

ESQUI EN LILLEHAMMER

NORDSETER, LILLEHAMMER Y SJUSJOEN



Fechas	Duración	Régimen	Precio:
Del 30 de enero al 6 de febrero del 2021	8 días / 7 noches	7 solo alojamiento	990 €
Del 6 al 13 de Marzo del 2021			
Del 3 al 10 de abril del 2021			

Uno de los mejores destinos de esquí de fondo del mundo con más de 2500 km de pistas balizadas. ¡No te pierdas este viaje irrepetible!

LO MEJOR:

- Visita a la ciudad olímpica de Lillehammer.
- Un destino invernal donde disfrutar del esquí de fondo y de los paisajes nórdicos.
- Esquí, sauna, paseos por la nieve, vive la auténtica vida nórdica.

Nos dirigimos a la estación olímpica de Lillehammer para pasar una semana esquiando y recorriendo sus caminos. Esta actividad, el esquí de fondo, es apta para todos los públicos y nos permite recorrer la provincia de Oppland de una forma distinta.

Seis excursiones distintas con seis paisajes de ensueño en unas pistas con una innivación excelente y abundante.

Tanto si eres un experto esquiador y realizas patinaje o bien estás empezando con la técnica clásica, este viaje te permite avanzar en tus conocimientos gracias a la mano de un profesional del esquí de fondo que te acompañará durante todo el recorrido y que te permitirá mejorar tu técnica a la vez que visitas lugares sorprendentes.

Gracias a las cabañas de madera muy bien equipadas estaremos ubicados en el centro de las pistas de esquí, pudiendo salir esquiando desde nuestro alojamiento.

Noruega y Lillehammer.

Un país que vive por y para el invierno y sobre todo para el esquí de fondo. Un deporte, una pasión, una forma de vida; los noruegos se entregan todas las temporadas al deporte invernal y las pistas están preparadas para ello. Pistas iluminadas, pisadas todos los días, incluso en las peores condiciones de temporal y sobre todo, trazados espectaculares por paisajes de ensueño. Y en el centro de todo: Lillehammer, la ciudad olímpica de 1994 lo fue gracias a sus excelentes condiciones de innivación y a sus aproximadamente 200 km de pista de esquí alpino. Esto, junto a sus más de 2500 km de pistas de esquí de fondo, la hacen un centro imprescindible si queremos vivir el deporte blanco.

Lillehammer se encuentra a unas dos horas de Oslo, lo que la hace ideal para este tipo de viajes ya que llegamos a ella rápidamente desde la capital noruega.

El estilo de vida noruego nos lleva a unas pequeñas cabañas donde se pasan las vacaciones tanto de invierno como de verano, una tradición que se completa con la famosa sauna nórdica.

PROGRAMA DETALLADO

DÍA 1- SÁBADO: VUELO Y TRANSFER A LILLEHAMMER.

Vuelo desde la ciudad de origen y transfer hasta la población de Lillehammer, donde nos alojaremos durante los próximos 7 días.

DÍA 2- DOMINGO: REINSVANNET LAKE

Durante todos los días seguiremos la misma dinámica. Después de calentar durante 15-20 minutos tendremos 3 horas de clases de esquí de fondo para mejorar la técnica. Estas clases no serán estáticas y podremos recorrer alguna de las excursiones que proponemos para cada día adaptando el número de kilómetros a los participantes. Por la tarde podremos seguir esquiando y aquellos que lo deseen podrán disfrutar de la lectura al fuego de la chimenea o bien darse una sauna en nuestro alojamiento.

Alguno de los días, si alguien lo desea, se puede contratar excursiones de diferente tipo como motos de nieve o trineos tirados por perros, y por la tarde dar un paseo por la población de Lillehammer, disfrutar de sus cafés o patinar sobre hielo.

DÍA 3- LUNES: NORDSETER A LUNKEFJELL POR MELLSSJOEN.

DÍA 4- MARTES: NORDSETER A HORNSJOEN.

DÍA 5- MIÉRCOLES: NORDSETERLOIPE TO LILLEHAMMER.

DÍA 6- JUEVES: NORDSETER-MELSJØEN-KROKSJØEN-SJUSJØEN.

DÍA 7- VIERNES: NORDSETER-PELLESTOVA-REINSVATN.

DÍA 8- SÁBADO: TRANSFER A OSLO Y VUELO A LA CIUDAD DE ORIGEN.

Realizaremos el transfer a Oslo a tiempo para coger los vuelos correspondientes a la ciudad de origen. Despedida y fin de los servicios en el aeropuerto de Oslo.

INCLUYE

Alojamiento 7 noches en cabañas, Transfer Oslo-Lillehammer, Profesor/acompañante de esquí, seguro de accidentes y del viaje.

NO INCLUYE

Vuelo origen-Oslo, comidas, alquiler esquís de fondo, ningún servicio no especificado.

¿QUÉ DEBO SABER DEL VIAJE?

¿Qué tiempo hace? : El clima en Noruega en esta época del año es bastante frío, llegando a tener temperaturas de -10 y -15 grados. Haciendo actividad física no hay ningún problema, pero se recomienda llevar una buena camiseta termina y un buen forro polar para la actividad, así como un chaleco cortavientos y para las paradas un abrigo mayor.

¿Necesito algún visado o vacuna?: Recomendada la del Tétanos

¿Cómo es un día habitual de viaje?: Durante los días de la cabaña nos organizaremos para preparar los desayunos y las cenas nosotros mismos. Las cabañas suelen estar muy bien equipadas para cocinar, así que es interesante llevar algo desde España para esto (aceite, embutido, etc).

Los días de esquí de fondo desayunaremos pronto y estaremos un rato con el profesor de Amadablam Aventura mejorando nuestro nivel de Esquí de Fondo. Aprovecharemos para realizar alguna excursión completa y si alguien lo desea puede hacer algún tramo extra. Por la tarde bien se descansa y se aprovecha para asistir a la sauna nordica a la vez que leemos un libro o simplemente comentamos el día con los compañeros.

Hay posibilidad de hacer una pequeña excursión de fondo por la tarde-noche, ya que en esta época del año hay muchas horas de luz en esta zona.

GRUPO

El grupo está compuesto por un **mínimo de 4 participantes** y por un **máximo de 12**.

La ratio siempre será de 1 guía /12 participantes.

En caso de no llegarse al grupo mínimo se anularía el viaje, habiendo posibilidad de pagar un suplemento por grupo pequeño de 150 € para grupo de 3 personas.

FORMA DE PAGO

Una vez comprobado que hay plaza, para considerar la misma bloqueada hay que realizar un **deposito del 40 %**. El resto se debe **abonar 15 días antes de la salida**, una vez pasada esta fecha, la reserva se considera anulada.

Cuenta bancaria para transferencias: SABADELL ES03 0081 1393 78 0001180921

Condiciones de cancelación [Ver aquí](#)

Conforme a la ley que regula la realización de Viajes Combinados, pondremos a vuestra disposición **los contratos para ser firmados por ambas partes**.

MATERIAL

- Chaqueta de montaña impermeable (Goretex u otro tejido similar) (Imprescindible)
- Ropa de abrigo (forro polar y chaqueta de plumas).
- Guantes impermeables (Imprescindible)
- Pantalones impermeables (Imprescindible)
- Gorro (Imprescindible)
- Botas de senderismo impermeables (Imprescindible)
- Mochila de 20-30 litros de capacidad (Imprescindible)
- Cantimplora o botella para el agua (Imprescindible)
- Gorra de sol y gafas de sol (Imprescindible)
- Crema para el sol y para los labios (Imprescindible)
- Gorro y guantes de repuesto.
- Guetres.
- Ropa y calzado de calle para las tardes.
- Cámara de fotos.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Punto de encuentro 1	Aeropuerto de Oslo, entorno a medio día.
Despedida del Grupo	Entorno a Medio Día nos despediremos para coger el transfer que nos lleve al aeropuerto de Oslo.
Nivel del viaje	Bajo. Excursiones: Fáciles, sin ninguna dificultad, pistas verdes y azules. Cursillo: De iniciación al esquí de fondo paso clásico.
Transporte	<p>Avión a Oslo desde la ciudad de origen.</p> <ul style="list-style-type: none"> Madrid y Barcelona: Existen múltiples combinaciones para llegar a Oslo todas ellas con vuelos directos. Consúltanos por precios. Valencia, Bilbao, Sevilla: Tienen vuelos directos algunos días de la semana, pero no todos. Consulta por los días de vuelo o bien si quieres llegar algún día antes o quedarte algún día más. <p>El transfer Oslo-Lillehamer está incluido en el precio y se realiza en Tren.</p>
Alojamiento	Cabaña de madera con sauna
Grupo	Es un viaje que realizamos en grupos de máximo 12 personas.
Equipaje	Lo ideal es llevar una maleta que se dejará en el hotel (dimensiones aproximadas 90x75x43 cm) y una mochila de 20 o 30 litros para las excursiones diarias.
Preparación física	<p>Se recomienda andar semanalmente para preparar el trekking. Unos 15 kilómetros a la semana con 600-700 metros de desnivel positivo acumulado.</p> <p>También se puede sustituir por 1,5 horas de deporte 3 veces por semana.</p> <p>Cuanto mejor preparado estés, ¡más disfrutarás del trekking!</p> <p>Cuanto mejor preparado estés, ¡más disfrutarás!</p>

OTROS VIAJES QUE TE PUEDEN INTERESAR