



SENDERISMO EN ESLOVENIA

Alpes Julianos

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Datos básicos	2
2.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	2
3	Programa	3
3.1	Programa resumen	3
3.2	Programa detallado	4
4	Más información.....	6
4.1	Incluye.....	6
4.2	No incluye	6
4.3	Material y ropa necesaria para las excursiones	6
4.4	Observaciones.....	7
4.5	Enlaces de interés	9
4.6	Puntos fuertes.....	9
5	Otros viajes similares.....	9
6	Contacto	9

1 Presentación

Eslovenia es un pequeño país que alberga una gran riqueza tanto natural como cultural. Presenta una geografía compleja producto de la orogenia alpina presente aquí con multitud de montañas y profundos valles. Los Alpes son llamados aquí los **Alpes Julianos**.

Pero además, **Eslovenia** ofrece al visitante una riqueza cultural , monumental y gastronómica que sacia al viajero.

Presentamos un **viaje de senderismo** que nos permitirá recorrer parte de **Eslovenia** de forma activa. Durante 6 jornadas realizaremos interesantes excursiones en las zonas más montañosas como el **Parque Nacional de Triglav** y en zonas aledañas con impresionantes valles como el de Soča y el **Lago Bohinjsko jezero**. También visitaremos las **Cuevas de Skocikan** entre otros puntos de interés paisajístico.

Pero además, completaremos el viaje visitando preciosos pueblos y ciudades como **Kobarid, Bled, Liubliana** y el bonito pueblo costero de **Piran**.

Nos alojaremos en hoteles en el valle y realizaremos excursiones de forma cómodo únicamente llevando lo necesario para la jornada.

No pierdas la oportunidad de visitar Eslovenia, en un viaje activo, cargado de naturaleza e historia.



2 Datos básicos

Destino: Eslovenia. Triglav. Alpes Julianos.

Actividad: Senderismo.

Nivel :NF *. Tipo de terreno **.

Duración: 8 días.

Época: De junio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

2.1 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).

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

3 Programa

A continuación, puede ver el **Programa: resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

3.1 Programa resumen

Día 1. Encuentro en el aeropuerto de **Venecia**. Posibilidad de volar al aeropuerto Venecia Marco Polo (VCE) y al de Treviso (TSF). Traslado en transporte privado hasta **Kobarid**, Eslovenia (2h).

Día 2. **Valle de Soča**. Excursión en la zona y tarde de visita en **Kobarid**.

Distancia 13 km Desnivel + 400 m. Desnivel – 400 m

Alojamiento en Kobarid o alrededores.

Día 3. Excursión en el **puerto de montaña de Vršic** y visita de las cascadas de **Pericnik**.

Distancia 12 km Desnivel + 400 m. Desnivel – 400 m

Alojamiento en la zona de Bled/Bohinjsko.

Día 4. **Lago Bohinjsko Jezero** (525 m) - **Koča Merjasec** (1.500 m)- Ascenso al **Vogel** (1.922 m). Parque Nacional del Triglav.

Desnivel + 400 m. Desnivel – 400 m. Para los que opten por bajar caminando Desnivel – 1.396 m

Alojamiento en la zona de Bled.

Día 5. Lago **Bohinjsko jezero** (525 m). Excursión al **lago Jezero** na y los refugios de la zona. Parque Nacional del Triglav.

Distancia 12 km Desnivel +500 m Desnivel – 500 m

Por la tarde visitaremos el **Castillo de Bled** junto al lago.

Alojamiento en la zona de Bled.

Día 6. Paseo por el cañón de **Vintgar** cerca de **Bled** y visita de **Liubliana**.

Alojamiento en Liubliana.

Día 7. **Cuevas de Skocikan** y traslado a Mestre.

Iniciamos el regreso a **Italia** con una interesante jornada que le dará un toque especial al viaje.

Distancia 6 km Desnivel +100 m Desnivel – 100 m

Seguiremos viaje hacia el sur para pasar la última noche en Mestre.

Día 8. Traslado al aeropuerto. Fin de viaje.

* Opcional, jornada en **Venecia**.

3.2 Programa detallado

Día 1. Encuentro en el aeropuerto de **Venecia**. Posibilidad de volar al aeropuerto Venecia Marco Polo (VCE) y al de Treviso (TSF). Traslado en transporte privado hasta **Kobarid**, Eslovenia (2h).

Planteamos volar a Venecia y no **Liubliana** porque los billetes son bastante mas baratos y el traslado en vehículo a **Eslovenia** no es largo. Si alguno quisiera volar a Liubliana puede hacerlo.

Alojamiento en Kobarid o alrededores.

Día 2. **Valle de Soča**. Excursión en la zona y tarde de visita en **Kobarid**.

El río **Soča** y el valle que lo acompaña, de gran belleza, es donde realizaremos la primera de las excursiones que tenemos previstas. A lo largo de la jornada podremos disfrutar de **cascadas** ubicadas en impresionantes **cañones** que han sido esculpidos por el río.

El toque de color lo darán los azules y verdes de las aguas del río **Soča**.

Distancia 13 km Desnivel + 400 m. Desnivel – 400 m

La tarde la pasaremos en **Kobarid**, ciudad histórica donde podremos aprender más sobre los tristes sucesos que sucedieron durante la **Primera Guerra Mundial**.

Alojamiento en Kobarid o alrededores.

Día 3. Excursión en el **puerto de montaña de Vršic** y visita de las cascadas de **Pericnik**.

Nos trasladaremos desde la vertiente sur del gran macizo del **Triglav** a la vertiente este, rodeándolo en el sentido de las agujas del reloj. No dejaremos esta jornada sin caminar, por lo desde el **puerto de montaña de Vršic** (1.616 m) emprenderemos una excursión en altura con preciosas vistas de las grandes montañas de los **Alpes Julianos** que ya nos acompañarán durante el resto del viaje.

Distancia 12 km Desnivel + 400 m. Desnivel – 400 m

Tras el almuerzo, seguiremos por carretera y visitaremos las cascadas de **Pericnik** que es otra maravilla natural que nos ofrece **Eslovenia**.

Y para finalizar llegaremos a **Bled**, pequeña población a los pies del lago **Blejsko Jezero** (475 m) que no deja indiferente al visitante. La belleza de su lago rodeado de montañas boscosas invita al senderista a recorrer sus rincones y darse un baño si la meteorología acompaña.

Alojamiento en la zona de Bled/Bohinjsko.

Día 4. **Lago Bohinjsko Jezero** (525 m) - **Koča Merjasec** (1.500 m)- Ascenso al **Vogel** (1.922 m). Parque Nacional del Triglav.

El Lago **Bohinjsko jezero** es el epicentro del **Parque Nacional del Triglav**. En un ambiente más natural aún que su vecino lago **Blejsko Jezero**, es punto de partida para los amantes de la montaña, ya sean alpinistas con algún reto de envergadura como para el senderista que disfruta del camino y paisaje.

Gracias a un teleférico que nos sitúa a 1.535 metros, acometeremos el ascenso por camino a la cima del **Vogel** (1.922 m) que está situado en un cordal un poco al sur de las grandes cimas que rodean al pico **Triglav** (2.864 m) y que nos regalan unas estupendas vistas de las montañas.

Para el descenso tenemos tres opciones, de las cuales dos son por caminos hasta el lago Bohinjsko jezero y la tercera es bajar en teleférico para los que así lo deseen.

Desnivel + 400 m. Desnivel – 400 m. Para los que opten por bajar caminando Desnivel – 1.396 m

Alojamiento en la zona de Bled.

Día 5. Lago **Bohinjsko jezero** (525 m). Excursión al **lago Jezero** na y los refugios de la zona. Parque Nacional del Triglav.

Si la jornada previa nos situamos en la vertiente sur del lago **Bohinjsko jezero**, hoy toca ir a la norte y recorrer caminos que unen varios refugios de la zona. En esta ocasión estaremos a las faldas de las cumbres más elevadas del macizo del **Triglav** contemplando el contraste de las masas forestales y sus colores verdes con el color claro de las calizas y dolomitas que forman las montañas.

Distancia 12 km Desnivel +500 m Desnivel – 500 m

Por la tarde visitaremos el **Castillo de Bled** junto al lago.

Alojamiento en la zona de Bled.

Día 6. Paseo por el cañón de **Vintgar** cerca de **Bled** y visita de **Liubliana**.

Por la mañana realizaremos una corta excursión muy cerca de **Bled** al cañón de **Vintgar**, el cual nos permitirá disfrutar de un paisaje moldeado por la fuerza del agua.

No podemos irnos de **Eslovenia** sin visitar **Liubliana**, su capital, y pasear por los calles junto al río **Ljubliana** que recorre el corazón de la misma.

Alojamiento en Liubliana.

Día 7. **Cuevas de Skocikan** y traslado a Mestre.

Iniciamos el regreso a **Italia** con una interesante jornada que le dará un toque especial al viaje.

Nos desplazaremos hacia el sur del país visitando las **Cuevas de Skocikan** que son patrimonio de la **Unesco**. Disfrutaremos de la geomorfología del lugar, de las cavernas, estalactitas y otras formaciones naturales muy interesantes.

Distancia 6 km Desnivel +100 m Desnivel – 100 m

Seguiremos viaje hacia el sur para pasar la última noche en Mestre.

Día 8. Traslado al aeropuerto. Fin de viaje.

* Opcional, jornada en **Venecia**.

4 Más información

Precio. 1.250 €.

4.1 Incluye

- Servicio de guía de montaña durante todo el viaje.
- Todos los traslados durante el viaje (desde el aeropuerto de Venecia).
- Alojamiento en habitación doble: 2 noches de hotel/apartamento con desayuno en el valle de Kobarid. 3 noches de hotel rural/guesthouse con desayuno en la zona de Bled y 1 noche de hotel en habitación con desayuno en Liubliana (consultar opción de individual), una noche de hotel en habitación doble con desayuno (consultar individual).
- Camiseta técnica de manga corta Muntania Outdoors ideal para actividades en montaña.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

4.2 No incluye

- Billete de avión (entre 200-300 euros en función de las fechas de emisión). Consultar la posibilidad de gestión por parte de Muntania Outdoors (25 euros de tasas de gestión).
- Almuerzos (se harán en montaña) y cenas (en restaurantes típicos de la zona).
- Cualquier actividad adicional no incluida en el programa.
- Teleférico de ascenso para el día 4 (20 euros).
- Entrada a museos u otros puntos de interés que requieran pago de entrada.

4.3 Material y ropa necesaria para las excursiones

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - 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 (si habitualmente los utiliza).

El resto de equipaje que no lleve en las excursiones estará en su hotel. El día o días de cambio de alojamiento, el equipaje permanecerá en el vehículo mientras realiza la excursión y/o visitas o se recogerá en el alojamiento tras finalizar la excursión.

Rogamos sean comedidos con el tamaño de su maleta ya que el espacio del vehículo así lo requiere, además de que necesitará pocas prendas de recambio tras finalizar las excursiones.

4.4 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 programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 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

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso y si quiere facturar una maleta en la bodega del avión**. Si puede meter los bastones telescópicos dentro de su maleta no tendrá que facturar una segunda maleta. Antes de comprar el billete le informaremos de su precio. 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 en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra del mismo. 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 con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por

tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Transporte desde el aeropuerto

Transporte con furgoneta de Muntania Outdoors o de alquiler que recoge al grupo en el aeropuerto.

La hora de recogida se realizará a las 18:30 pm en el aeropuerto Marco Polo de Venecia. Si todo el grupo llega antes, la hora de recogida la marcará el último en llegar. El que tenga unas horas puede visitar **Venecia** dejando previamente en la consigna del aeropuerto su equipaje.

El último día de programa, el traslado desde Mestre al aeropuerto corre a cuenta del cliente (10 euros). Hay muchos autobuses que comunican Mestre con el aeropuerto y el traslado es corto.

Alojamientos

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.

Seguro de accidentes/viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. 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.

También tiene la opción de contratar únicamente un **seguro de cancelación**.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Galia** y Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº PÓLIZA 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.

**** El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en actividades de ámbito nacional y hasta 12.000 euros en el extranjero, siendo el pago contra reembolso.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

4.5 Enlaces de interés

- <https://www.turismoeslovenia.es>
- <https://www.turismoeslovenia.es/alpes-julianos/>

4.6 Puntos fuertes

- Belleza del paisaje.
- Itinerarios de gran belleza.
- Buena gastronomía.

5 Otros viajes similares

- Suiza. Historia, arte y montaña
- Senderismo suave en Chamonix. Macizo del Mt. Blanc
- Senderismo en las Dolomitas de Brenta. Italia
- Dolomitas, senderismo suave por las montañas más bellas del mundo
- Dolomitas. Historia, arte y montaña
- Senderismo en el Parque Nacional de la Selva Negra. Alemania
- Senderismo en la Selva Negra y Alpes Bávaros

6 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).