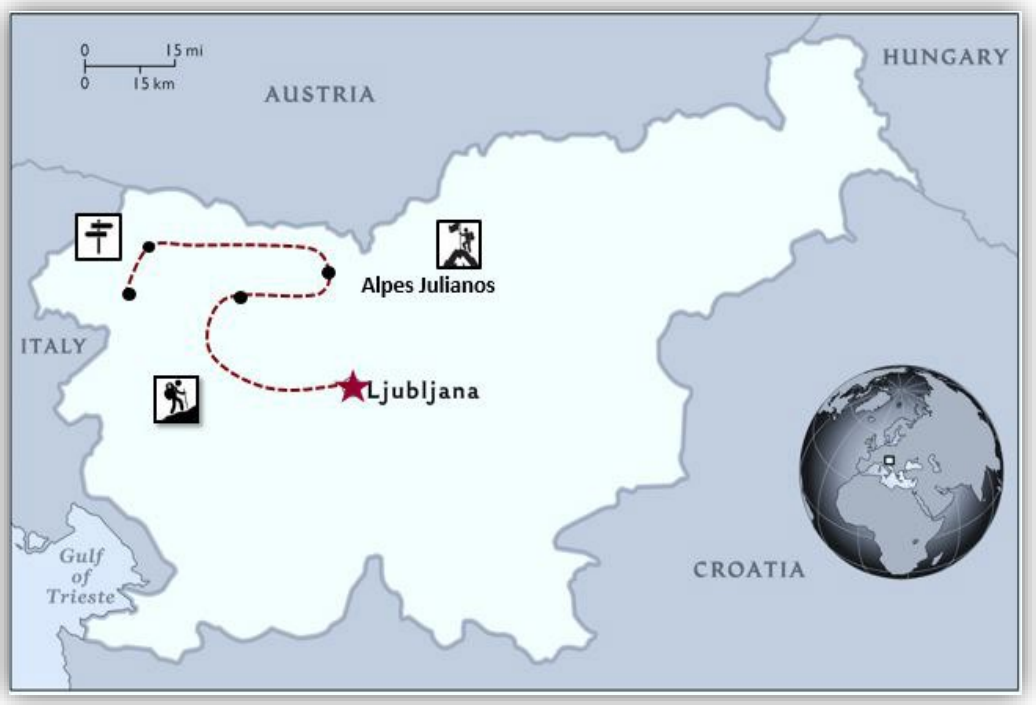
ESLOVENIA

Trekking en los Alpes Julianos

En esta ruta nos dirigimos al lago Bled, antes de comenzar un trekking por los mejores senderos y rincones del Parque Nacional de Triglav, que nos lleva al corazón de los Alpes Julianos. Visitamos los entrañables pastos alpinos y bordearemos a pie el pico más alto de Eslovenia, el Monte Triglav. Visitaremos el hermoso valle de los 7 lagos, los idílicos lagos de Bled y Bohinj, la animada ciudad de Liubliana e impresionantes cascadas, para acabar nuestro viaje entre los viñedos eslovenos. Durante toda la ruta disfrutamos de la variada gastronomía y de productos locales.



c/Rodriguez San Pedro 2,piso 9,oficina 909 · 28015 Madrid · Spain +34 915 228 681
www.trekkingyaventura.com info@trekkingyaventura.com
cic ma 1038

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Llegada a Ljubiana	../../..	Hotel
2	Bled y Pokljuka. Comienzo del trekking en los Alpes Julianos	D/P/C	Albergue de Montaña
3	Trekking Alpes Julianos (Valle de los siete lagos de Triglav)	D/../C	Albergue de Montaña
4	Trekking Alpes Julianos y Bohinj/Bled	D/A/..	Hotel turista
5	Bled/Cascada de Pericnik/Vrsic/Bovec	D/A/..	Hotel turista
6	Monte Magart y Valle y Rio Soca	D/A/..	Hotel turista
7	Pueblo de Kobarid/ Ljubliana	D/A/C	Hotel turista
8	Ljubliana Traslado al Aeropuerto	D/../..	----------

ALIMENTACIÓN Desayuno: D Almuerzo: A Cena: C

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- LLEGADA A LJUBIANA
Llegada a Ljubiana y encuentro por la tarde con el guía y el resto del grupo que nos dará unas breves explicaciones de la ruta. Resto del tiempo libre para recorrer la ciudad y alojamiento en hotel.

LIUBLIANA
Capital de Albania y conocida como la "Nueva Praga", por el parecido que guarda con ella, aunque también nos traerá recuerdos de Viena, Riga ó Ámsterdam, esta pequeña ciudad pintoresca y cómoda para recorrerla a pie y perderse por sus calles adoquinadas.

DÍA 2.- BLED Y POKLJUKA. COMIENZO DEL TREKKING EN LOS ALPES JULIANOS
Por la mañana nos trasladamos a la zona del Lago Bohinj donde empezamos con nuestro treking por el Parque Nacional de Triglav. Pasaremos por los entrañables pastos alpinos hasta llegar a un refugio de montaña por debajo de Monte Triglav, la montaña más alta de Eslovenia. Para los viajeros que quieran seguir caminando, habrá la opción de continuar y subir a un pico con increíbles vistas de los Alpes Julianos (1 hora extra).
Caminata: 10 km / desnivel positivo 900 m, negativo 250 m / aprox. 6 horas

DÍA 3.- TREKKING ALPES JULIANOS (VALLE DE LOS SIETE LAGOS DE TRIGLAV)
Hoy es el día más duro. El camino nos llevará al corazón de los Alpes Julianos pasando por un impresionante paisaje alpino de vistas espectaculares. Otra vez habrá la opción de subir a un fantástico pico (1 hora y 250 metros de desnivel extra). Descenderemos por el valle de los 7 lagos de Triglav, aprenderemos del proceso geológico de este increíble paisaje y quizás hasta encontremos algunos fósiles en las rocas. Hacemos noche en un refugio muy cómodo al lado de uno de los lagos.
Caminata: 14 km / desnivel positivo 700 m, negativo 750 m / aprox. 7 horas

DÍA 4.- TREKKING ALPES JULIANOS Y BOHINJ Y BLED
Poco a poco dejaremos los picos más altos atrás para entrar en la zona de los pastos alpinos y llegar finalmente al hermoso lago de Bohinj para muchos el lago más bonito de Eslovenia. Su agua limpia y su paisaje rodeado de montañas nos invitará a un baño inolvidable. Almuerzo en la zona y traslado al mágico lago de Bled donde nos alojaremos y donde el grupo y tendrá tiempo para visitarlo, subir a un impresionante mirador o simplemente descansar en la orilla del lago y bañarse.
Alojamiento en el Hotel Astoria en el lago de Bled.
Caminata: 10 km / desnivel positivo 200 m, negativo 800 m / aprox. 4 horas de caminata.

DÍA 5.- BLED/CASCADA DE PERICNIK/VRSIC/BOVEC
Hoy nos trasladaremos hacia el extremo noroeste del país para acercarnos a la cara norte del Triglav en el valle de Vrata y caminar bajo la espectacular cascada de Pericnik. Continuaremos en coche por la impresionante carretera hacia el paso de montaña de Vrsic en el centro de los Alpes Julianos. Desde ahí, empezaremos una nueva caminata que nos llevará a alguno de los miradores solitarios, pegados a las grandes paredes que nos rodean. Después de un rico almuerzo en una cabaña típica, descenderemos hacia el valle de Soca hasta llegar a Bovec, la meca del turismo activo de Eslovenia. De camino haremos alguna parada para disfrutar del precioso río Soca y quizás hasta probar sus frías aguas.
Caminata: 10 km / elevation +650 m, -650 m / aprox. 4-5 hours (en 3 caminatas diferentes)

DÍA 6.- MONTE MAGART Y VALLE Y RIO SOCA
Comenzaremos el día con una temprana salida hacia a la montaña para comenzar nuestro ascenso al Monte Mangart. El camino empieza con una caminata seguida del ascenso. Durante el ascenso, la montaña cuenta con cables de acero como apoyo. Disfrutaremos de un escenario y vistas espectaculares de los Alpes y de toda la región, en la misma frontera con Italia. Después de un delicioso almuerzo, para tiempo libre para relajarnos como más nos apetezca. Los que lo deseen podrán apuntarse a alguna actividad de adrenalina como rafting en el río Soca, piragüismo, barranquismo, zipline o parapente entre otros, si las condiciones lo permiten.
Caminata: 8 km / desnivel positivo 650 m, negativo 650 m / aprox. 5 horas

RIO SOCA
Este rio nace en el parque nacional de Triglav, es conocido por el color intenso de sus aguas, un verde esmeralda que, en días muy luminosos, hasta podría dañar los ojos, se origina en las cimas nevadas de los Alpes Julianos, que a través de grandes y profundos valles crea unos desfiladeros por donde fluye su gran torrente de agua. BOVEC Situada en el centro del valle del río Soca, formó parte de la ruta comercial entre Trieste y Viena y actualmente es el centro de actividades como el remo, la pesca y el alpinismo, rodeada de muchos senderos y bellos pequeños pueblos muy interesantes como Srpenica, Zaga…..

DÍA 7.- PUEBLO DE KOBARID Y VIÑEDOS DE GORISKA BRDA/ LJUBLIANA
Comenzaremos el día haciendo una bonita caminata en la zona, que nos descubrirá los puntos más hermosos del río Soca, pasando por puentes de madera, y pegarnos un chapuzón en alguna de sus mágicas piscinas turquesas. Nos moveremos hacia el sur para visitar el histórico pueblo de Kobarid, conocido por las crueles batallas producidas en sus alrededores durante la Primera Guerra Mundial donde aprenderemos mejor de su historia y anécdotas. Continuaremos descendiendo el hermoso valle de Soca hasta la región de vinos de Vipava para acabar este fabuloso día en una bodega de vinos donde degustaremos una deliciosa cena de despedida, por su puesto acompañada de uno de los mejores vinos locales de la zona. Regreso a Ljubljana y noche en el hotel de Ljubljana.
Caminata: 6 km / desnivel positivo 200 m, negativo 200 m / aprox. 3 horas.

GORISKA BRDA
Esta micro región de viñedos es la más importante de Eslovenia, su agradable clima mediterráneo favorece la cantidad y calidad de viñedos dedicados a la producción de vinos blancos principalmente como el friulano, el Chardonnay, Pinos bianco y el Sauvignon blanco…Además recorrer la zona en bicicleta visitando las diferentes poblaciones pequeñas con sus iglesias del estilo barroco es una manera de disfrutar de esta relajante región.

DÍA 8.- LJUBLIANA /TRASLADO AL AEROPUERTO
Desayuno y fin de los servicios.

FECHAS DE SALIDA 2024

JULIO: 6 Y 27
AGOSTO: 10

GRUPO MINIMO 1 PERSONA

PRECIOS POR PERSONA

PRECIO GRUPO DE 1 A 16 PERSONAS:	**1.590,00 €**
SUPL. HAB. INDIVIDUAL	**270,00 €**
SEGURO DE VIAJE + CANCELACIÓN VIP PLUS 2000 EXPERIENCES 9 DÍAS	**85,00 €**

SERVICIOS INCLUIDOS

Traslados especificados en el itinerario.
Conductor/guía de montaña de habla española e inglesa durante todo el itinerario.
Todos los traslados según el itinerario. El grupo siempre tiene a su disposición una furgoneta con 8+1
7 noches en los alojamientos especificados en el itinerario, habitaciones dobles (excepto en las noches en los refugios de montaña, en habitaciones compartidas de 4, 6 o 10 personas)
Todas las comidas especificadas en el cuadro
Bebida de bienvenida en Liubliana.

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Vuelos internacionales ni nacionales
Traslados Aeropuerto/hotel/Aeropuerto
Alimentación no especificada en el cuadro
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono…etc.
Propinas
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido
seguro de viaje + cancelación vip plus 2000 experiences 9 días

DOCUMENTACION

Pasaporte o DNI en vigor, con una validez mínima de 6 meses.
* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES

SANIDAD

IMPRESCINDIBLE 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

ALOJAMIENTO

Hoteles locales de categoría 3* durante 5 noches y 2 noches en albergues de montaña, en habitaciones compartidas de 4, 6 o 10 personas. En los albergues no es posible tener habitación individual. Los albergues ofrecen comida y bebida y están provistos de camas con mantas, y en algunos casos, sábanas de un solo uso, por lo que se recomienda llevar "saco sábana".
Al tramitar la reserva, se puede solicitar habitación 'a compartir', para evitar el suplemento individual. Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito.

ALIMENTACION

En la ruta degustaremos comida típica eslovena de muy buena calidad y variedad, disfrutando de la comida típica de los Alpes y de la región de viñedos. En los albergues de montaña, la oferta de comida es más simple y limitada.

DIVISAS

La unidad monetaria es el euro.

PROPINAS

No son obligatorias, aunque con la llegada del turismo, cada vez son más frecuentes.
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…)

CLIMA

En Eslovenia el tiempo en las cuatro estaciones del año es variado. En las montañas predomina el clima alpino, los sectores de la costa se caracterizan por el clima submediterráneo y la zona de llanura del noreste del país por el clima continental. La temperatura promedio del mes de julio es de más de 20° C y la temperatura promedio del mes de enero aproximadamente de 0° C.

NOTA INFORMATIVA

Los días 2 y 3 no se pueden trasladar el equipaje hasta los albergues, por lo que recomendamos para estos días de trekking ir equipados con una mochila ligera cargando solo con lo imprescindible para los días de caminata. El resto del equipaje que no necesiten se trasladará desde el hotel de Liubliana hasta el hotel de Bohinj (incluido en el precio).

El grupo tiene las furgonetas siempre a su disposición según el itinerario (una furgoneta para cada 8 clientes). En caso de mal tiempo, si no se puede realizar el treking de 3 días, nos moveremos en furgoneta a otro lugar y realizaremos otras caminatas menos condicionadas por el tiempo. Para mantener el mismo precio del tour nos quedaremos las dos noches en refugios de montaña a los que se puedan acceder en coche.

OTROS GASTOS

La llegada a Liubliana se puede hacer desde Venecia, Zagreb o Trieste. El traslado desde estos aeropuertos a la ciudad NO está incluido en el precio.
Traslado de llegada:
Aeropuerto de Venecia – Ljubliana: 56 € por persona
Aeropuerto de Zagreb – Ljubliana: 56 € por persona
Aeropuerto de Trieste – Ljubliana: 45 € por persona
Aeropuerto de Liublina- Ljubliana: 20 € por persona

Traslado de salida:
Ljubliana – Aeropuerto de Venecia: 56 € por persona**
Ljubliana – Aeropuerto de Zagreb: 56 € por persona
Ljubliana – Aeropuerto de Trieste: 45 € por persona
Ljubliana – Aeropuerto de Ljubliana: 20 € por persona

Este traslado se realiza en minivan en servicios compartidos (junto con otros clientes independientes a este viaje). El tiempo máximo de espera en el aeropuerto es de 1 hora.
*Una hora de espera en el aeropuerto, no vale para el traslado de Venecia. El traslado se hará dependiendo de la hora de traslados de los otros pasajeros del tour a Venecia. Por lo tanto, puede ocurrir, que el cliente pase más horas de espera en el aeropuerto de Venecia o bien en la ciudad de Venecia, de acuerdo a los deseos del cliente.

EQUIPO RECOMENDADO

Bolsa de viaje/mochila mediana 35-40 L aprox/botas o zapatillas de trekking /calcetines/pantalón de montaña corto y largo/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 y/o capa de lluvia, chubasquero.
Zapatillas de deporte/ropa cómoda de viaje/ sudadera/ bañador y toalla de baño/ Saco sabana.
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, nolotil...) /antiácido/anti-inflamatorio /antidiarreico /antihistamínico /laxante /pomada antibiótica /desinfectante / algodón /tiritas / venda /esparadrapo /repelente de mosquitos.

SEGURO

Se puede contratar un seguro de viaje + cancelación vip plus 2000 experiences 9 días por un **importe de 85 € por persona**

www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf

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