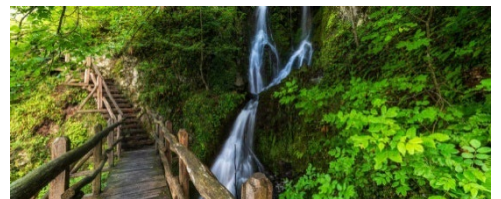
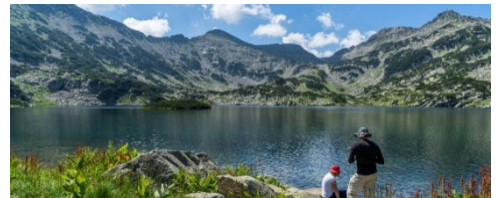
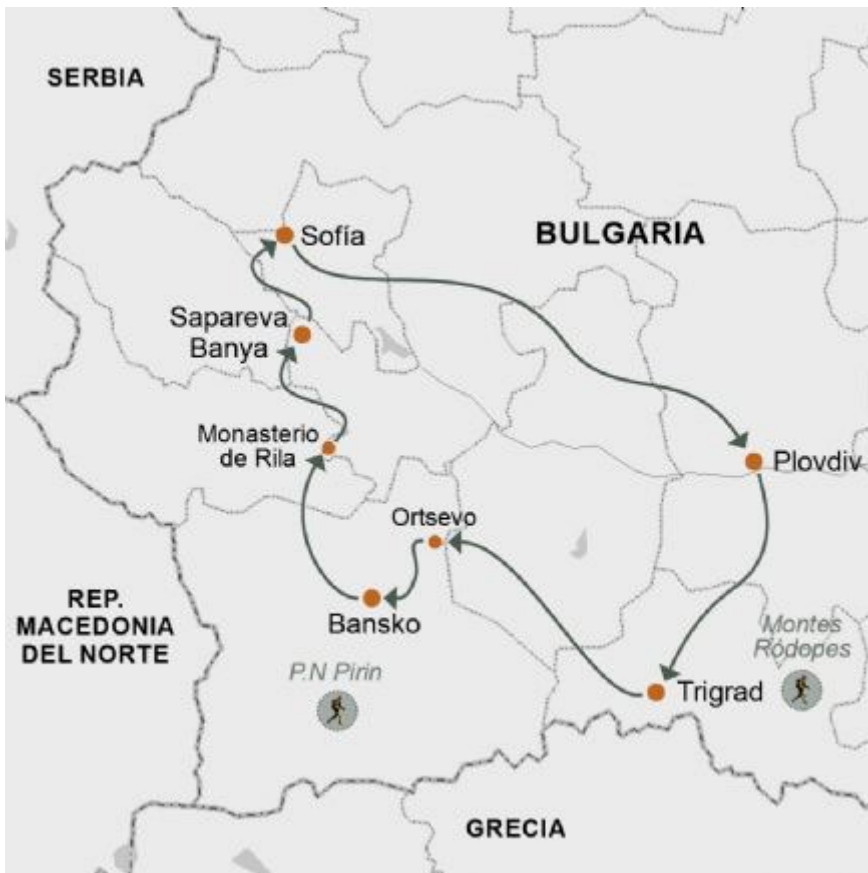


Bulgaria

Bulgaria clásica y parques nacionales del sur Salidas de junio a septiembre

Un viaje en el que combinamos la exploración de la historia y cultura de Bulgaria con naturaleza y aire libre. Exploraremos las calles de Sofía y Plovdiv, descubriremos la autenticidad de pueblos rurales como Bansko y Trigrad, y realizaremos caminatas a lo largo de senderos impresionantes, abrazando la base de la cadena montañosa balcánica, explorando el corazón de los Ródopes y los Parques Nacionales de Pirin y Rila. La visita a los monasterios ortodoxos más significativos del país, Bachkovo y Rila, nos sumergirá en la rica historia de Bulgaria.



Sofía y Plovdiv

Hoy en día modernas y cosmopolitas, fueron ciudades clave en la historia pasada y reciente de nuestro continente, y sus ruinas y su arquitectura son una clara muestra de ello.

Naturaleza y paisajes

Sencillas caminatas para descubrir la vegetación y los paisajes de la cordillera de los Balcanes, los Ródope, y los parques nacionales del sur de Bulgaria.

Monasterios Ortodoxos

Situados en lugares estratégicos, los Monasterios de Rila y Bachkovo son los más importantes del país, con impresionantes frescos en su interior.

DIAS	ITINERARIO	ALIMENTACION	ALOJAMIENTOS
1	Vuelo ciudad de origen/Sofía	.././..	Hotel
2	Sofía/Monte Vitosha/Iglesia de Boyana/Starosel/Plovdiv	D/A/..	Hotel
3	Plovdiv/Bodega familiar/Plovdiv (visitas)	D/./..	Hotel
4	Plovdiv/Monasterio de Báchkovo/Trigrad	D/./C	Hotel Familiar
5	Garganta de Trigrad/Cueva de Yágodina/Borino/Bansko	D/A/..	Hotel Familiar
6	Bansko/Monte Pirin (exploración)/Bansko	D/./..	Hotel Familiar
7	Bansko/Tren de montaña/Ortsevo/Bansko	D/./..	Hotel Familiar
8	Bansko/Monasterio de Rila/Sapareva Banya	D/A/..	Hotel Familiar
9	Sapareva banya/Cascada Goritsa/Sofía (visitas)	D/./..	Hotel
10	Vuelo Sofia/ciudad de origen	D/./..	-----

Desayuno **D** Almuerzo **A** Cena **C**

ITINERARIO DETALLADO

DÍA 1.- VUELO CIUDAD DE ORIGEN/SOFÍA

Vuelo a Sofía. Llegada y traslado al hotel.

DÍA 2.- SOFIA/MONTE VITOSHA/IGLESIA DE BOYANA/STAROSEL/PLOVDIV

Desayuno y salida en un corto trayecto que nos llevará hasta la falda de la montaña Vitosha, considerada "el pulmón de la capital". Aquí visitaremos el monasterio de Dragalevtsi y realizaremos una caminata de 2h en bosques caducifolios con vistas panorámicas de la capital. Posteriormente saldremos hacia el pueblo de Boyana; visitaremos su iglesia, con frescos de importante valor artístico e histórico (UNESCO). Tras la comida, saldremos en dirección al Valle de la Alta Tracia, a pocos kilómetros del pueblo de Starosel, para visitar uno de los templos Tracios mejor conservados, Chetinyova mogila. Tras la visita seguimos hacia Plovdiv (2,30h. aprox.) – la segunda ciudad más grande del país y capital cultural de Bulgaria. Alojamiento en hotel.

Caminata: 2 h Desnivel: +100/-300 m

Trayecto en vehículo: 3 h aprox.

DÍA 3.- PLOVDIV/BODEGA FAMILIAR/PLOVDIV (VISITAS)

Desayuno. Un trayecto por carretera de aproximadamente 1 h nos separa de la falda sur de la cadena balcánica. A nuestra llegada empezaremos una caminata en las cercanías de Kalófer, ciudad renacentista, en las cercanías de la cual se encuentran un bonito monasterio y un eco sendero, que recorreremos. Tras una comida tipo picnic, por la tarde continuaremos nuestro viaje para visitar los túmulos de Kazanlak, la "capital" del Valle de las Rosas y del Valle de los Reyes Tracios. Aquí se encuentran varios túmulos originales, únicos por su forma de construcción y por sus frescos, una de las riquezas más significativas de la antigüedad en Bulgaria. Al final del día conoceremos la cultura vinícola de la región con una degustación de vinos en una bodega familiar. Regresamos a nuestro hotel en Plovdiv.

Caminata: 2 h Desnivel: +/-200 m

Trayecto en vehículo: 2 h aprox.

DÍA 4.- PLOVDIV/MONASTERIO DE BACHKOVO/TRIGRAD

Desayuno. Saldremos de Plovdiv, un trayecto de unos 40 minutos nos llevará hasta los montes Rodopes, donde se encuentra el monasterio de Báchkovo. Fundado en el año 1083, hoy en día es el segundo monasterio más grande del país. Visitaremos el monasterio, y seguiremos el camino de los peregrinos para visitar algunas de las capillas que allí se encuentran. Comida tipo picnic. Posteriormente, nos trasladamos hasta la región de Trigrad, en el corazón de los Rodopes. Cena y alojamiento en un hotel familiar.

Caminata: 2 h. Desnivel: +/-200 m

Trayecto en vehículo: 2 h 40 min aprox.

DÍA 5.- GARGANTA DE TRÍGRAD/CUEVA DE YÁGODINA/BORINO/BANSKO

Desayuno. Por la mañana emprendemos nuestra aventura con la visita de la garganta de Trigrad, cuyas paredes ascienden en algunos puntos hasta los 220 metros. Aquí se encuentra la cueva "Garganta del diablo", conocida por sus enormes dimensiones. Desde el acantilado caminaremos durante unas horas para ascender hasta el pueblo musulmán de Yágodina. La cueva que se encuentra cerca a esta población es una de las más hermosas del país por sus formaciones. Visitaremos la cueva (es necesario llevar una chaqueta o forro polar para la visita, ya que el interior de la cueva se encuentra a unos 7°C). Tras la visita,

continuamos en vehículo para llegar a casa de Ferzie, quién preparará la comida de hoy; Seremos huéspedes de una familia local musulmana, residente del pueblo de Borino desde hace varias generaciones.

Por la tarde, salida por carretera hasta el pueblo de Bansko, a tocar la ladera norte del monte Pirin, dónde encontraremos un paisaje distinto, de carácter alpino. Alojamiento en un hotel familiar.

Caminata: 2 h 30 min. Desnivel: +200 -350 m

Trayecto en vehículo: 2 h 30 min aprox.

DÍA 6.- BANSKO/MONTE PIRIN (EXPLORACIÓN)/BANSKO

Desayuno. Hoy dedicaremos la jornada a explorar el monte Pirin, acercándonos a sus relieves alpinos. Un trayecto por carretera de unos 30 minutos nos llevará hasta el punto de partida de nuestra caminata, un refugio a 1950 m que lleva el nombre del pico más alto de la montaña: Vijren (2914m). Subimos hasta los circos de los lagos glaciares Bänderishki, de los cuales nace el río homónimo y uno de los valles más profundos de esta montaña. Prados alpinos, paisajes rocosos, lagos cristalinos y cielo de alta montaña nos acompañarán durante nuestra caminata por los senderos pétreos, pero cómodos para andar. Comida tipo picnic. Después de la comida, regresaremos a Bansko, dónde tendremos tiempo libre para explorar este agradable pueblo de montaña. Cena libre en Bansko, que cuenta con numerosas tabernas y restaurantes dónde degustar comida tradicional. Alojamiento.

Caminata: 3 h. Desnivel: +/-300 m

DÍA 7.- BANSKO/ORTSEVO/TREN DE MONTAÑA/BANSKO

Después del desayuno, saldremos hasta Ortsevo para tomar un tren de montaña, de línea estrecha, que cruza colinas y valles de la zona entre Rila, Pirin y Rodopes. En el trayecto disfrutaremos de paisajes estupendos, a través de la naturaleza. Este tren sigue siendo a día de hoy el medio de transporte utilizado por la gente local para hacer negocios o trasladarse de pueblo a pueblo. Finalizado el trayecto en tren, iniciaremos una bonita caminata hacia el pueblo de Ortsevo con fantásticas vistas. Comida tipo picnic. Por la tarde, regreso a Bansko y tiempo libre.

Caminata: 4 h, Desnivel: +/- 300 m

DÍA 8.- BANSKO/MONASTERIO DE RILA/SAPAREVA BANYA

Desayuno y traslado de 2 h hasta el Monasterio de Rila (siglo X, UNESCO), uno de los monasterios ortodoxos más famosos de los Balcanes. Antes de la visita, una caminata nos llevará hasta la cueva donde vivió el santo ermitaño Juan de Rila, fundador del monasterio. Vamos bajando al patio del hermoso santuario y visitamos la iglesia principal. Tenemos la comida organizada en las cercanías del monasterio, con trucha del río que pasa por al lado. Tras la comida, un trayecto de poco más de 1 h nos llevará hasta la ciudad balnearia de Sapareva Banya. Alojamiento en hotel familiar.

Monasterio de Rila

Es el centro de peregrinaje más importante de Bulgaria y uno de los monasterios ortodoxos más famosos de los Balcanes. Tiene más de 1000 años de historia y fue declarado como patrimonio de la humanidad por la UNESCO. San Juan/Ivan de Rila, fue el ermitaño fundador del Monasterio, canonizado por la iglesia ortodoxa. El Monasterio ha sido protegido a lo largo de su historia por los sucesivos imperios y desempeñó un papel importante en la vida espiritual y social de la Bulgaria medieval.

Caminata de 2 h Desnivel: + 100 - 200 m

Trayecto por carretera: 3 h

DÍA 9.- SAPAREVA BANYA/SOFÍA (VISITAS)

Desayuno. Por la mañana saldremos para realizar una caminata tranquila para llegar hasta la cascada "Goritsa", saliendo desde el cercano pueblo de Ovcharts. Tras la caminata, un trayecto por carretera de aproximadamente una hora nos llevará de regreso a la capital, Sofía.

A nuestra llegada a Sofía, haremos una visita a pie del centro histórico, y conoceremos los monumentos de mayor importancia de la ciudad, como la catedral San Alejandro Nevski (s.XX) que es la iglesia ortodoxa más grande de Bulgaria, la iglesia de Santa Sofía (s. VI) y sus catacumbas, la rotonda San Jorge (s. IV), la mezquita Banya Bashi Djami (s. XVI), la Sinagoga (s. XX), etc. Alojamiento en Sofía.

DÍA 10.- SOFÍA/REGRESO A CIUDAD DE ORIGEN

Tiempo libre y, a la hora acordada, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso.

Notas Itinerario

Las etapas de las caminatas que se indican son orientativas y podrán ser modificadas sobre el terreno. 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.

FECHAS DE SALIDA 2024

JUNIO: 3

JULIO: 1 y 22

AGOSTO: 5,

SEPTIEMBRE: 2

GRUPO MÍNIMO 6 pasajeros

PRECIO DEL VIAJE

POR PERSONA	Precio 4 primeras plazas	Precio Base
En base a grupo de 11 a 16 personas	1.580,00 €	1.680,00 €
En base a grupo de 6 a 10 personas	1.760,00 €	1.850,00 €
Tasas aéreas (aprox.)	110,00 €	110,00 €

SUPLEMENTOS

Supl. habitación individual	240,00 €
-----------------------------	-----------------

Notas salidas y precios

Nota I: Precios basados con **salidas desde Barcelona, Madrid y Alicante en vuelo directo de la compañía WizzAir.** Consultar suplementos desde otros aeropuertos.

SERVICIOS INCLUIDOS

Vuelos internacionales Barcelona, Madrid o Alicante - Sofía y regreso, en vuelo directo, en clase turista con tarifa restringida en cuanto a cambios y cancelaciones.

Alojamiento en hoteles 3*, hoteles familiares y casas rurales, en habitaciones dobles. Opcionalmente se puede solicitar habitación individual.

Alimentación según se indica en la tabla del itinerario.

Transporte por carretera en minibús o van en función del tamaño del grupo.

Guía de habla hispana durante toda la ruta.

Visitas y excursiones indicadas en el itinerario como incluidas

Seguro "Vip Plus 1000" de asistencia en viaje;. Opcionalmente pueden ampliarse las coberturas de gastos de anulación; consulta

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Bebidas y comidas no indicadas como incluidas.

Excursiones y visitas no indicadas como incluidas.

Equipo personal de senderismo.

Propinas y extras personales.

Ampliación de coberturas del seguro de asistencia y anulación (recomendado)

Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

ALOJAMIENTOS

Parte de este programa recorre zonas rurales de Bulgaria, y algunas noches dormiremos en pequeños pueblos de montaña. Excepto en Sofía y Plovdiv, donde está previsto dormir en hoteles de tres estrellas (sencillos, pero bien ubicados), el resto de las noches dormiremos hoteles rurales y familiares. Las habitaciones utilizadas durante toda la ruta disponen de baño privado. En Bulgaria es común que los baños no tengan bañera y la ducha no tenga plato.

Hoteles previstos o similares:

Sofía	Hotel Light
Plovdiv	Hotel Ego
Trigrad	Hotel Familiar Trigrad
Bansko	Hotel Familiar Rahoff
Sapareva Banya	Hotel Familiar Emaly Green

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

Autobús corto o minibús (según tamaño grupo), para los recorridos por carretera y los traslados. Las distancias a recorrer en este programa no son muy largas.

DIFICULTAD / CONDICIONES DE VIAJE

No se requiere ninguna preparación física especial. Es una propuesta que combina cultura y naturaleza a lo largo de todo el país, apta para todo el mundo en una condición física normal, y que disfrute de caminatas por la naturaleza. Se alternan las visitas culturales con algunas caminatas sencillas de 2 - 3 horas, con desniveles suaves, para acceder a algunos lugares de especial interés.

DOCUMENTACIÓN

Ciudadanos de la UE: DNI, o pasaporte en vigor con una validez mínima de 3 meses. Para residentes en España que viajen con el TIE, es necesario acompañar este documento del pasaporte.

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

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

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

SANIDAD

No hay vacunas obligatorias ni recomendaciones sanitarias específicas. 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.

INFORMACIÓN ADICIONAL

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.
- Bolsa blanda de viaje o maleta semi-rígida.
- 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).
- 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)
- Botiquín básico.

CLIMA, MONEDA, HORARIO Y CORRIENTE ELÉCTRICA:

Clima:

El clima en Bulgaria es generalmente continental, con inviernos fríos y veranos calurosos. Aunque las precipitaciones no son abundantes, siempre son algo más habituales en las regiones montañosas, dónde también solemos encontrar un clima más fresco. [Información sobre el clima](#)

MONEDA

La moneda en Bulgaria es el Lev (BGN). A nuestra llegada, el guía nos indicará el mejor lugar para cambiar moneda [Información sobre la moneda](#)

Diferencia horaria:

Bulgaria se encuentra en el huso horario GMT+2, por lo tanto, hay una diferencia de +1 h respecto a nuestro país. [Información sobre zona horaria](#)

Información sobre electricidad y enchufes:

En Bulgaria, el voltaje común es de 230 V y los enchufes son tipo F, como los que utilizamos aquí. Por lo tanto, no es necesario adaptador. Más info: [Web info enchufes](#)

RESERVA

Puedes efectuar tu reserva rellenando este [FORMULARIO](#) con tus datos según aparecen en el documento con el que vayas a viajar.

Una vez recibido el formulario cumplimentado te enviaremos en un plazo de 24/48 horas por email una confirmación y los datos para poder abonar el 40% del importe del viaje. (en caso de no haberlo recibido, comprueba el spam de tu correo)

Se puede pagar por

1) Transferencia bancaria:

Banco Santander
ES06 0075 0349 460601118121 (BIC): POPUESMM
Titular: Trekking y Aventura

2) Tarjeta de crédito:

No aceptamos American Express. En caso de pago con tarjeta de crédito GELNET (banco Santander) te enviará un sms y un email para poder proceder de forma segura al pago por tarjeta.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR. NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**

Una vez recibido el pago en nuestra cuenta. te enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado

En caso de que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA.

Estamos a tu disposición de lunes a viernes en calle Rodríguez san Pedro,2 piso 9 oficina 909, 28015 Madrid y en el 91-5228681

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

Viajes Trekking y Aventura 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.
www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp