



# ESQUÍ DE PISTA Y FUERA DE PISTA EN TRES VALLES

**Alpes franceses**

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	El destino.....	1
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel técnico requerido .....	2
4	Programa.....	3
5	Más información .....	3
5.1	Incluye.....	3
5.2	No incluye .....	4
5.3	Material necesario .....	4
5.4	Observaciones .....	4
5.5	Enlaces de interés.....	5
5.6	Puntos fuertes .....	5
5.7	Otros viajes similares.....	6
6	Seguros.....	6
7	Contacto.....	7

## 1 Presentación

Nos vamos una semana a los Alpes Franceses al dominio esquiable de **Tres Valles**, situado en la **Savoia francesa**, dentro del **Parque Nacional de la Vanoise** que se encuentra rodado al norte por el macizo del **Mont Blanc** y al sur por el **macizo de los Ecrins**.

Disfruta de una semana de **esquí de pista** y **fuera de pista** con un profesor que te acompañará durante buena parte de la jornada con el fin de mejorar tu técnica de descenso y además adquirir unas técnicas que te permitirán solventar cualquier tipo de dificultad cuando disfrutes del **fuera de pista**.

¡Nos esperan 600 kilómetros de pistas! ¿Aguantarán tus piernas?

## 2 El destino

El dominio esquiable de **Tres Valles** es el que presenta un mayor número de pistas y kilómetros esquiables. Engloba varias grandes estaciones de esquí que están unidas entre si destacando **Courchevel**, **Méribel** y **Val Thorens**.

¡Más de 600 kilómetros de pistas para todos los niveles nos esperan!

Situada en el corazón de un gran circo natural dominado por seis glaciares, el área esquiable de **Val-Thorens** ofrece multitud de itinerarios para deslizarse bajo el sol durante todo el día.

### 3 Datos básicos

Destino: **Tres Valles, Alpes franceses.**

Actividad: esquí de pista y fuera de pista.

Nivel técnico: \*\*.

Duración: 8 días (6 días de esquí).

Época: De diciembre a abril.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

#### 3.1 Nivel técnico requerido

	Relación Escala Blachere y Escala Traynard	Nivel de esquí
*	EM/S1-S2	Sin experiencia o con poca experiencia en esquí de montaña que aunque bajan en paralelo en pista tienen dificultades en los descensos fuera de pista
**	EB/S2-S3	Ya iniciados con dominio del paralelo en pendientes de hasta 35º
***	EB-EMB BAJO/S4	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente no extrema (hasta 35º-40º) mediante distintas técnicas de descenso
****	EMB/S4-S5	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente (hasta 45º) dominando el salto de colas

	Escala Blachère según el nivel técnico del esquiador
EM	Esquiador medio que se desenvuelva por pendientes moderadas y amplias de hasta 25º
EB	Buen esquiador, capaz de afrontar pendientes de 30º-35º y nieves difíciles
EMB	Muy buen esquiador, hasta en pendientes de 40-45º, con pasos expuestos y nieves de todo tipo
EE	Esquiador excelente: capaz de afrontar pendientes de hasta 50º, con pasajes obligatorios algo expuestos y con nieves de todo tipo
EX	Esquiador extremo, capaz de afrontar pendientes de más 50º, con pasajes obligatorios muy expuestos y con nieves de todo tipo

	Escala Traynard

S1	Terrenos poco inclinados con facilidad para el giro. Zonas muy adecuadas para la iniciación en el fuera de pista
S2	Terrenos poco inclinados o moderada inclinación (hasta 25º) pero con amplitud para el giro y sin obstáculos.
S3	Pendiente moderada (hasta 35º). Sin dificultad en todo tipo de nieve. Descensos que se pueden considerar accesibles a esquiadores buenos o muy buenos
S4	Pendiente mantenida superior hasta 45º en terreno con poca exposición y entre 35º-40º en terreno expuesto, estrecho y obligado.
S5	Pendientes muy fuertes, inclinación superior a los 45º-50º, terreno muy obligado y con exposición. ¡Prohibido caerse!
S6	Inclinación mantenida superior a los 50º en terreno expuesto o más de 55º en terreno poco expuesto.
S7	Más de 60º, muy expuesto

**\*Observaciones.** Se requiere **dominar el paralelo** y bajar por cualquier **pista balizada** en una **estación de esquí**.

No es necesario ser un gran esquiador ya que la salida va dirigida a aquellos que ya esquían pero que quieren mejorar su técnica para sentir **mayor seguridad** en sus salidas de **fuera de pista** o de **esquí de montaña**.

El **esquí fuera de pista** estará condicionado por la estabilidad del manto nivoso y únicamente se acometerán itinerarios de descenso fuera de las pistas balizadas si las condiciones **son favorables**.

**No** se realizarán **bajadas extremas** ni descensos que pongan en peligro la seguridad de los participantes.

## 4 Programa

Día 1. Viaje a **Ginebra**. Recepción de participantes. Traslado a nuestro alojamiento.

Día 2-7. **6** jornadas de esquí de pista/fuera de pista.

Clases dirigidas para mejorar la técnica de descenso tanto en pista como fuera de pista.

Día 8. Viaje de regreso al aeropuerto de **Lyon** o **Ginebra**. Vuelo de regreso.

\*Opción de traslado en furgoneta desde España (consultar)

## 5 Más información

Precio. 1.100 euros.

### 5.1 Incluye

- **Profesor de esquí de pista y freeride.** Clases de esquí (4 horas diarias) y esquí de acompañamiento buena parte del resto de jornada para los que así lo requieran.
- 7 noches de alojamiento en apartamento en habitación doble
- Forfait de 6 días de esquí en el dominio de **Tres Valles**
- Gestión de la infraestructura de la actividad.

\*Opción de transporte desde España en furgoneta (consultar).

## 5.2 No incluye

- Billete de avión a Ginebra o Lyon (aprox. 200 euros). Posibilidad de gestión por parte de Muntania Outdoors (20 euros por gastos de gestión).
- Transfer desde el aeropuerto a destino ida y vuelta. En función del tamaño del grupo se gestionará un transfer privado o colectivo con otros viajeros (lo que salga más económico, compartido 98 euros ida y vuelta precio total desde Ginebra y 120 euros desde Lyon).
- Cualquier imprevisto por causas climatológicas o de seguridad del grupo que implique un cambio de recorrido y conlleve un gasto mayor al presupuestado.

## 5.3 Material necesario

Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Material de esquí de pista (recomendamos alquilar en la misma estación).
- Material de seguridad: ARVA, pala y sonda para los que quieran hacer fuera de pista.
- Casco.
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón de esquí y mallas interiores (puede hacer bastante frío).
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Chaqueta de primalof o plumas.
  - Braga para el cuello.
  - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
  - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

## 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 14 a 7 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 (opción de transporte en furgoneta desde España, consultar)**

Si está interesado en viajar en avión y quiere que le gestionemos su billete rogamos nos lo comuniquemos, informando del **aeropuerto de salida y regreso, número de maletas a facturar en bodega y si factura bolsa de**

**esquís.** Antes de comprar el mismo 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.

Respecto al transporte de esquís en el avión, recomendamos facturar únicamente una bolsa de esquís amplia, donde además pueda meter más cosas y en cabina lleve la mochila de ataque con el resto de cosas que no ha metido en la bolsa de esquís. Para estos viajes de esquí de pista y fuera de pista recomendamos alquilar el equipo en la propia estación.

Recomendamos que la bolsa de cabina (independientemente que facture otra) contenga lo imprescindible para en caso de que la maleta no llegue a destino, pueda realizar al día siguiente de su llegada esquí de montaña. Se puede alquilar esquís y botas y también hay tiendas para comprar ropa, guantes etc. pero es más sencillo alquilar esquís y botas que ir comprando guantes, gorro, etc.

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.

### **Transporte aeropuerto-Tres Valles**

Transporte mediante un transfer privado o colectivo en función del tamaño del grupo. Punto de recogida aeropuerto de Ginebra y traslado hasta destino. El último día del viaje el traslado se hace en sentido inverso siendo el punto de llegada el mismo aeropuerto. Para otros aeropuertos consultar.

### **Transporte en furgoneta desde España**

Con un mínimo de 4 personas interesadas podemos ofrecer transporte desde España saliendo más económico que volar a Lyon o Ginebra + transfer aeropuerto a Tres Valles(consultar).

### **Otras cuestiones**

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

## **5.5 Enlaces de interés**

- [www.valthorens.com/](http://www.valthorens.com/)
- <https://www.les3vallees.com/fr/>
- <http://www.vanoise-parcnational.fr/fr>

## **5.6 Puntos fuertes**

- El dominio esquiable más grade del mundo.
- Clases de esquí y esquí guiado incluido.
- Nieve asegurada incluso a inicios de temporada.
- Paisaje muy alpino rodeado de grandes montañas.

- Esquí hasta la misma puerta de nuestro alojamiento.

## 5.7 Otros viajes similares

- Dolomitas. Esquí de pista. Dolomitisuperski
- Esquí Safari en las Dolomitas. Dolomiti Superski
- Esquí de pista y fuera de pista en Tignes-Valdisere. Alpes Franceses
- Esquí de pista y fuera de pista en Les Arcs-La Plagne. Alpes Franceses
- Esquí de pista y fuera de pista en La Grave, Les Deux Alpes y Alpe d'Huez. Alpes franceses

## 6 Seguros

**Es obligatorio** que disponga de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

Si no dispone de uno, 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.

Si ya tiene un seguro o va usted a contratarlo por su cuenta, debe comunicárnoslo por escrito.

### Opciones de seguros:

#### Seguro Ski/Aventura Plus

Es un **seguro de viajes y además de accidentes 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>

## **7 Contacto**

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

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