ESCALADA EN HIELO EN RJUKAN

Telemark, Noruega

muntania

Tu agencia de viajes

CICMA: 4720
+34 910 05 20 74
+34 629 379 894 (WhatsApp)
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 El destino 2
3 Datos básicos 2
3.1 Nivel técnico requerido 2
4 Programa 3
5 Precio. Incluye/No incluye 3
5.1 Incluye 3
5.2 No incluye 3
6 Más información 3
7 Puntos fuertes 6
8 Otros viajes similares 7
9 Contacto 7

1 Presentación

Te proponemos una semana de **Escalada en Hielo** en **Rjukan**, **Noruega**. Sin duda es un destino conocido en el mundo entero y donde cada año acuden escaladores de medio mundo en busca de las magníficas condiciones que este valle nos ofrece para escalar en hielo.

Si te inicias en esta disciplina o si ya tienes algo de experiencia este es tu viaje ya que además de escalar muchos metros siempre estarás asesorado por un guía de alta montaña que además de enseñarte los rincones de este valle te ayudará a progresar con seguridad.

Rjukan se encuentra en la famosa región de **Telemark** a poco más de dos horas de **Oslo**. Es una pequeña población con los servicios básicos que ha sabido explotar el gran potencial que presenta su valle. Durante la semana podremos escalar muchas cascadas que en función de nuestro nivel, nuestras aspiraciones y fundamentalmente en función de las condiciones climatológicas y estado del hielo nos permitirá aprovechar cada día de nuestro viaje haciendo lo que nos gusta.

Las bajas temperaturas, la accesibilidad de las cascadas y un cómodo alojamiento en cabaña perfectamente acondicionada nos permitirán disfrutar de una semana inolvidable.

Tendremos tiempo para escalar en hielo, descansar y relajarnos por la tarde en nuestra cabaña. Además nuestro destino nos permite si queremos hacer otras actividades como **esquí de fondo**, **alpino** o **back-country** para así completar unas vacaciones estupendas.

2 El destino

Rjukan: Paraíso de la Escalada en Hielo en Noruega

Ubicado en el **corazón de Noruega**, el valle de **Rjukan** se ha consolidado como uno de los destinos más emblemáticos de Europa para la escalada en hielo. Gracias a su microclima frío y estable, junto con una geografía de cañones profundos y cascadas verticales, **Rjukan** ofrece más de 150 rutas de hielo bien establecidas, que van desde niveles de iniciación hasta avanzando con líneas más técnicas para gente con experiencia.

La accesibilidad es otro de sus grandes atractivos: muchas vías se encuentran a poca distancia de la carretera, lo que permite maximizar el tiempo de escalada y minimizar las aproximaciones exigentes.

Rjukan también destaca por su infraestructura amigable para escaladores, con tiendas de alquiler de equipo especializado y una comunidad acogedora.

La temporada de escalada va de diciembre a marzo, con condiciones que suelen ser fiables y seguras. Además del hielo, **Rjukan** ofrece un entorno natural impresionante, con vistas al **Gaustatoppen** y una historia única ligada a la **Segunda Guerra Mundial**, lo que convierte la visita en una experiencia completa tanto deportiva como cultural.

Para los amantes del hielo vertical, **Rjukan** es, sin duda, una parada obligatoria.

3 Datos básicos

Destino: **Rjukan** (Noruega).
Actividad: **escalada en hielo.**
Nivel físico: Principiantes y avanzado (ver más información).
Duración: 7 días (5 días de actividad).
Época: De enero a marzo.
Grupo mínimo-máximo: 1-4 personas.

3.1 Nivel técnico requerido

No se requiere experiencia previa en escalada en hielo, pero si tener experiencia en progresión en montaña invernal con crampones y piolet.

También es un programa para gente ya iniciada y con experiencia que quiere seguir progresando.

CICMA: 4720
+34 910 05 20 74
+34 629 379 894 (WhatsApp)
www.muntania.com
info@muntania.com

4 Programa

Día 1. Viaje España - **Rjukan**.

Viaje en avión a Oslo y traslado a **Rjukan** en vehículo de alquiler. Alojamiento en cabaña.

Día 2-6. **Escalada en hielo** en el valle de **Rjukan**.

5 días de escalada en hielo en diferentes sectores de la zona. Posibilidad de alternar la escalada con otras actividades como **raquetas**, **esquí de fondo** o **alpino**.

Día 7. Traslado al aeropuerto. Regreso a España.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio:

- 4 personas. 895 €.
- 3 personas. 1.095 €.
- 2 personas 1.395 €.

5.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el viaje.
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Billete de avión a Oslo (30 € gestión de billetes si es Muntania Outdoors quién hace la compra).
- Transporte interno durante el viaje. Coste total aproximado a repartir 350 € (alquiler coche).
- Gastos de alojamiento y manutención de los participantes (ver observaciones).
- Gastos de alojamiento y manutención del guía.

6 Más información

Nivel técnico requerido para este viaje

No se requiere experiencia previa en escalada en hielo, pero si tener experiencia en progresión en montaña invernal con crampones y piolet.

También es un programa para gente ya iniciada y con experiencia que quiere seguir progresando.

Material y ropa necesaria para este viaje

Es importante llevar poco peso en la mochila para moverse 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).
- Crampones y piolets técnicos.
- Botas cramponables y polainas.
- Casco.
- Arnés, cabo de anclaje y 2 mosquetones de seguridad.
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón de montaña.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Chaqueta de primaloft y/o plumas.
  - Braga para el cuello.
  - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
  - Gorro para el frío.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Termo, mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

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

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 de vuelos. 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.

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.

Alojamiento

Coste estimado de cabaña para 4 personas completamente acondicionada (televisión, wifi, cocina, baño completo, etc.) **280** euros por persona (incluido el gasto del guía).

Manutención. Las cabañas disponen de cocina totalmente equipada y todos los días habrá posibilidad de comprar comida. Se organizarán las cenas y los desayunos individual o colectivamente.

Aunque se puede llegar a la población en autobús desde el aeropuerto de Oslo recomendamos alquilar un vehículo ya que para el acceso diario a las zonas de escalada y regreso al alojamiento es imprescindible.

Organización de las comidas.

Por experiencias de otros años hemos visto que la mejor organización es la siguiente. Cada noche dos personas se encargan de preparar la cena para el resto. Esto supone hacer la compra (o llevarla desde España), costear la misma y cocinarla. De esta forma sólo se está implicado una noche por lo que si alguno le incomoda cocinar sólo tiene que hacerlo una noche. Eso no implica que el resto ayude en tareas de puesta de mesa y recogida y limpieza de platos etc.

Podéis llevar algo de buen género que podáis echar ahí de menos (jamoncito, etc.) pero ahí podemos comprar de todo.

Para los desayunos y cenas se suele hacer un fondo y una compra común.

Igualmente, si alguno prefiere ser autónomo o cenar en el restaurante del alojamiento está en su derecho y nosotros facilitaremos más detalles en caso de que alguno escoja este camino.

Seguro de accidentes/viaje no incluido.

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

También te recomendamos que tengas un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tienes cualquier problema que le impida viajar.

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

Consulta 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 de escalada 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

Visit Rjukan

7 Puntos fuertes

- Escalar acompañado de un guía profesional.
- Uno de los mejores lugares para escalar en hielo.
- Programa adaptable a nuestro nivel.
- Grupo muy reducido para que saques el máximo partido y con seguridad.
- Cómodo alojamiento.

8 Otros viajes similares

- Dolomitas. Escalada en hielo
- Escalada en hielo en Cogne. Valle de Aosta. Alpes italianos
- Escalada en hielo en el Macizo de Ecrins y Queyras. Alpes franceses

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