

Nepal

Trek para amateurs en el Himalaya

Especial Semana Santa 2019



Perfecto programa de iniciación al trekking. Cinco jornadas con caminatas a una altitud moderada, sin problemas de aclimatación ni dificultades técnicas, y con impresionantes vistas. Las etapas siguen los caminos de las "casas de té", utilizados por la población local, a través de bosques de bambú y rododendros. El viaje se completa con visitas a Pokhara y el valle de Katmandú.



Trek de Tolka a Ghorepani

Muy buen trekking de iniciación tanto por la facilidad de las condiciones como por la variedad de paisajes

Valle de Katmandú

Conjunto protegido de ciudades y templos que conservan la arquitectura tradicional nepalí

Pokhara

A orillas del lago Phewa, es una de las ciudades más bonitas de Nepal

ID: 7613 |

Fechas de salida

12 abril 2019

DIA	RUTA	COMIDAS	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen -Katmandú	-	-
2	Katmandú - Visitas Boudhanath y Pashupatinath	-	Hotel
3	Katmandú - vuelo a Pokhara - visitas	D	Hotel
4	Pokhara - traslado a Kande (1.770 m) - Inicio trek - Tolka (1.840 m) 5 hrs	D - C	Lodge
5	Trek Tolka (1.840 m) - Landrung - Jhinu Danda (1.720 m) 4 hrs	D - C	Lodge
6	Trek Jhinu Danda (1.720 m) - Chuile (2.300 m) 4 hrs	D - C	Lodge
7	Trek Chuile (2.300 m) - Ghorepani (2.900 m) 5 hrs	D - C	Lodge
8	Trek Ghorepani - Poon Hill (3.210 m) - Ulleri (2.600 m) 4 hrs - traslado a Pokhara	D	Hotel
9	Pokhara - Vuelo a Katmandú y visita de Patan	D	Hotel
10	Katmandú - día libre	D	Hotel
11	Katmandú - Vuelo de regreso a ciudad de origen	D	-

COMIDAS: Desayuno **D** Almuerzo **A** Cena **C**

Precio del viaje

POR PERSONA	Precio 4 primeras plazas	Precio Base
En base a grupo 10 a 15 personas	1.540 €	1.640 €
En base a grupo 5 a 9 personas	1.680 €	1.780 €
Tasas aéreas (aprox)	330 €	
SUPLEMENTOS		
Supl. Habitación individual		380 €

Notas salidas y precios

Precios en base a vuelos de Turkish Airlines con salida desde Barcelona y Madrid*. Consultar salidas desde otros aeropuertos.
*Los vuelos de Madrid son con una noche extra en Estambul de regreso, pasando a ser el viaje de 12 días, sin coste extra.

Es necesaria la tramitación del visado online [VISA ONLINE TURQUIA](#)

Grupo mínimo 5 viajeros

Servicios incluidos

- Vuelos internacionales ciudad de origen - Katmandú y regreso (conexiones intermedias), en clase turista, con tarifa restringida en cuanto a cambios y cancelaciones
- Vuelos domésticos de Katmandú a Pokhara y regreso a Katmandú
- Traslados según itinerario
- Alojamientos y comidas indicados en la tabla del itinerario y en el apartado "Alojamientos"
- Alimentación específica según cuadro resumen
- Guía local de habla hispana durante toda la ruta
- Durante el trek, noche en lodge, media pensión y un porter cada 2 personas
- Visitas y excursiones indicadas en el itinerario como incluidas y entradas
- Permiso para el trekking
- Seguro de asistencia en viaje; [ver condiciones de la póliza](#). Opcionalmente pueden ampliarse las coberturas de gastos de anulación; consulta
- Impuestos e IVA, en caso de ser aplicables

Servicios NO incluidos

- Visado de Nepal
- Visado Turquía (solo para los vuelos de Madrid)
- Visitas y excursiones no mencionadas como incluidas en el itinerario
- Almuerzos durante el trekking
- Bebidas y comidas no especificadas en el cuadro resumen
- Propinas y extras personales
- [Ampliación de coberturas](#) del seguro de asistencia y anulación (recomendado)
- Cualquier otro concepto no mencionado en el apartado de servicios incluidos

Itinerario detallado

Día 1

Vuelos ciudad de origen -Katmandú

Salida en vuelo con destino a Katmandú (conexiones intermedias). Noche a bordo.

Día 2

Llegada a Katmandú - Visitas Boudhanath y Pashupatinah

A nuestra llegada a Katmandú, primeramente nos dirigiremos a nuestro hotel para poder realizar el check in. Si fuera muy temprano dejaremos, nuestro equipaje en el hotel y salida para visitar la estupa de Boudhanath, donde descubriremos el distrito de Boudha. En esta zona conviven los distintos grupos étnicos procedentes del Himalaya. Por la tarde, haremos una excursión a pie al templo de Pashupatinath, este es el principal centro de peregrinación hinduista de la ciudad y principal punto de cremaciones.

Día 3

Katmandú - Vuelo a Pokhara - visitas

Desayuno y salida hacia el aeropuerto para volar a Pokhara. Llegada y traslado al hotel.

Pokhara, a orillas del lago Phewa, es una de las ciudades más bonitas de Nepal y es conocida por ser la puerta de entrada al circuito del Annapurna.

Por la tarde visita a la cueva de Gupteswor Mahadev, la cascada de Devi, el templo de Bindebasini y el lago Phewa.

Alojameinto.



Día 4

Pokhara - traslado a Kande (1.770 m) - Inicio Trek - Australian Camp (2.165 m) - Tolka (1.840 m) 5 hrs

Pokhara. Desayuno y salida hacia Kande en vehículo privado. Inicio del trek. La caminata de hoy es por un camino ascendente que transcurre a través de bosques subtropicales. La ruta va pasando por varios pueblos de montaña hasta llegar al Australian Camp (2,30 hrs). Si el clima lo permite, podremos obtener unas magníficas vistas de las cimas del Dhaulagiri y Tukucho Peak, y disfrutar de las panorámicas del valle de Pokhara con el Lago Phewa. Un camino de descenso nos conducirá a Pothana, donde nos detendremos para el almuerzo. Tras el descanso, salida hacia la localidad de Tolka, llegada y alojamiento (2 hrs). Alojamiento en un Lodge.
(Trekking 12 km, 5 horas, -210m/+250m)



Día 5

Trek Tolka (1.840 m) - Landrung - Jhindu Danda (1.720 m) 4 hrs

Tras el desayuno comienza la caminata por una pendiente gradual de subida y finalmente el camino se mantendrá llano hasta llegar a Landrung. A partir de Landrung aumentará la vegetación, cruzando algunos bosques alpinos de rododendros y continuaremos remontando por el valle del río Modi. Cruzaremos el río por el puente en Himalpani hasta llegar a una última subida que nos situará en Jhindu Danda. Alojamiento en un lodge.

Por la tarde tiempo libre. Recomendamos la excursión a las aguas termales (30') para bañarse y relajarse.

(Trekking 12 km, 4 hrs, -380m/+260m)



Día 6

Trek Jhindu Danda (1.720 m) - Chuile (2.300 m) 4 hrs

Iniciamos la caminata siguiendo la ruta hacia Chomrong hasta encontrar la intersección de caminos que indica la ruta hacia Ghorapani. Dejaremos el valle de río Modi para seguir el de su afluente Kyumun. El sendero de hoy pasará por varias comunidades de la etnia Gurung y otros pueblos de montaña. Podremos disfrutar de las vistas de las cimas del Annapurna Sur y Machapuchare (la cola de pez).

Tras bajar y cruzar el río Kyumun, el sendero se inclina y durante una hora ascenderemos hasta llegar Chuile. Alojamiento y tiempo libre. (Trekking 9 km, 4 hrs, -190m/+770m)

Día 7

Trek Chuile (2.300 m) - Ghorepani (2.900 m) 5 hrs

Camino de ligero ascenso hasta Ghorepani, en el que cruzaremos espesos bosques durante la ruta. Pasaremos por más pueblos de la comunidad Gurung hasta llegar a Thadapani (2.590 m). Continuación hasta el siguiente pueblo Gurung, Banthanti, donde nos detendremos para el almuerzo. El sendero continua hasta Derauli que es donde empieza la subida de una hora y media hasta llegar a Ghorepani. Alojamiento y tiempo libre.

(Trekking 14 km, 5 hrs, -200m/+800m)



Día 8

Trek Ghorepani (2.900 m) - Poon Hill (3.211 m) - Ulleri (2.060 m) 4 hrs - traslado a Pokhara

Saldremos a las 5 de la mañana para llegar en 45 minutos al mirador de Poon Hill, el mirador por excelencia de los Annapurnas, para contemplar la salida del sol.

Después del amanecer regreso al lodge para un buen desayuno.

(1 hr y 30 minutos, +335 / -335m)

Camino de descenso hacia Ulleri por el que pasaremos por varios pueblos de la comunidad Magar. Dejaremos atrás las vistas de las montañas más altas que hemos observado durante los días anteriores. Al llegar a cotas más bajas, podremos observar varios cultivos, cómo trigo y mijo (diciembre) de los poblados que iremos encontrando. Una vez en Ulleri, encuentro con nuestro vehículo y traslado a Pokhara. Llegada y tiempo libre.

Alojamiento en hotel.

(Trekking 12 km, 4 hrs, -1.150m/+310m)

Día 9

Pokhara - Vuelo a Katmandú - Llegada y por la tarde excursión a Patan

Tras el desayuno, nos dirigiremos al aeropuerto para tomar un vuelo de 20 minutos que nos llevará a Katmandú. Llegada y traslado al hotel. Por la tarde excursión a Patan, una de las antiguas capitales del Valle de Katmandú. Pasearemos por su espectacular plaza Durbar y veremos los tradicionales artesanos del metal. Regreso a Katmandú y alojamiento.



Notas Itinerario

El guía local se reserva la facultad de adaptar las distintas etapas a la composición del grupo y las circunstancias topográficas y climáticas del momento; el guía es el experto y quien conoce el terreno por el que discurre la ruta y, por tanto, quien decide lo mejor para el grupo según la coyuntura.

Día 10

Katmandú - Día libre

Día libre en la capital.

Katmandú, la capital de Nepal, se encuentra en el centro de un prodigioso valle, cuyos paisajes hay que calificarlos, entre los más bellos del mundo. La ciudad, alegre y colorista como pocas, posee bellísimos monumentos y rincones, además de mercados y calles como Makhan Tole, en la que todavía se respira muy profundamente, el ambiente de una localidad nepalí de la Edad Media, y la plaza Durbar, que situada en el corazón de la antiquísima ciudad, es el núcleo histórico fundamental.



Día 11

Katmandú - Vuelo de regreso a ciudad de origen

Desayuno y traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a ciudad de origen

Alojamientos

En Katmandú hay una gran variedad de hoteles. Al ser un importante destino turístico normalmente toda la gama de hoteles cubren los estándares habituales a los que estamos acostumbrados en Europa. En Katmandú nos alojamos en un hotel categoría Turista superior (equivalente 4*) con todo tipo de servicios y facilidades. En Pokhara en un 3* superior.

Hoteles previstos o similares:

KATMANDU [Hotel Yatri Suites & Spa](#)

POKHARA [Hotel Pokhara Choice Inn](#)

Alojamientos durante el trek

Se utilizan lodges (conocidos popularmente como "Tea House"). Son alojamientos tipo refugio, algunos con habitaciones dobles y otros con habitaciones múltiples, donde también se preparan comidas, algunos en mejores condiciones de limpieza que otros pero en general de un nivel aceptable. Normalmente con baños a compartir en el exterior y con conexión wifi.

En algunos de los refugios nos podemos encontrar que nos cobren 100 rupias (0.80€) por utilizar el wifi, las duchas o la carga de baterías.

Es aconsejable para los días de trekking proveerse de papel higiénico y botellitas de jabón.

Compartir Habitación

Los precios publicados corresponden al alojamiento en habitaciones dobles. Puede disponerse de una habitación individual mediante el pago de un suplemento. En caso de viajar solo y desear compartir habitación con otra/s persona/s, puede solicitarse la reserva como "habitación a compartir".

Transporte

En este programa tenemos dos vuelos domésticos incluidos, que van a permitirnos reducir horas de trayecto por carretera por un país donde las infraestructuras están en bastante mal estado. El trayecto aéreo es el vuelo de Katmandú a Pokhara y regreso a Katmandú.

GUIAS

Un guía local de habla hispana nos acompañará durante toda la ruta.

Para la parte del trekking, un equipo de porteadores nos asistirá para cargar equipajes. Se adjudicará 1 porteador cada 2 personas y este podrá cargar hasta un máximo de 25 kg.

Propinas

Para tener una referencia en cuanto a las propinas de los porteadores, calcular un aproximado de 1.200 rupias por día de trekking (5 € por persona y día)

Dificultad / condiciones de viaje

Una magnífica iniciación al trekking que reúne caminatas a una altitud moderada y sin dificultad técnica con la región del Annapurna en el horizonte.

Las distancias que se recorren son relativamente cortas, intentando buscar una marcha pausada generalizada. La idea es realizar las caminatas por la mañana, unas 4 a 5 horas como máximo, y disponer de tardes relajadas en los distintos establecimientos que nos alojamos.

Nuestros porteadores cargarán con todo nuestro equipaje, de forma que solo deberemos llevar encima nuestra cámara de fotos, documentos privados y cantimplora con agua.

[NIVELES TREKKING](#)

Documentación

Ciudadanos con pasaporte español: Pasaporte en vigor con una validez mínima de 6 meses posteriores a la fecha de entrada en el país de destino.

Visado de Nepal, a tramitar a la llegada, en el aeropuerto: 30 euros (aprox.) válido para 30 días.

Son necesarias 2 fotografías por persona.

Es responsabilidad del viajero confirmar esta información con la facilitada por el [Ministerio de Asuntos Exteriores](#) en su página web.

Ciudadanos con pasaporte de otra nacionalidad (no español): Contactar con los respectivos Consulados y/o Embajadas para conocer las formalidades de entrada que exigen los países visitados en el viaje.

Visado de Turquía (solo para vuelos desde Madrid)

Pasaporte en vigor (duración mínima de 3 meses) o D.N.I. y visado de entrada.

VISADO: La tramitación se hace online a través de la siguiente página web: [EVISA](#)

Se tramita a nivel personal, de forma individual y el pago hay que hacerlo a través de Visa o MasterCard. Puede hacerse con los datos del pasaporte o del DNI, siempre con mínimo 3 meses de vigencia.

Es obligatorio imprimir el documento del visado y llevarlo junto al Pasaporte para entrar en el país.

Situación social y política del país de destino: Viatges Tuareg se remite a los avisos y recomendaciones facilitados por el [Ministerio de Asuntos Exteriores](#) en su página web.

Sanidad

No hay ninguna vacuna obligatoria.

Se recomienda la vacuna antitetánica.

Viatges Tuareg puede informar únicamente sobre los requisitos sanitarios obligatorios exigidos por el país de destino, y añadir alguna recomendación en base a experiencias propias. Las recomendaciones sanitarias y profilaxis deben de consultarse con un profesional médico, o dirigirse a los avisos de los organismos sanitarios oficiales

La información oficial sobre precauciones sanitarias y vacunas puede encontrarse en la web del [Ministerio de Sanidad y Consumo](#)

La Generalitat de Catalunya pone a disposición del viajero el teléfono de Sanitat Respon 902 111 444, y la página web [Consells i vacunacions a viatgers internacionals](#) donde encontrar información sobre los centros de vacunación.

Equipo Recomendado

- Calzado específico para caminar. Es importante reunir tres cualidades importantes: debe ser sólido/fuerte, sujetar bien el pie y el tobillo y con suela antideslizante.
- Zapatillas deportivas o calzado cómodo y sandalias de goma sujetas al tobillo.
- Bolsa blanda de viaje o maleta semi-rígida.
- Saco de dormir medio, de temperatura confort 10° -15°
- Pequeña mochila para los efectos personales -day pack- de 20-25 l. en las caminatas de día.
- Ropa de abrigo para las noches en la montaña. (Sistema de las tres capas: Chaqueta corta vientos y forro polar. Calcetines gruesos, gorro y guantes).
- Equipo de lluvia (chaqueta impermeable).
- Ropa cómoda (camisas transpirables y pantalones de tejidos ligeros y flexibles).
- Bañador, toalla ligera, gafas de sol y gorra o visera.
- Frontal o linterna (con pilas de recambio) y cantimplora.
- Opcional bastones de senderismo (2 por persona)
- Papel higiénico
- Jabón de ducha biodegradable
- Botiquín básico (repelente de insectos, protección solar y labial fuerte, colirio ocular, antitérmico, anti diarreico, antiácido, antibiótico de amplio espectro, antihistamínico - oral y pomada -, analgésico, antiinflamatorio, desinfectante y tiritas).

Información sobre el clima: [Info Organización Meteorológica Mundial](#)

Información sobre electricidad y enchufes: [Enchufes del mundo](#)

Información sobre el cambio de divisas: [Cambio de moneda](#)

En lo que se refiere al cambio de moneda no hay que preocuparse, puesto que una vez llegados, podrán cambiar fácilmente tanto EUR como USD a Rupia Nepalí. Es importante: los billetes deben ser absolutamente nuevos. La fecha de emisión de los dólares no puede ser anterior al 2005.

CONCURSO DE FOTOGRAFIA Y DE VIDEO

Condiciones de participación en http://www.tuaregviatges.es/concurso/concursofotografia_bases.php

Este dossier constituye una oferta de viaje genérica que debe de considerarse como provisional por la antelación a la fecha de salida con la que se publica. En el contrato de viaje que se entrega al efectuar el pago final se detallan los servicios contratados definitivamente.

Las condiciones generales que rigen el viaje se encuentran en el Catálogo Publicitario de Viatges Tuareg y en la página web www.tuareg.com