Suecia - Kungsleden, el Camino Real. Travesía con raquetas en Abisko. 11 días



EXPEDICIÓN - NIVEL MEDIO

La **Laponia sueca** acoge una de las más famosas travesías invernales del mundo: el ***Kungsleden*** o **Camino Real**, que comienza en el impresionante **Parque Nacional de Abisko**, situado 200 kilómetros al norte del **Círculo Polar Ártico**. Partiendo de **Abisko** y rodeados de **montañas** espectaculares, recorreremos con **raquetas** enormes **lagos helados** y **valles glaciares** entre nieve omnipresente y bosques de abedules donde no será extraño toparnos con renos salvajes. Por las noches nos alojaremos en acogedoras **cabañas** escandinavas, algunas equipadas con sauna, y estaremos atentos a la aparición de las mágicas **auroras boreales**. Y al final de la travesía disfrutaremos de vistas a la montaña más alta de Suecia, el Kebnekaise, que con sus 2110 metros de altitud forma parte de los Alpes escandinavos.

¿QUÉ TE ESPERA EN ESTE VIAJE?

La travesía nos ofrece la oportunidad de conocer la **naturaleza** mejor conservada de Europa por el día y contemplar las maravillosas **auroras boreales** a la caída de la noche. Esta espectacular ruta no requiere ninguna experiencia de montañismo previa ya que no es técnicamente difícil y las etapas están planificadas de manera que cada noche se descansa en **refugio**. Haber realizado actividades de senderismo de varios días y una buena forma física te ayudarán a disfrutar mucho más de una verdadera **travesía invernal**, donde la mayor parte de los trayectos se realizan por caminos señalizados y terreno de nieve prácticamente llano, con sólo un par de días con desniveles algo más pronunciadas.

Fechas 2027

Del 22 de Marzo al 01 de Abril **- Semana Santa**

PLAN DE VIAJE

Día 1. Vuelo de Madrid/Barcelona a Estocolmo y a Kiruna (Suecia)
Llegada a Estocolmo, y continuación hacia Kiruna, una pequeña ciudad que es la más septentrional de Suecia.
En ocasiones y dependiendo de operativa de aerolíneas, es posible que la primera noche se pernocte en alojamiento en aeropuerto Arlanda de Estocolmo, se llegue a Kiruna en la mañana del día 2, y se continúe hacia Abisko ese mismo día.
Cena libre en Kiruna o en Arlanda.
Noche en hotel/albergue.

Día 2. Kiruna – Traslado al Parque Nacional de Abisko
Sea que se haya dormido en Kiruna, o que se llegue durante la mañana, durante el día se hará el traslado en un vehículo hacia el Parque Nacional de Abisko, lugar de partida de nuestra travesía del Kungsleden. Durante la tarde se hará la preparación del material para la travesía, y explicación sobre su uso, logística de la marcha, etc.
Cena y noche en albergue.

Días 3. Inicio de la travesía con raquetas
Damos comienzo a la marcha con raquetas de nieve por el Parque Nacional con destino al primer refugio, rodeados de nieve omnipresente entre bosques de abedules. En el camino pasaremos por el lago helado poco antes de llegar a nuestro primer refugio.
Noche en refugio.
Recorrido: 15 km.

Días 4. Alesjaure
Nos adentramos en las montañas hasta el refugio de Alesjaure. Caminaremos por encima de enormes lagos helados y, para terminar con buen pie la jornada más larga, qué mejor que una buena **sauna**, y dormir en la cabaña.
Noche en refugio.
Recorrido: 20 km.

Días 5. Tjäktja
Hoy haremos nuestra tercera etapa en dirección sur, recorriendo con las raquetas la distancia hasta el siguiente refugio, unos 13 km. Este es un día corto con una etapa cómoda.
Noche en refugio.
Recorrido: 13 km.

Días 6. Sälka
Este día ofrece posiblemente la etapa más bella del recorrido. Tras cruzar el paso más alto de la ruta, 1.140 metros, nos adentraremos en el enorme y espectacular valle glaciar de Tjaktjvagge. Una sauna cierra nuestro magnífico día.
Noche en refugio.
Recorrido: 12 km.

Días 7. Singi
Comenzamos la jornada en la que haremos alrededor de 12 kilómetros de travesía. Es una etapa fácil, en la que vamos descendiendo por el valle hasta el siguiente refugio.
Noche en refugio.
Recorrido: 12 km.

Días 8. Kebnekaise
Dejando atrás el valle, nos encontramos con una de las etapas más impresionantes de toda la travesía por las vistas que depara. Por la tarde llegaremos al refugio de montaña situado al pie del Kebnekaise. Como colofón nos daremos una ducha caliente, sauna y cena en restaurante.
Noche en refugio.
Recorrido: 14 km..

Días 9. Nikkaluokta
Este día nos lleva al último refugio de nuestra travesía y meta de nuestra aventura. Las impresionantes vistas del macizo del Kebnekaise nos dejarán un recuerdo imborrable del Kungsleden.
Noche en refugio.
Recorrido: 19 km.

Día 10. Traslado a Kiruna – Vuelos a Estocolmo
Traslado desde Nikkaluokta hasta el aeropuerto de Kiruna, para el vuelo a Estocolmo. Traslado en tren al centro de la ciudad, donde se pernoctará. Resto de la tarde libre para visitar esta preciosa capital escandinava, conocida a veces como la **Venecia del norte,** pues está levantada sobre diversas islas conectadas por numerosos puentes. Lugares como el Palacio de Drottningholm, el **Museo Vasa** y el **Museo Nórdico** son visitas muy interesantes, junto con el casco antiguo de la ciudad **Gamla Stan**, y otros lugares emblemáticos como el **Stockholms Stadshus**, edificio del ayuntamiento donde se realiza la ceremonia de entrega de los Premios Nobel.
Noche en hotel.

Día 11. Estocolmo - Vuelos de regreso a Madrid/Barcelona
Traslado al aeropuerto, para tomar los vuelos de regreso a España.

*Notas *:*
- Los desniveles y tiempos de trekking son orientativos, pudiendo variar en función de la condición física del grupo.

Nota importante

Esta ruta es un viaje organizado por Tierras Polares. 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, logísticas o técnicas, que requieren flexibilidad por parte del viajero.

PRECIO

2.845 € * (grupo de 6 a 10 personas)

**Suplemento de 200€ por persona para grupos de 5 personas*
**Suplemento de 300€ por persona para grupos de 4 personas*

INCLUYE / NO INCLUYE

INCLUYE

- Vuelos ida y vuelta Madrid/Barcelona a Kiruna (vía Estocolmo, Suecia)
- 3 noches de alojamiento en hotel/albergue, y 7 noches en refugios de montaña durante los días de ruta
- Pensión completa en los días de ruta desde el día 3 hasta el día 9, desayuno y cena del día 2, y desayunos del día 10 y 11 (día de vuelos de regreso)
- Traslados según el programa
- Equipaje facturado (1 bulto de 20 kg.)
- Guía de Tierra Polares de habla española en grupo pequeño de máximo 10 personas
- Alquiler de raquetas y pulkas (trineo para la carga)
- Seguro de viaje multiaventura

NO INCLUYE

- Tasa aéreas y gastos de gestión de billetes aéreos (aprox. 190-290 €)
- Ninguna comida el día 1, ni comida del día 2, ni comida y cena de los días 10 y 11.
- Traslados al aeropuerto fuera de las fechas de ruta
- Propinas, bebidas y gastos personales
- Suplemento en caso de no completarse un grupo de mínimo 6 viajeros
- Gatos derivados de la climatología adversa o del retraso de vuelos o cualquier otra causa ajena a Tierras Polares
- Cualquier supuesto no especificado en el apartado “Incluye“

PUNTOS FUERTES DEL VIAJE

- Realizar una travesía de unos **105 kilómetros con raquetas** por los valles glaciares del Ártico sueco, donde podremos ver renos salvajes entre bosques de abedules petrificados por la nieve.

- Disfrutar de las vistas del **pico más alto de Suecia, el Kebnekaise**, con 2.110 metros de altitud, y alojarse en el refugio de montaña que queda a sus pies, con posibilidad de finalizar la jornada disfrutando de una **sauna** sueca.

- Posibilidad de disfrutar de la magia de las **auroras boreales** sobre las colinas y montañas nevadas de la Laponia sueca.

- Alojarse en típicas **cabañas suecas de madera**, sencillas pero acogedoras, donde descansaremos al calor del fuego.

- Tener la oportunidad de realizar una verdadera **travesía invernal**, constituyendo una perfecta introducción al mundo de la exploración ártica sin necesidad de contar con conocimientos técnicos previos.

- Tener tiempo para conocer un poco de la **cosmopolita capital de Suecia, Estocolmo**, sin ninguna duda una de las ciudades más bellas de Escandinavia.



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.
facebook.com/tierraspolaresviajes
instagram.com/tierraspolares/

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE ESTE VIAJE

Tamaño del grupo
Los viajes se realizan en grupos reducidos de hasta diez personas acompañadas por un guía. Los viajeros reservan su plaza, independientemente del número que sean, y nosotros vamos uniéndolos al grupo hasta llegar al máximo de 10 integrantes. 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 6 viajeros se planteará la posibilidad de llevar a cabo el viaje con un grupo más reducido, mediante el pago de un suplemento de 200€ por persona para grupos de 5 personas y de 300€ por persona para grupos de 4 personas.

Condición física
No se requieren condiciones físicas excepcionales para realizar el viaje, pero sí ser capaz de caminar durante 7-8 horas al día con raquetas de nieve y pulka.
El peso de la pulka para el trekking puede oscilar entre los 15-20 kilos incluido el equipo personal. En un caso extremo sería fácil abortar la travesía por causas extraordinarias. Una forma física adecuada nos permitirá disfrutar mucho más del trekking y aumenta la seguridad de la expedición. En un caso de evacuación no justificada (como puede ser voluntad expresa del participante), los gastos no estarán cubiertos por la organización. En caso de dudas, por favor no dejes de consultar con la organización.

Tipo de viaje y nivel
Expedición, nivel medio.
El viaje no es técnicamente difícil, ya que las etapas están repartidas con paradas en los refugios cada día. Avanzar en el terreno con nieve o hielo no requiere ninguna experiencia técnica previa, pero para aquellos que no hayan hecho actividades en nieve sugerimos practicar en los meses anteriores al viaje. Las etapas pueden sobrepasar algunos días las 8 horas efectivas, y las condiciones climatológicas pueden ser duras, así que hacer bastante senderismo y haber realizado algún recorrido de trekking en montaña de verano anteriormente ayuda bastante a tener la forma física necesaria.

Las jornadas de trekking
Las jornadas oscilan normalmente entre las 5 y las 7 horas efectivas de actividad durante un total de 105 kilómetros de travesía. La dureza depende en gran medida de las condiciones climatológicas, que pueden ser adversas y muy cambiantes.
Tras la jornada llegaremos a los refugios. Este horario será flexible, siendo las condiciones climatológicas las que determinen en última instancia el ritmo e incluso la hora de levantarse.

El terreno, los caminos
Casi todos los trayectos se realizarán por caminos señalizados y terreno de nieve llano; los desniveles son moderados, con sólo un par de subidas algo más pronunciadas (ver distancias aproximados en Plan de Viaje), y la máxima altitud que se alcanza es de alrededor de 1100 metros. Es necesario prestar atención y atender las indicaciones del guía, ya que hay lugares que pueden ser complicados y otros de paso fácil y seguro.

Edad mínima recomendada
La edad mínima recomendada es de 16 años. Todos los menores de 18 años deberán estar acompañados por los padres o tutores legales.

Los vehículos
Traslado en vehículo desde el aeropuerto hacia la ciudad de Kiruna y la zona del Parque Nacional de Abisko, con aproximadamente 1:45h de duración. A la vuelta se hace el traslado desde el último refugio hacia el aeropuerto de Kiruna.
Entre el aeropuerto de Arlanda y el centro de Estocolmo se utiliza el tren expreso.

Los alojamientos
Durante el día 1 y el día 10 dormiremos en hotel con habitación doble y baño privado. El día 2 dormiremos en albergue o cabaña con habitación y baños compartidos. En los días de ruta dormiremos en refugios de montaña típicos suecos situados en toda la ruta, equipados con cocina y literas, e incluso algunos con sauna.
Los refugios usados durante la travesía son abiertos y suele haber más gente ya que son para uso general. Normalmente siempre tendremos una cama, y en un caso extraordinario y puntual podría pasar que tengamos que dormir sobre colchonetas en alguna zona común del refugio.
El refugio de la estación de montaña de Kebnekaise tiene duchas y restaurante. Las habitaciones son comunes y mixtas, pudiendo alojar desde 4 a 12 personas por habitación.

Clima, temperatura y horas de luz
Normalmente la temperatura oscila entre los -10ºC y los -20ºC, pero el clima es bastante seco y, por tanto, el frío se siente menos de lo que puede parecer.
Tendremos muchas horas efectivas de luz con la salida del sol a las 5:30h – 06:00h y puesta a las 18h y 19:30h.
Abril: 13-14 horas de luz, y temperaturas algo más cálidas.

Las auroras boreales
Las auroras boreales son una de las maravillas naturales de nuestro planeta, un espectáculo de luz y movimiento con el que los cielos de las zonas polares nos deleitan durante las noches claras y serenas. Las también llamadas “Luces Nórdicas” se producen a causa del polvo solar y, aunque no es posible garantizarlo, es posible verlas en estas latitudes y en esta época del año.

La alimentación
Durante el trekking llevaremos una dieta condicionada por el peso, pero teniendo en cuenta que debido a las bajas temperaturas necesitaremos un buen aporte de calorías.
Desayuno**:** Café, cacao o té, leche en polvo, galletas, pan, mermelada, cereales, muesli.
Comida en ruta**:** Pan, queso, embutido, paté, frutos secos, galletas dulces y saladas, chocolate, barras de muesli y otros dulces, sopa e infusiones calientes.
Cena**:** Pasta, arroz, puré de patata y otros productos deshidratados, salchichas, sopas, postres en polvo u otros platos preparados que llevaremos congelados o desecados.

Las tareas comunes
Esta expedición, 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. Las tareas como preparar la comida, palear nieve, buscar agua, cortar leña, etc, se realizarán por igual entre todos los participantes del viaje, incluido el guía.

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 durante el trekking, garantizando con su experiencia y conocimiento del entorno el cumplimiento de las actividades y la máxima seguridad posible, 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. Es imprescindible 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 podrá indicar al grupo las instrucciones necesarias para moverse en este terreno.

Ramón Larramendi y Tierras Polares, pioneros del viaje de aventura

Ramón Larramendi, fundador y director de Tierras Polares, comenzó su andadura polar en 1985 con la expedición Transislandia85. Cuando en España prácticamente nadie soñaba con viajar a los Polos, Ramón emprendía su primera aventura sobre los hielos perpetuos, realizando una travesía con esquíes y pulkas de 450 km a través de los tres glaciares más importantes de Islandia, que le convirtieron ya a sus 19 años en el primero en realizarla a nivel mundial. Todavía hoy es la expedición española más importante realizada en Islandia. Ese fue el comienzo de una frenética actividad de expediciones por todo el ártico que le llevarían de los 20 a los 23 años a ser el primer español en realizar el cruce de Groenlandia de este a oeste con esquíes y la navegación en kayak de los 2.500 Km de costa noruega.

Tierras Polares fue creada por 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. Esta 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 compartir la enorme riqueza de su experiencia creando un tipo de agencia y de viaje inexistente en la época. Una agencia que hiciese accesible sus vivencias 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. Actualmente en España, un país de escasa tradición polar, las rutas de aventura que él ha creado, se han convertido en la oferta pionera a destinos polares de nuestro país.

Larramendi también colabora 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. Su gran pasión por la exploración polar sigue viva en el proyecto “Trineo de Viento”, el primer trineo eólico del mundo, creado e ideado por él, que ha permitido batir récords de velocidad en los rincones más remotos de Groenlandia y la Antártida y que funciona como laboratorio móvil “0” emisiones para las regiones polares.

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

Moneda
En Suecia se utiliza la Corona Sueca (SEK).

Cambio
1 Euro = 11,14 SEK (Septiembre 2026)
Puedes consultar el tipo de cambio actual aquí: **https://www.riacurrencyexchange.es/?pc=tierraspolares**
Esta web, además, es una de las mejores opciones si quieres cambiar dinero antes del viaje. Para residentes en territorio español (Península y Baleares), pueden **enviarte 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, reservándolo previamente aquí en su web**.

Efectivo necesario para el viaje
No es necesario llevar una gran cantidad de dinero en efectivo ya que casi todos los gastos están incluidos en el precio del viaje y es posible pagar con tarjeta de crédito o débito en prácticamente cualquier establecimiento sin límite mínimo de consumo. Es posible encontrar cajeros Visa y MasterCard en las ciudades y en los aeropuertos. Consulta en tu banco el tipo de cambio y las comisiones aplicadas.
Los países nórdicos son de los más caros del mundo, donde las comidas en restaurantes o establecimientos suelen ser de 4 a 5 veces más caros que en España, como todo tipo de actividad y excursión.

Documentos necesarios
Pasaporte en vigor. No es necesario visado.

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.

Vacunas y consideraciones de salud
No es necesario ningún tipo de vacunación para entrar a Suecia. 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 para uso personal algunas cosas como: medicinas si se sigue algún tratamiento si se es propenso a alguna dolencia en concreto, y artículos para cuidado de los pies (crema con mentol, piel artificial… consultar al guía).

Idioma
En Suecia se habla Sueco. La mayoría de la gente entiende bastante inglés.

Desfase horario
No hay diferencia horaria entre España y Suecia.

Equipaje
Las compañías aéreas suelen autorizar 20kg, a los que puedes sumar 8kg de cabina. Es importante llevar un equipaje moderado, para facilitar las continuas cargas y descargas del vehículo.
En caso de que el equipaje se extravíe o se dañe durante un vuelo, es fundamental que se acuda al mostrador de la compañía aérea para reclamar con 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, requisito necesario para la tramitación por parte de la compañía aérea y para solicitar posible cobertura del seguro (MAPFRE) y consultar fecha prevista de entrega.
Dado el carácter de expedición del viaje, transportaremos en el avión el material común que aporta Tierras Polares: pulkas, raquetas, etc. En ocasiones algunos de esos bultos de equipo común serán facturados a nombre de los viajeros, por supuesto sin ningún costo para el viajero pues serán pagados por la organización.

Vuelos
Es posible que en los vuelos no conexionados con escalas en algún punto europeo se tenga que facturar el equipaje de nuevo.

EQUIPO COMÚN PROPORCIONADO POR TIERRAS POLARES

Tierras Polares facilitará el material necesario para la realización de las actividades descritas en el programa como **raquetas** y **pulkas o trineos** individuales.

Comunicaciones y seguridad

- Teléfono de emergencias + baterías de repuesto

Orientación

- GPS
- Brújula
- Cartografía

EQUIPO PERSONAL RECOMENDADO NO PROPORCIONADO POR TIERRAS POLARES

Es vital para realizar el viaje con seguridad contar con los elementos citados: en caso de dudas consultar a la organización

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.

Recomendamos repartir todo el equipaje en 2 bultos:

- Una mochila **(nunca maleta rígida)** donde transportar la mayor parte de nuestro equipaje y ropa. Esta mochila irá sobre la pulka durante la travesía.

- Una mochila pequeña de día (30-35 litros de capacidad) en la que se llevará a la mano agua y el picnic para cada una de las excursiones, crema solar, cámara de fotos, ropa impermeable, etc. Esta mochila la llevaremos puesta durante la travesía.

Cabeza

- Gorro de lana o forro polar (preferiblemente *Windstopper*)
- Pasamontañas
- Bufanda tubular tipo “buff”
- Bufanda tubular de forro polar
- Máscara protectora para ventisca (opcional)
- Gafas de sol
- Gafas de ventisca (a poder ser amarillas para días de niebla)

Cuerpo

- Dos camisetas térmicas de manga larga
- Chaqueta de forro polar
- Plumífero ligero
- Chaqueta impermeable y transpirable de montaña o de esquí (*Goretex* u otra membrana similar)
- Ropa interior y camisetas de fibra sintética
- Mallas térmicas largas

- Pantalones de trekking de invierno
- Pantalones impermeables y transpirables de montaña o de esquí (*Goretex* u otra membrana similar)

Manos

- 2 pares de guantes interiores de forro polar o lana (finos térmicos)
- Manoplas invernales impermeables (que se utilizan sobre los guantes interiores)

Pies

- 2 pares de calcetines finos de Thermoline u otra fibra térmica
- 3 pares de calcetines gruesos y altos de lana
- Botas de trekking fuertes, impermeables y transpirables de caña alta
- Zuecos ligeros tipo “Crocs” o zapatillas de descanso en los refugios
- Chanclas para sauna(opcional)

Equipo de acampada

- Saco sábana (no de algodón)
- Saco de dormir de interior (temperatura confort -5º C; se duerme en refugios donde hay calefacción a leña)
- Esterilla de espuma (no hinchable)
- Linterna frontal
- Taza o cazo para tomar sopa en el picnic
- Juego de cubiertos y plato
- Navaja
- Bastones de esquí con roseta de nieve
- Termo de un litro
- Cantimplora con funda de neopreno o protección térmica
- 2 Cubremochilas (uno para cada mochila que tenemos durante la travesía)

Equipo de progresión

- 1 mochila (de 50-60 litros de capacidad, que irá sobre la pulka).
- 1 mochila (de 30-35 litros)

Otros

- Se recomienda llevar una bolsa pequeña para dejar ropa del vuelo en el lugar de origen
- Crema de protección solar y labial
- Tapones para los oídos
- Traje de baño
- Toalla sintética (de secado rápido)
- Botiquín personal (kit para ampollas)

Recomendamos llevar sólo el material imprescindible para la travesía ya que nos desplazaremos transportando todo con nosotros en todo momento, tanto el material personal como el común.

Nota: Ésta no es una lista exclusiva. Añadir a ella **artículos de aseo** habituales y **ropa cómoda para el alojamiento y los días en la ciudad**.
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, chaqueta tipo gore-Tex y pantalones impermeables, forro polar, gafas, gorro y guantes.
En un caso de extravío de equipaje, tendrías al menos todo lo necesario para poder comenzar el viaje.

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 30 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): ES16 2080 1208 2630 4001 2587
SWIFT: CAGLESMMXXX

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://www.tierraspolares.es/tpv.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 válido para el ámbito “todo el mundo” 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/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 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 respe- to 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 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 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
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