

Noruega

Fiordos y parque naturales

Senderismo y kayak



En esta ruta única por el Sur de Noruega descubriremos, con todo su esplendor, el país de los espejos, recorriendo los impresionantes Fiordos y Parques Nacionales. Viajaremos en grupo reducido guiado en castellano, mientras combinamos las visitas más emblemáticas del país con marchas a pie para acercarnos a lugares a los que no todo el mundo llega, y navegaciones en las que te dejarás impresionar por la majestuosidad de las montañas.



Los fiordos

La experiencia de navegar en lancha i kayak entre los fiordos

Los glaciares

Caminar con crampones sobre la inmensa masa de hielo de un glaciar

Preikestolen

Ascensión al Púlpito, uno de los trekkings más apasionante del viaje

8261

Fechas de salida

11,18,25 junio, 2,9,16,23,30 julio, 6,13,20,27 agosto, 3,10,17 septiembre 2020

DIA	RUTA	COMIDAS	ALOJAMIENTOS
1	Vuelo Ciudad de origen – Oslo	-	Cabañas
2	Oslo - Borgund	D - C	Cabañas
3	Sognefjorden - Flam	D - C	Cabañas
4	Hardangerfjorden - Voringfossen	D - C	Cabaña-albergue
5	Steinsdalsfossen - Folgefonna - Bergen	D - C	Cabañas
6	Bergen - Stavanger	D - C	Cabaña-albergue
7	Stavanger: caminata al Púlpito	D	Cabaña-albergue
8	Vuelo de regreso a ciudad de origen	D	-

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

Precio del viaje

POR PERSONA	
precio por persona en habitación doble	1.995 €
SUPLEMENTOS	
Suplemento salida 30 de julio y mes de agosto	100 €
Tasas aéreas aproximadas	190 €

Notas salidas y precios

Salidas desde Barcelona o Madrid. (directo o con escala). Consultar suplemento para salidas desde otras ciudades.

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 4 viajeros

Servicios incluidos

- Vuelo Barcelona o Madrid - Oslo y Stavanger - Madrid o Barcelona (o a la inversa)
- Traslados aeropuerto - alojamiento - aeropuerto (depende del vuelo será en privado o en transporte público)
- Transporte terrestre durante todo el recorrido según itinerario
- 7 noches de alojamiento con habitaciones y baños compartidos.
- Régimen de media pensión en ruta desde el día 2 al día 7
- Guía acompañante de habla castellana, conocedor de la zona
- Seguro de viaje con cancelación [Información coberturas](#)
- Excursiones: Iglesia de Borgun (entrada opcional), mirador de Stegastein, excursión en zodiac por Nærøyfjord, cascada de los Trolls Kayak en Hardangerfjord, cascada de Vøringfossen, cascada Steinsdalsfossen, caminata con crampones en el glaciar Juklavass (Folgefonna, ascensión al Púlpito (Preikestolen), monumento Sverd i Fjell
- Impuestos e IVA, en caso de ser aplicables

Servicios NO incluidos

- Tasas aéreas
- cena en Oslo y cena en Stavanger
- Comidas no mencionadas como incluidas. Bebidas
- Propinas y extras personales
- Visitas o excursiones no mencionadas como incluidas
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

Itinerario detallado

Día 1

Vuelo Ciudad de origen – Oslo

Llegada a Oslo y traslado del aeropuerto hasta la capital. Dependiendo de la hora del vuelo, tendremos más o menos tiempo libre para visitar la capital. Recomendamos recorrer su animado centro, el Ayuntamiento, los jardines del Parlamento, la Ópera, y la península de los museos, dónde se encuentra el Museo Folklórico Noruego (al aire libre y que alberga la Iglesia de madera de Gol de la época medieval), y el Museo Polar Fram.

Alojamiento en Oslo. Cena libre.

Día 2

Oslo - Borgund

Después del desayuno tendremos otra oportunidad para visitar la ciudad. Aprovecha y recorre el Parque Vigeland con más de 200 esculturas, un lugar de encuentro y desconexión para los noruegos.

Nos reuniremos con el guía a media mañana, dejando la cosmopolita capital rumbo a los fiordos. Durante nuestra ruta en carretera podremos sentir un cambio drástico de la naturaleza observando impresionantes montañas boscosas, preciosas cascadas y lagos. Nos acercamos a Lærdal donde visitaremos la iglesia Stavkirke de Borgund que fue construida en la época medieval gracias a la talla en madera de los vikingos. Sus más de 800 años de historia la hacen ser catalogada la más importante y de las mejores conservadas de toda Noruega.

Alojamiento en la región de Sogn. Cena incluida.

Día 3

Sognefjorden - Flam

Nos espera un día intenso y cargado de experiencias. Nos dirigiremos en nuestro vehículo hacia el Fiordo de los Sueños conocido también como Sognefjorden, el más largo y profundo de Noruega y el segundo más grande del mundo, con sus 204 kilómetros de longitud. Durante el trayecto disfrutaremos de sus diferentes ramificaciones y observaremos los majestuosos paisajes montañosos, atravesando por la carretera turística de las Nieves. Nuestra primera parada es una de las infraestructuras arquitectónicas más impresionantes del país, el mirador Stegastein desde donde admiraremos unas vistas realmente únicas del fiordo Aurlandsfjord.

Seguiremos nuestro recorrido hasta llegar al pintoresco pueblo de Flâm, donde exploraremos los fiordos de una manera diferente. Realizaremos una navegación en zodiac a través de Nærøyfjorden, declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Una emocionante actividad en la que podemos disfrutar de la magia natural de sus verticales montañas alzadas ante nosotros, cascadas y pequeños pueblecitos rurales a orillas del fiordo. Incluso si se dejan ver, podremos avistar focas, marsopas y águilas pescadoras.

Opcional: Tren de Flâm

De camino a nuestro alojamiento, haremos una breve parada para ver la cascada de los Trolls, conocida como Tvindefossen y característica por la multitud de riachuelos que caen a lo largo de su colina.

Alojamiento en los alrededores de Hardangerfjord. Cena incluida.

Día 4

Hardangerfjorden - Voringfossen

Tras nuestro desayuno, nos prepararemos para realizar una navegación en kayak en Hardangerfjorden, el segundo fiordo más grande del país ubicado en la costa sur.

Nos encontraremos con un guía local que nos dará todas las instrucciones necesarias para esta actividad en la que no es necesario tener experiencia previa. Navegaremos por las tranquilas aguas del fiordo, disfrutando de una imagen indescriptible, observando las nubes reflejadas en sus cristalinas y turquesas aguas características de Noruega, "el país de los espejos y las majestuosas montañas". Además, seremos unos afortunados si tenemos la oportunidad de avistar focas y marsopas debido a que suelen frecuentar esta zona.

Tras esto, nos acercaremos a pie a través de un impresionante cañón que nos llevará hasta la cascada de Vøringfossen con una caída de 180 metros de altura, una maravilla incomparable en la que podremos relajarnos oyendo la fuerza del agua caer, alejándonos de las preocupaciones y sintiéndonos parte de la naturaleza. Nos acercaremos también a su mirador desde donde podremos capturar una perspectiva diferente del entorno.

Continuaremos nuestro recorrido para llegar al alojamiento de esta noche y atravesaremos el puente colgante más largo de Noruega.

Alojamiento en Norheisund. Cena incluida.

Día 5

Steinsdalsfossen - Folgefonna - Bergen

Comenzaremos el día con una breve visita a la cascada Steinsdalsfossen, famosa porque permite a los viajeros pasar por detrás de la columna de agua.

En Folgefonna, realizaremos una excursión con crampones guiada por el glaciar, una actividad para la que no es necesario tener experiencia previa. Nos acompañarán guías locales expertos en la actividad.

Continuaremos rumbo a Bergen, una ciudad que se encuentra rodeada por las siete montañas y es conocida como "la puerta de los fiordos".

Alojamiento en Bergen. Cena incluida.

Día 6

Bergen - Stavanger

Tendremos la mañana libre para visitar la segunda ciudad más grande del país, Bergen, con gran historia cultural y orígenes vikingos. Recomendamos pasear por las animadas y pintorescas calles del barrio de Bryggen, famoso por ser el muelle hanseático declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, en el que podremos comprar algún recuerdo en sus tiendas de artesanía. Recomendamos degustar un delicioso pescado local en el tradicional mercado, con vistas a sus preciosas casas llenas de color.

A mediodía nos embarcaremos en una navegación a bordo de un mini Crucero por los Fiordos para llegar hasta Stavanger, en la costa noroeste de Noruega, nuestro siguiente punto del viaje.

Alojamiento en los alrededores de Stavanger. Cena incluida.

Día 7

Stavanger: caminata al Púlpito

Hoy tendremos que levantarnos temprano ya que haremos uno de los trekkings más apasionantes del viaje. Durante la madrugada realizaremos la ascensión hasta el Preikestolen, también conocido como el Púlpito. Comenzaremos nuestra ruta a pie en medio de la penumbra de la noche y tras 2,5 horas aproximadamente de caminata alcanzaremos la cima, para vivir de una forma diferente un encuentro sublime con la naturaleza salvaje, huyendo de las masas turísticas. Nos encontramos en el mirador natural más popular de Noruega con una caída libre de 604 metros. Contemplaremos uno de los mejores amaneceres, disfrutando de la espectacularidad de los efectos de la luz del sol iluminando el impresionante acantilado escarpado, que se alza sobre el precioso Lysefjord o Fiordo de la Luz. Tras haber visto una de las panorámicas más sobrecogedoras de nuestro viaje, nos pondremos en marcha para nuestra vuelta.

Nota: Dependiendo de la fecha, la meteorología y otros factores (como la afluencia de visitantes), el guía decidirá cuál es el momento más indicado para realizar esta excursión.

Notas Itinerario

El itinerario puede realizarse en un sentido u otro indistintamente. Por razones de logística del país, alguna localización o alojamiento podrían variar sin previo aviso. Esto no suele suceder, pero Noruega es uno de los destinos mundiales con mayor incremento de viajeros en los últimos años y en determinadas ocasiones hemos tenido que hacer pequeñas variaciones sobre la marcha por razones externas. Esto no afecta a las visitas a realizar y siempre los guías tratan de incluir el máximo posible.

Tras esto visitaremos el monumento Sverd i Fjell, junto al fiordo de Hafr, característico por sus tres espadas vikingas que simbolizan la paz, unidad y libertad en la historia de Noruega.

Por la tarde, tendremos tiempo libre para conocer Stavanger. Recomendamos visitar el casco antiguo, con el asentamiento de casas de madera blancas mejor conservado de Europa, sus museos y el animado centro.

Alojamiento en los alrededores de Stavanger.
Cena libre.

Día 8

Vuelo de regreso a ciudad de origen

Tiempo libre en Stavanger hasta el traslado al aeropuerto.

Vuelo de regreso.

Alojamientos

En este viaje dormiremos en habitaciones dobles con camas vestidas. Los baños son siempre comunes, es decir, están fuera de la habitación y los compartiremos con otros viajeros. Los viajeros que vayan solos no abonarán suplemento individual siempre que compartan habitación con otro viajero del grupo (las habitaciones pueden ser mixtas); en caso contrario, deberán abonar el suplemento individual.

Opcional: alojamientos la primera y última noche en habitación doble con baño privado (sujeto a disponibilidad). Suplemento de 60 € por persona y noche.

Durante el resto del viaje, no es posible disponer de baños privados, dado que algunos de los lugares en los que nos alojamos ni siquiera tienen estos servicios.

COMIDAS

Incluye media pensión desde el día 2 hasta el día 8 (excepto la cena en Oslo y una cena en Stavanger). El día 8 por la mañana el desayuno también está incluido.

Durante todos los días de ruta, los viajeros participarán en la elaboración de las cenas y la limpieza de utensilios de cocina; el guía será el encargado de coordinar al grupo. A mediodía, el guía se encargará de parar en un lugar adecuado, donde cada uno comprará su propia comida o picnic, dependiendo de la actividad que se vaya a realizar esa jornada.

La dieta del viaje será completa, equilibrada y saludable, y en ella se emplearán productos locales, en la medida de lo posible, tales como bacalao, cordero o salmón, junto con ensaladas, arroces, pastas y demás.

En caso de tener una alergia o intolerancia alimentaria el viajero debe comunicarlo en el mismo momento de la contratación del viaje. Nuestro corresponsal tratará de adaptar la dieta del viaje o se comunicará en caso de que fuera imposible.

Dificultad / condiciones de viaje

Recomendado para los viajeros acostumbrados a pasear durante los viajes. Ritmo tranquilo, pero por parajes que pueden requerir algo de esfuerzo.

Excursiones cortas y por caminos definidos, con poco desnivel y altitud.

Es un viaje ideal para personas que quieren caminar durante sus viajes, pero que no quieren dejar de lado los aspectos culturales y turísticos. Tiene carácter participativo, no nos gusta que nos lo den todo hecho, por lo que hay que estar preparados para echar una mano en las tareas logísticas habituales.

SENDERISMO

Las caminatas son de nivel fácil, aptas para cualquier persona con un mínimo de forma física y amante de la vida al aire libre. En su mayor parte se realizan por caminos y senderos marcados. El guía adaptará el ritmo de la marcha a cada grupo y a las condiciones climatológicas del momento.

KAYAK

El recorrido en kayak por las tranquilas aguas de los fiordos no reviste ninguna dificultad ni experiencia previa. Antes de iniciar la actividad, se entrega a los participantes el equipo completo y se dan instrucciones acerca del manejo y la seguridad.

Los kayaks son dobles y de fácil manejo.

Nota: Si por problemas climatológicos no pudiera hacerse el recorrido en kayak, se substituiría por otra alternativa que fuera posible en las condiciones existentes.

GUIA-ACOMPAÑANTE

El guía-acompañante es conocedor de la zona y será de habla castellana. La misión del guía es coordinar y conducir al grupo a través del recorrido prefijado según la ficha técnica de viaje y la ruta prevista.

El guía nos acompañará en todo momento. En las excursiones, garantizando con su experiencia y conocimiento del entorno el cumplimiento de las actividades programadas y en los traslados y rutas según la ficha de viaje.

El grupo reducido, de un guía y un máximo de 12 viajeros, facilita las actividades y permite una relación más familiar entre todos los componentes.

En caso de fuerza mayor, condiciones climatológicas adversas etc., el guía puede cambiar la ruta si lo estima necesario. Condiciones que puedan resultar molestas, pero que carecen de riesgo, como lluvia o similares, no son motivo de cambio de ruta

Documentación

Ciudadanos con DNI ó Pasaporte español : DNI en vigor con una validez mínima de 6 meses o Pasaporte (recomendable).

Para hacer la reserva, se necesita fotocopia clara del DNI.

Es responsabilidad del viajero confirmar esta información con la facilitada en su web por MAE Ministerio de Asuntos Exteriores

Ciudadanos con DNI/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.

Para obtener información sobre la situación social y política del país, Viajes Tuareg se remite a los avisos y recomendaciones facilitados por el Ministerio de Asuntos Exteriores en su página web.

Sanidad

No hay vacunas obligatorias y recomendaciones sanitarias específicas, salvo las habituales en cualquier viaje.

Antes de partir, es recomendable obtener la Tarjeta Sanitaria Europea. Se puede solicitar en el centro médico de la Seguridad Social que corresponda a cada viajero. Esta tarjeta certifica el derecho de su titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea.

El guía llevará un botiquín, pero cada viajero debe llevar su medicación habitual, o la correspondiente si se sigue algún tratamiento o se es propenso a alguna dolencia en particular. Además recomendamos llevar artículos para el cuidado de los pies, como vaselina, tiritas, analgésicos, etc.

Viajes 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 MSC Ministerio de Sanidad y Consumo

Otra alternativa son los departamentos de sanidad exterior o medicina tropical de los centros médicos de cada comunidad.

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 de los diferentes centros de vacunación y consulta.

INFORMACIÓN ADICIONAL

LAS TAREAS COMUNES

Este viaje tiene un espíritu de colaboración y trabajo en equipo, donde valoramos sobre todo el buen humor, el buen ambiente y la tolerancia hacia los compañeros. El guía dirigirá todas las operaciones comunes, pero las actividades se harán entre todos, algunas tareas como cargar el vehículo, preparación de la comida, fregar los platos, hacer la compra... u otras tareas que sean necesarias, se realizarán por igual entre todos los participantes, incluido el guía.

El guía-acompañante coordinará la intendencia y la cocina con la colaboración de todos.

CLIMA, TEMPERATURA Y HORAS DE LUZ

En verano, las costas noruegas tienen un clima suave (entre 13° y 28° C) respecto a la latitud donde se encuentran, incluso más al norte, se registran temperaturas que pueden sobrepasar los 20° C, debido a la influencia de las corrientes cálidas del Océano Atlántico que baña sus costas.

Los vientos en los archipiélagos también son suaves, siendo la media entre junio y agosto de unos 14 kms/hora. Sin embargo, el clima es húmedo y llueve regularmente, por lo que hay que ir preparados con ropa impermeable.

Debido a la latitud de Lofoten y Vesteralen, la alternancia día/noche no es la misma que en nuestras latitudes. En verano, el sol está permanentemente por encima del horizonte, mientras que en invierno la noche es continuada. Cuanto más al norte del Círculo Polar Ártico, más tiempo se puede observar este fenómeno. Debido a que estos archipiélagos se encuentran entre la latitud 68° y 69°, aproximadamente entre el 23 de mayo y el 18 de julio, el sol es visible las 24 horas del día.

Junio: 24 hrs de luz - Julio: 24-20 hrs de luz - Agosto: 20-16 hrs de luz - Septiembre: 16-12 hrs de luz.

MONEDA Y PREVISIÓN DE GASTOS

La moneda de curso es la Corona Noruega.

Se puede pagar con tarjeta de crédito o débito prácticamente todo en cualquier establecimiento, sin límite mínimo de consumo. Los cajeros automáticos en los que se puede sacar dinero se encuentran en todas las ciudades y aeropuertos.

[Más información sobre el cambio de moneda](#)

DATOS PRÁCTICOS:

No hay diferencia horaria con Noruega.

El idioma oficial es el noruego, pero la gran mayoría de la gente habla inglés.

Telefonía: existen acuerdos de roaming entre operadores noruegos y españoles. Cada viajero debe consultar los servicios ofrecidos por su compañía.

MATERIAL RECOMENDADO

Nota: Es muy importante que toda la ropa sea de rápido secado. Por lo tanto el algodón esta absolutamente desaconsejado, ya que absorbe gran parte de humedad y roba mucho calor al cuerpo para evaporarlo. Son mejores tejidos como la lana y la seda, y mejor aún las fibras sintéticas, que son las que más rápido secan. La ropa de agua nos permite realizar las excursiones sin perdernos nada incluso los días más lluviosos

En la mayoría de los alojamientos escandinavos tipo cabañas o albergues, no está permitido el uso del saco de dormir por motivos de higiene. Éste no será necesario puesto que siempre dormiremos en camas con colchones, edredones nórdicos o mantas.

- 1 o 2 camisetas finas sintéticas, que facilitan la transpiración y permanecen secas junto a la piel
- Pantalones ligeros de trekking, mejor si pueden ser convertibles en pantalones cortos
- Un forro polar interior más fino o un jersey de lana
- Calcetines de fibra o lana gruesos. La fibra tiene la ventaja de que se seca mucho más rápido que cualquier otro tejido. La lana si está mojada aísla mejor y mantiene más calientes los pies mojados
- Un anorak y pantalón impermeable y transpirable. Puede ser Goretex u otra membrana similar. Un poncho o capa puede ser útil, pero es importante que vaya provisto de cinturón o un sistema para que el viento no lo rompa
- Un par de botas de trekking.

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