

# **RAQUETAS DE NIEVE EN GREDOS**

SIERRA DE GREDOS



FECHAS	DURACIÓN	RÉGIMEN	PRECIO	HAB. INDIVIDUAL
30 DIC - 01 ENE	3 Días / 2 noches	2 MP	445€	+ 90€
21 ENE – 22 ENE	2 Días / 1 noches	1 MP	249€	+ 45€
18 FEB – 19 FEB	2 Días / 1 noches	1 MP	249€	+ 45€
11 MAR – 12 MAR	2 Días / 1 noches	1 MP	249€	+ 45€

La Sierra de Gredos en invierno es algo que no te debes perder, una sierra que en verano es especial y que en invierno se maravillosa. Este viaje está diseñado para pasar unas navidades y un invierno diferente, alejado del bullicio de la ciudad. Nos escaparemos a un rincón de la naturaleza, lleno de tranquilidad.

Con este viaje, conoceremos la **Sierra de Gredos** en la época invernal, las actividades están diseñadas para que las podamos realizar con nieve, usando nuestras famosas **raquetas de nieve** para desplazarnos, como para poder hacerlas sin ellas en el caso de que las **condiciones meteorológicas** no nos acompañen.

Aunque sea tu **primera vez** con **raquetas de nieve**, este viaje es **adecuado** para ti. ¡Solo tienes que saber andar! El **guía** te **ayudará** a ponerte estos accesorios y te dará **instrucciones** sobre **técnica** y sobre **seguridad**.



# PROGRAMA DETALLADO (30 DIC – 01 ENE)

Saldremos a las 08:00 de la estación de Nuevos Ministerios en Madrid.

#### DÍA 1: TRASLADO A GREDOS Y EXCURSIÓN POR LAS CINCO LAGUNAS

Nuestra aventura comenzará en **Madrid** a las **08:00** de la mañana y continuaremos nuestro viaje hacia nuestra **primera excursión**, una **ruta tranquila** y **espectacular**.

Conoceremos la parte sur de Gredos y de los Galayos. Además, de lejos, veremos la comarca de La Vera. Desde Guisando podremos observar las espectaculares formas graníticas que dan nombre a la zona. Subiremos hasta las inmediaciones de La Apretura, desde donde podremos contemplar las fabulosas vistas antes de emprender el camino al hotel.

Las Cinco Lagunas es un circo glaciar que toma nombre de la presencia de dichas lagunas, permanentemente ocupando sendas cubetas, siendo la primera de ellas el circo propiamente dicho. De arriba abajo, las lagunas se conocen como Cimera, Galana, Mediana, Brincalobitos y Bajera. El agua circula entre ellas hasta que la Bajera desagua, a través de un pronunciado desnivel, en un torrente que, 180 M más abajo, se une a las aguas provenientes de la Hoya de las Berzas.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO
500 M	500 M	9 KM	Sendero de nieve

#### DÍA 2: ASCENSIÓN AL MORAZÓN

Nos levantamos, desayunaremos y nos dirigiremos a la **Plataforma de Gredos**, el **lugar de inicio** de la **ruta** de hoy. Desde aquí, tomaremos parte del **Camino del Rey**, pasando por el **Prado del Rey** y el **Collado de Navasomera** (que comunica el **Río Pozas** con la **Garganta del Fraile**). Poco a poco, alcanzaremos la cumbre de este espectacular pico: **El Morezón**. Desde aquí, las **vistas** son **inimaginables**.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO
650 M	650 M	12 KM	Sendero de nieve

El Morezón está situado en el corazón de la Sierra de Gredos, con una altura de 2.389 M. Pertenece al Circo de Gredos. Este circo es de origen glaciar y es el más grande de toda la Sierra de Gredos.

#### DÍA 3: BOSQUES DEL RÍO TORMES (LA MIRA) Y REGRESO

Saldremos desde la Plataforma de Gredos de nuevo y haremos una pequeña ruta por los bosques del Río Tormes, dirección a La Mira, aunque no es probable llegar hasta ella, dependiendo del tiempo y de nuestras ganas. La Mira es el pico más destacado del Circo de Gredos. Su vertiente norte es suave, en contraste con la sur. Este pico es muy visitado por escaladores, debido a su fácil ascensión y sus vistas. Esto hace que se convierta en una de las cumbres más visitadas del Sistema Central, compitiendo con El Almanzor y Peñalara.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO
400 M	400 M	8 KM	Sendero de nieve

Tras la ruta, comeremos y descansaremos, para salir hacia Madrid a las 20:00.



# PROGRAMA DETALLADO (Fines de semana)

Saldremos a las 07:00 de la estación de Nuevos Ministerios en Madrid.

#### DÍA 1: TRASLADO A GREDOS Y ASCENSIÓN AL MORAZÓN

Nuestra aventura comenzará en Madrid a las 07:00 de la mañana y continuaremos nuestro viaje hacia nuestra primera excursión, una ascensión hacia el Morazón.

Tomaremos parte del Camino del Rey, pasando por el Prado del Rey y el Collado de Navasomera (que comunica el Río Pozas con la Garganta del Fraile). Poco a poco, alcanzaremos la cumbre de este espectacular pico: El Morezón. Desde aquí, las vistas son inimaginables.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO
650 M	650 M	12 KM	Sendero de nieve

El Morezón está situado en el corazón de la Sierra de Gredos, con una altura de 2.389 M. Pertenece al Circo de Gredos. Este circo es de origen glaciar y es el más grande de toda la Sierra de Gredos.

#### **DÍA 2: LAS CINCO LAGUNAS Y REGRESO**

Conoceremos la parte sur de Gredos y de los Galayos. Además, de lejos, veremos la comarca de La Vera. Desde Guisando podremos observar las espectaculares formas graníticas que dan nombre a la zona. Subiremos hasta las inmediaciones de La Apretura, desde donde podremos contemplar las fabulosas vistas antes de emprender el camino al hotel.

Las Cinco Lagunas es un circo glaciar que toma nombre de la presencia de dichas lagunas, permanentemente ocupando sendas cubetas, siendo la primera de ellas el circo propiamente dicho. De arriba abajo, las lagunas se conocen como Cimera, Galana, Mediana, Brincalobitos y Bajera. El agua circula entre ellas hasta que la Bajera desagua, a través de un pronunciado desnivel, en un torrente que, 180 M más abajo, se une a las aguas provenientes de la Hoya de las Berzas.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO
500 M	500 M	9 KM	Sendero de nieve

Tras la ruta, comeremos y descansaremos, para salir hacia Madrid a las 20:00.

#### **INFORMACIÓN GENERAL**

#### INCLUYE.

- Traslados desde / hasta Madrid.
- Alojamientos en el régimen establecido en cada fecha.
- Guía de montaña con titulación oficial.
- Material de seguridad necesario para las actividades.
- Material necesario para las excursiones (raquetas de nieve y bastones).
- Seguro de Viaje y de las actividades realizadas.



#### NO INCLUYE.

- Comidas durante el viaje (ya que se realiza durante las rutas con la comida seleccionada por cada viajero).
- Cualquier servicio usado y no especificado en el apartado INCLUYE.

#### ¿QUÉ DEBO SABER DE VIAJE?

- <u>TIEMPO</u>: el clima del Pirineo en esta época del año es frío y húmedo. Por las mañanas suele hacer frío, pero
  posiblemente a medio día haga calor. Recomendamos llevar ropa ligera y algo de abrigo para las excursiones, así
  como ropa de abrigo para los momentos de descanso y las noches.
- <u>VACUNA</u>: no es obligatoria ninguna, pero se recomienda la del Tétanos.
- DÍA HABITUAL EN EL VIAJE: nos levantamos tranquilamente y bajamos a desayunar para poder coger fuerzas para el resto del día. El hotel cuenta con restaurante propio. Tras ello, y cogiendo todo el material necesario, nos trasladaremos en nuestro transporte hasta el inicio de la excursión establecida. En los casos en los que se pronostique mal tiempo, se cambiará ligeramente la programación para disfrutar plenamente de la zona sin alterar gravemente las excursiones establecidas. Antes de comenzar el camino, intentaremos parar a comprar pan y el almuerzo propio para ese día. El embutido es ideal traerlo desde casa. Los trayectos realizados en transporte no son largos (20 / 30 minutos), y también forman parte de las excursiones, ya que podremos admirar todos los paisajes que vayamos viendo y lo que nos va a ir contando el guía. Seremos libres de parar cuando lo creamos oportuno y sacar esa foto que tanto nos ha apetecido tanto con el río de fondo, la montaña asomando a lo lejos, etc. Durante las excursiones, el ritmo es tranquilo. Disfrutamos del paisaje a la vez que tenemos el tiempo suficiente para terminar las actividades. No dudes en hablar con el guía si te sientes mal o prefieres subir / bajar el ritmo. Podrás confiar en tu guía para todo lo que necesites. Todo el grupo irá lo más unido posible para poder escuchar los datos e historia que nos cuenta el guía. Tras las excursiones se tomará algún aperitivo en bares locales, donde podremos disfrutar de escuchar conversaciones propias de la zona y admiraremos la imagen pintoresca del pueblo. No dudes en preguntarle al guía sobre sabores típicos de la zona. A la llegada al hotel, habrá tiempo para descansar y dar un paseo por el pueblo donde nos alojamos. Tras ello, cenaremos y pasaremos la noche.

#### **MATERIAL NECESARIO.**

- Chaqueta impermeable
- Ropa de Abrigo
- Botas de senderismo
- Cantimplora o botella de agua
- Mochila de 20 / 30 L de capacidad
- Bastones (recomendables)
- Gorro y / o orejeras (recomendables)
- Gafas de sol (recomendables)
- Zapatillas deportivas (recomendables)
- Crema para el sol (recomendable)
- Pantalones largos (recomendables)
- Crema de labios (recomendable)
- Cámara de fotos (recomendable)

# aventura.es

#### **GRUPO DE PARTICIPANTES.**

El **grupo** debe ser compuesto por un **mínimo** de **6 participantes** y un **máximo** de **8** (viajando en nuestro transporte). La **ratio** siempre será de **1 guía cada 12 participantes**.



En caso de no llegarse al grupo mínimo, se deberá **anular el viaje**, habiendo **varias posibilidades**. Se puede **pagar un extra** por grupo pequeño de **50€ / persona** si sois un **grupo de 5 personas**, o un extra de **80€ / persona** para grupos de **4 personas**. Este suplemento está fijamente supeditado a que todos los participantes acepten el pago de este. La otra opción es la **devolución del dinero** (o la posibilidad de **guardar el importe ya pagado** como bono para utilizarlo en cualquier otro de nuestros viajes, que se podrán ver en nuestra página: <u>www.viajes-aventura.es</u>).

#### TRANSPORTE.

Los traslados se realizan en una **furgoneta de 9 plazas** (8 participantes + 1 guía), la cual nos permite una **amplia maniobrabilidad** para desplazarnos cómodamente, a la hora de **realizar paradas** en miradores, breves descansos o modificaciones puntuales de las excursiones. Los **trayectos diarios** son de entre **30** y **60 KM**.

#### ALOJAMIENTO.

Se usarán hoteles de montaña de \*\* y \*\*\*. El régimen será el establecido en cada fecha. Este viaje tiene la **posibilidad** de dormir en **habitaciones dobles** (compartidas con acompañantes conocidos o compartidas con otras personas del viaje interesadas) o en **habitaciones individuales** (lo que conlleva un sobrecoste, indicado en la tabla inicial de fechas).

#### **NIVEL / PREPARACIÓN FÍSICA.**

El nivel de este viaje es un **nivel medio**, esto quiere decir que las excursiones son realizables por **cualquier persona con una forma física normal**. Los **caminos** son de **montaña** con algún paso técnico. Los desniveles se encuentran entre los **100** y los **700 metros** y las distancias son de entre **5** y **10** KM. No se requiere una formación / preparación física especial.

#### PAGOS.

Una vez comprobada la disponibilidad de la plaza, se puede considerar la misma bloqueada cuando se haga un ingreso del 40% del importe total del viaje (incluyendo el extra por habitación individual si lo hubiera). El 60% restante se debe abonar a menos de 15 días de la salida. Si no recibimos información sobre el cliente durante ese tiempo, al reserva se considera directamente anulada.

Para el abono de los importes, se utilizará como método de pago la transferencia bancaria, con los siguientes datos:

Banco: Sabadell

Concepto: Nombre, apellidos e ID RESERVA (en caso de contar con él)

Destinatario (cualquiera de los dos): Pedro González del Tanago / Amadablam Viajes Aventura

Cuenta: ES03 0081 1393 7800 0118 0921

Para consultar la política de cancelación y sus condiciones, pincha aquí.

Tras el primer pago del viaje (y tras confirmarse la plaza y rellenado el formulario que os enviamos) os enviaremos el **Contrato de Viaje Combinado**, que **deberá ser firmado** conforme a la ley reguladora de la realización de Viajes Combinados.

#### SEGUROS.

Amadablam Viajes Aventura siempre contrata un seguro individual, personal e intransferible para cada viajero que cubre los servicios básicos y accidentes en nuestros viajes. Este seguro está incluido en el precio del viaje.

Amadablam cuenta con un **Seguro de Anulación** adicional a disposición del cliente. Si tienes alguna **consulta** o quieres más **info@mación**, contáctanos a <u>info@viajes-aventura.es</u> o a <u>info@amadablamaventura.es</u>.

#### EXTRAS DEL VIAIE

Siempre podemos **gestionar** con el **alojamiento** la **posibilidad** de **ampliar la estancia** tus necesidades. Si quieres pasar **una noche más** en la zona o **estar allí ya** para cuando se inicie el viaje, **contáctanos** a <u>info@viajes-aventura.es</u> y pídenos esta información.



Si quieres acudir a este viaje en tu propio transporte, podemos hacerte un descuento de 80€ sobre el valor total del viaje. Aplican condiciones\*.

\*Deberás usar tu propio transporte durante todas las excursiones realizadas durante el viaje. El desplazamiento a la zona de inicio de cada excursión no excede de 1 hora. Cualquier modelo de coche es válido, ya que utilizamos carreteras convencionales y no caminos.

#### **INFORMACIÓN PRÁCTICA**

PUNTO DE	Será a la hora establecida en cada programa. En Madrid, el punto de encuentro es en Nuevos
ENCUENTRO	Ministerios, a la entrada del parking, donde hay un cubo con el número 81. En Zaragoza, será
	en la Estación de Tren de Delicias, en la Puerta 7.
PUNTO DE	El final del viaje será a la hora establecida en cada programa. Se dejará a los viajeros en el
DESPEDIDA	mismo punto de encuentro establecido, a menos que soliciten previamente un cambio.
	Son excursiones sencillas, sin mayor problema para una persona con una forma física normal.
NIVEL	Se enseñan los fundamentos básicos en el manejo de las raquetas de nieve. Son distancias de
DEL VIAJE	entre 5 y 15 KM y desniveles entre 100 y 500 M. Siempre recomendamos hacer ejercicio
	semanal, además de una dieta saludable.
TRANSPORTS	En este viaje usamos una furgoneta de 9 plazas (incluyendo al guía), que nos permite realizar
TRANSPORTE	paradas y movernos a otros municipios si el grupo lo desea.
	Será en hoteles de montaña, con posibilidad de compartir habitación con algún acompañante
ALOJAMIENTO	o con otro viajero, o habitación individual (pagando el extra indicado en la tabla inicial). El
	régimen será el indicado en dicha tabla.
	Será un grupo máximo de 12 personas (8 personas dentro de nuestro transporte y 4 personas
GRUPO	con su vehículo particular. Puede ser cualquier tipo de vehículo, ya que utilizamos carreteras y
	no caminos. Recomendamos llevar cadenas de nieve homologadas).
EQUIPAJE	La ideal son mochilas de 20 / 30 litros para las excursiones diarias y una maleta que se podrá
EQUIPALE	dejar en el hotel de una dimensiones aproximadas de 90 x 75 x 43 CM.
	Se recomienda andar semanalmente para preparar el viaje. Con salidas de unos 5 – 10 KM, con
PREPARACIÓN	algo de desnivel, llegarás en condiciones inmejorables para que este viaje sea cómodo para ti.
FÍSICA	También puede hacerse deporte (en sustitución del senderismo) durante un par de horas, 2 /
	3 veces a la semana. Acuérdate, cuanta más preparación tengas, ¡más disfrutarás este viaje!

