SENDERISMO EN ESCOCIA

muntania

Tu agencia de viajes

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 Datos básicos 1
2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 2
3 El destino 2
4 Programa 3
4.1 Programa resumen 3
4.2 Programa detallado 3
5 Más información 5
5.1 Incluye 5
5.2 No incluye 5
5.3 Ropa y material necesario 5
5.4 Observaciones 6
5.5 Enlaces de interés 7
5.6 Puntos fuertes 7
5.7 Otros viajes similares 7
6 Contacto 8

1 Presentación

Escocia es un territorio plagado de montañas y lagos y con una costa intrincada. Además, presenta rincones de gran belleza con presencia de **castillos** y pequeños pueblos pesqueros de gran belleza. **Escocia** es un destino perfecto para el amante del senderismo.

Os presentamos un programa de 8 días de duración con 6 días de senderismo. Además, volando a **Edimburgo** tendremos tiempo para visitar y conocer esta hermosa ciudad.

¡No dejes escapar esta oportunidad, viaja a **Escocia** y conoce alguno de sus rincones más bonitos!

2 Datos básicos

Destino: Escocia
Actividad: Senderismo.
Nivel físico: *.
Duración: 8 días.

Época: De abril a octubre.
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 longitud 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).

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	Hasta 16 km	Normal: realiza excursiones pero no tiene porque ser un deportista habitual.
**	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

Observaciones. Existen alternativas las jornadas más duras para que las personas que quieran descansar o acortar la jornada así lo desean

3 El destino

Escocia, junto con **Inglaterra**, **Gales** e **Irlanda del Norte** forma parte del **Reino Unido**. Presenta una geografía compleja con muchas montañas, costas serpenteantes y muchas islas producto de la intensa erosión glaciar que en el pasado actuó sobre una cadena montañosa mucho mayor que en la actualidad. Parte de su territorio se encuentra en las "higlands" que son las **Tierras Altas** escocesas

El nombre en inglés de Escocia es "**Scotland**" y proviene de los irlandeses que colonizaron la actual Escocia y que eran conocidos como "Scoti". Escocia fue independiente hasta 1.707, fecha en la que se unió con Gran Bretaña.

Presenta un clima templado oceánico húmedo, con cambios habituales meteorológicos en poco tiempo. En el mismo día podremos ver el sol pero también tendremos que usar el paraguas. También podremos disfrutar, con suerte, de periodos de tiempo mas estable.

Los amantes de la música podrán disfrutar de la gaita de las **Highlands**, de los violines, de las arpas celtas y el acordeón. Y para los que disfrutan de la gastronomía local, podrán degustar el Scoth broth o "caldo escocés", el porridge o papilla de avena y los pasteles de carne.

4 Programa

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

4.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo a **Edimburgo** (EDI). Traslado al hotel. Visita de la ciudad.

Día 2. Traslado desde **Edimburgo** a la **Isla de Skye** (transporte de 5h). Ascenso al **Beinn Dorain** (1.063 m).

Distancia 10 km Desnivel + 900 m Desnivel – 900 m Tiempo 4 horas.

Traslado a la **Isla de Skype** y alojamiento en la zona.

Día 3. **Isla de Skye**. Excursión en **Quiraing**

Distancia 9 km Desnivel + 300 Desnivel – 300 Tiempo 3-4 horas.

Alojamiento en la zona de la Isla de Skype.

Día 4. **Isla de Skye**. Excursión en **Loch Coruisk**

Distancia 7 km Desnivel + 300 Desnivel – 300 Tiempo 3-4 horas

Alojamiento en la zona de Fort Williams/Fort Augustus.

Día 5. Visita del **Lago Ness** y **Gleen Afric**.

Distancia 7 km Desnivel + 150 m Desnivel – 150 m Tiempo 3 horas

Posteriormente, en vehículo retrocederemos varios kilómetros y alcanzaremos el **Lago Ness**. Dedicaremos unas horas a visitar el lago mas famoso de **Escocia**.

Alojamiento en la zona de Fort Williams/Fort Augustus.

Día 6. **Ben Nevis**.

Distancia 15 km Desnivel + 1.350 m Desnivel – 1.350 m Tiempo 7 horas

Alojamiento en la zona de Fort Williams/Fort Augustus.

Día 7. Excursión en **Coire Gabhail** "**valle perdido**" en **Glen Coe.**

Distancia 4,5 km Desnivel + 300 Desnivel – 300 Tiempo 3-4 horas.

Traslado a **Edimburgo**. Visita de la ciudad. Noche en la ciudad

Día 8. Traslado al aeropuerto. Vuelo de regreso. Fin de viaje.

4.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo a **Edimburgo** (EDI). Traslado al hotel. Visita de la ciudad.

Día 2. Traslado desde **Edimburgo** a la **Isla de Skye** (transporte de 5h). Ascenso al **Beinn Dorain** (1.063 m).

De camino a la **isla de Skye** pararemos en **Bridge of Orchy** para acometer un bonito ascenso al **Beinn Dorain** y tener un primer contacto con el paisaje y tipo de terreno en el que nos moveremos los sucesivos días.

Iniciaremos el camino en clara dirección este para alcanzar un collado que nos dará acceso a un cordal que recorreremos hacia el sur hasta alcanzar la cima. Tras disfrutar de las cimas regresaremos por el mismo recorrido.

Distancia 10 km Desnivel + 900 m Desnivel – 900 m Tiempo 4 horas.

Traslado a la **Isla de Skype** y alojamiento en la zona.

Día 3. **Isla de Skye**. Excursión en **Quiraing**

En esta jornada nos desplazaremos al norte de la isla para realizar un bonito recorrido en **Quiraing**. Es un lugar muy bonito, espectacular por sus formaciones geológicas y la presencia del mar. Durante el recorrido tendremos varias opciones para ganar mayor altitud y coronar alguna cumbre durante el camino.

Distancia 9 km Desnivel + 300 Desnivel – 300 Tiempo 3-4 horas.

El resto del día lo dedicaremos a viajar en coche por la isla y hacer varias paradas de interés paisajístico y fotográfico.

Alojamiento en la zona de la Isla de Skype.

Día 4. **Isla de Skye**. Excursión en **Loch Coruisk**

Nos desplazaremos a la pequeña aldea de **Elgol** donde tomaremos un barco que nos llevará a un lugar costero alejado de carreteras y poblaciones. El propio viaje en barco es un espectáculo para los ojos, podremos disfrutar de bonitas vistas y estaremos acompañados de fauna marina local como **focas marinas**.

Una vez llegados al punto de desembarque caminaremos un corto tramo de camino y alcanzaremos el lago "**Loch Coruisk**" que según la mitología escocesa un "**Kelpie**" o caballo de agua vivía en las aguas de este lago. Desde el desagüe del mismo haremos un recorrido circular bordeando el lago. Tendremos tiempo de almorzar en algún punto del camino y bien continuar caminando o descansar antes de regresar en barco a **Elgol**.

Distancia 7 km Desnivel + 300 Desnivel – 300 Tiempo 3-4 horas

Alojamiento en la zona de Fort Williams/Fort Augustus.

Día 5. Visita del **Lago Ness** y **Gleen Afric**.

Gleen Afric es un precioso rincón dominado por un largo lago y con una gran variedad botánica. En esta ocasión realizaremos una excursión por un camino boscoso que servirá de contraste a excursiones previas y visitaremos las cascadas "**Dog Falls**".

Distancia 7 km Desnivel + 150 m Desnivel – 150 m Tiempo 3 horas

Posteriormente, en vehículo retrocederemos varios kilómetros y alcanzaremos el **Lago Ness**. Dedicaremos unas horas a visitar el lago mas famoso de **Escocia**.

Alojamiento en la zona de Fort Williams/Fort Augustus.

Día 6. **Ben Nevis**.

Sin duda, el **Ben Nevis** es la montaña más famosa de **Escocia** y codiciada por muchos montañeros. Su ascenso nos permitirá atravesar distintos pisos vegetales desde bosques, praderas y alcanzar la cumbre en un terreno rocoso.

Si la meteorología nos acompaña podremos disfrutar de unas impresionantes vistas.

El regreso se hará por el mismo camino de ida por lo que no es obligado alcanzar la cumbre de la misma si el desnivel fuera demasiado para nosotros.

Distancia 15 km Desnivel + 1.350 m Desnivel – 1.350 m Tiempo 7 horas

Alojamiento en la zona de Fort Williams/Fort Augustus.

Día 7. Excursión en **Coire Gabhail** "**valle perdido**" en **Glen Coe.**

Tras una semana repleta de preciosas excursiones, nos despediremos de las montañas recorriendo este bonito valle colgado (respecto al valle principal). Desde la carretera que posteriormente tomaremos para regresar a **Edimburgo** caminaremos por un sendero hacia el sur en busca del "valle perdido", lugar que fue refugio de ladrones de ganado en la época que el clan **Mc Donald** de Glencoe ejercían su dominio en estas tierras.

Distancia 4,5 km Desnivel + 300 Desnivel – 300 Tiempo 3-4 horas.

Traslado a **Edimburgo**. Visita de la ciudad. Noche en la ciudad

Día 8. Traslado al aeropuerto. Vuelo de regreso. Fin de viaje.

5 Más información

Precio. 1.070 euros por persona.

5.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el viaje (del día 04 al 09 de abril)
- Traslados internos.
- 5 noches de alojamiento en Bed and Breakfast.
- 2 noches de hotel en Edimburgo en habitación doble con desayuno.
- Seguro de accidentes y rescate
- Gestión de reservas

5.2 No incluye

- Vuelo ida y vuelta Edimburgo. Posibilidad de gestión de vuelos por parte de Muntania Outdoors (20 euros).
- Almuerzos y cenas.
- Barco de acceso a **Loch Coruisk** (30 euros)
- Entrada a Castillos, museos etc.
- Cualquier actividad adicional no incluida en el programa.

5.3 Ropa y material necesario

- Mochila (entre 20-30 litros).
- Botas de montaña ligeras.
- Chaqueta impermeable tipo Gore Tex o similar (también recomendable capa de agua y paraguas en el caso de que den lluvia).
- Forro o similar.
- Camiseta térmica de manga corta y manga larga.
- Pantalón largo y corto de trekking.
- Bañador.
- Gorro, gafas y guantes finos (en el caso de que la temperatura sea fresca). Gorra para el sol.
- Bastones telescópicos.
- Botiquín personal.

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

Dos semanas 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 facilitarán los preparativos finales.

Adaptación de los recorridos

En función de las condiciones meteorológicas y estado del manto nivoso, se puede alterar sobre la marcha el programa para realizar los itinerarios más seguros, acordes con las condiciones del medio y del grupo.

Habitación doble o individual

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 la actividad

Seguro de la actividad. Seguro de accidentes y rescate incluido (no es un seguro de viaje) y **seguro de viaje** (también de accidentes y rescate pero mejor cobertura) **no incluido.**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes**, pero sin ninguna duda, **si usted hace montaña de forma regular y además viaja**, **le recomendamos un seguro de viaje** que además le **cubre muchas actividades deportivas** y si además contrata "**con cancelación**" tendrá una cobertura más completa. Puede contratar el seguro de viaje por el periodo de tiempo que dura la actividad o el seguro anual (fecha de inicio el día que usted decida) que le cubrirá no sólo la actividad que realice con Muntania Outdoors sino también otras muchas actividades deportivas que haga durante el año.

Con cancelación, si usted o un familiar tiene algún percance antes o durante la actividad, tendrá derecho a la devolución del importe pagado (o una parte si ya está en el periodo de tiempo que se desarrolla la actividad) tanto en los billetes como en el propio viaje. Además, a través del seguro de viaje tendrá cubierto los gastos por un regreso anticipado.

El Seguro de viaje lo gestionamos con **Intermundial** y el coste es menor a través de Muntania Outdoors que si lo gestiona usted de forma directa. El seguro de viaje con cancelación que gestionamos permite una devolución de hasta 900 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero . Si el importe del viaje más vuelo es mayor se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Seguro **intermundial** (seguro de viaje + actividad deportiva) tramitado por Muntania Outdoors (precios válidos para seguros tramitados hasta el 30 de noviembre del año en el que se le manda este programa).

- Periodo de cobertura hasta **10 días**. **Europa 64,75 euros**. **Mundo 114 euros**
- Periodo de cobertura **1 año**. **Europa 118,25 euros**. **Mundo 118,25 euros**
- **Con cancelación** periodo de cobertura **hasta 10 días**. **Europa 79,75 euros**. **Mundo 136 euros**
- **Con cancelación** periodo de cobertura **1 año**. **Europa 140,25 euros**. **Mundo 140,25 euros**

*Otros seguros con Intermundial. **Seguro de cancelación: Anulación Plus y Anulación Élite** (solo cubre los gastos de cancelación del viaje previo al día de partida por alguna causa). Ideal para aquellas personas que tienen algún familiar del que tienen que estar pendientes u otras causas (pedir documento de estos dos seguros para ver coberturas).

Seguro de accidentes y rescate incluido

** 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 poliza. 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.visitscotland.com/es-es/

5.6 Puntos fuertes

- Paisajes de gran belleza.
- Grupo reducido.
- Billetes económicos a Edimburgo.

5.7 Otros viajes similares

- Rocosas canadienses, colores de otoño. Senderismo y trekking en Banff, Yoho y Jasper
- Senderismo en los Parques Nacionales de EEUU. Yellowstone, Glacier y Grand Teton National Park
- Trekking en EEUU. Parques Nacionales de Yosemite, Grand Canyon y Zion
- Japón. Camino de Kumano Kôdo. Senderismo y Cultura
- Kirguistan. Senderismo y Cultura
- Georgia. Senderismo e historia en el Caucaso

- Georgia. Senderismo, cultura y tradición
- Senderismo en los Cárpatos. Parques Nacionales de Eslovaquia-Verano
- Senderismo suave en Bulgaria. Rila y Pirin. Balcanes
- Macedonia. Senderismo, cultura y gastronomía. Parques Nacionales de Mavrovo, Pelister y Galicica
- Islandia. Senderismo y trekking de Landmannalaugar
- Lofoten, Noruega. Senderismo suave en la costa, fiordos y montañas
- Senderismo en Noruega. Fiordo de los Sueños. Jotungheimen y Jostedalsbreen
- Senderismo en Isla Reunión
- Córcega, senderismo en el mar Mediterráneo
- Senderismo en el Parque Nacional de la Selva Negra. Alemania
- Trekking del Sahara, Valle del Draa. Marruecos

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).