

hace que sentimos más calor y sudamos bastante. Hay que ir frescos, pero preparados con algo de abrigo porque unas nubes pueden bajar la temperatura más de 10 grados, puede llover algún día. De noche las temperaturas bajan sorprendentemente hasta los 5°, la tienda protege, pero es necesario un buen saco.

En **Delhi**, el clima es monzónico: suele llover de golpe unas horas, y luego sale un sol radiante. Hace calor y humedad, algo sofocantes, pero cuando llueve refresca y se está mejor. Todo el campo está muy verde y la gente alegre, el monzón es la única agua que recibirán las cosechas en todo el año, y dependiendo del monzón depende la suerte de toda la India.

EQUIPAJE Y ROPA

Es recomendable para llevar el equipaje una bolsa de deportes grande con una fuerte cremallera o un petate grande, debe caber todo. No llevar maletas rígidas que luego no se pueden atar encima de las mulas y si se caen se rompen). Es también útil una gran bolsa de plástico (de basura por ejemplo) que proteja la mochila de la lluvia, polvo y golpes durante el trek.

- **Mochila pequeña-mediana** de unos **40 L**, donde cargareis a la espalda todo el trek lo que usáis durante el día (2 L de agua, picnic, chubasquero, abrigo, cámara...).

- **Saco de dormir**. No hace falta llevar esterilla ya que tenemos colchonetas durante el trek.

- **Calzado**: unas **botas de trek**, ligeras a la vez que resistentes, buena suela dura a la vez que flexible, mejor de caña alta para proteger los tobillos, unas **deportivas** para cuando vayamos a ver monumentos. Cruzaremos ríos por lo que unas **sandalias** pueden resultar útiles.

- **Ropa**:

- Gorra o pañuelo grande para el sol
- 2 forros polares finos con cremallera mejor que uno grueso.
- Chaqueta de Gore tex o similar
- Camisa de manga larga que nos podamos quitar y poner fácilmente durante el trek para usar de cortavientos y bajo la cual nos podamos poner un forro polar.
- Gorro de lana.
- Una braga o **pañuelo** para el cuello.
- Guantes finos.
- Pantalones de trek largos, fuertes y ligeros. Unos pantalones aislantes para poner por debajo de los primeros por la noche.
- Bañador.
- Varias camisetas.
- Ropa interior.
- Varios calcetines y unos calcetines más gordos.

Además de la ropa hay que llevar: capa de agua, cantimplora, botellas de plástico o CamelBag para llevar al menos 2 L. de agua, gafas de sol, navajita multiusos, linterna o frontal LED y baterías, cámara si haces fotos y extra de baterías, bastones telescópicos (optativos pero aconsejables en las bajadas para no forzar las rodillas), carrete de hilo y aguja para los rotos ocasionales, un

pañuelo grande de algodón sirve de toalla, neceser con productos de aseo (jabón, champú, cepillo y pasta dientes...).

Hemos enumerado el equipo básico para realizar el trekking, a partir de aquí queda en vuestras manos personalizar vuestro equipo e incluso añadir otros objetos, como: bolsas de plástico para proteger la ropa, prismáticos, altímetro, mapas, guía, etc.

IMPORTANTE: Con motivo de la entrada en vigor de un nuevo Reglamento de Seguridad de la Unión Europea (UE), no está permitido llevar en el **equipaje de mano: líquidos (incluido el agua y otras bebidas, además de sopas y siropes), perfumes, geles y champúes, pastas (incluida la de dientes), máscara de pestañas, cremas, lociones y aceites, sprays, aerosoles (incluidas espumas de afeitar, otros jabones y desodorantes), mezclas de líquido-sólido, y otros artículos de similar consistencia.** Las excepciones son un número limitado de elementos de aseo personal, en envases de 100 ml. máximo por unidad, depositados holgadamente en una bolsa de plástico transparente con cierre adhesivo o tipo cremallera, cuya capacidad no sea superior a un litro. Las otras dos excepciones son, en casos que sean necesarios los alimentos de bebés y medicamentos (líquidos o aerosol), así como productos dietéticos, insulina y otras medicinas necesarias en cantidad suficientes para el vuelo y de los que hay que presentar prueba de autenticidad en los controles de seguridad. Todas las piezas de equipaje, inclusive las que se facturen como los bultos de mano, deben ir siempre identificados.

LA GENTE EN LA INDIA y SUS COSTUMBRES.

- **En Ladakh:** Los ladakhies son orgullosos y duros como el áspero clima en el que viven, llevan espesas capas de ropa hecha con lana, son de origen mongol y practican una ferviente y mística religión budista, al igual que sus primos los tibetanos. El simbolismo budista está por todos lados: monasterios, estupas redondas, monjes budistas, chortens y piedras talladas con mantras en los caminos de montaña, banderolas de oración, molinillos de oración, rosarios, esculturas de avatares, demonios y reencarnaciones, pinturas, tankas, gonjs... Durante el trek saludarán alegremente y otras veces se mostrarán más callados. Visten de manera sencilla, a veces ropas muy usadas, estamos en la temporada de más trabajo donde hay que plantar, abonar, recoger y secar toda la comida del año en tan sólo 4 meses, el trabajo es duro. Hay que pedir permiso si se quiere entrar en





una de sus casas. A pesar de sus carencias son personas, no son mendigos, y han aprendido a subsistir en uno de los lugares más duros de la tierra (recuerda que aquí pasan 8 meses bajo la nieve con temperaturas por debajo de los -20°C), por lo que merecen todo nuestro respeto. Trata de que tu paso por aquí sea recordado con cariño (saludos, sonrisas, jugar con los niños, interesarse por lo que están haciendo). Ir dando regalos inservibles o dinero no es lo más adecuado (despiertas una insaciable y desagradecida ambición hacia el dinero fácil), aunque sí compartir un té, unas galletas, una conversación por gestos...

- **En Delhi**, hemos aterrizado en un verdadero crisol de culturas, razas y religiones... La primera impresión es que todos parecen bastante felices y contentos, sonríen mucho, saludan, charlan tomando un maravilloso té, se tocan y agarran como muestra de cariño, no es raro ver dos policías paseando de la mano... Su sencillez y la limpieza de su mirada nos van a encantar, son muy abiertos y curiosos, es muy fácil trabar conversación con un indio. **Las mujeres indias** parecen muy independientes, hacen mucha vida en la calle y normalmente van en grupos. Son más tímidas, sobre todo hacia los hombres. No es normal que un hombre hable mucho con una mujer o a la inversa, y puede ser malinterpretado como una clara proposición a algo más. Las mujeres nunca enseñan los hombros o las rodillas (sería como ir desnuda), sin embargo pasean con sensualidad su tripa o su espalda al aire, que tapan o descubren a voluntad con sus elegantes y super coloridos saris, no tienen -por ejemplo- ningún problema en sacar sus pechos en público para amamantar a su bebé. La gente de ciudad se muestra más moderna y tolerante que la del campo, pero es menos simpática. En las grandes ciudades hay una gran población musulmana mezclada con la hindú. De hecho, los grandes monumentos que vamos a ver son predominantemente musulmanes, construidos durante la época de los emperadores mogoles.



Reglas de cortesía: Los indios no suelen decir hola, adiós, gracias, perdón, por favor... de hecho, estas palabras son prácticamente inexistentes en su lengua.

Ellos se comportan con mucha más naturalidad, se fijan mucho más en los gestos, la expresión de la cara y los ojos. Para decir hola sencillamente miran a los ojos y sonríen. Los indios viven mucho el día a día, y confían en las sensaciones que les produce su interlocutor más que en lo que éste le dice. Por eso hablar tranquilos y con voz suave nos hará muchos amigos. Hablar gritando, crispado o nervioso les resulta intolerable, nos dirán a todo que sí, pero en realidad no prestarán ninguna atención a lo que estamos diciendo. Veréis cómo los indios son muy curiosos y amigables, enseguida se vuelven muy familiares. En este viaje descubrirás que un indio jamás te hará sentir un extraño. Y recuerda algo muy importante: la India es como un boomerang, te devolverá exactamente aquello que tú le estés dando. Muéstrate cariñoso y todos serán cariñosos contigo.

ALOJAMIENTO

Durante el trekking dormimos en amplias tiendas de campaña con colchonetas (debéis llevar vuestro saco, de noche hace frío, unos 5°C). Tenemos tienda comedor y tienda WC.

En Leh, hotel Rafica. Hotel agradable en el centro de Leh.

En Delhi, hotel Miadens o similar, de 4****

COMIDAS Y BEBIDAS

Incluimos la pensión completa durante el trekking. Durante el trek las comidas son preparadas por un cocinero de la organización. Los desayunos son variados y copiosos para encarar con fuerza la jornada: té, café, leche, cacao, mantequilla, mermelada, huevos... Para el almuerzo normalmente se entrega una bolsa de avituallamiento, pan, algo de fiambre, papas cocidas, galletas, frutos secos, fruta, ... Antes de la cena se suele tomar un café o té con pastas y después una buena cena nos repondrá de la jornada: pastas, salsa de tomate, arroz, huevos,



verduras, tibetan momo (empanadillas de verduras), pakoras (fritura de verduras) alguna vez pollo....

(Recomendamos llevar de España alguna barrita de cereales y/o energética, chocolate...)

Durante el resto del viaje incluimos los desayunos. El resto de las comidas no están



incluidas. La cocina en la India es un auténtico viaje al mundo de los sentidos. Las especias, de todo tipo, están siempre presentes: cúrcuma, currys, cilantro, guindillas... Ya sabemos que el picante puede o no gustar. Por ello, habrá que estar atento y a la hora de pedir o elegir platos indicar si se quiere o no especiado o "muy especiado". Recomendamos probar la comida india especiada, aunque el primer día puede resultar molesto, al cabo del tiempo resulta muy interesante, y al final del viaje todo el mundo la hecha de menos, la mayoría compra gran

cantidad de especias para intentar cocinar algún plato indio de regreso a su casa.

Aquí más que en ningún otro lugar del mundo, el descubrimiento del país pasa también por el descubrimiento de su gastronomía. Es posible que algunos tengan la creencia de que tratándose de un país con una aplastante mayoría de población vegetariana, la cocina india sea algo limitada, pero nada más lejos de la realidad. La cultura gastronómica de India es riquísima, y no sólo en su variante no vegetariana: incluso en los fogones del vegano más estricto las variedades de cada plato son deliciosas y casi infinitas, tanto como para "convertir" al más convencido de los carnívoros.

La base de la alimentación india, vegetariana o no, son los cereales: arroz (entre ellos, el apreciadísimo basmati, palabra que en hindi quiere decir "reina de las fragancias") en el Sur, y trigo (en forma de los más diversos tipos de panes) en el Norte. Hay muchos tipos de panes: el chapati, por ejemplo, son tortas de harina integral cocinadas bien al horno (tandoor), bien sobre una plancha cóncava y caliente llamada tawa. Otra variedad es el naan, hecho a base de harina blanca con levadura, leche y cocida al horno; realmente delicioso, sobre todo si se acompaña con ajo o queso. Por último, el pappad es una crêpe de harina de lentejas muy condimentada y que puede estar frita o no. Es fina, crujiente, y ligera, lo que la hace perfecta para acompañar a las comidas o como aperitivo; aunque, según dicen, lo mejor es trocearla y comerla mezclada con el arroz.

Dejando de lado los panes, el plato básico del país es el dhal: lentejas (u otras legumbres) preparadas a modo de guiso o puré. El guiso de patatas es otro de los platos típicos, así como las verduras en salsa masala, y que no es más que lo que en occidente conocemos como curry. Una buena primera toma de contacto con la cocina india, para no comer únicamente un enorme plato de



lentejas, o de patatas, o de verdura con salsa, y caer en el aburrimiento, es el Thali.

El Thali consiste en un menú servido en una bandeja metálica con diversos compartimentos o recipientes, llenos de algunos de los alimentos anteriormente mencionados, cuya variedad dependerá del precio del mismo. El Thali más básico estaría compuesto por arroz, dhal y chapati. Uno un poco más elaborado añadiría también paneer (queso), verdura, curd (yogur).

Si estamos cansados de tanto vegetal no nos será demasiado difícil encontrar un lugar donde nos cocinen algo de pescado o carne. Ésta puede ser de pollo, cordero e incluso cabra o búfalo, pero en ningún caso de vaca (obviamente). Uno de los platos más típicos es el pollo masala, que no es más que pollo

troceado y cocinado en una espesa salsa generalmente picante, y que se come como siempre: acompañado con arroz, pan, y con los dedos. De la región de Punjab, pero extendido a todo el país: el pollo tandoori. En este caso, la carne se macera en yogur con especias (pimienta, comino, semillas de cilantro, guindilla, jengibre, cúrcuma...) y un colorante insípido que da a los platos un color muy característico, tras lo cual se cuece en el hornotandoor con carbón vegetal. Si se pide sin más, nos pondrán el pollo entero, pero para los más comodones, la variedad "tikka" significa que el animal ha sido deshuesado (o en caso del pescado, que le han quitado las espinas). En cualquiera de sus dos variantes está buenísimo. ¡BUEN PROVECHO!

EL TREKKING

Se trata de un recorrido que se realiza por senderos de montaña y zonas de alta montaña donde a veces el sendero puede estar poco marcado o definido. La duración y características del recorrido la hemos explicado suficientemente en el programa y a ella nos remitimos. Es necesario tener un buen espíritu deportivo y montañero a la vez que una buena forma física y estar preparado para caminar con mal tiempo si fuera necesario. Para realizar este trekking no se requiere una forma física atlética, más bien motivación y algo de experiencia en montaña. Generalmente, el desarrollo de una jornada de marcha se realiza como sigue: - nos levantamos y tras desayunar, partimos. Previamente, el Guía habrá dado los consejos e información necesarios: información meteorológica, horarios, comida a llevar... Se disfruta de excelentes panorámicas, paradas para hacer fotos, descansar, tomar el

fantástico aire de las montañas... y a medio día paramos un buen rato en algún bonito lugar para tomar nuestro picnic. Tras el descanso seguiremos disfrutando de los senderos. Sobre las cinco de la tarde llegaremos al campamento. Aquí, nos espera el equipo para ofrecernos un té o café con pastas, tras disfrutar un rato, descansar, refrescarnos y aearnos, ver la puesta de sol..., vendrá la cena. Tras la cena un rato de tertulia, risas, comentarios de la jornada...

El Guía acompañante de montaña tiene como labor organizar las rutas, fijar los horarios, velar por la buena marcha del programa, integrar a todos en la zona, informar y orientar sobre los aspectos más interesantes de los lugares que visitamos, así como decidir cualquier cambio de ruta con causa suficiente y atendiendo siempre a la seguridad del grupo. Junto con el Guía de Montaña indio contamos también con la asistencia de un Guía Acompañante de ALVENTUS/AÑOSLUZ.

LA ACLIMATACIÓN: A nuestra llegada a Leh, a 3.500 m, es posible que ya empecemos a sentir los primeros síntomas de la altura, como cansancio y somnolencia. Este proceso dura generalmente uno o dos días y es lo que denominamos aclimatación. Es fundamental los primeros días dar paseos suaves, alimentarse bien, hidratarse (beber mucho agua y tomar sales) y dormir lo más posible, es recomendable evitar bebidas excitantes. Evitar el exceso de sol con pañuelos o un gorro, usar crema protectora para la piel de cara (especialmente nariz y labios), cuello, brazos y piernas.

PROPINAS: Al finalizar el trek, el conjunto de muleros, cocinero, guía local... suelen agradecer mucho una propina a su duro trabajo, esfuerzo y dedicación. Recuerda que durante 8 meses al año Ladakh está bajo el hielo y no tienen ningún ingreso. Estos meses de verano son su única oportunidad para ahorrar para el invierno e intentar prosperar un poco.

En la segunda parte del viaje, es un tema siempre peliagudo... En el fondo es igual que en España: uno da una propina siempre que pueda y considere que el servicio le ha gustado. En India es raro que un indio deje propina, sin embargo en los hoteles y restaurantes turísticos se han acostumbrado y no dudan en pedirla llegando a ser molestos algunas veces. Lo mejor es dar una pequeña propina todo el grupo junto (5-10% de lo consumido), normalmente a camareros, maleteros, chofer, guía local de un monumento...



EN RUTA...NUESTROS GUIAS Y PROGRAMADORES. Nuestros viajes y rutas llevan el sello especial de nuestro equipo de producción. Una cuidada elección de los itinerarios, de las excursiones y de los lugares a recorrer. La comprobación en directo de los servicios..., la búsqueda del detalle y de lugares recónditos y curiosos..., siempre realizados con la ilusión de profesionales apasionados por el viaje. Este es el afán que nos mueve y nuestro aval de calidad y garantía. en las fotos (izquierda) : Faustino Rodríguez Quintanilla y a la derecha Pilar Agudo, diseñadores de este programa, del Equipo de Guías y Programadores de Alventus /Años Luz.



Guías de viajes:

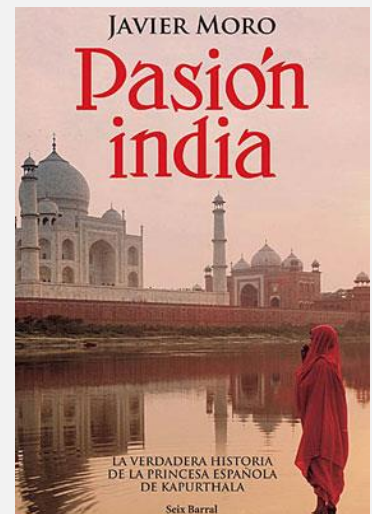
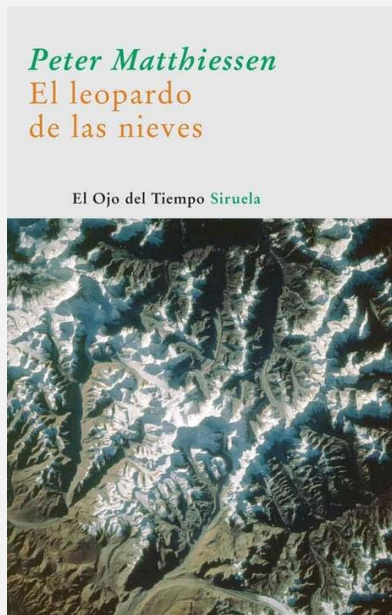
- Guías visuales del Norte de la India (El País Aguilar, Acento...).
- Guía 3D de Rajasthan, Anaya.

Libros: Durante el viaje es grato llevar un libro para leer un rato antes de dormir. La bibliografía de Ladakh es casi nula. La de India muy extensa, pero por desgracia son pocos los títulos que se traducen al castellano. Hay maravillosos libros de fotografías de India en casi todas las tiendas especializadas de viajes. Aconsejamos acercarse a alguna de ellas.

Algunos títulos recomendables:

- El dios de las pequeñas cosas, Arundita Roy.
- Pasión India, Javier Moro.
- 101 cuentos de la India, Ramiro Calle (para inspirarnos con la filosofía de India).
- La india por dentro, Ramiro Calle (tiene mas de 100 libros sobre india, yoga...).
- El territorio del Leopardo, Eduardo Martínez Pisón.
- El Tercer Ojo, de Lobsang Rampa

- El Leopardo de las Nieves, de Peter Mathiessen.



Películas:

- 7 años en el Tíbet (con Brad Pitt) (paisajes y cultura budista en el trek).
- Gandhi (Richard Attenborough) (imprescindible para comprender el sentir del nacionalismo indio y conocer uno de los grandes personajes de nuestra historia moderna).
- El Exótico Hotel Marigold
- La boda del monzón (las contradicciones de la india moderna).
- Las miles de películas románticas de Bollywood para entender el entusiasmo de los jóvenes indios. La pega es que no suelen estar traducidas al español, y raramente al inglés. (Laagan, Taj Mahal, Jodhaa akbar, fanaa, kabhi khushi kabhie gham...).
- Hay multitud de documentales de India (sobre todo en la TV2 y en Localia).



Música: La música India se divide en dos estilos: La tradicional más religiosa (Bajanes, Mantras, Ragas), con instrumentos tradicionales indios (el Sitar, la Tabla, la Flauta de bambú, el armonio...) y la moderna y más bailable de las películas de Bollywood. También han surgido en los últimos años muchas músicas de fusión occidental-india del tipo Chill-Out (Café del Mar, BuddaBar, Khrisna Das...) y de relajación para meditar o hacer yoga.

Todas ellas se pueden comprar baratas en India (en Pushkar al final del viaje hay gran variedad).

Recomendamos deleitarse con la música de Ravi Shankar, el más famoso Sitar de India.



CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver páginas 70 y 71 de nuestro **FOLLETO DE GRUPOS 2019**. Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono/ contrato de viaje que debe tener todos los/las clientes al inicio del viaje.

TURISMO RESPONSABLE

En ALVENTUS&AÑOSLUZ apostamos por la organización de los viajes de forma responsable y sostenible.

Colaboramos con los agentes locales, guías y proveedores con servicios de calidad y respetuosos. En la medida de lo posible se procura la contratación de alojamientos sostenibles y siempre respetando las normas ambientales.

Se procura la información y sensibilización a los viajeros sobre la protección de los espacios naturales que visitamos intentando minimizar nuestro paso por esos espacios. Igualmente se encomienda a los/as viajero/as respetar las culturas y tradiciones locales y ser muy respetuosos a la hora de la realización de fotografías de personas, pidiéndoles permiso en su caso.

Aconsejamos que en todos nuestros viajes por Europa y zonas de gran calidad saludable que los viajeros **NO COMPREN AGUA EMBOTELLADA EN RECIPIENTES DE PLÁSTICO** y si utilicen sus propias botellas rellenándolas en los hoteles, bares o restaurantes o en muchas de las fuentes de agua potable que se encuentran en las rutas.

En los viajes por lugares exóticos como Asia o Sudamérica y trekkings recomendamos igualmente el uso de agua potable de los establecimientos tratándolas en su caso con pastillas potabilizadoras.

Recomendamos igualmente ser sensibles en la utilización de los recursos en las zonas naturales que visitamos.

ALVENTUS&AÑOSLUZ colaboran de forma regular con organismos de protección de la naturaleza.

Muchas gracias

INFORMACIÓN Y RESERVA:



www.alventus.com
alventus@alventus.com
Teléfono 954 210 062



www.aluz.com
reservas@aluz.com
Teléfono 901 250 260
(precio llamada local)

NUESTRO GRUPO



¡Alventus&AñosLuz por el mundo!



Concurso ¡Ponte nuestra camiseta!

Como cada año, organizamos un concurso donde premiamos la originalidad a la hora de lucir nuestra camiseta... ¡Os dejamos las fotografías ganadoras del pasado año y esperamos vuestra participación en esta temporada! ¡SUERTE!



Primer Premio: Carmen Lorenzo Lorenzo



Segundo Premio: Fátima González



Tercer Premio: María del Mar Barbero

Concurso Foto Viajera

Os animamos también a participar en el concurso Foto Viajera. En esta ocasión valoramos el atractivo de la imagen como fotografía de viaje.



Primer Premio: Luis Díaz Cordón



Segundo Premio: María López Doblas



Tercer Premio: Daniel Boyano Sotillo

Consulta nuestras páginas web (www.alventus.com/concursos o www.aluz.com/concursos) para más información.