

TREKKING DEL TRIGLAV

Eslovenia

18-25 Julio 2018



Descripción

El Triglav con sus 2.864 m de altitud, es la montaña más alta de Eslovenia. El trekking circular, que se realizará en 4 jornadas a través de bosques primigenios y zonas rocosas de gran belleza, nos mostrará el corazón de los **Alpes Julianos**.

Nuestro trekking transcurre en su totalidad por el interior del **Parque Nacional del Triglav**, en el corazón de los Alpes Julianos, donde se encuentran las áreas más interesantes, como el mítico pico Triglav (2864 m), techo de Eslovenia y máxima altura del macizo, y al que si se ascenderemos, siempre que las condiciones lo permitan. Durante este completo recorrido disfrutaremos de una gran variedad de paisajes, como valles alpinos y cresterías rocosas, picos, lagos de montaña, tupidos bosques, fenómenos kársticos; un conjunto de paisajes que se suceden desde los 500 a los casi 3.000 metros de altitud. Además, el parque es también muy rico y variado en flora y fauna, con varias especies endémicas de plantas debido a su localización entre el frío norte alpino y el cálido sur mediterráneo.

PUNTOS FUERTES DEL TREKKING

- Se trata de un recorrido circular, de refugio en refugio, de 4 jornadas en montaña, otra más senderística en la zona del lago Bled y un día para disfrutar de la capital de Eslovenia
- Atravesaremos prados y bosques alpinos
- Ascenderemos el valle de los 7 lagos
- Haremos cumbre en el Triglav, pico más alto de Eslovenia. No es obligatorio, de modo que los participantes que no deseen hacer la ascensión pueden esperar al resto. La subida y bajada la haremos pro el mismo trayecto
- Disfrutaremos de las mejores vistas del corazón de los Alpes Julianos
- Observaremos endemismos únicos de esta Reserva de la Biosfera.



Itinerario

Día 1: Venecia-Polje

Encuentro con el guía y resto de participantes en el aeropuerto de Venecia (Treviso) en el punto de información de 20:30-21:00. Desde aquí un transporte privado nos trasladará a Polje, pequeña localidad típica eslovena, con todos los servicios necesarios, donde pernoctaremos en Hostel (Hostel Pr Pristavc). Habitaciones compartidas de 4-6 personas.

Día 2: Polje – Refugio en los lagos del Triglav

En la primera etapa de nuestro trekking, nos adentramos en la alta montaña eslovena por el sur, saliendo desde el Lago Bohinj, visitando la famosa Cascada Savica (opcional) y ascendiendo al comienzo del Valle de los 7 lagos, situado en un marco incomparable, hasta el refugio donde pasaremos el resto de la tarde y pernoctaremos (Refugio en los lagos del Triglav 1685 m).

Recorrido: 9,00 km. Desnivel

Desnivel positivo: 1.253 m

Desnivel negativo: 25 m



Día 3: Refugio de los lagos-Refugio Planika

Salimos temprano del refugio e iniciamos una de las jornadas más bonitas. Nos dirigimos a través del Valle de los 7 lagos, hacia la base del Triglav. Llegaremos al refugio tras ir contemplando las escarpadas murallas calcáreas que defienden la cima más alta de Eslovenia. Por la tarde, si queremos, podremos hacer una breve marcha para observar el camino de ascenso a la cima del Triglav que haremos al día siguiente. Noche en refugio Planika (habitaciones compartidas) a los pies del Triglav. 2401 m.

Recorrido: 10,7 km.

Desnivel positivo: 1.130 m.

Desnivel negativo: 415 m.

Día 4: Refugio Planika-Refugio Vodnikof

Hoy es la etapa estrella del trekking: el ascenso a la cumbre del mítico Triglav. Saldremos temprano en dirección a la arista este del pico, por donde haremos el ataque a la cumbre. La ascensión al Triglav está equipada en los últimos metros con una barandilla y un cable de seguridad, y en función del grupo podríamos hacer uso de elementos de aseguramiento para este tramo. Tras hacer cumbre, descenderemos por el mismo camino, lo cual hace opcional el ascenso hasta el pico. Seguimos una breve travesía por un espectacular paraje de alta montaña llegar hasta el refugio Vodnikof (habitaciones compartidas), donde pernoctaremos y cambiaremos impresiones sobre el logro conseguido.



Recorrido: 7,7 km

Desnivel positivo: 694 m

Desnivel negativo: 1.275 m

Día 5: Refugio Vodnikof- Bohinjska Bistrica

En la etapa de hoy, último día del trekking, realizaremos la vuelta a la civilización. Se trata de una etapa algo más larga, con un importante desnivel de bajada entre exuberantes bosques de hayas e impresionantes gargantas calizas, pero que podremos realizar cómodamente y sin prisa. Un cómodo recorrido por el bonito paraje de Malo Polje y una bajada final nos dejarán en Stara Fužina, donde tras una breve parada, continuaremos hasta Bohinjska Bistrica para pernoctar y descansar después de 4 intensos días. Noche en apartamentos Lipa.

Recorrido: 16,2 km

Desnivel positivo: 770 m

Desnivel negativo: 1.898 m



Día 6: Bohinjska Bistrica-Bled

Hoy nos desplazamos hasta la bella localidad de Bled donde podremos recorrer las orillas de este mágico lago y visitar la única isla de Eslovenia en el centro del mismo. Asomarnos a su Castillo del S XII o escuchar de algún lugareño la leyenda de las 2 campanas de Bled, probar su exquisito «kremšnita» (pastel de crema y hojaldre), recuperarnos, en fin, de los 4 días de trekking. Noche en hotel Jelovica (habitación doble). En esta zona se pueden realizar otras actividades que el guía explicará para decidir cómo usar el tiempo disponible.



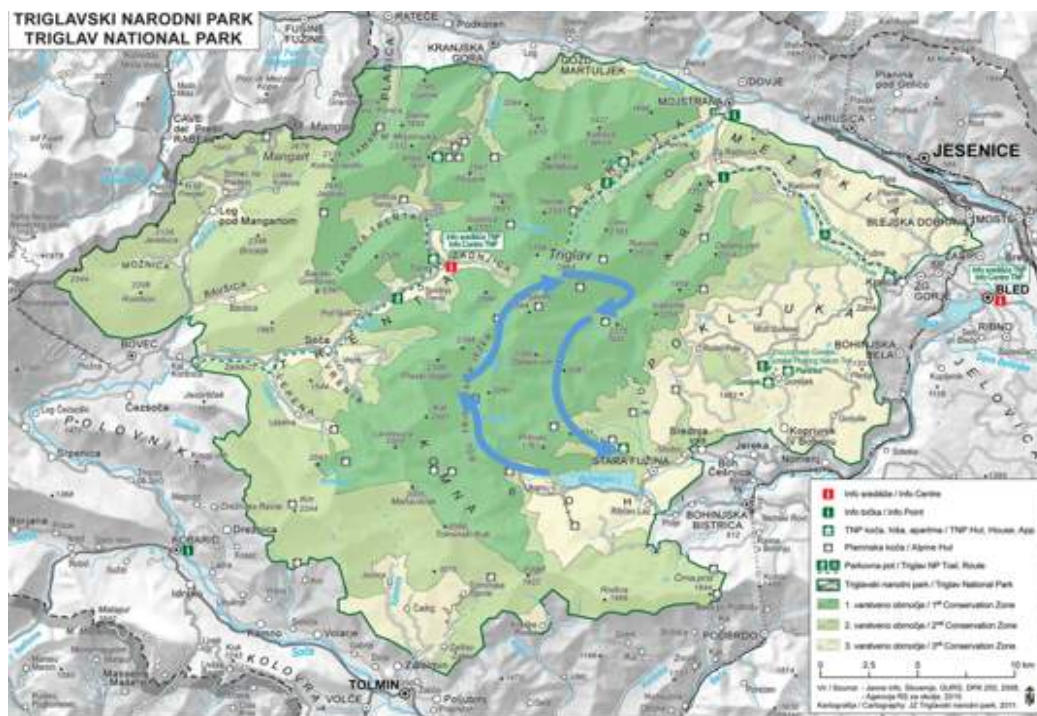
Día 7: Bled-liubliana

Penúltimo día del viaje. Saldremos temprano en dirección a la capital de Eslovenia, Ljubljana. Como no visitar antes de abandonar este acogedor país, su ciudad más emblemática. Ciudad verde, recorrida por el río Ljubljanica, cruzado por numerosos puentes como el de los Dragones. Llena de monumentos y de vida en las numerosas terrazas, mercados cubiertos etc. Disfrutar de su gastronomía y de sus cervezas locales. Subir hasta su Castillo a pie o en teleférico. Una jornada completa de cultura y relax para despedir este gran viaje. Noche en City Hotel Ljubljana (habitaciones de 4).

Día 8: Liubliana-Vuelo Internacional

El último día, tras un desayuno y un último paseo por el centro de la capital, un transporte nos llevará hasta el aeropuerto de Treviso, donde tomaremos el vuelo de regreso, finalizando así este espectacular trekking. Este transporte se realizará por la tarde por lo que se ruega prever los vuelos a partir de las 6.

Mapa del trekking



Material y Equipo

- Cabeza: gorro, braga de cuello, gorro de sol
- Cuerpo: camisetas (no de algodón), camiseta térmica, forro polar fino, forro polar grueso, chaqueta impermeable, guantes de forro polar.
- Pies: calcetines de montaña medios, calcetines finos, calcetines de alta montaña, botas, chanclas
- Piernas: pantalón impermeable, pantalón de trekking, ropa interior
- Para dormir: saco sábana. No es necesario cargar saco de dormir
- Material montaña general
- Linterna frontal + pilas repuesto, cantimplora o camel back, mochila, bastones telescópicos, gafas de sol
- Higiene: neceser de aseo, toalla de fibra. Tamaño reducido
- Varios: teléfono móvil + cargador + batería externa, navaja
- Documentación: pasaporte válido o DNI, tarjetas de crédito, dinero en efectivo.
- Botiquín: básico + medicación propia. Rodillera en caso de tener problemas de rodilla.
- La mochila ha de ser cómoda y de montaña (con cubre-mochila impermeable) y no deberá superar los 8 kg, aproximadamente

Requisitos de los participantes

Este programa tiene una dificultad media-alta, se trata de recorridos que en general se realizan por buenos y cómodos senderos de montaña, si bien en algunas zonas el sendero puede estar desdibujado o poco marcado.

Se superan desniveles medios entre los 300 y 1.200 m y la duración entre 5 y 7 horas, incluyendo los descansos necesarios y paradas a comer. En el sentido de realización del trekking serán las bajadas los trayectos más exigentes.

Es necesario tener un buen espíritu deportivo y montañero y estar preparado para caminar con mal tiempo, si fuera necesario. Se debe comunicar a la agencia cualquier problema de salud y alergia en orden a prever las comidas y adaptar las marchas

Los horarios de salida de los refugios estarán sujetos en última estancia a la decisión del guía y supeditados a las condiciones climáticas en el momento.

Detalles

Fecha: 18-25 Julio 2018

Salidas: Nuestros servicios comienzan en el aeropuerto de Venecia (punto de encuentro oficina de información de 20:30-21:00)

Vuelo recomendado desde Málaga (no incluido)

Málaga-Venecia mie, 18 Jul 2018

17:50-20:30

FR2597

Venecia-Málaga mie, 25 Jul 2018

20:55-23:45

FR2598

Ver otras opciones desde Madrid o Barcelona.

Incluido:

- Guía de montaña 24 h
- Traslados Venecia-Polje y Liubliana-Venecia
- Hotel en Polje, Bohinjska Bistrica, Bled y Liubliana. Tres de ellos con alojamiento y desayuno y otro con media pensión
- Pernoctas en Refugios de Alta Montaña en régimen de media pensión
- Los alojamientos son, en general, en habitaciones compartidas de 4 a 6 personas excepto en el hotel junto al lago Bled, donde serán habitaciones dobles.
- Material común de seguridad
- Seguro obligatorio de responsabilidad civil
- Seguro de accidentes

No incluido:

- Comidas fuera de las descritas en el apartado “incluido”
- Vuelo (precio aproximado 200 euros). Podemos gestionar su compra
- Tasas aéreas y otras tasas turísticas que pueda aplicar el país
- Agua mineral, bebidas en alojamientos, etc.
- Cualquier otro concepto no definido anteriormente

Términos y Condiciones de Compra

Precios:

- Precio para 9 o más personas: 740 euros
- Precio para 6 - 8 personas: 871 euros
- El precio no incluye vuelo. Precio aproximado de vuelo: 190-200 euros. Los vuelos se encarecen a medida que se aproximan las fechas por lo que se sugiere reservar cuanto antes

Pago: Reserva de 200 euros antes del 1 de mayo de 2018. Resto 15 días antes del inicio del viaje.

Al reservar usted estará aceptando los términos y condiciones de compra (<https://sierraysol.com/es/terminos-y-condiciones-de-sierraysol/>). En el momento de la realización de la reserva se le enviará un documento completo del viaje con carácter de contrato que usted deberá devolver firmado. Por favor, lea el documento para conocer nuestros mutuos derechos y responsabilidades.

Asimismo al aceptar los términos y condiciones de compra usted acepta nuestra política medioambiental y código ético de conducta en la naturaleza. Recuerde que SierraySol, la empresa de turismo activo de Ecoturismo Granada, pertenece a la Asociación de la Carta Europea de Turismo Sostenible.