



Ficha Técnica de la Ruta



Eslovaquia: senderismo en  
el PN de los Cárpatos,  
8 días

Viaje en grupo reducido,  
Ficha técnica 2019

[laesenciainsolit@insolitviatges.com](mailto:laesenciainsolit@insolitviatges.com)

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)  
Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta – 08011 Barcelona

**INSÒLIT**  
VIATGES I AVENTURA

[www.insolitviatges.com](http://www.insolitviatges.com)



## Ficha Técnica de la Ruta

# Eslovaquia: senderismo en los Parques Nacionales de los Cárpatos, 8 días

### Pinceladas de la ruta...

En esta ruta en grupo reducido de máximo 14 viajeros, recorreremos los parques de los Cárpatos Eslovacos: Altos Tatras, Slovenský Raj y Chocské Vrchy. Cada día realizamos una caminata de entre 4 y 6 horas con unos desniveles acumulados que oscilarán entre 400 y los 700 m. Por la tarde, regresaremos a dormir a una confortable casa rural nos alojamos, a los pies del macizo los Tatras. Caminaremos por los diferentes espacios protegidos de la cordillera en un entorno variado de bosques y alta montaña.

### Esquema del itinerario

1. Vuelo a Viena – Bus a Bratislava
2. Bratislava – tren al norte del país- Valle de Kvacianska – Lieskovec
3. Lieskovec – Lagos de Strbske y Popradske Pleso – Lieskovec
4. Lieskovec – Tatras Blancos – Lieskovec
5. Lieskovec – Ciudades antiguas de Spiss – Lieskovec
6. Lieskovec – P.N. Slovensky Raj – Lieskovec
7. Lieskovec – Traslado a Bratislava
8. Bratislava bus a Viena – vuelo de regreso

### Resaltamos:

- Actividades realizadas con guía de habla hispana en el Parque Nacional de los Tatras, la mayor reserva natural de la Europa Central, donde a su vez se concentran las mayores cumbres de la cordillera de los Cárpatos (excursiones fáciles).
- Excursiones: Tanto en condiciones invernales como en condiciones estivales, podemos desarrollar las actividades propuestas en los mismos itinerarios, disponiendo del equipo adecuado para cada época.

**SALIDAS 2019 EN GRUPO REDUCIDO  
CON GUIA DE HABLA HISPANA**

laescenciainsolit@insolitviatges.com

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta – 08011 Barcelona

**INSÒLIT**  
VIATGES I AVENTURA

www.insolitviatges.com



## Ficha Técnica de la Ruta

### Algunos puntos importantes del viaje:

#### ESLOVAQUIA

La capital de Eslovaquia, Bratislava, con unos 500.000 habitantes, se sitúa a 100 mts, sobre el nivel del mar, a orillas del mítico río Danubio y a los pies de las primeras estribaciones de la cordillera de los Cárpatos. Se trata de una de las ciudades más antiguas de la Europa Central, con asentamientos que se remontan a la Edad del Bronce. El centro histórico, es un entramado de calles peatonales del más puro diseño imperial de la época austro-húngara, destacando un buen número de plazas, palacios e iglesias. De entre estos monumentos, especial interés tiene la gran torre de la Michalská con un arco en su base que fue una de las entradas principales a la ciudad cuando aún existía el perímetro amurallado. Pero si un monumento representa la estampa de Bratislava, ese es el castillo de origen medieval, asentado sobre una colina que domina toda la ciudad. Por detrás de este enclave, se extiende una vasta extensión de bosques (parque natural de los Malé Karpaty).

#### LOS CÁRPATOS

La cordillera de los Cárpatos es la cadena montañosa más larga de Europa (1.500 kms. desde el oeste de Eslovaquia hasta el sur de Rumania). Esta impresionante cordillera, concentra la mayor biodiversidad dentro del continente europeo, dado su carácter como frontera natural entre las regiones boreales y las regiones mediterráneas. La fauna salvaje más representativa, como osos, lobos, linces y ciervos se da cita aquí formando las poblaciones más numerosas.

[laesenciainsolit@insolitviatges.com](mailto:laesenciainsolit@insolitviatges.com)

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta – 08011 Barcelona

**INSOLIT**  
VIATGES I AVENTURA

[www.insolitviatges.com](http://www.insolitviatges.com)



## Ficha Técnica de la Ruta

### Día a día de la ruta

#### DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN - VIENA – BUS A BRATISLAVA

Salida en vuelo hacia Viena. Llegada, asistencia en el aeropuerto y traslado a Bratislava en bus regular. Llegada y alojamiento en hotel.

#### DÍA 2.- BRATISLAVA – TREN AL NORTE DEL PAÍS – VALLE DE KVACIANSKA – LIESKOVEC

Salida en tren hacia el norte del país hasta alcanzar la población de Liptovský Mikuláš (4 horas), población situada en el centro del valle del río donde se concentran alrededor hasta 5 reservas naturales de la cordillera de los Cárpatos, la cadena montañosa más larga de Europa (1.500 kms. desde el oeste de Eslovaquia hasta el sur de Rumania).



Esta impresionante cordillera, concentra la mayor biodiversidad dentro del continente europeo, dado su carácter como frontera natural entre las regiones boreales y las regiones mediterráneas. La fauna salvaje más representativa, como osos, lobos, linceos y ciervos se da cita aquí formando las poblaciones más numerosas. Justamente, la primera excursión en la reserva “Chockské Vrchy” nos descubre a pequeña escala los paisajes de montaña más típicos en estas latitudes de Europa; densos bosques de coníferas, grandes altiplanos cubiertos de nieve buena parte del año y pequeñas

poblaciones rurales de gran esencia. Nuestra excursión penetra por el valle de Kvacianská a través de espléndidos bosques para acabar en el pueblecito de Velké Borové. Desnivel positivo (400 metros).

Al acabar la actividad, el servicio de microbús privado traslada al grupo hasta Lieskovec (45 minutos), barrio perteneciente al municipio de Tatranská Strba, a los pies del parque nacional de los “Vysoké Tatry” (Altos Tatras en español). Nos alojamos en una confortable casa rural donde establecemos una perfecta base de operaciones para el resto del programa.

#### DÍA 3.- LIESKOVEC – LAGOS DE STRBSKE Y PODRADSKE PLESO - LIESKOVEC

Enlazamos estos dos fantásticos lagos cubiertos por el hielo bajo grandes cumbres y extensos bosques de coníferas. Según las condiciones podemos progresar por el valle de Mengusovská para admirar la grandeza alpina de los Altos Tatras. Un cálido refugio junto al lago de Popradské Pleso permite recuperar fuerzas antes del retorno. Desnivel positivo (500 metros).

#### DÍA 4.- LIESKOVEC – TATRAS BLANCOS - LIESKOVEC

Traslado hasta la entrada del valle de Biela Voda (30 minutos), el cual ascendemos hasta el enclave de Zelené Pleso con presencia de un refugio de montaña muy atractivo, emplazado bajo un circo de origen glaciar con paredones de unos 800 metros de longitud. Desnivel positivo (700 metros).

#### DÍA 5.- LIESKOVEC – CIUDADES ANTIGUAS DE SPISS - LIESKOVEC

Día de recuperación realizando visitas turísticas en la legendaria región de Spiss. Spisské Podhradie, donde se concentran el

laesenciainsolit@insolitviatges.com

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta - 08011 Barcelona

**INSOLIT**  
VIATGES I AVENTURA

www.insolitviatges.com



## Ficha Técnica de la Ruta

monasterio más importante de Eslovaquia, el castillo de Spiš considerada la fortificación medieval más grande de la Europa Central (Patrimonio de la Humanidad) y la iglesia de Zehra decorada con frescos góticos. Para acabar entramos en Levoca, segunda capital con su perímetro amurallado, catedral gótica y casas nobles renacentistas, y finalmente Poprad, gran ciudad con numerosos comercios y centro balneario.

### **DÍA 6.- LIESKOVEC - P.N. SLOVENSKÝ RAJ. - LIESKOVEC**

Traslado hasta Podlesosk, entrada principal de este Parque Nacional, cuya característica son los barrancos calcáreos, por los que se progresa utilizando pasos equipados entre escaleras y pasarelas. En función de las condiciones, efectuaremos uno u otro tipo de circuito circular, teniendo como punto intermedio el paraje de Klasterisko (refugio y ruinas de un monasterio).  
Desnivel positivo (400 m).



### **DÍA 7.- LIESKOVEC - TRASLADO A BRATISLAVA**

Salida a media mañana desde la estación de Tatranská Strba, para llegar a principios de la tarde a Bratislava (5 horas). De nuevo en la capital de Eslovaquia, pasar la tarde callejeando por el casco antiguo peatonal, invita tanto a realizar compras como a disfrutar de numerosos locales donde

disfrutar de una buena cena y animado ambiente.

### **DÍA 8. BRATISLAVA BUS A VIENA - VUELO DE REGRESO**

Desayuno y salida desde Bratislava en tren hacia Viena. Llegada y traslado al aeropuerto y vuelo a la ciudad de origen. Llegada y fin del viaje!

[laescenciainsolit@insolitviatges.com](mailto:laescenciainsolit@insolitviatges.com)

Te1. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta - 08011 Barcelona

**INSOLIT**  
VIATGES I AVENTURA

[www.insolitviatges.com](http://www.insolitviatges.com)



## Ficha Técnica de la Ruta

### CONDICIONES PARTICULARES

#### VUELOS PREVISTOS

Los vuelos previstos son desde Barcelona y Madrid con la compañía Vueling en clase T.

En función del número final de viajeros en el grupo y otros factores organizativos, es posible que se produzcan cambios de horarios y/o compañía aérea. En ese caso, os lo notificaremos por escrito máximo con 10 de antelación para que vosotros podáis optar por seguir adelante con la reserva o cancelar el viaje con derecho a la devolución de las cantidades depositadas. Si contratas el viaje con menos de 10 días de antelación, estos vuelos detallados aquí, solo tendrían valor informativo y te reconfirmaremos directamente los horarios y compañía por escrito

#### GRUPO MINIMO Y MAXIMO PARA LA REALIZACION DEL VIAJE

El grupo es de mínimo 4 y máximo 14 viajeros más el guía. En caso de no alcanzar el número mínimo de viajeros, Insolit puede optar con cancelar el viaje con derecho a la devolución íntegra de las cantidades depositadas. En ese caso, nunca será notificado con menos de 10 días de antelación.

#### INFRASTRUCTURA DEL ALOJAMIENTO DURANTE LA RUTA

Alojamiento en hotel de 3\* y casas rurales en habitaciones dobles con baño privado.

#### SI VIAJAS SOLO/A – POSIBILIDAD DE COMPARTIR HABITACION

Los precios publicados corresponden a alojamiento en base a habitación doble. A la hora de rellenar la formalización de solicitud de viaje, puedes solicitar “Compartir

habitación” para evitar pagar el suplemento de individual. En el caso de que no haya personas del mismo sexo para compartir pero sí del otro sexo, os consultamos y ambos tenéis que estar de acuerdo para compartir. Esto no exime la aceptación del pago del suplemento de Individual en el caso de que finalmente no sea posible compartir

#### FORMALIZACIÓN DE LA RESERVA:

Consulta en el siguiente enlace:

[http://insolitviatges.com/assets/fichas\\_tecnicas/condiciones\\_contrato\\_insolit\\_2019.pdf](http://insolitviatges.com/assets/fichas_tecnicas/condiciones_contrato_insolit_2019.pdf)

laesenciainsolit@insolitviatges.com

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta – 08011 Barcelona

**INSOLIT**  
VIATGES I AVENTURA

[www.insolitviatges.com](http://www.insolitviatges.com)



## Ficha Técnica de la Ruta

### Consejos y datos prácticos a tener en cuenta

#### GASTOS EXTRAS DURANTE LA RUTA

Las comidas no incluidas son pocas y durante el trekking no se da lugar a hacer muchos gastos, con lo cual unos 150 € por persona es suficiente para todos los gastos extras.

#### CLIMA

Eslovaquia tiene lo que generalmente se considera un clima continental húmedo. Los veranos suelen ser cálidos con precipitaciones ocasionales, mientras que los inviernos son típicamente fríos y con nevadas. Las regiones más cálidas y secas del país se encuentran en las tierras bajas y en las planicies del sur, mientras que las zonas montañosas en el norte pueden ser frías durante todo el año, con inviernos muy severos. Primavera y otoño son quizá las mejores temporadas para viajar a Eslovaquia, pues el número de turistas es reducido y el clima es refrescante y placentero.

#### ELECTRICIDAD

La electricidad en Eslovaquia es de 230V / 50Hz y los enchufes son de dos clavijas redondas, iguales que en España.

#### VACUNAS

No hay vacunaciones obligatorias. Sin embargo es aconsejado vacunarse contra el tétano y la hepatitis. y en todo caso, consultar en vuestro centro de medicina tropical más cercano.

Dos de los muchos que te puedes dirigir son:

#### Barcelona:

Centre de Medicina i Vacunació Tropical de Drassanes:

Av. Drassanes, 17-21, Tel. 93 327 05 50 (A partir de las 15.00 h)

#### Madrid:

Unidad de vacunación internacional del Hospital 12 de octubre  
Avda. de Córdoba, s/n. 28041 Madrid.  
Planta 6ª - Bloque C  
Para pedir cita: 91 779 26 59

#### MONEDA

La moneda oficial es el Euro.

#### LA GASTRONOMIA EN ESLOVAQUIA

Los orígenes de la cocina eslovaca se remontan a los tiempos, cuando la mayoría de la gente vivía en pocos pueblos pequeños, sin la posibilidad de importar o comercializar los alimentos. Se cocinaban los ingredientes que habían crecido, o se negociaban en los mercados de las aldeas locales.

La cocina varía geográficamente entre la parte norte de Eslovaquia y la parte sur dramáticamente.

#### \*Cocina del norte

El norte de Eslovaquia es muy montañoso. Los inviernos son difíciles de por lo menos tres meses. La gente tenía que planear su comida para estos meses, la cocina era muy dependiente de los alimentos que no se echaría a perder. Estos ingredientes incluyen patatas, trigo, col fermentada, cebolla y productos lácteos.

#### \*Cocina del sur

Con veranos muy calurosos e inviernos suaves. En lugar de almacenar las patatas, la gente aquí cultivó todo tipo de frutas, hortalizas, y hicieron mermeladas y otros productos similares.

#### \*Carne

La carne de cerdo se convirtió en un elemento básico de la cocina local después de las

[laesenciainsolit@insolitviatges.com](mailto:laesenciainsolit@insolitviatges.com)

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta – 08011 Barcelona

**INSOLIT**  
VIATGES I AVENTURA

[www.insolitviatges.com](http://www.insolitviatges.com)



## Ficha Técnica de la Ruta

invasiones turcas. Dado que los musulmanes tienen prohibido comer carne de cerdo, los cerdos eran para los nativos. La carne fue procesada para que dure todo el invierno haciendo salchichas.

La parte sur se caracteriza por cocinar pato, ganso y pavo.

### \*Pan

El pan tradicional de Eslovaquia es amargo y se hornea en barras grandes. Fue probablemente el alimento más básico, se consumía, ya sea con grasa animal, mantequilla o como acompañamiento a la mayoría de los platos principales.

Muchos panes se cocinaban por semana. Uno era para el día y otros se envolvía para durar por el resto de la semana.

Aquí os detallamos algunos platos típicos:

\*Kapustnica: Sopa de col agria, para pasar bien el invierno, con carne ahumada, salchicha tipo salami y setas.

\*Gulash: Este estofado de carne de vaca, originalmente húngaro, también es tradicional en la cocina eslovaca.

\*Halušky: Plato nacional eslovaco: bolitas hechas de harina y patata, parecidos a los gnocchi italianos. Se sirven con diversas salsas: por ejemplo los "Bryndzové halušky" con queso y beicon crujiente o, los "kapustové halušky", con col y tocino.

\*Palacinky: Así se llaman los creps en Eslovaquia, que se pueden tomar como plato principal. Tanto dulces como salados, son deliciosos.

\*Strúdlá: Tarta de manzana a la eslovaca, muy parecida a los Strudels alemanes (o austriacos).

### **HORARIO**

No hay diferencia horaria con respecto a España.

### **DOCUMENTACIÓN**

Pasaporte con validez mínimo 6 meses o DNI en vigor para los ciudadanos españoles.

[laesenciainsolit@insolitviatges.com](mailto:laesenciainsolit@insolitviatges.com)

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta – 08011 Barcelona

**INSOLIT**  
VIATGES I AVENTURA

[www.insolitviatges.com](http://www.insolitviatges.com)



## Ficha Técnica de la Ruta

### Precios y fechas de salida

**PRECIO por persona: 1.030 € + 90 € tasas (aprox.)**

**Grupo previsto: mínimo de 4 viajeros y máximo 14**

Vuelos con Vueling en clase T desde Barcelona/Madrid. Salida desde otros puntos: consultar. Consultar suplementos con otras compañías y/o clases aéreas. Tasas aéreas calculadas a fecha 05-12-18. Es necesario reconfirmarlas en la fecha de emisión.

### SUPLEMENTOS:

Habitación individual: 200 €

**SALIDAS PREVISTAS 2019: Abril: 13 (S.Santa) y 21 / Julio: 6 y 13**

### EL PRECIO INCLUYE

- Transportes: vuelos internacionales, todos los traslados por carretera y tren especificados (tren con asiento reservado 2ª. Clase). Tren-cremallera y tranvía los días especificados.
- Recepción en el aeropuerto en español a la llegada.
- Guía local de habla hispana durante la ruta
- Comidas: todos los desayunos. Días 2, 3, 4, y 6: pensión completa, día 5: cena.
- Actividades y visitas especificadas en el itinerario.
- Alojamiento hotel 3\* y casas rurales en habitaciones dobles con baño privado
- Seguro básico de asistencia en viaje
- Envío del dossier con la documentación del viaje vía mensajero a toda la Península y Baleares (Canarias consultar)
- Teléfono de emergencia 24 horas

### EL PRECIO NO INCLUYE

Entradas en monumentos, comidas y bebidas no especificadas, asignación de asientos en los vuelos y facturación de maleta, todo lo no especificado en el apartado "incluye".

[laescenciainsolit@insolitviatges.com](mailto:laescenciainsolit@insolitviatges.com)

Tel. 93 726 99 99 – Whatsapp 691 96 33 23

BARCELONA (Central)

Gran Via Corts Catalanes 583, 5ª planta – 08011 Barcelona

**INSÒLIT**  
VIATGES I AVENTURA

[www.insolitviatges.com](http://www.insolitviatges.com)