



SENDERISMO EN MONTENEGRO

Alpes Dináricos

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Destino.....	2
3	Datos básicos	2
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	2
4	Programa	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	4
5	Más información.....	5
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye	5
5.3	Material y ropa necesaria para las excursiones.....	6
5.4	Observaciones	6
5.5	Enlaces de interés.....	9
5.6	Puntos fuertes	9
6	Otros viaje similares	9
7	Contacto	9

1 Presentación

Montenegro, es conocido como la **Perla del Mediterráneo**. Es un país de gran belleza que presenta una geografía compleja ya que alberga los **Alpes Dináricos** (Balcanes) que crecen a muy poca distancia de la **costa Adriática**.

Montenegro es un país relativamente pequeño perfecto para las actividades en montaña.

El viaje de 9 días de duración que presentamos no pretende ser un viaje que quiera abarcar la visita de todo el país, cosa que sería estresante y contraproducente para el que busca un viaje de montaña activo. En este viaje nos centramos en tres zonas principales donde desarrollaremos una serie de excursiones de gran interés. Estas zonas son el **Parque Nacional de Durmitor**, el **Parque Nacional de Prokletije** y el **fiordo** donde se sitúa **Kotor** y las montañas que rodean esta ciudad.

Además, tendremos tiempo de visitar lugares de interés y degustar la gastronomía local.

2 Destino

Montenegro, es conocido como la **Perla del Mediterráneo**. Es un país de gran belleza que presenta una geografía compleja ya que alberga los **Alpes Dináricos** (Balcanes) que crecen a muy poca distancia de la **costa Adriática**.

El **Parque Nacional de Durmitor** es **Patrimonio Natural de Unesco** y forma parte de los **Alpes Dináricos**. Presenta un relieve complejo con grandes montañas y profundas gargantas como el **río Tara**. Es un destino ideal para la gente que hace montaña.

El Parque **Nacional de Prokletije** es también conocido por el nombre de los Alpes de Montenegro ya que alberga unas montañas de grandes dimensiones con profundos valles. Su nombre viene de la montaña homónima que ocupa buena parte de la superficie de este parque. **Prokletije** significa “maldito” y simboliza la inaccesibilidad y dificultad que puede tener el alcanzar su cima.

La cumbre más alta es el **Zla Kolata** (2.534 m) y hace frontera con Albania.

La ciudad de **Kotor** se encuentra en las orillas de un impresionante fiordo en la **Costa Dálmata**. La bahía donde se sitúa es conocida por el nombre “**Bocas de Kotor**” y se encuentra rodeada por grande montañas. La génesis de este lugar se debe a un semiderrumbado crater de un antiguo volcán.

La bahía que hemos mencionado también se conoce como el “**fiordo más meridional de Europa**” y su génesis se debe a que es un cañón sumergido del desaparecido **río Bokelj** que descendía del monte **Orjen**.

3 Datos básicos

Destino: **Montenegro**

Actividad: Senderismo

Nivel físico: ** inf. Tipo de terreno: **.

Duración: 9 días.

Época: De Mayo a Octubre

Grupo: 4-8 personas (consultar precios para grupos mas reducidos)

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Por ejemplo, podemos tener un nivel ** con 800 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km)

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

Observaciones. Se requiere estar habituado a caminar por la montaña y poder realizar desniveles de 600-800 metros a ritmo tranquilo.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Llegada al aeropuerto de **Dubrovnik, Croacia**. Traslado por carretera al **Parque Nacional Durmitor** en **Montenegro** (3 horas en vehículo). Alojamiento en la zona.

Día 2. Excursión **Crno Jezero (Lago Negro) – Cima Bovotov Kuk**

Distancia 18 km Desnivel + 1.100 metros Desnivel – 1.100 metros

La tarde la dedicaremos a visitar distintos lugares de interés en la zona.

Día 3. Excursión al **Pico Curevac “Curovac”** sobre el **Cañón del río Tara**.

Distancia 15 km Desnivel + 300 metros Desnivel – 300 metros.

Tras la excursión, realizaremos varias visitas interesantes en la zona como el **Tara Bridge** o **Puente de Djurdjevica** sobre el **cañón del río Tara**.

Día 4. Traslado al **Parque Nacional de Prokletije**. De camino se realizarán varias paradas de interés y por la tarde paseo por la zona.

Día 5. Ascenso al **Volusica**

Distancia 12 km Desnivel + 1.155 metros Desnivel – 1.155 metros

Día 6. Ascenso al **Zla Kolata** (2.534 m), la cima más alta de Montenegro.

Distancia 18 km Desnivel + 1.600 metros- Desnivel – 1.600 metros

Día 7. Traslado a **Kotor**. Realizaremos varias visitas por la zona.

Día 8. Excursión circular en las **montañas de Kotor**.

Distancia 19 km Desnivel + 1.400 metros- Desnivel – 1.400 metros

Día 9. Traslado a **Dubrovnik. Vuelo de regreso**.

4.2 Programa detallado

Día 1. Llegada al aeropuerto de **Dubrovnik, Croacia**. Traslado por carretera al **Parque Nacional Durmitor** en **Montenegro** (3 horas en vehículo). Alojamiento en la zona.

Día 2. Excursión **Crno Jezero (Lago Negro) – Cima Bovotov Kuk**

Será nuestra primera jornada en montaña dentro del **Parque Nacional Durmitor**. Realizaremos una excursión preciosa partiendo de **Crno Jezero** e iremos ganando altura hasta alcanzar la cima **Bovotov Kuk**. La vuelta la realizaremos por algún tramo en común al camino de ida y por otros caminos distintos.

El paisaje será muy variado, iniciando camino en el **Lago Negro** con sus aguas de preciosos colores en un entorno boscoso y pasando a paisajes de alta montaña a medida que ganemos altura.

Sin duda, esta excursión nos permitirá conocer estas bonita montañas.

Distancia 18 km Desnivel + 1.100 metros Desnivel – 1.100 metros

La tarde la dedicaremos a visitar distintos lugares de interés en la zona.

Día 3. Excursión al **Pico Curevac “Curovac”** sobre el **Cañón del río Tara**.

El **Cañón del río Tara** es uno de los emblemas del Parque y está en la lista de la **Unesco** como **Patrimonio de la Humanidad**. Es el cañón más largo de Europa y el segundo más largo del mundo.

Realizaremos una excursión que nos llevará a la cima del **Curevac** situado en la parte superior del cañón y donde podremos admirar el mismo desde las alturas.

Distancia 15 km Desnivel + 300 metros Desnivel – 300 metros.

Tras la excursión, realizaremos varias visitas interesantes en la zona como el **Tara Bridge** o **Puente de Djurdjevica** sobre el **cañón del río Tara**.

Día 4. Traslado al Parque Nacional de Prokletije. De camino se realizarán varias paradas de interés y por la tarde paseo por la zona.

Durante esta jornada cambiaremos de zona para desplazarnos al **Parque Nacional de Prokletije**. El viaje dura unas 3 horas y durante el mismo haremos varias paradas para conocer mas a fondo el país.

Una vez alcanzado nuestro destino, dejaremos nuestras cosas en el alojamiento y realizaremos una excursión por el **Lago Plav**.

Día 5. Ascenso al **Volusica**

Esta cima hace frontera **con Albania** y es uno de los recorridos mas codiciados por los montañeros que visitan estas montañas. Las vistas desde su cima son impresionantes.

Iniciaremos el camino en un bosque de hayas y una vez superado el mismo alcanzaremos terreno de praderío. La cumbre se encuentra en un paisaje de alta montaña dominado por terreno rocoso.

Caminaremos por una bonita loma por las alturas realizando un itinerario circular y posteriormente alcanzaremos el camino del bosque de hayas que nos conducirá de nuevo al punto de partida.

Distancia 12 km Desnivel + 1.155 metros Desnivel – 1.155 metros

Día 6. Ascenso al Zla Kolata (2.534 m), la cima más alta de Montenegro.

No podemos irnos del país sin ascender a su cima más alta. El camino de ida será el mismo que el de vuelta por lo que si alguien se viera superado por el desnivel a afrontar siempre puede acortar la jornada, descansar en un punto de la misma y esperar a que el grupo regrese.

Partiremos de la aldea de **Vusanje** y acometeremos el ascenso por la vertiente norte de **Zla Kolata**. La cima hace frontera con **Albania** y nos regalará estupendas vistas de ambos países.

Distancia 18 km Desnivel + 1.600 metros- Desnivel – 1.600 metros

Día 7. Traslado a Kotor. Realizaremos varias visitas por la zona.

Día 8. Excursión circular en las montañas de Kotor.

En nuestra última jornada en montaña ascenderemos a las montañas mas orientales del **fiordo de Kotor** para disfrutar a vista de pájaro de las vistas y despedir el viaje de la mejor de las maneras.

El recorrido puede ser recortado para los que quieran realizar un desnivel menor y recorrer menos distancia.

Distancia 19 km Desnivel + 1.400 metros- Desnivel – 1.400 metros

Día 9. Traslado a Dubrovnik. Vuelo de regreso.

5 Más información

Precio. 950 euros.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Traslados en transporte privado.
- 8 noches de alojamiento en habitación doble con desayuno (consultar opción habitación individual).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Vuelos (a partir de 200 euros, posibilidad de gestionar por parte de Muntania Outdoors, consultar).
- Entradas a museos u otras visitas turísticas.

5.3 Material y ropa necesaria para las excursiones

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible.

- Mochila (entre 20-25 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña.
- Bastones telescópicos.
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camisetas técnicas (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Guantes finos tipo forro polar.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos.

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y adaptaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 10 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión en caso de ser necesario

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso**. También nos tiene que **indicar si quiere facturar maleta en la bodega del avión** para añadirlo a su billete. Le recordamos que **los bastones de trekking no se pueden llevar en cabina y hay que facturarlos o meterlos dentro de su maleta**. Antes de comprar el mismo le informaremos de su precio y le pediremos junto con la reserva del viaje una provisión de fondos para el billete. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Recomendamos que la bolsa de cabina (independientemente que facture otra) sea la mochila con la que realizará las excursiones o trekking y que transporte lo mínimo imprescindible, para en caso de que la maleta no llegue a destino pueda realizar el viaje hasta que llegue el equipaje.

Muntania Outdoors cobra 20 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que seamos nosotros los que compremos el mismo. Además, le mantendremos informado de cualquier cambio horario que pueda afectar a su vuelo hasta 48 horas antes de su partida. Este servicio **no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo** (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo ajeno a Muntania Outdoors usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites oportunos con la compañía aérea pero por supuesto que si usted tiene alguna duda le podremos asesorar.

Alojamientos y manutención

Los alojamientos son hoteles, casas rurales o apartamentos de ocupación máxima dos personas.

La selección de alojamientos puede sufrir algún cambio en el que puede ser sustituido uno por otro de la zona en función de la disponibilidad a la hora de formarse el grupo y en función de las condiciones de reserva y cancelación que nos imponen previamente.

Las comidas son buenas y abundantes.

Los almuerzos se harán en montaña y se podrá comprar algo de comida de ataque en los supermercados.

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que este interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Información sobre el seguro que se incluye en el viaje y otras opciones

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Seguro Ski/Aventura Plus

Le recomendamos el seguro **Ski/Aventura Plus**. Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior pero además tendrá una cobertura más completa porque tendrá cubierta la cancelación previa del viaje y billetes por un motivo de fuerza mayor (enfermedad, lesión...) tanto de usted como de un familiar.

El seguro de viaje con anulación que gestionamos permite una devolución de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación** son **seguros de viajes con mejores coberturas** que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

** Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

*** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

**** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

5.5 Enlaces de interés

- <https://www.turismomontenegro.es/naturaleza-de-montenegro/parques-nacionales-montenegro/parque-nacional-durmitor/>
- <https://www.turismomontenegro.es/ciudades-de-montenegro/kotor/>

5.6 Puntos fuertes

- Paisajes de gran belleza
- Sabrosa gastronomía
- Ciudades, pueblos y monumentos históricos.

6 Otros viaje similares

- Senderismo en Escocia
- Senderismo en Isla Reunión
- Córcega, senderismo en el mar Mediterráneo
- Senderismo en el Parque Nacional de la Selva Negra. Alemania
- Senderismo en la Selva Negra y Alpes Bávares
- Senderismo suave en Bulgaria. Rila y Pirin, Balcanes
- Senderismo las Azores. Isla de São Miguel

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).