

NEPAL AVENTURA

El reino de las montañas

Trekking de Langtang y selvas de chitwan

Verano 2022 / 17 días

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
MAPA	4
ITINERARIO	5
FICHA TÉCNICA	13
CONDICIONES Y SEGURO	15
NOTAS SOBRE EL VIAJE	17



Un viaje con el que podremos asomarnos sin dificultad a estas excepcionales montañas. Conoce los pueblos sherpas, las yaks, el budismo y su iconografía colorista…

INTRODUCCIÓN



Nos vamos al **Himalaya,** a la gran cordillera de la Tierra. Nuestra cita será con los mayores picos del planeta, los valles más profundos y la inmensa sensación de descubrir una de las caras más salvajes de la naturaleza. Envueltos en esa atmosfera podremos fotografiar la primera luz que toca la tierra, un mágico espectáculo inigualable tiñendo de naranjas, malvas y rosas las puntas de los gigantes de la tierra, formando la corona del reino de la luz. En nuestro camino a estos excepcionales miradores para disfrutar de esta onírica visión, transitaremos por alguno de los valles con más vida del enigmático **Nepal,** encontrándonos así cara a cara con la pasión del descubrimiento de un pueblo singular. No se trata de un viaje en el que tengamos que ser montañeros expertos sino con una preparación de senderismo avanzado, y gracias al diseño especial de este programa, podremos asomarnos sin dificultad a estos increíbles miradores. Será el perfecto aderezo para nuestro viaje, los sherpas, caravanas de yaks, arquitectura, con pequeños poblados, monasterios, estupas, el medieval valle de **Katmandú**, costumbres y cultura, el budismo y su colorista simbología… Todo envuelto en el insuperable paisaje que rodea a las montañas de **Langtang**, una de las regiones de trekkings más desconocidas y por ello nada masificadas de Nepal. Un trekking muy completo por la variedad de paisajes, desde los campos con cultivos en terrazas, los bosques tropicales a los altos pasos de montaña rodeados de glaciares. Como colofón nos iremos en las selvas y junglas al pie del Himalaya, en el **Parque Nacional Chitwan,** a la búsqueda del rinoceronte asiático y del huidizo tigre**.**

Seguridad y tranquilidad

+35 años de experiencia

España, Europa y más

Destinos únicos

Reserva sin preocupaciones

Cancelación sin gastos

MAPA


NEPAL AVENTURA
EL REINO DE LAS MONTAÑAS
N
Tserku Ri
4984 m.
Kyangin Gompa
3890 m.
Lagntang Lirung
7229 m.
Lagntang
3483 m.
Lama Hotel
2454 m.
Bambú
2490 m.
Sherpa Gaon
2595 m..
Syaprubesi
1470 m.
A Katmandu
Syaprubesi
Trek
Katmandú
P.N. Chitwan
Image © 2022 Maxar Technologies

ITINERARIO

DÍA 1: MADRID/BARCELONA / KATMANDU

Salida en vuelo hacia Katmandú..



DÍA 2: LLEGADA A KATMANDÚ

Llegada y traslado al hotel, alojamiento. Aún tenemos tiempo para darnos una vuelta por el centro monumental de Katmandú. Ya en el camino del aeropuerto al centro de la ciudad habremos visto el colorido y el exotismo de una ciudad vibrante y estaremos deseando salir a conocer su extraordinario ambiente. Los templos, los mercadillos callejeros, el bullicio de Thamel…,.

DÍA 3: KATMANDÚ

Día para recrearnos en Katmandú. Primera gran toma de contacto para poner a prueba nuestras miradas. Desayuno y la mañana la tendremos para conocer **Bodnath** y **Patán,** también conocida como **Lalitpur,** ("Ciudad de la belleza") que fue diseñada inicialmente según la idea budista de Dharma Chakra (rueda de la justicia). Cuenta la leyenda que el emperador Asoka (el legendario rey de la India) visitó a su hija Charumati en Katmandú en 250 a.C. y ordenó levantar cinco estupas: cuatro en los alrededores y una en la plaza central o Durbar de la Patán. Hay más de 1.200 monumentos budistas de distintas formas y tamaños dispersos por la ciudad. Visita guiada del recinto y a la hora del almuerzo regresamos a Katmandú. Tarde libre



para preparar equipos y/o posibles compras de material necesario en su caso en las numerosas tiendas de montaña de Katmandú.

DÍA 4: KATMANDÚ – SYAPRUBESI (1.500 M)

Desayuno y a la hora convenida traslado a las montañas. Viaje en vehículo privado. Nos adentramos en un ambiente excepcional. Dejamos atrás el valle de Katmandú, aparecen bosques tropicales, cultivos en terraza, la carretera se retuerce entre las montañas…. Después de unas 8 horas de trayecto llegaremos a **Syaprubesi.** Llegada y alojamiento. Ambiente excepcional de montaña. Resto de la tarde para comenzar a preparar todo nuestro recorrido de los próximos días. Cena.



DÍA 5: COMIENZO DEL TREKKING: SYAPRUBESI – LAMA HOTEL (2.450 M)

Nos levantamos temprano, un buen desayuno nos servirá para empezar con ánimo la jornada. Tras el desayuno y un último repaso a nuestros equipos comenzamos la marcha.

La ruta de hoy se adentra en zonas pobladas, pequeñas aldeas típicamente nepalís como Pairo Thaplo, cultivos en terrazas donde los lugareños trabajan estos días en la cosecha del año. Seguiremos a través del bosque tropical del Himalaya, fantásticos árboles como el Ginko, la Higuera de Bengala, los bosquetes de bambú… Tomaremos nuestro picnic en el camino y seguiremos ruta para llegar pronto en la tarde al idílico lugar en donde se encuentra Lama Hotel. Alojamiento. Es el momento del relax, de asearnos y de disfrutar del sensacional ambiente mientras nos tomamos un buen "chai" o te especiado con cardamomo, a la espera de una buena cena

HORARIOS: sobre 7 horas descansos incluidos.
DESNIVEL: 1.000 metros en ascenso



DÍA 6: LAMA HOTEL – LANGTANG (3.500 M)

Desayunamos y nos ponemos en marcha, hoy estamos ante una etapa de variado y cambiante paisaje. Vamos a caminar primero por el bosque tropical para entrar después, en la medida en la que ascendemos, en el bosque alpino, abetos, cedros del

Himalaya, píceas… y prados alpestres. Tomaremos nuestro picnic en algún bonito lugar y seguiremos ascendiendo. Empezamos a entrar en zonas altas y nos quedaremos boquiabiertos/as cuando divisemos por vez primera la descomunal mole del **Langtang Lirung,** montaña que preside la zona y que alcanza los 7.229 m., descomunal panorama de la montaña rodeada de glaciares, fantástico.

Pronto en la tarde llegaremos a la perdida aldea de Lagntang, alojamiento. Relax, café, té… hasta la hora de la cena

HORARIO: sobre 6/7 horas descansos incluidos.
DESNIVEL: 1.050 metros desnivel acumulado en ascenso.

DÍA 7: LANGTANG – KYANGIN GOMPA (3.890 M)

Estamos ante una etapa fantástica, de verdadera inmersión en el mundo del Himalaya más hermoso. Desayunamos temprano y salimos para ir ascendiendo hacia **Kyanging Gompa**. Vamos ascendiendo tranquilamente al objeto de ir consiguiendo una buena aclimatación. Las hermosas imágenes se sucederán, estamos debajo de grandes colosos del Himalaya como el mencionado L. Lirung, Nayakhanga, Langsisha y otros muchos. Llegaremos a Kyanging Gompa sobre el medio día, antes del picnic.

HORARIO: sobre 4 horas desde Langtang a Kyangin Gompa descansos incluidos.



DESNIVEL: 390 metros en ascenso desde Lantang a K. Gompa
Tarde de descanso, pequeños paseos y disfrute del soberbio panorama. Nos lo tomamos tranquilamente para ir aclimatando con éxito.

DÍA 8: KYANJING GOMPA



Hoy, tras el desayuno tendremos dos posibilidades. Dar un buen paseo por la zona, visitar el monasterio budista e incluso acercarnos a la morrena terminal del glaciar.

Tiempo para el descanso, hidratarnos, agua, té… y acomodarnos a la altura siguiendo la máxima montañero que hoy hemos seguido al pie de la letra: "sube alto, duerme bajo". La forma ideal de aclimatación.

DÍA 9: ASCENSIÓN A TSERKU RI (4.984 M)

Desayunamos temprano y hoy nos toca llegar al punto más alto de nuestro recorrido. Casi a los "cinco mil" metros, la "etapa reina" de nuestro Trek. Magnífica jornada en los espacios abiertos de la alta montaña himaláyica.

Ascenderemos tranquilamente, tomándonos nuestro tiempo. Panorama excepcional desde la cima. Recorrido fácil casi siempre por sendero. Animo, lo hemos conseguido, ¡ya estamos en la cima!. Foto para el recuerdo de un gran día de montaña y tras hidratarnos y reponer fuerzas emprendemos el descenso para llegar de nuevo a Kyangin Gompa. Tarde para el relax y disfrutar de las tonalidades cambiantes del sol sobre las montañas. Una buena cena nos repondrá de una gran jornada.

HORARIO: sobre 8 horas descansos incluidos.
DESNIVEL: 1.094 m. en ascenso e igual en descenso.

DÍA 10: KYANGIN GOMPA – LAMA HOTEL (2.454 M)

Desayunamos tranquilamente, hoy tenemos una jornada suave. Toca desandar el camino hasta La Hotel, recorrido fundamentalmente en bajada, disfrutando del valle en su plenitud y al suave ritmo de la bajada.

HORARIO: sobre 6 horas. DESNIVEL: 1.240 M. en descenso.



DÍA 11: LAMA HOTEL – SHERPA GAON - SYABRUBESI (1.440 M)

Tras el desayuno seguimos con nuestro periplo. De seguro que ya nos encontramos perfectamente, hemos perdido altura y nuestros cuerpos se han habituado al medio. Nuestros pies comulgan con nuestra mente y caminar nos produce una gran alegría, es lo que algunos autores han calificado como el "Zen del caminar". La ruta de hoy de nuevo se humaniza, comienzan a aparecer aldeas, bosques y cultivos, pasamos por pueblos como Bambú. Encontraremos una bifurcación de caminos y tomaremos otro diferente al que utilizamos días antes de subida. Llegada al final de la tarde a Syabrubesi. Alojamiento y cena. Nuestro trek, estas jornadas de verdadera inmersión himaláyica habrá finalizado. Felicidades.

HORARIO: sobre 8horas.
DESNIVEL: 800 m acumulado en ascenso y 1.150 m. en descenso.
(La etapa de hoy es excepcional y la haremos por un lugar diferente al que días antes tuvimos. Pasando por aldeas perdidas colgadas en los más altos valles)

DÍA 12: SYAPRUBESI – KATMANDÚ

Desayunamos tranquilamente, recogemos todo nuestro equipo y nos vamos a Katmandú. Viaje en jeep o minibús privado para el grupo. Recorrido espectacular a través de montañas



y hermosos parajes. Llegada a Katmandú por la tarde. El bullicio de sus barrios populosos nos hará ver que el Himalaya quedó atrás. Alojamiento en hotel. Resto de la tarde libre, cenar…

DÍA 13: KATMANDÚ – PARQUE NACIONAL CHITWAN

Tras el desayuno partimos hacia un lugar espectacular, las junglas y selvas al pie del Himalaya. En el pie de monte de la gran cordillera de la tierra y haciendo de frontera con las tierras bajas preludio de las grandes llanuras de la India se desarrollan las grandes selvas. Enormes extensiones de bosque y jungla asiática que dan cobijo a numerosas especies animales, aves y animales de gran tamaño entre los que encontramos rinocerontes, elefantes y el huidizo tigre. Llegada al medio día, alojamiento en hotel. Tarde para comenzar a descubrir la zona, puesta de sol sobre el río y en la noche la selva se llenará de sonidos. Cena.

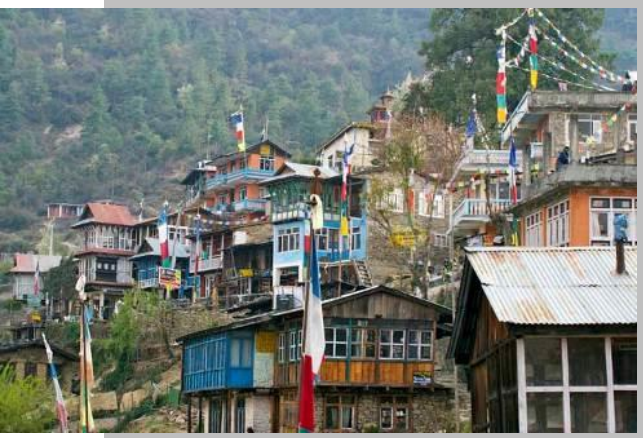
DÍA 14: PARQUE NACIONAL CHITWAN



Desayunamos, paseo por la jungla, observación de flora, aves… y visitas a poblados… Por la tarde, observación de aves, paseo a lomos de elefante y atardecer junto al río… Pensión completa.

DÍA 15: CHITWAN – KATMANDÚ

Nos levantamos temprano. Tomamos un café o té y nos vamos a descubrir y observar pájaros. Traslado a Katmandú en autobús o minibús, donde llegaremos pronto en la tarde. Alojamiento en hotel y tiempo libre. Cena.



DIA 16: KATMANDÚ, DÍA LIBRE

Día para seguir disfrutando de Katmandú. Conocer la Estupa de Bodnat, Swayambunat… Alojamiento. Quedan muchas cosas por ver… **Pashupatinath,** uno de los lugares de peregrinaje hindú más populares donde los fieles adoran a Shiva-Pashupati, "señor protector de los animales y maestro del rebaño" y bajan hasta el río Bagmati para realizar el ritual de sus abluciones; Swayambhunath, también es conocido como **el templo**

de los monos. El nombre tibetano del sitio significa "Sublimes árboles", por la gran variedad de árboles que se encuentran en la colina. Para los budistas, Swayambhunath es uno de los lugares de peregrinación más sagrados. El complejo consiste en una estupa, varios santuarios y templos, algunos de los cuales datan del período de Licchavi. El monasterio tibetano, el museo y la biblioteca son más recientes. La estupa tiene los ojos de **Buda** y las cejas pintadas. Entre ellos, hay algo que parece una pintura de nariz (pero es el símbolo de nepalí de "unidad").

DÍA 17: TRASLADO AL AEROPUERTO

Traslado al aeropuerto, salida del vuelo a las 11,25 hrs. Vuelo vía Doha.

FIN DEL ITINERARIO




FECHAS:
del 6 al 22 de noviembre

FICHA TÉCNICA

SALIDAS:
Consultar en nuestras oficinas, lugar y hora de presentación.
Salidas desde Madrid, Barcelona. **Otros puntos, consultar.**

NOTA IMPORTANTE: Se deberá reconfirmar el horario de SALIDA y PRESENTACIÓN con al menos 72 horas de antelación directamente en nuestras oficinas, bien personalmente o por teléfono.

PRECIO: 2.129 Euros **PRECIO R.A.:** 1.989 Euros

GRUPO MÁXIMO: 16 personas **GRUPO MÍNIMO:** 8 personas

Suplementos:
Suplemento de 8 a 9 personas: 129 Euros
Suplemento de 10 a 14 personas: 99 Euros
Suplemento alojamiento individual (sólo en hoteles): 250 Euros
Tasas aéreas estimadas: desde Madrid 340 Euros

(Precio sujeto a variación en el momento de la emisión de los billetes aéreos)

INCLUYE:

- Vuelo Madrid -Katmandú y regreso. Barcelona, bajo petición.
- Traslados aeropuerto/alojamiento/aeropuerto
- Traslados y excursiones interiores en minibús, jeep o bus.
- Alojamiento y desayuno en hotel en habitación doble con baño/ducha en Katmandú.
- Visita guiada de Katmandú
- Programa de trekking en pensión completa, guía, porteadores, alojamiento en Guest Houses en hab.doble.
- Programa de safari y estancia en pensión completa en hotel en Chitwan en hab.doble.
- Guía nepalí y Guía acompañante de ALVENTUS/AÑOSLUZ *
- Seguro de viaje.

NO INCLUYE:

- Comidas no mencionadas en el apartado anterior. (almuerzos y cenas en Katmandú excepto las mencionadas y almuerzos del día de viaje y regreso de Chitwan. Ninguna bebida en las comidas.
- Entradas a museos, monumentos, templos.
- Tasas aéreas.
- Visado de Nepal (aprox. 30 USD)
- Visado de Turquía

*GUIA DE ALVENTUS&AÑOSLUZ cuando el grupo supere las doce personas. En el caso de no llegar a ese número el grupo contará con la presencia de Guía local de habla española.



CONDICIONES Y SEGURO

CONDICIONES RESERVA ANTICIPADA:

Si deseas beneficiarte del precio de reserva anticipada (R.A.) tienes que hacer el pago de la reserva 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).

CONDICIONES EXCEPCIONALES DE RESERVA DE VIAJE PARA LA TEMPORADA DE VERANO 2022

Esta temporada, dadas las circunstancias especiales que estamos viviendo, ofrecemos para facilitar y agilizar la gestión de vuestra reserva, unas condiciones excepcionales en las que sólo tienes que señalizar el viaje con un depósito reducido de 75 €.
ESTE DEPOSITO ES TOTALMENTE REEMBOLSABLE EN EL CASO DE QUE EL VIAJE NO SE PUEDA REALIZAR POR CIRCUNSTANCIAS DE FUERZA MAYOR.

La reserva deberá ser realizada preferentemente por NUESTRA WEB, POR CORREO ELECTRONICO o en su caso por teléfono. Las solicitudes de reservas recibidas serán confirmadas por nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de **75 Euros**, mediante transferencia o tarjeta de crédito.
DATOS BANCARIOS para transferencia:

Titular: *Viajes Alventus S.L.*
Entidad: LA CAIXA
Cuenta corriente: ES65 2100 8436 49 2200712883

(En caso de transferencia es imprescindible remitir por correo-electrónico un justificante del pago indicando claramente el nombre de la persona, viaje y fecha)

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

SEGURO INCLUIDO:

RESUMEN DE COBERTURAS – INCLUYE ASISTENCIA POR COVID 19	
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 ESTANCIA DEL ACOMPAÑANTE DESPLAZADO con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 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	6000 Euros

Opcional:
Disponemos de seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias:

Por un importe desde 45 euros, 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.

CONDICIONES GENERALES

Todos los datos e informaciones contenidas en la Ficha Técnica del Viaje están sujetos a las Condiciones Generales publicadas en la página Web correspondiente**.**

Nota: El boletín al que se refiere la presente ficha técnica es un programa de viajes de cultura y naturaleza. Las personas que se inscriben en estos programas conocen las especiales características de su operativa y desarrollo, y por lo tanto son conscientes de la posibilidad, razonada, de posible modificación en el itinerario, servicios de alojamiento, transportes y duración motivados por causas ajenas a la organización y a la agencia de viajes

NOTAS SOBRE EL VIAJE

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

DOCUMENTACIÓN

Para entrar en la Nepal es necesario visado, y se tramitará a la llegada, hay que llevar una foto tamaño carnet, **pasaporte, con una validez mínima de 6 meses a partir de la fecha de regreso,** y un formulario completamente relleno que será entregado en el avión.
Se recomienda llevar una fotocopia del pasaporte guardada en lugar distinto al mismo. De este modo en el caso de robo o pérdida pueden facilitarse los trámites. Así mismo llevar una o dos fotos de carnet, por si fuera necesario.
Para la formalización de la reserva, trámites con las compañías aéreas y gestión de servicios de tierra necesitamos disponer en nuestra agencia de **FOTOCOPIA**, bien escaneada o por fax, del **DNI,** o **PASAPORTE** en la página donde aparecen todos los datos personales. Recomendamos lo entreguéis en los días siguientes a la fecha de realización de la reserva.

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.

DINERO

La moneda es la rupia nepalí (NPR), 1 euro equivale, aproximadamente a 114 rupias nepalíes (NRP) (MAYO 2013). Recomendable llevar euros y es conveniente llevarlos en billetes de varias denominaciones. Se pueden utilizar las tarjetas de crédito en los bancos, hoteles de categoría internacional y en algunas tiendas exclusivas. Si se opta por llevar dólares norteamericanos es importante que no tengan marcas, estén rotos y que no hayan sido emitidos antes de 1995.

VACUNAS

Ninguna vacuna es obligatoria, aunque es recomendable la protección contra el tétanos y las fiebres tifoideas (Vivotif). **Asimismo 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

Llevad un botiquín elemental, sin olvidar algún antidiarreico y las medicinas específicas de los tratamientos que cada uno siga.

EQUIPAJE Y ROPA

La ropa debe ser fresca y cómoda en general. Para el trekking deberemos llevar **botas de montaña de suela flexible**, (preferiblemente que vengan ya usadas y que nos garanticen que no tendremos rozaduras) **forro polar**, **camisetas** y **camiseta térmica**, **pantalón cómodo de trekking, unas mallas** para poner debajo del pantalón los días en los que hagamos las ascensiones en altura, **chaqueta de gore tex** o similar, una **chaqueta ligera de plumas** puede venir muy bien para estar calentitos/as en las zonas altas, **guantes**, unos finos y otros más gordos, gorra o sombrero para el sol, gorro de lana, gafas de sol de buena protección (a ser posible llevar un par de repuesto), pantalones cómodos y cortos. Chancletas o sandalias para la ducha en el Lodge y para el eventual paso de arroyos, linterna o frontal, una mochila cómoda y anatómica que nos permita llevar parte del equipo fotográfico y las cosas del día durante el trekking (30/35 litros). Bastones de marcha, toalla ligera, útiles de aseo personal. Saco de dormir de buena calidad.

EQUIPAJE DURANTE EL TREKKING

Parte de nuestro equipaje en general quedará en el hotel de Katmandú y al

trekking llevaremos lo estrictamente necesario para esos días. Cada persona deberá llevar durante la caminata sólo el equipo del día, forro polar, bote de agua, bolsa "lunch", chubasquero y equipo de fotografía. El resto del equipaje será llevado por porteadores. (Un porteador por cada dos personas). El equipaje que llevemos al trek deberá ir en bolsa de viaje o mochila de montaña de buena calidad. (Es posible, también, comprar en Katmandú un "petate" a buen precio)

CLIMA

Hay dos estaciones: una seca de octubre a mayo y otra de lluvias (monzón) de junio a septiembre. El final del monzón (agosto y septiembre) es también época de celebraciones: fiesta de los carrozas de Indra Jata en Kathmandú.

Mes	Temperaturas ºC	
	Mínimas	Máximas
Agosto	19.7	28.0
Septiembre	18.2	27.2
Octubre	13.0	25.8
Noviembre	7.4	22.7

Mes	Precipitación (mm)	Días de lluvia
Agosto	314.2	22
Septiembre	183.1	15
Octubre	59.4	4
Noviembre	7.5	1

Como veis en el cuadro NOVIEMBRE se nos muestra ideal para nuestra actividad y para la fotografía pues después de las lluvias monzónicas el paisaje está espectacular y la atmósfera limpia y diáfana.

ALOJAMIENTO

En hoteles clase turista. Habitaciones dobles **para uso de dos personas**. En algunos hoteles de Nepal no disponen de aire acondicionado ya que los lugares se encuentran en altura.

LISTADO DE ALOJAMIENTOS (previstos o similares):

Chitwan: Hotel Rhino o similar

Kathmandú: hotel JAMPA 4** www.hoteljampa.com**

Lodges en el Himalaya: desde hace muchos años Nepal ha sido el gran país del trekking. Lo que al comienzo de estas actividades, allá por los finales de los años setenta, eran pequeñas casas de lugareños habilitadas para albergar a los expedicionarios y trekkers hoy en día se han convertido en agradables, coquetos y funcionales establecimientos turísticos. La mayoría de los pueblos del Himalaya del Nepal cuentan con este tipo de establecimientos. Suelen estar regentados por familias de la zona por lo que es una buena fuente de ingresos para la economía local. Muchos son casas tradicionales habilitadas y otros son de reciente construcción. Disponen de habitaciones de diferente capacidad con camas, mantas, servicios de aseo, duchas y una agradable estancia común con restaurante y bar, sala de estar, terraza y calefacción. Se trata pues de una opción muy agradable y un lugar de relax y descanso para el final de la jornada.

EL TREKKING DE LANGTANG

Langtang es una región ideal para el trekking. Grandes montañas y hermosos valles nos dan una muestra del Himalaya más auténtico y, además, en una región poco conocida y por ello nada masificada. Por otro lado, por sus características no es un trekking complicado ni demasiado exigente, sino, al contrario, una propuesta para personas que tengan un buen nivel de senderismo avanzado y buenas dosis y ganas de hacer un viaje aventura de estas características.

RUTA

Dadas las características de la misma, puede sufrir variaciones según el criterio del guía. Los horarios y el orden de las visitas pueden sufrir modificaciones por imprevistos y/o casos de fuerza mayor en el país de destino, de los cuales la agencia no puede hacerse responsable. Asimismo la agencia no es responsable de cambios y/o retrasos en los vuelos ni de posibles alteraciones que puedan derivarse de los mismos. Además, por ser un país con una infraestructura turística todavía en desarrollo, la Agencia Nacional de Turismo se reserva el derecho a realizar cambios de ruta, alojamiento o transporte.

GUÍA

El/la Guía responsable tiene como labor organizar las rutas, velar por la buena marcha del viaje, 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 si existiesen causas justificadas para ello o imprevistos meteorológicos y atendiendo siempre a la seguridad del grupo. No actúa como Guía local en las visitas a ciudades o monumentos.

VISITAS Y EXCURSIONES

No están incluidas las entradas a los templos o monumentos previstos en el itinerario, para ello tendréis que calcular una cantidad aproximada a los 20/30 euros en total.

PROPINAS

En Nepal, y de forma generalizada, se espera una propina por algún servicio prestado, sean guías, conductores, personal de los hoteles, restaurantes, etc.

El PAÍS EN CIFRAS

Superficie: 147.181 km^2.
Población: 29.8 habitantes (ONU.2010)
Densidad: 202 hab/km^2.
Capital: Kathmandú.
Población urbana: 16%
Moneda: Rupia nepalí (NPR).
Idioma oficial: Nepalés. Se hablan también una veintena más de lenguas como el newari o el tamang.
Alfabetización: 47,5%
Esperanza de vida: 60,6 años.
Prefijo telefónico: +977

COMIDAS Y BEBIDAS

Incluimos la pensión completa durante el trekking y en la selva. El desayuno en los Lodges del Himalaya es bueno y abundante: cereales, pancake, chapatis, mantequilla, mermelada, huevos, café, te, cacao… Al medio día la organización nos prepara un lunch ligero: bocadillos, huevos duros, fruta… y la cena suele ser rica y abundante:

pastas, arroces, pizzas, momos, verduras…
El resto de comidas no están incluidas. Hay mucha oferta de frutas, comida ligera, empanadas, bocadillos…
Bebidas alcohólicas. En Nepal hay buenas cervezas y se pueden encontrar en casi todos los lugares por donde discurre nuestra ruta. El vino sólo se encuentra en las grandes ciudades, es normalmente europeo o australiano y suele ser caro.
Agua embotellada: encontraremos agua embotellada en todos los establecimientos de la zona. **(El agua mineral durante el trekking no está incluida en el precio del programa).** También a lo largo de los senderos se encuentran casas de té en donde es posible tomar te, por supuesto, algunos excelentes, con cardamomo, jengibre… y también refrescos y agua embotellada. (Las cenas no incluyen agua mineral, bebidas alcohólicas ni refrescos). También se puede pedir agua en los Lodges y potabilizarlas con pastillas. En ese caso, recomendamos llevar las pastillas potabilizadoras desde España.

BIBLIOGRAFÍA

- India, Nepal y Sri Lanka. Ramiro Calle. ED. Travel Time - 2005. Castellano.
- Nepal Insight Guide. ED. APA - 2005. Inglés.
- Nepal-Montañas del Mundo. Juan Luis y Carlos Salcedo. ED. Barrabes 2006. Castellano.
- Nepal, Tíbet. Routard 2005-2006. Ed. Hachette. Francés.
- Nepal y India Culture Shock!, un guía de costumbres y etiqueta. ED. Times. Inglés.z
- El leopardo de las nieves. Peter Matthiessen. Ed.Siruela.2008
- Hinduismo. Ed. Travel Wheels. Castellano.



www.aluz.com | reservas@aluz.com | www.alventus.com | alventus@alventus.com | 954 210 062 901 250 260



EN RUTA…NUESTROS GUÍAS 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 la Foto: Faustino Rodríguez Quintanilla, diseñador de este programa.

CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver en la página web las condiciones en la siguiente dirección, https://www.aluz.com/condiciones o https://www.alventus.com/condiciones. Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono / contrato de viaje que debe tener todos los/las clientes al inicio del viaje.

NUESTRO GRUPO

ALVENTUS viajes · añosluz EN EL MUNDO · ALVENTUS BIKE · PUZZLE VIAJES singles con niños · DrumbuN viajes en familia · Travelmusic · VIAJES FOTOGRÁFICOS



ALVENTUS & AÑOS LUZ. MIRANDO AL FUTURO
¿Te unes a nuestro punto de encuentro viajero?
Te invitamos a que te unas, si es que no lo has hecho ya, a nuestro grupo de Facebook: Alventus & AñosLuz, Mirando al futuro. En el, estamos compartiendo fotos, vídeos, anécdotas... de viajes realizados pero también de los que nos gustaría ver en el futuro.
Descúbrelo en este enlace:
https://www.facebook.com/groups/554015261903835

Te esperamos, construye con nosotros el futuro. ¡Adelante!

Y además síguenos en...

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:
Javier Arroyo Escobar



Segundo Premio:
Miriam Moreno Férriz



Tercer Premio:
José Manuel Máiquez Mijares

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



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