



Montanhas de Rila e Pirin

Trekking. 9 dias de viagem. 5 dias de trekking. 8 noites em hotéis de 3 estrelas e refúgios de montanha.

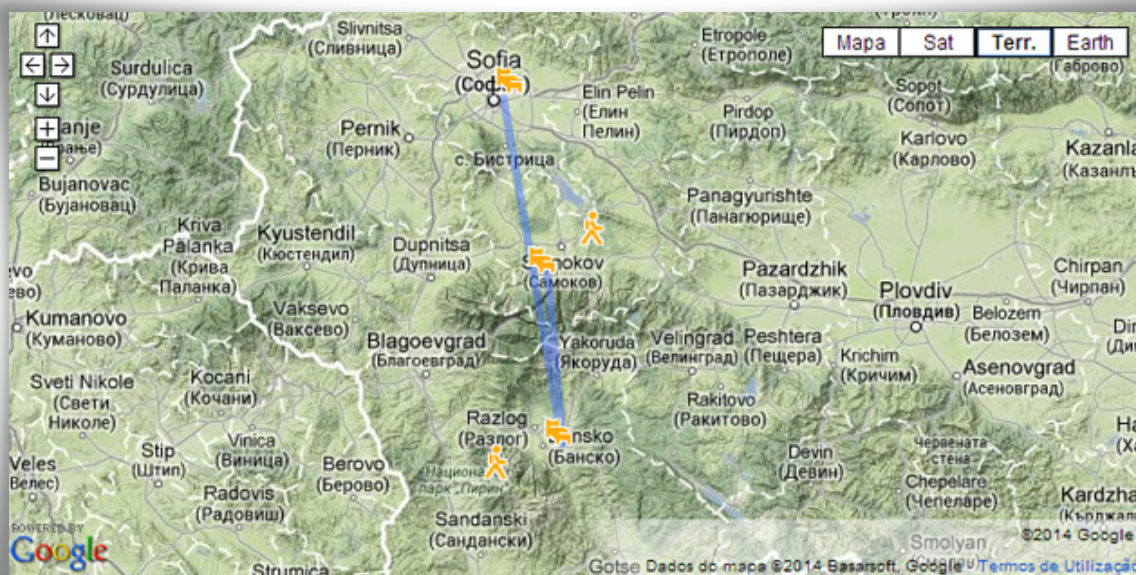


Testemunho

Betina d

- 24/07/2015 12:57:48

Os percursos de trekking são espetaculares, tanto a caminhada pela floresta como a ascensão aos cumes com vistas das montanhas e dos lagos. O esforço físico é muito equilibrado, com breves pausas para ver a paisagem, tirar fotografias e descanso.



Descrição

Este itinerário oferece-nos a possibilidade de visitar alguns dos lugares mais espetaculares das montanhas dos Balcãs: **Musala**, **Lakatnik**, **Maliovtitsa**, o **maciço de Pirin** com o **Mt. Vihren** que reúnem uma variedade de culturas e tradições mostrando-nos assim o espírito dos Balcãs.

Rila é a cadeia montanhosa mais alta do país (**pico Musala 2.925 m**) e é o quarto maior maciço da Europa.

O nome Rila é de origem Trácia e significa «montanha com muita água».

O percurso decorre rodeado de bosques de coníferas, pastos e de altas montanhas.

Outro ponto importante do programa é a visita ao **mosteiro de Rila**, um monumento cultural incluído na lista da Unesco.

Este país possui muitas reservas naturais com uma grande importância ambiental.

Durante a maioria do tempo caminhamos a uma altitude que passa os 2000 m e chega a 2900 m acima do nível do mar.

DESTINO

Bulgária.

TIPO

Cultural, Natureza, Trekking, .

DURAÇÃO

8 dias

DIFICULDADE

Nível 3

CONFORTO

Nível 2



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

Dia	Itinerário	Alojamento	Refeições
1	Voo cidade de origem - Sofia	Hotel	-
2	Sofia - Borovets. Ascensão ao Monte Musala (2925m) - Govedartsi	Hotel	P - J
3	Trekking na região da montanha Maliovitsa	Hotel	P - J
4	Trekking nos Sete Lagos das montanhas de Rila - Mosteiro de Rila - Bansko	Hotel	P - J
5	Trekking nos vales e lagos glaciares de Pirin (Bezbog - Refúgio Tevno Ezero)	Refúgio	P - J
6	Continuação do trekking em Pirin - Bansko	Hotel	P - J
7	Ascensão ao Monte Vihren (2914m) e regresso a Sofia	Hotel	P - J
8	Voo Sofia - cidade de origem	Hotel	P



Dia-a-Dia

1: Voo cidade de origem - Sofia

Saída em voo com destino a Sofia com possível escala numa cidade europeia. Chegada, assistência no aeroporto e transporte (30min) para o centro de Sofia. Check-in no hotel e tempo livre.

2: Sofia - Borovets. Ascensão ao Monte Musala (2925m) - Govedartsi

Pequeno-almoço, check out no hotel em Sofia e ida em transporte privado para a estância de esqui de Borovets (70km). Chegada e ida de telecadeiras até ao pico Yastrebetz (2300m). Desde aqui, faremos uma agradável caminhada através de florestas de coníferas até aos lagos Musalenski, situados na base do Monte Musala, o ponto mais alto dos Balcãs (2925m <http://pt.wikipedia.org/wiki/Musala>). Não é necessário escalar, pois é um «trekking peak». A ascensão é facultativa mas muito recomendada.

No topo, as vistas são verdadeiramente soberbas, podemos contemplar os cumes das montanhas de Rila e ao longe os picos brancos e nevados da cordilheira de Pirin (que iremos conhecer nesta viagem). Também o Monte Vitosha é visto desde aqui e com ele as montanhas de Sredna Gora, e os cumes cobertos de vegetação das montanhas Rodopi. Impressionantes vistas.

Transporte para Govedartsi (1500m) onde ficaremos uma noite.

6 horas de caminhada; desnível - 750m.

3: Trekking na região da montanha Maliovitsa

Outro impressionante dia de caminhada! Após o pequeno-almoço na pacata aldeia de Govedartsi, vamos de automóvel até ao resort de esqui do Maliovitsa para iniciarmos o trek.

Subiremos o vale ao longo de um trilho fácil e coberto com vegetação arbustiva de carácter alpino, em direção ao Circo glacial dos lagos Prekorechki. Este local é belíssimo pois poderemos contemplar altíssimas paredes de pedra coroadas por montanhas acima dos 2700m e que descem em degraus até à região dos lagos. Visitaremos o «Scary Lake» antes de descermos até ao Lago Yonchevo, que nos surpreenderá com os seus 200m de comprimento.

7 horas de caminhada; Desnível - 900m.

4: Trekking nos Sete Lagos das montanhas de Rila - Mosteiro de Rila - Bansko

Pequeno-almoço e transporte até ao refúgio Pionerska, para prosseguirmos de telecadeira até à zona dos «Sete Lagos (2200m)».

Início da caminhada e subida gradual através de belas florestas de coníferas até à espetacular região de Razdela e Cherni Iskar, oferecendo aos caminhadores excelentes vistas sobre o Mt. Vitosha (<http://en.wikipedia.org/wiki/Vitosha>) e as montanhas de Verila. Continuação até ao Mosteiro de Rila, um dos mais famosos locais da Bulgária.

Visita ao mosteiro de Rila (http://pt.wikipedia.org/wiki/Mosteiro_de_Rila). Classificado pela Unesco como património da Humanidade, quando o visitarmos perceberemos porquê.

Pequena caminhada opcional até à ermida do St. Ivan Relski.

Deixando o belíssimo Mosteiro de Rila, partimos para a aldeia de Stob para visitar as «Stob Pyramids», espetaculares formações em arenito que nos deixarão surpreendidos (visita sujeita a confirmação).

Transporte privado para Bansko, onde pernoitaremos.

5 horas de caminhada; Desnível: 700m.

5: Trekking nos vales e lagos glaciares de Pirin (Bezbog - Refúgio Tevno Ezero)

Transporte desde Bansko até à lindíssima região de Pirin, onde ficaremos dois dias a explorar a pé às suas paisagens montanhosas. Iniciamos a caminhada no abrigo Bezbog (2236m) e cerca de 4-5 horas depois chegaremos ao refúgio de Tevno Ezero, onde passaremos a noite.
5 horas de caminhada; desnível acumulado de 450m de subidas e 150m de descidas.

6: Continuação do trekking em Pirin - Bansko

Estamos numa região de montanha coberta por inúmeros lagos de cores transparentes, muito perto encontraremos o lago Popov , o maior e mais profundo de toda a cordilheira, há quem diga que é também o mais belo. Continuamos a marcha rumo aos lagos Valiavishki para depois chegarmos ao verdejante vale do rio Demianishka. A partir deste local, continuamos de veículo até Bansko (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Bansko>) .

6 horas de caminhada; desnível acumulado de 150m de subidas e 650m de descidas.

7: Ascensão ao Monte Vihren (2914m) e regresso a Sofia

Pequeno-almoço no hotel em Bansko e ida para o início de um dia em cheio! A ascensão ao Monte Vihren, (<http://en.wikipedia.org/wiki/Vihren>), o ponto mais alto das montanhas de Pirin a uma altitude de 2914m. Início da marcha no Vihren Hut.

Ao longo do trilho teremos a oportunidade de contemplar muitos picos da cordilheira de Pirin, assim como vales escarpados e lagos glaciares que pintam a paleta com vários reflexos de luz e cor. Bem como a flor Edelweiss, entre outras raras flores que se escondem na paisagem cársica deste maciço. Se o tempo ajudar, poderemos almoçar no topo do Monte Vihren, desfrutando de um cenário magnífico.

Regresso a Sofia ao final da tarde.

7-8 horas de caminhada; desnível acumulado De 1000m de subidas e 1000m de descidas.

8: Voo Sofia - cidade de origem

Pequeno-almoço e à hora marcada, transporte para o aeroporto para voarmos de regresso à cidade de origem. possibilidade de escalas intermédias.

Fim dos serviços da Papa-Léguas.



Datas de partida & Preços do programa de terra

Preço do Voo desde: € 400,00



Extensões

Não tem.



Suplementos

Suplemento Individual Hotel: € 90,00



Notas

Nota 1** As informações contidas neste dossiê, terão de ser tomadas, única e exclusivamente a título informativo, estando sujeitas a possíveis variações.

A PAPA-LÉGUAS declina toda a responsabilidade por qualquer circunstância derivada de uma interpretação errónea da informação acima discriminada.

Nota 2** GMT/UTC +2 ()

Eletricidade

Corrente elétrica: 230 V

Frequência: 50 Hz

<http://electricaloutlet.org/>

Nota 3** Para informações acerca do custo de vida <http://www.numbeo.com/cost-of-living/>

Nota 4** Para informações acerca do país <http://www.secomunidades.pt/web/guest/listapaises/BU> **Nota 5**** Durante as caminhadas, os participantes somente transportam a mochila de dia.



Inclui

- Transporte aeroporto - hotel - aeroporto (veja as condições particulares);
- Transporte por estrada em mini bus;
- Alojamento em hotel em quarto duplo;
- Uma noite de alojamento em refúgio de montanha (wc partilhada);
- Guia local a falar inglês;
- Refeições de acordo com o itinerário (meia-pensão);
- Seguro e assistência em viagem.



Exclui

- Voos internacionais;
- Entradas nos lugares a visitar: Mosteiro de Rila, monumentos em Sofia;
- Taxas de aeroporto;
- Todos os extras pessoais (bebidas, lavandaria, etc.);
- Todas as atividades e visitas opcionais;
- Qualquer tipo de gratificação;
- Qualquer item não mencionado como incluído.



Equipamento

A lista de equipamento depende da época do ano. Informe-se acerca das condições climáticas. Como regra geral, é imperativo que leve o essencial para reduzir o peso do seu saco de viagem.

Devido a questões logísticas o peso da bagagem não deve ultrapassar os 10 -12KG.

Cabeça:

- Chapéu-de-sol;
- Gorro;
- Óculos de sol;
- «Buff» ou lenço multiusos;

Tronco:

- Primeiras camadas térmicas: 2 unidades;
- T-shirts;
- Forro polar 100 e 200;
- Impermeável leve e/ou corta-vento;

Mãos:

- Luvas de primeira camada e luvas externas;

Pernas:

- Calças primeira camada;
- Calças de trekking (e.g., convertíveis em calções);
- Calças leves impermeáveis;
- Calções;
- Calças casual;
- Polainas (opcional);

Pés:

- Botas de caminhada, quentes, robustas e maleáveis com apoio para o tornozelo;
- Tênis leves ou sandálias para usar em tempo livre;
- Meias casual;
- Meias de caminhada (2 a 3 pares);
- Atacadores suplentes;

Outro equipamento:

- Saco maleável de 70 - 90 litros. Será conveniente que o seu equipamento seja acondicionado num saco maleável, que facilita o seu manuseamento e transporte;
- Roupas de viagem;
- Estojo de higiene**
- Saco-cama opcional (não é necessário pois há cobertores no refúgio onde passará 1 noite);
- 1 manta de sobrevivência em folha de alumínio;
- Toalha sintética de trekking - «pack towel»;
- Sabonete de mãos anti-bacteriano;
- Bolsa de documentos e dinheiro (com apoio no pescoço);
- Pequeno cadeado para trancar o saco;
- Mochila de dia/ trekking de cerca de 30 - 40 litros com cobertura impermeável.
- Cantil ou Camelbak com capacidade mínima de 1,5 L. Beba sempre muita água, não espere por ficar sequioso para o fazer. Na montanha o ar é mais seco, e além disso a exposição prolongada ao sol e ao vento contribui para uma maior perda de água. Tenha sempre presente que necessita de estar bem hidratado, e que desta maneira terá uma melhor recuperação da fadiga muscular.
- Lanterna frontal e pilhas alcalinas de substituição;
- Kit básico de primeiros-socorros;
- Máquina fotográfica;
- Barras energéticas

Equipamento opcional:

- 2 bastões;
- Cinto para transportar dinheiro;
- Pequeno estojo de costura;
- Fita tape;
- Navalha multiusos, tipo exército suíço;

****Estojo de higiene:** material de banho; protetor solar; protetor labial; pastilhas purificadoras de água; toalhetes; repelente de insectos (depende da altura do ano); lenços de papel e papel higiénico. Tampões para ouvidos para utilizar no refúgio.



Documentação

Passaporte com pelo menos 6 meses de validade.

Não é necessário visto de entrada para os portugueses.

Aconselhamos que leve uma fotocópia do passaporte e/ou digitalize-o e envie para um endereço electrónico baseado na web, (tipo gmail.com) para o ter disponível através desta via.

Para mais informações, consulte www.secomunidades.pt



Condições Particulares

- O Viajante que não adquira os voos à Papa-Léguas, pode não ter assegurado os transferes de chegada e partida caso os seus voos não sejam exatamente iguais aos voos reservados para o grupo.

Se o Viajante optar por reservar à Papa-Léguas os transferes para os voos por si comprados, implica o pagamento adicional dos mesmos que variam consoante o país de destino e o programa efetuado.

- O viajante deverá possuir cartão do cidadão ou bilhete de identidade válido.

- O suplemento individual não se aplica às noites em refúgio.

© 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