



St. Moritz y la Engadina

Esquí de fondo en Suiza



ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino	3
3	Datos básicos	3
4	Nivel que se impartirá	3
5	Programa	4
5.1	Programa resumen	4
5.2	Programa detallado	4
6	Precio. Incluye/No incluye	5
6.1	Incluye	5
6.2	No incluye	6
7	Más información	6
8	Puntos fuertes	9
9	Otros viajes similares	10
10	Contacto	10

1 Presentación

EL CAPRICO DE ESQUIAR EN SAINT MORITZ

Saint Moritz es uno de los grandes iconos alpinos de los deportes de invierno y una localidad con una larga tradición turística. Ha sido **sede de los Juegos Olímpicos de Invierno** en dos ocasiones y su prestigio comenzó mucho antes de convertirse en un destino de lujo, gracias a sus conocidas aguas medicinales. Con el paso del tiempo, **Saint Moritz** se transformó en uno de los **resorts más exclusivos y elegantes de los Alpes**, sin perder por ello el atractivo de su espectacular entorno natural.

La Engadina es, además, uno de los grandes destinos europeos para la práctica del esquí de fondo. Su elevada altitud, alrededor de los 1.800 metros, la amplitud de su valle y un clima especialmente soleado crean unas condiciones excepcionales para disfrutar de este deporte. El paisaje combina montañas, bosques, pueblos tradicionales y grandes lagos, ofreciendo un escenario difícil de igualar.

Durante siglos, vivir en este valle situado a gran altura fue una auténtica lucha contra las condiciones naturales. Sus habitantes dependían principalmente de la agricultura y la ganadería. Hoy, el **valle de la Engadina** se

extiende a lo largo de unos 80 km siguiendo el curso del río Eno, cuyo nombre dio origen a la denominación Engadin, interpretada como “jardín del Eno”. En su recorrido encontramos algunos de los paisajes más singulares de los Alpes suizos.

ALTA ENGADINA: LA MESETA DE LOS CUATRO LAGOS

Entre **Maloja** y **Saint Moritz** se encuentra la espectacular meseta de la **Alta Engadina**, donde se concentran cuatro de sus grandes lagos: **Sils, Silvaplana, Champfèrer** y St. Moritz. Situados a unos 1.800 metros de altitud, forman uno de los paisajes más característicos de la región.

Durante los meses de invierno, cuando las aguas permanecen heladas, los lagos se convierten en un escenario excepcional para el esquí de fondo. El terreno prácticamente llano permite disfrutar de largas jornadas sobre los esquís, rodeados de montañas y con unas panorámicas extraordinarias.

PONTRESINA Y EL VAL ROSEG

Pontresina se encuentra en un valle secundario que parte de **Celerina** y se dirige hacia el macizo del Bernina, uno de los grandes accesos naturales a la **Engadina** desde Italia. Es posible llegar esquiendo desde Celerina o siguiendo la conocida pista de La Diagonale, dos recorridos especialmente atractivos.

Pero el gran protagonista de esta zona es el **Val Roseg**. La pista se interna progresivamente por este valle glaciar, rodeada de impresionantes cumbres y bosques, hasta alcanzar un espectacular circo montañoso. Es uno de los recorridos imprescindibles para descubrir la belleza de la Engadina sobre los esquís.

HACIA LA BAJA ENGADINA: ZUOZ, ZEMEZ Y LAVIN

Siguiendo el curso del río Eno hacia el norte, el valle continúa siendo amplio y luminoso, salpicado de pueblos que conservan buena parte de su arquitectura tradicional. **Zuoz** destaca especialmente por sus elegantes casas patricias y por el encanto de su casco histórico.

A partir de **Zemez**, el paisaje cambia y las montañas comienzan a cerrar el valle, anunciando la entrada en la **Baja Engadina**. Desde aquí podemos continuar hacia **Scuol**, otro importante centro de esquí nórdico situado a unos 1.300 metros, o prolongar el recorrido hasta Lavin.

Entre Maloja y Lavin se desarrolla una auténtica **travesía longitudinal de la Engadina**, con cerca de **70 km** de pistas de esquí de fondo siguiendo el curso del Eno y atravesando numerosos pueblos. Un recorrido de gran belleza que permite descubrir, de una manera pausada y privilegiada, la diversidad de uno de los valles alpinos más espectaculares de Europa.

2 El destino

La Engadina es uno de los grandes **valles alpinos de Suiza**, situado en el cantón de los Grisones, al sureste del país y muy próximo a la frontera con Italia. El valle sigue el curso del río Eno y se extiende a lo largo de unos 80 kilómetros, dividido entre la **Alta y la Baja Engadina**. La Alta Engadina, situada alrededor de los 1.800 metros de altitud, destaca por sus grandes lagos, sus espectaculares montañas y un clima especialmente soleado. En este entorno se encuentran localidades tan conocidas como **Saint Moritz**, Celerina, Samedan y Pontresina, además del imponente macizo del Bernina, donde se alcanza los 4.048 metros del Piz Bernina.

La historia de la región está estrechamente ligada a su aislamiento geográfico, a los antiguos pasos alpinos y a la actividad ganadera y agrícola de sus habitantes. **Saint Moritz** comenzó a ganar fama en el siglo XIX gracias a sus aguas termales y, posteriormente, se convirtió en uno de los primeros grandes destinos turísticos de montaña de Europa. La celebración de los Juegos Olímpicos de Invierno en 1928 y 1948 consolidó su prestigio internacional. Hoy, **la Engadina** combina esta tradición turística con una fuerte identidad local, reflejada en sus pueblos, su arquitectura tradicional y la lengua romanche, que todavía forma parte de la cultura de los Grisones.

La región es actualmente un destino privilegiado para los amantes de los deportes de invierno y de la montaña durante todo el año. En invierno, sus extensos circuitos de esquí de fondo, sus estaciones de esquí alpino y sus lagos helados convierten el valle en un auténtico paraíso de nieve. Todo ello se desarrolla en un paisaje alpino espectacular que combina naturaleza, tradición y el ambiente elegante y cosmopolita de Saint Moritz.

3 Datos básicos

Destino: St.Moritz y la Engadina

Actividad: Esquí de fondo.

Duración: 6 días.

Época: De diciembre a marzo.

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas por grupo.

4 Nivel que se impartirá

Iniciación y avanzado estilo clásico. Iniciación patinador.

Este viaje es muy recomendado para iniciación total tanto en estilo clásico como patinador ya que las pistas son muy amplias y sin apenas desnivel.

5 Programa

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

5.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo a Zurich y traslado en tren a Saint Moritz.

Día 2. La Meseta de los Cuatro Lagos.

Día 3. Zuoz.

Día 4. Pontresina y Val Roseg.

Día 5. La Baja Engadina.

Día 6. Jornada de esquí hasta las 13 h. Traslado a Zurich y vuelo de regreso.

5.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo a Zurich y traslado en tren a Saint Moritz.

Vuelo al **aeropuerto de Zúrich** y **traslado en tren hasta Saint Moritz**, en un recorrido de unas 3 horas y 30 minutos que nos permitirá disfrutar desde el primer momento de los espectaculares paisajes suizos. A nuestra llegada, tendremos tiempo para recoger o alquilar el material de esquí y, quienes ya dispongan de su equipo, podrán aprovechar para tomar un primer contacto con la nieve.

Día 2. La Meseta de los Cuatro Lagos.

El **dominio nórdico de la Engadina** cuenta con unos 240 km de pistas interconectadas y nuestro alojamiento se encuentra a tan solo 20 metros de ellas, lo que nos permitirá comenzar las jornadas de esquí directamente desde el hotel. Además, existe la posibilidad de utilizar gratuitamente el transporte público para desplazarnos hasta distintos puntos del valle y adaptar así la longitud de las rutas a las preferencias del grupo. Para quienes quieran disfrutar de jornadas más largas, siempre podremos regresar esquiando hasta el alojamiento.

En esta primera jornada nos calzaremos los esquís en el propio hotel para adentrarnos en la **Meseta de los Cuatro Lagos**, uno de los recorridos imprescindibles de **la Engadina**. El itinerario nos permitirá descubrir de cerca el espectacular paisaje de la **Alta Engadina**, con sus lagos helados, grandes espacios abiertos y las montañas que rodean el valle.

Día 3. Zuoz.

Al norte de Celerina, el valle se abre en una amplia y luminosa extensión que se prolonga hasta las puertas de **la Baja Engadina**. En esta zona se encuentra **Zuoz**, uno de los pueblos con mayor encanto de la región, rodeado de un paisaje alpino de gran belleza.

Durante esta jornada recorreremos las pistas que conectan **Samedan, Zuoz y Zernez**, disfrutando de un trazado variado que combina bosques, praderas nevadas y pequeños pueblos tradicionales de la Engadina.

Día 4. Pontresina y Val Roseg.

A los pies del Piz Bernina, con sus 4.048 metros de altitud, se encuentra **Pontresina**, uno de los rincones más atractivos y pintorescos de **la Engadina**. Desde aquí podremos recorrer las pistas que atraviesan el valle y adentrarnos en el espectacular Val Roseg, un recorrido de gran belleza rodeado de imponentes cumbres alpinas.

La jornada también nos ofrece la posibilidad de llegar esquiando desde **Saint Moritz**, bien siguiendo directamente la conocida ruta de La Diagonale o enlazando las pistas a través de Celerina. Una magnífica manera de descubrir sobre los esquís algunos de los paisajes más emblemáticos de la Alta Engadina.

Día 5. La Baja Engadina.

Frente al ambiente exclusivo y sofisticado de **Saint Moritz** y la **Alta Engadina**, la **Baja Engadina** ofrece una experiencia mucho más tranquila y auténtica, en un entorno de pueblos tradicionales y paisajes alpinos. También cuenta con una interesante red de pistas de esquí de fondo, aunque situada a menor altitud, alrededor de los 1.300 metros, por lo que será necesario consultar previamente las condiciones de nieve.

Desde **Zernez** es posible continuar esquiando hacia Lavin, manteniendo la conexión con el resto del **dominio nórdico de la Engadina**. Como alternativa, siempre que las condiciones lo permitan, podremos desplazarnos hasta Scuol, donde encontraremos unos 20 km de recorridos para descubrir otra de las zonas de esquí de fondo del valle.

Día 6. Jornada de esquí hasta las 13 h. Traslado a Zurich y vuelo de regreso.

Los horarios de los vuelos nos permiten aprovechar la última mañana para disfrutar de unas horas más de esquí antes de iniciar el regreso. A las 13:47 tomaremos el tren con destino a **Zúrich** para enlazar con los vuelos de regreso.

Los participantes que tengan su vuelo de vuelta a Barcelona dispondrán de algo más de margen y, si lo desean, podrán prolongar la jornada de esquí y tomar el tren de las 15:47 hacia el aeropuerto.

6 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 1.695 € por persona. Suplemento individual a partir de 500 €.

6.1 Incluye

- Profesor de esquí de fondo de Muntania.
- Transporte en furgoneta.
- 5 noches de hotel en régimen de alojamiento y desayuno. [Hotel Corvatsch](#) *** en St.Moritz.
- Acceso a Spa y piscina cubierta (abierto de 9 a 21 h). [+ Info](#)
- Clases de esquí de fondo todos los días.

- Seguro de viaje incluido.
- Gestión de reservas.

6.2 No incluye

- Vuelo al destino ida/vuelta de los participantes. Posibilidad de gestión del vuelo por parte de Muntania Outdoors (30 € gastos de gestión).
- Alquiler equipo de esquí de fondo. Opción de reservar en Saint Moritz.
- Pase de pistas semanal, unos 45 €.
- Almuerzos (se harán en las pistas de esquí).
- Cenas. Opción de cena por 325 € (5 noches) o 68 € por noche reservando in situ. En el hotel opción de restaurantes diferentes que se puede cenar a la carta. [+ Info](#)
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.
- Cualquier actividad extra que requiera pago como entrada museos etc.

7 Más información

Niveles que se impartirán

Iniciación y avanzado estilo clásico. Iniciación patinador.

Este viaje es muy recomendado para iniciación total tanto en estilo clásico como patinador ya que las pistas son muy amplias y sin apenas desnivel.

Transporte de esquís

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

Material y ropa necesaria

- Material de esquí de fondo (esquís, botas y bastones). Posibilidad de alquiler de material. Consultar.
- Mochila pequeña (10-20 litros) o riñonera con agua.
- Pantalón y chaqueta de Gore-tex o similar. Forro polar.
- Pantalones tipo malla gruesa o pantalón de montaña de invierno.
- Ropa interior térmica.
- Gafas de sol, buff, gorro y guantes (interior y cubre guante).
- Termo pequeño.
- Un plumas para después de la actividad.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te 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 te facilitará los preparativos finales.

Billete de avión y transporte de esquís

Si estás interesado en que gestionemos tu billete tendrás que marcarlo en la reserva donde verás distintas opciones de vuelos.

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

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. Si además quieres facturar una bolsa de esquís o únicamente facturar bolsa de esquís y no maleta, lo debes indicar cuando haga la reserva.

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

Respecto al transporte de esquís en el avión si no quieres compartir bolsa de esquís con otros participantes, recomendamos facturar únicamente una bolsa de esquís amplia, donde además pueda meter más cosas y en cabina la mochila de ataque con el resto de las cosas que no has metido en la bolsa de esquís. Según el destino de tu viaje, se puede alquilar esquís y botas y también hay tiendas para comprar ropa, guantes etc. pero es más sencillo alquilar esquís y botas que ir comprando guantes, gorro, etc.

Si la elección de asiento es gratuita elegiremos los más cómodos entre los disponibles. Si deseas un tipo de asiento específico debes indicarlo previamente. Si la elección de asiento es de pago, dejaremos esta elección a tu criterio para que puedas gestionarla posteriormente tú mismo junto con el resto de los servicios opcionales de pago.

Muntania Outdoors cobra 30 € según destino en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a tu vuelo (lo tendrás que hacer tu).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, tuvieras que cancelar tu vuelo, será responsabilidad tuya 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 nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarte y te mandaremos el nuevo horario. Si te llega a ti, es

responsabilidad tuya aceptar el cambio y si no estás de acuerdo con el nuevo horario tendrás que rechazar el cambio.

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 el que realices los trámites que te pidan realizar.

En el caso de que quieras que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 30 € adicionales según el destino.

Si eres tú el que compras tu vuelo, te 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 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 alianza de compañías a la que pertenece 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 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.

Equipaje y material.

Rogamos seas comedido con el equipaje ya que por las tardes necesitarán pocos cambios de prendas.

Tiene la opción de alquilar equipo de fondo tanto **clásico** cómo **skating** muy cerca de nuestro alojamiento.

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

Seguro de viaje incluido

La actividad tiene **incluido un seguro de viaje** con **Iris Global** que incluye:

- Rescate hasta 6.000 €
- Gastos médicos por enfermedad o accidente: hasta 30.000 € (opción de contratar una cobertura mayor, consultar).
- Repatriación o transporte sanitario: ilimitado.
- Regreso anticipado por causas justificadas: ilimitado.
- Pérdida, robo o daños de equipaje: hasta 600 €.

También tienes la opción de contratar un **seguro de cancelación** por causas justificadas con el **seguro Iris Global** que le incluimos en el viaje con un coste de 20 € por cada 1.000 € asegurados con un **máximo asegurado de 3.000 €**. La contratación tiene que hacerse en el momento de la reserva de su viaje. Si no se hace en tiempo hay **72 horas de carencia** en el que en caso de tener que cancelar por una causa justificada no le cubriría.

Además, ofrecemos un **seguro anual con Intermundial** que además de cubrir su viaje también cubre cualquier otro viaje dentro del periodo de contratación de este. **Intermundial** también ofrece este seguro con la **opción de cancelación** por las causas justificadas en sus condiciones.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: [Información de seguros](#)

Más información

* Teléfono de asistencia 24h de Iris Global: 91 572 43 43

** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

*** Si tiene algún otro seguro contratado de este tipo, tiene la obligación de informar a todas las compañías del nombre y número de póliza de sus seguros y también tendrá que dar parte. Las compañías se pondrán en contacto unas con otras y se repartirán los costes generados por su accidente. En caso de no proceder de esta forma, los aseguradores no estarán obligados a pagar la indemnización.

**** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Enlaces de interés

[Saint Moritz](#)

[Los Cuatro Lagos](#)

[Zuoz](#)

[Pontresina](#)

[Baja Engadina](#)

8 Puntos fuertes

- Esquiar en uno de los destinos de nieve más prestigiosos y emblemáticos de los Alpes
- 240 km de pistas de esquí de fondo interconectadas en el conjunto de la Engadina
- Alojamiento a solo 20 metros de las pistas, pudiendo salir esquiando directamente desde el hotel
- Gran variedad de recorridos entre lagos helados, valles alpinos, bosques y pueblos tradicionales
- La espectacular Meseta de los Cuatro Lagos, uno de los paisajes más característicos de la Alta Engadina
- Recorridos imprescindibles como Pontresina y el Val Roseg, a los pies del Piz Bernina de 4.048 m
- Posibilidad de esquiar cada día en una zona diferente utilizando gratuitamente el transporte público
- Combinar el ambiente elegante y cosmopolita de Saint Moritz con la tranquilidad y autenticidad de la Baja Engadina
- La elevada altitud de la Alta Engadina, que ofrece unas condiciones especialmente favorables para el esquí de fondo

- Un viaje que combina deporte, grandes paisajes alpinos, pueblos con encanto y la cultura de los Alpes suizos

9 Otros viajes similares

- Esquí de fondo en Ramsau. Austria
- Dolomiti Nordic Ski Area

10 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