



AVENTURA CONFORT · NIVEL FÁCIL

Un activo viaje al paraíso natural de las **islas Lofoten y Vesteralen** realizando **senderismo** y un safari de **avistamiento de ballenas**. Descubriremos sus acantilados y playas vírgenes a pie y en barco, así como sus pintorescos **pueblos pesqueros** rodeados de impresionantes montañas y la milenaria cultura **Sami**.

¿QUÉ TE ESPERA EN ESTE VIAJE?

Un viaje a las paradisíacas **islas Lofoten y Vesteralen** realizando **senderismo** y disfrutando de la naturaleza en estado puro: exuberantes paisajes combinación de **montañas** puntiagudas y **calas color esmeralda** donde convergen en excelente armonía la fauna del lugar y su impresionante naturaleza con los apacibles **pueblos de pescadores**. Allí encontraremos sus tradicionales viviendas, los **rorbuer**, donde disfrutaremos de eternas puestas de sol.

Empezaremos nuestro viaje con un emocionante safari para ver **ballenas**. Tendremos, con suerte, la posibilidad de ver **cachalotes ballenas jorobadas** y **orcas** que se acercan en busca de alimento en estos meses. No es raro verlas muy cerca del barco ya que son bastante curiosas.

Recorreremos dos de las más espectaculares vías de **Noruega**, las conocidas como *Norwegian Scenic Routes*. Visitaremos un campamento **Sami**, navegaremos por las escarpadas islas Lofoten y visitaremos los pueblos de pescadores con los paisajes de postal más bellos de Noruega: **Reine, Henningsvaer, Nussfjord y Å**.

En un exclusivo grupo de máximo 8 viajeros, realizaremos esta ruta acompañados por un guía de Tierras Polares conocedor de la zona, moviéndonos en un vehículo exclusivo para nosotros y durmiendo en confortables alojamientos en habitación doble con baño privado en el entorno de los espectaculares paisajes de Lofoten.

Fechas 2024

Del 13 al 20 abril · Semana Santa
Del 20 al 27 abril

PLAN DE VIAJE

Día 1. Llegada al aeropuerto de Evenes (Harstad/Narvik)

Vuelo desde España a Evenes. Encuentro con el guía y traslado desde el aeropuerto al tranquilo alojamiento a las puertas de la Islas.

Noche en hotel en habitación doble con baño privado, zona Evenes

Día 2. Islas Vesteralen - Andenes - Safari de ballenas.

Después del desayuno nos adentramos en las islas Vesteralen, recorriendo en nuestro vehículo una de las llamadas *Norwegian Scenic Routes*, los recorridos por carretera más espectaculares de Noruega, hasta llegar a su extremo norte, la población de **Andenes**, antiguo puerto ballenero que hoy es el punto de salida de los safari.

Las aguas de Andenes son muy productivas y atraen a una gran diversidad de ballenas barbadas y dentadas. Los más comunes en verano son los cachalotes, que permanecen aquí todo el año. La visión de un cachalote es realmente una experiencia sobrecogedora que ya inspiró el cuento Moby Dick de Melville. No olvides llevar la cámara de fotos porque no sólo podremos ver **ballenas**, sino también **focas** y **águilas marinas**. Por la tarde nos dirigimos a la localidad vecina de **Bleik** para hacer una **excursión** de la playa y sus alrededores. Tomando algo de altura, la belleza de esta costa rodeada de montañas es sorprendente.

Noche en hotel en habitación doble con baño privado, zona Andenes.

*Las salidas de abril, y hasta mediados de mayo, del safari de ballenas podrían realizarse en embarcaciones semirrígidas o en barco.

Día 3 Granja Sami - Senderismo

Hoy tomaremos rumbo sur en las islas Vesteralen, dirección al archipiélago de Lofoten, que aunque estén juntas sobre el mapa, esconden características únicas y muy distintivas.

Viajaremos por la carretera panorámica que nos mostrará las playas naturales y acantilados junto a factorías pesqueras y los pequeños pueblos granjeros de la zona. También disfrutaremos de la fauna autóctona del lugar, con gran variedad de aves marinas.

Antes de llegar a Sortland visitaremos una típica **granja Sami** y disfrutaremos de esta misteriosa cultura milenaria, mezclándonos con los **renos** que allí habitan y escuchando historias y cánticos alrededor del fuego bajo un reconfortante Lavvu.

Rumbo a sur de vamos a ir encontrando montañas más agrestes y pintorescas, donde realizaremos un **pequeño trekking** en sus proximidades.

Noche en hotel en habitación doble con baño privado, zona Svolvær.

Día 4 Svolvær, la puerta de entrada al norte - Senderismo

Amanecemos con ganas de explorar la zona, realizando una excursión de senderismo por el área, aprovechando el relieve montañoso, para admirar desde lo alto **las impresionantes islas Lofoten y sus costas**.

Tras el trekking pondremos rumbo a Svolvær, donde tendremos tiempo de visitar libremente la ciudad de Svolvær, considerada la puerta de entrada y capital de las islas, centro neurálgico y de encuentro para toda la región del archipiélago, donde podremos encontrar el **North Norwegian Art Centre**, con exposiciones durante todo el año, el **War Memorial Museum**, un lugar clave para entender **la II Guerra Mundial en Noruega**.

Tras la visita libre podremos disfrutar en sus proximidades del monte **Svolværgeita** (Cabra de Svolvær) que es el distintivo de la ciudad y un desafío para los escaladores. Noche en hotel en habitación doble con baño privado, zona Svolvær.

Día 5. Svolvær, Kabelvåg y Reine - Nusfjord - Norwegian Scenic Route

Día fotográfico. Hoy nos dirigimos hacia el punto más extremo de las islas Lofoten a través de **una de las 18** carreteras que recorren **los paisajes más bellos de Noruega**, las llamadas *Norwegian Scenic Routes*. Pasaremos por sus principales poblaciones como **Kabelvåg**, el pueblo pesquero más importante de Lofoten durante el pasado siglo y donde fue construida la primera iglesia en estas islas alrededor del año 1103.

Es un día para sacar partido a nuestra cámara de fotos pues el trayecto se presta a realizar paradas para inmortalizar cualquier rincón.

Pararemos en la localidad de **Nusfjord**, una bellísima población con uno de los más antiguos y mejor preservados **puertos pesqueros de Noruega**.

Iremos visitando los pueblos pesqueros que se encuentran por el camino así como las playas de aguas cristalinas, como la famosa **playa de Ramberg. Reine**, considerada la perla de Noruega, es uno de los **pueblos más bonitos de las islas Lofoten** y, para muchos, de toda **Noruega**, manteniéndose prácticamente intacta desde sus orígenes allá por 1743.

Noche en hotel en habitación doble con baño privado, zona Reine.

Día 6. Pueblo de pescadores Å - Playa Kvalvika - Henningsvær

En este día visitaremos uno de los lugares más emblemáticos de las Islas Lofoten, el **pueblo de Å**, un lugar que refleja perfectamente la esencia de este archipiélago y su vida ligada al mar. Se trata del pueblo pesquero habitado más extremo de las islas Lofoten, especializado en la salazón y desecación de pescado, con un paisaje sobrecogedor que nos transportará al fin del mundo.

Realizaremos un paseo por los alrededores de Å y posteriormente pondremos rumbo norte retomando la carretera principal de las Islas Lofoten.

En la ruta y cercanías a **Fredvang**, podremos realizar una trekking en **Kvalvika**, si las condiciones del hielo y la nieve lo permiten. **La playa de las Ballenas** es uno de los lugares más impresionantes de las islas Lofoten, donde la belleza paisajística y el aislamiento que transmite es un regalo para nuestros sentidos. Llegaremos al mirador de esta increíble playa de arena blanca y los acantilados de granito negro que se sumergen en un mar color esmeralda será nuestro escenario. (Duración del trekking 3 horas aprox. Nivel fácil-medio.)

A la vuelta de nuestro camino visitaremos **Henningsvær**, es la llamada **Venecia del Norte**, por los numerosos puentes e islas que lo componen. En primavera la concentración de bacalao hace que los barcos estén constantemente entrando y saliendo de su famoso puerto, signo evidente de que Henningsvær, además de uno de los paisajes de postal de Noruega por las impresionantes **montañas y picos** que lo rodean,

es uno de los motores de la economía local. A lo largo de todo el recorrido por el archipiélago observaremos las características hileras de secaderos de bacalao, también llamadas las catedrales de Lofoten.

Noche en hotel en habitación doble con baño privado, zona Henningsvaer

Día 7. Trekking en Harstad, puerta de salida de las Islas - Evenes

Nos dirigimos hacia la dinámica y cultural ciudad de **Harstad**, centro neurálgico del Norte de Noruega y la puerta de entrada del archipiélago de Vesteralen y Lofoten. Fue una antigua capital vikinga, centro del poder vikingo más septentrional de Noruega, también tuvo un papel histórico importante durante la Segunda Guerra Mundial y aún se conservan algunos vestigios de la invasión alemana.

Rodeados de brezo, recorreremos uno de los senderos de las verdes colinas que rodean Harstad. Se trata de una de las rutas preferidas por la gente local, que ofrece fabulosas vistas de fiordos, islas y montañas.

Noche en hotel en habitación doble con baño privado en Evenes.

Día 8. Vuelo Evenes (Harstad/Narvik) - España

Traslado al aeropuerto y vuelos de regreso a España.

Nota importante

Esta ruta es un viaje diseñado y organizado por Tierras Polares, que ha de ser considerado como una expedición, donde pueden ocurrir circunstancias imposibles de prever, como mal tiempo. Conserva todos los componentes de aventura y descubrimiento presentes en nuestros viajes. El orden de las actividades puede no coincidir con el expuesto. La ruta es orientativa, y está sujeta a modificaciones y variaciones sobre el terreno debido a causas climatológicas, de la mar, del hielo, de las carreteras, logísticas o técnicas, que requieren flexibilidad por parte del viajero.

PRECIO

Precio desde **2.995€**

(para grupo de 6 a 8 personas)

Suplemento por habitación individual: 500€

INCLUYE / NO INCLUYE

INCLUYE

- Vuelos Madrid/Barcelona Evenes (i/v)
- 7 noches de alojamiento en albergues o cabañas
- Todos los transportes durante la estancia según descripción del programa
- Transfer desde/hacia los aeropuertos
- Desayunos, comidas tipo picnic y cenas durante los días de viaje según programa
- Safari de avistamiento de ballenas en Andenes.
- Todos los trekking y paseos descritos en el programa y utilización de raquetas si fueran necesarias
- Guía Tierra Polares de habla castellana conocedor de la zona

- Seguro de viaje multiaventura.

NO INCLUYE

- Tasas aéreas y gastos de gestión de los billetes aéreos (aprox. 300€ y 330€)
- Comidas en los días de vuelos según programa.
- Cenas en Evenes día 1 y 7
- Bebidas que no sean agua durante las comidas y cenas.
- Propinas del guía
- Gastos derivados de la climatología adversa o del retraso de vuelos o ferry
- Suplemento en caso de no completarse un grupo de mínimo 6 viajeros *
- Todos los transportes y excursiones calificados como opcionales
- Cualquier supuesto no especificado en el apartado "Incluye"

(*) Los viajes se realizan en grupos de 8 personas que vamos formando. Los viajeros reservan su plaza, independientemente del número que sean, y Tierras Polares va 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 6 viajeros se aplicará un suplemento de 150€ por persona para grupos de 5 viajeros o de 250€ por persona para grupos de 4 y 350€ por persona en grupos de 3.

PUNTOS FUERTES DEL VIAJE

- Visitar los más bellos parajes del norte de Noruega: Las famosas **islas Lofoten y Vesteralen** con sus pueblos de pescadores con paisajes de postal: **Reine, Henningsvaer, Nussford, Å...**
- **Realizar** un safari de avistamiento de ballenas en barco/lancha rápida.
- Realizaremos los más bellos **trekking** y actividades (con **raquetas** en caso de nieve).
- Una gran integración, propia de nuestros pequeños grupos de viajeros, siempre acompañados de guías de habla castellana conocedores de la zona.
- Recorrer a lo largo de nuestro viaje dos de las más espectaculares carreteras de Noruega, las conocidas como **Norwegian Scenic Routes**.
- Conocer la cultura **Sami** de primera mano visitando una granja de renos.



POR QUÉ VIAJAR CON TIERRAS POLARES

PIONEROS DE LA AVENTURA EN EL ÁRTICO. Desde 1985, Ramón Larramendi, explorador polar fundador de Tierras Polares, no ha parado de explorar y crear nuevas rutas. Nuestros viajes de aventura a 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. facebook.com/tierraspolaresviajes
instagram.com/tierraspolares/

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE ESTE VIAJE

Tamaño del grupo

Los viajes se realizan en grupos reducidos de 8 personas acompañadas por un guía. Los viajeros reservan su plaza, independientemente del número que sean, y Tierras Polares va uniéndolos al grupo hasta llegar al máximo de 8 integrantes. Este tamaño reducido del grupo propicia un trato estrecho y casi familiar entre sus miembros, creándose un excelente ambiente. El grupo puede estar formado por personas de diferentes nacionalidades con guía de habla castellana. Aunque en general los grupos se suelen completar, en caso de no llegar a un mínimo de 6 viajeros se aplicará un suplemento.

Condición física

No se requieren condiciones físicas especiales para llevar a cabo este el viaje pero sí que se esté acostumbrado a caminar y tener ganas de realizar una ruta en un entorno natural.

Tipo de viaje y nivel

Viaje de aventura. Nivel fácil.

Las excursiones que se plantean son de nivel fácil, es decir, asequibles para un público no acostumbrado a hacer excursiones de montaña pero con un mínimo de forma física. Las actividades tienen una duración que oscila entre las 2 y 4 horas aproximadamente, con ritmos suaves y con paradas frecuentes, siempre adaptándose al ritmo del grupo y a las condiciones climatológicas.

Las actividades

En las actividades el viajero portará en una mochila pequeña tan sólo el material personal necesario para cada jornada, como el picnic, ropa de abrigo, chaqueta impermeable, pantalón de agua o cámara fotográfica.

En cuanto al safari de avistamiento de ballenas, no podemos dar ninguna garantía de que veremos cetáceos, pero hay muchas posibilidades en esta época del año.

Si en la época de realizar el viaje no hubiera suficiente nieve, se realizan los trekking sin llevar raquetas. Esta decisión quedará a criterio del guía, dependiendo de cómo vea las condiciones del terreno.

Trekking, senderismo y excursiones

Los recorridos a pie son fáciles; las rutas se realizan por senderos y caminos marcados en gran parte del recorrido. Las rutas por donde haremos las actividades tienen poco desnivel.

Los vehículos

El viaje se realiza en una furgoneta tipo minibus de 9 plazas. Los recorridos serán por carreteras asfaltadas en la mayoría de los casos. Los periodos de conducción están estudiados para ser optimizados e intercalados con actividades y evitar recorridos largos. Lo normal es hacer trayectos de un par de horas al día, aunque en algunos casos podrían ser más largos.

Edad mínima recomendada

La edad mínima recomendada es de 12 años. Todos los menores de 18 deberán estar acompañados por sus padres o tutores legales.

Clima, temperatura y horas de luz

Las temperaturas en primavera en las islas Lofoten y Vesteralen son muy suaves si tenemos en cuenta su situación por encima del Círculo Polar Ártico. Esto se debe a la cálida corriente del Atlántico Norte. Éste hecho hace que el promedio de la temperatura durante esta época sea de entre 0°C y 5°C, por lo que durante nuestro viaje nos moveremos alrededor de esta cifra, pudiendo ser menor en algunas ocasiones. En el norte de Noruega, por encima del Círculo Polar Ártico, las horas de luz cambian drásticamente y rápidamente, pasando de los días con 24 horas de luz durante el verano, a la noche polar en invierno.

A partir de abril el día ya pasa a ser largo, siendo el sol visible durante más de 17 horas, muchas más de las que disfrutamos en la zona mediterránea. Se pueden ver amaneceres y atardeceres largos, además de la luz crepuscular.

La alimentación

Todos los desayunos se sirven en los hoteles donde nos alojamos y suelen ser estilo buffet libre. El almuerzo es de tipo picnic, ya que normalmente comemos durante la realización de las excursiones. Las cenas son servidas en los hoteles o en restaurantes.

A continuación os indicamos un listado de posibles comidas que podemos encontrar a lo largo de la ruta: Comida: pan, queso, embutidos, patés, frutos secos, galletas dulces y saladas, chocolate, sopas.

Bebidas

Vinos y bebidas alcohólicas en Noruega sólo se venden en tiendas estatales (Vinmonopol).

Las tareas comunes

Esta aventura, como todas las de Tierras Polares, tiene un espíritu de colaboración y camaradería o trabajo en equipo, donde valoramos sobre todo el buen humor, el buen ambiente y la tolerancia hacia los compañeros. El guía dirigirá todas las operaciones comunes, pero las actividades se harán entre todos. Algunas tareas como cargar el vehículo, preparación de la comida, fregar los platos, hacer la compra u otras tareas que sean necesarias, se realizan por igual entre todos los participantes, incluido el guía.

Los alojamientos

Antes de iniciar un viaje en Noruega hay que tener en cuenta que los alojamientos no tienen una clasificación oficial, sobre todo fuera de las grandes ciudades. Esto quiere decir que varía de una población a otra, lo que hace que sea difícil la comparativa de calidad de un lugar a otro, principalmente en algunas regiones alejadas de grandes núcleos de población. El estándar general y la calidad de las prestaciones y las instalaciones son altos y confortables, aunque exentos de lujo. Los alojamientos pueden ser:

- Alojamientos con espacios comunes cuidados y servicio de restaurante, con habitaciones dobles modernas y con baño privado. Además pueden contar con una vasta gama de servicios como: wifi gratis, TV vía satélite, minibar, jacuzzis o sauna y piscina...

- Alojamientos con un estándar algo más sencillo, con habitaciones dobles confortables y con baño privado.

El guía

La misión del guía, de habla castellana, es coordinar y conducir al grupo a través del recorrido prefijado según ficha técnica de viaje y ruta prevista. El guía nos acompañará en todo momento en las excursiones, garantizando con su experiencia y conocimiento del entorno el cumplimiento de las actividades programadas en los traslados y rutas según ficha de viaje, todos integrados en un grupo pequeño con un entorno muy familiar y ameno. En caso de fuerza mayor, condiciones climatológicas adversas etc., el guía puede cambiar la ruta si lo estima necesario. Condiciones que puedan resultar molestas pero que carecen de riesgo, como lluvia o similares, no son motivo de cambio de ruta.

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 inició sus aventuras en Noruega en 1989 con la expedición que recorrió durante 3 meses los 2.500 kilómetros 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, que nos permite ofrecer viajes originales a precios muy buenos y con la mayor garantía de adaptación al cambiante medio ártico.

Actualmente Ramón Larramendi sigue inspirando la filosofía de viaje 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 "0" 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: ramonlarramendi.com

Facebook: [/ramonlarramendi/](https://www.facebook.com/ramonlarramendi/) Twitter: [@RamonHLarramendi](https://twitter.com/RamonHLarramendi) Instagram: [@RamonHLarramendi](https://www.instagram.com/RamonHLarramendi)

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.

INFORMACIÓN ÚTIL PARA EL VIAJERO

Moneda

En Noruega se utiliza la Corona noruega (NOK).

Cambio

1 Euro = 11,77 NOK (dato de diciembre 2024)

Puedes consultar el tipo de cambio actual en: <https://www.riacurrencyexchange.es/?pc=tierraspolares>, además, es una de las mejores opciones si quieres cambiar dinero antes del viaje. Para residentes en territorio español (Península y Baleares), pueden **enviar el dinero a tu casa** (lo pides a través de su web, lo pagas y te lo mandan de forma segura), y también puedes **recogerlo en una de sus oficinas, reservándose previamente en su web**. Introduce en el apartado "Código promocional" el código **POLARES** y de esa forma disfrutarás además de un **descuento especial**.

Efectivo necesario para el viaje

Noruega es uno de los lugares 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 en coronas noruegas ya que casi todos los gastos están incluidos en el precio del viaje.

Tarjetas bancarias

Es posible pagar con tarjeta en prácticamente cualquier establecimiento sin importe mínimo. Consulta en tu banco el tipo de cambio y las comisiones aplicadas.

Documentos necesarios

• Pasaporte o/ y DNI en vigor

Es muy recomendable disponer de ambos documentos en vigor ante cualquier eventualidad que pueda surgir. No es necesario visados para ciudadanos miembros de la Comunidad Europea

• Tarjeta Sanitaria Europea

Antes de partir es necesario obtener la Tarjeta Sanitaria Europea, que podéis solicitar por internet en la Sede Electrónica de la Seguridad Social, o presencialmente en España, con la antelación suficiente al viaje, acudiendo a un Centro de Atención e Información de la Seguridad Social. Esta tarjeta certifica el derecho de su titular a recibir prestaciones sanitarias, si fuera necesario, durante la estancia en cualquier país de la Unión Europea y también en algunos del Espacio Económico Europeo.

Desfase horario

No hay diferencia horaria entre España y Noruega.

Idioma

El noruego. La gran mayoría de la gente habla inglés.

Medicinas

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

Equipaje

Las compañías aéreas suelen autorizar 20kg, a los que puedes sumar 5kg de cabina. Recomendamos consultar las limitaciones del equipaje de mano con la línea correspondiente.

Es importante llevar un equipaje moderado no rígido, para facilitar las continuas cargas y descargas del vehículo.

En caso de que el equipaje se extravíe o dañe durante el vuelo, es fundamental que se acuda al mostrador de la compañía aérea para reclamar el código P.I.R. (Parte de Irregularidad en el equipaje, código de barras que dan en la facturación de la maleta) antes de salir del aeropuerto. Este es un requisito necesario para la tramitación por parte de la compañía aérea y para solicitar posible cobertura del seguro y consultar fecha prevista de entrega.

IMPORTANTE: para todos los vuelos provenientes de España que vayan a una ciudad de Noruega haciendo escala previamente en otra ciudad del país (Oslo, Bergen...) es imprescindible hacer el cambio de cinta al equipaje según la normativa de control de aduana en Noruega. Rogamos confirmar la información al mostrador durante la facturación.

MATERIAL PROPORCIONADO POR TIERRAS POLARES

Tierras Polares facilitará todo el material necesario para la realización de las actividades descritas en el programa.

Los alojamientos disponen de sábanas y mantas/edredones.

MATERIAL RECOMENDADO PARA TU VIAJE

Recomendamos repartir todo el equipaje en 2 bultos:

- Una mochila o bolsa de viaje (**nunca maleta rígida**), donde transportar la mayor parte de nuestro equipaje y ropa. Esta se transportará siempre en el vehículo y la llevaremos a nuestro alojamiento cada noche.
- Una mochila pequeña de día (20-30 litros de capacidad) en la que se llevará agua y el picnic para cada una de las excursiones, crema solar, cámara de fotos, ropa impermeable, etc.

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

- Gorro de lana o forro polar (preferiblemente *Windstopper*)
- Bufanda tubular o "buff"
- Gafas de sol
- Prismáticos (opcional)
- Antifaz para dormir (para el mes de junio)

Cuerpo

- Camisetas sintéticas
- Dos camisetas térmicas de manga larga
- Chaqueta de forro polar
- Anorak acolchado ligero con relleno de fibra o plumas
- Chaqueta impermeable y transpirable de montaña (*Goretex* u otra membrana similar)
- Pantalones de trekking
- Mallas térmicas largas
- Pantalones impermeables y transpirables (*Goretex* u otra membrana similar) o pantalones ligeros de lluvia.

Manos

- Guantes de forro polar

- Guantes impermeables de esquí o de montaña (*Goretex* u otra membrana similar) con relleno de fibra

Pies

- Calcetines finos
- Calcetines gruesos y altos de fibra sintética
- Botas de trekking fuertes, impermeables y transpirables
- Zapatillas de trekking o de deporte
- Sandalias ligeras con buena sujeción al pie
- Zuecos ligeros tipo "croc's" o chanclas para estancia en los alojamientos

Artículos de aseo/otros

- Crema de protección solar y labial
- Taponos para los oídos
- Traje de baño
- Toalla sintética (de secado rápido)
- Botiquín personal

Equipo de progresión

- Mochila de día 20-30 litros para las excursiones de día
- Un par de bastones de trekking
- Cantimplora
- Linterna frontal

Nota: *Ésta no es una lista exclusiva. Añadir a ella artículos habituales de aseo y **ropa cómoda para los traslados o en visitas y cenas en las ciudades.***

Nota: Todos los alojamientos están equipados con edredones nórdicos/mantas y ropa de cama.

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** (en mochila de 20-30 litros): botas y pantalones de trekking, camiseta térmica, forro polar y chaqueta tipo Gore-Tex puestos; pantalones impermeables, gafas, gorro, guantes y otros objetos que te parezcan importantes, en el equipaje de mano. En un caso de extravío o retraso del equipaje, tendrías al menos todo lo necesario para poder comenzar el viaje.

El equipaje de mano debe ser de un peso máximo de 5 kg y cuyas dimensiones no excedan de 55x40x23 cm. **Recomendamos consultar las limitaciones de equipaje de mano con la aerolínea correspondiente.**

Dónde equiparnos

Tierras Polares y Ramón Larramendi van equipados en sus expediciones con equipamiento Altus que recomendamos para tu viaje. Si necesitas comprar material, visita nuestra tienda polar Outdoor sin límite online, o en C/ Ribera de Curtidores nº 1 Madrid, y benefíciate de un 15% de descuento con nuestro código: TPOLARES

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

ABANCA: ES81 0216 0476 13 0600317305
SWIFT/BIC: CMCIESMM

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 enviarla cumplimentada por fax o por e-mail.

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 válido para el ámbito europeo 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. No son asegurables las personas mayores de 84 años.

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/2024/04/CONDICIONES_GENERALES_DE_VIAJE_COMBINADO_23-24_ENERO_2024.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 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

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

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 hiciera 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.

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



Noruega Aventura Confort Lofoten, Vesteralen y ballenas en Primavera. 8 días

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 asumírselos 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, advirtiéndose 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 derivan 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

info@tierraspolares.es

Tel. +34 91 364 16 89

Atención telefónica: De lunes a viernes de 09:30 a 14:00h

Oficina Online: De lunes a jueves de 9:00 a 18:00h, viernes 9:00 a 15:00h

Dirección administrativa

Cava Alta 4 - 28005 Madrid

www.tierraspolares.es