

ESQUÍ DE FONDO EN JURA

TRAVESÍA ENTRE LES MOLUNES – PREMANON - BELLECOMBE



FECHAS	DURACIÓN	RÉGIMEN	PRECIO
22 ENE – 29 ENE	8 Días / 7 noches	7 MP	1250 €
12 FEB – 19 FEB	8 Días / 7 noches	7 MP	1250 €

Un circuito único en Europa por la calidad de sus pistas de esquí de fondo y la facilidad de su recorrido. Seis días fondeando en uno de los paraísos de este deporte: el Macizo del Jura.

LO MEJOR DEL VIAJE

- Una ruta circular sencilla y apta para cualquier persona con una forma física media.
- Paisajes de ensueño a través del Macizo del Jura.
- Nos iniciaremos, en algunos casos, al esquí fuera de pista.

INFORMACIÓN DEL VIAJE

Esquí de fondo itinerante, sin duda, una **sensación especial** el poder **esquiar** de alojamiento en alojamiento **sin tener que preocuparse** por nada más que **disfrutar los paisajes** y las **pistas balizadas**. Podemos emprender este viaje en el **estilo** que deseemos: **clásico** o **patinador**, siendo necesarios unos **conocimientos mínimos** de **esquí de fondo**. El Jura es uno de los **paraísos** de este **deporte**. La **Grande Traverse du Jura** nos permite realizar una **travesía circular** con **multitud de paisajes distintos** y unas **vistas espectaculares**.

Así mismo, **el Jura** es un lugar de **cultura**, **gastronomía** y **buen vivir**, donde por las **tardes** podremos **dar un paseo** alrededor de nuestro alojamiento y **empaparnos** de la **cultura** de la **zona de media montaña** entre **Suiza** y **Francia**.

Ven a **disfrutar** de unos **días de naturaleza** en **estado puro**, y visita uno de los **mejores lugares del mundo** para realizar **esquí de fondo**.

La **cadena montañosa del Jura** da nombre a una **era de nuestro planeta**: el **Jurásico**. En este periodo, se **formaron** las **montañas** que **vamos a esquiar**. Este macizo, al **norte de Los Alpes**, se encuentra **dividiendo** el **Ródano** y el **Rhin**, por lo que su **importancia está patente** en que **sus aguan** dan de **beber** a los **dos ríos más importantes** del **continente**.

Es un **macizo** de una **altitud** muy **moderada**, y cuyas **rocas** están **muy desgastadas**, por lo que forman **pequeños cerros**, que son **ideales** para la **práctica del esquí de fondo** y las **raquetas de nieve**.

El **Grande Traverse Du Jura** (GTJ) es un **camino** que lo **atraviesa** y que se puede **recorrer a pie**, **a caballo**, **en bicicleta**, con **esquí de fondo** y **raquetas** (en invierno). Un lugar para **disfrutar de la nieve** y de una **naturaleza domada** por el hombre que tuvo sus **asentamientos** en estas montañas **hace miles de años**.



PROGRAMA DETALLADO (08 ENE – 15 ENE / 26 FEB – 05 MAR)

DÍA 1: VUELO Y TRANSFER A LAJOUX

Se realiza el **vuelo** escogido por el participante desde la **ciudad de origen**, hacia **Ginebra**, donde nos **desplazaremos** con el **transfer** hasta la **población** de **Lajoux**, es decir, hasta el **alojamiento**.

DÍA 2: LAJOUX – BELLECOMBE

Este primer día **dedicaremos** una o dos **horas** a **depurar** el **estilo** de **esquí de fondo** que hayamos **elegido** para nuestro viaje, y enseguida **emprenderemos** el **camino** que **separa** estas **dos poblaciones**. Nos espera el **Valle de Valserine**, donde visitaremos varios **alpages** (lugares donde vivían los antiguos ganaderos en verano) y que **se dirige** al final a **Bellecombe**.

DÍA 3: BELLECOMBE – LA PESSE

Nos **dirigimos** al **punto más al sur** de nuestra **travesía**, donde empezaremos a dirigir nuestra ruta al **noroeste**. La salida de **Bellecombe** es **impresionante**, y tendremos la **posibilidad** de **ascender** a la **Cret du Nerbief** (1.370 M), si las condiciones de nieve nos lo permiten, ya que se trata de una **excursión fuera de pista**.

DÍA 4: LA PESSE – LE MOLUNES

Ya **dirección norte** desde **La Pesse**, nos dirigiremos **hacia** el **Lago Embouteilleux**, y de aquí a las **combas suspendidas** de la **Grande Molune**. Una **etapa completa** y **larga** donde **disfrutaremos** de Jura al **100%**.

DÍA 5: LES MOLUNES – LAMOURA

Nos espera un **terreno fácil**, pero con muchas **subidas** y **bajadas**. Desde **Les Molunes** saldremos **dirección norte** hasta **Les Selmenbergs**. Durante el camino, notaremos que **vemos** muchas **queserías** (en esta época del año, cerradas) que en **verano** sirven un **espectacular queso típico** de la zona. Desde aquí, solo nos queda **bajar** hacia **Lamoura**.

DÍA 6: LAMOURA – PREMANON

Madrugaremos para realizar esta **larga etapa**, rodeando la **Combe du Lac**, y dirigiéndonos hacia **La Serra** y los **Chalets du Jura**. El **ascenso** hacia la **Combe Sambine** es **largo**, pero la **bajada** se **disfruta enormemente**.

DÍA 7: PREMANON - LAJOUX

Desde **Premanon**, uno de los **grandes pueblos** del Jura, saldremos **dirección sur**. Ya estamos de vuelta. Nos **asomaremos** al borde del Jura y podremos admirar el **Lago Lemán** y **Ginebra** desde lo alto. Unas **vistas espectaculares** para el **último día** de **esquí de fondo**. En **Lajoux** nos espera una **cena especial** de despedida.

DÍA 8: TRANSFER Y REGRESO

Realizaremos el **transfer** a **Ginebra** a tiempo para **coger los vuelos** a nuestra **ciudad de origen**. **Despedida** del grupo.

INFORMACIÓN GENERAL

INCLUYE.

- **Guía de montaña con titulación oficial**
- **Alojamientos** en el régimen establecido en cada fecha
- **Traslado de maletas** entre refugios
- **Profesor de esquí de fondo**
- **Seguro de Viaje** y de las **actividades realizadas**.

NO INCLUYE.

- **Vuelos** ida y Vuelta
- **Transfer** (ida y vuelta)
- **Alquiler** de esquís de fondo
- **Comidas**
- Cualquier servicio usado y no especificado en el apartado anterior.

¿QUÉ DEBO SABER DE VIAJE?

- **TIEMPO:** el clima en el Jura en esta época del año es frío y húmedo. Haciendo actividad física no hay ningún problema, pero se recomienda llevar una buena camiseta térmica y un forro polar para la actividad, así como chaleco cortavientos, y para las paradas un abrigo mayor.
- **VACUNA:** no es obligatoria ninguna, pero se recomienda la del Tétanos.
- **VISADO:** no se requiere.
- **DÍA HABITUAL EN EL VIAJE:** Madrugaremos para desayunar bien fuerte y emprender el camino que nos espera. Dependiendo del nivel del grupo y de la meteorología hay diversas opciones para combinar y unir nuestros alojamientos. Durante el recorrido realizaremos pequeñas paradas para aprender también nuevas técnicas de esquí de fondo en la modalidad elegida para realizar el recorrido. Una vez llegados al alojamiento, habrá días que el que quiera pueda dar una vuelta con los esquís o descansar durante la tarde para coger fuerzas para el día siguiente. Los alojamientos son acogedores, suelen tener chimenea y sin duda es un momento para disfrutar de una buena lectura, música o un poco de conversación.

MATERIAL NECESARIO.

- Chaqueta de montaña impermeable
- Ropa de abrigo (forro polar, chaqueta de plumas, etc.)
- Guantes impermeables, Gorro y gafas de sol
- Pantalones impermeables
- Botas de senderismo impermeables
- Mochila de 20 – 30 L de capacidad
- Cantimplora o botella de agua
- Gorro y guantes de repuesto
- Guetres
- Ropa y calzado de calle

GRUPO DE PARTICIPANTES.

El **grupo** debe ser compuesto por un **mínimo de 4 participantes** y un **máximo de 8**.

La **ratio** siempre será de **1 guía cada 8 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 **150€ / persona** si sois un **grupo de 3 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: www.viajes-aventura.es).

TRANSPORTE.

Los traslados se realizan en avión, teniendo que coger los vuelos acordes a las horas de encuentro establecidas en el programa. NO incluye el transfer (ida y vuelta).

ALOJAMIENTO.

Se usará un hotel de dos estrellas. 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** (abonando el extra correspondiente)

NIVEL / PREPARACIÓN FÍSICA.

El nivel de este viaje es un **nivel medio – alto**, esto quiere decir que las excursiones son realizables por **cualquier persona con una forma física normal – alta**.

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 **información**, contáctanos a info@viajes-aventura.es o a info@amadablamaventura.es.

EXTRAS DEL VIAJE.

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 info@viajes-aventura.es y pídenos esta información.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

PUNTO DE ENCUENTRO	Será a la hora establecida en cada programa.
PUNTO DE DESPEDIDA	El final del viaje será a la hora establecida en cada programa.
NIVEL DEL VIAJE	Son excursiones con un nivel medio, sin mayor problema para una persona con una forma física normal – alta. Se enseñan los fundamentos básicos en el manejo de los esquís de fondo. Siempre recomendamos hacer ejercicio semanal, además de una dieta saludable.
TRANSPORTE	Se incluye el transfer desde el Aeropuerto de Oslo hasta Lillehammer (ida y vuelta).
ALOJAMIENTO	Será en cabañas con sauna y cocina equipada. Posibilidad de compartir habitación.
GRUPO	Será un grupo máximo de 12 personas.
EQUIPAJE	La ideal son mochilas de 20 / 30 litros para las excursiones diarias y una maleta que se podrá dejar en el hotel de una dimensiones aproximadas de 90 x 75 x 43 CM.
PREPARACIÓN FÍSICA	Se recomienda andar semanalmente para preparar el viaje. Con salidas de unos 15 – 20 KM, con algo de desnivel (entre 600 y 700 M de desnivel), llegarás en condiciones inmejorables para que este viaje sea cómodo para ti. También puede hacerse deporte (en sustitución del senderismo) durante un par de horas, 3 veces a la semana. Acuérdate, cuanta más preparación tengas, ¡más disfrutarás este viaje!