

TEMPORADA 2021

ISLANDIA

Trekking del Landmannalaugar

La increíble ruta de Laugavegur es el mejor trekking de Islandia y posiblemente una de las mejores rutas a pie del mundo. La belleza de sus paisajes sintetizan todos los contrastes de Islandia. En este camino podremos contemplar los glaciares, volcanes, fumarolas, los tonos ocres de la tierra quemada, sus increíbles aguas termales naturales, las praderas verdes conviviendo con la lava omnipresente resaltando entre los hielos perpetuos y los colores de los variados minerales. Apreciaremos la cima del volcán Eyjafjalajökull y a nuestra derecha el glaciar Mýrdallsjökull; si el día es despejado se observan espectaculares vistas de casi todo el país.

Ofrecemos un viaje a pie entre valles frondosos, zonas desérticas y llanas, gargantas aparentemente inaccesibles, ríos caudalosos que parecen bloquear el camino y montañas de lava, todo junto en un caos ordenado que hace de Islandia el último rincón salvaje de Europa. Finalizando en el paraje natural de Landmannalaugar donde para recuperarse del esfuerzo físico de la travesía, nada mejor que terminar en unos relajantes baños de aguas termales naturales.





ITINERARIO

| Día | Itinerario | Comidas | Alojamiento |
|-----|------------------------------------|-----------|-------------|
| 1 | Vuelo Ciudad de origen / Keflavík | - | Albergue |
| 2 | Landmannaulagar - Alftavatn | D / P / C | Refugio |
| 3 | Alftavatn - Emstrur | D / P / C | Refugio |
| 4 | Emstrur - Thorsmork | D / P / C | Refugio |
| 5 | Thorsmork- Fimmvorduhals | D / P / C | Refugio |
| 6 | Fimmvorduhals - Skogar - Reykjavík | D / P | Albergue |
| 7 | Erupción de Fagradalsfjall | D / P | Albergue |
| 8 | Vuelo Keflavík / Ciudad de origen | D | - |

Comidas | D: Desayuno | P: Picnic | C: Cena

SALIDAS 2021

| | |
|--|---|
| <p>Julio Del 3 al 10 julio Del 10 al 17 julio Del 17 al 24 julio Del 24 al 31 julio Del 31 julio al 7 agosto</p> | <p>Agosto Del 7 al 14 agosto Del 14 al 21 agosto Del 21 al 28 agosto Del 28 agosto al 4 septiembre</p> <p>Septiembre Del 4 al 11 septiembre Del 11 al 18 septiembre</p> |
|--|---|

Grupo mínimo para garantizar la salida: 6 personas — **Grupo máximo:** 10 personas



DETALLES DE LA RUTA

Día 01 | Vuelo Ciudad de origen / Keflavík

Salida en el vuelo desde Barcelona o Madrid con destino Keflavík.

A la llegada, traslado o flybus (bus de línea) desde el aeropuerto internacional hasta el alojamiento. Los vuelos directos desde España son nocturnos, llegando de madrugada. Noche en albergue o apartamento en las cercanías de Keflavík.

Día 02 | Landmannalaugar - Alftavatn

Partida en furgoneta o autobús por la mañana a Landmannalaugar. Para empezar con buen pie nos sumergiremos en el famoso **río termal de Landmannalaugar** con un baño inolvidable en sus cálidas aguas, al pie de la colada de lava que lo custodia, por la cual caminaremos en breve.

A continuación damos comienzo a la marcha a pie, rodeados de infinidad de restos de **obsidiana**, claro ejemplo de la constante actividad volcánica de esta isla. En el camino pasaremos por campos de **fumarolas**, nieves perpetuas y colinas de **riolita**. Continuamos nuestra marcha y nos dirigimos hacia el increíble paisaje de Alftavatn. Caminaremos entre montañas nevadas y arroyos provocados por el deshielo de los numerosos **neveros** que nos saldrán al paso. Nos asomamos a un idílico balcón, desde el que se ven las verdes praderas y montañas de los alrededores del lago Alftavatn. Para terminar nuestro camino de hoy deberemos cruzar un sencillo torrente, ideal para dar un merecido descanso y así relajar nuestros músculos. Noche en refugio.

❖ **Recorrido:** 12 km / 4 a 5 horas / Desnivel +150 m, -490 m



Día 03 | Alftavatn - Emstrur

Partimos del idílico Alftavatn para adentrarnos en un inhóspito desierto de **arena negra**, por el que discurrirá nuestro caminar a lo largo de toda esta jornada.

Dejaremos a la izquierda el impresionante **glaciar Entujökull**, mientras que a la derecha nos flanquean el paso montañas tales como Hatafell desde donde quizá nos observen elfos, *hidden people* y demás personajes de la rica y presumiblemente no tan irreal mitología islandesa. Visitaremos el impresionante **cañón** que hay cerca del refugio.

❖ **Recorrido:** 15 km / 6 a 7 horas / Desnivel -40 m



Día 04 | Emstrur - Thorsmök

Comenzamos la jornada discurriendo entre las colinas de aspecto mágico del paraje de Emstrur para en breves instantes cruzar por un estrecho puente entre las dos paredes que forman el **desfiladero** del río **Fremri-Emstruá**, deshielo del glaciar **Entujökull**; siendo éste, el único punto posible para cruzarlo en kilómetros a la redonda. Poco a poco el paisaje desértico va dejando paso al verdor del **valle de Thorsmök** (que se traduce como "el bosque de Thor"), sin duda uno de los lugares más bellos de Islandia, donde podremos admirar las **lenguas glaciares** descendiendo hasta el valle, así como el agua del deshielo uniéndose a la corriente del río Markaflljót. Avanzaremos por un sendero que en ocasiones se pierde hasta llegar al valle. Noche en refugio.

❖ **Recorrido:** 14 km / 6 a 7 horas / Desnivel +150 m, -300 m

Día 05 | Thorsmök - Fimmvörðuháls

En esta jornada partiremos del majestuoso valle de Thor para encaminarnos hacia el que posiblemente sea el refugio más inaccesible de todo el trekking, el de Fimmvörðuháls. Discurriremos por impresionantes **colinas verdes** y estrechos senderos, camino del collado que da nombre al refugio al que nos dirigimos. En dicho collado, donde se enfrentan los **glaciares Mýrdallsjökull** y **Eyjafjallajökull**, divisaremos por primera vez el gran **océano Atlántico**, meta de nuestro viaje. Noche en refugio.

❖ **Recorrido:** 10 km / 6 a 7 horas / Desnivel +1000 m



Día 06 | Fimmvörðuháls - Skógar

Como colofón del itinerario caminaremos la mayor parte de la jornada por terreno descendente admirando las **24 cascadas** que nos brinda el río Skógar, desde las más suaves y tranquilas hasta las más potentes y caudalosas, terminando en la afamada **Skógafoss**, impresionante catarata con una caída de 62 metros.

Tras ello nos dirigimos a **Reykjavík**, donde tendremos tiempo para disfrutar y visitar libremente la capital islandesa. La calle **Laugavegur**, con sus tiendas de outdoor y jerséis de lana islandesa, cafés y cervecerías, reúne prácticamente toda la actividad comercial y de ocio de Reykjavík. También, en el puerto, podremos degustar los pescados fresquísimos y visitar el edificio **Harpa**, centro de conciertos y conferencias formado por un entramado de hexágonos de cristal. Igualmente merece la pena un paseo por la zona alta de la ciudad, donde nos perderemos entre encantadoras casas de madera con pequeños jardines. Cerca está la **Hallgrímskirkja**, frecuentemente definida como la "Catedral de Reykjavík" debido a su tamaño, aunque en realidad no lo es. Noche en albergue.

❖ **Recorrido:** 14 km / 6 a 7 horas / Desnivel -1000 m



Día 07 | Erupción del Fagradalsfjall

El pasado mes de marzo tuvo lugar en las cercanías de Reykjavik una erupción volcánica. En la zona de Fagradalsfjall, en la península de Reykjanes, se abrió la tierra y de ella emergieron pequeños volcanes que comenzaron a soltar lava de una manera lenta pero constante. En esta penúltima jornada de nuestro viaje y como gran final nos acercaremos a la zona para poder admirar tan increíble espectáculo. Sin lugar a dudas uno de los más increíbles que la naturaleza puede ofrecernos.

Nota. Si la erupción hubiera cesado en la fecha del viaje procederíamos a recorrer y visitar una de las zonas más emblemáticas de Islandia, el conocido como Círculo de Oro.

Día 08 | Vuelo Keflavík / Ciudad de origen

Los viajeros con vuelos directos podrán disfrutar de la mañana en la capital islandesa. Traslado o flybus hasta el aeropuerto internacional y embarque en el vuelo de regreso.

PRECIOS

PRECIOS POR PERSONA

| | |
|---------------------------|--------------------|
| → Precio Base por persona | 2.195 € |
| → Tasas Aéreas (Aprox.) | 180 - 260 € |

Notas salidas y precios

Estos precios han sido calculados en base a los tipos de cambio de divisa, al precio de transporte derivado coste combustible o de otras fuentes de energía y al nivel de impuestos y tasas sobre los servicios de viaje incluidos en este viaje vigentes en fecha 12/07/2021.

Método de Pago

Depósito del 40% del total del viaje en el momento de la inscripción.
El resto 15 días antes del inicio del viaje.

INCLUYE

- Vuelos Barcelona o Madrid / Keflavík (ida y vuelta), en clase turista.
- Equipaje facturado (20 kg por adulto).
- Traslados de aeropuerto o Flybus en los días de ruta según programa.
- Todos los traslados durante los días de ruta en vehículo exclusivo para el grupo.
- 03 noches de alojamiento en albergue en Keflavík / Reykjavík.
- 04 noches de alojamiento en refugios durante los días de trekking.
- Alimentación especificada en el apartado de 'ITINERARIO'.
- Avituallamiento en los refugios.
- Todas las etapas de trekking mencionadas, incluida Fimmvorduháls - Skógar.



- Acompañamiento y asistencia de un guía de montaña de habla hispana.

NO INCLUYE

- Tasas aéreas y gastos de gestión de billetes aéreos.
- Comidas en los días de vuelo y cenas en Keflavík / Reykjavík.
- Traslados al aeropuerto fuera de las fechas de ruta especificadas.
- Gastos derivados de la climatología adversa o del retraso de vuelos.
- Seguros opcionales de cancelación y/o de asistencia en viaje ampliado. Consultar.
- Cualquier otro concepto no indicado como incluido.

PUNTOS DESTACADOS DEL VIAJE

- Un increíble **trekking** que llega hasta la zona de **Fimmvörðuháls** junto al **volcán Eyjafjallajökull** conocido por su erupción en el 2010.
- Realizar el que es sin duda uno de los **mejores trekking del mundo**, en el último paraje salvaje de Europa y donde se dan todos los más marcados contrastes de "la isla de hielo y fuego": **glaciares, montañas verdes, paisajes volcánicos, fumarolas, aguas termales, cascadas...**
- Visitar los **lugares más inaccesibles** de la isla viviendo una experiencia de viaje en **grupo en total autonomía**.
- Descubrir la **actividad geotermal** que ofrece la isla, el **contraste de colores**, las **fumarolas** y el paisaje del **deshielo de los glaciares**.
- Adentrarse en las **Tierras Altas islandesas**, acompañados por un **guía de montaña de Tierras Polares**.

MÍNIMO PARTICIPANTES VIAJE

La realización del presente viaje requiere la participación de un mínimo de 6 personas. De no llegarse a este mínimo, la agencia tiene derecho a anular el viaje hasta 20 días antes del inicio del viaje. En el caso de que la agencia anule el viaje por no alcanzarse el número mínimo de viajeros, la agencia reembolsará todos los importes previamente abonados en concepto del viaje.



VIAJAR EN TIEMPOS DE COVID

En estos momentos, se puede viajar a Islandia con certificado oficial de vacunación (redactado en inglés), siempre que se haya completado la pauta vacunal con ambas dosis (si la vacuna administrada así lo requiere). La última dosis debe haber sido administrada como mínimo 14 días antes de la llegada (en ningún caso con menor antelación).

Para el regreso a España:

Es obligatorio rellenar el Formulario de Control Sanitario (FCS), al que se puede acceder en el enlace <https://www.spth.gob.es/> o mediante la aplicación para teléfono móvil "SpTH".

El formulario podrá comenzar a rellenarse en cualquier momento previo al viaje, salvo los apartados correspondientes a preguntas sanitarias, que estarán disponibles cuando queden 2 días para la llegada a España. Una vez realizada la declaración, recibirás un código QR que es imprescindible para poder llegar a España.

Además, salvo en el caso de menores de 12 años, se deberá presentar obligatoriamente un certificado de vacunación, o bien un certificado diagnóstico negativo en COVID-19, o bien un certificado de recuperación del COVID-19. A continuación detallamos las características de estos certificados:

- ❖ En el caso de certificado de vacunación se aceptarán como válidos aquellos emitidos por las autoridades competentes siempre que se aporte a partir de los 14 días posteriores a la fecha de administración de la última dosis de la pauta vacunal completa.
- ❖ En el caso de certificados de prueba diagnóstica de infección activa de COVID-19 se deberán aportar con resultado negativo expedidos en las 48 horas anteriores a la llegada a España. Las pruebas diagnósticas de infección para SARS-CoV-2 admitidas para poder regresar a España serán las siguientes:
 - Las pruebas de amplificación de ácido nucleico molecular (NAAT), utilizadas para detectar la presencia del ácido ribonucleico (ARN) del SARS-CoV-2.
 - Los test de detección de antígeno incluidos en la lista común de test rápidos de detección de antígeno para COVID-19, publicada por la Comisión Europea en base la Recomendación del Consejo 2021/C 24/01: <https://covid-19-diagnostics.jrc.ec.europa.eu/devices>. El certificado de prueba diagnóstica deberá incluir, al menos, la siguiente información: Nombre y apellido del titular, fecha de la toma de la muestra, tipo de test realizado y país emisor.
- ❖ En el caso de certificados de recuperación del COVID-19, se aceptarán como válidos aquéllos expedidos por la autoridad competente o por un servicio médico como mínimo 11 días después de la realización de la primera prueba diagnóstica NAAT con resultado positivo. La validez del certificado finalizará a los 180 días a partir de la fecha de la toma de la muestra. El certificado de recuperación deberá incluir, al menos, la siguiente información: Nombre y apellido del titular, fecha de la toma de la muestra, primer test diagnóstico positivo para SARS-CoV-2 y país emisor.



Cualquiera de los documentos presentados, debe estar redactado obligatoriamente en español, inglés, francés o alemán.

MOVILIDAD REDUCIDA

Según lo establecido en el Reglamento CE 1107/2006, se entiende como persona de movilidad reducida, toda persona cuya movilidad para participar en el viaje se halle reducida por motivos de discapacidad física (sensorial o locomotriz, permanente o temporal), discapacidad o deficiencia intelectual, o cualquier otra causa de discapacidad, o por la edad, y cuya situación requiera una atención adecuada y la adaptación a sus necesidades particulares del servicio puesto a disposición de los demás participantes en el viaje.

Las personas con movilidad reducida que deseen recibir información precisa sobre la idoneidad del viaje de acuerdo con sus necesidades especiales, a fin de valorar la posibilidad y viabilidad de contratar el viaje de acuerdo con las características del mismo, deberán poner en conocimiento de nuestra agencia de viajes tal situación para que se les pueda facilitar información precisa al respecto.

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Condición física

No se requieren condiciones físicas especiales para llevar a cabo este el viaje, basta con contar con una forma física normal y tener ganas de realizar una ruta en un entorno natural.

Tipo de viaje y nivel

Viaje de expedición. Nivel medio

El trekking tiene un nivel medio, pudiendo ser algo más exigente con condiciones desfavorables de viento, lluvia, etc. Las rutas se realizarán por senderos que varían desde buena traza a prácticamente desaparecer. En las etapas de los días 6 y 7 avanzaremos por algunos tramos de terreno nevado.

Con anterioridad al inicio de la ruta, dejamos preparados depósitos de comida en todos los refugios que encontraremos en el recorrido. Gracias a este sistema, no hay que transportar toda la comida del viaje en la mochila y el nivel se suaviza mucho. Conviene estar acostumbrado a caminar porteando la mochila a la espalda.

Las actividades

Las etapas programadas están pensadas para un nivel de iniciación, a excepción de los días 6 y 7 que son de nivel medio.



Durante la ruta podremos realizar de un modo sencillo diversas actividades que representan el espíritu de la isla como: hacer multitud de trekking en diversos terrenos, cruzar ríos, atravesar campos de lava, bañarse en aguas termales naturales, caminar por campos de cenizas...

Las jornadas oscilan entre las 5 y las 9 horas de marcha diaria a un ritmo suave, con paradas frecuentes. El guía adaptará el ritmo en función del grupo y de las condiciones climatológicas. Si bien el tiempo suele ser bueno, la climatología es inestable y conviene estar preparados para la lluvia o el viento. Todos los días después de la ruta, si la climatología lo permite, el guía realizará un paseo opcional por las cercanías del refugio.

Durante todas las noches de la travesía nos alojaremos en los distintos refugios que hay en el camino, por ello no llevaremos tiendas con nosotros. En cada refugio nos espera un depósito con provisiones para el día, de modo que no tengamos que transportar las provisiones de la semana a la espalda.

De esta manera, los trekking se realizarán porteando tan sólo el material personal y el picnic del día en la mochila. El peso de la mochila para los trekking suele oscilar entre los 8 y los 10 kilos, incluyendo el saco de dormir.

Si bien depende completamente de lo que cada viajero decida llevar consigo, a fin de realizar más cómodamente el viaje, es importante reducir el equipaje a lo necesario, evitando llevar cosas inútiles. No conviene llevar libros voluminosos. El peso no debe exceder en ningún caso de los 12 kilos y, si se optimiza el equipo, puede bajar hasta los 8 kilos.

Clima, temperatura y horas de luz

Las temperaturas en verano son bastantes agradables. Si bien el tiempo suele ser bueno, por la experiencia sabemos que es impredecible y puede ser muy cambiante, por lo que es conveniente estar preparados para la lluvia o el viento en un ambiente fresco, con temperaturas que oscilan aproximadamente entre los 8°C y hasta los 15°C en días soleados.

Junio 20-22 horas de luz.

Julio 22-18 horas de luz.

Agosto 17-14 horas de luz.

Septiembre 14-11 horas de luz.

Tamaño del grupo

Los grupos son de 6 a 10 personas, acompañadas por un guía de Tierras Polares de habla hispana. Este tamaño reducido propicia un trato estrecho y casi familiar entre sus miembros, creándose un excelente ambiente.

Edad mínima recomendada

La edad mínima recomendada es de 15 años. Todos los menores de 18 deberán estar acompañados por sus padres o tutores legales.

La alimentación

Todas las comidas, excepto los días que se indique lo contrario, están incluidas.

Tierras Polares hace un avituallamiento en los refugios para todas las salidas con lo cual no hace falta cargar con comidas durante el trekking, solo el picnic del día.



No obstante para personas que necesiten una determinada dieta o vegetarianos recomendamos llevar algún producto en concreto que creáis necesario para el trekking ya que toda la comida ha sido transportada de antemano a los refugios.

Durante los días de excursión llevaremos una dieta usual y por la noche se cocinara en los refugios con comidas planteadas por el guía y que preparara en colaboración con los viajeros.

Desayunos: café, té, infusiones, cacao, leche en polvo, galletas, pan, mermelada, muesli, cereales, mantequilla, gachas...

Comida (tipo picnic): embutidos variados, conservas, chocolate, frutos secos, galletas, barras energéticas, panes variados...

Cena: guisos elaborados en los refugios con productos locales como carne o pescado, arroces o pasta, ensaladas, fruta, postres...

Las tareas comunes

Esta aventura tiene un espíritu de colaboración, camaradería y trabajo en equipo, en el que valoramos sobre todo el buen humor, el buen ambiente y la tolerancia hacia los compañeros. Algunas tareas se realizarán por igual entre todos los participantes, incluido el guía.

Los alojamientos

En todos los refugios y albergues es necesario usar el saco de dormir, con una temperatura de confort de 5º a 10º C.

Los días de ruta dormiremos en refugios de montaña que cuentan con cocina totalmente equipada, así como aseos con agua corriente excepto el día 2 y el día 6. Encontraremos duchas individuales de agua caliente en tres de ellos, día 3, día 4 y día 5. Dormiremos en literas dobles, dependiendo del espacio disponible podremos hacer uso individual de las mismas. Las habitaciones son comunes y mixtas, pudiendo alojar desde 4 a 32 personas por habitación.

El terreno, los caminos

Casi todos los trayectos a pie se realizarán por caminos, si bien el terreno es variado: rocas sueltas, piedra y arena volcánica, tundra, ríos y torrenteras. Los desniveles son moderados, ascendiendo hasta un máximo de 1000 metros en un solo día. Es necesario prestar atención a los cruces de ríos y atender las indicaciones del guía, ya que hay lugares que pueden ser complicados y otros de paso fácil y seguro.

El guía

La misión del guía es mostrar el camino al grupo a través de la ruta, guiar en los trekking y las actividades, coordinar las tareas comunes como la preparación de la comida, conducir y velar por la seguridad de sus participantes, solucionar los posibles problemas que se puedan originar, pudiendo cambiar la ruta si lo estima necesario.

El guía conocedor de la zona será de habla española, él nos mostrará el país y coordinará la intendencia y la cocina con la colaboración de todos.



INFORMACIÓN ÚTIL PARA EL VIAJERO

Desfase horario

Dos horas menos en Islandia que en España peninsular.

Idioma

El islandés. Una lengua germánica, que se ha mantenido muy próxima a la lengua hablada por los antiguos vikingos. La gran mayoría de la gente habla inglés, salvo en granjas y zonas rurales.

Moneda

Corona islandesa (ISK).

1 EUR = 150 ISK (dato de marzo 2021)

Efectivo calculado necesario para el viaje

No es necesario llevar una gran cantidad de dinero en coronas ya que casi todos los gastos están incluidos en el precio del viaje y es posible pagar con tarjeta en prácticamente cualquier establecimiento.

No obstante, recomendamos llevar una pequeña cantidad de dinero en coronas, que se pueden conseguir en el aeropuerto en Reykjavík, y algo también en euros, por si fuera necesario.

Tarjetas bancarias

Es posible pagar con tarjeta en prácticamente cualquier establecimiento.

Tarjeta Sanitaria Europea

Antes de partir es recomendable obtener la Tarjeta Sanitaria Europea, que podéis solicitar en vuestro centro médico de la Seguridad Social. Esta tarjeta certifica el derecho de su titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea y también en algunos del Espacio Económico Europeo como Islandia.

Telefonía

Existen acuerdos de roaming entre operadores islandeses y españoles.

Los teléfonos móviles tienen cobertura durante casi toda la ruta. La recarga de electricidad es limitada pero posible en algún refugio previo pago.

Electricidad

220V, 50 Hz (igual que en España)

Documentos necesarios

Pasaporte o DNI en vigor. Se recomienda llevar ambos.

No es necesario visado para ciudadanos miembros de la Comunidad Europea.

Vacunas

No es necesario ningún tipo de vacunación, ni especial prevención contra ninguna enfermedad.



Medicinas

Llevamos un botiquín pero recomendamos llevar artículos de uso personal como medicinas si se sigue algún tratamiento o se es propenso a alguna dolencia en particular y artículos para el cuidado de los pies, como vaselina, tiritas, apósitos para ampollas, etc.

Equipaje

Las compañías aéreas suelen autorizar 20 kg de equipaje facturado, a los que puedes sumar 5 kg en cabina. Es importante llevar un equipaje moderado, evitando llevar cosas innecesarias, para facilitar las cargas y descargas del vehículo.

Para el trekking es imprescindible una mochila de 45-50 litros. Las maletas no están permitidas.

Vuelos

Para esta ruta ofrecemos vuelos directos desde Madrid y Barcelona (sujetos a disponibilidad y operatividad de las compañías aéreas).

En los vuelos que hacen escalas en algún punto europeo, en los tramos no conexiados entre aerolíneas, se debe facturar el equipaje de nuevo. Los vuelos directos desde España están sujetos a disponibilidad por parte de las aerolíneas que operan en Islandia.

EQUIPO RECOMENDADO

Esta es una lista de material recomendado, añadir a ella lo que consideréis oportuno

Nota. Es muy importante que toda la ropa sea de secado rápido. Por lo tanto el algodón está absolutamente desaconsejado y optaremos por fibras sintéticas, que son las que más rápido se secan.

Cabeza

- Gorro de lana o forro polar (preferiblemente *Windstopper*)
- Bufanda tubular o "buff"
- Gafas de sol

Cuerpo

- Una camiseta térmica de manga larga
- Chaqueta de forro polar
- Anorak acolchado ligero con relleno de fibra (o plumas)
- Chaqueta impermeable y transpirable de montaña (*Goretex* o similar)
- Ropa interior y camisetas de fibra sintética
- Traje de baño (para las aguas termales)
- Pantalones de trekking, pantalones impermeables ligeros y mallas térmicas

Manos

- Guantes de forro polar *Windstopper* o de lana



Pies

- Calcetines finos
- Calcetines gruesos y altos de fibra sintética o de lana
- Botas de trekking fuertes, impermeables y transpirables
- Sandalias para cruzar ríos, ligeras y que sujeten bien el pie
- Calzado de repuesto o zapatillas para el refugio

Equipo de acampada

- Saco de dormir entre 5º y 10º C. Los de pluma son más ligeros y compresibles, si bien es necesario ser más meticuloso en su cuidado ya que si se mojan nos será muy difícil secarlos. Los de fibra abultan un poco más pero son menos delicados.
- Cantimplora
- Linterna frontal

Artículos de aseo

- Crema de protección solar y labial
- Tapones para los oídos
- Antifaz para dormir
- Toalla sintética (de secado rápido)
- Botiquín personal
- Varias bolsas de plástico fuerte para guardar el saco de dormir y la ropa dentro de la mochila

Equipo de progresión

- Mochila de día 45-50 litros con cubre mochilas
- Un par de bastones de trekking (opcional, deben facturarse)

Nota. Por el tipo de viaje se debe transportar el equipaje en mochilas, nunca en maletas.

SUGERENCIAS DE VIAJE

A la ida se recomienda llevar en cabina, además de la **documentación**, la **ropa imprescindible de trekking, repartida entre lo que llevemos puesto y lo que llevemos en el equipaje de mano** (en mochila de 45-50 litros algo comprimida): botas y pantalones de trekking, camiseta térmica, chaqueta tipo gore-Tex y pantalones impermeables, forro polar, gafas, gorro y guantes. En caso de extravío del equipaje, dispondrás al menos de todo lo necesario para poder comenzar el viaje.



SEGURO DE VIAJE

Tierras Polares, en su labor como organizador de viajes de aventura y expediciones, incluye en el precio un seguro de viaje multiaventura diseñado específicamente para el tipo de actividad que desempeña, garantizando a sus viajeros la total tranquilidad y seguridad durante la realización del viaje.

Es necesario advertir, no obstante, que Tierras Polares sólo ejerce de intermediario en la contratación del seguro. En caso de tener que realizar cualquier trámite posterior a la contratación de éste, dichas gestiones deberán ser llevadas a cabo directamente entre el viajero y la compañía aseguradora. Tierras Polares no está autorizada a realizar dichas gestiones dado el carácter intransferible de las pólizas contratadas. Invitamos a todos los viajeros a leer atentamente las condiciones y coberturas de la póliza.

SEGURO OPCIONAL (AMPLIACIÓN DE CANCELACIÓN)

Por otra parte, debido a que tanto las compañías aéreas como los proveedores de servicios tienen condiciones de anulación muy estrictas, Tierras Polares pone a disposición de sus viajeros una póliza especial de gastos de anulación. La formalización de este seguro deberá hacerse en el mismo momento de hacer la reserva del viaje. Consultad en caso de estar interesados.



VIATGES INDEPENDENTS & TIERRAS POLARES

Nuestros viajes a las regiones polares, operados en colaboración con Tierras Polares, están centrados en el sur de Groenlandia, Islandia, así como los países escandinavos (Noruega, Finlandia, Suecia...).

Ramón Larramendi y Tierras Polares, pioneros de la aventura en el Ártico y el Antártico

Ramón Larramendi, fundador y director de Tierras Polares, comenzó su andadura polar en 1985 con la expedición Transislandia85. Cuando en España prácticamente nadie soñaba con viajar a los Polos, Ramón emprendía su primera aventura sobre los hielos perpetuos, realizando una travesía con esquís y pulkas de 450 km a través de los tres glaciares más importantes de Islandia, que le convirtieron ya a sus 19 años en el primero en realizarla a nivel mundial. Todavía hoy es la expedición española más importante realizada en Islandia. Ese fue el comienzo de una frenética actividad de expediciones por todo el ártico que le llevarían de los 20 a los 23 años a ser el primer español en realizar el cruce de Groenlandia de este a oeste con esquís y la navegación en kayak de los 2.500 Km de costa noruega.

Tierras Polares fue creada por Larramendi tras completar la Expedición Circumpolar 1990-93, un viaje de exploración de 14000 Km en trineo de perros y kayak desde Groenlandia hasta Alaska durante tres años continuados de viaje. Esta expedición, realizada por él con tan solo 24 años, está considerada la expedición española más importante del siglo XX y fue merecedora de un extenso artículo en la edición mundial de National Geographic en 1995.

La idea de Ramón al crear Tierras Polares, era compartir la enorme riqueza de su experiencia creando un tipo de agencia y de viaje inexistente en la época.

Una agencia que hiciese accesible sus vivencias y las increíbles maravillas naturales que había disfrutado en el ártico y de ese modo, hacernos más conscientes de la necesidad de preservar ese tesoro todavía intacto con un tipo de viaje de descubrimiento inspirado en el espíritu de la exploración polar. Actualmente en España, un país de escasa tradición polar, las rutas de aventura que él ha creado, se han convertido en la oferta pionera a destinos polares de nuestro país.

Tierras Polares nace para hacer accesibles a todas las zonas más remotas del Ártico y el Antártico, con un tipo de viaje de descubrimiento inspirado en el espíritu de la exploración polar. Todas nuestras rutas son activas, nos gusta viajar de un modo natural, silencioso, simple y autónomo, a pie, en kayak, con esquís, perros, canoa, bici... por zonas poco o nada transitadas. Tenemos diferentes niveles y tipos de viaje con propuestas para todos: desde viajes de aventura con trekking suaves realizables por cualquier persona activa amante de la naturaleza hasta viajes de exploración mucho más exigentes.



Observaciones

En nuestros viajes pueden suceder imprevistos debidos a la climatología y los fenómenos naturales del país, como encontrar carreteras cortadas por mal estado de las vías debido a avalanchas, hielo o erupciones volcánicas, retrasos en vuelos debidos a la climatología o ceniza en el aire, abundantes icebergs o fuertes vientos que impidan la navegación.

Las condiciones climatológicas y del hielo, la particularidad de unas infraestructuras escasas, los medios de transporte, los retrasos en aviones o barcos y otros factores impredecibles, pueden provocar cambios y requieren cierta flexibilidad. No es habitual que un itinerario sea sustancialmente alterado pero, si fuera necesario, el guía de nuestra organización decidiría cuál es la mejor alternativa a seguir.

Tierras Polares da por entendido que el viajero participa voluntariamente en este viaje o expedición y que es consciente de que participa en un viaje a un país extranjero de características diferentes a su país de origen, recorriendo y visitando zonas alejadas y remotas de un país; con estructura y organización, a todos los niveles, distinta a la que puede estar acostumbrado en su vida habitual. Tierras Polares entiende que el viajero es consciente de los riesgos que puede correr durante la realización de las actividades descritas y de aquellos sucesos eventuales como pueden ser: fuerzas de la naturaleza, enfermedad, accidentes, condiciones de vida e higiénicas deficientes, etc

Tierras Polares entiende que el viajero es consciente del esfuerzo que puede suponer un viaje de estas características, y está dispuesto a asumirlos como parte del contenido de este viaje de aventura, aceptando igualmente el hecho de tener que colaborar en determinadas tareas propias de un viaje tipo expedición y tareas cotidianas y domésticas propias de un viaje participativo y activo de aventura. Es importante indicar que en un viaje de grupo y característico de aventura, la buena convivencia, las actitudes positivas, buen talante y tolerancia entre los miembros que componen el grupo y ante los contratiempos y dificultades que puedan presentarse son muy importantes para la buena marcha y éxito del viaje, advirtiendo que estos problemas de convivencia pueden surgir.

Tierras Polares entiende que el viajero acepta voluntariamente todos los posibles riesgos y circunstancias adversas sobre la base de todo lo expuesto anteriormente, y da por entendido que el viajero conoce las condiciones generales y particulares del programa. Tierras Polares entiende que el viajero cumple todos los requisitos exigidos para el viaje.



FORMULARIO DE INSCRIPCION

Para formalizar la reserva al viaje puede llamarnos al teléfono: **93 454 37 03** o bien completar el siguiente formulario y enviárnoslo al email: bcn@viatgesindependents.cat

| | | | | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|--|-----------------------------|--|
| Nombre | | Primer Apellido | | Segundo Apellido | |
| DNI | | Nº Pasaporte | | Fecha de Caducidad | |
| Dirección | | | C. Postal | Población | |
| Tel. Contacto 1 | Tel. Contacto 2 | E-mail | | | |
| Fecha de Salida | | | | | |
| Tipo Habitación | <input type="checkbox"/> Individual | <input type="checkbox"/> Compartida | <input type="checkbox"/> Doble compartida con: | | |
| Seguro opcional de viaje ofrecido | | | <input type="checkbox"/> Sí | <input type="checkbox"/> No | |

Nota. Recomendamos enviar una copia escaneada del pasaporte a nuestro e-mail de contacto.

Calendario de pagos

Depósito del 40% del total del viaje en el momento de la inscripción, y el resto 15 días antes del inicio del viaje, salvo que la agencia haya informado de un porcentaje y calendario de pago distinto en la información precontractual.

Pago en oficina

Tarjeta de crédito (Visa, Mastercard), efectivo.

Pago en efectivo únicamente para viajes de importe total inferior a 2.500 €

Transferencia bancaria

→ Banco: BBVA

→ Nº CC IBAN: ES96 0182 0206 3402 0853 3870

En el "Concepto" escriba los NOMBRES Y APELLIDOS de las personas que van a viajar. Para confirmar la inscripción al viaje deberá enviarnos por e-mail una copia del ingreso o transferencia.

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra página web:

<https://viatgesindependents.cat/es/condiciones-generales>



TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES:

De acuerdo con Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016 (**RGPD**), el cliente acepta que los datos personales que informa en este documento así como los que puedan ser facilitados en el futuro para el mismo fin, sean recogidos y tratados por la agencia VIATGES INDEPENDENTS I TREKKINGS S.L., con domicilio en Avinguda Diagonal 337, 08037 - Barcelona. Dichos datos han sido recogidos por la agencia VIATGES INDEPENDENTS I TREKKINGS S.L. con la finalidad de facilitarle la información precontractual de acuerdo con la Ley General para la Defensa de los Consumidores y Usuarios, y otras leyes complementarias.

El tratamiento de sus datos personales se efectúa legítimamente de acuerdo con los artículos los artículos del RGPD:

- 6.1. a El cliente dio su consentimiento para el tratamiento de sus datos personales para uno o varios fines específicos.
- 6.1. b El tratamiento es necesario para la ejecución de un contrato en el que el interesado es parte o para la aplicación a petición de este de medidas precontractuales.

El afectado podrá ejercitar los derechos reconocidos en el RGPD y, en particular, los de acceso, rectificación, cancelación y oposición a través de un escrito que podrá dirigir a la sede social de la Agencia en la dirección indicada, con la referencia "Protección de Datos".

CONSERVACIÓN DE LOS DATOS

Mantendremos su información personal mientras exista una relación contractual, precontractual y/o comercial con usted, o mientras usted no ejerza su derecho de supresión, cancelación y/o limitación del tratamiento de sus datos.

Firma cliente