

# ESQUÍ DE MONTAÑA EN LOS ALTOS Y BAJOS TATRAS



**Eslovaquia- 2017**



## Contenido

1	Presentación .....	2
2	Destino.....	2
3	Datos básicos .....	3
4	Programa .....	3
5	Más información.....	5
5.1	Incluye .....	5
5.2	No incluye .....	5
5.3	Material necesario.....	5
5.4	Observaciones .....	6
5.5	Enlaces de interés.....	6
5.6	Puntos fuertes .....	6
6	Contacto .....	7

## 1 Presentación

---

Viaja a **Eslovaquia** y conoce las montañas de este país con **esquí de montaña**. Disfrutaremos de un paisaje salpicado por ibones de montaña, circos glaciares y cumbres en los **Altos Tatras**.

Nos alojaremos en una pintoresca casa rural donde realizaremos distintas excursiones. Además pasaremos una noche en el **Refugio de Stefanikova**.

**Esquí de montaña** en los **Cárpatos Occidentales** será sin duda la mejor opción para conocer este desconocido espacio natural en el **corazón de Europa**.

## 2 Destino

---

Los montes **Tatra** o **Tatras** forman una cordillera situada en la frontera ente **Polonia** y **Eslovaquia**. Es el sector más alto de los **Cárpatos**, que es la cadena montañosa más larga de Europa (1.300 kms. desde el oeste de Eslovaquia hasta el sur de Rumania). Esta impresionante cordillera, concentra la mayor biodiversidad dentro del continente europeo, dado su carácter como frontera natural entre las regiones boreales y las regiones mediterráneas. La fauna salvaje más representativa, como osos, lobos, lince y ciervos se da cita aquí formando las poblaciones más numerosas.

Las cumbres más altas de la cordillera están situadas en Eslovaquia siendo el **Gerlachovský štít**, (anteriormente llamado pico de Franz Joseph) la más elevada (2.655 m). **El Rysy**, con una altura de 2499 m, es el pico más alto de Polonia (en la frontera polaco-eslovaca).

**El Parque Nacional Tatra** (Narodny Tatranskyes) es uno de los nueve parques nacionales del país. Protege la zona de los Tatras Occidentales (Tatry Západní) y los Tatras Orientales (Tatry Vychodne).

La capital de **Eslovaquia**, **Bratislava**, con unos 500.000 habitantes, se sitúa a 100 mts, sobre el nivel del mar, a orillas del mítico **río Danubio** y a los pies de las primeras estribaciones de la **cordillera de los Cárpatos**. Se trata de una de las ciudades más antiguas de la Europa Central, con asentamientos que se remontan a la Edad del Bronce. El centro histórico, es un entramado de calles peatonales del más puro diseño imperial de la época austro-húngara, destacando un buen número de plazas, palacios e iglesias. De entre estos monumentos, especial interés tiene la gran torre de la Michalská con un arco en su base que fue una de las entradas principales a la ciudad cuando aún existía el perímetro amurallado. Pero si un monumento representa la estampa de **Bratislava**, ese es el castillo de origen medieval, asentado sobre una colina que domina toda la ciudad. Por detrás de este enclave, se extiende una vasta extensión de bosques (**Parque Natural de los Malé Karpaty**).

### 3 Datos básicos

---

Destino: **Parque Nacional Altos Tatras** (Eslovaquia)

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel: \*/\*\*.

Duración: 8 días

Época: De Marzo a abril.

Grupo mínimo-máximo: 4-6 personas.

### 4 Programa

---

#### Día 1. **Vuelo a Bratislava (VIENA).**

Vuelo a **Bratislava** (Viena). Recepción de los participantes y traslado a **Bratislava** en bus regular. Una vez en la ciudad traslado al hotel en taxi.

#### Día 2. **Bratislava –Tren al norte del País -Lieskovec**

Salida en tren hacia el norte del país hasta alcanzar la población de Tatranska Strba (4,5 horas), población situada en el centro del valle del río Vah donde se concentran alrededor hasta 5 reservas naturales de la cordillera de los Cárpatos, La fauna salvaje más representativa, como

osos, lobos, lince y ciervos se da cita aquí formando las poblaciones más numerosas. Estamos a los pies del parque nacional de los “Vysoké Tatry” (Altos Tatras en español). Nos alojamos en una confortable casa rural donde establecemos una perfecta base de operaciones para el programa en los Altos Tatras. Revisión (o alquiler si es necesario) del material.

### Día 3. **Lieskovec – Lago de Strbske Pleso – Pico Patria. Lieskovec**

Partiremos desde el fantástico lago de Strbske Pleso (1350m), cubierto por el hielo, bajo grandes cumbres y extensos bosques de coníferas. Progresaremos hasta el pico de Patria (2203m) para admirar la grandeza alpina de los Altos Tatras. Bajada por la cómoda y amplia ladera sur de 30 grados. Desnivel positivo

Desnivel + 850 m. Desnivel - 850m.

### Día 4. **Lieskovec –Refugio de Zbojnicka – Lieskovec**

Traslado hasta Stary Smokovec con el cremallera y tranvía y Hrebienok (1280m) con la funivía, hasta la entrada del valle de Velka Studena Dolina, el cual ascendemos al refugio de montaña de Zbojnicka Chata (1960m). Del refugio subimos hasta alcanzar la canal central del valle, llamada General.

Desnivel + 700 m. Desnivel - 700m.

### Día 5. **Lieskovec – Collado de Certovica – Refugio de Stefanikova.**

Nos trasladaremos en minibús hasta el collado de **Certovica**, que separa la parte este de la parte oeste del **Parque Nacional de los Tatras Bajos**. Con los esquís seguiremos la cuerda hasta el refugio de Stefanikova, situado debajo del pico más alto de los Tatras Bajos, Dumbier.

Alojamiento en el refugio.

Desnivel + 700 m. Desnivel - 700m.

### Día 6. **Refugio de Stefanikova.- Dumbier Chopok- Lieskovec**

Travesía de la parte central de la cordillera de los Tatras Bajos, pasando por los picos de máxima altura como el Dumbier (2043m) , el pico más alto y el Chopok (2024m). La cresta ancha, cómoda y segura nos permite disfrutar de vistas de media Eslovaquia y la cordillera de los Cárpatos con sus Parques Nacionales de los Altos Tatras, Tatras de Oeste, Mala Fatra, Velka Fatra, Polana.

Desde el pico Chopok bajaremos hasta Demenovska Dolina . Vuelta a Lieskovec.

Día 7 **Lieskovec** . Traslada a Bratislava.

Salida con el tren, para llegar a Bratislava (4 horas). Tendremos tiempo pasar la tarde callejeando por el casco antiguo peatonal y disfrutar de una buena y animada cena.

Día 8.**Bratislava**. Autobús a Viena y vuelo de regreso.

## 5 Más información

---

Precio: 890 euros. Suplemento habitación individual 200 euros.

### 5.1 Incluye

---

- Recepción en el aeropuerto de Viena y trasladado en bus de línea a Bratislava (ida y vuelta).
- Guía local de habla hispana.
- Traslados especificados.  
Trayectos en tren especificados, con asiento reservado 2ª clase.  
Transporte por carretera en minibús privado.  
Tren-cremallera y tranvía los días especificados.
- 2 noches de alojamiento \*\*\* en habitación doble en Bratislava con desayuno.
- 3 noches de alojamiento casa rural en habitación doble en Lieskovec en régimen de pensión completa (almuerzo en forma de picnic).
- 1 noche en refugio de montaña en régimen de pensión completa.
- 1 noches de alojamiento casa rural en habitación doble en Lieskovec (misma casa rural) en régimen de media pensión.

### 5.2 No incluye

---

- Seguro de viaje.
- Vuelos de ida y vuelta.
- Comidas y bebidas no especificadas.
- Cualquier actividad adicional.

### 5.3 Material necesario

---

Es importante llevar poco peso en la mochila para esquiar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 30-40 litros) con cintas porta esquiús.
- Material de esquí de montaña (esquíes, botas, pieles, cuchillas, bastones). Una piel de foca de repuesto.

- Material de seguridad: ARVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Crampones y piolet.
- Casco.
- Ropa técnica para la travesía:
  - Calcetines.
  - Pantalón de esquí de montaña.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Braga para el cuello.
  - Guantes finos tipo forro polar.
  - Guantes gordos.
  - Gorro para el frío.
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Saco sábana.
- Cámara de fotos.

## 5.4 Observaciones

---

### Nivel físico y técnico

Para gente con un estado físico normal que puede hacer desniveles de entre 700 y 1.000 metros diarios a ritmo tranquilo.

Se requiere experiencia previa en esquí de travesía, saber esquiar en todo tipo de nieves y pendientes moderadas.

Los itinerarios son sencillos.

## 5.5 Enlaces de interés

---

- [http://www.eslovaquia.es/esp/pag\\_turismo.php](http://www.eslovaquia.es/esp/pag_turismo.php)

## 5.6 Puntos fuertes

---

- Recorrer los Parques Nacionales más bellos de Eslovaquia
- Paisajes de gran belleza
- Cómodo alojamiento que servirá de campo base para las distintas excursiones.
- Transporte en minibús privado
- Guía de habla hispana



## 6 Contacto

---

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

Travesía de la Audiencia, 4, bloque 4, 1º A, 28491 Navacerrada (España).

## 7 Álbum fotográfico

---

