

ESLOVAQUIA

Parques Nacionales de los Cárpatos Eslovacos



Los Altos Tatras son un macizo montañoso con una superficie de unos 340 km², pero que condensa todos los paisajes alpinos. Sus cumbres son de una altitud modesta, oscilando entre los 2.000 y 2.500 m de altitud. El entorno está compuesto por valles como los de Mengusovská y Biela Voda, lagos como los de Strbské y Popradské Pleso, cuevas, cascadas y abruptos desfiladeros. Este paisaje será el escenario de nuestro recorrido por el corazón de la parte eslovaca de la cadena montañosa y nos proporcionará el placer de disfrutar de bellísimas caminatas en él.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelo Ciudad de origen/Viena. Traslado a Bratislava	../../	Hotel Turista
2	Tren Bratislava/Liptovský Mikuláš. Caminata valle de Kvacianská. Traslado a Lieskovec	D/P/C	Casa Rural
3	Lieskovec. Caminata Lagos de Strbské y Popradské Pleso	D/P/C	Casa Rural
4	Lieskovec. Caminata valle de Biela Voda (Tatras Blancos)	D/P/C	Casa Rural
5	Lieskovec. Recorrido Región de Spiss	D/./C	Casa Rural
6	Lieskovec. Caminata P. N. Slovenský Raj	D/P/C	Casa Rural
7	Lieskovec/Tatranská Strba. Tren a Bratislava	D/../	Hotel Turista
8	Bratislava/Viena. Vuelo a la Ciudad de origen	D/../	-----

ALIMENTACIÓN	Desayuno: D	Almuerzo: A	Cena: C	Picnic: P
--------------	-------------	-------------	---------	-----------

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- VUELO CIUDAD DE ORIGEN/VIENA. TRASLADO A BRATISLAVA

Salimos en vuelo hacia Viena, donde nos esperan en el aeropuerto para el traslado al hotel en Bratislava (45 min aprox.). Resto del tiempo libre.

BRATISLAVA

Es la capital de Eslovaquia y se sitúa a 100 metros sobre el nivel del mar, a orillas del mítico río Danubio y a los pies de las primeras estribaciones de la cordillera de los Cárpatos. Se trata de una de las ciudades más antiguas de la Europa Central, con asentamientos que se remontan a la Edad del Bronce. El centro histórico es un entramado de calles peatonales del más puro diseño imperial de la época austro-húngara, destacando un buen número de plazas, palacios e iglesias. De entre estos monumentos, especial interés tiene la gran torre de la Michalská con un arco en su base que fue una de las entradas principales a la ciudad cuando aún existía el perímetro amurallado. Pero si un monumento representa la estampa de Bratislava, ese es el castillo de origen medieval asentado sobre una colina que domina toda la ciudad. Por detrás de este enclave, se extiende una vasta extensión de bosques (parque natural de los Malé Karpaty).

DÍA 2.- TREN BRATISLAVA/LIPTOVSKÝ MIKULÁS. CAMINATA VALLE DE KVACIANSKÁ. TRASLADO A LIESKOVEC

Por la mañana muy temprano, nos trasladamos a la estación para salir en tren hacia el norte del país, a través de un paisaje que va cambiando progresivamente desde las llanuras del valle del Danubio, hasta las montañas de los Cárpatos. Alcanzamos Liptovský Mikuláš (4 horas 30 min. aprox.).

A la llegada, continuamos en vehículo (20 min) hasta la entrada del parque natural "Chockské Vrchy", donde hacemos nuestra primera caminata que nos descubre a pequeña escala, los paisajes de montaña más típicos en estas latitudes de Europa; densos bosques de coníferas, cañones con agua en abundancia, grandes alfombras de hierba en los altiplanos y pequeñas poblaciones rurales de gran esencia. Comenzamos por un sendero ecológico que penetra por el valle de Kvacianská, a través de espléndidos bosques para acabar en el pueblecito de Velké Borové.

Horario total: 3-4 horas aprox. Desnivel : +400 m -400 m

Llegamos al vehículo y nos trasladamos hasta Lieskovec (50km/50 min. aprox.), en la base del parque nacional de los Altos Tatras

LIPTOVSKÝ MIKULÁS

Población situada en el centro del valle del río Vah, donde se concentran alrededor, hasta 5 reservas naturales de la cordillera de los Cárpatos.

CORDILLERA DE LOS CÁRPATOS

Es la cadena montañosa más larga de Europa (1.500 km desde el oeste de Eslovaquia hasta el sur de Rumania) y concentra la mayor biodiversidad dentro del continente europeo, dado su carácter como frontera natural entre las regiones boreales y las regiones mediterráneas. La fauna salvaje más

representativa, como osos, lobos, lince y ciervos se da cita aquí formando las poblaciones más numerosas.

DÍA 3.- LIESKOVEC. CAMINATA LAGOS DE STRBSKÉ Y POPRADSKÉ PLESO

Salimos a pie hacia la estación (7 min aprox.), para salir en el tren cremallera hasta Strbske Pleso (7 min aprox.), donde comenzamos la caminata. La jornada transcurre con una larga aproximación a través del majestuoso valle de Mengusovská, enlazando los hermosos lagos de Strbské y Popradské Pleso. Un cálido refugio junto a este lago nos permite recuperar fuerzas antes del retorno.

Horario total: 4 horas aprox. /Desnivel : +500 m

Regresamos en el tren cremallera a Lieskovec y nos trasladamos de nuevo a pie a la casa rural.

DÍA 4.- LIESKOVEC. CAMINATA VALLE DE BIELA VODA (TATRAS BLANCOS)

Nos trasladamos en vehículo hasta la entrada del valle de Biela Voda (30 minutos), donde comenzamos una caminata en la que disfrutamos en su parte baja y media de un rico bosque de coníferas y de los saltos de agua del río que lo recorre. Alcanzamos el enclave de Zelené Pleso, con presencia de un refugio de montaña muy atractivo, emplazado bajo un circo de origen glaciar con paredones de unos 800 metros de longitud y un lago de aguas verde esmeralda. Un poco más allá, llegamos al paraje de Biela Pleso, compuesto por dos laguitos y un idílico prado, desde donde contemplamos el macizo de los Belianske Tatry (Tatras Blancos). Descendemos el valle de Biela Voda por un flanco opuesto al de la subida y llegamos a nuestro vehículo.

Horario total: 5 horas aprox. Desnivel : +700 m -700

Regresamos a la casa rural de Lieskovec (30 km/35 min. aprox.)

DÍA 5.- LIESKOVEC. RECORRIDO REGIÓN DE SPISS

Este día lo dedicamos a recorrer en vehículo la legendaria región de Spiss, donde se concentran sus famosas ciudades antiguas.

Comenzamos por Spisské Podhradie, donde se encuentra el monasterio más importante de Eslovaquia y seguimos hacia el castillo de Spiss considerado la fortificación medieval más grande de la Europa Central (Patrimonio de la Humanidad) y la iglesia de Zerha decorada con frescos góticos. Continuamos a Levoca segunda capital del país, con su perímetro amurallado, la catedral gótica y casas nobles renacentistas. Finalmente llegamos a Poprad, gran ciudad con numerosos comercios.

A la hora indicada, regresamos a la casa rural en Lieskovec (80 km aprox. en total).

DÍA 6.- LIESKOVEC. CAMINATA P. N. SLOVENSKÝ RAJ

Nos trasladamos hasta Podlesok (45 min), principal puerta de entrada al parque nacional "Slovenský Raj", topónimo que traducido al español significa "Paraíso Eslovaco", donde se encuentra una impresionante concentración de barrancos, poblados por vegetación exuberante.

Comenzamos la caminata encontrándonos numerosos pasos equipados entre escaleras y pasarelas para facilitar la progresión, pues los saltos de agua y los estrechos rocosos se suceden constantemente. En función de las condiciones, hacemos un recorrido u otro tipo de circuito circular, teniendo como punto intermedio el paraje de Klastorisko, un prado idílico rodeado de bosques de abetos y hayas con un refugio donde reponer fuerzas.

Horario total: 5-6 horas aprox. Desnivel : +400 m -400 m

Llegamos al vehículo y regresamos a la casa rural en Lieskovec (35 km/40 min aprox).

P.N. DE SLOVENSKÝ RAJ

Ubicado al este del país, fue fundado en el año 1988 y tiene una extensión de 19 763 hectáreas. El agua ha erosionado todo el territorio formando gran cantidad de valles, cañones, cataratas y cuevas. Para poder recorrerlo se han construido puentes, escaleras de madera y fierros en las rocas.

KLASTORISKO

Situado a 790 metros de altura, es el único centro recreativo en el interior del parque al que se puede llegar sólo caminando y donde se encuentran las ruinas de un convento cartusiano que en los últimos 20 años está siendo reconstruido por voluntarios. Los Cartusianos eran una orden fundada por San Bruno de Colina en el año 1084 en Chartreux, cerca de Grenoble que se propagó rápidamente y en el siglo XIV había en Europa 109 conventos. Vivían en total austeridad y soledad y se dedicaban a copiar e ilustrar libros.

DÍA 7.- LIESKOVEC/TATRANSKÁ STRBA. TREN A BRATISLAVA

Nos trasladamos a la estación de Tatranská Strba, para salir en tren hacia Bratislava (5 horas aprox.). A la llegada nos trasladamos al hotel y tiempo libre, para poder callejear por el casco antiguo peatonal, que invita, tanto a realizar compras como a recorrer numerosos locales, donde poder disfrutar de una buena cena y un animado ambiente.

DÍA 8.- BRATISLAVA/VIENA. VUELO A LA CIUDAD DE ORIGEN

Hotel hasta las 12 horas. A la hora indicada traslado al aeropuerto de Viena, para salir en vuelo hacia la ciudad de origen. Llegada y fin de los servicios.

FECHAS DE SALIDA DESDE Madrid y Barcelona

SEPTIEMBRE 12

GRUPO MÍNIMO 4 / MÁXIMO 12 PERSONAS

PRECIO POR PERSONA en HAB. INDIVIDUAL	1.790,00 €
-----	-----
TASAS AÉREAS	150,00 €(APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

- Transporte en avión clase turista, Ciudad de origen/Viena/Ciudad de origen (a veces con conexiones intermedias)
- Recepción en el aeropuerto a la llegada
- Traslado en autobús de línea regular: Viena/Bratislava/Viena
- Trenes Bratislava/Liptovský Mikuláš y Tatranská Strba/Bratislava.
- Traslados especificados en minibús o taxis
- Vehículo privado para el recorrido en la región de Spiss
- Tren cremallera y tranvía los días especificados
- Alojamiento en hotel turista en Bratislava y casa rurales en el resto, en habitaciones individuales con baño privado
- Alimentación especificada en el cuadro
- Actividades y visitas especificadas en el itinerario
- Guía local de habla hispana durante el recorrido
- Seguro de asistencia en viaje con cobertura de cancelación

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Alimentación no especificada en el cuadro
- Equipo personal de trekking
- Visitas y actividades no especificadas
- Entradas a los lugares a visitar
- Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc.
- Propinas
- Tasas aéreas
- Tasas de aeropuerto
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

DOCUMENTACIÓN

- D.N.I. en vigor.
- Es recomendable llevar fotocopia del DNI.
* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES

SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

SEGURO

En este viaje hemos incluido un seguro con AXA de asistencia en viaje con cobertura de cancelación (Vip plus 2000) hasta 2000 €.

Opcionalmente puedes contratar un seguro de cancelación que incluye el libre desistimiento sin causas justificadas (Express plus 2500) pagando un suplemento entre 115 € y 250 € + un 10% de franquicia en caso de ser utilizado.

Puedes consultar las condiciones de ambos en nuestra página web:

www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf

www.trekkingyaventura.com/seguros/expressplus2500.pdf

VIAJA SEGURO

El itinerario y los servicios han sido revisados y adaptados a las medidas de seguridad e higiene de cada país.

DIVISAS

La unidad monetaria es el Euro

CLIMA

La mayor parte de Eslovaquia tiene un clima continental, de inviernos fríos y veranos cálidos. El clima en general es más riguroso que en otras áreas europeas del centro ubicadas en las mismas latitudes y la amplitud media de la temperatura anual es mayor que la de sus países limítrofes. Mientras en el valle del Danubio es el clima continental el que se impone, en el tercio norte del país es el clima de alta montaña el que marca las condiciones en torno a las estribaciones de la cordillera de los Cárpatos.

La temperatura media anual es de 8 °C. La precipitación media es de 950 mm. al año, que varía desde los 600 mm. en Bratislava, la más baja, hasta los 1.600 mm. en las cumbres de los Altos Tatras, la más alta. El periodo más lluvioso se da durante finales de la primavera. En Agosto por el día hace calor pero desde la puesta de sol, la temperatura desciende considerablemente y por las noches son ligeramente frías.

CORRIENTE ELECTRICA

220 voltios a 50 ciclos.

EQUIPO RECOMENDADO

Bolsa de viaje/mochila mediana/botas de trekking/calcetines/pantalón de montaña largo y corto/camisetas térmicas y de manga corta/forro polar/ chaqueta goretex /guantes /gorro de sol/gafas de sol para montaña/cantimplora/linterna frontal con lámpara de repuesto/navaja multiusos/bolsas de plástico/bastones de trekking/paraguas o capa de lluvia.

Zapatillas de deporte/sandalias de goma/ropa cómoda de viaje/ sudadera/ bañador y toalla de baño.

Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema de protección solar y protección labial.)

Prismáticos y material fotográfico

BOTIQUIN

Antibiótico de amplio espectro /analgésicos (aspirina, gelocatil, nolutil...) /antiácido/anti-inflamatorio /antidiarreico /antihistamínico /laxante /pomada antibiótica /desinfectante / algodón /tiritas / venda /esparadrapo /repelente de mosquitos.

RESERVA

Para realizar tu reserva necesitamos que nos solicites en hola@yporquenosolo.com o en el **911644035** un **formulario online** en el que cumplimentar tus datos personales.

- Nombre y apellidos (exactos a los del pasaporte) y DNI.
- Teléfono de contacto y correo electrónico.
- Ciudad de salida
- Habitación individual o a compartir.

Para formalizar la reserva, tendrás que abonar un **depósito del 40 % del importe total del viaje** por una de estas vías:

- **Transferencia bancaria** Bankia ES53 2038 1119 0060 0068 6356 beneficiario Trekking y Aventura indicando el nombre completo del pasajero que va a viajar.
- **Tarjeta de crédito** (salvo American Express) en el área de cliente de nuestra web podrás acceder con unas claves de acceso que te entregaremos al realizar la reserva.
- **Efectivo o talón** en nuestras oficinas.

Una vez recibidos estos trámites, te enviaremos un correo electrónico con el estado de tu reserva, dossier del viaje y justificante del pago recibido.

La documentación será entregada aproximadamente 8 días antes de la fecha de salida, retirándola en nuestras oficinas de Madrid o por correo electrónico.

Estamos a tu disposición para cualquier aclaración adicional, presencialmente en Ventura Rodríguez 15, Madrid, por teléfono en el 911644035 o vía mail en hola@yporquenosolo.com

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.

www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp