

# Oppland, el Corazón de Noruega

## Parques Nacionales de Jotunheimen y Rondane

09 - 16 JUL 2023 (8 días)

V3028



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 esquiando. Con una morfología de marcada impronta glaciaria, 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

**09 JULIO 2023**

## **Vuelo a Oslo. Viaje a Lillehammer.**

Viaje a Lillehammer (140 km, 2 h) capital de la provincia de Oppland y ciudad olímpica, donde podremos comprar lo necesario para el resto de días y pasear por el centro.

## **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.

### **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**

Albergue Lillehammer Stasjonen en Lillehammer (AD)

## **10 JULIO 2023**

### **Parque Nacional Rondane: ascensión al Monte Storrenden (2.138 m).**

Comenzamos nuestro viaje por los Alpes Noruegos ascendiendo a una de las cimas más altas 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. Tras la excursión nos desplazaremos hasta el refugio Spiterstulen en el corazón del Parque Nacional de Jotunheimen.

## **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 Strobotn, 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**

Spiterstulen en Lom (AD)

## **11 JULIO 2023**

### **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.

## RUTAS

### **Ascensión al Monte Galdhopiggen (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

Spiterstulen en Lom (AD)

## 12 JULIO 2023

### **Jotunheimen: el Monte Glittertind (2.465 m).**

Completaremos nuestras ascensiones en los Alpes Escandinavos con la subida al Monte 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

### **Ascensión al Monte Glittertind (2.465 m) Distancia: 19 km, Subida 1400 m, Bajada 1400 m**

Tomando como punto de partida el refugio Spiterstulen ascenderemos a la segunda cima de mayor altura del Parque Nacional de Jotunheimen, el Monte Glittertind de 2.465 metros de altura. Desde la cima podremos disfrutar de su vertiente norte por donde se precipitan dos verticales glaciares, así como de los glaciares del cercano Pico Nordre Veotinden.

## ALOJAMIENTO

Spiterstulen en Lom (AD)

## 13 JULIO 2023

### **Parque Nacional Jotunheimen. Traslado al valle de Grundbrandslagen.**

Tras tres días intensos de ascensiones a las mayores cumbres de los Alpes Noruegos nos guardamos este día de reserva por si el tiempo nos impide alguna de las ascensiones y tuviéramos que hacerla hoy o bien para disfrutar de un día tranquilo por el Parque Nacional de Jotunheimen en el que podremos caminar entorno a alguno de los lagos que abundan en la zona con magníficas vistas sobre las cimas que los flanquean. Completaremos el día desplazándonos al Valle de Grundbrandslagen donde nos alojaremos, nos detendremos a visitar las iglesias de madera de Lom y de Sør-Fron kyrkje.

## VISITAS Y OTRAS ACTIVIDADES

### **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.

### **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.

## ALOJAMIENTO

Hotel Harpefoss en Sør-Fron (AD)

### 14 JULIO 2023

#### **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.

## VISITAS Y OTRAS ACTIVIDADES

#### **Iglesia de Ringebu**

La iglesia de Ringebu 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 Ringebu, en la provincia de Oppland. Fue remodelada significativamente y agrandada en el siglo XVII.

## 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 Bjørnbøltjønnen 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 Harpefoss en Sør-Fron (AD)

### 15 JULIO 2023

#### **Traslado a Oslo. Visitas de la Iglesia de Ringebu y Oslo.**

Camino de Oslo nos detendremos en Ringebu para visitar una de las iglesias de madera más bonitas del país. Dispondremos de la tarde libre para pasear por la capital noruega que se encuentra en una posición privilegiada al final del fiordo de Oslo. 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.

## ALOJAMIENTO

Hostel Anker en Oslo (AD)

## 16 JULIO 2023

### Vuelo de regreso.

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso.

## INFORMACIÓN

**Precio sin vuelo:** 1.575 €

### Alojamientos:

Albergue Lillehammer Stasjonen en Lillehammer  
Spiterstulen en Lom  
Hotel Harpefoss en Sør-Fron  
Hostel Anker en Oslo

Habitaciones triples o cuádruples durante el viaje.

### Comidas:

Media pensión incluida en el refugio Spiterstulen (3 noches).  
Desayuno incluido en el resto.

### Transporte:

Furgoneta

### Otros Servicios:

Ferry a Memurubu incluido.

## GUÍAS PREVISTOS

Enrique Morrondo

## OPCIONES DE VUELOS

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

**Vuelo directo desde Madrid con Norwegian. 350,00 € a 18/04/2023** Tasa de compra: 25,00 €

### Ida

Norwegian DY1719 | 09/07/2023 12:20 MAD Madrid -- 09/07/2023 15:55 OSL Oslo Gardermoen

### Vuelta

Norwegian DY1718 | 16/07/2023 07:50 OSL Oslo Gardermoen -- 16/07/2023 11:35 MAD Madrid

**Vuelo directo desde Madrid con Iberia. 395,00 € a 18/04/2023** Tasa de compra: 20,00 €

### Ida

Iberia IB3496 | 09/07/2023 08:45 MAD Madrid -- 09/07/2023 12:35 OSL Oslo Gardermoen

### Vuelta

Iberia IB3497 | 16/07/2023 13:15 OSL Oslo Gardermoen -- 16/07/2023 17:05 MAD Madrid

**Vuelo directo desde Barcelona. 310,00 € a 18/04/2023** Tasa de compra: 25,00 €

### Ida

Vueling VY8538 | 09/07/2023 06:50 BCN Barcelona -- 09/07/2023 10:20 OSL Oslo Gardermoen

### Vuelta

Vueling VY8539 | 16/07/2023 11:00 OSL Oslo Gardermoen -- 16/07/2023 14:25 BCN Barcelona

Puedes comprar el billete tú mismo o podemos hacerlo nosotros a tu nombre abonando la tasa de compra que se indica junto al vuelo.

En cualquiera de los casos, los vuelos no se consideran parte de los servicios del viaje combinado. Cualquier incidencia en los mismos deberá ser reclamada a la compañía aérea directamente.

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 gestión.

## SERVICIO DE COMPRA DE BILLETES DE AVIÓN

Este servicio opcional consiste en la compra de los billetes de avión en los sitios web oficiales de las compañías aéreas o en OTA's (agencias online). El servicio, cuya tasa se muestra en la información del vuelo elegido, se limita a la compra del billete a nombre del cliente, que recibirá directamente del proveedor la confirmación de compra. Cualquier gestión posterior (facturación online opcional, cancelación, cambios, etc) deberá ser realizada por el titular del billete.

Casos particulares:

- Billetes de compañías cuyas tarjetas de embarque pueden obtenerse al momento de la compra y que cobran cargos adicionales por emitirlos en el aeropuerto.

En este caso la agencia obtendrá las tarjetas de embarque al momento de la compra y las enviará al cliente junto con el billete.

- Billetes comprados con datos de contacto de la agencia.  
Si por cualquier razón, la agencia estima conveniente introducir sus propios datos de contacto en el billete, ésta asumirá la gestión de cualquier modificación o cambio en los mismos. Ten en cuenta que la agencia no realizará facturación online de billetes de compañías que emitan las tarjetas de embarque de forma gratuita en el aeropuerto.

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

## **DOCUMENTACIÓN NECESARIA PARA VIAJAR**

DNI en vigor

## **MATERIAL**

Pantalones de trekking  
Camisetas transpirables de manga larga  
Capa intermedia de manga larga (forro polar o similar)  
Chaqueta de plumas ligera (opcional)  
Chaqueta impermeable y cortaviento (de material transpirable tipo Gore - Tex o similar)  
Botas de trekking  
Gorro y guantes  
Mochila de un día con capacidad para el agua, almuerzo y la ropa que no lleves puesta  
Cubre-mochila impermeable  
Guetres (polainas para la nieve)  
Bastones telescópicos  
Crampones  
Saco sábana para el refugio.  
Protección solar y gafas de sol  
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.

Por este motivo es importante llevar un par de bastones.

## SEGURO INCLUIDO

### SEGURO DE VIAJE GALIA INCLUIDO

Seguro de viaje que cubre también las actividades de turismo activo.

Si deseas la garantía de gastos de anulación por causas justificadas, debes añadir el suplemento correspondiente.

### Ejemplos de coberturas y límites

Gastos médicos por enfermedad (incluyendo Covid) o accidente: **hasta 30.000 euros**

Repatriación o transporte sanitario: Ilimitado

Regreso anticipado por causas justificadas: Ilimitado

Rescate en montaña: hasta 6.000 euros

Pérdida, daños o robo de equipaje: hasta 600 €.

### En caso de accidente

Debes llamar en cuanto sea posible al teléfono de atención 24 h de **Iris Global: 915724343**

Indica al operador tu nombre y DNI.

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

## SEGUROS OPCIONALES

### SUPLEMENTO DE CANCELACIÓN GALIA

Este suplemento acompaña al seguro de viaje Iris Global y permite obtener las garantías de gastos de anulación del viaje por causas justificadas.

El precio del suplemento es de **19 € por cada 1.000 €** de capital máximo asegurado, siendo 3.000 euros el capital máximo que puedes asegurar.

Este suplemento debe solicitarse el mismo día en que se confirma la reserva. Si se solicita posteriormente habrá un período de carencia de 72 h en el que las coberturas de anulación no serán válidas.

Ten en cuenta que los pagos de seguros deben hacerse obligatoriamente con tarjeta de forma individualizada a través de la ficha de reserva. No se admitirá ningún otro tipo de pago.

**NO**



## CONDICIONES

### CONDICIONES DE PAGO

Para confirmar tu reserva deberás abonar una señal de 236,25 € 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 24/06/2023.

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 25/06/2023 a 29/06/2023: Gastos de cancelación de 570,94 €
- De 30/06/2023 a 04/07/2023: Gastos de cancelación de 905,63 €
- De 05/07/2023 a 07/07/2023: Gastos de cancelación de 1.240,31 €
- De 08/07/2023 a 09/07/2023: Gastos de cancelación de 1.575,00 €

**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.