



Ascensões ao Cotopaxi 5897m e Chimborazo 6267m com o João Garcia

13 dias de viagem. Duas ascensões a cumes com mais de 5000m e a um cume com mais de 6000m. Acompanhamento do alpinista João Garcia.



Testemunho

Eduardo M
- 23/08/2016 16:45:45

Viagem muito bem pensada e planeada em relação às escaladas, com progressividade e descansos bem pensados. Viajei com um grupo fantástico, fiz amigos, fiz o que nunca tinha feito. Foi uma experiência fantástica!



Descrição

O vulcão Chimborazo, que agora nos propomos escalar sob a orientação do alpinista João Garcia, é o vulcão mais alto do Equador com 6267m. Para aclimatar iremos igualmente subir ao Cotoaxi com 5867m e ao Iliniza norte com 5116m.

São montanhas "sem dificuldade técnica" mas não quer dizer que seja fácil. Caminhar acima dos 3000 metros implica um esforço cardio-torácico superior àquele que faz normalmente no seu dia a dia. Por isso atrevemo-nos a dizer que esta viagem não começa na altura em que se sobe a montanha, mas sim, alguns meses antes quando intensifica o seu treino para transformar a sua viagem numa expedição bem sucedida.

Esta viagem é acessível a todos os que disponham de boa forma física (ou treinem para isso) e que estejam habituados a caminhadas em ambiente de montanha.

Rácio de 1 guia para um máximo de 3 pessoas.

DESTINO

Equador.

TIPO

Montanha, Tour Leader, .

DURAÇÃO

13 dias

DIFICULDADE

Nível 8

CONFORTO

Nível 1



Itinerário detalhado - Legenda (P: Pequeno almoço A: Almoço J: Jantar)

Dia	Itinerário	Alojamento	Refeições
1	Voo cidade de origem - Quito	Hotel	-
2	Dia livre para aclimatar	Hotel	P
3	Quito - Pasochoa 4200m - Quito	Hotel	P - Lunch box
4	Quito - Guagua Pichincha 4794m - Quito	Hotel	P - Lunch box
5	Quito - Refugio Nuevos Horizontes 4650m	Refúgio	P - Lunch box - J
6	Cume Iliniza Norte 5116m e descida para o hotel	Hotel	P - Lunch box - J
7	Ida para o refúgio José Ribas 4800m	Refúgio	P - Lunch box - J
8	Subida ao Cotopaxi 5897m e ida para Baños	Hotel	P - Lunch box
9	Baños (city tour)	Hotel	P
10	Banões - refúgio do Chimborazo 5000m	Refúgio	P - Lunch box - J
11	Subida ao Chimborazo 6267m e descida a Quito	Hotel	P - Lunch box
12	Voo Quito - cidade de origem	-	-
13	Chegada à cidade de origem	-	-



1: Voo cidade de origem - Quito

Voo cidade de origem para Quito (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Quito>), com escalas intermédias. Chegada ao final do dia e transporte por conta do cliente para o hotel.

2: Dia livre para aclimatar

Dia livre para aclimatar em Quito que se encontra a 2850m.

O Centro Histórico de Quito - ou «Ciudad Vieja», como também é conhecido - foi o primeiro local a ser declarado Património Cultural da Humanidade pela UNESCO, em 1978.

Sugerimos visitar a "Mitad del Mundo", o ponto onde passa a linha do Equador.

A "Mitad del Mundo" reúne o monumento da Linha do Equador, museus, restaurantes e muitas lojas de artesanato.

3: Quito - Pasochoa 4200m - Quito

De manhã cedo rumaremos para sul, pela avenida dos Vulcões, onde podemos desfrutar de belas vistas sobre a paisagem e aldeias do planalto típico.

O nosso objetivo é a subida do extinto vulcão Pasochoa, com 4200m.

A subida levará cerca de 4 horas e almoçaremos no topo com vistos sobre o Cotopaxi e outros vulcões circundantes.

Descida e regresso a Quito ao final da tarde.

Resto do dia livre.

4: Quito - Guagua Pichincha 4794m - Quito

Vamos deixar Quito da parte da manhã e dirigimo-nos de carro para Lloa, situado a 10 Km a oeste da capital. De lá, demoraremos aproximadamente 3 horas e meia para chegar ao cume de Guagua Pichincha. No final da tarde estaremos de volta, em Quito.

5: Quito - Refugio Nuevos Horizontes 4650m

Sairemos pela manhã e em duas horas de carro estaremos em La Virgen. Dai caminharemos aproximadamente cerca de 3h até ao refúgio Nuevos Horizontes.

Temos tempo para relaxar e preparar o nosso material para a saída do dia seguinte.

Jantar e dormida em beliches em "open space".

Nota: no refúgio as casas de banho mistas, são no exterior e não é possível tomar banho.

6: Cume Iliniza Norte 5116m e descida para o hotel

Vamos sair do refúgio ao romper da madrugada e depois de uma subida de 4h, chegaremos ao cume do Iliniza Norte, um vulcão com vistas magníficas para outros nas redondezas.

Regressamos ao refúgio onde faremos uma paragem para descansar um pouco e continuaremos a descer até ao carro.

Seguimos para um hotel perto do Parque Nacional Cotopaxi.

7: Ida para o refúgio José Ribas 4800m

De manhã iremos de carro, até aos 4600m. Daqui continuaremos numa caminhada de cerca de 1h, até ao refúgio José Ribas a 4800m.

Preparamos o material para o dia seguinte para a subida ao Cotopaxi.

Jantar e dormida em refúgio.

Nota: no refúgio as casas de banho são mistas e no exterior. Não é possível tomar banho.

As camaratas são mistas.

8: Subida ao Cotopaxi 5897m e ida para Baños

Por volta da meia-noite sairemos em direção ao cume do Cotopaxi que nos vai levar cerca de 7 horas a subir.

No topo, se o dia estiver limpo, teremos uma vista maravilhosa sobre a cratera com o seu diâmetro de 800m.

Por volta do meio-dia estaremos de volta ao refúgio de onde seguiremos para Banõs.

Chegada ao final da tarde. Check-in no hotel e jantar livre (por conta do viajante).

9: Baños (city tour)

City tour pela cidade de Banõs. Visita às cascatas de *Pailón del Diablo* e *Manto de la Novia*, até cerca das 13pm.

Depois poderá relaxar nas famosas *hot springs* □

10: Banõs - refúgio do Chimborazo 5000m

Iremos de carro até ao refúgio Hermanos Carell a 4800m. Dai caminharemos cerca de 45 minutos até chegarmos ao refúgio Whympet a 5000m.

Prepararemos o nosso equipamento para a subida, jantar e dormida em camaratas.

Nota: no refúgio as casas de banho são mistas e no exterior. Não é possível tomar banho.

As camaratas são mistas.

11: Subida ao Chimborazo 6267m e descida a Quito

Sairemos para a tentativa de cume pela meia-noite. Depois de 8h chegaremos ao primeiro cume (Veintimilla). Daqui continuaremos até atingirmos o ponto Whympet, o cume a 6267m, o ponto mais alto do Equador.

Regressaremos a Quito no final do dia.

12: Voo Quito - cidade de origem

Duas horas antes do voo, iremos por conta própria para o aeroporto de regresso à Europa.

Noite a bordo.

13: Chegada à cidade de origem

Chegada à cidade de origem e fim dos serviços da Papa-Léguas.



Datas de partida & Preços do programa de terra

Preço do Voo desde: € 1300,00



Extensões

Não tem.



Suplementos

Suplemento Individual Hotel: € 195,00



Notas

Nota 1: Este itinerário está sujeito a alterações sem aviso prévio devido a alterações sazonais e condições atmosféricas.

Nota 2: Fuso horário padrão Quito: UTC/GMT -5 horas

Nota 3: Veja neste link informações sobre o custo de vida das cidades que irá visitar <http://www.numbeo.com/cost-of-living/>



Inclui

- Alojamento em hotel de classe turística em quarto duplo e em refúgios (camaratas);
- Refeições de acordo com o itinerário;
- Acompanhamento do alpinista João Garcia;
- Transportes de acordo com o programa;
- Entrada no parque Nacional Cotopaxi;
- Material de escalada: botas plásticas (até ao nº 46), arnês, crampons, piolet e capacete;
- Seguro e assistência em viagem (exclui ascensão).



Exclui

- Voos internacionais;
- Transferes de e para o aeroporto;
- Equipamento pessoal para o trekking/ ascensão;
- Todas as atividades e visitas opcionais;
- Qualquer tipo de gratificação;
- Todos os extras pessoais (telefone, lavandaria etc);
- Seguro de alpinismo (contactar a Federação de campismo e montanhismo de Portugal <http://www.fcportugal.com> Valor aprox

do seguro: 125 ☐);

- Qualquer item não mencionado como incluído.



Equipamento

Cabeça:

- Chapéu-de-sol;
- Gorro;
- Óculos de sol para montanha, nível 4;
- Frontal.

Tronco:

- Primeira camada térmica;
- Forro polar 100 e 200;
- Impermeável, tipo Gore-tex;
- Blusão de penas para -10°C (para que possa ser usado por cima das outras camadas);
- Buff;
- Mascara corta-vento.

Mãos:

- Luvas de primeira camada e luvas externas de alta montanha (tipo ski);
- Bastões (opcional).

Pernas:

- Calças primeira camada;
- Calças de trekking;
- Calças impermeáveis, tipo Gore-tex;
- **Polainas.**

Pés:

- Botas de média montanha para o trekking e/ou alta montanha para as ascensões;
- Sapatos confortáveis para a cidade;
- Meias técnicas de montanha.

A agência local tem: capacete, crampons, arnês, piolet e botas plásticas até o número 46.

Mochila de trekking máx. 45 litros.

Cantil de 2L (para os dias de cume não convém ser camelbak);

Kit básico de primeiros-socorros e estojo de higiene, incluir: creme hidratante, toalhetes e papel higiénico.

Navalha multiusos.

Máquina fotográfica.

Tampões para os ouvidos para utilizar no refúgio.

Saco de cama, temperatura de conforto -10°C (não há cobertores nos refúgios).

Fato de banho/ calções de banho.

Toalha sintética de trekking (pack towel).



Documentação

É necessário **passaporte** válido até pelo 6 meses após a data de saída do país. * Para conhecer a situação actual do país consulte a página \ de Ministério dos Negócios Estrangeiros www.secomunidades.pt ou através do telefone 213946000



Condições Particulares

1. Para esta viagem é OBRIGATÓRIO um seguro desportivo que abranja a vertente de Alpinismo. Poderá adquiri-lo através da FCM (Federação de campismo e montanhismo de Portugal <http://www.fcportugal.com> .ou no Clib Alpin Français

<http://www.ffcam.fr/assurance.html>

2. Deverá ter um passaporte em rigor, com um mínimo de 6 meses de validade a partir de saída do país visitado.
3. Ao efetuar a inscrição o participante assume a responsabilidade de contratualizar o seguro diretamente com a federação em causa ou outra equivalente.
4. À PAPA-LÉGUAS não pode ser imputada qualquer responsabilidade pela não aquisição do seguro acima indicado.
5. Requisitos necessários: Boa forma física!
6. TREINO: É esperado que os participantes estejam em boa forma física. Esta viagem é sem dúvida exigente a nível de preparação física. De maneira que é aconselhado que os participantes desta expedição se preparem com alguma antecedência. O treino de endurance será o objetivo principal, adquirido tanto a correr 2 vezes semanalmente (50min x 2/semana) como numa marcha ao fim de semana com mais de 6h com 8Kg min. de peso na mochila. Pedalar ou nadar na mesma proporção, também são excelentes substitutos para quem possa correr devido a lesão.
7. Quando um viajante tem uma situação clínica como por exemplo: diabetes, sofrido uma operação ao joelho, tensão alta ou problemas cardíacos, entre outros, terá de trazer um atestado médico a confirmar de que pode realizar o trekking a mais de 5000m e/ou subir uma montanha de 6000m com uma descida/subida de 1200m de desnível.
8. Caso o seu voo faça escala nos EUA terá de tratar:

- Visto electrónico de entrada ESTA. Veja este link:

<https://www.cbp.gov/travel/international-visitors/esta>

- Caso desde 2011 tenha estado em algum dos países: Irão, Iraque, Somália, Sudão, Síria ou Iémen, não poderá obter o ESTA mas sim um visto acedendo a este site: ais.usvisa-info.com

Este visto demora mais tempo que o ESTA e por isso deve ser tratado de imediato.

Saiba mais informação aqui:

<https://www.cbp.gov/travel/international-visitors/visa-waiver-program/visa-waiver-program-improvement-and-terrorist-travel-prevention>

Condições de desistência:

Se o Cliente desistir da viagem a 90 dias ou menos da data de partida, terá que pagar todos os custos a que a sua inscrição e posterior desistência derem lugar e ainda uma quantia que pode atingir 15% do preço da viagem. O Cliente poderá ser reembolsado pela diferença entre a quantia paga e os montantes acima referidos.

Condições meteorológicas

Todas as atividades na montanha estão dependentes da meteorologia quer de forma direta, quer indireta. Se o guia considerar que os fatores meteorológicos observados na altura da realização da atividade podem colocar a integridade física dos participantes e do próprio guia em risco, de forma soberana poderá cancelar a atividade. O cancelamento da atividade por motivos meteorológicos não confere o direito ao reembolso de qualquer quantia paga.

Consideram-se como condições meteorológicas a observar as seguintes: ventos fortes; nevoeiro intenso; queda excessiva de neve (contribuindo para o risco de avalanches); trovoadas e outros.

© 2019 PAPA-LÉGUAS, Viagens e Turismo, Lda.
Rua Conde de Sabugosa, 3F 1700-115 Lisboa Portugal
Telefone: 00 351 21 8452689/90 . Fax: 00 351 21 8452693 . RNAVT: 2275 . RNAAT 67/2014
www.papa-leguas.com