



RAQUETAS DE NIEVE EN EL VALLE DE AOSTA

Alpes italianos



ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Destino	2
3	Datos básicos	2
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje.....	2
4	Programa.....	3
4.1	Programa resumen.....	3
4.2	Programa detallado.....	3
5	Más información	4
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye	5
5.3	Material necesario	5
5.4	Observaciones.....	6
5.5	Enlaces de interés	8
5.6	Puntos fuertes.....	8
6	Otros viajes similares	9
7	Contacto.....	9

1 Presentación

Aosta se presenta como un paraíso para las **raquetas de nieve**. Con sus grandes bosques, rodeados de impresionantes circos glaciares y coronados por escarpadas cimas hacen que el ambiente sea espectacular.

Además, estar rodeados de montañas tan emblemáticas como el **Mt.Blanc, Grandes Jorasses, Monte Rosa**, etc. hace que el ambiente sea muy alpino.

Te proponemos un interesante viaje al **Valle de Aosta**, donde podrás disfrutar de excelentes ascensiones de gran belleza, acompañado de un acogedor hotel rural donde podremos catar la gastronomía local.

Irás acompañado de un guía de montaña que te guiará durante cada jornada para sacar el máximo provecho a la semana. Además, dispondrás de transporte privado tanto para acceder a los diferentes recorridos como para después de la actividad, visitar distintos lugares de interés.

2 Destino

El **Valle de Aosta** ocupa 3.266 km², una centésima parte del territorio nacional italiano es la más pequeña de las regiones italianas.

Modelada por antiguos glaciares y rodeada por unas de las montañas más grandes de Europa (**Mt. Blanc, Grand Paradiso, Grand Combin, Mt. Rosa, etc.**), el **Valle d'Aosta** es una región típicamente alpina: un tercio de su superficie se encuentra por encima de los 2.600 m de cota. Verticalidad, altas cotas y grandes desniveles hacen de la región un lugar ideal para los grandes desafíos y para la práctica deportiva: alpinismo, escalada, trekking, esquí, rafting, cañones, bicicleta etc se practican en el valle.

Además, **Aosta** conquista también a las almas más contemplativas con sus paisajes grandiosos y con un patrimonio natural de gran riqueza: precisamente es aquí donde **nació el primer parque natural italiano (Grand Pardiso)** y casi un tercio del territorio regional se encuentra protegido para tutelar su importante biodiversidad.

También la historia y el arte sorprenden, con una extraordinaria concentración de testimonios del pasado: monumentos megalíticos prehistóricos, importantes huellas del periodo romano, más de 100 estructuras entre **castillos medievales, torres y fortalezas**, en muchos casos transformados a lo largo del tiempo para convertirse en residencias renacentistas e iglesias románicas y barrocas. Una gran riqueza cultural a la que contribuyen tradiciones todavía vivas, artesanía y gastronomía, y el bilingüismo – italiano y francés – de la mayor parte de sus habitantes.

3 Datos básicos

Destino: **Valle de Aosta. Italia**

Actividad: Raquetas de nieve

Nivel físico: */**. Tipo de terreno: */**.

Duración: 8 días.

Época: Diciembre a Abril

Grupo: 4-8 personas.

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

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de terreno	Descripción
*	Progresión en terreno llano o con suave pendiente
**	Terreno con pendiente moderada que permite progresar de forma cómoda con las raquetas puestas
***	Terreno con pendiente más acusado que puede requerir en algún tramo cambiar las raquetas por crampones para progresar con mayor comodidad y seguridad

4 Programa

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

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a Turín. Recepción de participantes. Traslado a nuestro alojamiento en el Valle de Aosta..

Día 2. Refugio Arp y Lagos Glaciares de Valfreda

Distancia 11 Km Desnivel +400 m Desnivel -400 m.

Día 3. Barmaz-Santuario de la Clavalité

Distancia 12 Km Desnivel +700 m Desnivel -700 m.

Visita del pueblo de Cervinia

Día 4. Champorcher-Col du Lac Blanc

Distancia 13 Km Desnivel +600 m Desnivel -600 m.

Día 5. Cogne-Valnontey

Visita del pueblo de Cogne

Distancia 13 Km Desnivel +200 m Desnivel -200 m.

Día 6. Rifugio Vittorio Manuelle

Distancia 8Km Desnivel +750 m Desnivel -750m.

Día 7. Día de margen para utilizar si alguna de las excursiones no se ha podido realizar. En caso de haber realizado el programa el guía del viaje propondrá otra excursión.

Día 8. Traslado Aeropuerto de Turín. Fin del viaje.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a Turín. Recepción de participantes. Traslado a nuestro alojamiento en el Valle de Aosta..

Día 2. Refugio Arp y Lagos Glaciares de Valfreda

Ascenso al **Refugio Arp** en el **Val d'Ayas**. Si las condiciones lo permiten, posterior paseo hasta los **lagos de Valfreda**. Un entorno de Alta Montaña en un lugar recóndito del **Valle de Aosta**.

Distancia 11 Km Desnivel +400 m Desnivel -400 m.

Día 3. Barmaz-Santuario de la Clavalité

Saldremos del aparcamiento de **Barma**, municipio de **Valtournenche**. Continuaremos hasta **Cheneil**. Par a después afrontar el paso de **Fontana Fredda**. Desde allí, una hermosa caminata nos dejará en el **Santuario de Clavalité**, construido en 1970 y dedicado a **Santo Domingo Savio**. Durante todo el recorrido tendremos unas buenas vistas del **Cervino**.

Distancia 12 Km Desnivel +700 m Desnivel -700 m.

Visita del pueblo de Cervinia

Día 4. Champorcher-Col du Lac Blanc

Itinerario clásico que recorre el parque natural de **Mont Avic** hasta el gran balcón del Col du Lac Blanc. Si las fuerzas nos acompañan podremos llegar un poco más allá y alcanzar alguno de los lagos glaciares del valle.

Distancia 13 Km Desnivel +600 m Desnivel -600 m.

Día 5. Cogne-Valnontey

Nos desplazaremos hasta **Cogne**, una de las mecas de la escalada en hielo de los **Alpes**, dada su orientación y aislamiento, para recorrer un bonito itinerario con impresionantes vistas de **Cogne** y **Aosta**.

Visita del pueblo de Cogne

Distancia 13 Km Desnivel +200 m Desnivel -200 m.

Día 6. Rifugio Vittorio Manuelle

Interesante recorrido por uno de los más conocidos de los Alpes, que nos llevará hacia el refugio **Vittorio Manuelle** y las vistas hacia el **Gran Paradiso**

Distancia 8Km Desnivel +750 m Desnivel -750m.

Día 7. Día de margen para utilizar si alguna de las excursiones no se ha podido realizar. En caso de haber realizado el programa el guía del viaje propondrá otra excursión

Día 8. Traslado Aeropuerto de Turín. Fin del viaje.

5 Más información

Precio.

- Si el grupo alcanza los 4 participantes. 1260 euros por persona.
- Si el grupo alcanza los 5 participantes. 1190 euros por persona.

5.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el recorrido.
- 6 noches de hotel en habitación doble con desayuno (consultar suplemento individual) en el valle de Aosta y la última noche de alojamiento con desayuno en hotel junto al aeropuerto.
- Transporte privado desde el aeropuerto de Turín al valle de Aosta, durante los días de actividad en el valle de Aosta y el traslado de regreso al hotel junto al aeropuerto.
- Gestión de reservas.

*Hotel Sarre en Aosta y hotel Atlantic Congress & Spa junto al aeropuerto <https://www.hotelatlantic.com>

5.2 No incluye

- Billete de avión (entre 150 y 250 euros en función de las fechas de emisión). Muntania se lo puede gestionar (coste de 25 euros).
- Manutención. Cenas. Los almuerzos se harán en montaña.
- Cualquier actividad adicional no incluida en el programa

5.3 Material necesario

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

- Mochila (entre 25-35 litros).
- Material de seguridad: DVA, pala y sonda.
- Botas de montaña cramponables y polainas.
- Raquetas y bastones.
- Crampones (únicamente se usarán si la nieve esta dura).
- Ropa técnica para la travesía:
 - Calcetines.
 - Pantalón de invierno.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos tipo forro polar.
 - Guantes gordos.
 - Gorro para el frío.
 - Gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora y/o termo.

5.4 Observaciones

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 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 en caso de ser necesario

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso y si quiere facturar una maleta en la bodega del avión**. Si puede meter las raquetas y bastones telescópicos dentro de su maleta no tendrá que facturar una segunda maleta. Antes de comprar el mismo le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones. En el caso de que no llegara la maleta y por tanto no llegaran las raquetas y bastones, se buscaría en destino un sitio de alquiler de raquetas y bastones.

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 hagamos los trámites de compra del mismo. 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 sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. 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.

Alojamiento

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que este interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación doble. Dependerá de que otra persona también estén interesado en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas. También cubre la cancelación del viaje al igual que el seguro de Anulación Plus**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Este seguro cubre cancelación del viaje con devoluciones de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Seguro Ski/Aventura Plus

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior respecto a que es un seguro de viaje y de actividad deportiva pero no cubre la cancelación previa del viaje.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación** son seguros de viajes con mejores coberturas que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

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

Seguro de accidentes y rescate incluido

** Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

*** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

**** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

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.

5.5 Enlaces de interés

- <http://www.lovevda.it/es>

5.6 Puntos fuertes

- Itinerarios de gran belleza.
- Buena gastronomía.
- Región cargada de historia.
- Guía acompañante toda la jornada.

6 Otros viajes similares

- Auroras Boreales y excursiones con raquetas. Lofoten, Noruega
- Ascensiones en Lofoten, Noruega
- Noruega, Alpes de Lyngen. Raquetas en el círculo polar ártico
- Islandia. Ascensiones en la península del Troll
- Ascensiones con raquetas en Bulgaria. Rila y Pirin, Balcanes
- Rumanía. Ascensiones en las montañas de Transilvania

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

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

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).