El Lower Mustang y Chitwan

Nepal

muntania
Tu agencia de viajes

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 El destino 2
3 Datos básicos 3
3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 3
4 Programa 3
4.1 Programa resumen 3
4.2 Programa detallado 4
5 Visitas culturales durante el viaje 6
6 Precio. Incluye/No incluye 8
6.1 Incluye 8
6.2 No incluye 8
7 Mas información (28/03/2025) 9
8 Otros viajes similares 13
9 Contacto 13

1 Presentación

Este viaje a **Nepal** es una **mezcla perfecta de aventura**, **cultura** y **naturaleza**.

Comenzaremos nuestro viaje en **Katmandú**, donde dedicaremos un día entero a explorar algunos de los templos, estupas y palacios más importantes de la ciudad. Al día siguiente, viajaremos a **Pokhara** y tomaremos un **vuelo corto en avioneta hasta Jomsom**, el punto de partida de nuestro **trekking por el Lower Mustang**.

Tras finalizar el trekking, regresaremos a **Pokhara** y viajaremos por carretera hacia el sur, para adentrarnos en la **jungla nepalí del Parque Nacional Chitwan**, un lugar perfecto para ver animales salvajes como **tigres**, **rinocerontes** y **cocodrilos** en su hábitat natural.

El viaje terminará con la visita a **Baktapur**, una de las ciudades medievales más hermosas de Nepal, famosa por sus templos, plazas y arquitectura bien conservada.

El trekking que haremos se desarrolla en el **Mustang** que es una región fascinante, al norte de los gigantes **Annapurnas** y **Dhaulagiri**, dos de las montañas más impresionantes del **Himalaya**.

Antiguamente, era un reino independiente y con monarquía propia. El Mustang tiene una fuerte conexión con el **Tíbet**. Su ubicación estratégica le permitió controlar el **comercio** entre la **India** y el **Tíbet**.

Este lugar es único, con un paisaje árido y seco, característico del **Tíbet**, que se debe a la barrera natural formada por las montañas, que impide la entrada de nubes monzónicas.

Por eso, el **Mustang** es perfecto para visitarlo durante los meses de verano.

El trekking consta de cinco etapas, y alcanzaremos **una altitud máxima de 3.750 metros**, una altura cómoda en comparación con otros trekkings más exigentes del país como los de Annapurnas, Manaslu o Everest.

El camino nos llevará por el **valle de Kali Gandaki**, el **cañón más profundo del mundo** y alcanzaremos el **monasterio de Muktinath**, que, aunque modesto, es uno de los más antiguos y venerados del país.

Durante el trekking nos alojaremos en **acogedoras guesthouses** (albergues de montaña) en la región del Mustang y conoceremos la **influencia tibetana en el antiguo Reino Mustang**.

2 El destino

¿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 se consideran 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 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 **Kathmandu**, 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. Mediante su espada divina, hizo varios cortes en las colinas y el lago se vacío, dejando un precioso valle fértil, **el valle de kathmandu**. Allí donde se posó la flor de loto se construyó la estupa de Swayambhunath, templo de peregrinación para hindúes y budistas.

Para entender la cultura milenaria de esta región encerrada entre 4 pasos, 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, entre dos potencias gigantes (**India** y **China**), este país puede estar 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 en 1950 decidió abrirse a la influencia exterior.

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

Estos reinos vecinos, fueron rivales desde el s. XV hasta la unificación de Nepal en el s. XVIII. 3 siglos durante 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 3 plazas Durbar, las estupas budistas de Swayambhunath y Boudanath, y los templos hinduistas de Pashupatinath y Changu Narayan, han sido declarados Patrimonio de la Humanidad por la **UNESCO**.

3 Datos básicos

Destino: Nepal
Actividad: Trekking
Nivel físico: **. Tipo de terreno: **
Duración: 16 días (incluyendo los días de vuelos).
Época: de mayo a noviembre

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1000 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo a **Katmandú**, Nepal. Por cambio horario se aterriza al día siguiente.

Día 2. Aterrizaje en Kathmandú.

Día 3. **Exploraremos Katmandú**.

Día 4. Rumbo a **Pokhara** y paseo por el lago.

Día 5. **Vuelo a Jomsom**. **Trekking del Lower Mustang**. **Etapa 1**: Jomsom (2.700 m) - Kagbeni (2.850 m).

Distancia 11 km Desnivel + 275 m Desnivel – 125 m

Día 6. **Etapa 2**: Kagbeni - Jhong (3.550 m).

Distancia 11km Desnivel + 900 m Desnivel – 100 m

Día 7. **Etapa 3**: Jhong - Muktinah (3.750 m) - Jharkot (3.520 m).

Distancia 8 km Desnivel + 275 m Desnivel – 335 m

Día 8. **Etapa 4**: Jharkot - Lupra (2.900 m).

Distancia 10 km Desnivel + 450 m Desnivel – 950 m

Día 9. **Etapa 5**: Lupra - Marpha (2.700 m).

Distancia 15 km Desnivel + 335 m Desnivel – 680 m

Día 10. Traslado a J**omsom**. **Vuelo a Pokhara**.

Día 11. Traslado al **Parque Nacional Chitwan**.

Día 12, Exploraremos la **jungla de Chitwan**

Día 13. **Bicicleta y canoa en Chitwan**.

Día 14. **Regreso a Baktapur**.

Día 15. **Visita a Baktapur** y vuelo de regreso.

Día 16. **Llegada a casa**.

4.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo a **Katmandú**, Nepal. Por cambio horario se aterriza al día siguiente.

Día 2. Aterrizaje en Kathmandú.

Al aterrizar, nos estará esperando Sudeep, nuestro guía local que habla español, quien se encargará de llevarnos al hotel.

Después del viaje, descansaremos para reponernos.

Día 3. **Exploraremos Katmandú**.

Dedicaremos el día entero a descubrir los rincones más emblemáticos de **Katmandú**.

Empezaremos con la **estupa de Swoyambhunath**, en lo alto de una colina, también conocida como el Templo de los Monos.

Luego visitaremos la **Plaza Durbar**, donde conoceremos el **Templo de Kalbhairav**, el **Templo de Kasthamandap**, el **Palacio de los Reyes** y la **casa de la diosa viviente Kumari**.

Más tarde, nos dirigiremos a la **gran estupa de Boudhanath**, uno de los sitios más importantes del **budismo tibetano**.

Finalizaremos en **Pashupatinath**, lugar sagrado para los hindúes y escenario de rituales de cremación tradicionales a orillas del río.

Día 4. Rumbo a **Pokhara** y paseo por el lago.

Viajaremos por carretera hasta **Pokhara** (200 km). Aunque serán unas seis o siete horas de trayecto, los paisajes harán que el tiempo pase volando.

Por la tarde, daremos un paseo tranquilo a orillas del **Lago Phewa**, perfecto para relajarnos.

Día 5. **Vuelo a Jomsom**. **Trekking del Lower Mustang**. **Etapa 1**: Jomsom (2.700 m) - Kagbeni (2.850 m).

Por la mañana tomaremos un vuelo corto a Jomsom. Allí comenzará nuestra caminata por el Lower Mustang.

En esta primera etapa, remontaremos el valle del **río Kali Gandaki** que separa los **macizos del Annapurna** y el **Dhaulagiri**. En el camino, cruzaremos este río varias veces: algunas sobre puentes colgantes y otras a pie, descalzándonos si es necesario.

El destino será **Kagbeni**, una aldea cargada de historia que es conocida como la puerta de entrada al legendario Reino de Mustang.

Distancia 11 km Desnivel + 275 m Desnivel – 125 m

Día 6. **Etapa 2**: Kagbeni - Jhong (3.550 m).

Desde **Kagbeni**, puerta de entrada del **Upper Mustang**, pondremos rumbo al este, siguiendo el margen derecho del **río Jhong**, en dirección al **monasterio de Muktinath**.

La etapa finalizará en el pueblo **de Jhong**, que da nombre al valle.

A lo largo del recorrido, nos acompañarán las majestuosas cimas de más de 6.000 metros que flanquean el famoso paso **Thorong La**, uno de los puntos clave del **circuito de los Annapurnas**.

Distancia 11km Desnivel + 900 m Desnivel – 100 m

Día 7. **Etapa 3**: Jhong - Muktinah (3.750 m) - Jharkot (3.520 m).

Hoy visitaremos **Muktinath**, un centro de peregrinación muy importante tanto para el hinduismo como para el budismo.

El templo es sencillo, pero está rodeado de un paisaje espectacular, con las montañas del **macizo del Annapurna** como telón de fondo y la enorme cima del **Dhaulagiri** a lo lejos.

Durante el camino, cruzaremos el **río Jhong** por un puente tibetano que nos llevará a los pies del pueblo de Chongur.

Desde allí, continuaremos el ascenso hasta **Muktinath**, atravesando varios arroyos que descienden de las montañas y que alimentan los 108 manantiales sagrados de este monasterio, uno de los más venerados tanto por tibetanos como por nepalíes.

Tras tomarnos un tiempo para recorrer el lugar con calma, descenderemos hacia **Jharkot**, nuestro destino del día, con la vista puesta en el impresionante **Dhaulagiri** (8.167 m), que durante un tiempo fue considerada la montaña más alta del planeta.

Distancia 8 km Desnivel + 275 m Desnivel – 335 m

Día 8. **Etapa 4**: Jharkot - Lupra (2.900 m).

Esta jornada será probablemente la etapa más exigente del trekking, ya que alcanzaremos el **paso de Lupra**, a 3.750 metros de altitud, el punto más alto de nuestra ruta.

Aunque el desnivel positivo será de solo 350 metros, a esta altura el esfuerzo se sentirá.

Las vistas desde el paso serán espectaculares: al norte veremos formaciones minerales moldeadas por la erosión del **Jhong** y del **Gandaki**; hacia el sur, se alzarán el **Nilgiri** y el **Tilitso**, pertenecientes al **macizo del Annapurna**; y hacia el oeste, nos impresionará una de las mejores vistas del **Dhaulagiri**.

Después de un buen rato disfrutando del paisaje, iniciaremos el descenso hacia la aldea de **Lupra**, uno de los lugares más especiales y auténticos del recorrido.

Lupra es una aldea remota y auténtica en la que aún se practica la antigua religión Bon, anterior al budismo tibetano.

Distancia 10 km Desnivel + 450 m Desnivel – 950 m

Día 9. **Etapa 5**: Lupra - Marpha (2.700 m).

Descenderemos nuevamente al valle del **Kali Gandaki**, pasando por **Jomsom**, y seguiremos hasta **Marpha**, donde pasaremos la noche.

En la última etapa dejaremos atrás Lupra y seguiremos el descenso del valle del **Panda Khola** hasta su confluencia con el **Gandaki**.

Desde allí, retomaremos parte del sendero de la primera jornada hasta **Jomsom**, que esta vez dejaremos atrás para continuar bajando el valle hasta **Marpha**, donde finalizaremos tanto la etapa como el trekking.

Distancia 15 km Desnivel + 335 m Desnivel – 680 m

Día 10. Traslado a J**omsom**. **Vuelo a Pokhara**.

Muy temprano volaremos de regreso a **Pokhara**. Tendremos el resto del día libre para explorar la ciudad y disfrutar de su ambiente relajado y sus atractivos culturales.

Día 11. Traslado al **Parque Nacional Chitwan**.

Viajaremos hacia el sur por carretera hasta llegar al **Parque Nacional Chitwan**. Serán unas cinco o seis horas de trayecto para recorrer 150 km. Al llegar, nos instalaremos en el alojamiento dentro del parque.

Día 12, Exploraremos la **jungla de Chitwan**

Hoy viviremos una jornada de exploración: haremos un pequeño safari en **jeep y una caminata por la jungla**. Con un poco de suerte, podremos ver fauna salvaje como rinocerontes, ciervos o incluso algún tigre.

Día 13. **Bicicleta y canoa en Chitwan**.

Seguiremos descubriendo **Chitwan en bicicleta**, recorriendo los paisajes rurales y agrícolas de la zona. Por la tarde, haremos una ruta en canoa por el río hasta un centro de entrenamiento de elefantes.

Día 14. **Regreso a Baktapur**.

Tomaremos el camino de regreso por carretera hacia **Baktapur** (160 km). Una vez allí, descansaremos en el hotel y aprovecharemos para relajarnos antes del regreso.

Día 15. **Visita a Baktapur** y vuelo de regreso.

Dedicaremos nuestra última mañana a **visitar Baktapur**, la ciudad de los devotos. Será una forma ideal de despedirnos de Nepal, alejándonos del bullicio de Katmandú para sumergirnos en un ambiente tradicional y sereno.

Después de la visita, nos trasladaremos directamente al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso.

Día 16. **Llegada a casa**.

Volveremos a casa con la mochila llena de experiencias, paisajes inolvidables y recuerdos únicos de este gran viaje.

5 Visitas culturales durante el viaje

Estupa de Boudhanath

La estupa de Boudhanath es uno de los lugares budistas más importantes de Nepal. Situada en Boudha, población pegada a Katmandú. Es una de las estupas más grandes del mundo y probablemente una de las más bellas.

Desde el año 1979 forma parte del Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO.

+Información

Templo de Pashupatinath

El templo Pashupatinath es uno de los templos hindúes del dios Shiva más importantes del mundo, de hecho, es considerado el más sagrado entre los templos de Shiva y es muy conocido por las cremaciones que se realizan en su recinto.

Templo de los Monos

Swayambhunath es un antiguo complejo religioso a lo alto de una colina en el valle de Katmandú, al oeste de la ciudad de Katmandú. Junto a otras construcciones del valle, fueron elegidas como Patrimonio de la Humanidad de la Unesco en 1979.

También es conocido como el templo de los monos, ya que hay monos que viven en partes del templo en el norte-oeste.

Plaza Durbar de Katmandú

La plaza Durbar es una plaza situada frente al antiguo palacio real de Katmandú en Nepal.

En otros tiempos la plaza estuvo rodeada con una arquitectura espectacular y claramente muestra las habilidades de los artistas y artesanos Newar a lo largo de varios siglos. El palacio real estaba originalmente en la plaza Dattaraya y más tarde se trasladó a las cercanías de la plaza Durbar. Fue el palacio real de las dinastías nepalíes Malla y Shah, que gobernaron la ciudad. Junto al palacio, la plaza está rodeada de patios y templos. En abril y mayo de 2015, dos terremotos produjeron el colapso de varias de las construcciones que la circundan.

+Información

Templo de Muktinah

Muktinath es un lugar sagrado, tanto para los hindúes como para los budistas, que se encuentra en el valle de Muktinath a una altitud de 3.710 metros a los pies del paso de montaña Thorong La en el distrito nepalí de Mustang.

Dispone de 108 manantiales de agua, y este número tiene un significado enorme en la filosofía oriental. En la astrología hindú hay 12 zodiacos y 9 planetas, dando un total de 108 combinaciones.

Pokhara

Pokhara es uno de los destinos más populares en Nepal.

Tres de las diez montañas más altas del mundo, el Dhaulagiri, Annapurna I y el Manaslu, están situadas a menos de 50 kilómetros en línea recta de la ciudad, así pues, ofrece un paisaje muy cercano de la cordillera del Himalaya.

Muchos consideran esta ciudad como la más hermosa del mundo. Quizás sea un juicio arriesgado, pero qué duda cabe que el precioso lago Phewa y las impresionantes montañas que la rodean la convierten en uno de esos lugares especiales del Planeta.

Parque Nacional Chtiwan

Chitwan significa "Corazón en la jungla" y es uno de los mejores parques de Asia para ver fauna, rinocerontes indios, ciervos, monos, tigres y hasta 450 especies de aves.

Se trata de una reserva Patrimonio Mundial de la Unesco, con casi mil kilómetros cuadrados protegidos de bosques, pantanos y praderas repletas de poblaciones de animales salvajes.

+Información

Bhaktapur

Bhaktapur, o la ciudad de los devotos, es una de las tres ciudades reales, junto con Katmandú y Patan, en el Valle de Katmandú.

Fue fundada en el siglo XII para convertirla en capital de los rajás Malla en el siglo XV y se encuentra a unos 13 kilómetros de la caital de Nepal.

Su principal atracción son sus monumentos, la mayoría de terracota, con columnas talladas en madera, como las pagodas y templos religiosos.
+Información

6 Precio. Incluye/No incluye

Precio.1.695 €.

6.1 Incluye

- Traslados internos durante el viaje y vuelo interno Pokara-Jomson i/v.
- Entradas a templos y monasterios en Katmandú y Bhaktapur.
- Todas las actividades descritas en Chitwan.
- Permiso y derechos de entrada al Área de Conservación de Annapurna.
- Un porteador por cada dos clientes.
- Organización y gestión del viaje.

Alojamientos y manutención

Pensión completa durante el trekking y en Chitwan. Desayuno incluido en Katmandú y Pokhara.

- Hotel Marshyangdi en Katmandú
- Hotel Crystal Palace *** Palace en Pokhara
- Tiger Camp Resort en Chitwan
- Lodges y Guesthouse durantel el trekking

*Habitaciones dobles en los hoteles y Tiger Camp (supl. Indivi.250 €). Habitaciones de 2 y 5 pax en los lodges (no disponible individual).

6.2 No incluye

- Billete de avión España- Katmandú. Muntania Outdoors le puede gestionar los mismos (30 euros gestión de billetes).
- Equipo personal y de montaña no especificado en incluye (botas, sacos de dormir, ropa de abrigo, etc). Posibilidad de alquiler (consultar).
- Visa para entrar al país. Se puede gestionar en España o al llegar al País (ver más información).
- Propinas.
- Seguros personales de accidentes y evacuación con rescate en helicóptero, asistencia en viaje, asistencia sanitaria y cancelación (ver más información).
- Cargas de los aparatos electrónicos y duchas de agua caliente en los 'lodges' que hagan pagar este servicio a parte.
- Gastos personales de bar, bebidas (también el agua mineral), lavandería, teléfono, etc…, en todo el viaje.

- Cualquier cambio en el itinerario por motivos meteorológicos o por cualquier otro motivo de fuerza mayor que genere un gasto mayor al presupuestado. En este caso la diferencia a la presupuestada se repercutirá.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

7 Mas información (28/03/2025)

Clima

Este viaje está especialmente concebido para poder realizarse durante el monzón, la época de lluvias, que comienza en junio.El ambiente será caluroso y húmedo en Katmandú y sobre todo en Chitwan (clima tropical).

En el Lower Mustang el clima es seco. Las temperaturas diurnas son agradables, pero irá haciendo más frío a medida que ganemos altura, sobre todo por la noche, pero nada que no se pueda combatir con una chaqueta de plumas.

Visado y fotos para los permisos

El visado se obtiene directamente a nuestra llegada al aeropuerto y se gestiona en unos puestos automáticos. Debes elegir el visado de 15 días, que cuesta 30 USD (si pagas en euros te devolverán el cambio en rupias).

Debes llevar dos fotos carnet para los permisos de trekking.

Corriente eléctrica, enchufes y móviles

220 V con enchufes europeos. En los hoteles de Katmandú, Chitwan y Pokhara hay WIFI. Suele haber cobertura de móvil durante todo el viaje, incluyendo el trekking. Podrás recargar baterías de cámaras y móviles en todos los lodges (los albergues que solo disponen de placas solares cobran por este servicio)

Lodges durante el trekking

Los *lodges*, *tea houses*, *bhatti* (en nepalí) o simplemente albergues son los alojamientos típicos en las áreas de montaña. Normalmente constan de un comedor con estufa y dormitorios de 2 a 5 camas. La ducha caliente es posible casi siempre, solo en los más básicos tendrás que lavarte con cubos de agua calentada en la cocina.

Comidas durante el trekking

Almuerzo a base de pasta o arroz. Para las cenas podrás elegir entre una gran variedad de platos, incluyendo el Dhal Bhat (arroz con un guiso de lentejas y algo de carne) que es el plato nacional nepalí. En las ciudades hay restaurantes de todo tipo.

Equipaje y porteadores

En el avión puedes llevar una maleta o bolsa de viaje como equipaje facturado y tu mochila como equipaje de mano.

Antes de iniciar el trekking, en el hotel de Pokhara, podrás dejar lo que no necesites para al trekking. Los porteadores llevarán tu equipo **hasta un máximo de 10 kg.** Si tu maleta o bolsa no es adecuada para ser

porteada puedes comprar en Pokhara bolsas ligeras muy baratas. Tu solo llevarás tu mochila para la etapa diaria.

Vacunas

No hay ninguna obligatoria, pero suele recomendarse Fiebre Tifoidea y Hepatitis A, al criterio de cada participante.

Dinero y cambio de moneda

Para las comidas no incluidas y los posibles gastos extras durante el viaje, en principio es suficiente con llevar unos 300 euros. No es necesario que lleves dólares. Es mejor cambiar en Katmandú directamente euros a rupias, el tipo de cambio será más ventajoso que si lo llevas cambiado desde España. Es posible pagar con tarjeta en las ciudades.

Propinas

Es costumbre (pero nunca obligación) dar propinas a los porteadores y guías auxiliares si quedas satisfecho con su trabajo. Sudeep os puede asesorar en esto. Calcula un gasto total de 60 euros en propinas, pero es algo a criterio de cada cual.

Ropa y material necesario

Mochila de 25-30 litros para caminar y maleta tipo petate (no maleta rígida) que llevarán los porteadores.

- Botas de trekking.
- Bastones telescópicos.
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón largo tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de plumas.
  - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Capa de agua.
  - Gorra para el sol.
  - Gorro y guantes finos y gordos de invierno.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Paraguas.
- Saco de dormir (entre 0 y 5º temperatura confort) y saco sábana. Los albergues disponen de mantas.
- Frontal.
- Bolsa de aseo personal, incluyendo desinfectante de manos con alcohol y jabón para lavar ropa.
- Pastillas potabilizadoras o tubo purificador por filtrado (solo si deseas ahorrarte el coste del agua mineral).

- Botiquín que incluya Betadine, vendas, esparadrapo de tela, compeed, analgésicos, antidiarreicos, antihistamínicos, edemox (diurético para el mal de altura) y repelente de insectos.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión

A la hora de hacer la reserva podrá ver algunas propuestas de vuelos y el coste cuando se programó el viaje. Antes de comprar el billete comprobamos si hay mejores opciones para que le salga más económico.

Si está interesado en que gestionemos su billete tendrá que marcarlo en la reserva donde verá distintas opciones en función de su lugar de residencia. Si no ve las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirá información de opciones de vuelo.

Si cuando hagamos la compra de su vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta le informaremos para que nos de su confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dice nada al respecto, compraremos su billete con una maleta en bodega.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra. Si la compra de su vuelo requiere más de dos compras (por ejemplo porque la ida sea con una compañía y la vuelta con otra) el coste será de 30 €.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio en el caso de que nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si le llega a usted es responsabilidad suya aceptar el cambio y si no está de acuerdo con el nuevo horario tendrá que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar.

En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones.

Los bastones no se pueden llevar en cabina, tendrá que facturarlos.

Seguro de accidentes/viaje

Es obligatorio que disponga de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

También le recomendamos que tenga un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tiene cualquier problema que le impida viajar.

Puede adquirir un seguro de accidentes/rescate/seguro de viaje + cancelación.

Consulte los precios y condiciones de los **seguros** de **Iris Global** e **intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors https://www.muntania.com/seguros

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

Puntos fuertes

- Conocer el Mustang, Nepal
- Fuera del alcance del Monzón. Se puede viajar en verano
- Mezcla de trekking, selva y cultura

8 Otros viajes similares

- Viaje trekking Everest. Dos collados. Nepal
- Nepal. Trekking del Annapurna
- Trekking Campo Base Annapurna. Nepal

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid