



Otoño en Japón

Japón durante el "Momiji", el cambio de color de los árboles

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino	2
3	Datos básicos	3
3.1	Nivel físico requerido para este viaje.....	4
4	Programa	4
4.1	Programa resumen	4
4.2	Programa detallado	6
5	Precio. Incluye/No incluye	12
5.1	Incluye.....	12
5.2	No incluye	12
6	Mas información	13
7	Puntos fuertes.....	16
8	Otros viajes similares	16
9	Contacto	16

1 Presentación

Japón: Senderismo y Cultura bajo los Colores del Otoño. 16 días entre templos, montañas y paisajes dorados

Japón en otoño es una sinfonía de colores, aromas y sensaciones. En este viaje único, combinamos senderismo suave con exploración cultural, atravesando templos milenarios, bosques teñidos de rojo y naranja, y montañas de gran belleza. Una propuesta para caminar, contemplar y vivir el presente.

Comienza la aventura: vuelo hacia el corazón del Japón

En la primera parte haremos un peregrinaje particular siguiendo el **camino Kumano Kodô**, disfrutando de la naturaleza, de bosques de gran belleza en un viaje espiritual.

Kioto y Nara: tradición, historia y espiritualidad

Durante tres jornadas exploramos los rincones más icónicos de **Kioto**: templos budistas envueltos en bosques otoñales, jardines zen, calles empedradas y santuarios escondidos.

Nos trasladamos también a **Nara**, donde paseamos entre ciervos en libertad y admiramos el Gran Buda en el templo Tōdai-ji. Cada día es un viaje al pasado, al alma más refinada del país nipón.

Rumbo al Monte Fuji: paisaje volcánico y belleza natural

Tras dejar **Kioto**, nos embarcamos en un espectacular viaje en tren bala hacia **Fujiyoshida**, al pie del icónico **Monte Fuji (3.776 m)**. Aquí comenzamos una etapa más activa del viaje, con senderos panorámicos, caminos en frondosos bosques visitando el famoso **Bosque de los Suicida, Lyashinosato**, el **lago Kawaguchi** y la visita a la famosa **Pagoda Chureito**, enmarcada por los colores rojizos del otoño.

Desde **Gotemba** realizamos una ruta circular de 7 km (± 440 m de desnivel) en las faldas del volcán, inmersos en un entorno natural de gran serenidad.

Nikko: naturaleza, espiritualidad y senderismo en estado puro

Continuamos hacia **Nikko**, uno de los lugares más sagrados y pintorescos de Japón. Caminamos entre templos declarados Patrimonio de la Humanidad, cruzamos puentes ancestrales y recorreremos senderos bajo los arcos encendidos por el momiji.

Exploramos el **Lago Chuzenji**, con visita incluida a la espectacular **Cascada de Kegon (11,5 km ± 540 m)**, un lugar donde la naturaleza y lo espiritual se funden.

Tokio: la gran metrópolis

El tramo final del viaje nos lleva a **Tokio**, vibrante, moderna, fascinante. Durante tres días exploramos sus barrios más emblemáticos, jardines tradicionales, rascacielos futuristas y templos urbanos. Desde la calma de Asakusa hasta el bullicio de Shibuya, Tokio nos despidе con energía y contrastes.

2 El destino

Japón: Un archipiélago donde la naturaleza y la tradición caminan juntas

Japón es un país que parece suspendido entre el pasado y el futuro. Este archipiélago volcánico, formado por más de 6.800 islas, está situado al este de Asia, bordeando el océano Pacífico y el mar del Japón. En este viaje recorreremos la isla principal, **Honshu**, donde se concentran algunas de las joyas culturales y naturales más importantes del país.

Geografía y geología: paisajes de fuego y agua

El terreno japonés es abrupto y montañoso: cerca del 75% del país está cubierto por montañas, muchas de origen volcánico. El más simbólico es sin duda el **Monte Fuji**, un volcán durmiente de forma casi perfecta que domina el paisaje de la región de los Cinco Lagos. Desde las alturas de Nikko hasta las faldas del Fuji, los senderos de este viaje nos conectan con una tierra modelada por fuerzas naturales inmensas: erupciones, terremotos y la erosión del agua.

Las **cascadas** —como Kegon, Ryuzu o Urami— son ejemplos del constante diálogo entre geología y belleza en Japón: ríos que caen por antiguos flujos de lava entre bosques de arces, álamos y cedros centenarios.

Botánica: el espectáculo del momiji

Viajar en otoño a Japón es sumergirse en un cuadro viviente. El **momiji**, cambio de color de las hojas de los arces japoneses, transforma los paisajes en una paleta de rojos intensos, naranjas brillantes y ocres dorados. En lugares como Nikko, Fujiyoshida o los templos de Kioto, el otoño no es una estación, es una celebración. El país entero se paraliza para admirar este fenómeno natural que representa la impermanencia, un concepto esencial en la cultura japonesa.

Entre los árboles más emblemáticos están el **arce japonés (Acer palmatum)**, el **ginkgo biloba** con sus hojas amarillas en forma de abanico, y los cedros sagrados que rodean muchos santuarios sintoístas.

Cultura: espiritualidad, estética y silencio

Japón es también una nación de símbolos, ritos y refinamiento. En este viaje recorreremos el alma del país a través de sus templos budistas, como los de **Kioto** o **Nikko**, y sus santuarios sintoístas, donde conviven naturaleza y divinidad.

En **Nara**, el primer centro imperial del país, los ciervos vagan libres entre los visitantes como mensajeros de los dioses. En **Kioto**, el tiempo parece haberse detenido en los jardines zen, las casas de té y los caminos de piedra. Cada templo, cada torii rojo, cada pasarela de madera tiene una historia que contar.

Gastronomía: sabor a estación

La cocina japonesa es un reflejo de su respeto por el entorno y el paso del tiempo. En otoño, los sabores se adaptan a lo que ofrece la tierra y el mar: **setas matsutake**, castañas, batatas asadas, pescado recién capturado, calabaza kabocha y platos calientes como el **nabe** (estofado), ideales para el clima fresco.

A lo largo del viaje se puede degustar desde la alta cocina kaiseki en Kioto hasta platos locales en posadas de montaña, siempre acompañados por arroz, miso, té verde y la omnipresente hospitalidad japonesa.

Modernidad y tradición: el equilibrio perfecto

El contraste final lo encontramos en **Tokio**, una metrópolis que desafía las etiquetas. En ella conviven rascacielos de neón y templos ancestrales, moda vanguardista y rituales cotidianos. Caminar por Tokio es cerrar el círculo de un viaje que nos muestra un Japón completo: natural y urbano, antiguo y futurista, silencioso y vibrante.

3 Datos básicos

Destino: Japón.
Actividad: Senderismo.
Nivel físico: A
Duración: 16 días (incluyendo los días de vuelos).
Época: de marzo a noviembre.
Grupo mínimo-máximo: 6-15 personas.

3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido para este viaje	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El tipo de terreno varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El ritmo de progresión se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

4 Programa

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

4.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo a **Osaka** (aeropuerto Osaka-Kansai). Con el cambio horario se aterriza el día siguiente.

Día 2. Aterrizaje y traslado en tren desde el aeropuerto a **Kii Tanabe**.

Día 3. **Kumano Kodo**. Traslado a **Nachi Taisha**. Visita del templo y cascada de **Naschi Taisha**. Corto traslado a **Jizo-jaya Teahouse** donde iniciamos la excursión. Fin del itinerario a pie en **Koguchi**.

Distancia 7 km Desnivel + 200 m Desnivel – 850 m

Día 4. **Kumano Kodo. Koguchi -Ukegawa. Visita del templo Kumano Hongu Taisha**.

Distancia 15 km Desnivel + 775 m Desnivel – 765 m

Alojamiento en Yunomine Onsen

Día 5. Traslado en tren hasta **Kioto** (390 km). Tarde de paseo y visitas en **Kioto**.

Alojamiento en Kioto.

Día 6. Traslado a **Nara**. Visita libre de Nara.

Alojamiento en Kioto.

Día 7. Jornada de turismo en **Kioto**.

Alojamiento en Kioto.

Día 8. Traslado a Fujiyoshida a los pies del **Monte Fuji (3.776 m)**. Viaje en tren de alta velocidad desde Kioto hasta Fujiyoshida, en la base del **Monte Fuji (3.776 m)**. Alojamiento en el **Lago Kawaguchiko** famoso por sus vistas del **Monte Fuji** y los **cerzos de sus orillas**. Paseo por la zona.

Alojamiento en la zona de Fujiyoshida.

Día 9. El **Bosque de los Suicidas, Lyashinosato**, el **lago Kawaguchi** y la **pagoda de Chureito**.

Aokigahara, conocido popularmente como el Bosque de los Suicidios, es uno de los parajes más sorprendentes

Distancia: 9 km. Desnivel +: 115 m. Desnivel -: 115 m

Día 10. De **Gotemba** a **Futatsuzuka**, en las faldas del **Monte Fuji**.

Distancia 7 km Desnivel + 440 m Desnivel - 440 m

Alojamiento en la zona de Fujiyoshida

Día 11. Traslado a **Nikko**. **Templos y santuarios de Nikko**.

Distancia 6,5 km Desnivel + 170 m Desnivel - 170 m

Alojamiento en Nikko.

Día 12. **Nikko**. Cascada de **Ryuzu**. **Momiji**.

Distancia 10 km Desnivel + 435 m Desnivel - 650 m

Alojamiento en Nikko.

Día 13. **Nikko**. Excursión en el **Lago Chuzenji**. Visita de la **cascada de Kegon**.

Distancia 11,5 km Desnivel + 540 m Desnivel - 540 m

Alojamiento en Nikko.

Día 14. Traslado hasta **Tokio**.

Alojamiento en Tokio.

Día 15. Jornada completa en **Tokio**.

Alojamiento en Tokio.

Día 16. Visita de Tokio. Vuelo de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo a **Osaka** (aeropuerto Osaka-Kansai). Con el cambio horario se aterriza el día siguiente.

Día 2. Aterrizaje y traslado en tren desde el aeropuerto a **Kii Tanabe**.

Por duración del viaje en avión y cambio horario se aterriza un día después. Traslado en tren hasta la población de Kii Tanabe (4 horas), en la costa oriental de la península de Kii.

Día 3. **Kumano Kodo**. Traslado a **Nachi Taisha**. Visita del templo y cascada de **Naschi Taisha**. Corto traslado a **Jizo-jaya Teahouse** donde iniciamos la excursión. Fin del itinerario a pie en **Koguchi**.

Nachi Taisha es famoso no sólo por lo bonito de su construcción sino también por la célebre cascada (la más alta de Japón) que se puede observar desde aquí.

¡Nachi **Taisha** es uno de los templos que más nos gusta! Además, el punto de partida nos sorprenderá ya que al sur podremos divisar la costa accidentada con el **Mar del Japón** y un relieve colmatado por numerosas colinas tapizadas hasta sus cumbres por tupidos bosques.

Afrontaremos la primera etapa del camino Kumano Kodo. Partiremos de a **Jizo-jaya Teahouse** y tendremos que afrontar el ascenso hasta el **collado Echizen Toque** (840 m). Posteriormente descenderemos hasta **Koguchi**.

Distancia 7 km Desnivel + 200 m Desnivel – 850 m

Tras la etapa nos trasladaremos a Yunomine Onsen, donde pernoctaremos las dos próximas noches.



Día 4. **Kumano Kodo. Koguchi -Ukegawa. Visita del templo Kumano Hongu Taisha.**

Volvemos a Koguchi para continuar con la segunda etapa de nuestro recorrido por la Kumano Kodo, que terminará en Ukegawa. Desde allí tomaremos un autobús público (no incluido) hasta el Kumano Hongu Taisha, punto final de todas las peregrinaciones de la Kumano Kodo y famoso por su enorme torii, uno de sus principales atractivos. Después de la visita, cogeremos otro autobús público (no incluido) que nos llevará hasta nuestro alojamiento.



Distancia 15 km Desnivel + 775 m Desnivel – 765 m

Alojamiento en Yunomine Onsen

Día 5. Traslado en tren hasta **Kioto** (390 km). Tarde de paseo y visitas en **Kioto**.



Realizaremos el traslado en tren hasta **Kioto**. Pasaremos la tarde en Kioto disfrutando de la ciudad.

Kioto es el corazón espiritual de Japón, donde templos milenarios, jardines zen y calles tradicionales conservan la elegancia del pasado imperial.

Caminar por sus barrios es viajar en el tiempo, entre geishas, rituales y la belleza sutil del wabi-sabi. En otoño, los arcos tiñen la ciudad de rojo y oro, creando una atmósfera mágica e inolvidable.

La visita de la ciudad, a la que dedicaremos además de este día otro día completo, es libre. No obstante, el guía propondrá los recorridos que considere más interesantes y quien lo desee podrá realizar el itinerario en su compañía.

Una buena idea podrá ser empezar visitando el **Palacio Imperial** y el **Castillo Nijo**.

Alojamiento en Kioto.

Día 6. Traslado a **Nara**. Visita libre de Nara.

Nara fue la primera capital permanente de **Japón**. Fundada en el 710 (se llamó Heijo). Capital hasta el 784 y que debido a las influencias y ambiciones de los monasterios budistas fue trasladada a Nagoaka.

Aquí se encuentra los templos budistas más antiguos del país (Templo Todaiji, Horyuji, santuario Kasuga Taisha, templo kofuku-ji, templo Shin-Yakushiji.



Y no olvidar el **parque de Nara** de gran extensión con extensas zonas verdes pobladas por ciervos.

Alojamiento en Kioto.

Día 7. Jornada de turismo en **Kioto**.



Seguiremos con la visita de Kioto que anteayer. A modo de breve resumen, en la zona oeste de la ciudad se encuentran la **Villa Imperial Katsura** con su jardín paisajístico, y también dos de los lugares más visitados de Kioto: **los templos Kinkakuji y Ryoanji**. Hacia el norte destaca el famoso **Pabellón Dorado**, mientras que, al este, al otro lado del río, se encuentra el encantador **barrio de Gion**, con sus casas bajas de madera y sus calles

estrechas que conservan el estilo tradicional japonés, como si el tiempo se hubiera detenido en la época de su esplendor, hace casi 300 años.

Alojamiento en Kioto.

Día 8. Traslado a Fujlyoshida a los pies del **Monte Fuji (3.776 m)**. Viaje en tren de alta velocidad desde Kioto hasta Fujlyoshida, en la base del **Monte Fuji (3.776 m)**. Alojamiento en el **Lago Kawaguchiko** famoso por sus vistas del **Monte Fuji** y los **cerezos de sus orillas**. Paseo por la zona.



El **Monte Fuji (3.776 m)** es el símbolo más venerado de Japón, un volcán casi perfecto que domina el horizonte con majestuosa serenidad.

Considerado sagrado, ha inspirado arte, poesía y peregrinaciones durante siglos. En otoño, sus faldas se cubren de bosques rojizos, creando un contraste espectacular con su cima nevada.

Alojamiento en la zona de Fujiyoshida.

Día 9. El **Bosque de los Suicidas, Lyashinosato**, el **lago Kawaguchi** y la **pagoda de Chureito**.

Aokigahara, conocido popularmente como el Bosque de los Suicidios, es uno de los parajes más sorprendentes que se extienden por las laderas del Monte Fuji, y no solo por los episodios que le dieron su fama. Este denso bosque brotó sobre la lava que expulsó el volcán durante la gran erupción del siglo IX. Su vegetación tan compacta, el casi total silencio ocasionado por el suelo poroso de lava que absorbe el sonido y la ausencia de viento crean una intensa sensación de aislamiento para quienes lo recorren.

En nuestra excursión entraremos en una de las muchas cavidades volcánicas de la zona, la **Cueva del Viento Fugaku**, de unos 100 metros de longitud, y luego emprendemos el regreso.

Distancia: 9 km. Desnivel +: 115 m. Desnivel -: 115 m

Después, nos acercaremos al antiguo poblado japonés de **Lyashinosato**, famoso por sus viviendas tradicionales.

Tras el almuerzo, haremos una parada en la orilla norte del **lago Kawaguchi** para contemplar una de las panorámicas más bellas del Fuji.

Finalizaremos a jornadas visitando la **pogada de Chureito**, situada en el **parque Arakurayama** donde abundan los cerezos y donde disfrutaremos de la postal más famosa del **Fuji**.

Día 10. De **Gotemba** a **Futatsuzuka**, en las faldas del **Monte Fuji**.

El ascenso al monte Fuji solo es posible en los meses de julio y agosto ya que se prohíbe el acceso fuera de esos meses.

Sin hacer cumbre, la excursión que planteamos también merece la pena. Podremos sentir la energía interna que tiene la tierra en las laderas de este volcán de gran envergadura que es el Monte Fuji.

Partiremos de la **estación 5** de la ruta **Gotemba** que asciende hasta la cima. Es una de las rutas menos transitada en los meses de verano por la escasa altura de partida, haciendo esta ruta mucho más exigente que otras rutas si el objetivo es alcanzar la cima del Monte Fuji. En este programa no podemos subir a la cima.

La primera parte discurre por bosques de coníferas y a medida que vayamos ascendiendo los árboles irán perdiendo altura hasta que desaparecerán a cota 1.800 m. A esta cota, transitaremos por un paisaje típicamente volcánico caminando por un sendero que nos llevará hasta **Futatsuzuka** que es un cono volcánico antiguo sin actividad volcánica reciente. Disfrutaremos de amplias vistas sobre la región suroriental del Monte Fuji y tras descansar emprenderemos el camino de regreso a la estación 5.

Distancia 7 km Desnivel + 440 m Desnivel – 440 m

Alojamiento en la zona de Fujiyoshida

Día 11. Traslado a **Nikko**. **Templos y santuarios de Nikko**.

Por la mañana realizaremos el traslado en carretera hasta Nikko (3h, 240 km). Ya en Nikko haremos una excursión para conocer los preciosos templos que alberga esta ciudad.

Nikko forma parte del **Patrimonio de la Humanidad de la Unesco** desde 1.990. Su patrimonio histórico alberga 103 edificios y estructuras de gran interés. El santuario de Toshogu, cuya construcción finalizó en 1636 es una maravilla. **Toshogu** es el punto de convergencia de la ciudad.

Cruzaremos el río Daiya por el mítico puente lacado en rojo de **Shinkyō** para alcanzar el santuario de **Toshogu**.

Distancia 6,5 km Desnivel + 170 m Desnivel – 170 m

Alojamiento en Nikko.

Día 12. **Nikko**. Cascada de **Ryuzu**. **Momiji**.

En esta jornada tenemos dos bellezas para admirar, una es la cascada de **Ryuzu** y la otra es el “Momiji” que es uno de los sitios más célebres que hay en **Japón** para ver el **cambio de color otoñal de los árboles**.

Partiremos del **Lago Yuno** bordeando el mismo y alcanzando la **cascada Yutaki** por la que discurre el río Yukawa. Tras recorrer durante unos kilómetros las orillas del río y poco antes de llegar al **lago Chuzenji** podremos admirar la cascada Ryuzu.

Distancia 10 km Desnivel + 435 m Desnivel – 650 m

Alojamiento en Nikko.

Día 13. **Nikko**. Excursión en el **Lago Chuzenji**. Visita de la **cascada de Kegon**.

Realizaremos una excursión por el margen meridional del **lago Chuzenji** por un bonito sendero por la orilla de este. El sendero ganará altura lo que nos dará una mayor perspectiva del lugar y mejores vistas a medida que ganemos altura.

Este lugar también es un “Momiji. Disfrutaremos de los colores del otoño.

Distancia 11,5 km Desnivel + 540 m Desnivel – 540 m

Alojamiento en Nikko.

Día 14. Traslado hasta **Tokio**.

Tokio es una metrópolis vibrante donde la tradición ancestral y la vanguardia tecnológica conviven en perfecto equilibrio.

Desde templos tranquilos en rincones históricos hasta rascacielos futuristas y barrios llenos de energía, cada distrito tiene su propio mundo.

Explorar **Tokio** es sumergirse en una ciudad que nunca deja de sorprender.

Recomendamos visitar el **Templo Senso Ji** que es el más antiguo de **Tokio**, y una de sus puertas, **Kaminarimon**, es el símbolo de la ciudad. Está en el barrio de **Asakusa**, ideal para pasear por sus calles estrechas repletas de pequeñas tiendas y sitios para comer.

Dependiendo de cómo esté el **Momiji**, igual merece la pena dar un paseo por el **parque Ueno**. Para los que gusten de los museos, ahí está el **Museo Nacional de Tokio**, enorme y con muchas cosas, sobre todo el tema de los samuráis.

Por la tarde podremos caminar hacia el barrio **de Shinjuku**, el **barrio rojo de Tokio**, con su gente de "actividades dudosas", No es un barrio peligroso y tiene muchos sitios de comida muy auténticos.

Alojamiento en Tokio.

Día 15. Jornada completa en **Tokio**.

Alojamiento en Tokio.

Día 16. Visita de Tokio. Vuelo de regreso.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 2.695 € por persona.

5.1 Incluye

- Guía español de Muntania Outdoors.
- Los desplazamientos que se realizan en minibús privado son en la Kumano Kodo y desde el 07 de noviembre (zona del Monte Fuji) hasta la llegada a Toki. Para el resto del itinerario se emplea transporte público. Los trayectos en tren incluidos en el viaje son: del aeropuerto de Kansai a Tanabe, Tanabe-Tokio, Kioto-Nara ida y vuelta y de Kioto al área del monte Fuji.
- No están incluido los traslados en transporte dentro de las ciudades de Kioto, Nara y Tokio, ni el traslado al aeropuerto de Tokio para el vuelo de regreso.
- 12 noches de alojamiento en habitaciones dobles con desayuno y dos noches en régimen de media pensión en Kawayu Onsen.
- Gestión de reservas.

Alojamientos

- [Comfort Hotel Kii Tanabe](#) en Tanabe
- [Kawayu Onsen Fujiya](#) en Wakayama
- [APA Hotel Kyoto Ekihigashi](#) en Kyoto
- [Toyoko Inn Fuji](#) en Kawaguchiko
- [Nikko Station Hotel Classic](#) en Nikko
- Hotel Sunroute Ginza en Tokyo

*Suplemento de habitación individual (salvo Kawayu Onsen) + 440 €.

**Habitaciones dobles salvo en Kawayu Onsen (habitaciones de estilo japonés para tres personas).

5.2 No incluye

- Billete de avión España-Japón. Muntania Outdoors le puede gestionar los mismos (30 € gestión de billetes).
- No están incluido los traslados en transporte dentro de las ciudades de Kioto y Tokio, ni el traslado al aeropuerto de Tokio para el vuelo de regreso.
- Visitas culturales, entradas a recintos, en general cualquier visita que requiera pago de entrada.
- Opción de contratar un guía local urbano para visitar la ciudad de Tokio y Kioto, Nara, Nikko
- Manutención no especificada en que incluye. Almuerzos (bien se harán en el campo o en algún restaurante local). Las cenas se realizarán en restaurantes locales (forma parte del encanto de este viaje). Hay una buena oferta de comida preparada, sana y de calidad en los supermercados.
- Seguro de viaje. Información en el apartado Más información.
- Nada que no esté especificado en el apartado "incluye".

6 Mas información

Ropa recomendada para este viaje

Es importante llevar una bolsa o maleta de viaje comedida, que no sea muy voluminosa ya que en Japón los vehículos son bastante pequeños. En algún alojamiento podrás lavar ropa. Rogamos que el tema del volumen de tu maleta lo tengas en cuenta. ¡Muchísimas gracias!

Para caminar recomendamos.

- Mochila pequeña (entre 25-30 litros).
- Zapatillas o botas de trekking.
- Bastones telescópicos.
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Capa de agua.
 - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelbak mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Paraguas.

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 y 5 días antes del inicio del viaje te mandaremos información sobre el lugar y la hora de encuentro, así como el nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Billete de avión

A la hora de hacer la reserva podrás 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 te salga más económico.

Si estás interesado en que gestionemos tu billete, tendrás que marcarlo en la reserva, donde verás distintas opciones en función de tu lugar de residencia. Si no ves las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirás información de opciones de vuelo.

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

Si no nos dices nada al respecto, compraremos tu billete con una maleta en bodega.

Muntania Outdoors cobra 30 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros quienes lo compremos. Si la compra de tu 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 check-in previo a tu vuelo (lo tendrás que hacer tú).

Si por cualquier motivo ajeno a Muntania Outdoors tuvieras que cancelar tu vuelo, será tu responsabilidad hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo y nos da otra opción similar, aceptaremos el cambio en el caso de que la información nos llegue a nosotros sin tener que consultarte, y te mandaremos el nuevo horario. Si te llega a ti, es tu responsabilidad aceptar el cambio y, si no estás de acuerdo con el nuevo horario, tendrás que rechazarlo.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo, te haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela tu vuelo y quieres reclamar, serás tú quien realice los trámites que te pidan.

En el caso de que quieras que te gestionemos otro vuelo, al tratarse de una nueva tramitación de billete, tendrá un coste adicional de 30 €.

Si eres tú quien compra tu vuelo, te rogamos que nos consultes 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 compres 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 misma alianza, y por tanto la compra se haga con un solo pago.

Si, por el contrario, optas por comprar un trayecto de ida o vuelta en el 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 buena alternativa para encontrar mejores horarios.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleves lo indispensable por si no llega tu maleta, de modo que puedas realizar las excursiones.

Los bastones no se pueden llevar en cabina; tendrás que facturarlos.

Restaurantes y comida durante el día

Recomendamos realizar un picnic ligero en la montaña los días que caminamos o en pequeños restaurantes cuando pasamos por ellos y realizar una cena no tardía después de la excursión y del baño. Además, el horario de restaurantes obliga a no cenar muy tarde ya que cierran pronto.

Los precios no son elevados pudiendo cenar un plato típico compuesto por tempura, arroz y sopa entre 8-15 € de media. Más cara es la cerveza rondando la jarra entre 4 y 6 € de media.

Visitas en las ciudades

El guía de Muntania es un guía de montaña y no es un guía turístico. En todas las ciudades menos en Tokio el guía propondrá una serie de visitas. Podréis realizar las visitas con el u optar por otro plan que queráis hacer.

Tenéis la opción de contratar en las ciudades un guía turístico.

Pagos efectivo/tarjeta

En muchos lugares no se puede pagar con tarjeta por lo que recomendamos bien **cambiar dinero antes de salir o bien cambiar en el mismo aeropuerto**. Por experiencia de otras ediciones, el cambio que te da tu banco en España no suele ser mejor al cambio que te dan en el aeropuerto en Tokio.

Wifi

Hay wifi en hoteles, restaurantes, centros comerciales e incluso en las ciudades si te conectas cerca de paradas de autobuses y metro. Una opción es comprar una tarjeta SIM japonesa en el mismo aeropuerto o previamente al viaje. Más información en <https://holafly.com>

Coste aproximado de una tarjeta para 15 euros 44 €.

Meteorología

En Japón llueve todo el año, en verano el clima es cálido-húmedo. La temporada más lluviosa va desde finales de mayo hasta mediados de julio. También hay días soleados donde no caen precipitaciones a lo largo del verano, siendo las temperaturas en los valles altas (entre 25º-35º) pero en las montañas son más suaves haciendo más agradable las caminatas. No pasaremos frío a menos que en cotas altas nos llueva intensamente y con viento y acabemos mojados. Por eso es importante llevar ropa impermeable.

Diferencia horaria

La diferencia horaria de Tokio con Madrid es de 8 horas en invierno y 7 h cuando adoptamos el horario de verano. Tokio, y el resto del país, se ubican en GMT + 9. En Japón no se cambia la hora en verano/invierno.

Seguro de accidentes/viaje no incluido.

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, Ergo e Intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors : [Información de 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.

Enlaces de interés

- [Travel Japan](#)
- [Japan Guide](#)

7 Puntos fuertes

- Una forma activa de conocer Japón.
- Mezcla de naturaleza y cultura.
- Conocer el camino de Kumano Kodo.
- Itinerarios de gran belleza.
- Choque cultural.
- Gastronomía.
- Termas, aguas calientes.

8 Otros viajes similares

- Japón, Camino de Kumano Kodo. Senderismo y cultura.
- Trekking en Japón. Monte Fuji, Alpes Japoneses y Hokkaido

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