

Bulgaria

Trekking en los macizos de Rila y Pirin

Salidas 23 de julio y 17 de septiembre

Los macizos de Rila y Pirin se encuentran entre las montañas más altas de la península Balcánica y ofrecen algunos de los paisajes más apreciados por los amantes de la naturaleza y el turismo activo. Iniciamos el recorrido en Rila, donde realizamos las primeras caminatas y ascendemos al pico Musalá (2.925 m), el más alto de Bulgaria. Continuamos después por el macizo de Pirin, de carácter más alpino, explorando valles y lagos de alta montaña. El programa se completa con visitas culturales a los monasterios de Rila y Bachkovo y a ciudades como Sofía y Plovdiv.



Parque Nacional de Rila y ascensión al Musalá

Recorremos el macizo más alto de los Balcanes y ascendemos al pico Musalá (2.925 m), el techo de Bulgaria, entre lagos y valles glaciares.

Parque Nacional de Pirin y pico Bezbog

Caminamos por uno de los macizos más alpinos del país y coronamos el pico Bezbog (2.645 m), rodeados de lagos glaciares y paisajes de alta montaña.

Monasterios y ciudades históricas

Combinamos el trekking con la visita a los monasterios de Rila y Bachkovo, y a ciudades clave como Plovdiv y Sofía.

DÍA	ITINERARIO	ALIMENTACION	ALOJAMIENTOS
1	Vuelo ciudad de origen/Sofía	../../..	Hotel
2	Sofía/Valle de Malyóvitsa/Govedartsi	D/../C	Hotel local
3	Govedartsi/pico Musalá (2925 m) /Govedartsi	D/../C	Hotel local
4	Govedartsi/Monasterio de Rila/Bansko	D/../C	Hotel local
5	Bansko/Lagos Banderishki/Bansko	D/../C	Hotel local
6	Bansko/Pico Bezbog (2645 m)/Bansko	D/../..	Hotel local
7	Bansko/Tren de montaña/Velingrad/Monasterio de Bachkovo/Plovdiv	D/../..	Hotel local
8	Plovdiv/Sofía	D/../C	Hotel
9	Sofía (visitas)/Vuelo ciudad de origen	D/../..	-----
Desayuno D Almuerzo A Cena C			

ITINERARIO DETALLADO

DÍA 1.- VUELO CIUDAD DE ORIGEN/SOFÍA

Tomamos el vuelo con destino a Sofía. A la llegada, asistencia en el aeropuerto y traslado al hotel. Alojamiento en Sofía
Trayecto en vehículo: 10 km, 30 min aprox.

DÍA 2.- SOFÍA/VALLE DE MALYÓVITSA/GOVEDARTSI

Desayuno. Hoy dejamos Sofía para adentrarnos en el macizo de Rila y conocer uno de sus paisajes más representativos: el valle glaciar de Malyóvitsa. Tras el desayuno, nos desplazamos hasta el centro de montaña de Malyóvitsa, punto de inicio de nuestra caminata. El valle y el pico homónimo son un referente del alpinismo en Bulgaria, pero también un lugar ideal para disfrutar del senderismo en un entorno de alta montaña. Avanzamos por el fondo del valle hasta alcanzar el refugio de Malyóvitsa y continuamos hacia las terrazas glaciares, rodeados de paredes rocosas y crestas que dan carácter al paisaje. Regresamos por el mismo camino. Por la tarde retomamos el vehículo y nos trasladamos a nuestro alojamiento en Govedartsi. Cena incluida.

Caminata: 4 h 30 min – 5 h aprox. Desnivel: +/- 600 m

Trayecto en vehículo: 95 km, 1 h 30 min aprox.

DÍA 3.- GOVEDARTSI/PICO MUSALÁ (2925 M) /GOVEDARTSI

Desayuno. Dedicamos el día a la ascensión del pico Musalá (2.925 m), la montaña más alta de Bulgaria y de toda la península balcánica. Por la mañana nos desplazamos hasta Borovets, donde tomamos el teleférico que nos eleva hasta los 2.350 m. Desde aquí iniciamos la caminata, pasando por refugios de montaña y lagos glaciares, entre ellos el Ledeno Ezero, el lago más alto del país. Tras alcanzar la cima del Musalá, disfrutamos del panorama antes de iniciar el descenso por el mismo itinerario. Regreso a Govedartsi y cena incluida.

Caminata: 6 h aprox. Desnivel: +/- 600 m

Trayecto en vehículo: 25 km, 40 min aprox.

DÍA 4.- GOVEDARTSI/MONASTERIO DE RILA/BANSKO

Tras el desayuno nos trasladamos al entorno del Monasterio de Rila, donde iniciamos una caminata por la reserva natural del Bosque del Monasterio de Rila. Pasamos por la cueva de San Juan de Rila y varias capillas hasta llegar al monasterio, declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Visitamos el patio y la iglesia, y disponemos de tiempo libre. Por la tarde continuamos en vehículo hacia Bansko, a los pies del macizo de Pirin. Cena y alojamiento.

Caminata: 1 h 30 min aprox. Desnivel: +50 / -200 m

Trayecto en vehículo: 140 km, 2 h aprox.

DÍA 5.- BANSKO/LAGOS BANDERISHKI/BANSKO

Desayuno. Hoy exploraremos el Parque Nacional de Pirin, acercándonos a la zona del pico Vihren (2.914 m). Iniciamos una caminata circular para descubrir varios de los lagos glaciares del grupo Banderishki y visitamos el pino Baikusheva Mura, considerado el árbol más antiguo de Bulgaria. Por la tarde regresamos a Bansko, con tiempo libre para pasear por el casco antiguo. Cena y alojamiento.

Caminata: 5 h aprox. Desnivel: +/- 550 m

Trayecto en vehículo: 30 km, 1 h aprox.

DÍA 6.- BANSKO/PICO BEZBOG (2645 M) /BANSKO

Desayuno. Hoy nos dirigimos a otra zona del macizo de Pirin. Tras el traslado hasta el refugio Gotse Delchev, tomamos el telesilla hasta el refugio de Bezbog. Desde aquí seguimos el sendero de ascenso al pico Bezbog (2.645 m), con vistas abiertas sobre lagos glaciares y cumbres del Pirin. Regresamos por el mismo camino. Según la meteorología, existe la opción de sustituir la ascensión por una caminata al lago Popovo. Por la tarde, tiempo libre o posibilidad de baño termal en Dobrinishte. Cena libre.

Caminata: 4 h aprox. Desnivel: +/- 480 m

Trayecto en vehículo: 60 km, 2 h aprox.

DÍA 7.- BANSKO/TREN DE MONTAÑA/VELINGRAD/MONASTERIO DE BACHKOVO/PLOVDIV

Desayuno. Nos despedimos del macizo de Pirin y nos dirigimos hacia los montes Ródope. Realizamos un tramo en tren de vía estrecha, utilizado por la población local, atravesando paisajes de bosques, praderas y embalses. Continuamos en vehículo hasta el Monasterio de Bachkovo, fundado en el siglo XI. Visitamos el conjunto y seguimos a pie el camino tradicional de los peregrinos antes de continuar hasta Plovdiv. Alojamiento. Cena libre.

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

Trayecto en vehículo: 180 km, 4 h aprox.

DÍA 8.- PLOVDIV/SOFÍA

Desayuno. Por la mañana realizamos una visita a pie del casco antiguo de Plovdiv, con restos romanos, murallas medievales y arquitectura del Renacimiento búlgaro. Tras la visita, salida en vehículo hacia Sofía. Tiempo libre para explorar la capital y cena de despedida. Alojamiento.

Trayecto en vehículo: 145 km, 2 h aprox.

DÍA 9.- SOFÍA (VISITAS)/VUELO CIUDAD DE ORIGEN

Antes del traslado al aeropuerto realizamos una visita a pie por el centro de Sofía, recorriendo algunos de sus monumentos más representativos. A la hora acordada, traslado al aeropuerto y salida en vuelo de regreso.

Trayecto en vehículo: 10 km, 30 min aprox.

Notas Itinerario

Dependiendo de las condiciones climatológicas, el orden y la duración de las caminatas puede variar para adaptarse al tiempo.

FECHAS DE SALIDA 2026

JULIO: 23

SEPTIEMBRE: 17

GRUPO MÍNIMO 6 VIAJEROS

PRECIO DEL VIAJE

POR PERSONA	Precio 4 primeras plazas	Precio Base
En base a grupo de 13 a 16 personas	1.690,00 €	1.790,00 €
En base a grupo de 6 a 12 personas	1.820,00 €	1.920,00 €
tasas aéreas (aprox.)	120,00 €	120,00 €

SUPLEMENTOS

Suplemento Hab. Individual	250,00 €
----------------------------	-----------------

Notas salidas y precios

Nota 1: Precios basados en **salidas desde Barcelona y Madrid en vuelo directo de la compañía WizzAir (ver apartado transportes)**. La tarifa incluye maleta facturada de hasta 20kg y bolso o mochila (debe caber bajo el asiento). No incluye maleta de mano.

SERVICIOS INCLUIDOS

Vuelos internacionales Barcelona o Madrid - Sofía y regreso, en vuelo directo. La tarifa incluye, por persona, una maleta facturada de hasta 20 kg y un artículo personal o mochila en cabina (debe caber bajo el asiento). No incluye maleta de cabina. Transporte por carretera en minibús o van en función del tamaño del grupo.

Alojamientos y comidas indicados en la tabla del itinerario y en el apartado "Alojamientos"

Guía de montaña de habla hispana.

Visitas y excursiones indicadas en el itinerario como incluidas, con entradas necesarias.

Seguro de viaje; ver condiciones de la póliza. Opcionalmente pueden ampliarse las coberturas de gastos de anulación; consultar

Impuestos e IVA, en caso de ser aplicables

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Equipo personal de trekking.

Alimentación no especificada en el cuadro

Propinas y extras personales.

Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

ALOJAMIENTOS

Este programa recorre el interior rural de Bulgaria, durmiendo en pueblos pequeños y de montaña. Los alojamientos están en consonancia con la ruta y las poblaciones donde pernoctamos. Excepto en Sofía, donde nos alojamos en un hotel de 3*, el resto de las noches dormimos en hoteles rurales y familiares, habituales en este tipo de regiones. Se trata de alojamientos sencillos pero correctos, pensados para descansar tras las jornadas de trekking.

En Bulgaria es común que los baños no dispongan de bañera y que la ducha no tenga plato. Todas las habitaciones cuentan con baño privado.

La primera noche en Sofía, al tratarse de una llegada de madrugada y teniendo prevista la salida de la ciudad al día siguiente, el alojamiento se sitúa fuera del centro. De este modo facilitamos una llegada más cómoda y rápida y una salida ágil por la mañana, evitando el tráfico del centro urbano. En nuestra última noche en Sofía nos alojaremos en un hotel céntrico, que nos permitirá explorar la ciudad cómodamente

Alojamientos previstos o similares

Sofía	Park hotel Vitosha
Govedartsi	Krusharska kashta
Bansko	Hotel Familiar Rahoff
Plovdiv	Hotel Real
Sofía	Art Hotel 158

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

Transporte por carretera:

Minibús o van (según tamaño grupo), para los recorridos por carretera y los traslados.

Vuelos previstos (horarios comunes para las distintas fechas de salida):

Vuelos Barcelona:

W6 4406 Barcelona El Prat – Sofía 21:35 - 01:35 (+1)

W6 4405 Sofía – Barcelona El Prat 18:45 - 20:50

Vuelos Madrid:

W6 4402 Madrid – Sofía 20:55 - 01:25 (+1)

W6 4401 Sofía – Madrid 16:50 - 19:45

DIFICULTAD / CONDICIONES DE VIAJE

Las caminatas previstas oscilan entre 4 y 6 horas de duración diaria, con algunas jornadas puntuales algo más largas. Los desniveles habituales se sitúan entre los 400 y 700 metros, tanto en subida como en bajada. En algunos casos se utilizan teleféricos o telesillas para acceder a zonas de mayor altitud, lo que ayuda a equilibrar el esfuerzo.

El terreno es propio de media y alta montaña, con caminos pedregosos y tramos que pueden estar húmedos o resbaladizos, especialmente en zonas de lago o a primera hora del día. No se trata de una ruta técnica ni requiere experiencia en alpinismo, pero sí es importante contar con una buena condición física, estar acostumbrado a caminar varias horas seguidas y tener cierta experiencia previa en senderismo de montaña. El desarrollo de las etapas puede adaptarse al nivel del grupo y a las condiciones meteorológicas.

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 viajar también con el pasaporte.

Es responsabilidad del viajero confirmar esta información a través de las recomendaciones oficiales del <https://www.exteriores.gob.es/Embajadas/sofia/es/ViajarA/Paginas/Recomendaciones-de-viaje.aspx> Ministerio de Asuntos Exteriores en su página web.

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

En cuanto a la situación social y política del país de destino, Viajes Tuareg se remite igualmente a los avisos y recomendaciones publicados por el <https://www.exteriores.gob.es/Embajadas/sofia/es/ViajarA/Paginas/Recomendaciones-de-viaje.aspx> 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 basada en experiencias propias. Las recomendaciones sanitarias y posibles profilaxis deben consultarse con un profesional médico o a través de los organismos sanitarios oficiales.

La información oficial sobre precauciones sanitarias y vacunas puede consultarse en la web del <https://www.sanidad.gob.es/areas/sanidadExterior/laSaludTambienViaja/consejosSanitarios/home.htm> Ministerio de Sanidad.

La Generalitat de Catalunya pone a disposición del viajero el teléfono de Sanitat Respon 902 111 444 y la página web de <https://canalsalut.gencat.cat/ca/vida-saludable/lleure-seguretat/viatges> Salut i viatges internacionals, donde encontrar información sobre los centros de vacunación.

INFORMACIÓN ADICIONAL

EQUIPO RECOMENDADO

Además de lo que cada uno considere necesario para este tipo de viaje, recomendamos llevar:

- 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.
- 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)
- Botiquín básico.

Sobre el clima:

El clima en Bulgaria es de tipo continental, con veranos cálidos y generalmente secos, muy adecuados para la práctica del senderismo. A lo largo del recorrido encontraremos contrastes de temperatura entre las zonas bajas y urbanas y las áreas de montaña, donde el ambiente suele ser más fresco, especialmente por la tarde y durante la noche. En las jornadas de trekking en Rila y Pirin, la altitud suaviza las temperaturas y hace que las caminatas sean agradables.

Finales de julio y principios de agosto: corresponden al periodo más estable del verano. En las zonas bajas y valles las temperaturas pueden ser elevadas, mientras que en la montaña el clima es más templado, ideal para el trekking. Durante las caminatas conviene protegerse del sol y tener en cuenta el calor en las horas centrales del día, especialmente en tramos expuestos.

Septiembre: es uno de los mejores meses para caminar en Bulgaria. Las temperaturas descienden ligeramente, con máximas más moderadas y noches frescas, lo que proporciona condiciones muy agradables para el senderismo. Los paisajes empiezan a mostrar los primeros tonos otoñales, especialmente en las zonas de montaña.

Moneda:

La moneda en Bulgaria es el euro (€). El país forma parte de la zona euro, por lo que no es necesario cambiar divisa ni realizar gestiones previas antes del viaje. Los pagos con tarjeta están generalmente aceptados, especialmente en ciudades y zonas turísticas, aunque recomendamos llevar algo de efectivo para pequeños gastos en zonas rurales y pequeño comercio.

Diferencia horaria:

Bulgaria se encuentra en el huso horario GMT+2, por lo que existe una diferencia de +1 h respecto a España.

<https://www.worldtimeserver.com/hora-exacta-BG.aspx> Información sobre la zona horaria

Información sobre electricidad y enchufes:

En Bulgaria el voltaje habitual es de 230 V y los enchufes son de tipo F, iguales a los utilizados en España, por lo que no es necesario adaptador.

<https://www.enchufesdelmundo.com/bulgaria> Información sobre enchufes

Telefonía móvil:

Al tratarse de un país de la Unión Europea, no hay recargos por el uso del teléfono móvil. Las llamadas, mensajes y datos se tarifican como en el país de origen, según la tarifa contratada. Tampoco hay coste adicional por recibir llamadas en roaming.

[Más información](#)

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