



## RUTA GUIADA

### CIRCUITO DEL MANASLU (19 días)

**Descubrimos la esencia del Himalaya en un trekking inolvidable entre valles remotos, templos budistas y los grandes gigantes de la cordillera**

Katmandú, Nepal



**RUTES PIRINEUS TURISME ACTIU DE MUNTANYA SL**  
[www.rutaspirineos.org](http://www.rutaspirineos.org) | [info@rutespirineus.cat](mailto:info@rutespirineus.cat) | +34 691 772 966



## ¿POR QUÉ HACER ESTA RUTA?

**El circuito del Manaslu**, es uno de los recorridos más completos y accesibles de Nepal. Una interesante mezcla de diversidad cultural, variedad de hábitats naturales, poblados tradicionales y monasterios budistas, a los pies del majestuoso Manaslu (8.163 m). Doce inolvidables días de ruta a pie, desde las profundidades del cañón del Budhi Gandaki hasta su parte alta, conocida como valle de Nubri, cerca de la frontera con el Tíbet. Un itinerario diseñado por nuestro guía Jordi Arévalo a conciencia, pasando por varios caminos alternativos que hacen todavía más redondo un, ya de por sí, espectacular recorrido.

El **Área de Conservación del Manaslu** se encuentra al noroeste de Katmandú, entre el macizo del Annapurna, al oeste, y el macizo del Ganesh Himal, al este. El itinerario recorre una gran variedad de paisajes desde su punto más bajo, a 900 metros, en el **rio Budhi Gandaki**, hasta el **collado Larke La**, punto culminante del trekking con 5180 m.

La aventura empieza en la zona de media montaña del distrito de **Gorkha**, con sus características colinas llenas de **terrazas de cultivo**, habitada mayoritariamente por las etnias indígenas Gurung y Ghale, de raza mongoloide. Descendientes de tribus de Asia Central, se instalaron en la ladera sur del Himalaya hace más de nueve siglos. Las dos primeras noches del trekking nos alojaremos en *home stays*, casas de habitantes locales donde podremos saborear la comida local orgánica y disfrutar de su hospitalidad.

A continuación, descenderemos a las profundidades del **rio Budhi Gandaki** y remontaremos su curso encajados entre grandes paredes, densa vegetación subtropical e impresionantes cascadas hasta adentrarnos en el valle de Nubri.

El **valle de Nubri** es una joya en todos los sentidos. Un cúmulo de aldeas tradicionales y monasterios budistas, en una zona donde parece que el tiempo se detuvo hace generaciones. El valle de Nubri se divide geográfica y culturalmente en dos partes: **Kutang**, la parte baja del valle donde las cosechas crecen abundantes, habitada por grupos indígenas Gurung y tibetanos; y **Nubri**, las frías y desoladas tierras altas del valle, habitadas exclusivamente por gente tibetana.

Durante nuestro recorrido visitaremos el **monasterio de Punggyen**, situado en una llanura a 4.000 metros de altitud, a los pies de un espectacular **Manaslu**, que se eleva hasta más de 8000 metros delante de nuestro y podremos alcanzar el campo base del Manaslu, donde veremos al gigante por otra vertiente, además del imponente **glaciar** que baja imparable hasta formar un lago en su morrena terminal. Ganaremos progresivamente altura por el valle hasta llegar al **collado Larke La**, punto culminante del trekking con sus 5180 metros. Macizos como el Himlung Himal y la cima del Annapurna II se nos mostrarán altivos durante el descenso. Finalmente, la bajada por el valle glaciar de **Bhimgang** nos llevará hasta el cañón del río **Marsyangdi**, donde pondremos fin a nuestra aventura.

**Jordi Arévalo** es el guía de montaña de Rutes Pirineus que nos acompañará durante toda la estancia en Nepal. Jordi es un gran conocedor del Nepal -con una dilatada experiencia en el país desde su primera visita en 2014- y es quien ha diseñado el trekking cuidando cada detalle. Gracias a ese conocimiento del país, alternaremos lugares clásicos imprescindibles con algunas variantes que nos alejan de la ruta más turística y nos aportan una visión complementaria y más auténtica del Nepal y el Himalaya. Jordi será el encargado de introducirnos poco a poco en las costumbres y la cultura nepalí y de gestionar el día a día de la ruta.

La inmensidad del Himalaya ante nosotros pasando por seis grandes macizos durante el recorrido: Ganesh Himal (7.422 m), Singri Himal (7.161 m), Manaslu (8.163 m), Pangbuche Himal (6.700 m), Himlung (7.140 m) y Annapurna (8.091 m). El *Círculo del Manaslu. Descubriendo el valle de Nubri* es una experiencia única para sentir Nepal y sus grandes montañas en toda su esencia, lejos de las masificaciones de otros grandes recorridos. ¿Nos acompañas en esta gran aventura?



## DESTINO NEPAL

¿Quién no ha soñado alguna vez con las cumbres más altas del planeta? ¿Qué nos viene a la mente cuando pensamos en Nepal? Una tierra lejana, exótica, espiritual -donde **las montañas son consideradas moradas de los dioses** por sus gentes-, de una riqueza cultural incomparable donde alrededor de 100 etnias conviven en armonía en un territorio la cuarta parte de extenso que la península ibérica. Un país de colores vivos, contrastes, sonrisas, leyendas y magia.

Cuenta la **leyenda** que el origen de Nepal se localiza en el **valle de Katmandú**, por entonces un inmenso lago de aguas turquesas que reflejaba las montañas del Himalaya. En el centro del lago crecía una preciosa **flor de loto** que irradiaba luz divina. **Manjurshri**, el dios de la sabiduría, maravillado por la belleza de aquel lugar, decidió drenar aquellas aguas para que una civilización creciera alrededor de esa luz. Con su espada divina, hizo varios **cortes en las colinas** y el lago se vació, dejando un precioso valle fértil, el valle de Katmandú. Allí donde se posó la flor de loto se construyó la **stupa de Swayambhunath**, templo de peregrinación para hindúes y budistas.

Para entender la cultura milenaria de esta región encerrada entre *cuatro pasos de montaña*, que es el significado de Nepal, es de vital importancia comprender el papel que juegan estas montañas en el **aislamiento del territorio**, a la vez que en su protección. Aun con su diminuto tamaño y situado entre dos potencias (India y China), este país está orgulloso de no haber sufrido nunca la colonización ni la ocupación extranjera. Esto les ha permitido conservar su personalidad propia y sus costumbres de manera intacta hasta que a partir de 1950 empezó a abrirse a la influencia exterior.

El **valle de Katmandú**, conocido antiguamente como la **región de Nepal Mandala**, ha sido históricamente un enclave próspero y fértil. Gracias a su estratégica situación, cruce de caminos entre civilizaciones y centro neurálgico de las rutas comerciales entre el Tibet y la India, ha sufrido un importante **desarrollo urbano**, especialmente entorno a sus tres grandes reinos fuertes: Bhadgaon (Bhaktapur), Kantipur (Katmandú) y Lalitpur (Patan).

Estos antiguos reinos vecinos fueron rivales desde el siglo XV hasta la unificación de Nepal en el siglo XVIII. Tres siglos en los que su rivalidad no solo se reflejó en la guerra, sino también mediante la promoción de la arquitectura, el arte y la cultura, que florecieron debido a la competencia. Tanto es la belleza de su legado arquitectónico que **siete de sus monumentos**, las tres plazas Durbar, las *stupas* budistas de Swayambhunath y Boudanath, y los templos hinduistas de Pashupatinath y Changu Narayan, han sido declarados **Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO**.





## RECORRIDO

- **Día 1. Vuelo ciudad de origen - Katmandú.** Noche a bordo.

- **Día 2. Llegada a Katmandú.** Altitud pernocta: 1.400 m.

Llegada al aeropuerto internacional Tribhuvan de Katmandú. Nos recibe el guía de Rutes Pirineus para acompañarnos en vehículo privado al hotel, situado en el barrio de Thamel. Después de instalarnos tendremos tiempo libre para pasear por la ciudad. Cena de bienvenida en el hotel a cargo de nuestros anfitriones. Presentaciones y briefing del guía para revisar los detalles del trekking, organización, recogida permisos (es necesario llevar dos fotografías tipo carnet), dudas... En el hotel podemos dejar la parte del equipaje que no vayamos a utilizar hasta la vuelta a Katmandú. Noche en Katmandú.

- **Día 3. Visita cultural Bhaktapur y gestión de permisos.** Altitud pernocta: 1.400 m.

Después de desayunar, nos desplazaremos hasta la ciudad de Bhaktapur en furgoneta privada (1 h). Esta ciudad fue uno de los tres reinos fuertes del valle de Kathmandú. Repleta de templos y edificios históricos es una delicia pasear por sus calles. Visitaremos su plaza Durbar, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, callejearemos tranquilamente envueltos en la magia del lugar, pasearemos por la plaza de los alfareros, probaremos la típica comida Newari y visitaremos el sorprendente museo del pavo real, el nombre del cual proviene de una famosa ventana tallada en madera en forma de pavo real. Vuelta al hotel para descansar y gestionar los últimos preparativos antes de ir a las montañas.

- **Día 4. Transfer Katmandú - Barpak.** Altitud pernocta: 1.975 m.

Empezamos pronto la jornada para coger nuestro transporte hacia Barpak. Tenemos unas 8 horas de carretera y caminos hasta llegar al multiétnico pueblo de Barpak. Durante el recorrido pararemos a comer. El bonito y pintoresco pueblo de Barpak, situado en lo alto de una colina, fue completamente devastado por el terremoto de 2015, al ubicarse cerca de su epicentro. Actualmente y después de muchos esfuerzos, los habitantes han vuelto a una relativa normalidad. Nos alojaremos en un home stay, en casa de una familia local.

- **Día 5. Etapa 1. Barpak - Laprak.** Altitud pernocta: 2.200 m.

*Distancia: 7,5 km | Desnivel: +900m/-675m | Tiempo de actividad: 5:00h*

Primer día de ruta ¡Empezamos a caminar! Jornada corta pero intensa en la que ascendemos 900 m por una loma. En lo alto de la colina encontraremos un pequeño *lodge* con buenas vistas donde pararemos a comer. Seguimos cuesta abajo, entre pastos, hasta llegar a nuestro destino. Laprak es una aldea preciosa, habitada por la etnia Gurung. Situada en una fértil ladera, está rodeada por terrazas de cultivo. Sus calles son un maravilloso laberinto por donde perderse y perder la noción del tiempo. Una verdadera joya. Segunda noche en *home stay*. Nuestra anfitriona Maya, nos deleitará con el mejor Dal bhat que jamás hayamos probado.

- **Día 6. Etapa 2. Laprak - Khorlabesi.** Altitud pernocta: 895 m.

*Distancia: 13 km | Desnivel: +500m/-1.805m | Tiempo de actividad: 6:30h*

Empezamos la jornada cuesta abajo para cruzar el río Machha Khola y pasar a la otra ladera del barranco, donde empezamos a ascender. Desde esta vertiente se aprecian los pueblos de Laprak y Gumda con sus infinitas terrazas de cultivo, es impresionante el trabajo que han realizado los agricultores locales durante generaciones para adaptarse a las pendientes. Rodeamos una loma y aparece por primera vez el imponente el macizo del Ganesh Himal (7.422 m) entre las nubes. Estamos en Singla donde paramos a comer. Nos queda un descenso de 1100 metros que nos llevará a las profundidades del cañón del Budhi Gandaki. Dejamos atrás las verdes terrazas de miho y los pueblos coloridos para llegar a la gris Khorlabesi.





## RECORRIDO (continuación)

- **Día 7. Etapa 3. Khorlabesi - Salleri.** Altitud pernocta: 1.420 m.

*Distancia: 19 km | Desnivel: +600m/-75m | Tiempo de actividad: 8:30h*

Encajados entre grandes paredes de roca y vegetación avanzamos río arriba por una pista en construcción. Pronto cruzamos el río a través de un puente colgante, a la vez que el cañón gana en espectacularidad, con grandes paredes y cascadas bajando por sus laderas. En Dobhan el valle se ensancha dejando pasar los rayos de sol y devolviendo el color al paisaje. Más adelante, el cañón vuelve a estrecharse y el camino tira para arriba. Llegamos a un punto, donde la pendiente se suaviza y, de repente, aparece ante nosotros una gran llanura flanqueada por inmensas paredes. Estamos en Yaru, un lugar escénico y mágico, ideal para comer. Continuamos hacia Jagat y Salleri a través de un camino tallado en la roca que flanquea las salvajes paredes. En Salleri conviven los cómodos alojamientos para turistas con las viejas y tradicionales casas de la gente local. Fin de una jornada espectacular.

- **Día 8. Etapa 4. Salleri - Deng.** Altitud pernocta: 1.900 m.

*Distancia: 17 km | Desnivel: +750m/-270m | Tiempo de actividad: 6:30h*

A los pocos minutos de salir de Salleri aparece por primera vez el macizo del Singri Himal con sus cumbres de más de 7000 m. Progresivamente vamos ganando altura mientras las vistas ganan belleza. Llegamos al puente colgante que cruza el río en dirección a Philim. Nosotros no cambiamos de orilla y seguimos por una ruta alternativa hacia la aldea de Bhangsing. Esta es una bonita, caótica y pobre aldea tradicional. Sus casas son de piedra, llenas de víveres y leña amontonada. Paramos a comer. Cruzamos otra vez el río para empalmar de nuevo con el itinerario principal. A partir de aquí, reseguimos el río por la parte baja del cañón. Sus paredes vuelven a estrecharse, dejándonos en la oscuridad. Pasamos varios asentamientos hasta llegar a Deng.





## RECORRIDO (continuación)

- **Día 9. Etapa 5. Deng - Namrung.** Altitud pernocta: 2.665 m.

Distancia: 16 km | Desnivel: +900m/-35m | Tiempo de actividad: 7h

Hoy entramos en la parte baja del valle de Nubri llamada Kutang. Empezamos a ver las influencias tibetanas en la vestimenta, los chortens y los monasterios. El cañón ha dado paso a un estrecho valle donde los pocos lugares llanos están cubiertos de campos de cebada. Pasamos por los pueblos de Bihi, Ghap hasta llegar a Namrung.

- **Día 10. Etapa 6. Namrung - Shyala.** Altitud pernocta: 3.515 m.

Distancia: 14 km | Desnivel: +1.050m/-200m | Tiempo de actividad: 7h

Jornada mágica donde vamos ganando altura por el precioso valle de Nubri. Campos de cebada flanqueados por masas forestales de coníferas y empinadas laderas que nos llevan hasta las cimas nevadas. Llegamos a Lihi, abriéndose a nuestra izquierda un valle misterioso con el Himalchuli (7.893 m) de fondo. Seguimos remontando el valle de Nubri, dejando los muros Mani a nuestra derecha, hasta el siguiente pueblo, Sho. Aquí empiezan a sacar la cabeza los gigantes de hielo, preludio de lo que nos espera. Llegamos a Lho en un contraste de colores especial. Los verdes amarillentos de los campos de cebada sobre las laderas marrones, el verde oscuro de los bosques de coníferas y el majestuoso Manaslu, con su sabana blanca y sus dos cuernos en un fondo azul. Envueltos en la magia del valle de Nubri llegamos a Shyala, rodeados de las grandes cumbres del macizo del Manaslu.

- **Día 11. Etapa 7. Shyala - Punggyen Gompa - Sama.** Altitud pernocta: 3.520 m.

Distancia: 12,5 km | Desnivel: +650m/-645m | Tiempo de actividad: 6h

Al suroeste de Shyala sale un valle glaciar por donde nos adentraremos en la etapa de hoy ganando altura entre bonitos bosques de coníferas. Los alerces destacan con colores otoñales entre el verde intenso que los rodea. Llegamos a una llanura a 4.100 metros, rodeados por un circo de montañas enormes. Nos encontramos en la falda de un Manaslu más grande que nunca. Allí, comemos nuestro picnic y disfrutamos de este espectacular entorno. Deshacemos parte del camino para volver a la zona alta del valle de Nubri. Una última mirada atrás para despedir el inmenso circo y poner rumbo a Sama.





## RECORRIDO (continuación)

- **Día 12. Etapa 8. Aclimatación en Sama.** Altitud pernocta: 3.520 m.

*Distancia: varias opciones | Desnivel: varias opciones | Tiempo de actividad: varias opciones*

Día de aclimatación en Sama. Tenemos varias opciones. Una corta excursión al lago Birendra, situado a 3.800 metros, en la morrena terminal del glaciar del Manaslu. Una excursión más ambiciosa, de 7h ida y vuelta, al campo base del Manaslu situado a 4.848 m, con impresionantes vistas sobre la cima de la montaña y su glaciar. También podemos perdernos entre las calles del tradicional pueblo de Sama y contemplar la vida cotidiana de sus habitantes. Cualquier opción será un acierto.

- **Día 13. Etapa 9. Sama - Samdo.** Altitud pernocta: 3.860 m.

*Distancia: 8 km | Desnivel: +360m/-20m | Tiempo de actividad: 4h*

Jornada corta para aclimatar nuestros cuerpos a la altura de estas montañas. A partir de Sama, el alto valle de Nubri hace un giro de casi 90 grados, llevándonos hacia el norte, camino del Tibet. La ancha y árida llanura del valle es transitada por comerciantes tibetanos, a lomo de sus caballos, guiando al resto de caballos y burros que transportan bienes de intercambio. Tarde de descanso o corta caminata de aclimatación.

- **Día 14. Etapa 10. Samdo - Dharmasala.** Altitud pernocta: 4.460 m.

*Distancia: 3 km | Desnivel: +670m/-70m | Tiempo de actividad: 3h*

Hoy pasaremos la noche a más altitud del trekking en el asentamiento de temporada de Dharmasala. Desde Samdo remontamos el valle que sale al oeste donde el camino se empina rápidamente. Llegaremos a nuestro destino entre altas cimas y glaciares. Aquí pasaremos una fría y austera noche -en un entorno natural bellísimo y sobrecogedor- antes de dirigirnos el collado Larke La.





## RECORRIDO (continuación)

- **Día 15. Etapa 11. Dharmasala - Bhimtang.** Altitud pernocta: 3.750 m.

*Distancia: 15 km | Desnivel: +800m/-1.510m | Tiempo de actividad: 8h*

Empezamos la jornada bajo las estrellas para poder llegar a buena hora al collado. El camino asciende progresivamente por la morrena del glaciar. Entre lagos, glaciares, caos de rocas y paredes verticales llegamos al collado Larke La, a 5.180 m de altitud. Corta parada para disfrutar del ambiente y comer algo antes de empezar el largo descenso. Unos 1.400 metros de bajada, la primera parte empinada y resbaladiza, nos llevará a Bhimtang, una llanura con vistas excepcionales de la cara oeste del macizo del Manaslu. Aquí dispondremos de todo tipo de comodidades después de la austera noche anterior.

- **Día 16. Etapa 12. Bhimtang - Dharapani.** Altitud pernocta: 2.260 m.

*Distancia: 22 km | Desnivel: +150m/-1.640m | Tiempo de actividad: 8h*

Jornada larga de descenso en la que pondremos a prueba nuestras rodillas. Empezamos al lado del glaciar de Bhimtang, entre vegetación arbustiva y el caos del glaciar. A medida que perdemos altitud entramos en la zona templada, con su densa masa boscosa compuesta por coníferas y árboles de la familia *quercus*. Travesamos una mágica zona de tejos que no tiene desperdicio. La humedad y el calor nos abrazan de nuevo después de varios días de frío. Última noche del trekking en Dharapani.

- **Día 17. Transfer Dharapani - Katmandú.** Altitud pernocta: 1.400 m.

Después de un buen desayuno, cogaremos nuestro jeep en Dharapani para llevarnos hasta Besisahar, 3 horas de carretera por el cañón del Marsyangdi. En Besisahar cambiamos de transporte y seguimos hasta Katmandú, unas 6 horas más. Larga jornada de transición hacia la capital, aunque posiblemente nuestra alma y mente seguirán por unos días en las montañas del Himalaya, moradas de los dioses para la gente local. Por la noche tendremos innumerables opciones para disfrutar de una buena cena, después de tantos días con posibilidades limitadas.

- **Día 18. Día libre en Katmandú.** Altitud pernocta: 1.400 m.

Última jornada en el país de las montañas. Podremos aprovechar el día para realizar compras por el barrio de Thamel o bien visitar alguno de los muchos templos del valle, declarados Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Por la noche, cena de despedida con el equipo de guías y portejadores del trekking para poner el punto final a este inolvidable viaje.

- **Día 19. Vuelo Katmandú - ciudad de origen.**

Transfer al aeropuerto desde el hotel con 3 horas de antelación. Vuelta a casa.

Nota: el itinerario previsto podrá variar ligeramente en función de las condiciones meteorológicas y del estado del terreno.





## FICHA RESUMEN

**Duración de la actividad:** 19 días - 17 noches en Nepal - 12 etapas.

**Exigencia física:** Media-Alta. Ruta adecuada para personas que practican deporte con frecuencia o están habituadas a realizar caminatas de día entero con desniveles importantes. Durante el itinerario alcanzamos una altitud máxima de 5.180 m (collado Larke La). La aclimatación a la altitud es progresiva. Es necesario haber realizado alguna ruta de varios días previamente.

**Dificultad técnica:** La ruta transcurre por terrenos de alta montaña: senderos, terrenos irregulares, canchales y zonas de bloques. No hay pasos técnicos que requieran el uso de cuerda. Es necesario haber realizado rutas por terrenos de alta montaña previamente.

**Distancia total:** 150 km (12 etapas).

**Desnivel acumulado:** +7.330m/-6.945m (12 etapas).

**Grupo:** máximo 12 personas.

**Época recomendable:** octubre y noviembre.

**Punto de encuentro:** Aeropuerto de Katmandú. El guía de Rutes Pirineus te recogerá en el aeropuerto de Katmandú de acuerdo con tu plan de vuelos.

**Punto de finalización:** Aeropuerto de Katmandú.

**Material individual imprescindible:** Durante el día, sólo se llevará la ropa necesaria de cada jornada porque el resto será transportado por los porteadores. Es importante llevar poco peso para andar con comodidad, por lo que se recomienda equiparse con material ligero.

Es imprescindible llevar ropa de montaña para realizar la ruta (chaqueta impermeable con membrana Gore-tex o similar, chaqueta de plumas o Primaloft, forro polar, camisetas térmicas de manga corta/manga larga, pantalones de montaña para caminar y pantalones de repuesto para descansar, calcetines de montaña), botas de montaña de caña media-alta para proteger los tobillos, guantes, braga y gorro. Ropa de recambio para cambiarse en los alojamientos. Para el sol: gafas de sol, crema solar, protección para los labios y gorra. Mochila de montaña adecuada para el dia (20-30 litros) con funda impermeable. Bolsa de viaje o mochila para llevar el resto de material y pertenencias que transportarán los porteadores (máximo 12 kg). Cantiplora/botella rellenable, pastillas potabilizadoras, filtro de agua (opcional). Frontal o linterna. Pilas / baterías. Saco de dormir 4 estaciones (temperatura de confort 0°C). Saco-sábana. Toalla ligera. Chanclas. Botiquín y neceser personal. Bolsitas tipo zip para proteger y mantener secos objetos importantes. Bolsas tipo basura para proteger saco de dormir y ropa de recambio. Bastones telescópicos para andar. Tapones para los oídos para las noches en los lodges (opcional).

**Alimentación:** Las cenas, los desayunos y las comidas durante el trekking nos los proporcionan los alojamientos y nuestro equipo de porteadores. En Katmandú, los desayunos nos los proporcionará el hotel.

**Observaciones:** Los lodges en los que nos alojaremos durante el trekking suelen ser confortables y acogedores, con habitaciones dobles pequeñas y una sala comedor común con estufa de leña. El lavabo es compartido y muchas veces se encuentra en el exterior del edificio principal. En muchos se puede disponer de ducha de agua caliente pagando una pequeña cantidad extra. En algunos lodges, la electricidad es escasa y proviene de instalaciones solares, por lo que se cobra la carga de las baterías. La comida es variada en algunos lodges y más sencilla en otros.

Nota: Rutes Pirineus no se hace responsable de los incidentes ocasionados por no llevar el material imprescindible indicado. Rutes Pirineus se reserva el derecho de excluir un participante si este no lleva el material imprescindible. Si alguna persona toma algún tipo de medicación, sufre alguna patología o ha tenido alguna lesión recientemente, por favor comentadlo en el momento de realizar la reserva.



## PRECIO

### FORMATO DE GRUPO ABIERTO

Conformación del grupo por parte de RUTES PIRINEUS en las fechas que se indican en la sección "Fechas programadas" de la [ficha web](#) de esta travesía:

- **Precio total** reserva anticipada 30 días (guiaje + refugios): **1.749 €/persona** (IVA incluido). **-5%**
- **Precio total** reserva última hora (guiaje + refugios): **1.841 €/persona** (IVA incluido).
- Suplemento habitación individual en Katmandú: **78 €/persona** (IVA incluido).

**Reserva anticipada 5% de descuento:** confirma tu reserva 30 días o más antes de la fecha de salida y disfruta de un 5% de descuento. Una reserva se considera confirmada con el abono de la paga y señal correspondiente.

#### El precio incluye:

- La planificación y preparación de la ruta y el seguimiento de las condiciones meteorológicas y del terreno antes y durante su realización.
- La gestión de la inscripción y el asesoramiento personalizado antes de la ruta.
- La realización de la ruta guiada (guía de montaña titulado de Rutes Pirineus durante todo el viaje en Nepal + guía de montaña local de habla inglesa y equipo de porteadores durante el trekking).
- Traslados en Katmandú: aeropuerto – hotel – aeropuerto.
- El alojamiento en hotel en Katmandú (4 noches) en modalidad de Alojamiento y Desayuno en habitación doble compartida.
- El alojamiento durante el trekking (13 noches) en *home stay / lodge / campamento* en modalidad de Pensión Completa (alojamiento, desayuno, comida y cena, té y café en cada comida).
- Cenas de bienvenida y de despedida en Katmandú (2 cenas).
- Desplazamiento hasta la ciudad de Bhaktapur y entrada para la visita cultural a la ciudad.
- Visita cultural a la ciudad de Bhaktapur con guía turístico local de habla castellana.
- Permisos de accesos al Área de Conservación del Manaslu e impuestos gubernamentales y locales.
- Transfers Kathmandú – Barpak, Dharapani – Besi Sahar y Dharapani – Kathmandú.
- Salarios, comidas, alojamiento, seguro y transporte de todo el equipo de guías y porteadores.

#### El precio no incluye:

- Vuelo internacional a Katmandú.
- Comidas y cenas en los días que se duerme en Katmandú. Precio orientativo: 3-5 €/persona.
- Entradas a monumentos o visitas culturales excepto aquellas indicada en "El precio incluye".
- Visa para entrar al país. Gestión por parte del participante antes del viaje. Precio: 50 USD.
- Seguro personal obligatorio de accidentes y asistencia en viaje. Ver apartado específico.
- Cargas de los aparatos electrónicos y consumos extras en los lodge (agua caliente en duchas, etc.).
- Gastos personales de bar, bebidas (también el agua mineral), lavandería, teléfono... en todo el viaje.
- Los gastos ocasionados por el abandono de la ruta por cualquier motivo, los gastos ocasionados por cambios en el recorrido por motivos de seguridad (transfers, cambios en alojamiento...).
- Propinas para el guía local y porteadores.

Nota: el grupo mínimo necesario para realizarse la actividad es de 6 personas. En caso de no poderse formar el grupo mínimo necesario, se devolverá el 100% del importe. Para grupos de 9 personas o más, por favor solicitar presupuesto a medida.



## PRECIO (continuación)

### FORMATO DE GRUPO PRIVADO

En caso de querer realizar la travesía en formato de grupo privado (un guía para vosotros solos), contáctanos por email ([info@rutespirineus.cat](mailto:info@rutespirineus.cat)) o teléfono y te prepararemos un presupuesto a medida.



## RESERVA Y PAGO

Para cualquier consulta no dudes en contactarnos: [info@rutespirineus.cat](mailto:info@rutespirineus.cat) / +34 691 772 966.

La reserva se puede hacer por email o mediante el formulario web. Una reserva se considerará confirmada una vez efectuado el pago.

**Rutes Pirineus quiere insistir en la necesidad de realizar la reserva con la máxima anticipación posible para garantizar la disponibilidad de plaza.**



## SEGURO OBLIGATORIO DE ACCIDENTES Y ASISTENCIA

Para realizarse este trekking, solicitamos a todos los participantes disponer de un **seguro de accidentes y asistencia sanitaria** que incluya coberturas de rescate en helicóptero hasta una altitud de 6.000 m en Nepal en las fechas de realización del viaje.

Las compañías de seguros ofrecen pólizas de este tipo y puedes contratarla por tu cuenta y facilitarnos el certificado del seguro contratado 15 días antes del viaje. O bien, si prefieres, puedes contratarlo con Rutes Pirineus.

En este enlace puedes consultar las características del seguro de asistencia y anulación que nosotros ofrecemos y recomendamos [VIP PLUS 2000 EXPERIENCES](#).

El precio de este seguro, teniendo en cuenta la duración del viaje, el país de residencia (Europa), el país de destino (Nepal) y la cobertura de 2.000 € en gastos de anulación es de **175 €/persona**. Si te interesa contratarlo, en el momento de formalizar la reserva podrás indicarlo.



## VISADO

Para la gestión del visado y para la entrada al país, el pasaporte debe tener una validez mínima de 6 meses.

La solicitud del visado se hace online. Hay que seguir los siguientes pasos:

1. Entrar en el siguiente enlace: <https://nepaliport.immigration.gov.np/> y escoger la opción **Visa On-arrival**. Seleccionar **Tribhuvan International Airport (TIA)** cuando pregunta por el punto de entrada "choose your entry point".
2. En la siguiente página hay que rellenar un primer formulario y luego un segundo y un tercero, con los datos del pasaporte, además del tipo de visa a escoger. **Seleccionamos el visado de turismo para 30 días, con un coste de 50 \$, a pagar cuando lleguemos al aeropuerto de Katmandú**. Aceptan el pago del visado en euros. Imprimir un resguardo de la aplicación del visado.
3. Al llegar al país, en el aeropuerto, **hay que dirigirse a los puestos oficiales de inmigración con el resguardo del visado y el pasaporte**. Es necesario llevar **dos fotografías del tipo carnet**.



## LLEGADA A KATMANDÚ

Varias compañías operan vuelos con destino a Katmandú desde Barcelona o Madrid con 1 escala en ciudad intermedia: [Turkish Airlines](#) (con escala en Estambul), [Emirates](#) (con escala en Dubai), [Qatar Airways](#) (con escala en Doha).

Según tu nacionalidad y el país donde se realice la escala, puede ser necesario tramitar un visado de tránsito o de entrada para ese país intermedio. Es responsabilidad del viajero informarse previamente y gestionar, en su caso, el visado correspondiente de acuerdo con las políticas de inmigración y de la compañía aérea utilizada.



## DINERO / DIVISAS

La moneda oficial en Nepal es la **rupia nepalí**. Aunque también se aceptan las principales monedas internacionales, como el euro o el dólar, en las principales ciudades.

Hay que llevar **dinero en efectivo** para el trekking, por los imprevistos que puedan surgir. Además, en la mayoría de las zonas no hay acceso a cajeros automáticos ni se acepta el pago con tarjeta.

No es necesario cambiar dinero en el país de origen ya que las comisiones y tasas de cambio de los bancos y casas de cambio son muy elevadas. En cambio, en Katmandú, hay gran cantidad de casas de cambio oficiales, sin comisiones y tasas de cambio muy ajustadas. En general, tampoco es ventajoso cambiar dinero en el aeropuerto, aunque la decisión es personal.

Una vez en Katmandú, durante el primer y segundo día, el guía de Rutes Pirineus puede ayudarte / orientarte en la gestión del cambio de euros a rupias.

**Propinas:** en Nepal, tanto los porteadores como el guía local están habituados a recibir propina al finalizar el trekking. No dársela se percibe como una ofensa. La cantidad recomendable para un trekking de las características del que nosotros realizamos es de 50 € por participante. Además, también es recomendable dar una propina orientativa de unos 2,5 € por participante al guía local de la visita a Bhaktapur.

Orientativamente, recomendamos plantear este viaje con un efectivo de **450 – 500 €/persona** para cubrir todos los gastos extras, comidas, imprevistos, propinas, compras personales...



## METEOROLOGÍA

Debido al amplio rango de altitudes por las que andaremos durante el trekking (895 m – 5180 m), **el clima varía enormemente en todos los aspectos**: temperaturas, humedad, precipitación y viento. Las oscilaciones de temperatura entre el día y la noche en altitud son también muy amplias. Con todas estas variaciones vamos a resumir las condiciones que encontraremos en **octubre y noviembre**, fechas en las que normalmente realizamos este trekking. En otras épocas la ruta también se puede llevar a cabo perfectamente (consultar).

**Precipitaciones.** Normalmente octubre y noviembre son meses secos en los que predominan los cielos despejados. Aun así, dependiendo del final de monzón, que varía de un año a otro, en la primera quincena de octubre se pueden dar algunas precipitaciones residuales en altitudes bajas-medias.

**Temperaturas.** Zonas bajas-medias (800 a 2000 m) entre 20-28°C durante el día, decreciendo a medida que avanza el noviembre. 12-17°C durante la noche. En zonas medias-altas (3000 a 4000 m) las temperaturas a mediodía serán agradables al sol, entre 8-13°C, y frías tras la puesta de sol, llegando a valores negativos por la noche. En las zonas más altas del recorrido (4000 a 5000 m), temperaturas diurnas entre 0-5°C y nocturnas hasta -10°C.

**Viento.** A partir de altitudes medias-altas es habitual encontrarnos vientos moderados incluso fuertes en los collados, especialmente a partir de mediodía. Esto, junto con las temperaturas en altitud, puede resultar en una sensación térmica bastante menor.

**Exposición al sol.** Hay que tener en cuenta que el sol, en estas latitudes, incide de manera más directa sobre nosotros, aumentando tanto sus efectos positivos como negativos. También, a medida que aumenta la altitud, los efectos del sol aumentan. Es importante proteger la piel expuesta con crema solar, gafas, gorra e hidratarse continuamente.

En cualquier caso, siempre puede haber cambios de tiempo, incertidumbre meteorológica y fenómenos atmosféricos no previstos, por lo que debemos estar preparados para condiciones fuera de las habituales.





## ALGUNAS COSAS QUE TE CONTAREMOS...

- Los seis grandes macizos que avistaremos durante el recorrido: Ganesh Himal (7.422 m), Singri Himal (7.161 m), Manaslu (8.163 m), Pangbuche Himal (6.700 m), Himlung (7.140 m) y Annapurna (8.091 m).
- La gran diversidad de ecosistemas y paisajes que descubriremos durante el trekking.
- El valle de Nubri, un valle tibetano con pueblos tradicionales y monasterios budistas.
- La riqueza étnica y cultural de Nepal. La cultura hindú, el budismo tibetano, las prácticas animistas...
- Inmersión cultural y comida orgánica local en las dos noches que nos alojaremos en casas de familias locales.
- El collado Larke La: 5.180 m de altitud.
- El campo base del Manaslu.

## ...Y MUCHOS DE LOS GRANDES SECRETOS DEL HIMALAYA!

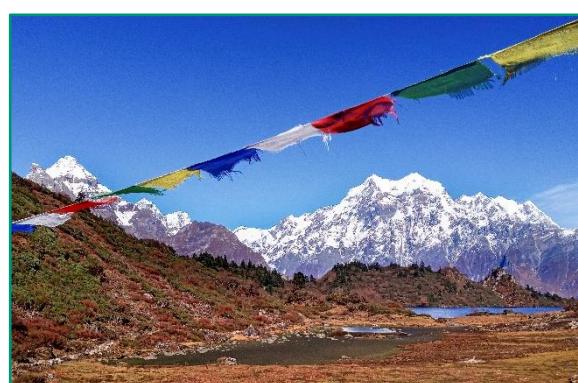
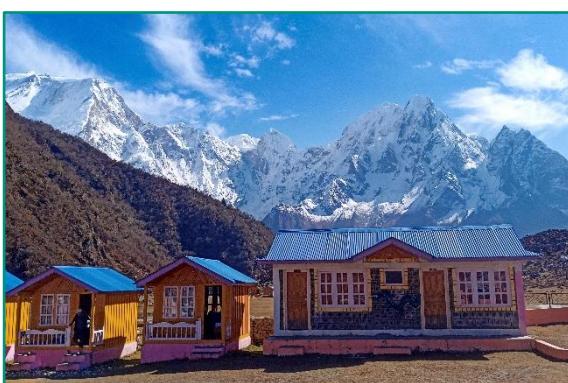


## ¿POR QUÉ CON RUTES PIRINEUS?

- ✓ Porque gracias a nuestro guiaje **no tendrás que preocuparte** por la seguridad, por el recorrido, por la gestión de los tiempos ni por las dificultades que la ruta pueda presentar.
- ✓ Porque durante el itinerario haremos **interpretación del medio natural** y hablaremos de flora, fauna, geografía y geología. ¡Y vivirás la montaña como nunca antes lo has hecho!
- ✓ Porque nos encargamos de la **formación de grupos -reducidos-** y tenemos **un gran equipo** de guías.
- ✓ Porque gestionamos las **reservas en los alojamientos** y aseguramos las plazas.
- ✓ Porque queremos que disfrutes de la montaña, **iy goces de una experiencia maravillosa!**



## ALGUNAS IMÁGENES...





## SOSTENIBILIDAD Y ECOTURISMO: NUESTRO COMPROMISO

### En Rutes Pirineus...

- Pensamos que el único "turismo" posible hoy es aquel que es **sostenible y del todo respetuoso con el medio natural y social** donde se desarrolla.
- Entendemos por **turismo sostenible** el conjunto de servicios relacionados con la acción de viajar por ocio o por el propio gusto de conocer que **se ofrecen, se contratan y se ejecutan de manera sostenible ambientalmente, económico y socialmente** hablando.
- Vivimos *en* y *de* los Pirineos, una región montañosa de una **riqueza natural y sociocultural** extraordinarias pero, al mismo tiempo, muy **frágil y sensible** a los efectos del cambio climático y las transformaciones sociales y económicas globales.
- Pensamos que **todas las acciones tienen consecuencias...** y creemos que esto es una **oportunidad** para poder contribuir a hacer un mundo mejor para nuestros hijos e hijas.
- Nos proponemos ser la compañía de guías de montaña con los **máximos grados de calidad en sostenibilidad medioambiental y social** en la realización de rutas y travesías de senderismo y actividades de alta montaña.

### Y para ello...

- Somos un equipo de personas **entusiastas, exigentes y comprometidas** con el trabajo que hacemos cada día.
- Favorecemos el **desarrollo de la economía local** tejiendo alianzas con agentes y colaboradores, trabajando conjuntamente con proveedores fuertemente arraigados al territorio.
- Somos **miembros activos de la Taula de Camins**, órgano consultivo del Instituto para el Desarrollo del Alto Pirineo y Arán (IDAPA) en materia de caminos y de las actividades que los utilizan.
- Diseñamos experiencias guiadas que ofrecemos **teniendo en cuenta todos los elementos** que las conforman con el objetivo de **maximizar la sostenibilidad y la coherencia del conjunto**: alojamientos, caminos, ecosistemas y paisajes, aproximaciones, guías, accesos, materiales...
- Trabajamos para que los **refugios y alojamientos** donde hacemos noche tomen conciencia de la crisis climática en la que nos encontramos y **adopten medidas** de eficiencia energética, de responsabilidad social y de consumo limpio y de proximidad.
- Facilitamos el **acceso a nuestras rutas guiadas con transporte público** estableciendo puntos de inicio y final en lugares accesibles con estos medios.
- Incentivamos el **uso del transporte público** y facilitamos la **compartición de vehículo privado** entre los participantes de nuestras travesías guiadas con el *Eco-vale Rutes Pirineus*.





## CONDICIONES

### SALIDAS ORGANIZADAS DE MÁS DE 1 DÍA (VIAJE COMBINADO)

En el apartado [Condiciones Generales](#) dentro de la página web [www.rutaspirineos.org](http://www.rutaspirineos.org) se incluyen todas las condiciones que aplican en la contratación de cualquier salida organizada de más de 1 día (viaje combinado). En cualquier caso, a continuación resumimos algunas condiciones que consideramos de especial relevancia para este producto en particular:

#### Pago del precio:

1. En el momento de la perfección del contrato el consumidor deberá abonar una suma que corresponda al 40% del precio del viaje combinado o, en su caso, completar hasta ese importe las cantidades que hubiere entregado a cuenta. Si el consumidor no realiza dicho pago, la agencia le requerirá para que lo efectúe en el plazo razonablemente breve que le fije.
2. El pago del resto del precio se efectuará cuando la agencia ofrezca la entrega al consumidor de los títulos de transporte, bonos de viaje o cualquier otro documento indispensable para la correcta ejecución de las prestaciones que forman el viaje combinado. Si el consumidor no realiza dicho pago, la agencia le requerirá para que lo efectúe en el plazo que le fije. Si no le fija plazo, se entenderá que el pago deberá efectuarse a lo más tardar 7 días antes de la salida.
3. La agencia podrá resolver el contrato y aplicar las reglas establecidas para el desistimiento antes de la salida si el consumidor no realiza cualquiera de los pagos previstos en los apartados anteriores en el plazo que corresponda.

#### Derecho de desestimación del consumidor:

1. El consumidor tiene la facultad de desistir del viaje contratado en cualquier momento antes de la salida. Los importes retenidos en caso de desestimación del consumidor serán:

- a) Si se anula antes de 15 días de la fecha de salida del viaje, el 25% del importe de la actividad.
- b) Si se anula entre 15 y 7 días antes de la fecha de salida, el 50% del importe de la actividad.
- c) Si se anula entre 6 y 2 días antes de la fecha de salida, el 75% del importe de la actividad.
- d) Si se anula con menos de 2 días de antelación, el 100% del importe de la actividad.

2. El desistimiento produce efectos desde el momento en que la voluntad de desistir del consumidor llega al conocimiento de la agencia.

3. Conocido el desistimiento, la agencia devolverá al consumidor las cantidades que hubiese abonado en el plazo máximo de un mes, deducidos los gastos de gestión y, en su caso, los gastos de anulación justificados y las penalizaciones.

4. Si el viaje combinado estuviera sujeto a condiciones económicas especiales de contratación, tales como flete de aviones, buques, tarifas especiales u otros análogos, los gastos de gestión, los gastos de anulación y las penalizaciones serán los que indique de modo explícito el folleto para ese viaje o los acordados de modo particular en el documento contractual.

#### Cancelación del viaje por parte del organizador:

El consumidor podrá optar entre: a) Que le reembolsen en el plazo máximo de un mes todas las cantidades pagadas, o b) Que, siempre que la agencia pueda proponérselo, le ofrezcan otro viaje combinado de calidad equivalente o superior. Si el viaje ofrecido es de calidad superior, la agencia no le exigirá suplemento alguno. También podrá aceptar la realización de un viaje de calidad inferior, pero en este caso la agencia le deducirá la diferencia de precio.

En ambos casos, el consumidor tiene derecho a reclamar la indemnización:

1. Si la cancelación del viaje se comunica dentro de los dos meses anteriores a la salida, la agencia deberá abonar al consumidor una indemnización en función del tiempo que falte para la salida, que como mínimo será de: a) El 5% del precio del viaje si se produce con una antelación de más de 15 días y de menos de 2 meses. b) El 10% del precio del viaje, si se produce con una antelación entre los 15 y 3 días. c) El 25% del precio del viaje, si se produce dentro de las 48 horas anteriores a la salida.

2. No existe obligación de indemnizar en los siguientes supuestos: a) Cuando la cancelación se debe a que el número de personas inscritas es inferior al exigido en el folleto o en el contrato para el viaje. En este caso, la agencia debe comunicar por escrito la cancelación al consumidor antes de la fecha límite fijada en el folleto o en el contrato. En su defecto, la agencia debe notificar la cancelación con una antelación mínima de diez días a la fecha de salida. b) Cuando la cancelación del viaje se debe a motivos de fuerza mayor. Son causas de fuerza mayor las circunstancias ajenas a la agencia, anormales e imprevisibles cuyas consecuencias no habrían podido evitarse, a pesar de haber actuado con la diligencia debida.



## ACEPTACIÓN

Rutes Pirineus Turisme Actiu de Muntanya SL (en adelante Rutes Pirineus) es una empresa especializada en la promoción del turismo de montaña en los Pirineos. Rutes Pirineus organiza rutas guiadas y, como organizadora de actividades físico deportivas en el medio natural, cumple con los requisitos que le corresponden según el "Decreto 56/2003", en virtud del cual tiene contratada una póliza de seguro de responsabilidad civil y una póliza de accidentes para participantes. A la vez dispone del personal cualificado de acuerdo a la "Ley 3/2008" de la Generalitat de Catalunya.

Rutes Pirineus está registrada como agencia de viajes con el número de licencia GC-004551.

*Datos fiscales: Rutes Pirineus Turisme Actiu de Muntanya SL. Domicilio: C/11 de Septiembre nº 22 1º, 08750 Molins de Rei (Barcelona). CIF: B66145095. Empresa inscrita en el Registro Mercantil de Barcelona en el "TOMO 44061, FOLIO 26, HOJA B 446.044, INSCRIPCIÓN 1."*

La reserva de una salida de Rutes Pirineus implica la aceptación de los siguientes puntos:

1. Las actividades realizadas en el medio natural, como el alpinismo, el esquí de montaña, las raquetas de nieve y el senderismo, son intrínsecamente peligrosas, en mayor o menor medida según las características de la actividad y salida concreta. En el proceso de reserva, los participantes deben confirmar que conocen y asumen los riesgos que conlleva la actividad propuesta. Por este motivo, Rutes Pirineus declina toda responsabilidad por los daños que pudieran ocurrir fruto de acciones que estén fuera de su alcance y de las condiciones previamente pactadas.
2. Las actividades están sujetas a las condiciones meteorológicas y al número y características de las personas que participen en ellas. Por ello, los horarios y los itinerarios se pueden modificar o, incluso, suspender en parte o en su totalidad si las circunstancias así lo aconsejan, y se hará siempre bajo el criterio de los guías de montaña y de los técnicos acompañantes.
3. El cliente afirma no tener problemas físicos previos a la actividad, no haber ingerido medicamentos que le incapaciten para la correcta realización de la actividad, ni haber consumido, drogas, alcohol o algún tipo de estupefacientes antes de realizar la actividad. Las mujeres deberán comunicar un posible embarazo al efectuar la reserva.
4. Los menores de edad deberán ir acompañados de sus padres o tutores legales. En caso contrario deberán entregar su autorización y consentimiento de participación en la actividad por escrito y debidamente firmada por sus padres o tutores legales.
5. El cliente debe hacer caso en todo momento de las indicaciones y consejos que el guía o técnico le indiquen, así como mostrar respeto al resto del grupo. Rutes Pirineus se reserva en todo momento el derecho de excluir aquellas personas cuyo comportamiento comprometa la seguridad del grupo. En ningún caso, estas personas recibirán indemnización alguna.
6. El material proporcionado para la realización de las actividades estará homologado si así se requiere y siempre se encontrará en un estado de uso correcto. En el caso que el participante lleve material propio, este será supervisado por nuestros técnicos y sólo se podrá utilizar si éstos lo consideran oportuno.
7. De acuerdo con lo dispuesto en el REGLAMENTO (UE) 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO, de 27 de abril de 2016 ('RGPD'), le informamos de que sus datos personales serán tratados por parte de Rutes Pirineus para la propia gestión del pedido y de la actividad o viaje contratado. En ningún caso Rutes Pirineus cederá los datos a terceros, a excepción de aquellos casos en los que la comunicación de sus datos a terceros sea necesaria para poder cumplimentar la finalidad directamente relacionada con la organización, pago o asistencia al producto o servicio contratado. Sus datos personales serán tratados con la máxima confidencialidad. El participante tiene derecho a acceder a sus datos, modificarlos o suprimir en cualquier momento, enviando un correo electrónico a info@rutespirineus.cat o bien una carta por correo postal a: c/Onze de Setembre 22, 1r, 08750 Molins de Rei (Barcelona). Los datos personales se conservarán hasta la finalización del servicio o hasta que exista obligación legal. La legitimación para el tratamiento de los datos personales es el consentimiento del participante. El participante podrá revocar su consentimiento mediante el envío de un correo electrónico a info@rutespirineus.cat. También informamos al participante de su derecho a presentar una reclamación ante la Agencia Española de Protección de Datos, si considera que en el tratamiento de sus datos no se están respetando sus derechos.
8. Rutes Pirineus se reserva la posibilidad de incorporar alguna fotografía de la ruta guiada en sus canales de comunicación y promoción. En ningún caso se venderán estas fotografías a terceros. Si tenéis algún inconveniente, por favor comunicádnoslo.
9. Rutes Pirineus no se hace responsable de los incidentes ocasionados por no llevar el material imprescindible indicado. Rutes Pirineus se reserva el derecho de excluir un participante si este no lleva el material imprescindible.
10. Si algún participante quiere realizar la actividad con un perro acompañante, deberá comunicarlo antes de hacer la reserva.