







nomade
Viajes de aventura y expediciones

RIO Y MONTAÑA EN EL VALLE DE AOSTA (ALPES ITALIANOS): RIO DORA BALTEA Y TRAVESIA DEL GRAN PARADISO

La región del **valle de Aosta** está rodeada por las montañas más altas de Europa (el Mont Blanc, el Cervino, y el monte Rosa). Un territorio de montaña surcado por la **Dora Baltea**, que recorre el valle hasta los pies del Mont Blanc, en la frontera francesa. Nos instalamos en el Noroeste, junto a la Dora Baltea, en el **Parque Nacional del Gran Paradiso**. Una región pintoresca, con numerosos castillos y una interesante mezcla de culturas, lenguas y paisajes que complementan el interés este programa.

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| LOCALIZACIÓN | Valle de Aosta (Alpes Italianos) | | | |
| FECHAS | 15 al 21 de Agosto de 2.009 | | | |
| DIRIGIDO A... | Aficionados a los Deportes de Aventura, con experiencia en Aguas Bravas (kayak, rafting), y/o se desenvuelvan con soltura en el agua. Montaña: buena forma física y experiencia en media montaña. | | | |
| ACTIVIDADES Y NIVELES |  |  |  |  |
| GUIA/S | Coordinador: Txus Ruiz de Erentxun | | | |
| ALOJAMIENTO | Camping/Refugio | | | |
| Nº PARTICIPANTES | 5 / 12 | | | |
| PRECIO | 850,00 € | | | |
| ORGANIZACIÓN TÉCNICA: UR Nomade ha desarrollado el diseño de este programa en colaboración con Viajes Ikea (CIE 2118), de quién depende la organización técnica. | | | | |

PROGRAMA COMPLETO DEL VIAJE



Día 1.- Reunión de todos los participantes en el viaje en el punto de encuentro fijado en el aeropuerto de Milán. Traslado desde el **aeropuerto de Milán**, vía Sant Didier (Valle de Aosta) hasta **Val Veny**, en cuyo camping instalaremos el campamento base. Presentación del programa y los guías. Comida picnic. Tras equiparnos con el material necesario, tomamos un primer contacto con las aguas bravas del primer tramo del río **Dora Baltea**, descendiendo desde **Montbardon** hasta la localidad de **La Salle** en kayak, rafting y canoaf (grado III-IV), un tramo muy continuo y divertido a base de olas y rulos de unos 5 Km. Regreso al campamento base y cena libre.

Día 2.- Desayuno en el campamento. Atacamos hoy el descenso clásico del río **Dora Baltea**, desde **Pre-Sant Didier** hasta **Morgex**, en un recorrido de grado IV. Comida picnic. Visita a **Courmayeur**, localidad situada a los pies del Mont Blanc, al otro lado de Chamonix, rodeada por paisajes espectaculares; el pueblo no desentona con sus bonitos edificios de montaña y pequeñas callejuelas, una cocina excelente, bonitas tiendas, etc. Nos trasladamos a continuación hasta el cercano pueblo de La Palud, desde donde cogeremos el teleférico que en un vertiginoso recorrido nos llevará hasta la **Punta Helbronner**, a 3.600 m. de altitud, donde realizaremos unas prácticas de **progresión en glaciar** debidamente equipados con crampones y piolets. Regreso al campamento base en Val Veny y cena libre.



Día 3.- Desayuno en el campamento. Dedicamos la mañana a descender el **Alto Dora Baltea**, impresionante recorrido de grado IV+, uno de los descensos más espectaculares de Europa. Tras una comida picnic nos trasladamos hasta el bucólico pueblecito alpino de **Val Ferrer**, que visitaremos. Cerca del pueblo, realizaremos una actividad de iniciación a la **escalada deportiva**. Regreso al campamento y cena libre.

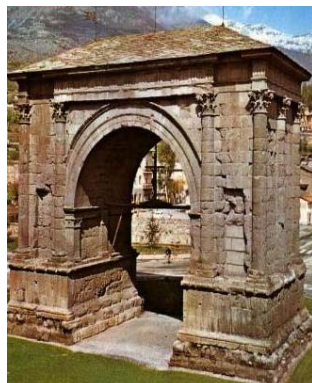
Día 4.- Desayuno temprano en el campamento. Iniciamos hoy la parte más alpina del viaje, con la **Travesía Gran Paradiso**. En esta primera jornada realizaremos la ascensión de unas 3 horas hasta el **refugio Vittorio Emanuele II** (creador en 1922 el primer Parque Nacional de Italia), situado a 2.735 m. de altitud, con comida en ruta. Cena y alojamiento en el refugio.



Día 5.- Desayuno en el refugio. Hoy nos acercamos al glaciar, dedicando el día a la segunda parte de las prácticas de **progresión de nieve**, en las que invertiremos unas 5 h., con comida en ruta. Regreso al refugio para una buena cena caliente.

Día 6.- Desayuno en el refugio. Hoy completaremos la ascensión a la cumbre del **Gran Paradiso**, a **4.061 m.** de altitud, unas 5 horas

de travesía, desde donde contemplamos unas impresionantes vistas: El macizo del Mont Blanc al NO, la cresta del Valais al NE, el Delfinado con la Barre des Ecrins al SO, y el Monviso al S. Descendemos desde la cumbre, y regresamos hasta el campamento base en Val Veny, para descansar. Cena libre por la zona.



Día 7.- Desayuno en el campamento. Traslado hasta la ciudad de **Aosta**, capital del valle, con numerosos edificios romanos y medievales bien conservados, y un gran ambiente para perdernos por sus callejas y disfrutar con sus tabernas y pizzerías. Comida libre en la ciudad, y traslado hasta **aeropuerto de Milán**. Fin del viaje.

PRECIOS Y FORMA DE PAGO

PRECIO VIAJE: 850,00 €/persona (IVA incluido)

El precio incluye:

- Alojamiento en campamento instalado en camping (incluyendo tiendas de campaña tipo igloo para 2 personas, tienda cocina/comedor amplia, esterillas, mesas, sillas, menaje y útiles de cocina, iluminación, etc.) en régimen de media pensión (desayuno + comida picnic) durante la duración del programa, excepto en Aosta.
- Alojamiento en refugio en régimen de pensión completa.
- Equipamiento técnico y de seguridad colectivo.
- Equipamiento individual para las actividades de aguas bravas (Kayak, traje neopreno, casco, chaleco, etc.).
- Logística de la expedición: Aprovisionamientos, cocina, transporte del material y apoyos por carretera.
- Guías profesionales de la organización (aguas bravas y montaña)
- Seguro de asistencia en viaje. Póliza contratada con **MAPFRE Asistencia**. La información completa sobre las condiciones y coberturas del seguro está a disposición de los clientes y se enviará al que la solicite.
- I.V.A. incluido.

El precio no incluye:

- Traslados desde el lugar de origen hasta el punto de encuentro en Milán. Ofrecemos a los participante la oportunidad de realizar la reserva de vuelos con nuestro colaborador habitual **Viajes Ikea** (ver **OPCION VUELOS BILBAO - MILAN**).
- Comida del primer día y comida en **AOSTA**.
- Cenas durante todo el programa, excepto en refugio.
- Material de montaña necesario para la travesía Gran Paradiso (crampones, piolet,...). Existe la opción de alquilarlo directamente a la llegada al destino.
- Teleférico a Punta Helbronner.
- Cualquier otro servicio no indicado expresamente en el apartado INCLUYE.

OPCION VUELOS BILBAO - MILAN:

En colaboración con Viajes Ikea (CIE 2118), ponemos a vuestra disposición la posibilidad de contratar los vuelos necesarios para el viaje.

FORMA DE PAGO:

25 % del total a la confirmación de la reserva, y **75 %** restante con al menos 15 días de antelación a la fecha de salida del viaje.

PARA INSCRIBIRSE

Podéis solicitar más información o hacer la inscripción vía mail, rellenando el formulario que aparece en la página, enviando un mensaje a info@urnomade.com , o llamando al teléfono **944-79 06 56:**

- Datos personales tal y como aparecen escritos en el pasaporte, tanto en el caso de uno como de varios participantes: Nombre, apellidos, nº de pasaporte y fecha de caducidad del pasaporte.
- Formalizar la inscripción ingresando el 25 % de la cantidad total.
- Los pagos se realizarán mediante transferencia bancaria al nº de cuenta que os facilitaremos una vez realizada la inscripción.

CONDICIONES PARTICULARES

- **Número de participantes:** El número mínimo para la salida del viaje desde Milán es de 5 personas, y el máximo de 12 personas. En caso de no alcanzar el grupo mínimo señalado para la confirmación final, se podrá ofrecer a los participantes mantener el viaje añadiendo al precio pactado previamente un suplemento a determinar en función del nº final de participantes.
- **Nivel:** La participación en **Kayak** requiere un nivel mínimo de conocimientos y experiencia (piragüistas de nivel III consolidado y conocimientos de navegación y seguridad). La opción de rafting/canoraft está dirigida a participantes que tengan alguna experiencia y/o se desenvuelvan bien en el medio acuático. **Montaña:** Buena forma física y experiencia en media montaña.
- La organización podrá solicitar a los kayakistas participantes que se presten a una prueba con objeto de comprobar el nivel requerido.
- Es necesario saber nadar, estar en buena forma física y contar con un buen estado de salud. En caso de algún tipo de enfermedad, dolencia, lesión o problemas con la alimentación, consultar.
- La edad mínima para participar en el programa es de 18 años. Consultar opción de menores acompañados. (mínimo 16 años).
- En caso de suspensión definitiva del viaje se devolverá a cada persona inscrita el total del dinero pagado hasta ese momento.

FECHA Y LUGAR DE ENCUENTRO

12,00 h. hora local del sábado 15 de Agosto en el Punto de Información de la Terminal 1 del aeropuerto internacional de Milán-Malpensa.

QUE HAY QUE LLEVAR

GENERAL: Gorro, guantes, gafas de sol, cremas protectoras, forro polar, pantalón y chaqueta de monte, botas de montaña, crampones, piolet, arnés, cantimplora. Saco de dormir, linterna frontal, mochila de 60 litros. En caso de duda consultar. Para las actividades acuáticas: Calzado de agua, prendas térmicas.

DOCUMENTACION: Aunque por su pertenencia a la CE sería suficiente con el **DNI**, se recomienda llevar pasaporte en regla **que no caduque durante los 3 meses posteriores a la fecha de entrada**, ya que esto facilita mucho los trámites, aunque las formalidades en la frontera italiana entran dentro de los estándares europeos y son mínimas para los ciudadanos comunitarios.

ENTORNO

COURMAYEUR



Situada en el flanco italiano del Mont Blanc, al otro lado del túnel que conecta con Chamonix, Courmayeur es una estación de paisajes espectaculares y tradiciones centenarias de esquí, alpinismo y montaña. A pesar de tener un tamaño limitado la calidad de sus pistas para intermedios es muy buena y tiene algunos de los mejores fuera pistas de Italia. Por lo demás el pueblo de Courmayeur es precioso, muy típico del Valle de Aosta y tiene un ambiente muy agradable que lo convierte en un lugar delicioso para pasar unas vacaciones. A pesar de ser una de las estaciones más famosas de Italia (o precisamente por eso), Courmayeur ha sabido conservar todo su encanto tradicional. A pesar de que ha crecido y hay algunos edificios modernos, el pueblo es aun muy típico Valdostano. El centro es peatonal, tiene edificios muy bonitos, dispone de tiendas de todo tipo y está muy animado (sobretudo en Fin de semana). El acceso a las pistas desde Courmayeur es problemático y el regreso también. Desde el mismo pueblo sólo hay un teleférico que es el único acceso a pistas. El punto de salida queda un poco alejado del centro (donde están casi todos los hoteles) y hay que andar. Este es un problema muy habitual de las estaciones que són pueblos tradicionales, pero en este caso

además aun es más incómodo porque no se puede bajar esquiando hasta Courmayeur. Ello implica tener que bajar con el teleférico (con las colas en temporada alta) o bien esquiando hasta **Dolonne** (1,210 m.) desde donde hay que tomar un bus hasta Courmayeur. Igualmente pasa para acceder a La Palud o a Entrevès.

CARACTERISTICAS DEL VIAJE

Las propuestas que encontrarás aquí no incluyen grandes hoteles, ni restaurantes de lujo. Serán sencillas y dignas en lo que se refiere a comodidades, y tremendamente satisfactorias si lo que buscas es descubrir y disfrutar de tus aficiones en los mejores escenarios y en buena compañía. Debes estar preparado frente a los pequeños inconvenientes y falta de comodidades de este tipo de vida, tomar con calma las situaciones, y aceptar los imprevistos que la aventura depare. También debes de informar sobre posibles estados de gestación, paraplejías o enfermedades cardiovasculares, y comprometerte a no estar bajo los efectos del alcohol, drogas y/o estupefacientes, así como cualquier otra medicación que pueda incidir en tu capacidad de reacción. También debes entender que las actividades están sujetas a las condiciones del medio en que se desarrollan y pueden darse cambios antes o incluso durante la actividad (meteorología, caudales... etc.).

ORGANIZACIÓN

Dependiendo del lugar, el medio y los niveles elegidos, se establecen las etapas y el plan de actividad. El ritmo irá en progresión, y en función de las características del programa y del grupo. Después de unas jornadas intensas, buscaremos un lugar para reposar y hacer visitas con el asesoramiento y colaboración de los guías.

EL GUIA

Es el coordinador y responsable del programa. Cuenta con la preparación, experiencia e información adecuadas para dirigir el programa y tomar las decisiones oportunas. De seguir sus consejos, directrices y enseñanzas depende, en gran medida, la seguridad y disfrute del grupo. Todos los programas están dirigidos **de forma directa** por un Guía de la organización. En ocasiones, se contará con guías locales de apoyo.

NIVELES

La ficha técnica de cada programa tiene indicados los niveles de dificultad. También está a disposición un apartado con los criterios utilizados en su adjudicación, donde los participantes pueden consultar las referencias y elegir los niveles adecuados a su condición. Ante cualquier duda conviene consultar con la organización. En todo caso, y especialmente para las actividades de nivel avanzado, la organización podrá optar por realizar una prueba previa, quedando reservado el derecho de admisión.

ALOJAMIENTOS

La mayor parte de las propuestas están diseñadas en torno al campamento como lugar de referencia. También se utilizarán habitualmente refugios, albergues, pequeños hoteles, casas particulares..., y en ocasiones el vivac como mejor alternativa para la ruta prevista.

ALIMENTACION

Será una función de todos encargarse de las comidas los días de campamento. Los guías coordinan las labores, se encargan de la logística y participan en las tareas del campamento como uno más. En ocasiones se utilizarán los restaurantes locales, refugios y casas particulares, adaptándonos a las condiciones del lugar.

TRANSPORTE

El transporte hasta el lugar de comienzo de cada programa será por cuenta de los participantes. A partir de ese momento, la organización se encarga de los traslados necesarios.

En los programas que necesiten de largos desplazamientos, (avión, tren, etc.) o hoteles, la gestión y reservas se realizarán mediante la Agencia de Viajes indicada en la fichá técnica. Cuando, por alguna razón especial, el desplazamiento hasta el punto de inicio se realice en vehículos de la organización, el precio del desplazamiento estará incluido en el programa y las condiciones se especificarán en la ficha técnica.

EQUIPAMIENTO

La organización dispone de todo el equipamiento común para los campamentos y actividades. Los participantes sólo tendrán que llevar el equipo personal que se concreta en la ficha técnica de cada programa. En ocasiones, se tendrá en cuenta la posibilidad de que los participantes acudan con su material técnico, siempre que cumpla con las condiciones requeridas.

LA SEGURIDAD

El compromiso con la seguridad de los participantes es prioritario. En este sentido, somos conscientes de que la actividad planteada conlleva algunos riesgos potenciales, y debemos poner los medios y tomar las medidas adecuadas para minimizarlos:

- **Seguridad en el diseño y ejecución de la actividad.** Programas diseñados y testados por guías profesionales conocedores del medio.
- **Seguridad en el desarrollo de la actividad.** Información general y específica. Características, condiciones del lugar etc.
- **Cualificación del Personal.** Profesionales con experiencia y formación en las diferentes disciplinas, rescate y primeros auxilios.
- **Seguridad a través del equipamiento.** Equipos homologados, apropiados para la actividad prevista y en buenas condiciones de uso. Material de seguridad, rescate y primeros auxilios incluido en el equipo común. Equipo de comunicación adecuado.
- **Plan de seguridad.** Se analizan los posibles riesgos y las medidas para evitarlos. También se contempla el plan de evacuación y emergencia para cada programa.
- **Información.** Todos los participantes recibirán instrucciones precisas sobre las medidas de seguridad de forma previa al desarrollo de la actividad.
- **Seguro de Asistencia y Accidentes.** Con coberturas adecuadas para la actividad y programas propuestos. Póliza **nº 210.063** contratada con **Elviaseg** - Grupo Mondial Assistance (consultar condiciones y coberturas).

Los participantes deben ser conscientes de que en zonas alejadas y de difícil acceso a los servicios, y también en el caso de viajes y expediciones a países con organizaciones diferentes, en ocasiones, la asistencia, evacuación y atención se pueden complicar.

A tener en cuenta:

El disfrute y la emoción de las actividades en el medio natural y los viajes de aventura, derivan en parte de la dificultad y riesgo inherentes a su desarrollo. Nuestra organización, y los guías en su caso, lo minimizan y tratan de gestionarlo con prudencia, pero siempre existe un margen de riesgo no controlable.

Para que la mayoría de los participantes puedan disfrutar de las actividades y los viajes es imprescindible evitar actitudes que puedan ofender al resto de los miembros del grupo, y respetar las normas, horarios e indicaciones de la organización. También es fundamental respetar las formas y costumbres de los lugares visitados.

La decisión de participar en uno de estos programas debe estar basada en la comprensión de éstas realidades.