



El Oppland, el Corazón de Noruega

Parques Nacionales de Jotunheimen, Rondane y Dovrefjell

16 - 23 AGO 2019 (8 días)

V2749



Tamaño del grupo: reducido (5 - 8 pax)

El Oppland, el corazón de Noruega

Noruega es un destino que gracias a sus espectaculares fiordos, sus pueblos costeros, su gastronomía y su amor por la conservación de la naturaleza, es uno de los destinos predilectos de toda Europa. Pero hay una parte del país menos conocida, aunque no tiene nada que envidiar a lo mencionado anteriormente. Nos referimos a la región de Oppland, enclavada en el corazón del país y que alberga nada menos que siete parques nacionales, entre los que destacan Rondane y Jotunheimen.

El Oppland, además, tiene el honor de poseer las mayores alturas del país y de todos los Alpes Escandinavos, el Galdhopiggen (2,469 m), y el Glittertind (2.465 m) que serán dos de nuestros objetivos principales.

El camino de San Olav y las Stavkirke, las iglesias de madera

Si bien nuestra principal atención será su deslumbrante naturaleza salvaje, el Oppland tiene puntos de interés cultural remarcables, como son varios de los mejores ejemplos de iglesias de madera, como las de Lom y Rongebu, y el hecho de ser lugar de paso del Camino de San Olav, una ruta de peregrinación similar a nuestro camino de Santiago.

Jotunheimen, las Montañas del Gigante

Tres de las cinco rutas del viaje transcurren en Jotunheimen, el más grande de los parques nacionales noruegos y que protege un territorio que no fue conocido en profundidad hasta principios del siglo XIX. Los primeros exploradores las llamaron Jotunfjell -montañas de los gigantes- origen del topónimo actual Jotunheimen, que significa el hogar de los gigantes.

Aún hoy es un territorio indómito en el que no hay carreteras y sólo es posible viajar por él caminando o esquiendo. Con una morfología de marcada impronta glaciar, de lagos alargados y valles en artesa, concentra más de doscientos picos que rondan los 2.000 m, incluyendo los más altos de Noruega, los ya mencionados Galdhopiggen y Glittertind.

PROGRAMA

16 AGOSTO 2019

Vuelo a Oslo. Viaje a Hundorp y visita de Lillehammer.

Viaje a Lillehammer (140 km, 2 h) capital de la provincia de Oppland y ciudad olímpica, donde nos detendremos para visitar su centro. Después seguiremos camino a Hundorp, localidad situada a 75 km de Lillehammer. En función de la hora de llegada, aprovecharemos para andar un poco por el Camino de San Olav, que une los lugares más relacionados con el santo patrón de Noruega, como la peculiar iglesia octogonal de Gudbrandsdalen.

VISITAS Y OTRAS ACTIVIDADES

Camino de San Olav

El camino del Santo Olav consiste en una red de más de 5000 km en Escandinavia que interconecta muchos lugares relacionado con San Olav: Iglesias, monasterios y capillas son parte del camino del San Olav. La pequeña fuente de San Olav, y la catedral de Nidaros es parte de la misma herencia.

Iglesia de Sør-Fron kyrkje

La curiosa iglesia poligónica de Sør-Fron kyrkje, en Hundorp, posee una planta octogonal que la hace única en Noruega y recibe el sobrenombre de la "catedral" del Gudbrandsdalen.

Lillehammer

Lillehammer, situada a 180 kms de Oslo, es la capital de la provincia de Oppland. Custodiando el lago Mjøsa, el más grande del país y enclavada en el valle de Gudbrandsdal, es conocida por haber albergado las Olimpiadas de Invierno de 1994.

ALOJAMIENTO

Hotel Pyntaberget en Sør-Fron (AD)

17 AGOSTO 2019

Jotunheimen: el Monte Glittertind (2.465 m).

Gran ruta circular por las montañas que rodean el lago Steinbu, entre las que destaca el Glittertind, la segunda cima más alta de Noruega, con formidables vistas de glaciares y pequeños lagos, algunos de los cuales no llegan a descongelarse del todo.

RUTAS

El Monte Glittertind (2.465 m) Distancia: 16 km, Subida 1150 m, Bajada 1150 m

Desde el refugio de Glitterheim iniciaremos la ascensión al Pico Glittertind (2.465 m) por cuya vertiente norte se precipitan dos verticales glaciares. A continuación nos acercaremos hasta el Monte Steinbukampen con magníficas vistas hacia la cara norte del Pico Nordre Veotinden con sus diferentes glaciares. Terminaremos nuestra ruta pasando junto al lago Steinbu, muy cerca ya del punto de partida.

ALOJAMIENTO

Hotel Pyntaberget en Sør-Fron (AD)

18 AGOSTO 2019

Parque Nacional Rondane: ascensión al Monte Rondslettet (2.178 m).

Ascensión a la cima más alta del Parque Nacional más antiguo de Noruega, el Parque Nacional Rondane, poseedor de una de las zonas de mayor riqueza ecológica del país y en el que habita una importante colonia de renos. En nuestro caminar podremos descubrir un paisaje en el que la tundra y los lagos se suceden entre colosos rocosos y peculiares colinas, llamadas eskers, creadas por la morrena arrastrada por los glaciares.

RUTAS

Ascensión al Monte Rondslottet (2.178 m) Distancia: 24 km, Subida 1325 m, Bajada 1325 m

Partimos del parking de Springet y tras remontar unos 6 kilómetros alcanzaremos el refugio de Rondvassbu, junto al precioso lago de Rondvatnet. A partir de aquí seguiremos por un bonito camino que nos permitirá alcanzar fácilmente el bucólico collado del Circo de Rondholet, con magníficas vistas sobre los lagos del valle de Stroboen, en la otra vertiente. Desde el collado tomamos la arista pedregosa que nos llevará hasta la primera cima de la jornada, el Vinjeronden con 2.044 m de altitud. Continuaremos hacia el norte por la cresta descendiendo hacia el collado que se forma entre las dos cimas, para volver a ascender, siempre por un camino sembrado de piedras, hasta la cumbre más alta del Parque, el Rondslottet (2.178 m) desde donde se puede disfrutar de grandiosas vistas. Regresaremos por el mismo camino. Nota: en Springet es posible alquilar una bicicleta para recorrer los 6 km de pista que hay hasta el refugio Rondvassbu, lo cual supone un ahorro de 12 km en total.

ALOJAMIENTO

Hotel Pyntaberget en Sør-Fron (AD)

19 AGOSTO 2019

Jotunheimen: ascensión al Monte Galdhøpiggen (2.469 m) el techo de Noruega

El Pico Galdhøpiggen es la máxima altura de Noruega y de toda la Península Escandinava por apenas 5 m, los que supera al Glittertind, sin embargo el ambiente de esta montaña es netamente más alpino. La ascensión no tiene ninguna dificultad técnica pero sí exige cierta forma física por el desnivel a salvar. Durante la subida al gigante granítico observaremos glaciares casi en todas direcciones, pero realmente no tendremos que pisar ninguno, salvo quizás en las cercanías de la cima. Tras la ruta, de regreso al hotel, nos detendremos a visitar la iglesia de madera de Lom.

VISITAS Y OTRAS ACTIVIDADES

Iglesia de Lom

La pequeña localidad de Lom alberga una stavkirke, denominación con la que son conocidas unas iglesias medievales producidas mediante una técnica de entramado de madera. Construida originalmente en el siglo XII, aunque sufrió algunas modificaciones posteriores, sigue milagrosamente mostrando al visitante una imagen robusta y frágil a la vez que hermosa.

RUTAS

Ascensión al Monte Galdhøpiggen (2.469 m) techo de Noruega Distancia: 12 km, Subida 1500 m, Bajada 1500 m

La ascensión al techo de Noruega es, como es de suponer, una de las más frecuentadas del país, y es habitual ver grandes grupos que ascienden en fila india con la ilusión de superar este gran reto. La cima cuenta incluso con un pequeño refugio, muy bien mimetizado con la roca. En definitiva, una experiencia imprescindible y verdaderamente gratificante para cualquier montañero que visite Noruega.

ALOJAMIENTO

Hotel Pyntaberget en Sør-Fron (AD)

20 AGOSTO 2019

Parque Nacional Dovrefjell - Sunndalsfjella: el Monte Snohetta (2.286 m).

El Parque Nacional Dovrefjell-Sunndalsfjella es el espacio natural más árido de Noruega, en el que largas temporadas de hielo y frío dan paso a veranos bastante secos, ofreciendo imágenes de gran belleza, muy diferentes al resto del país. Además, este espacio natural ha sido el lugar elegido para la reintroducción uno de sus antiguos moradores del Cuaternario: el buey almizclero.

RUTAS

Subida al Monte Snohetta (2.286 m) Distancia: 14 km, Subida 930 m, Bajada 930 m

Tras subir en autobús hasta el Refugio Snoheim, seguiremos las marcas que nos llevarán poco a poco a poco hasta la cima del Monte Snohetta 2.286 metros, que nos brindará una magnífica panorámica sobre el lago Istjønne y el pequeño glaciar del que se nutre. Si el tiempo acompaña y los horarios del autobús lo permiten, continuaremos por el cordal disfrutando de bonitas panorámicas del macizo montañoso de Dovrefjell. El descenso lo haremos por el mismo camino.

ALOJAMIENTO

Hotel Pyntaberget en Sør-Fron (AD)

21 AGOSTO 2019

Jotunheimen: La Cresta Besseggen.

La "Besseggen Ridge", entre los lagos Gjende y Bess, es sin duda una de las postales más famosas de la Noruega interior. Para llegar a ella navegaremos por el lago Gjende hasta Memurubu, donde comenzaremos esta espectacular travesía por el fácil cresterío, que ofrece magníficas panorámicas sobre ambos lagos, que se encuentran a una diferencia de altura de más de cien metros. Sin duda, una caminata impresionante, de las más espectaculares que se pueden hacer en Noruega y un broche de oro para este viaje por sus rincones más salvajes.

RUTAS

La Cresta Besseggen Distancia: 16 km, Subida 970 m, Bajada 990 m

Tras bajarnos del ferry en Memuburu iniciamos la ruta atravesando un bosque y el sendero comienza a ganar altura rápidamente hasta ganar la cresta por la que discurramos a lo largo de la ruta. Tras esta subida inicial la pendiente se relaja y el paisaje se vuelve más rocoso e impresionante. El sendero pasa junto a un pequeño lago, el Bjørnbøltjønne y las vistas hacia el otro lado del lago Gjende y el lago Ovre Leirungen – en la vertiente opuesta - con el riachuelo que desemboca en él es preciosa. A partir de aquí el camino empieza a descender vertiginosamente y seguimos teniendo grandes vistas. Según descendemos el terreno comienza a ser más amable y podemos ver el lago Gjende desde su extremo oeste. Hay que recordar que estamos en una zona de excepcional belleza, en el corazón del parque nacional de Jotunheimen, una zona virgen donde no hay apenas rastro de la presencia humana, salvo por el aparcamiento y el pequeño muelle para los ferries.

ALOJAMIENTO

Hotel Pyntaberget en Sør-Fron (AD)

22 AGOSTO 2019

Traslado a Oslo. Visitas de la Iglesia de Ringeby y Oslo.

Camino de Oslo nos detendremos en Ringeby para visitar una de las iglesias de madera más bonitas del país. La capital noruega se encuentra en una posición privilegiada al final del fiordo de Oslo y el río Akerselva transcurre por su interior. Dentro de sus límites existen cerca de 40 islas y más de 340 lagos. Hay muchos lugares que visitar en Oslo, los más conocidos son; la fortaleza de Akershus, un complejo militar de la época medieval, el Museo Munch, la Ópera, que fue inaugurada en 2008 y cuyo diseño con mármol blanco y vidrio trata de parecer un iceberg, el parque de Vigeland, etc.

VISITAS Y OTRAS ACTIVIDADES

Oslo

La capital noruega se encuentra en una posición privilegiada al final del fiordo de Oslo y el río Akerselva transcurre por su interior. Dentro de sus límites existen cerca de 40 islas y más de 340 lagos. Hay muchos lugares

que visitar en Oslo, los más conocidos son; la fortaleza de Akershus, un complejo militar de la época medieval, situado junto al fiordo de Oslo. El Museo Munch, La Ópera, que fue inaugurada en 2008 y cuyo diseño con mármol blanco y vidrio trata de parecer un iceberg, y que las personas que caminaran sobre el edificio parecieran pingüinos. El parque de Vigeland o el Museo de los Barcos Vikingos, son otros de los lugares más destacados. También es muy interesante pasearse por el distrito de Grünerlokka el barrio más vanguardista de la ciudad. Calles y parques esconden pinturas, esculturas y mercadillos cerca del río Akerselva con coloridos bares bohemios y cafeterías vintage.

Iglesia de Ringeby

La iglesia de Ringeby es una de las 28 "stavkirke" (iglesias de madera medievales) que quedan en Noruega, y una de las más grandes. Fue construida cerca de 1220 en el municipio de Ringeby, en la provincia de Oppland. Fue remodelada significativamente y agrandada en el siglo XVII.

ALOJAMIENTO

Hostel Anker en Oslo (A)

23 AGOSTO 2019

Vuelo de regreso.

INFORMACIÓN

Precio sin vuelo: 1.195 €

Alojamientos:

Habitaciones dobles en el Hotel Pyntaberget (6 noches)

Habitaciones de 3 a 6 plazas en el hostel de Oslo (1 noche)

Comidas:

Desayuno incluido

Transporte:

Furgoneta

Otros Servicios:

Ferry a Memurubu incluido

Bus del Parque Nacional Dovrefjell incluido

GUÍAS PREVISTOS

David García

OPCIONES DE VUELOS

Este viaje tiene vuelo previsto al Aeropuerto de Oslo. Las mejores opciones son las siguientes:

Vuelo directo desde Madrid. 365 € a 22/05/2019

Ida

Norwegian DY6072 | 16/08/2019 08:00 MAD Madrid Barajas -- 16/08/2019 11:35 OSL Oslo Gardermoen

Vuelta

Norwegian DY6073 | 23/08/2019 12:25 OSL Oslo Gardermoen -- 16/08/2019 16:10 MAD Madrid Barajas

Vuelo directo desde Barcelona. 295 € a 22/05/2019

Ida

Vueling VY8538 | 23/08/2019 07:10 BCN Barcelona El Prat -- 23/08/2019 10:40 OSL Oslo Gardermoen

Vuelta

Norwegian VY8539 | 23/08/2019 11:20 OSL Oslo Gardermoen -- 23/08/2019 14:45 BCN Barcelona El Prat

Vuelo directo desde Málaga. 275 € a 22/05/2019

Ida

Norwegian D85020 | 16/08/2019 06:55 AGP Málaga -- 16/08/2019 10:55 OSL Oslo Gardermoen

Vuelta

Norwegian D85021 | 23/08/2019 11:35 OSL Oslo Gardermoen -- 23/08/2019 15:40 AGP Málaga

Vuelo directo desde Alicante. 370 € a 22/05/2019

Ida

Norwegian DY5320 | 16/08/2019 07:55 ALC Alicante -- 16/08/2019 11:35 OSL Oslo Gardermoen

Vuelta

Norwegian DY5321 | 23/08/2019 12:15 OSL Oslo Gardermoen -- 23/08/2019 16:00 ALC Alicante

Los precios corresponden al momento de la última actualización y pueden variar.

Puedes gestionar tú mismo la compra del billete o podemos hacerlo nosotros con una pequeña tasa de emisión.

Consulta opciones de vuelo desde otros aeropuertos.

EL PRECIO INCLUYE

Transporte
Alojamiento y régimen alimenticio en los lugares indicados o en otros de similar categoría
Guías de Geographica
Seguro de accidentes y de rescate
Seguro obligatorio de responsabilidad civil

EL PRECIO NO INCLUYE

Salvo cuando se indica Pensión Completa, los almuerzos, que se hacen durante la ruta
Bebidas no incluidas en los menús concertados
Seguro de viaje opcional
Cualquier otro concepto no incluido expresamente

MATERIAL

Pantalones de senderismo largos
Pantalones de senderismo cortos (opcional)
Camisetas transpirables de manga corta
Forro polar ligero o capa intermedia
Chaqueta impermeable con membrana tipo Gore - Tex o similar
Botas de trekking o zapatillas de montaña
Polainas

Crampones

Mochila de un día con capacidad para el agua, almuerzo y la ropa que no lleves puesta
Bastones telescópicos (recomendable)
Protección solar y gafas de sol
Guantes, gorro y pañuelo para el cuello
Ropa y calzado de calle
Maleta o bolsa de viaje

INFORMACIONES PRÁCTICAS

Presencia de nieve y uso de crampones

La presencia de nieve puede variar mucho según la temporada y es más frecuente en julio que en agosto, en forma de neveros de dimensiones variables en las zonas más elevadas.

Llevaremos crampones por precaución, pero lo más normal es que no sean necesarios y en todo caso no se requiere experiencia previa en su uso.

Desplazamientos

Debido a las sinuosas carreteras, los desplazamientos del hotel a las rutas llevan entre 1,5 y 2 horas. Estamos intentando conseguir un segundo hotel más cercano para las rutas de Jotunheimen pero no podemos garantizar que se logre.

SEGURO

SEGURO DE ACCIDENTE Y RESCATE INCLUIDO

Este seguro contratado con Axa cubre exclusivamente los riesgos derivados de las actividades de turismo activo previstas en la excursión o viaje (senderismo, montañismo, bici, esquí, etc.)
No es un seguro de viaje.

Coberturas

Gastos médicos hospitalarios / ambulatorios:

Sin límite en centros españoles concertados y con un límite de 12.000 euros en centros fuera de España o en centros españoles de libre elección. En este segundo caso los gastos serán abonados por el cliente y reembolsados por la aseguradora con posterioridad.

Salvamento, rescate u otros gastos derivados del accidente:

Hasta 12.000 euros

En caso de accidente

El guía a cargo de la actividad será el responsable de llamar a la aseguradora y tramitar el parte correspondiente, informando al cliente de las opciones de asistencia disponibles.

SEGURO DE VIAJE OPCIONAL: 78 €

Seguro de viaje que cubre también las actividades de turismo activo y gastos de anulación por causas justificadas.

Ejemplos de coberturas y límites

Gastos médicos por enfermedad o accidente: hasta 30.000 euros

Repatriación o transporte sanitario: Ilimitado

Rescate en montaña: hasta 15.000 euros

Reembolso por gastos de anulación por causas justificadas: hasta 2.000 euros *

Gastos por regreso anticipado: Ilimitado

Perdida de equipaje: hasta 500 euros

* Siempre que el seguro se contrate en los 7 días siguientes a la confirmación de la reserva (pago de la señal.)

En caso de accidente

Debes llamar en cuanto sea posible al teléfono de atención 24 h de Mana: **911 840 659**

Tomador: Geographica Travel Trek.
Número de póliza ESB33-W18-490C1

Dispones de la información completa en el apartado "Seguros" del menú "Info General" situado en este sitio web.

CONDICIONES

CONDICIONES DE PAGO

Para confirmar tu reserva deberás abonar una señal de 179,25 € cuando te lo pidamos. Si necesitas más tiempo para confirmar podemos mantener tu reserva un tiempo prudencial, siempre y cuando el grupo no esté completo.

El pago del importe total del viaje debe hacerse antes del 01/08/2019.

El incumplimiento de estas condiciones dará lugar a la cancelación de la reserva y a la liberación de plaza.

BILLETES DE AVIÓN

Si has elegido que Geographica gestione tu billete de avión, junto con la solicitud de pago de la señal te informaremos del precio del billete en ese momento y te pediremos un pago a cuenta para comprarlo.

CONDICIONES DE CANCELACIÓN DE LA RESERVA

1. Cancelación sin gastos.

Toda reserva puede cancelarse sin coste alguno mientras no esté confirmada, es decir, mientras no se haya realizado el pago de al menos la señal.

2. Gastos de cancelación de reserva confirmada.

El importe de la señal no se devuelve en ningún caso, en concepto de gastos mínimos de gestión y anulación. La cancelación generará los siguientes gastos totales:

- De 02/08/2019 a 06/08/2019: Gastos de cancelación de 433,19 €
- De 07/08/2019 a 11/08/2019: Gastos de cancelación de 687,13 €
- De 12/08/2019 a 14/08/2019: Gastos de cancelación de 941,06 €
- De 15/08/2019 a 16/08/2019: Gastos de cancelación de 1.195,00 €

3. Cancelación de billetes de avión gestionados por Geographica.

Si Geographica compró tu billete, a los gastos anteriores se añadirá el importe del vuelo. Nosotros nos encargaremos de su cancelación y de ingresarte posteriormente el importe devuelto por la compañía, que suele reducirse a las tasas aeroportuarias. Cualquier otra gestión, como cambios de destino o fecha, deberá realizarse directamente por el usuario con la compañía.

DEVOLUCIÓN DE PUNTOS POR CANCELACIÓN DE LA RESERVA

En caso de cancelación de la reserva los puntos utilizados serán devueltos a tu cuenta de forma automática.

Geographica se reserva el derecho de convertir en puntos negativos los saldos deudores no abonados.

VIAJES SIN SALIDA GARANTIZADA Y VIAJES CANCELADOS

Mientras un viaje no tenga la salida garantizada por no haber llegado al grupo mínimo no es necesario el pago de ningún importe independientemente de los plazos previstos para ello.

En caso de que el viaje fuera cancelado por falta de inscritos o por cualquier otra causa, Geographica devolverá todos los importes pagados y reintegrará los puntos utilizados como descuento.

FORMAS DE PAGO

CON TARJETA DE CRÉDITO

Una vez realizada la reserva podrás pagar con tarjeta desde tu área personal vía pasarela de pago.

POR TRANSFERENCIA O INGRESO BANCARIO

También puedes ingresar el importe en cualquiera de las cuentas siguientes, haciendo constar tu nombre y el localizador para poder identificar el pago:

- Banco Santander ES02 0049 0575 2722 1107 4017
- Open Bank ES71 0073 0100 5404 4371 8018
- CaixaBank ES12 2100 4381 7002 0006 6973 (solo transferencias)

DESCUENTO DE PUNTOS

Independientemente de la forma de pago que elijas, si tienes puntos acumulados de actividades anteriores, podrás usarlos como descuento en cualquier momento antes del pago total.