



NEPAL

Trekking al Campo Base del Annapurna
07 días de trekking. Alojamiento en lodges/tea houses



| DÍAS | ITINERARIO | ALIM. | ALOJ. |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------|
| 23 MAR | Vuelo Ciudad de origen / Kathmandú | - | A bordo |
| 24 MAR | Llegada a Kathmandú | - | Hotel |
| 25 MAR | Vuelo Kathmandú / Pokhara - Khande. Trek a Pothana (1.900 m) | D / A / C | Lodge |
| 26 MAR | Pothana - Chumrung (2.170 m) | D / A / C | Lodge |
| 27 MAR | Chumrung - Dovan (2.505 m) | D / A / C | Lodge |
| 28 MAR | Dovan - Machhapuchre Base camp (3.700 m) | D / A / C | Lodge |
| 29 MAR | Machhapuchre Base Camp - Annapurna Base Camp (4.110 m) - Bamboo (2.335 m) | D / A / C | Lodge |
| 30 MAR | Bamboo - Jhinu (1.780 m) | D / A / C | Lodge |
| 31 MAR | Jhinu - Nayapul - Pokhara | D / A | Hotel |
| 01 ABR | Vuelo Pokhara / Kathmandú | D | Hotel |
| 02 ABR | Vuelo Kathmandú / Ciudad de origen | D | - |
| ALIMENTACIÓN: DESAYUNO: D / ALMUERZO: A / CENA: C | | | |

ITINERARIO

23 MAR.- Vuelo Ciudad de origen / Kathmandú

Tomamos el vuelo de salida desde la ciudad de origen en dirección a Kathmandu, con una escala intermedia, haciendo noche a bordo.

24 MAR Llegada a Kathmandú

Llegada a Kathmandú, recepción en el aeropuerto y traslado al hotel. Día libre para disfrutar de la ciudad del Kathmandu y su valle. Kathmandú, la capital de Nepal, se encuentra en medio de un espectacular valle. Esta 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.



Destaca la plaza Durbar, que situada en el corazón de la antiquísima ciudad, es el núcleo histórico fundamental. Otros monumentos de interés son el palacio Real, conocido como Hanuman Dhoka y residencia de la antigua dinastía Malla, y la elegante pagoda de Narayana Mandir. En los barrios del sur de la capital, mucho menos frecuentados, pueden contemplarse viejos santuarios y destartalados edificios que proporcionan un ambiente diferente a lo ya visitado.

A 6 km encontramos la ciudad de Patán, es un verdadero santuario de arte religioso y profano. Se extiende al otro lado del río Bagmati desde Kathmandú y se precia de sus templos y artesanos, además de haber acogido la creación de las bellas obras que decoran la sorprendente plaza Durbar, repleta de la mayor muestra de arquitectura newari de Nepal. Noche en Kathmandú.

25 MAR.- Vuelo Kathmandú / Pokhara. Traslado a Khande y trekking a Pothana (1.900m)

Desayuno y traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a Pokhara. Llegada y traslado en vehículo a Khande, desde donde empezamos el trekking hasta Pothana vía Australian Camp (2100m). Llegada y alojamiento.

26 MAR.- Pothana - Chumrung (2.170m)

+1030m / -760m 5-6 horas aprox

Desayuno y comienzo de la etapa hasta Deurali. Desde aquí el camino desciende hasta Berikharka a través de bosques. Continuamos en plano hasta llegar a Landruk. Por el camino cruzaremos pueblos de cultura Gurung con terrazas de cultivo y verdes colinas. Desde Landruk descendemos hasta Manera Khola, para ascender después hasta Jhinu Danda y llegar a Chumrung, donde pasaremos la noche.

27 MAR.- Chumrung (2.170m) - Dovan (2.600m)

+876m / -400m 4 horas aprox

Desayuno. Continuamos a lo largo de Modi Khola pasando por colinas boscosas; cruzaremos un puente en suspensión para subir hacia Sinuwa Danda. El camino pasa por un bosque hasta llegar a Khuldighar. Descendemos por escaleras de piedra a través de un bosque de bambú hasta llegar a Dovan, donde nos alojaremos.



**28 MAR.- Dovan - Campo Base Machhapuchre (3.700m)
+1205m 6 horas aprox**

La etapa de hoy empieza con una gradual ascensión por el camino que sigue el curso del río.



Cruzaremos bosques de bambú y de robles, además de pequeños puentes. Este camino pasa por lugares solitarios, donde podemos apreciar una gran variedad de fauna, especialmente pasando por Hinko Cave. Después de media hora caminando desde Deurali, nos encontraremos rodeados de montañas nevadas. Seguimos el itinerario hasta Bagar. La última parte del recorrido hasta llegar al campo base del Machhapuchre es cansada, pero la recompensa que encontraremos vale la pena, ya que tendremos espectaculares vistas del Mt Hiunchuli, Annapurna South, Annapurna I, Annapurna II, Annapurna III, Fishtail y Machhapuchre. Noche

en el campo base del Machhapuchre.

**29 MAR.- Machhapuchre - Campo Base Annapurna (4.110m) - Bamboo (2.335m)
+410 / -1725m 8-9 horas aprox**

La etapa de hoy será larga. Saldremos muy temprano hacia el campo base de los Anapurnas, donde la vegetación desaparece casi por completo debido a la altura. Tendremos la oportunidad de ver la salida del sol en los Himalayas desde el campo base de los Anapurnas. Después del desayuno descendemos de nuevo deshaciendo el camino y pasando por Deurali y Dovan, hasta llegar a Bamboo. Tendremos espectaculares vistas del Fishtail y el Hiunchuli.

**30 MAR.- Bamboo - Jhinu (1.780m)
+670m / -1000m 6-7 horas aprox**

Después del desayuno deshacemos el camino hasta Chumrung Khola; cruzamos el puente y descendemos más de 1000 escaleras hasta el pueblo de Chumrung, desde donde nos dirigimos a Jinhu Danda, que tiene unas fuentes termales de agua caliente que podremos utilizar antes de llegar al pueblo.



**31 MAR.- Jhinu - Nayapul - Pokhara
5-6 horas aprox**

Desayuno y salida en dirección a Nayapul siguiendo el curso del río hacia Modi khola vía New bridge y el pueblo de Kyumi. Seguimos hasta Birethati y en media hora más llegamos a Nayapul, donde pararemos a descansar para regresar en vehículo a Pokhara.

01 ABR.- Vuelo Pokhara / Kathmandú

A la hora prevista traslado al aeropuerto para tomar el vuelo destino Kathmandu. Llegada y traslado al hotel. Noche en Kathmandú.

02 ABR.- Vuelo Kathmandú / Ciudad de origen

A la hora prevista traslado al aeropuerto y tomamos el vuelo de regreso a nuestra Ciudad de origen. Llegada por la noche y fin de nuestros servicios

FECHA DE SALIDA

23 MARZO 2018

GRUPO MÍNIMO 2 PERSONAS

PRECIOS P/PERSONA

| | |
|---------------------------|---------|
| GRUPO DE 10 A 16 PERSONAS | 1.415 € |
| GRUPO DE 6 A 9 PERSONAS | 1.475 € |
| GRUPO DE 4 A 5 PERSONAS | 1.565 € |
| GRUPO DE 2 A 3 PERSONAS | 1.660 € |

SUPLEMENTOS

| | |
|-----------------------------------------------|-------|
| SUPL. HABITACIÓN INDIVIDUAL (sólo en hoteles) | 170 € |
| TASAS AÉREAS (APROX.) | 325 € |

- El precio incluye:

- Vuelos internacionales de ida y vuelta Ciudad de origen / Kathmandú.
- Recepción en el aeropuerto de Kathmandú a la llegada.
- Traslados especificados en el programa.
- Vuelos domésticos Kathmandú / Pokhara / Kathmandú.
- Transporte por carretera en coche privado Pokhara - Khande y Nayapul - Pokhara.
- Alojamiento en hotel 1ª categoría durante las noches de Kathmandú y hotel turista en Pokhara en base a habitación doble con baño privado.
- Alojamiento en tea houses-lodges durante el trekking en base a habitaciones a compartir con baños a compartir.
- Alimentación especificada en el cuadro.
- Actividades especificadas.
- Guía local de habla inglesa y porteadores durante el trekking.
- Permiso de trekking en Annapurnas.
- Seguro de viaje básico de trekking (ampliable).

- El precio NO incluye:

- Visado de Nepal. Se tramita en el aeropuerto a la llegada (25 USD aprox. y 2 fotografías).
- Alimentación no especificada en el cuadro.
- Equipo personal de trekking.
- Saco de dormir (posibilidad de alquilarlo en destino).
- Visitas y actividades no especificadas en Kathmandú y en el valle.
- Entradas a los lugares a visitar.
- Extras personales.
- Propinas.
- Cualquier concepto no especificado en el apartado "incluye".

DOCUMENTACIÓN

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.

Visado Nepal: se tramita en el aeropuerto a la llegada (25 USD aprox. y 2 fotografías).

Para el permiso de trekking se necesitan 3 fotografías.

Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES

SANIDAD

Vacunas obligatorias y recomendaciones sanitarias: No es obligatoria ninguna vacuna ni precaución especial más allá de las lógicas en cualquier actividad que se realiza en plena naturaleza. Recomendada la antitetánica.

Viajes SOLOENGRUPO 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 sobre Consejos y vacunaciones a viajeros donde encontrar información sobre los centros de vacunación.

http://www14.gencat.cat/sacgencat/AppJava/servei_fitxa.jsp?codi=1705

SEGURO

Un seguro de asistencia y trekking está incluido. La póliza será entregada junto con la documentación final. Opcionalmente se puede contratar un seguro de gastos de anulación, por un **importe de 40 € por persona**. Debe solicitarse en el momento de realizar el pago de entrega a cuenta siempre que éste se realice como mínimo 15 días antes de la salida del viaje.

ALOJAMIENTO

En Kathmandú hay una gran variedad de hoteles, utilizaremos una categoría 1ª con todas las facilidades y servicios. En Pokhara utilizaremos una categoría turista en base habitaciones doble con baño privado. Durante el trekking se utilizan lodges (conocidos popularmente como "Tea house").

Se tratan de alojamientos tipo refugio con comodidades básicas y habitaciones múltiples y comodidades básicas donde también se preparan comidas, los baños normalmente son a compartir y en algunos casos la ducha de agua caliente se paga en destino. En algunos de ellos hay posibilidad de lavar la ropa con cargo adicional.

STAFF

El equipo está formado por un guía local de habla inglesa, y porteadores durante las etapas de trekking. El guía es un buen conocedor de la zona, de las costumbres y de la gente, y es quien coordina la marcha del trekking y se adapta a las necesidades del grupo. Habrá un porteador par cada dos personas, el peso máximo autorizado que pueden llevar son 15 kilos.

ALIMENTACIÓN

Durante la estancia en Kathmandú y Pokhara sólo está incluido el desayuno, durante las etapas de trekking, la pensión completa está incluida, las comidas se basan en productos locales de la zona. Las bebidas embotelladas no están incluidas.

DIVISAS

La unidad monetaria es la RUPIA NEPALÍ (NPR).

1 Euro = 112 Rupia nepalí aprox (30/12/15)

CLIMA

Nepal posee un clima variado y poco predecible, debido principalmente a su heterogénea geografía. La época más apropiada comprende los meses de Octubre y Noviembre que marcan el principio de la estación seca, durante este período el clima es agradable, el aire limpio y buena visibilidad. Le siguen los meses de Febrero, Marzo y Abril el final de la temporada seca, aunque la visibilidad resulta más deficiente a causa del polvo el clima se mantiene templado y deviene una explosión de colores y belleza protagonizada por las flores. Durante los meses de Diciembre, y Enero el clima y la visibilidad son excelentes.

| TEMPERATURA (KATHMANDÚ) | E | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
|----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Máxima | 18 | 19 | 25 | 28 | 30 | 29 | 29 | 28 | 28 | 27 | 23 | 19 |
| Mínima | 2 | 4 | 7 | 12 | 16 | 19 | 20 | 20 | 19 | 13 | 7 | 3 |

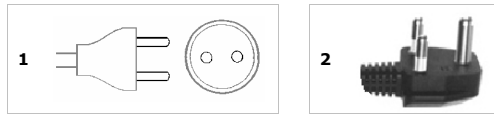
CORRIENTE ELÉCTRICA

NEPAL

Corriente eléctrica: 230 V

Frecuencia: 50 Hz

Tipo de enchufe/s más común:



PROPINAS

Aunque las propinas no son obligatorias, en lo que al viaje se refiere, las personas que en un momento u otro están en contacto con el viajero y le prestan algún tipo de servicio esperan una compensación económica (guías, conductores, maleteros, camareros.....).

EQUIPO RECOMENDADO

Mochila o petate, mochila pequeña para las etapas diarias, botas de trekking, calzado de deporte o calzado cómodo para después de la caminata, sandalias de goma (para las duchas), calcetines, pantalones de trekking, ropa interior térmica, camisetas de manga larga y corta, forro polar, chaqueta y pantalones impermeables, capa impermeable, guantes, gorro para el sol, gafas de sol, cantimplora, linterna o frontal, bastones telescópicos, crema de protección solar, toallitas, papel higiénico, y material fotográfico.

BOTIQUÍN

Medicación personal, esparadrapo, antiséptico para heridas, vendas, gotas oculares, analgésicos, (paracetamol, con codeína, mal de altura) apósitos esterilizados, tijeras, etc.

VISITAS

El orden de las visitas y excursiones se pueden ver alteradas en función del estado de la carretera, horarios aéreos, del clima... Si algunas visitas y/o excursiones no pudieran realizarse por cualquier causa ajena a nuestra voluntad, se intentarán sustituir dentro de las posibilidades y a criterio del guía.

TRANSPORTE AÉREO, FERROVIARIO Y TERRESTRE

En el caso de que las compañías de transporte modifiquen el itinerario o los horarios, así como los traslados por carretera sufran retrasos o cancelaciones, ocasionados por condiciones climatológicas adversas, huelgas, o por cualquier otro motivo, antes o durante el viaje, Viajes SOLOENGRUPO hará todo lo que esté en su mano para paliar los efectos negativos que esto suponga, pero, no podrá asumir responsabilidades de terceros.

CANCELACIONES

En caso de cancelación por parte del cliente, cada pasajero deberá abonar a Viajes SOLOENGRUPO, los gastos de gestión (60 €) generados desde el momento de la inscripción. Según la ley de viajes combinados, además de los mencionados gastos de gestión y de los gastos de cancelación (billetes no reembolsables, hoteles reservados, contratación de servicios en destino, etc.), el pasajero deberá abonar una penalización, consistente en el 5% del total del viaje si el desistimiento se produce entre 11 y 15 días de antelación a la fecha del comienzo del viaje; el 15% entre los días 3 y 10, y el 25% dentro de las 48 horas anteriores a la salida. De no presentarse a la hora prevista para la salida, no tendrá derecho a devolución alguna de la cantidad abonada.

Información y reservas

1) La reserva se pueden formalizar por teléfono o por correo electrónico. Los datos que se han de enviar son los que detallamos a continuación:

- **Nombre y Apellidos** de la persona que va a viajar (exactos a los del pasaporte) y **NÚMERO de DNI**.

- dirección postal, teléfono de contacto, teléfono móvil y correo electrónico.

- datos de pasaporte:

Número de pasaporte, fecha de nacimiento y lugar, fecha de expedición y lugar y fecha de caducidad.

Recomendamos enviarlo escaneado, ya que en la mayoría de los destinos es necesario.

2) Se abonara un depósito del **40%** del importe total del viaje por persona.

NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.

Se admite transferencia bancaria, tarjeta de crédito Visa y/o Masterd Card, ingreso en efectivo, talón o metálico.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR**

****Las informaciones contenidas en este dossier han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.**

"SOLO EN GRUPO" declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web

http://www.viajarsoloengrupo.com/condiciones_generales.htm