

añosluz
EN EL MUNDO

ALVENTUS
viajes



YOGA Y SENDERISMO EN EL VALLE DE PINETA



Este programa es diferente a otros. Vivimos tiempos diferentes y entendemos que tenemos que hacer las cosas de forma diferente. Ha sido creado con la intención de poder permitirnos momentos de libertad y de conexión dentro de las circunstancias colectivas que estamos viviendo. Lo hemos realizado desde la consciencia y desde la empatía y ha sido creado para ti, te hemos tenido en mente en todo momento. Hemos tratado de entender cómo te sientes, cuáles son las emociones que albergan en ti y qué puedes necesitar.

Ahora estás buscando un lugar a dónde ir, poder disfrutar de unos días de descanso sin preocuparte de nada más que de tener los cinco sentidos en el momento presente. Entendemos que puede apetecerte desconectar, salir del ruido exterior durante unos días y sumergirte en un entorno de tranquilidad y silencio.

Esta es una propuesta pensada para tu descanso mental y físico. Para poder respirar profundo, hacer un alto en el camino. Una proposición para que puedas sentir el calor del sol en la cara en una mañana primaveral, el frescor de la hierba en las plantas de tus pies cuando salgas al patio después de desayunar, escuchar el estruendo de una cascada, oír los pájaros en el silencio del bosque y escucharte en las sesiones de Yoga.

Encontraras en un programa diseñado a fuego lento, un programa sencillo y rico en sí mismo, porque en esta ocasión nuestro deseo es que estés y tengas tiempo para disfrutar estando. Hemos preferido viajar despacio, detenernos para ver y que el reloj sea orientativo y no determinante. Hemos creado una rutina para que tengas tiempo de hacer lo que te apetezca además de disfrutar de las rutas de senderismo y de las sesiones de Yoga.

En esta ocasión queremos acompañarte al Valle de Pineta, uno de los cuatro valles que integran el Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido y uno de los más majestuosos del Pirineo Aragonés. Su paisaje es una estampa formada por hierba verde, las aguas del deshielo, las piedras desnudas y las nieves eternas.

ITINERARIO:

Fecha: 30 de marzo al 04 de abril.

DÍA 30 de marzo: CASAS DE ZAPATIERNOS-ESPIERBA

Nos ubicaremos en Espierba, una aldea de 39 habitantes cercana a Bielsa. Hasta allí tendrás que llegar por tus propios medios. Hoy es un día para encontrarnos, conocernos y ubicarnos. Tenemos previsto que llegues entre las 15:00 y las 18:00 de la tarde a Casas de Zapatierno (www.casasdezapatierno.com) donde nuestro equipo y los propietarios del espacio te darán la bienvenida.

Podrás alojarte, ubicarte y recuperarte de tu viaje mientras llegan el resto de personas que como tú ha decidido confiar en nosotros para disfrutar de unos días en el Pirineo Aragonés.

Consúltanos si tienes dudas de cómo llegar, medio de transporte en el caso de que lo necesites, estamos a tu disposición.

Casa de Zapatierno es una finca preparada para acoger nuestro retiro de Yoga y Senderismo. Son cuatro casas rodeadas de bosques y montañas. El espacio invita al reposo, a la tranquilidad y a respirar silencio.



Casa Carmen, en honor a su propietaria, Las Tucas, Los Astazu y Monimier son los nombres que reciben los alojamientos que estos días acogerán nuestras conversaciones, nuestro descanso y nuestros sueños.



Una vez que hayamos llegado todos, nos reuniremos en la sala de actividades, para hacer una presentación y comenzar a conocernos.

Este será un espacio que visitaremos todos los días, en él se llevarán a cabo las sesiones de Yoga. Una sala acristalada desde la que se contemplan vistas del valle y que cuenta con estufa de Biomasa para adecuar la temperatura a la necesidad de la sesión.



**UN LUGAR PARA
DESPERTAR Y
ENCONTRARTE**

Por hoy ya sólo nos queda cenar. Los propietarios son especialistas en cocina vegetariana y forma parte de su estilo de vida y la filosofía de este lugar.

DÍA.- 31 de marzo: EL ORIGEN-RUTA DE LALARRY Y CINCA

Esperamos que hayas podido dormir con tanto silencio. Hoy comenzamos con una rutina que ha sido preparada para que puedas ser y hacer.

Tras despertarte y antes de ir a desayunar, si te apetece porque aquí nada es obligatorio, hemos preparado una sesión de Yoga en ayunas a la que nuestra compañera ha bautizado como "El Origen". Será una sesión suave para reconocer tu estado de disponibilidad. Son días muy bonitos los que nos quedan por delante y saber de dónde partimos nos ayudará a reconocer los recursos que tenemos nuestro alcance para poder disfrutar de ellos.

Tras esta sesión inicial, disfrutaras de un rico desayuno (yogur, cereales, zumos, pan, frutas) que te ayudará a coger la energía necesaria para nuestra ruta de senderismo.

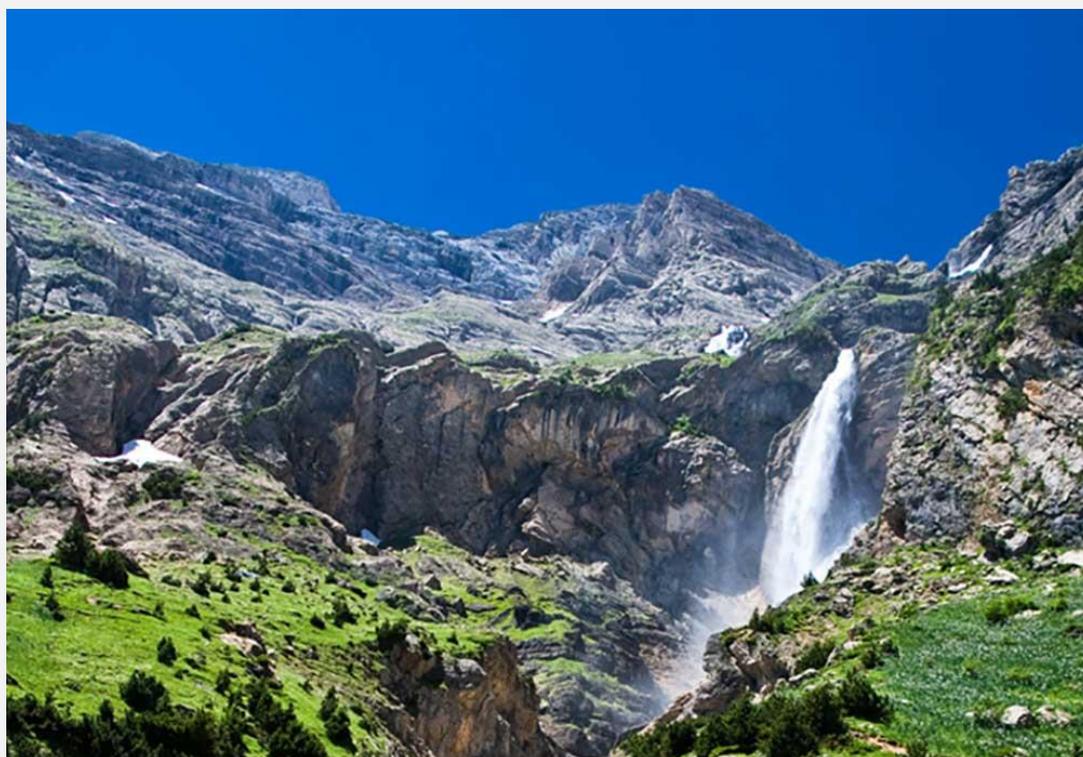
Hoy iremos a las **Cascadas de Lalarri y Cinca**. Un día en el que nuestra curiosidad estará expectante por conocer qué es lo que esconde el corazón del Valle de **Pineta**. Esta es una excursión muy bonita y completa que nos introducirá en la cabecera de este inmenso valle. Descubriremos la gran cascada del río Cinca y luego la escalonada cascada de Lalarri, situada en medio del Bosque.

Nos desplazaremos con nuestros medios hasta dónde está ubicado el Centro de Interpretación del Parque, allí realizaremos una parada para que puedas visitarlo y llevarte una idea previa de dónde estás.

El Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido presenta en el Valle de Pineta sus fotografías de carácter más nórdico: desde los profundos fondos del valle donde crecen bosques de ribera (alisos, fresnos, chopos y fillos) hasta los elevadísimos parajes rocosos de más de 3.000 metros de altura.

Podremos contemplar los anfiteatros glaciares que la erosión ha esculpido y donde hoy habitan los pinos negros, hayas, rododendros, abedules...

Pero la auténtica protagonista de esta ruta es el agua. Disfrutaremos del espectacular salto de agua de 200 metros de caída vertical por donde se precipitan las aguas del río Cinca que nace en el **glaciar de Marboré**. De regreso visitaremos la poderosa cascada de Lalarri y descenderemos siguiendo los diversos saltos de agua en su camino hacia el fondo del Valle.



Tras realizar la ruta regresaremos a nuestro alojamiento donde tendremos tiempo para descansar y relajarnos antes de la sesión de Yoga de tarde: "Recogiendo lo vivido". Un trabajo enfocado a la renovación de nuestra energía.

Desde aquí y con esta nueva energía nos iremos a cenar. Momento para conversar, compartir experiencias e historias de vida.

Deseamos que lo experimentado en el día de hoy te haya dejado las ganas de repetir y seguir conociendo este hermoso paraje del que podemos sentirnos agradecidos.

DÍA.- 01 de abril: RENACIMIENTO-PICO COMODOTO-NUEVOS PAISAJES

Esperamos que hayas descansado bien. Como ayer antes del desayuno te hemos organizado una sesión de Yoga para despertar. Una sesión de apertura y renacimiento que nos permita canalizar nuestra energía para poder estar presente y disfrutar de lo que este lugar nos ofrece.

Tras desayunar hoy nuestro destino será el **Pico Comodoto**. Este es un pico menos cotizado debido a su modesta altitud, no llega a los 2.500 metros. Sin embargo, su localización en la **Sierra de Espierba**, rodeada de "tresmiles", nos ofrece un mirador extraordinario que regala vistas soberbias en los trecientos sesenta grados.

La ruta transita por dos ambientes muy diferentes unas solanas donde domina el pinar, el matorral y los canchales y un ambiente en la parte superior de la ruta donde dominan los pastizales alpinos. En la primera y última parte de la ruta, correspondientes al tránsito por la pista hacia la Estiva y el descenso por pista desde la línea de cresta respectivamente, se transita por laderas de componente sur y fuerte pendiente donde alternan los pinares de pino silvestre, que son sustituidos por los de pino negro en las cotas superiores, con amplias áreas con cobertura arbustiva o canchales. En la parte intermedia del recorrido comprendida desde el acceso de la Estiva hasta dejar la línea de cresta de la **Sierra de Espierba** hay un claro dominio de los pastos alpinos que se ven interrumpidos por terrenos desnudos afectados por fenómenos preglaciares.

Desde la práctica totalidad de la ruta se tienen unas muy interesantes vistas de los paredones rocosos que cierran el **valle de Pineta** por el sur en cuyas faldas contemplaremos densas masas arboladas donde alternan los hayedos con los pinares de pino silvestre y pino negro. Destaca la visibilidad desde la ruta de los espectaculares canales de aludes que han dibujado nítidamente en la cobertura arbórea estos fenómenos naturales.

Desde el entorno de la Estiva contemplaremos en su esplendor **El Circo de Pineta** y la espectacularidad de la cara norte del **Macizo del Monte Perdido**.

Ya desde el entorno del **pico del Comodoto** podremos ampliar nuestras visuales a otras Sierras y picos del término municipal y del Pirineo Central y unas espectaculares vistas de la cuenca del **río Real**.



Aprovecharemos para comer en ruta antes de regresar de nuevo a nuestro alojamiento. Allí disfrutaremos de una sesión de Yoga dinámica preparada para soltar viejas creencias y a la que nuestra compañera ha llamado “Nuevos Paisajes”.

Y ahora despojado de esas ideas que a veces nos suponen un límite para conseguir lo que deseamos, nos disponemos a cenar tranquilamente, comentar los momentos vividos y aquellas emociones que en forma de recuerdo nos llevaremos.

DÍA.- 02 de abril: UN REENCUENTRO CON LA INFANCIA-CAÑÓN DE AÑISCLO.

El día de ayer nos permitió estar en el **Pico Comodoto**, donde tuvimos la posibilidad de respirar aire puro e impregnar nuestros pulmones de apertura y serenidad. La sesión de Yoga de hoy, previa al desayuno, va destinada a un trabajo de limpieza profundo.

Después de desayunar nos iremos a un lugar del que dicen que es uno de los parajes más espectaculares de Aragón, transitarlo ofrece la oportunidad de estar en un lugar único. Un profundo cañón esculpido a lo largo de millones de años por la intensa acción erosiva del **río Bellos** que nos ofrece numerosas y vertiginosas cascadas y un frondoso bosque.

Sí, hoy vamos a caminar por el **Cañón de Añisclo**. Seremos transeúntes silenciosos en uno de los valles que todavía conserva los valores naturales de la cordillera pirenaica y catalogado como Patrimonio Mundial de la Humanidad. Se extiende de norte a sur y se prolonga a lo largo de 25 kms, desde el **circo de Añisclo** hasta la confluencia con el **valle de Aso**.

Entraremos al cañón por una sinuosa y estrecha ruta cubierta de pinos y rocas a lo largo del río Bellos. Nosotros no lo recorreremos en su totalidad. Llegaremos a la **Ermita de San Úrbez** donde iniciaremos nuestra senda hasta la población de **Sercué**.

Observar su entorno nos ayudará a comprender el origen y evolución de los aprovechamientos tradicionales que se dieron en la zona. Las casas de **Sercué** se apiñan aprovechando una porción de terreno que presenta un menor desnivel. En lo más alto se encuentra su pequeña iglesia parroquial de estilo románico, creando un conjunto de gran interés paisajístico, siempre presidido por el **pico Sestrales**.

En el camino de regreso cruzaremos por el barranco de Aso, un rincón de especial belleza y gran interés botánico. Seguiremos caminando hasta llegar a nuestro punto de partida, la ermita de San Úrbez.



Tras nuestra senda de hoy regresaremos a Casas de Zapatierno. Esta tarde en la sesión de Yoga nos reencontraremos con la infancia. Será un trabajo enfocado a liberar viejas tensiones y poder movernos con más libertad llevando nuestra mochila algo más ligera.

Como en días anteriores volveremos a disfrutar de una deliciosa cena antes de nuestro merecido descanso.

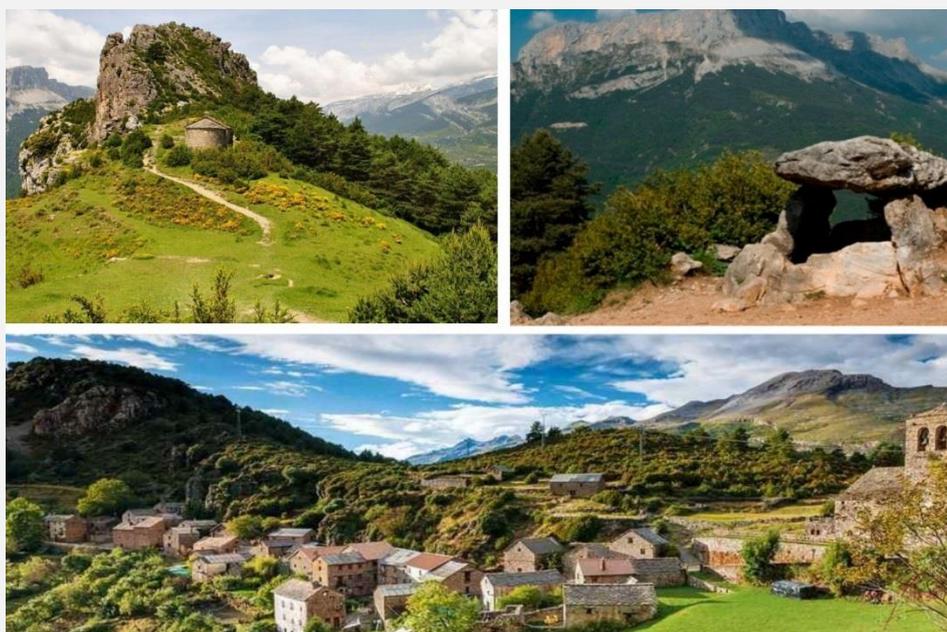
DÍA.- 03 de abril: RESPIRAR ES VIVIR- RUTA DE LAS ERMITAS DE TELLA.

Hoy en nuestro quinto día en el **Valle de Pineta**, queremos que puedas llevarte contigo el recuerdo de todo lo que estás viviendo y sintiendo estos días. La sesión de Yoga de esta mañana se llama "Respirar es Vivir". Es obvio, pero ¿cuánto tiempo dedicamos al día para ser consciente de nuestra respiración?

¿Cuántos son los momentos en que nos detenemos a observar de qué nutrimos nuestra respiración? Queremos que respire las imágenes que esta experiencia te está ofreciendo, que inhales los sabores que estás experimentando y que exhales y dejes aquí todos esos pensamientos autocríticos que no te favorecen.

Después de desayunar iniciaremos nuestro camino hacia las **Ermitas de Tella**. Este es un paseo circular que nos permitirá descubrir tres joyas del patrimonio arquitectónico de esta zona de los Pirineos: **La ermita de los Santos Juan y Pablo** (siglo XI), **la ermita de la Virgen de Fajanillas** (siglo XII) y **la ermita de la Virgen de la Peña** (siglo XVI). Las tres están ubicadas en medio de la montaña, en un bonito entorno natural a las puertas del **Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido**. La ruta comienza en la entrada del pueblo de **Tella**, desde el lado mismo de **la iglesia de San Martín** (siglo XVI), la iglesia del pueblo, que también podemos visitar. Durante el recorrido tendremos la oportunidad de dejar volar la imaginación, trasladarnos a otra época, y dejarnos seducir por la exuberante riqueza natural de la zona.

A 1.340m de altitud se sitúa el pueblo de Tella, un pequeño pueblo de alta montaña. El pueblo se articula alrededor de una calle principal, está orientado hacia el sur y por el norte la montaña lo protege de los vientos fríos. Aunque no hay constancia escrita de la existencia de Tella hasta el año 1210 (Cartulario del monasterio de San Victorián), sus orígenes son remotos y la presencia humana en este paraje es milenaria, el Dolmen de Tella es una buena prueba de ello. También se sabe que Tella, en su momento de máximo esplendor, llegó a contar con siete iglesias. Esta zona pirenaica cuenta con una rica tradición relacionada con la brujería, los aquelarres y los hechizos... De ahí el antiguo refrán que decía **“Tella, Dios nos guarde de ella”**. Y quizás por ello, las tres ermitas que visitamos durante el recorrido, se consagraron y se situaron estratégicamente para formar un anillo protector contra las brujas.



Tras nuestra ruta de hoy, que habrá resultado más corta y descansada, volvemos a nuestro alojamiento. Nuestra sesión de Yoga estará centrada en el amor hacía uno mismo. Porque todos formamos parte de un todo y si nos cuidamos a nosotros mismos estamos cuidando del otro; cuidar de mí es cuidar de ti.

Ya sólo nos queda disfrutar de nuestra última cena de este programa en Casas de Zapatierno. La confianza ya se habrá hecho presente en el grupo y podremos comentar de forma distendida los recuerdos que esta experiencia nos ha dejado.

DÍA.- 04 de abril. YO SOY-CIERRE Y DESPEDIDA

Con el deseo que puedas marcharte de este lugar con el deseo de repetir hemos preparado una sesión matutina para que puedas integrar todos los conocimientos, las emociones que han formado parte de ti estos días. Queremos que puedas marchar siendo un nuevo "Yo soy".

Tras desayunar, recogeremos nuestras cosas y nos reuniremos para hacer un cierre y despedida que nos permita irnos cargados de entusiasmo y buena energía.

Fin del Itinerario

Mirando al futuro... Haz tu reserva sin preocupaciones



Seguridad y tranquilidad



+35 años de experiencia



España, Europa y más



Destinos únicos



Reserva sin preocupaciones



Cancelación sin gastos

FICHA TÉCNICA:

PRECIO: 535.- Euros.

PRECIO R.A.: 499.- Euros.

Grupo mínimo: 09 personas

Grupo máximo: 13 personas

Suplemento grupo 09/11 personas: 75.- euros

Suplemento alojamiento en habitación individual (opcional y según disponibilidad, consultar precio)

INCLUYE:

- Alojamiento: 5 noches en Casas de Zapatierno.
- Media pensión: (comida vegetariana).
- Profesora de yoga y meditación para el grupo.
- Guía de senderismo para el grupo.

- Actividades especificadas en el programa.
- Seguro de asistencia en viaje y cancelación (incluye anulación o interrupción del viaje, regreso anticipado por estado de alarma y prolongación e estancia por cuarenta).

NO INCLUYE:

- **NO INCLUYE EL DESPALAZAMIENTO HASTA EL LUGAR DE ORIGEN.**
- Desplazamientos en destino
- Bebidas (salvo agua e infusiones)

CONDICIONES RESERVA ANTICIPADA:

La reserva y el pago de la inscripción/anticipo se realizarán al menos **40 días** antes de la fecha de la salida (excepto el pago del resto que se realizará como máximo 20 días antes de la salida)

CONDICIONES EXCEPCIONALES DE RESERVA DE VIAJE PARA LA TEMPORADA DE PRIMAVERA 2021

Esta temporada, dadas las circunstancias especiales que estamos viviendo, ofrecemos para facilitar y agilizar la gestión de vuestra reserva, unas condiciones excepcionales en las que sólo tienes que señalar el viaje con un depósito reducido de 75.-€.

ESTE DEPOSITO ES TOTALMENTE REEMBOLSABLE EN EL CASO DE QUE EL VIAJE NO SE PUEDA REALIZAR POR CIRCUNSTANCIAS DE FUERZA MAYOR.

La reserva deberá ser realizada preferentemente por NUESTRA WEB, POR CORREO ELECTRONICO o en su caso por teléfono. Las solicitudes de reservas recibidas serán confirmadas por nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de **75 Euros**, mediante transferencia o tarjeta de crédito.

DATOS BANCARIOS para transferencia:

Titular: *Viajes Alventus S.L.*

Entidad: LA CAIXA

Cuenta corriente: ES65 2100 8436 49 2200712883

(En caso de transferencia es imprescindible remitir por correo-electrónico un justificante del pago indicando claramente el nombre de la persona, viaje y fecha)

Una vez, autorizada la realización del viaje por las AUTORIDADES competentes, pasaremos a informarle respecto al proceso siguiente para el resto de pago.

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

SEGURO INCLUIDO:

RESUMEN DE COBERTURAS – INCLUYE ASISTENCIA POR COVID 19

EQUIPAJES: Pérdidas materiales.....	151 Euros
ASISTENCIA: GASTOS MEDICOS, QUIRURGICOS Y HOSPITALIZACION: Por gastos incurridos en España, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en España	600 Euros
Por gastos incurridos en el extranjero, derivados de una enfermedad o Accidente ocurridos en el extranjero.....	6.000 Euros
PRORROGA DE ESTANCIA EN HOTEL con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros
DESPLAZAMIENTO DE ACOMPAÑANTE POR HOSPITALIZACION.....	Ilimitado
ESTANCIA DEL ACOMPAÑANTE DESPLAZADO con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros
REPATRIACION O TRANSPORTE SANITARIO DE HERIDOS O ENFERMOS.....	Ilimitado
REPATRIACION O TRANSPORTE DE FALLECIDOS.....	Ilimitado
BILLETE DE REGRESO DEL ASEGURADO POR FALLECIMIENTO DE UN FAMILIAR DIRECTO.....	Ilimitado
RESPONSABILIDAD CIVIL PRIVADA.....	6.000 Euros

SEGURO OPCIONAL DE ANULACIÓN:

Disponemos de seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias:

Por un importe desde 30 euros, entre otras coberturas, cubre los gastos de cancelación del viaje por enfermedad (incluido Covid 19), destacando en este apartado el regreso anticipado o retrasado por declaración de estado de emergencia o aviso de cierre de fronteras en país de origen o destino.

RESUMEN DE COBERTURAS - INCLUYE ASISTENCIA Y ANULACION COVID 19

1. Gastos médicos por enfermedad o accidente:
 - 1.1. En España..... 3.000 €
 - 1.2. En Europa..... 5.000 €
2. Gastos médicos odontológicos..... 150 €
3. Repatriación o traslado sanitario por enfermedad o accidente..... Incluido
 - 3.1 Repatriación del asegurado fallecido..... Incluido
4. Prolongación de estancia en hotel por enfermedad o accidente... 800 € (80 € / 24 horas)
 - 4.1. Desplazamiento de un familiar acompañante..... Incluido
 - 4.2. Gastos de estancia del familiar desplazado... 800 € (80 € / 24 horas)
 - 4.3 Acompañamiento de menores por enfermedad, accidente o fallecimiento..... Incluido
5. Regreso anticipado por fallecimiento de un familiar..... Incluido

- 5.1 Regreso anticipado por hospitalización de un familiar.....Incluido
- 5.2 Regreso anticipado por incendio, robo o requerimiento urgente e inexcusable..... Incluido
- 5.3 Regreso anticipado o retrasado por declaración de estado de emergencia en país de origen o destino o aviso de cierre de fronteras en origen o destino..... Incluido
- 6. Búsqueda y envío de equipajes en todo el mundo..... Incluido
- 6.1 Compensación por robo, pérdida o deterioro de equipajes (Límite por siniestro)..... 1.000 €
- 6.2. Gastos de primera necesidad por retraso mayor de 24 horas en la entrega del equipaje (Límite por siniestro)..... 200 €
- 7. Gastos por demora en el inicio del viaje mayor de 6 horas (Límite por siniestro)..... 200 €
- 8. Gastos de anulación del viaje (Límite por siniestro)..... 1.500 €
- 8.1 Reembolso de vacaciones no disfrutadas (Límite por siniestro)... 750 €
- 9. Responsabilidad civil privada (Límite por siniestro / Franquicia de 150 €)..... 30.000 €
- 10. Envío de chófer profesional..... Incluido
- 11. Vehículo de sustitución por accidente o avería (Límite por día / máximo 7 días)..... Incluido

Igualmente disponemos de seguros con coberturas de cancelación por libre desistimiento, puede consultarnos precios y condiciones.

Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva.

Solicite en nuestras oficinas el desglose de las coberturas de cada uno de los seguros.

RECOMENDAMOS A TODOS CONTRATAR UNO DE ESTOS SEGUROS POR LA AMPLITUD DE SUS COBERTURAS.

NOTAS SOBRE EL VIAJE

VIAJAMOS SEGUROS

En **ALVENTUS&AÑOSLUZ** hemos adoptado todas las medidas y protocolos necesarios, como ya hemos hecho el pasado verano en todos nuestros viajes realizados con éxito y total seguridad.

Entre otras medidas seguimos la estricta observancia de las normas sanitarias en los diferentes servicios contratados: hoteles, autobuses, visitas, etc.

Seguros de viaje: incluimos en nuestro seguro básico la asistencia por Covid19. Asimismo, recomendamos contratar el **SEGURO OPCIONAL** de Anulación por Covid19.

Días antes de la salida del viaje os enviaremos un correo con las normas de seguridad y recomendaciones otorgadas por los protocolos de las normativas vigentes en materia de

NOTAS:

CARACTERÍSTICAS DE LAS RUTAS A PIE: Hemos diseñado un programa de rutas de senderismo para que cualquier persona habituada a practicar esta disciplina pueda disfrutar de él. Este programa como has podido comprobar consta de cuatro rutas. Han sido ordenadas de tal manera que podamos comenzar suave, avancemos en longitud y dificultad y terminar la experiencia relajados.

En nuestras rutas no prima el elemento deportivo competitivo en ningún momento sino el disfrute del entorno natural. Realizaremos paradas de descanso, para explicaciones y reagrupamiento. También se ofrecerán espacios meditativos durante el recorrido. Las rutas son optativas en todo momento y si ese día no te apetece caminar podrás disponer de ese tiempo para emplearlo como desees.

El itinerario y el orden de las excursiones puede sufrir modificaciones a criterio del guía si existiesen causas justificadas para ello o imprevistos meteorológicos.

CARACTERÍSTICAS DE LAS SESIONES DE YOGA: Lamentablemente, hoy en día son muchas las personas que confunden el Yoga con una práctica postural. La postura en el Yoga es sólo una parte. El Yoga percibe el cuerpo como un instrumento no como un propósito en sí. El Yoga nos ofrece la posibilidad de armonizar el cuerpo con nuestra mente y nuestra alma para una vida saludable y holística. Las sesiones que han sido programadas por nuestra profesora son para todos los públicos y cada persona las vivirá desde su nivel de consciencia.

EQUIPAJE PARA SENDERISMO: El calzado deportivo de montaña es obligatorio en todas nuestras rutas y sin excepción, es por tu seguridad y la nuestra. También será necesario un equipo básico de senderismo, formado por la mochila con ropa impermeable, agua y comida. Recomendamos bastones, ropa de abrigo técnica, crema solar, gorra-gorro, gafas de sol, etc. No te dejes atrás nada de lo que utilizas habitualmente en tus salidas. Dada la época te pedimos que lleves ropa de recambio para que estés preparado para las diversas condiciones climatológicas.

EQUIPAJE PARA YOGA: Ropa cómoda con la que puedas realizar las sesiones con normalidad. Disponemos de esterillas y de cojines en la sala para la buena práctica pero si prefieres disponer de tu material puedes hacerlo.

NUESTRO COORDINADOR: Nuestro guía acompañante tiene como labor organizar las rutas, fijar los horarios coordinando la salida de los grupos en sus alojamientos, velar por la buena marcha del programa, integrar a todos en la zona, informar y orientar sobre los aspectos más interesantes de los lugares que visitamos, así como decidir cualquier cambio de ruta con causa suficiente y atendiendo siempre a la seguridad del grupo. No actúa como guía local en las visitas a ciudades o monumentos

NUESTRO EQUIPO: Este programa ha sido diseñado por nuestro equipo de producción para tu disfrute, seleccionando rutas que no estén lejos del alojamiento, que no sean difíciles y que tengan un atractivo que ofrezcan valor y significado, que te permitan desconectar y descansar.

Francesca Lancharro Barco: Profesora de Yoga, Terapeuta y Fundadora de KinemaNatura.

Antonio Benítez. Del equipo de guías y programadores de Alventus & Años Luz, Coach y Facilitador Sistémico.

CONDICIONES GENERALES

Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono/contrato de viaje que debe tener todos los/las clientes al inicio del viaje.

Nota: El boletín al que se refiere la presente ficha técnica es un programa de viajes de cultura y naturaleza. Las personas que se inscriben en estos programas conocen las especiales características de su operativa y desarrollo, y por lo tanto son conscientes de la posibilidad, razonada, de posible modificación en el itinerario, servicios de alojamiento, transportes y duración motivados por causas ajenas a la organización y a la agencia de viajes.



CONSULTA NUESTRO MURO DE FACEBOOK Y PARTICIPA...

Aquí puedes encontrar experiencias de otros viajeros, ver nuestros álbumes de fotos y, además, participar con tus aportaciones... te esperamos

TURISMO RESPONSABLE

En ALVENTUS&AÑOSLUZ apostamos por la organización de los viajes de forma responsable y sostenible.

Colaboramos con los agentes locales, guías y proveedores con servicios de calidad y respetuosos. En la medida de lo posible se procura la contratación de alojamientos sostenibles y siempre respetando las normas ambientales.

Se procura la información y sensibilización a los viajeros sobre la protección de los espacios naturales que visitamos intentando minimizar nuestro paso por esos espacios. Igualmente se encomienda a los/as viajero/as respetar las culturas y tradiciones locales y ser muy respetuosos a la hora de la realización de fotografías de personas, pidiéndoles permiso en su caso.

Aconsejamos que en todos nuestros viajes por Europa y zonas de gran calidad saludable que los viajeros NO COMPREN AGUA EMBOTELLADA EN RECIPIENTES DE PLÁSTICO y si utilicen sus propias botellas rellenándolas en los hoteles, bares o restaurantes o en muchas de las fuentes de agua potable que se encuentran en las rutas. En los viajes por lugares exóticos como Asia o Sudamérica y trekkings recomendamos igualmente el uso de agua potable de los establecimientos tratándolas en su caso con pastillas potabilizadoras.

Recomendamos igualmente ser sensibles en la utilización de los recursos en las zonas naturales que visitamos.

ALVENTUS&AÑOSLUZ colaboran de forma regular con organismos de protección de la naturaleza.

Muchas gracias

INFORMACIÓN Y RESERVA:



www.alventus.com
alventus@alventus.com
Teléfono 954 210 062



www.aluz.com
reservas@aluz.com
Teléfono 901 250 260
(precio llamada local)

NUESTRO GRUPO



¡Alventus&AñosLuz por el mundo!

