

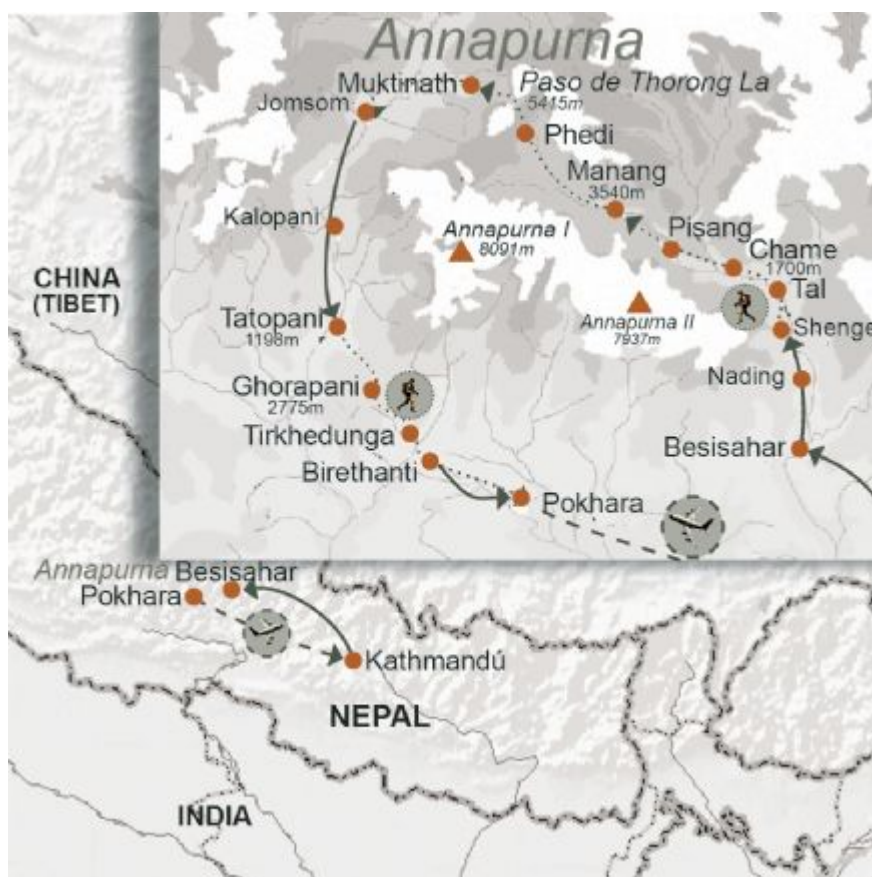
Nepal

Trekking al Santuario del Annapurna

Salidas de Abril a Diciembre 2020



Uno de los más clásicos treks del país. Un recorrido muy completo y progresivo que permite una buena aclimatación para superar su altura máxima a los 4.130 metros. La caminata comienza en Pokhara y conduce a través de la impresionante garganta de Modi Khola. La ruta cruza a lo largo del bosque de bambú y rododendros y pasa entre las montañas de Machhapuchhre y Hiunchuli que protegen la entrada al Santuario.



Annapurnas

Al norte de Pokhara, es una de las más bellas zonas para la práctica de las caminatas de montaña

Mirador del Poon Hill

Ver el despertar del día desde este mirador es una experiencia emocionante e inolvidable.

Katmandú

El contraste entre los templos y palacios de la ciudad antigua y las nuevas construcciones

ID: 8259

Fechas de salida

10 abril, 8 mayo, 11 septiembre, 9 octubre, 8 noviembre, 4 diciembre 2020

DIA	RUTA	COMIDAS	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen - Katmandú	-	-
2	Llegada a Katmandú	-	Hotel
3	Katmandú. Vuelo a Pokhara	D	Hotel
4	Pokhara	D	Hotel
5	Pokhara - Nayapul - Hille (1.475 m)	D - C	Lodge
6	Hille - Ghorepani (2.750 m)	D - C	Lodge
7	Ghorepani - Poon Hill (3.200 m) - Tadapani (2.590 m)	D - C	Lodge
8	Tadapani - Chomrong (2.170 m)	D - C	Lodge
9	Chomrong - Himalaya (2.920 m)	D - C	Lodge
10	Himalaya - Campo Base Annapurna (4.130 m)	D - C	Lodge
11	Campo Base Annapurna - Bamboo (2.335 m)	D - C	Lodge
12	Bamboo - Jhinu Danda (1.780 m)	D - C	Lodge
13	Jhinu Danda - Pothana (1.900 m)	D - C	Lodge
14	Pothana - Phedi - Pokhara	D	Hotel
15	Pokhara. Vuelo a Katmandú	D	Hotel
16	Katmandú (Valle de Katmandú)	D	Hotel
17	Katmandú. Vuelo de regreso a la ciudad de origen	D	-

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

Precio del viaje

POR PERSONA	Precio 5 primeras plazas	Precio Base
En base a grupo de 10 a 16 personas	2.030 €	2.150 €
En base a grupo de 05 a 09 personas	2.140 €	2.260 €
Tasas aéreas (aprox.)	340 €	
SUPLEMENTOS		
Supl. Habitación Individual		220 €

Notas salidas y precios

Precios basados en vuelos con salida de Barcelona y Madrid. Consultar salida desde otras ciudades y otras compañías.

**En algunas salidas, hay vuelos de regreso a Barcelona o Madrid que al no existir conexión directa el mismo día obligan a hacer una noche extra en Estambul, pasando a ser el viaje de 18 días, sin coste extra.*

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

Por lo general los vuelos utilizados en nuestros grupos están basados en tarifas de grupo, que ofrecen unas condiciones ventajosas en cuanto a precio y fecha de emisión. Pero estas tarifas tienen también limitaciones, especialmente en lo relativo a la posibilidad de realizar el check-in on line, la reserva previa de asientos, que o bien no están permitidos, o solo son posibles con una antelación de 24 h., los cambios de horario, fecha o destino, y las cancelaciones.

Grupo mínimo 5 viajeros

Servicios incluidos

- Vuelos internacionales, clase turista ciudad de origen - Katmandú y regreso. (Conexiones intermedias) Tarifa en clase turista reducida con restricciones y penalizaciones por cambios y/o cancelaciones
- Traslados aeropuerto - hotel - aeropuerto.
- Vuelo doméstico de Pokhara - Katmandú - Pokhara
- Transporte privado durante los recorridos
- Alojamiento en hoteles de Primera categoría y lodge en base a habitación doble
- Media pensión durante las jornadas de trekking y desayuno en Katmandú y Pokhara
- Entradas incluidas para las visitas de Katmandú y Pokhara
- Guía local de habla hispana durante toda la ruta y un porteador por cada 2 personas durante el trekking
- Porteadores necesarios.
- Permisos de 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

- Alimentación no especificada en el cuadro.
- Visado
- Equipo personal de trekking.
- Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc.
- Propinas.
- Tasas de aeropuerto
- [Ampliación de coberturas](#) del seguro de asistencia y anulación (recomendado)
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

Itinerario detallado

Día 1

Vuelos Ciudad de origen - Katmandú

Presentación en el aeropuerto a la hora prevista y embarque en el vuelo con destino a Katmandú (conexiones intermedias). Noche a bordo.

Día 2

Llegada a Katmandú

Llegada al aeropuerto de Katmandú, trámites aduaneros, recogida del equipaje y encuentro con nuestro representante para el traslado al hotel. Resto del día libre. Alojamiento.



Día 3

Katmandú. Vuelo a Pokhara

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a Pokhara. El vuelo nos permitirá conocer las hermosas colinas de esta región. Disfrutaremos de espectaculares vistas de las montañas.

Al llegar a Pokhara, recepción y traslado a nuestro hotel ubicado cerca de un lago. Desde el tejado podremos disfrutar de una primera vista del Macchapuchare, el pico "cola de pez". Este sitio es un verdadero paraíso natural.

Alojamiento en hotel.

Día 4

Pokhara

Pokhara es una ciudad a orillas del lago Phewa, en el centro de Nepal. Es conocida por ser la puerta de entrada al circuito del Annapurna, una popular ruta por el Himalaya. En una isla del mismo lago se encuentra el templo de Tal Barahi, una pagoda de 2 pisos de altura. Tres de las diez montañas más altas del mundo, el Dhaulagiri, Annapurna I y el Manaslu, están situadas a menos de 48 kilómetros de la ciudad.

Día dedicado para hacer la visita a la ciudad de Pokhara incluyendo un paseo en barca por el lago Phewa. Finalizadas las visitas, regreso al hotel y resto del día libre. Alojamiento.



Día 5

Pokhara - Nayapul - Hille (1.475 m)

Por la mañana temprano nos desplazaremos en coche de Pokhara hasta Nayapul en aproximadamente una hora y media. Una vez llegados a esta población, lugar de inicio del trekking, comenzamos a caminar llegando al pueblo de Hille en unas cuatro horas de

recorrido. Alojamiento en lodge.

Trekking 9 km aprox., 4 hrs, +550m / -50m

Día 6

Hille - Ghorepani (2.750 m)

Un recorrido de aproximadamente dos horas nos conducirá hasta la población de Ulleri, desde donde continuaremos la travesía subiendo varios tramos de escaleras. El camino nos ofrece unas impresionantes vistas del monte Macchapuchare. Almorzaremos durante el trayecto, antes de llegar a Ghorepani. Alojamiento en lodge.

Trekking 13 km aprox., 6/7 hrs, +1300m / -25m

Día 7

Ghorepani - Poon Hill (3.200 m) - Tadapani (2.590 m)

De madrugada y provistos de nuestros frontales, iniciaremos el ascenso hasta Poon Hill (3.200 m.), un inolvidable mirador de montaña desde donde se puede ver la salida del sol y un inolvidable panorama del Dhaulagiri y el macizo de los Annapurnas. Tras la visita, regresaremos a desayunar a Ghorepani para continuar nuestra travesía hasta Tadapani (2.590 m.), localidad que nos ofrece unas hermosas vistas, entre otras, de las montañas Annapurna sur, Himchuli y Gangapurna. Alojamiento en lodge.

Trekking 10 km aprox., 6/7 hrs, +800m / -950m

Día 8

Tadapani - Chomrong (2.170 m)

Jornada de unas cinco horas de caminata a través de una impresionante ruta panorámica que asciende y desciende a lo largo de todo su

recorrido. Llegaremos así a Chomrong, pueblo de origen de distintos grupos étnicos, mayoritariamente de la etnia Gurung. Desde aquí podremos ver el Annapurna Sur, Hinchuli y Macchapuchare. Alojamiento en lodge.

Trekking 9 km aprox., 5/6 hrs, +500m / -930m



Día 9

Chomrong - Himalaya (2.920 m)

Hoy descendemos desde Chomrong, cruzando un arroyo para luego comenzar un ascenso diagonal por la colina opuesta del valle, encontrando pequeñas aldeas durante la travesía. Tras unas horas de caminata comenzaremos el ascenso al santuario del Annapurna. El paisaje se tornará cada vez más alpino y nos sorprenderá ver a los monos grises en los inmensos árboles. Almorzaremos y descansaremos en Bamboo (2.346 m.) para luego continuar hasta llegar a Himalaya. Alojamiento en lodge.

Trekking 15 km aprox., 6 hrs, +1150m / -400m



Día 10

Himalaya - Campo Base Annapurna (4.130 m)

En la jornada estrella del trekking, estaremos cerca de los impresionantes picos del Macchapuchare, que observaremos a través del valle. A nuestro paso encontraremos la cascada de Modi Kholá y seguiremos subiendo cerca del río, oyendo el fuerte sonido de sus aguas. Los árboles se tornarán más pequeños y el valle se hará más ancho mientras alcanzamos la cueva Hinko, el refugio original de los pastores en esta ruta. Almorzaremos en Deorali (3.230 m), el último lodge antes de entrar al santuario. El hermoso pico Gangapurna estará en frente nuestro, mostrándonos un adelanto de lo que encontraremos luego. Avanzaremos y casi sin darnos cuenta, estaremos dentro del santuario rodeados por montañas que nos dejarán sin aliento. En frente tenemos el campo base del Macchapuchare (3.703 m) hasta donde llegamos y tras descansar un rato, continuamos ascendiendo solo un par de horas por pendientes moderadas hasta alcanzar el Campo Base del Annapurna (4.130m.). Probablemente notemos la falta de oxígeno, pero nos lo tomaremos con calma porque dispondremos de suficiente tiempo. El paisaje que podremos contemplar es indescriptible,

una verdadera línea ininterrumpida de picos imponentes: Hinchuli, Annapurna Sur, el mismo Annapurna (cara sur o "Fang"), Fluted, Tent, Annapurna III, Gandharba Chuli y la maravillosa pirámide de la cara norte del Macchapuchare. Alojamiento en Lodge.

Trekking 10 km aprox., 6/7 hrs, +1300m / -90m

Día 11

Campo Base Annapurna - Bamboo (2.335 m)

Tomaremos el camino de bajada hasta Bamboo, pueblo que ya conocemos al haber pasado anteriormente durante el ascenso. Alojamiento en lodge.

Trekking 14 km aprox., 5/6 hrs, +400m / -1900m

Día 12

Bamboo - Jhinu Danda (1.780 m)

En esta etapa del trekking descenderemos hasta el pueblo de Jhinu Danda, famoso por sus presas de aguas termales, donde podremos aprovechar para darnos un agradable baño y relajar los músculos tras los días de caminata que llevamos. Alojamiento en lodge.

Trekking 10 km aprox., 6 hrs, +600m / -1200m



Día 13

Jhinu Danda - Pothana (1.900 m)

Después de cruzar el río Modi Khola entramos en el pueblo de Landruk, continuando después hasta Tolka y ascender hasta Bhickok Deurali. Desde esta última población llegamos sin dificultad a Pothana, donde pasaremos la noche en hotel.

Trekking 16 km aprox., 6/7 hrs, +1100m / -800m

Día 14

Pothana - Phedi - Pokhara

Último día de caminata, que es un descenso de unas tres horas hasta llegar a Phedi. Durante la bajada podemos aprovechar para echar una última ojeada a los Annapurnas y al pueblo Gurung. En Phedi, un vehículo privado nos trasladará hasta Pokhara en aproximadamente una hora, donde nos alojaremos.

Trekking 7 km aprox., 3 hrs, -860m



Día 15

Pokhara. Vuelo a Katmandú

Traslado al aeropuerto y embarque en el vuelo de regreso a Katmandú. A la llegada, traslado al hotel y resto del día libre. Alojamiento.

Día 16

Katmandú (Valle de Katmandú)

Después del desayuno efectuaremos la visita de la estupa de Boudhanath, Pashupatinath y la ciudad de Patan con la famosa Durbar Square. Finalizadas las visitas, regreso al hotel y resto del tiempo libre. Alojamiento.



Día 17

Katmandú. Vuelo de regreso a la ciudad de origen

Tiempo libre hasta la hora prevista para el traslado al aeropuerto y embarque en el vuelo de regreso a la ciudad de origen (conexiones intermedias). Llegada a la ciudad de origen y fin de nuestros servicios.

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.

Alojamientos



En Katmandú hay una gran variedad de hoteles. Al ser un importante destino turístico normalmente toda la gama de hoteles cubre los estándares habituales a los que estamos acostumbrados en Europa. Utilizamos los de categoría Primera (equivalente 4*) con todo tipo de servicios y facilidades.

Alojamientos durante el trekking

Se utilizan lodges (conocidos popularmente como "Tea House" Trek). Son alojamientos tipo refugio con habitaciones múltiples donde también se preparan comidas, algunos en mejores condiciones de limpieza que otros pero en general de un nivel aceptable

Hoteles previstos o similares

KATMANDU [Yatri Suites & SPA](#)

POKHARA [Hotel Portland](#)

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".

Habitación triple: Pocos hoteles disponen de habitaciones triples. Suelen facilitar una doble a la que se añade una cama suplementaria, quedando limitados el espacio libre y el confort. Conviene tenerlo en cuenta antes de solicitar la reserva de una habitación de esa capacidad (caso de que viajen tres personas juntas) o de solicitar la inscripción 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.

Santuario del Annapurna



Esta ruta está considerada como uno de los mejores trekkings de corta duración que se pueden hacer en el Himalaya.

Nos adentraremos en el corazón del Himalaya para llegar al santuario del Annapurna, un lugar excepcional donde confluyen glaciares y cumbres, y que se ha convertido en lugar sagrado para los nepalíes. Este recorrido, además de una enorme belleza natural, tiene una gran riqueza cultural gracias a la presencia de diversos grupos étnicos como los Gurung y Magar en la parte más elevada y por Brahman y Chetri en la más baja.

Sin duda, la ruta del Santuario del Annapurna es la mejor para verse rodeado por los gigantes del Himalaya

Comidas durante el trek

Durante los días en Katmandú y Pokhara, el régimen alimenticio es de alojamiento y desayuno. Todos los días de trekking tendremos media pensión incluida, desayunos y cenas. La filosofía de cada jornada es tras el desayuno, iniciar la marcha y caminar durante unas 5 a 7 horas incluyendo paradas, llegando al lodge a primera hora de la tarde. Por tanto hay varias paradas para disfrutar del paisaje y para reponer fuerzas, pero no hay prevista una larga parada al mediodía para el almuerzo. Cada día se pasa por varias aldeas donde hay lodges donde se puede conseguir comida preparada tipo picnic o bocadillos. La cena acostumbra a ser pronto y es la comida más importante del día.

Las bebidas tipo refrescos, cervezas o agua embotellada no están incluidas en las comidas.

Durante el trek está incluida el agua hervida apta para su consumo y más sostenible que el agua embotellada.

Dificultad / condiciones de viaje

Trekking de nivel medio/alto ideal para cualquier persona con un nivel físico adecuado y acostumbrado a caminar en altura ya que llegaremos un poco por encima de los 4.000 m. En los trekkings de mucha altitud, cuando se camina por encima de los 3500 metros es muy importante la aclimatación. La jornada/etapa de un día estándar dura entre cinco y siete horas, contando paradas.

Las jornadas en montaña se realizan a un paso agradable que permite disfrutar sin agobios del entorno. El paso será lento y reposado, pensando siempre en mantener las fuerzas. Estamos aclimatando y el control sobre nuestras fuerzas debe ser total. Hemos venido a disfrutar y tenemos a

nuestro alrededor mucho para poder hacerlo, así que no debemos desperdiciarlo. Las mejores épocas del año son de Marzo a Mayo y desde finales de Septiembre a mediados de Noviembre. A partir de Noviembre las temperaturas suelen ser frías.

Sobre senderismo y trekking:

[TREKKING Y SENDERISMO. Niveles de dificultad](#)

[LA CLAVE DEL TREKKING. Ritmo y paradas](#)

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 con el Pasaporte o DNI 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 caliente, mínimo de -5º/-10º, de temperatura confort
- 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).

Guías y propinas

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.

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)

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.

El clima en Nepal según la época del año

Nepal también tiene mucha variedad de climas, en este caso debido a su orografía muy montañosa. En general el clima en Nepal se suele resumir en 4 temporadas:

Temporada pre-monzón: *Abarca marzo, abril y mayo. Es la segunda mejor época para viajar y hacer trekking. Hace calor en los valles pero buen clima en las colinas.*

Temporada del monzón de verano: *Entre junio y septiembre en Nepal también es la temporada de monzones. Este generalmente llega a principios de junio hasta mediados de septiembre, cuando empieza a retroceder. Suele haber tormentas por las tardes y noches.*

Temporada post-monzón: *Octubre y noviembre. La estación con menos lluvias, días cálidos y cielos claros hacen que en octubre y noviembre sea la mejor temporada.*

Temporada del monzón de invierno: *A finales de diciembre. Destaca por precipitaciones cortas y ocasionales en los valles y debido al frío invernal nieva en las montañas. En Kathmandu puede bajar la temperatura por las noches pero no hace excesivo frío como para hacer incómodas las visitas. Es buena época para hacer trekkings si no se sube a cierta altitud. Las noches y mañanas son frías, pero durante el día el clima es agradable.*

KATMANDU	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
T.Mínima	2,1	3,8	7,5	11,3	15,5	19,0	20,0	19,7	18,2	13,0	7,4	3,0
T.Máxima	18,0	20,2	24,3	27,4	28,2	28,3	27,7	28,0	27,2	25,8	22,7	19,4
Días Lluvia	2	3	4	6	12	17	23	22	15	4	1	1

PHOKARA	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
T.Mínima	7,1	9,2	12,8	15,7	18,4	20,9	22	22	20,8	16,7	11,9	8
T.Máxima	19,7	22,2	26,7	29,8	30,1	30,6	30	30,2	29,3	27,5	24,1	20,7
Días Lluvia	2	2	2	3	5	11	16	15	10	3	1	1

Corriente eléctrica

220 V. En algunos hoteles hay enchufes como en España, pero en otros es necesario un adaptador. El enchufe más común es como el inglés, redondo con tres conectores planos. La red eléctrica en Nepal puede sufrir varios cortes de suministro eléctrico incluso en Kathmandú (la mayoría de hoteles y edificios oficiales tienen generador).



Para ampliar información consultar en: [Enchufes](#)

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