Noruega Aventura Confort. Lo mejor de Lofoten, Tromso, Senja y ballenas 8 días

AVENTURA CONFORT · NIVEL FÁCIL

Un exclusivo viaje al paraíso natural de las islas **Lofoten** y **Senja**, realizando emocionantes etapas de **senderismo, navegación en barco,** un safari de avistamiento de **ballenas** y observación de fauna ártica. En nuestra ruta descubriremos las espectaculares montañas y playas de Lofoten, así como sus pintorescos **pueblos pesqueros.**

¿QUÉ TE ESPERA EN ESTE VIAJE?

Empezaremos nuestro viaje en la región de Troms, a más de 200 Km por encima del **Círculo Polar Ártico,** a las puertas de Hinnoya. Un viaje a las paradisíacas **islas Lofoten** y **Senja** realizando **actividades al aire libre, senderismo** y un emocionante safari para ver **ballenas.** Tendremos, con suerte, la posibilidad de ver **cachalotes ballenas jorobadas** y **orcas** que se acercan a la zona en busca de alimento en estos meses. No es raro verlas muy cerca del barco ya que son bastante curiosas.

Las Lofoten bañadas por las templadas aguas del Atlántico Norte, nos deleitan con sus exuberantes paisajes y sus **calas** únicas de color esmeralda, rodeadas por fina y blanca arena donde convergen en excelente armonía la fauna del lugar, su exuberante naturaleza y los apacibles puertos de pescadores repletos de sus tradicionales viviendas, "los **rorbuer**".

Recorreremos algunas de las más espectaculares vías de **Noruega,** las conocidas como *Norwegian Scenic Routes***.** Navegaremos a través de 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

Mayo
Del 17 al 24 mayo
Del 19 al 26 mayo
Del 26 mayo al 2 junio

Junio
Del 31 mayo al 7 junio
Del 14 al 21 junio

Julio
Del 28 junio al 5 julio
Del 5 al 12 julio
Del 12 al 19 julio
Del 19 al 26 julio
Del 26 julio al 2 agosto

Agosto
Del 1 al 8 agosto
Del 8 al 15 agosto
Del 15 al 22 agosto
Del 22 al 29 agosto

PLAN DE VIAJE

Día 1. Vuelos de España a Tromso
Vuelos desde España y llegada a Tromso.
Encuentro con el guía y traslado desde el aeropuerto al alojamiento.
Si los horarios de los vuelos lo permiten, tarde libre para visitar la ciudad de Tromso y cena libre.
Noche en hotel en habitación doble con baño privado, zona Tromso. Cena Libre

Día 2. Ciudad de Tromso
Mañana libre para visitar la ciudad de **Tromso**, acogedora, cosmopolita y animada a pesar de su latitud geográfica 69°N. Situada en una isla, es la puerta al océano Ártico y se considera la capital económica del norte desde hace siglos. También fue el punto de partida de numerosas expediciones polares, como lo demuestra el **Polar Museet**. En la actualidad sigue denominándose como la capital del norte por su amplia oferta de

servicios y su gran núcleo poblacional. Aquí podremos visitar el jardín botánico más septentrional del mundo, su **Catedral Ártica**, el **Museo Polar** y su animado centro.
Posibilidad para los que lo deseen de subir en teleférico desde el centro de la ciudad hasta el **mirador Storsteinen** (Opcional y no incluido, coste aproximado 10€ por trayecto).

Por la tarde y después del reencuentro con el guía dejaremos Tromso y conduciremos hacia la **isla de Senja**, la segunda isla más grande de Noruega. Exploraremos su interior impregnado de una naturaleza exuberante y descubriremos su litoral salvaje. El entorno natural de Senja es una versión reducida de las majestuosas montañas y fiordos representativos de Noruega.
Viajaremos por una de las 18 carreteras que recorren los paisajes más bellos de Noruega, las llamadas *Norwegian Scenic Routes*. A lo largo de la ruta hay varios lugares que merece la pena visitar como los miradores **Tungeneset, Devil's Teeth** y las playas de fina arena blanca de **Ersfjordstranda** o **Bøstranda**, admirar el mar del Norte bajo un manto de luces doradas, anaranjadas y rojizas, todo ello con la presencia permanente del sol en el horizonte. Entre ellos, el mirador de **Bergsbotn**, desde donde podrás tomar fotografías que causarán auténtica sensación.
En nuestra ruta sacaremos el máximo provecho al sol de medianoche, un fenómeno natural que puede observarse en estas latitudes desde finales de mayo hasta mediados de julio.
Llegada a nuestro destino donde nos alojaremos. Noche en habitación doble con baño privado, zona Torsken.

Día 3. Isla de Senja - Safari avistamiento de ballenas - Trekking Segla Peak
Después de un buen desayuno el primer objetivo del día es la afamada y emblemática **montaña de Segla**, el pico más alto de la isla de Senja. En este maravilloso lugar haremos un **trekking** de nivel medio atravesando un valle y recorriendo un camino con vistas espectaculares.
Para contemplar el icónico "Segla Peak" la mejor ruta es la que sube hasta el pico Hesten, justo al lado del famoso pico. De hecho, no hace falta llegar hasta la cima para tener una de las mejores vistas de la isla, esta excursión es conocida como el **Segla Trail**. Una vez arriba tendremos una panorámica privilegiada de Segla y las montañas circundantes.

A mediodía nos prepararemos para subir en una lancha rápida y lanzarnos una de la actividad más esperada del día, buscar cachalotes, ballenas jorobadas y horcas. Los cetáceos 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 la novela de Moby Dick de Herman Melville. No olvides llevar la cámara de fotos porque no solo podremos ver ballenas, sino también focas y águilas marinas. Se trata de una aventura de unas tres cuatro horas en lancha rápida en la que vamos a disfrutar de una

perspectiva diferente de la isla. Después de esta gran día lleno de emociones iremos al alojamiento para cenar.
Alojamiento en habitación doble con baño privado, zona Senja.

Día 4. Hacia las Lofoten - Polar Park - Llegada al archipiélago de las Vesteralen
Hoy dejaremos nuestro alojamiento para seguir nuestro camino e ir acercándonos a las afamadas islas Lofoten, Cruzaremos la isla de Senja por su interior, dejando atrás esta pintoresca isla, uno de los destinos turísticos favoritos de los noruegos. A mitad de camino tendremos la oportunidad de observar de cerca la vida de la fauna ártica salvaje del Norte de Noruega. Visitaremos el Polar Park para descubrir las "cuatro grandes especies escandinavas": el lobo, el glotón (también llamado "gulo gulo"), el oso y el lince.
El **Polar Park** es la reserva animal más septentrional del mundo. No se trata de un zoológico tradicional ya que pone gran énfasis en el bienestar animal, proporcionando a los animales grandes áreas para su hábitat, siendo uno de los Parques con más superficie por animal del mundo.
Disfrutaremos de una auténtica experiencia en la naturaleza noruega, en un hermoso entorno de naturaleza ártica. Los animales se dividen en 12 áreas que incluyen alces, ciervos, linces, lobos, zorros árticos, osos, glotones, bueyes almizcleros y renos.

Tras el almuerzo seguiremos nuestra ruta por las carreteras más pintorescas por la costa y menos concurridas por los turistas, realizando varias paradas en enclaves únicos, como miradores, cascadas, bosques y algunos puntos casi místicos, los "sculpture magic points", con numerosas esculturas modernas que salpican todo el litoral, las "Skulpturlandskap Nordland". Arribaremos finalmente a la entrada del archipiélago de las Vesteralen, donde pasaremos la noche.

Alojamiento en habitación doble con baño privado, zona Evenes.

Día 5. Trekking Harstad - Evenes a Svolavaer
Amanecemos en Evenes y 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, recorremos 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.
Tras un agradable picnic con vistas privilegiadas, viajaremos por otra de las 18 carreteras que recorren los paisajes más bellos de Noruega, las llamadas *Norwegian Scenic Routes*, y entraremos oficialmente a las islas Lofoten, Antes de dejar las islas Vesteralen nos

encontraremos con el **Parque Nacional de Moysalen**, que podremos adminar durante nuestro recorrido en coche hasta arribar a Svolvaer. Haremos una breve visita a la ciudad de **Svolvaer**, capital de las islas, además de centro neurálgico y de encuentro para toda la región del archipiélago. La existencia en sus proximidades del monte **Svolvaergeita** (Cabra de Svolvaer) es el distintivo de la ciudad y un desafío para los escaladores.
Noche en habitación doble con baño privado en la zona de Svolvaer.

Día 6. Svolvaer - Henningsvaer - Museo vikingo de Borg - Nusfjord
Continuaremos nuestro recorrido a través de las islas Lofoten donde tendremos la oportunidad de admirar un sinfín de maravillas naturales que se suceden con obras de ingeniería: colinas e imponentes acantilados se sumergen en el mar pero siempre hay un puente que salva el paso en nuestro camino hacia **Kabelvag,** 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.
Pasaremos por **Henningsvaer**, considerada la Venecia del norte, uno de los puertos más importantes y hermosos de la región, continuando rumbo hacia el poblado de **Borg**. Allí haremos una visita a su prestigioso museo vikingo, uno de los tres más importantes de Noruega, donde nos integraremos en el conocimiento de la vasta cultura vikinga. Continuaremos nuestro recorrido rumbo al encantador **Nusfjord**, uno de los poblados pesqueros más antiguos y mejor conservados de toda Noruega. En 1975, Nusfjord fue elegido por la UNESCO proyecto piloto para la conservación de estilos arquitectónicos y realmente es una maravilla ver todas esas cabañas de pescadores o **"rorbuer"** ancladas en el tiempo. Admirando la belleza del lugar y sus apacibles aguas.
Noche en habitación doble con baño privado, zona Nusfjord.

Día 7. Kvalvika, senderismo en la Playa de las Ballenas
Después de un merecido descanso y antes de despedirnos del encantador Nusfjord, haremos un agradable y sencillo paseo por el bonito sendero que serpentea la costa de Nusfjord. Nos despediremos de esta maravilla arquitectónica avanzando entre islotes, playas de arenas blancas y pintorescos secaderos de bacalao. Llegaremos a las proximidades de **Fredvang,** donde nos espera el trekking de **Kvalvika** o "Playa de las Ballenas". Este es uno de los lugares más aislados e impresionantes de Lofoten: playas vírgenes, acantilados verticales de granito negro, mar entre esmeralda y turquesa… Kvalvika fue habitado hasta principios del siglo XIX por una familia de balleneros y todavía se pueden ver algunos vestigios de su asentamiento, una experiencia que nos transportará en el tiempo.
Al finalizar la actividad de senderismo nos dirigiremos rumbo hacia el pequeño **pueblo de Å**, perteneciente al municipio de Moskenes, pasando previamente por la emblemática localidad de **Reine**. Sus paisajes de postal y las espectaculares vistas de los alrededores

están consideradas como las más hermosas de todas las Lofoten, siendo de visita obligada para los viajeros.
Por la tarde embarcaremos en el ferry que nos llevará hasta **Bodo**, navegando a través del gran fiordo de **Vestfjorden**. Durante nuestro recorrido, al ir alejándonos de las Lofoten, podremos observar como sus variados picos forman una especie de muralla inexpugnable que sorprende a la vista.
Alojamiento en habitación doble con baño privado en Bodo (cena de despedida no incluida).

Día 8. Vuelos de regreso a España
Traslado al aeropuerto de Bodo 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

Desde 2.995€ de mayo a junio
Desde 3095€ de julio a septiembre, suplemento de 100 € en agosto

Suplemento por habitación individual: 550€

Precio especial para viaje combinado. Existe la oportunidad de combinar este viaje y hacerlo aún más espectacular: “Fiordos al Completo Aventura Confort” + “Lofoten, Tromso, Senja y ballenas Aventura Confort” 15 días desde 5.695€. Suplemento agosto 200€.

INCLUYE / NO INCLUYE

INCLUYE

- Vuelo de ida Madrid/Barcelona (consultar otras ciudades) a Tromso-Bodo ida y vuelta
- 7 noches de alojamiento en habitación doble con baño privado
- Todos los traslados durante los días de ruta en vehículo exclusivo para el grupo
- Transfer desde/hacia el aeropuerto

- Desayuno en los alojamientos, comidas tipo picnic, 5 cenas en hoteles durante el viaje según programa
- Todas las actividades de trekking y senderismo descritos en el programa.
- Safari en lancha rápida avistamiento de ballenas.
- Visita y actividad cultural al museo vikingo de Borg
- Visita al Polar Park
- Traslados en ferry según descripción del programa
- Guía de Tierras Polares de habla castellana conocedor de la zona.
- Seguro de viaje multiaventura

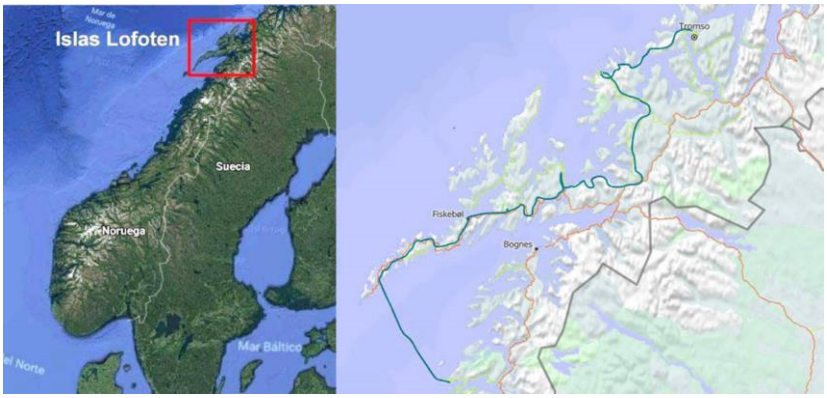
NO INCLUYE

- Tasas aéreas y gastos de gestión de los billetes aéreos (aprox. entre 200 y 290€).
- Comidas en los días de vuelo, en ferry y visitas libres según programa
- Bebidas que no sean agua durante las comidas y cenas.
- Cena en Ferry Tromso y Bodo
- Gastos derivados de la climatología adversa, del retraso de vuelos o ferry, o de incidencias con el equipaje.
- Todos los transportes y excursiones clasificadas como opcionales.
- Cenas en Tromso y Bodo
- Cualquier supuesto no especificado en el apartado “Incluye”.
- Propinas del guía

PUNTOS FUERTES DEL VIAJE

- Un viaje para conocer uno de los más bellos parajes del norte de Noruega: Las famosas **islas Lofoten**, y la cosmopolita **ciudad de Tromso**. Un viaje apto para todos los niveles pero con una alta dosis de aventura que nos hace integrarnos aún más en su naturaleza y en nuestro entorno de grupo.
- Descubrir **Senja**, la segunda isla más grande de Noruega que parece sacada de un cuento de hadas.
- Realizar los mejores **trekking** por sus playas y valles.
- Realizar un safari de avistamiento de ballenas en lancha rápida.
- Visitaremos el **Polar Park**, observando de cerca a las “cuatro grandes especies escandinavas”: el lobo, el glotón, el oso y el lince.
- Posibilidad de divisar el fenómeno “**Sol de medianoche**” (desde mayo hasta mediados de julio) durante todo el recorrido y auroras boreales en septiembre.
- Una gran integración, propia de nuestros pequeños grupos de viajeros, siempre acompañados de guías de habla castellana conocedores de la zona.

Noruega Aventura Confort. Lo mejor de Lofoten, Tromso, Senja y ballenas 8 días



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. 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

+34 91 364 16 89
info@tierraspolares.es

instagram.com/tierraspolares/

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE ESTE VIAJE

Lofoten y Vesteralen
Lofoten y Vesteralen son archipiélagos diferentes, que están conectados por tierra firme y puentes. Ambos poseen una gran belleza natural en sus múltiples fiordos y playas de arena blanca con aguas color esmeralda. Lofoten tiene innumerables montañas y picos con formas muy puntiagudas, y que, debido a la forma alargada del archipiélago, visto desde la distancia, parece una gran muralla de montañas. También es parte de las Lofoten las islas de Vaeroy y Rost. Vesteralen tiene montañas con formas más redondeadas, y se compone de las islas de Langoya, Andoya, Hadseloya, la zona oeste de Hinnoya y la zona norte de Austvagoya.
Ambos archipiélagos viven, sobre todo, de la pesca y, ya que prácticamente todos sus pueblos son pesqueros. El turismo también es una parte importante de su economía, aunque es en una escala mucho menor que en otros lugares de Noruega.

Senja
La isla de Senja es una isla costera de Noruega, en tamaño la segunda mayor isla del país (sin contar Spitsbergen). A Senja se le ha llamado la «Noruega en miniatura», ya que la diversidad de paisajes de la isla refleja la naturaleza de Noruega.

Tamaño del grupo
Los viajes se realizan en grupos reducidos de 8 personas que Tierras Polares va formando. Los viajeros reservan su plaza, independientemente del número que sean, y nosotros vamos uniéndolos al grupo hasta llegar al máximo de 8 integrantes. El grupo puede estar formado por personas de diferentes nacionalidades con guía de habla castellana. Este tamaño reducido del grupo propicia un trato estrecho y casi familiar entre sus miembros, creándose un excelente ambiente. Aunque en general los grupos se suelen completar, en caso de no llegar a un mínimo de 4 viajeros en alguna salida se aplicará un suplemento. Consúltanos

Condición física
No se requieren condiciones físicas especiales para llevar a cabo este viaje, basta con contar con una forma física normal y tener ganas de realizar una ruta en un entorno natural.

Tipo de viaje y nivel
Viaje de aventura - confort. 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 de 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, ropa impermeable, cámara fotográfica, etc.
Avistamento de ballenas: nos reservamos el derecho de cancelar cualquier actividad marítima/náutica en función de las condiciones climatológicas. 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.

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

Los vehículos
El viaje se realiza en una furgoneta tipo minibús de 9 plazas y 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 un par de horas al día, aunque en algunos casos podrían exceder las cinco horas de carretera.

Edad mínima recomendada
La edad mínima recomendada es de 10 años. Todos los menores de 18 deberán estar acompañados por sus padres o tutores legales.

Temperatura, clima y horas de luz
Las costas noruegas poseen un clima suave debido a la influencia de las corrientes cálidas del Océano Atlántico. En verano varían entre 13 y 28º C. respecto a la latitud donde se encuentran, incluso más al norte, en verano, se registran temperaturas agradables que pueden alcanzar los 20º C. Sin embargo, el clima es húmedo y llueve regularmente, por lo que hay que ir preparados con ropa impermeable.
Los vientos en los archipiélagos también son suaves, siendo la media entre junio y agosto de unos 14 km por hora.
Debido a la latitud de Lofoten, la alternancia día/noche no es la misma que en nuestras latitudes. En verano, el sol está permanentemente por encima del horizonte, mientras que en invierno la noche es continuada.
Cuanto más al norte del Círculo Polar Ártico, más tiempo se puede observar este fenómeno. Debido a que estos archipiélagos se encuentran entre la latitud 68º y 69º, aproximadamente entre el 23 de mayo y el 18 de julio, el sol es visible las 24 horas del día.

Mayo 22-23 horas de luz
Junio 24 horas de luz
Julio 24-20 horas de luz
Agosto 20-16 horas de luz
Septiembre 16-12 horas de luz

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: Las bebidas no están incluidas en el viaje. En cuanto a las bebidas alcohólicas, en Noruega sólo se venden en tiendas estatales (Vinmonopol) y a precios muy altos, en comparación con los nuestros.

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.

Las tareas comunes
Esta aventura, como todas las de Tierras Polares, tiene un espíritu de colaboración, camaradería y 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 del picnic, hacer la compra u otras tareas que pudieran ser necesarias, se realizarán por igual entre todos los participantes, incluido el guía.

El Guía
El guía-acompañante conocedor de la zona será de habla castellana. La misión del guía es coordinar y conducir al grupo a través del recorrido prefijado según ficha técnica de viaje y ruta prevista. Él 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 en 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 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 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.
Ramón llegó a Noruega hace 25 años, y ya entonces despertó su interés en crear rutas de aventura en un lugar donde apenas había turismo de este tipo. 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, y 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.
Estos viajes le convirtieron en un **auténtico pionero de la exploración polar en España**, un país de escasa tradición polar, donde las rutas de aventura que él ha creado, se han convertido en la oferta pionera a destinos polares de nuestro país.
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/
Twitter: @RamonLarramendi Instagram: @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

Tarjeta Sanitaria Europea
Antes de partir es recomendable 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 como Noruega.

Moneda
En Noruega se utiliza la Corona Noruega (NOK).

Cambio
1 Euro = 11,72 NOK (dato de diciembre 2023)

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.

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 **nunca 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.

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.

Nota: En la mayoría de los alojamientos escandinavos tipo cabañas o albergues **no está permitido el uso del saco de dormir** por motivos de higiene. Este no será necesario puesto que siempre dormiremos en camas con edredones nórdicos o mantas.

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

Cuerpo
- 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)
- Camisetas y ropa interior de fibra sintética
- Mallas térmicas largas
- Pantalones de trekking
- Pantalones impermeables ligeros

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 o de lana
- Botas de trekking fuertes, impermeables y transpirables
- Chanclas o calzado para los alojamientos
- Zapatillas de trekking o de deporte

Artículos de aseo/otros
- Traje de baño
- Botiquín personal

Equipo de progresión
- Mochila de día 20-30 litros para las excursiones de día
- Un par de bastones de trekking (muy recomendables)
- Cantimplora
- Prismáticos (opcional)

Nota: *Ésta no es una lista exclusiva. Añadir a ella artículos habituales de aseo y* ***ropa cómoda para los traslados, alojamientos y cenas.***

Por el tipo de viaje de aventura recomendamos transportar el equipaje en una bolsa de viaje o mochila, el uso de maletas rígidas está desaconsejado

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, chaqueta tipo Gore-Tex y pantalones impermeables, gafas, gorro y guantes. En un caso de extravío de equipaje, tendrías al menos todo lo necesario para poder comenzar el viaje.
El equipaje de mano debe ser de un máximo de 5KG, cuyas dimensiones no deben exceder 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

BANCO POPULAR (TARGO BANK): 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 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. Consúltanos.

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 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 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.

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 y 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 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, 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. Llegar donde la naturaleza es íntima y grandiosa supone, en ocasiones, dormir en tiendas de campaña durante varios días, prescindir a veces de la ducha, circular por 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. Esperamos que compartas con nosotros este concepto de viajar. VIAJES TIERRAS POLARES da por entendido que el viajero participa 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 VIAJES TIERRAS POLARES entiende que el viajero es consciente de los riesgos que puede correr durante la realización de las actividades descritas y de aquellos sucesos eventuales como pueden ser: fuerzas de la naturaleza, enfermedad, accidente, condiciones de vida e higiénicas deficientes. VIAJES TIERRAS POLARES entiende que el viajero es consciente del esfuerzo que puede suponer un viaje de estas características, y está dispuesto a asumirlos 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 y 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. VIAJES TIERRAS POLARES entiende que el

viajero acepta voluntariamente todos los posibles riesgos y circunstancias adversas sobre la base de todo lo expuesto anteriormente, VIAJES TIERRAS POLARES da por entendido que el viajero conoce las condiciones generales y particulares del programa-viaje-expedición y cumple todos los requisitos exigidos para el viaje.

Viajes Tierras Polares
E-mail: 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