



EXPEDICION - NIVEL MEDIO

Travesía con raquetas y curso de supervivencia invernal en uno de los **Parques Nacionales** más impresionantes de la **Laponia Finlandesa**. Disfrutaremos de un entorno polar virgen y aprenderemos técnicas invernales acompañados de un experto guía del Ártico.

¿QUÉ TE ESPERA EN ESTE VIAJE?

Esta expedición te ofrece la oportunidad de adentrarse en el corazón de la **Laponia finlandesa**, en una de las reservas naturales más importantes de **Finlandia**: el Parque Nacional de **Oulanka**. Una gran travesía con raquetas, con temperaturas todavía invernales pero ya con 8 horas de luz al día, a través de un bosque boreal intacto: abetos, piceas, abedules y pinos silvestres cubiertos por un manto de nieve de más de un metro de espesor.

El **Parque Nacional de Oulanka**, situado en las proximidades del **Círculo Polar Ártico**, comprende una extensa zona de bosque boreal lapón de la zona de **Kuusamo**, cerca de la frontera de Finlandia con Rusia. En ella podremos conocer un ecosistema apenas tocado por la mano del hombre, que recorreremos con raquetas abriéndonos paso en la nieve muchas veces virgen. Se trata de una zona muy poco transitada, por lo que posiblemente no encontraremos a nadie o a muy poca gente en nuestro camino.

Durante los 6 días de marcha avanzaremos a través de la **taiga**, entre bosques nevados, lagos congelados y gargantas rocosas que podremos bordear o cruzar atravesando puentes colgantes de madera. A la caída de la noche montaremos las tiendas para dormir al lado de las cabañas que a modo de refugio ofrece el Parque, donde podremos disfrutar de una buena cena al calor del fuego mientras estamos atentos a la aparición, con un poco de suerte y siempre que el cielo esté despejado, de las mágicas **auroras boreales**.

Además, uno de los puntos fuertes de este viaje es el aprendizaje de **técnicas de seguridad** de emergencia y supervivencia en el **medio invernal**, de la mano de uno de nuestros guías más veteranos, Jaime Barrallo, experto en el Ártico invernal.

Fechas 2025

Del 17 al 24 Febrero

PLAN DE VIAJE

Día 1. Salida de Madrid/Barcelona – Helsinki – Kuusamo (o Rovaniemi)

Traslado hasta el alojamiento en Ruka equipado con todos los servicios básicos.
Alojamiento en apartamentos o cabañas adosadas.

Días 2 a 5. Travesía en total autonomía

Traslado por carretera al punto de partida de la travesía y comienzo de la misma por una zona cubierta de nieve generalmente sin huella. La ruta se desarrolla atravesando un frondoso bosque nevado, caminando junto a lagos helados y pasando por encima de encajonados ríos congelados que forman gargantas a veces franqueables solamente gracias a los puentes colgantes que las atraviesan.

Las etapas tienen una media de 10 km diarios aunque puede haber alguna más larga de hasta 17 km, por las condiciones variables de cada año. Siempre se va buscando adaptarse a las distancias que hay entre las diferentes cabañas existentes en el Parque y en las que podremos calentarnos cada noche. Para esta travesía se requiere un mínimo de forma física ya que la huella no siempre estará abierta. Las etapas diarias son de entre 4 y 8 horas de marcha efectiva con paradas breves cada hora y media o dos horas, aproximadamente.

Una vez en las cabañas, tras encender el fuego y caldear su interior, dependiendo de los horarios del día tendremos oportunidad de aprender técnicas de seguridad, emergencia, y supervivencia invernal. Las cabañas de madera nos proporcionarán un lugar cómodo y acogedor donde podremos calentarnos, descansar y cenar. Durante la ruta dormiremos en tiendas aprendiendo las técnicas de montar un campamento en invierno.

Noches en tienda.

Día 6. Realización de Actividades Invernales

En uno de los días (puede variar en cuál, dependiendo la ruta que se haya decidido de acuerdo a las condiciones) estaremos acampados al lado de la cabaña para realizar prácticas de seguridad, emergencia y supervivencia invernal como, por ejemplo: cómo afectan estas temperaturas a nuestro organismo y cómo protegernos del frío, cómo conseguir agua, métodos de orientación natural, orientación con brújula y GPS, construcción de refugios de nieve, fuego sobre nieve, nudos de seguridad, reconocer huellas e indicios de animales y, sobre todo, aprender a disfrutar de la nieve y el bosque de manera segura.

Noche en tienda.

Día 7. Última etapa de travesía con raquetas

Tras finalizar la última etapa de travesía con raquetas regresaremos a nuestro alojamiento en Ruka por carretera.

Después de recoger nuestro material podremos disfrutar de una cena típica lapona mientras saboreamos el reencuentro con la civilización.

Alojamiento en apartamentos o cabañas adosadas.

Día 8. Vuelo de regreso

Traslado al aeropuerto y vuelos de regreso desde Kuusamo (o Rovaniemi) a Helsinki - Madrid/Barcelona.

Este viaje es ideal para combinar con la Travesía del Parque Nacional de Pallas-Yllästunturi

Nota importante

Esta ruta es un viaje único y exclusivo. Ha de ser considerado como una expedición, donde pueden ocurrir circunstancias imposibles de prever. Conserva todos los componentes de aventura y descubrimiento presentes en nuestros viajes. La ruta es orientativa y está sujeta a modificaciones y variaciones sobre el terreno debido a causas climatológicas, logísticas o técnicas, que requieren flexibilidad por parte del viajero. Las actividades podrán ser canceladas por el guía o la organización si las condiciones climatológicas y el estado del hielo pusieran el riesgo la seguridad de la expedición.



Laponia. Travesía con raquetas en el Parque Nacional de Oulanka. 8 días

PRECIO

1.945€

(grupo de 6 a 10 personas) *

**Suplemento de 150€ por persona para grupos de 5 personas*

**Suplemento de 250€ por persona para grupos de 4 personas*

INCLUYE / NO INCLUYE

INCLUYE

- Vuelos de ida y vuelta Madrid/Barcelona-Helsinki-Kuusamo (o Rovaniemi)
- Alojamientos los días 1 y 7 en cabañas adosadas equipadas y resto de las noches en tiendas (normalmente plantadas al lado de cabañas donde cenaremos al calor del fuego)
- Traslados según el programa
- Pensión completa y combustible durante la travesía, y cena del día 7 en alojamiento (cocinada por el guía, no en restaurante)
- Transporte aéreo de la carga (1 bulto de 20 kg. de equipaje personal facturado, 8 kg. de equipaje de mano)
- Material colectivo
- Material personal: botas polares, raquetas (para bosque), bastones, una pulka para cada dos personas
- Guía Tierras Polares con gran experiencia en el Ártico (Jaime Barrallo)
- Seguro de viaje multiaventura

NO INCLUYE

- Tasas aéreas y gastos de emisión de los billetes aéreos (entre 300 y 380 € aprox.)
- Comidas en los días de vuelo
- Bebidas alcohólicas durante el viaje
- Equipo personal no proporcionado por Tierras Polares (ver lista de equipo)
- Suplemento en caso de no completarse un grupo de mínimo 6 viajeros
- Comidas extras en poblaciones, aeropuertos o ciudades debidas a retrasos en los transportes por condiciones climatológicas, huelgas en aeropuertos o cualquier otra causa ajena a Tierras Polares
- Gastos derivados de la climatología adversa o del retraso de vuelos
- Cualquier supuesto no especificado en el apartado 'Incluye'

(*) Los viajes se realizan en grupos de hasta 10 personas que nosotros vamos formando. Los viajeros reservan su plaza, independientemente del número que sean, y nosotros vamos uniéndolos al grupo hasta llegar al máximo de 8 integrantes. Aunque en general los grupos se suelen completar, en caso de no llegar a un mínimo de 6 viajeros se aplicará un suplemento de 150€ por persona para grupos de 5 viajeros o de 250€ por persona para grupos de 4.

+34 91 364 16 89

info@tierraspolares.es

PUNTOS FUERTES DEL VIAJE

- Recorrer en autonomía total el **Parque Nacional de Oulanka**, una de las principales reservas naturales finlandesas prácticamente virgen.
- Realizar una **travesía con raquetas en el invierno ártico** con temperaturas bajo cero en un paisaje incomparable: bosque boreal, ríos congelados, puentes colgantes...
- Oportunidad de aprender **técnicas de seguridad, emergencia y desplazamiento invernal** como, por ejemplo, construir refugios de nieve, hacer fuego sobre nieve, identificar huellas de animales, aprender técnicas de orientación, primeros auxilios, aseguramiento y detención en pendientes...
- Posibilidad de disfrutar de la danza mágica de las **auroras boreales** en las noches despejadas.





Laponia. Travesía con raquetas en el Parque Nacional de Oulanka. 8 días

POR QUÉ VIAJAR CON TIERRAS POLARES

PIONEROS DE LA AVENTURA EN EL ÁRTICO. Desde 1985, Ramón Larramendi, explorador polar fundador y director de Tierras Polares, no ha parado de explorar y crear nuevas rutas. Nuestros viajes de aventura en Groenlandia, Islandia, Noruega y Laponia son pioneros en nuestro país.

EXPERTOS EN AVENTURA. Nuestros viajes son fruto de la experiencia de casi 30 años en el mundo de la aventura y miles de viajeros que ya han compartido nuestra pasión. Disponemos de logística propia en Groenlandia, Islandia y Noruega que nos permite ofrecer viajes originales a precios muy buenos, con la mayor garantía de adaptación al cambiante medio ártico y donde la seguridad es nuestra prioridad.

EMPRESA RESPONSABLE Y COMPROMETIDA. Queremos promover cambios reales y por ello financiamos y organizamos el Proyecto Trineo de Viento, para desarrollar el primer vehículo limpio de investigación científica polar, y SOS Thule, un plan de desarrollo de la mítica región de Thule para impedir que se pierda una cultura milenaria. Cuando viajas con nosotros apoyas estos proyectos.

GRUPOS REDUCIDOS. Nuestros grupos suelen ser de 7 u 8 viajeros, y un máximo de 12. Nuestro estilo es casi familiar, flexible, con un ambiente de colaboración y participación como si de un grupo de amigos se tratase, con muchas ganas de pasarlo bien.

DESCUENTO SI YA HAS VIAJADO CON NOSOTROS de un 2% si haces tu 2º o 3º viaje, un 3% si es tu 4ª o 5ª vez...y si son más veces, condiciones muy especiales.

PRECIOS SIN SORPRESAS. Incluimos en nuestros ajustados precios prácticamente todos los gastos y actividades de aventura de tu viaje, y si viajas solo no tendrás que pagar más.

UNA GRAN COMUNIDAD VIAJERA. Con decenas de miles de viajeros, nuestro Facebook es una de las mayores comunidades de viajes que existen en nuestro país; un lugar donde compartir, informarte o ganar premios polares.
www.facebook.com/tierraspolaresviajes

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE ESTE VIAJE

Tamaño del grupo

El viaje se realizará con un mínimo de 6 personas y un máximo de 10, acompañados por un guía.

Suplemento de 150€ por persona para grupos de 5 personas y de 250€ por persona para grupos de 4 personas.

Condición física

Se requiere un mínimo de forma física. Las etapas recorren de 5 a 17 Km. y suelen tener una duración de entre 3 y 8 horas de marcha efectiva más los descansos, cada hora y media o dos horas aproximadamente.

La dureza depende en gran medida de la profundidad de la nieve, siendo la tarea más dura la de abrir huella. A medida que pasen más personas sobre la misma huella se suaviza el esfuerzo. Así, las posiciones se cambiarán dependiendo de la condición y el estado de cada uno. En ocasiones la huella ya ha sido abierta por los guardas del Parque, generalmente a partir de la segunda etapa.

Una forma física adecuada nos permitirá disfrutar mucho más de la travesía. En un caso de evacuación no justificada (como puede ser voluntad expresa del participante o mala condición física) los gastos no estarán cubiertos.

Tipo de viaje y nivel

Expedición. Nivel medio.

El viaje no representa apenas dificultades técnicas, ya que el uso de raquetas es sencillo incluso si no se han usado nunca. Hay algunas bajadas donde, por seguridad, bajaremos las pulkas mediante cuerda. Los ríos se cruzan por puentes y la nieve normalmente es nieve polvo. El hielo es raro en estas latitudes. El guía asegurará cualquier inhabitual paso complicado.

Las temperaturas y horas de luz

Normalmente la temperatura oscila entre -5°C y -15°C, pudiendo alcanzarse los -25°C e incluso los -28°C. En esta época del año la luz solar es de aproximadamente ocho horas diarias, además de la penumbra durante el amanecer y el atardecer.

El terreno

El Parque Nacional de Oulanka tiene aproximadamente 270 kilómetros cuadrados y está situado en la zona de Kuusamo, cerca de la frontera de Finlandia con Rusia y en las proximidades del Círculo Polar Ártico. El paisaje está formado por bosques y valles profundos de roca que a veces cruzaremos por puentes colgantes. En invierno podremos disfrutar de paisajes increíbles cubiertos con nieve. En general en el viaje no hay grandes desniveles; sólo en algunas etapas puede haber subidas y bajadas cortas que se pueden superar con raquetas.

Edad mínima

La edad mínima es de 15 años. Todos los menores de 18 deberán estar acompañados por sus padres o tutores legales.

La alimentación

Durante la travesía llevaremos una dieta más calórica de lo habitual, adecuada para las condiciones árticas. Una lista orientativa es:

Desayuno: Café, cacao o té leche en polvo, galletas, pan, mermelada, cereales, etc.

Comida: Pan, queso, embutido, paté, frutos secos, galletas dulces y saladas, chocolate, barras energéticas de frutas y otros dulces, sopa e infusiones calientes, etc.

Cena: Pasta, arroz, puré de patata y otros productos deshidratados, salchichas, beicon, atún, sopas, postres en polvo, etc.

La cena del último día será una comida típica lapona.

Nota: Además de lo incluido se pueden llevar bebidas alcohólicas, pero con moderación. Se recomienda no más de 500cc (1 petaca o botella pequeña por persona). Se puede llegar a un acuerdo sobre qué llevar para no repetir.

Las tareas comunes

Al ser un viaje tipo expedición, los trabajos comunes como palear nieve, cocinar, buscar leña, abrir huella, etc, se hacen entre todos (incluido el guía). Se trata de una ruta autosuficiente, por lo que es necesario llevar todo lo que necesitemos con nosotros.

Los traslados

Los traslados desde el aeropuerto de llegada al punto de comienzo de la travesía y de recogida al final se hacen en vehículo.

Los alojamientos

Los alojamientos del primer y último día son en confortables albergues, apartamentos, o cabañas, equipadas con duchas de agua caliente, cocina y calefacción.

Durante la travesía con raquetas seguiremos el sistema descrito en la ficha técnica: cenaremos en cabañas al calor del fuego y dormiremos en tiendas montadas en el exterior (por normativas de los parques nacionales finlandeses para grupos).

El guía

Jaime Barrallo es un especialista con gran experiencia en el Ártico y, a día de hoy, con más de 30.000 kilómetros recorridos en zonas polares sin medios motorizados, es la persona que ha atravesado más veces Laponia sin medios mecánicos. Jaime recorre cada año más de 2.000 km. en el Ártico con esquís, raquetas, a pie, canoa, raft-catamarán o bicicleta.

Destacan en su historial, entre otras: en 1998 la travesía de 400 km. con esquís y pulkas en Spitsbergen (Svalbard); en 1999 y 2007 la travesía de Groenlandia Este-Oeste con esquís y pulkas, tercera travesía española; en 2008 el Landmannalaugar con raquetas en Islandia; la primera travesía mundial con esquís y pulka de la costa norte de Groenlandia hasta Qaanaaq.

Jaime es Director Técnico de la Escuela de Supervivencia de Madrid (ESDM), Técnico Deportivo de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), fue instructor de la Escuela Española de Alta Montaña por varios años a partir de 1989 y uno de nuestros guías más experimentados, desde 2001. Actualmente realiza varias travesías al año para Tierras Polares, e imparte cursos en el INEF y ESDM sobre seguridad, emergencia, supervivencia en la naturaleza, y formación de guías "wilderness".

La misión del guía es mostrar el camino al grupo, velar por su seguridad y solucionar los problemas que surjan. Puede cambiar la ruta o una etapa por motivos climatológicos, logísticos, de estado de la nieve o por razones de seguridad de los viajeros.

Es importante seguir las indicaciones del guía, así como el ritmo de la marcha. El guía es conocedor del medio ártico y sus implicaciones. Conoce ampliamente la zona donde se realiza la travesía, por lo que puede indicar al grupo las instrucciones necesarias para moverse en este terreno.

El curso de supervivencia

Jaime Barrallo, uno de los mayores expertos europeos en el tema, impartirá un verdadero **curso de técnicas de seguridad, emergencia y supervivencia invernal en zonas nevadas** durante el recorrido, al acabar las jornadas y en el día de parada al final. Por supuesto, es posible seguir el curso sin necesidad de contar con ningún tipo de conocimiento previo. Los temas que se tratarán son: fisiología y psicología aplicadas a situaciones de frío, protección contra el frío polar, material y alimentación, lesiones por frío y cómo evitarlas, campamentos y vivac invernal, cuevas, y otros refugios de nieve, cómo encender fuego sobre la nieve, cómo obtener agua a partir de nieve y, sobre todo, orientación y desplazamiento en zonas nevadas: técnicas de progresión y seguridad, aludes y otros peligros específicos. Estas actividades están condicionadas a los horarios y tiempo disponible, pues la prioridad principal es hacer la travesía. Se facilitarán apuntes sobre algunas de estas técnicas, escritos por nuestro guía Jaime Barrallo. Las prácticas exteriores se realizan casi siempre cuando llegamos a las cabañas, pero pueden ser modificadas o suprimidas por el guía si las condiciones son extremas con temperaturas realmente bajas, cercanas a los -30°.

Las prácticas exteriores se realizan casi siempre cuando llegamos a las cabañas. Pueden ser modificadas o suprimidas por el guía si las condiciones son extremas con temperaturas realmente bajas, cercanas a los -30°).

Historia de esta Ruta

Fue en 1992 cuando Jaime Barrallo realizó su primera travesía de Laponia en trineo de perros y reparó en este pintoresco rincón de Finlandia. Sin embargo, no fue hasta diez años después cuando realizó por primera vez el recorrido. En 2003 se comienzan a realizar viajes de Tierras Polares a esta zona con rutas más cortas, y en 2015, después de muchos años guiando diversas expediciones por Laponia, Jaime abre este nuevo recorrido más completo por el Parque Nacional de Oulanka.

Concurso de fotografía, vídeo y relato corto

Tierras Polares organiza cada año un concurso de fotografía, vídeo y relato corto entre todos los viajeros que hayan realizado alguna de nuestras rutas. Prepara tu cámara y tu imaginación si quieres participar: la foto más divertida, el relato más original o el vídeo que mejor refleje vuestro espíritu de exploración pueden ser los ganadores. Las bases del concurso serán publicadas en www.tierraspolares.es y os mantendremos informados para que todos podáis participar.

Ramón Larramendi y Tierras Polares, pioneros de la aventura en Noruega

Tierras Polares fue creada por Ramón Larramendi tras completar la Expedición Circumpolar 1990-93, un viaje de exploración de 14000 Km. en trineo de perros y kayak desde Groenlandia hasta Alaska durante tres años continuados de viaje. Ésta expedición, realizada por él con tan solo 24 años, está considerada la expedición española más importante del S.XX y fue merecedora de un extenso artículo en la edición mundial de National Geographic en 1995.

La idea de Ramón, al crear Tierras Polares, era clara: compartir la enorme riqueza de su experiencia creando un tipo de agencia y de viaje inexistente en la época, una agencia que hiciese accesibles las vivencias que él había tenido y, de ese modo, hacernos más conscientes de la necesidad de preservar ese tesoro todavía intacto con un tipo de viaje de descubrimiento inspirado en el espíritu de la exploración polar

Ramón comenzó su andadura polar en 1985 con la expedición Transislandia85, una travesía con esquís de los 3 principales glaciares islandeses, que le convirtieron ya a sus 19 años en el primero en realizarla a nivel mundial. Continuó de los 20 a los 23 años con grandes expediciones que le llevaron a ser el primer español en realizar el cruce de Groenlandia de este a oeste con esquís.

Ramón inicio sus aventuras en Noruega en 1989 con la expedición que recorrió durante 3 meses los 2.500 de costa noruega. Cuando en España prácticamente nadie soñaba con una aventura así, esta expedición le convirtió ya a sus 21 años en uno de los primeros en realizarla a nivel mundial. Este fue el comienzo de una frenética actividad de expediciones por todo el Ártico entre 1985 y 1995.

En la actualidad nuestros viajes en Noruega son fruto de la experiencia de casi 25 años y miles de viajeros que han viajado con nosotros y compartido nuestra pasión por la aventura. Tierras Polares opera directamente sus rutas sobre el terreno, sin intermediarios, para ello disponemos de una red logística propia en Noruega, que nos permite ofrecer viajes originales a precios muy buenos y con la mayor garantía de adaptación al cambiante medio ártico. La seguridad es nuestra prioridad. La pasión y el entusiasmo de nuestros guías por el país, combinada con su trato sencillo, es nuestra marca.

Actualmente Ramón Larramendi es el director de Tierras Polares y seguro que muchos de vosotros lo habréis visto en televisión colaborando como especialista polar en programas como Al filo de lo Imposible, como miembro de la expedición de los primeros españoles en llegar al Polo Norte o con su amigo Jesús Calleja en Desafío Extremo. Su gran pasión por la exploración polar sigue viva en proyectos como el Trineo de Viento el primer trineo eólico del mundo, laboratorio móvil "O" emisiones para las zonas polares, creado e ideado por él, que le ha permitido explorar los rincones más remotos de Groenlandia y la Antártida.

Más información sobre Ramón Larramendi:

www.ramonlarramendi.com

facebook: [/ramonlarramendi/](https://www.facebook.com/ramonlarramendi/)

twitter: [@RamonLarramendi](https://twitter.com/RamonLarramendi)

INFORMACIÓN ÚTIL PARA EL VIAJERO

Tarjeta Sanitaria Europea

Antes de partir, es recomendable obtener la Tarjeta Sanitaria Europea, que podéis solicitar en vuestro centro médico de la Seguridad Social. Esta tarjeta certifica el derecho del titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea.

Moneda

Euro

Efectivo necesario para el viaje

Los países escandinavos son de los más caros del mundo, llegando a costar algunas cosas de 4 a 5 veces más que en España. Sin embargo, no es necesario llevar mucho dinero extra ya que casi todos los gastos están incluidos en el precio del viaje.

Tarjetas bancarias

Dispones de cajeros automáticos para sacar dinero en el aeropuerto de Helsinki.

Es posible encontrar cajeros Visa y Mastercard en las ciudades, así como pagar con tarjeta en casi todas partes. Se recomienda de todas formas llevar algo de dinero en efectivo.

Documentos necesarios

Pasaporte en vigor. No hace falta visado.

Desfase horario

Una hora más en Finlandia que en España peninsular.

Idioma

Finlandés. La gran mayoría de la gente joven habla inglés, pero en la Finlandia rural pocos lo dominan. Es probable que durante la ruta no veamos a nadie, ya que es una zona completamente despoblada y poco frecuentada en invierno.

Vacunas y consideraciones de salud

No es necesario ningún tipo de vacunación para entrar a Finlandia. Las regulaciones y restricciones de cada país van actualizándose constantemente, por lo que se avisará en caso de alguna novedad al respecto.

Medicinas

Llevamos un botiquín, pero recomendamos llevar artículos de uso personal como: medicinas si se sigue algún tratamiento o si se es propenso a alguna dolencia en particular, artículos para el cuidado de los pies como vaselina o piel artificial, tiritas, analgésicos, etc.

El equipaje

Las compañías aéreas suelen autorizar 20 kilos de equipaje en bodega a los que puedes sumar 8 kilos de equipaje de mano en cabina. Los gastos por exceso de equipaje personal no están cubiertos por la organización.

Dado el carácter de expedición del viaje, transportaremos en el avión el material común que aporta Tierras Polares: pulkas, raquetas, botas, etc.

Puede que tengamos posibilidad de dejar equipaje no necesario para la travesía, como la ropa de los días de vuelo, por ejemplo, en el alojamiento dónde pasaremos la primera noche.

Seguridad y orientación

En toda la zona hay cobertura de móvil. Llevamos además un teléfono satélite y un localizador satélite para poder emitir señal de auxilio a los servicios de emergencia en caso necesario. Nuestro guía, Jaime Barrallo, con más de 30 años de experiencia en el Ártico, posee amplios conocimientos en orientación, rescate y primeros auxilios.

Para orientarnos, al margen del mapa y la brújula si fueran necesarios, llevaremos GPS con puntos de las cabañas y del recorrido tomados durante otras expediciones en la zona.

Cartografía

Durante la expedición se usarán mapas topográficos y 1:40.000.

Previsiones meteorológicas

Durante la ruta se consulta regularmente el parte meteorológico.

Nota: Para realizar este viaje es importante leer y comprender la ficha técnica. En caso de cualquier duda, consúltanos.

MATERIAL PROPORCIONADO POR TIERRAS POLARES

Tierras Polares proporciona el equipo común de acampada y orientación, así como el de comunicación y seguridad. Igualmente se proporciona el equipo de progresión necesario como botas polares, raquetas, bastones y una pulka y arnés por cada dos personas.

MATERIAL RECOMENDADO PARA TU VIAJE

Debido al carácter de expedición que tiene el viaje, es vital prestar atención al material a llevar. No dudes en contactar con el guía de la expedición para tratar sobre tu equipamiento personal.

Durante la marcha llevaremos una pulka por cada dos personas con equipo común y una mochila cada uno, donde llevaremos por ejemplo la ropa o el saco dormir, que es material que no pesa pero ocupa bastante espacio. Por ello **es necesaria una mochila de mínimo 65 litros**.

Nota: Es muy importante que toda la ropa sea de secado rápido. Por lo tanto el algodón está absolutamente desaconsejado y optaremos por fibras sintéticas, que son las que más rápido secan.

Cabeza

- Gorra invernal con orejeras
- Gorro de forro polar con wind stopper o similar (recomendable como repuesto)
- Pasamontañas fino de fibra
- Máscara de neopreno o Polartec. En su defecto un buff o una bufanda cerrada de polar (recomendable, consultar)
- Gafas ventisca/niebla
- Gafas de sol con diseño para montaña

Nota: Si usas lentillas, consúltanos (recomendamos lentillas de uso diario).

Cuerpo

- Chaqueta impermeable y transpirable de Gore-Tex o similar
- Pantalón impermeable y transpirable de Gore-Tex o similar
- 2 Camisetas de fibra térmica fina de manga larga
- 1 Chaqueta de forro polar fina
- 1 ó 2 mallas de fibra térmica finas (recomendable una segunda malla como repuesto)
- 1 Pantalón de forro polar grueso (recomendable)
- 1 Pantalón de trekking para el viaje
- 1 Chaqueta de fibra térmica o pluma (si son finas puedes llevar las dos, consultar con el guía)

Manos

- 1 par de guantes de esquí
- 1 par de manoplas invernales (si no tienes, consúltanos)
- 2 pares de guantes finos de fibra

Pies

- 3 pares de calcetines finos de fibra
- 3 pares de calcetines gruesos y altos de fibra sintética (Thermolite o similar) o lana
- Es imprescindible llevar un calzado para cuando nos quitemos las botas polares al llegar a las cabañas, ideal "apreski" ligeros (consultar al guía)

Equipo de acampada

- Colchoneta aislante
- Saco de dormir -25° C tolerancia, preferentemente de fibra aunque vale también de plumas (si no tienes, consúltanos). Una posible solución es combinar dos sacos, uno ligero y otro más grueso
- 2 termos de 1 litro
- Linterna frontal con pilas de repuesto
- Vaso de plástico y plato hondo de plástico o tartera de plástico
- Cubiertos (mínimo cuchara)
- Cerillas y mechero
- Manta aluminizada (recomendable)
- Navaja
- Silbato

Artículos de aseo

- Incluyendo: 1 rollo de papel higiénico, crema de protector solar y labial, toallas húmedas (tamaño pequeño)
- Tapones para los oídos
- Bañador y toalla de microfibra de secado rápido

Equipo de progresión

- Mochila de mínimo 65 litros
- Bolsa de viaje ligera de material sintético de aprox. 60 litros para equipaje facturado. La mochila, un poco comprimida, puede llevarse normalmente con los 8 kg. de equipaje de mano en cabina.
- Bastones de esquí (opcional: aunque Tierras Polares aporta bastones para la travesía, si lo prefieres puedes llevar tus propios bastones telescópicos de presilla y de buena calidad, no de rosca).
- Bolsas estancas ligeras para llevar la ropa y el saco (recomendable; si no tienes, consúltanos pues sirven bolsas de plástico).

Nota: *Ésta no es una lista exclusiva. Añadir a ella artículos de aseo y de viaje, ropa para el vuelo, medicación personal, etc. Se recomienda prestar especial atención al peso y al volumen de la mochila.*

SUGERENCIAS DEL VIAJE

Equipaje en cabina

A la ida se recomienda llevar en cabina, además de la **documentación**, la **ropa imprescindible repartida entre lo que llevemos puesto y lo que llevemos en el equipaje de mano**: pantalones de trekking, camiseta y mallas térmicas, forro polar, chaqueta y pantalón impermeables de tipo Gore-Tex, gafas, gorro, guantes, manoplas y saco.

En un caso de extravío de equipaje, tendrías al menos todo lo necesario para poder comenzar el viaje.

Dónde equiparnos

Tierras Polares y Ramón Larramendi van equipados en sus expediciones con ropa polar **Grifone** (www.grifone.com) y material **Altus** (www.altus.es) que recomendamos para tu viaje. Si necesitas comprar material visita nuestra tienda polar **Outdoor sin límite** (www.outdoorsinlimite.com) C/ Ribera de Curtidores nº 1 Madrid



Tu tienda polar de montaña

Introduce este código en tu compra online (www.outdoorsinlimite.com) o muestra este cupón en la tienda Outdoor Sin Límite (C/ Ribera de Curtidores 1, Madrid)

DESCUENTO

15%

CODIGO: TPOLARES

*Descuento no acumulable con otras promociones de la tienda.

RESERVAS Y FORMAS DE PAGO

Para la reserva se debe realizar un depósito del 40% del importe total del viaje. La cantidad restante debe abonarse como mínimo 15 días antes de la salida, si no, consideramos la reserva anulada.

El pago se hará mediante transferencia bancaria de tu cuenta corriente personal a la c/c de:
VIAJES TIERRAS POLARES

BANCO SABADELL: ES53 0081 2042 7800 0334 0741
SWIFT/BIC: BSAB ESBB

LA CAIXA: ES65 2100 2281 150200309320
SWIFT/BIC: CAIXESBBXXX

BANCO POPULAR (ABANCA): ES81 0216 0476 13 0600317305
SWIFT/BIC: POHIESMM

BBVA: ES29 0182 2015 2802 0162 9312
SWIFT/BIC: BBVAESMM

En el apartado "Observaciones" del impreso de transferencia debéis especificar el/los nombres de los viajeros, la fecha y el nombre del viaje (nombre(s)/viaje/fecha).

Otras formas de pago:

Tarjeta de crédito/débito previa firma de una autorización, que se puede solicitar a la oficina de Tierras Polares y reenviarla cumplimentada por fax o por e-mail o mediante comercio seguro en el siguiente enlace: <https://tierraspolares.es/tpv/tpv-tp.php>

Tarjeta VISA del grupo GEA.

Es imprescindible que enviéis un e-mail a info@tierraspolares.es o un fax de cada transferencia a la oficina (Fax: 91 366 58 94). WhatsApp (663.387.771)

El justificante bancario de la transferencia es, a todos los efectos, un documento legal equivalente a una factura.

SEGURO DE VIAJE

Tierras Polares, en su labor como organizador de viajes de aventura y expediciones, incluye en el precio un seguro de viaje multiaventura diseñado específicamente para el tipo de actividad que desempeña, garantizando a sus viajeros la total tranquilidad y seguridad durante la realización del viaje. Es necesario advertir, no obstante, que Tierras Polares solo ejerce de intermediario en la contratación del seguro. En caso de tener que realizar cualquier trámite posterior a la contratación de éste, dichas gestiones deberán ser llevadas a cabo directamente entre el viajero y la compañía aseguradora. Tierras Polares no está autorizada a realizar dichas gestiones dado el carácter intransferible de las pólizas contratadas. Invitamos a todos los viajeros a leer atentamente las condiciones y coberturas de la póliza.

SEGURO OPCIONAL (AMPLIACIÓN DE CANCELACIÓN)

Por otra parte, debido a que tanto las compañías aéreas como los proveedores de servicios tienen condiciones de anulación muy estrictas, Tierras Polares pone a disposición de sus viajeros una póliza especial de gastos de anulación. La formalización de este seguro deberá hacerse en el

mismo momento de hacer la reserva del viaje. Consultar con el personal de la oficina para más información.

Condiciones Generales

https://tierraspolares.es/wp-content/uploads/2023/12/CONDICIONES_GENERALES_DE_VIAJE_COMBINADO_23-24_DICIEMBRE_2023.pdf

FILOSOFÍA

Tierras Polares nace para hacer accesibles a todas las zonas más remotas del Ártico y el Antártico, con un tipo de viaje de descubrimiento inspirado en el espíritu de la exploración polar. Todas nuestras rutas son activas, nos gusta viajar de un modo natural, silencioso, simple y autónomo, a pie, en kayak, con esquíes, perros, canoa, bici... por zonas poco o nada transitadas. Tenemos diferentes niveles y tipos de viaje con propuestas para todos: desde viajes de aventura con trekking suaves realizables por cualquier persona activa amante de la naturaleza hasta viajes de exploración mucho más exigentes. Para ofrecer los mejores viajes diseñamos personal y artesanalmente nuestras propias rutas, que son originales y fruto de una búsqueda constante de los rincones más bellos y las zonas más interesantes. Nos gusta ser pioneros y por ello, en muchas ocasiones, proponemos rutas o zonas que no ofrece ninguna otra agencia del mundo. Organizamos la mayoría de las rutas directamente sobre el terreno. Todo esto implica una enorme complejidad logística cuya resolución vemos como un aliciente, un reto y parte del espíritu de exploración. Nos gusta colaborar estrechamente para ello con la población local. Cuando en muchos lugares del mundo la masificación impide disfrutar plenamente de los rincones más maravillosos de nuestro planeta, el ártico es una bocanada de aire fresco. Un lugar en el que encontrarse a otro ser

humano es todavía una alegría por lo poco habitual, y donde la fuerza de la naturaleza salvaje, cada día menos accesible en el resto del mundo, sigue siendo allí omnipresente. Nuestros grupos son pequeños, ya que creemos que, además de la belleza del lugar y lo interesante de la actividad, es igual de importante el espíritu y el tamaño del grupo. Nuestro estilo es casi familiar, flexible, con un ambiente de colaboración, integración y participación como si de un grupo de amigos se tratase, con muchas ganas de pasarlo bien y donde el humor es siempre bienvenido. Los grupos van acompañados por nuestros guías, obsesionados con la seguridad y con la firme intención de que todos y cada una de las rutas que hacemos sea un viaje único y una experiencia inolvidable. Tierras Polares fue creada por Ramón Larramendi tras completar la Expedición Circumpolar 1990-93, un viaje de exploración de 14000 Km. en trineo de perros y kayak desde Groenlandia hasta Alaska durante tres años continuados de viaje, para compartir la enorme riqueza de su experiencia creando un tipo de agencia y de viaje inexistente en la época. Una agencia que hiciese accesible las vivencias que él había tenido y las increíbles maravillas naturales que había disfrutado en el ártico y de ese modo, hacernos más conscientes de la necesidad de preservar ese tesoro todavía intacto.

OBSERVACIONES

Nuestros viajes son activos y es muy importante informarse si el tipo de viaje que se va a realizar así como el nivel de dificultad se ajusta a nuestras expectativas y forma física. Se trata de viajes en grupo en lugares únicos que demandan la necesidad de respeto hacia otras culturas y también a nuestros compañeros de viaje. Las rutas por las que transcurren nuestros viajes son remotas, el estilo de vida puede ser muy diferente al nuestro y los acontecimientos, en su más amplio sentido, mucho menos predecibles que en unas vacaciones convencionales. La naturaleza de nuestros viajes deja por definición una puerta

abierta a lo inesperado, y esta flexibilidad - necesaria e imprescindible- va a exigir de ti que te comportes como viajero y no como turista vacacional. Viajar por países cercanos a los polos hace que los itinerarios previstos sean proyectos de intención y no algo inmutable. En nuestro viaje pueden suceder imprevistos debidos a la climatología y los fenómenos naturales del país, como encontrar carreteras cortadas por mal estado de las vías debido a avalanchas, hielo o erupciones volcánicas, ríos muy caudalosos imposibles de vadear, retrasos en vuelos debidos a la climatología o ceniza en el aire, abundantes icebergs o viento

fuerte que impidan la navegación. Las condiciones climatológicas y del hielo, la particularidad de unas infraestructuras escasas, los medios de transporte, los retrasos en aviones o barcos y otros factores impredecibles, pueden provocar cambios y requieren cierta flexibilidad. No es habitual que un itinerario sea sustancialmente alterado pero, si fuera necesario, el guía de nuestra organización decidiría cuál es la mejor alternativa a seguir. Nuestros viajes, realizados con anterioridad por nuestro equipo, reflejan un EQUILIBRIO que permite disfrutar de unas condiciones de comodidad generalmente suficientes, con la satisfacción de compartir UN VIAJE ÚNICO. Habrá jornadas realmente placenteras, pero en otras prescindiremos de ciertas comodidades para entrar de lleno en los lugares más inaccesibles y exclusivos. Llegar donde la naturaleza es íntima y grandiosa supone, en ocasiones, pernoctar en lugares sin el confort del mundo occidental o dormir en tiendas de campaña durante varios días, prescindir a veces de la ducha, circular por malas carreteras y pistas polvorientas, o navegar y desplazarnos a bajas temperaturas... Nuestros viajes son para vivirlos comprometidos desde la participación activa y no como espectador pasivo. Al realizar una ruta de VIAJES TIERRAS POLARES no te sentirás un turista más en un circuito organizado tradicional, sino un miembro integral de un viaje lleno de emoción y, a veces, susceptible a lo inesperado y A LA AVENTURA. Esperamos que compartas con nosotros este concepto de viajar. EL VIAJERO DECLARA participar voluntariamente en este viaje o expedición y que es consciente de que participa en un viaje a un país extranjero de características diferentes a su país de origen, recorriendo y visitando zonas alejadas y remotas de un país; con estructura y organización, a todos los niveles, distinta a la que puede estar acostumbrado en su vida habitual. Por tanto EL VIAJERO DECLARA que es consciente de los riesgos que puede correr durante la realización de las actividades descritas (montar a caballo, escalada,

glaciares, etc.) y de aquellos sucesos eventuales como pueden ser: fuerzas de la naturaleza, enfermedad, accidente, condiciones de vida e higiénicas deficientes en algunos casos y circunstancias, terrorismo, delincuencia y otras agresiones, etc. Sabiendo el viajero que no tendrá acceso en algunos casos a una rápida evacuación o asistencia médica adecuada o total. EL VIAJERO DECLARA que es consciente del esfuerzo que puede suponer un viaje de estas características, y está dispuesto a asumirlo como parte del contenido de este viaje de aventura, aceptando igualmente el hecho de tener que colaborar en determinadas tareas propias de un viaje tipo expedición como pueden ser a título de ejemplo: desatascar vehículos de cunetas, participar en los montajes y desmontajes de campamentos y otras tareas cotidianas y domésticas propias de un viaje participativo y activo de aventura. Es importante indicar que en un viaje de grupo y característico de aventura, la buena convivencia, las actitudes positivas, buen talante y tolerancia entre los miembros que componen el grupo y ante los contratiempos y dificultades que puedan presentarse son muy importantes para la buena marcha y éxito del viaje, advirtiendo que estos problemas de convivencia pueden surgir. EL VIAJERO ACEPTA VOLUNTARIAMENTE todos los posibles riesgos y circunstancias adversas sobre la base de todo lo expuesto anteriormente, incluidos, enfermedad o fallecimiento; eximiéndose VIAJES TIERRAS POLARES y cualquiera de sus miembros o empleados de toda responsabilidad, a excepción de lo establecido en las leyes por cualquier hecho o circunstancia que se produzca durante el viaje o expedición. EL DISFRUTE Y LA EMOCIÓN DE UN VIAJE DE AVENTURA deriva en parte de los riesgos, dificultades y adversidades inherentes a esta actividad. EL VIAJERO DECLARA Y ACEPTA las condiciones generales y particulares del programa-viaje-expedición y cumple todos los requisitos exigidos para el viaje.

Para más información:

Viajes Tierras Polares

Oficina Online

Tel. +34 91 364 16 89

Dirección administrativa

Cava Alta 4 - 28005 Madrid

E-mail: info@tierraspolares.es

www.tierraspolares.es