



## TREKKING BIAFO-HISPAR AGOSTO 2024

### SKARDU – ASKOLE

### HISPAR PASS (5150M) – VALLE DE HUNZA

#### Raúl Domínguez Pascual

Nació en Madrid el 9 de marzo de 1975.

Nuestro guía en este viaje será Raúl. Apasionado de la montaña desde hace más de 30 años y con más de quince dedicados en exclusiva como guía, Raúl ha convertido la aventura en su estilo de vida. Titulado como guía de montaña, barrancos y profesor de esquí, su terreno de trabajo se encuentra, explorando los rincones más remotos del mundo.

Sus conocimientos de orientación, cartografía y GPS, junto con su amplia experiencia en diversos destinos, se convierten en los pilares que garantizan el éxito de sus expediciones.

Raúl va más allá del papel convencional de guía; su destreza para fomentar el compañerismo y construir un equipo, combinado con su enfoque positivo, convierte cualquier viaje que encabece como Tour Leader de Taranna Trekking en una experiencia verdaderamente inolvidable y plena de energía positiva.

Su espíritu curioso y aventurero hacen que siempre este buscando nuevas rutas, saliéndose de los circuitos habituales, para explorar zonas auténticas y menos frecuentadas.

Con el hemos abierto nuevos programas en Alpes, Dolomitas, Nepal o Uganda y logrando notables ascensiones en cumbres que superan los 6.000 metros.

Colabora activamente como profesor en la Escuela Andaluza de Alta Montaña, compartiendo sus conocimientos y experiencia para formar a las próximas generaciones de guías.

Cuando no está acompañando a nuestros grupos, lo encontrarás en Granada, su hogar desde hace 7 años. Probablemente esté surcando los cielos con su parapente, escalando desafiantes paredes o esquiando en las laderas de Sierra Nevada, siempre inmerso en la preparación de la próxima emocionante aventura con Taranna Trekking.



El trekking del Biafo-Hispar es una de esas travesías de ensueño o que solo aquellos grandes clásicos de la literatura de montaña nos pueden hacer imaginar. La dureza del entorno, tan inhóspito como puede ser el corazón del propio Karakorum, no tiene parangón con otras zonas del planeta; luego sus pobladores, los Balties, firmes y recios como las torres graníticas.

Este trekking comienza en Askole, pueblo que se encuentra en la margen derecha del glaciar Biafo. El glaciar Biafo se localiza al sur del glaciar Baltoro y conduce al glaciar Hispar, travesía dura que discurre de entre montañas 5500 y 7300 metros de altitud. Para completar esta travesía es necesario atravesar el famoso lago de nieve se encuentra a 500 metros por debajo del collado de 5150m que nos da acceso al Glaciar Hispar. Montañas como el Ogro o los Latok son solo algunos de los impresionantes picos que contemplamos durante la travesía. Ya del otro lado del collado, el entorno nos devuelve algo de vida, cuando en verano los campos están verdes antes de la cosecha.

### TIPO DE VIAJE

Serán jornadas que transcurrirán en un mundo de hielo y roca, montañas imponentes, glaciares de magnitudes poco frecuentes... un paisaje en constante cambio y movimiento.

El regreso se realiza por el famoso valle de Hunza, según muchos, verdadero Shangri-La de oriente.

Hay que tener en cuenta que durante el trekking no pasaremos por pueblos de manera que utilizaremos tiendas de campaña durante todo el recorrido, esto unido al aislamiento y el frío hacen de este trekking una experiencia que puede ser dura si las condiciones meteorológicas son malas. Porteadores baltís cargarán con un equipaje de 15 kg por expedicionario, si queremos llevar algún kilo extra deberemos cargarlo nosotros mismos.

### RESUMEN VIAJE

05-AGO / DIA 1: VUELO A ISLAMABAD

06-AGO / DIA 2: LLEGADA A ISLAMABAD

07-AGO / DIA 3: ISLAMABAD – CHILAS (O VUELO A SKARDU)

08-AGO / DIA 4: CHILAS – SKARDU (O DÍA LIBRE)

09-AGO / DIA 5: SKARDU – ASKOLE (3.000M)

10-AGO / DIA 6: ASKOLE – NAMLA (3.400M)

11-AGO / DIA 7: NAMLA – SHIKONFON (3.660M)

12-AGO / DIA 8: SHIKONFON – BAINTHA (3.990M)

13-AGO / DIA 9: BAINTHA – MARPHOGORO (4.410M)

14-AGO / DIA 10: MARPHOGORO – KARPHOGORO (4.680M)  
 15-AGO / DIA 11: KARPHOGORO – SNOW LAKE CAMP (4.770M)  
 16-AGO / DIA 12: HISPAN LA CAMP (5.1510M) – KANNI BASSAR (4.511M)  
 17-AGO / DIA 13: KANNI BASSA – JUTANMAL (4.330M)  
 18-AGO / DIA 14: JUTANMAL – RED STAR CAMP (4.150M)  
 19-AGO / DIA 15: RED STAR CAMP – BITHANMAL (3.660M)  
 20-AGO / DIA 16: BITHANMAL – HISPER VILLAGE (3.383M)  
 21-AGO / DIA 17: HISPER – KARIMABAD / HUNZA  
 22-AGO / DIA 18: VALLE DUIKER (2.900M) - FUERTES ALTIT /BALTIT (2.500M)  
 23-AGO / DIA 19: KARIMABAD - NARAN VÍA BABUSAR PASS (4.173M)  
 24-AGO / DIA 20: NARAN – ISLAMABAD  
 25-AGO / DIA 21: ISLAMABAD  
 26-AGO / DIA 22: VUELO DE REGRESO

## VUELOS

### DESDE BARCELONA

Cía.	Nº	Día	Mes	Origen	Destino	Salida	Llegada
TK	1854	05	AGOSTO	BARCELONA	ESTAMBUL	11:40	16:10
TK	710	05	AGOSTO	ESTAMBUL	ISLAMABAD	20:15	#03:35
TK	711	26	AGOSTO	ISLAMABAD	ESTAMBUL	05:05	09:00
TK	1855	26	AGOSTO	ESTAMBUL	BARCELONA	15:05	17:45

### DESDE MADRID

Cía.	Nº	Día	Mes	Origen	Destino	Salida	Llegada
TK	1858	05	AGOSTO	MADRID	ESTAMBUL	12:00	17:15
TK	710	05	AGOSTO	ESTAMBUL	ISLAMABAD	20:15	#03:35
TK	711	26	AGOSTO	ISLAMABAD	ESTAMBUL	05:05	09:00
TK	1859	26	AGOSTO	ESTAMBUL	MADRID	13:20	16:50

TK: TURKISH AIRLINES - # LLEGA EL DÍA SIGUIENTE

## QUE DICEN NUESTROS VIAJEROS DE ESTE VIAJE:

*“Trekking en MAYUSCULA, espectacular con todo tipo de ingredientes aparte de la exigencia física y mental. Gracias a TARANNÀ y en especial a MARCO por su profesionalidad ha sido posible esta experiencia.”*

*“Un trekking único. Es tan exigente e intenso como sobrecogedor por la belleza y dureza de los paisajes. Todas las fatigas merecen la pena. Cada día resulta una aventura real en busca de los pasos adecuados por un terreno cambiante de dimensiones gigantescas. La organización e infraestructura en campamentos es magnífica habida cuenta de su complejidad. La labor de porters, cocineros, asistentes en ruta ... y el trabajo del guía acompañante de Taranna, sobresalientes. Imprescindible si te gusta la alta montaña o buscas aventuras importantes. Eso sí, prepárate bien físicamente y con tiempo.”*

*“Hacer este trek, un sueño que llevaba muchos años esperando se cumpliera. Sin duda, no es solo el paisaje lo que te sobrecoge, son muchas las imágenes que te hacen pensar que este trek es una oportunidad para conocer un rincón mágico y mítico, pero algo en él hay vivo, los caminos nos han servido éste Agosto, pero los glaciares son cambiantes con lo que siempre será una “aventura” y una pequeña “expedición”. No es un trek cómodo, hay*

*acampadas en lugares idílicos pero también lugares “duros” y “exigentes” dónde ir en busca de la tienda toilet es ya una “expedición”.*

*“Un trek para gente con mucho “ánimo” y deseosa de “descubrir” la brutalidad del Himalaya. Gracias por haber trabajado para hacer realidad éste sueño”*

*“Impresionante trekking, un sueño en las montañas heladas del Karakorum. La dificultad física y técnica es compensada por la belleza e intensidad de los paisajes. El paso del Hispar es impresionante, pero es solo una guinda a un viaje lleno de momentos únicos. Te dejará sin respiración, literalmente. Pero no es para cualquiera, prepárate con tiempo y disfrutarás a tope.”*

## **ITINERARIO**

### **DÍA 1: VUELO A ISLAMABAD**

Salida en vuelo regular con destino Islamabad. Noche a bordo.

### **DÍA 2: ISLAMABAD**

Llegada a Islamabad y traslado al hotel.

Día dedicado a conocer esta ciudad, visitando los lugares más emblemáticos, como el Monumento Nacional, su museo y la gran Mezquita.

**Alojamiento en hotel.**

### **DÍA 3: ISLAMABAD – CHILAS (O VUELO A SKARDU)**

Si las condiciones meteorológicas nos permiten, tomamos un corto (1h) pero espectacular vuelo a Skardu

NOTA: *Itinerario en caso de no poder volar por las condiciones meteorológicas* - Traslado en minibús hasta Chilas. Primero por autopista y luego por carreteras locales cruzaremos las poblaciones de Abbottabad y Manshera, con parada a comer en Naran. Retomaremos nuestro camino subiendo el Babusar Pass (4.173M) y descendiendo por la trepidante carretera que nos llevara hasta Chilas, población situada junto al río Indo.

**Alojamiento en hotel, pensión completa.**



**DÍA 4: CHILAS – SKARDU (O DÍA LIBRE)**

Hoy disfrutamos de un día libre en Skardu donde podemos visitar el bazar y el fuerte de Khurpucho, Satpara. Lago y Bazar Skardu.

*NOTA: Itinerario en caso de no poder volar por las condiciones meteorológicas*

Iniciaremos nuestro periplo por la Karakórum Highway siguiendo el cauce del río Indo, a las 2 horas pararemos para disfrutar de la vista del primer 8.000 de nuestro viaje, el Nanga Parbat 8.126m. Antes de llegar a Gilgit nos desviaremos dejando el valle de Hunza, para llegar a Skardu, a través de unas de las carreteras más espectaculares de Asia.

**Alojamiento en hotel.**

**DIA 5: SKARDU – ASKOLE**

JEEPS 6-7H / 130KM / 3000M.

Luego del desayuno, salimos en jeeps a Askole a través del valle de Shigar.

El trayecto resulta espectacular atravesando la cuenta Skardu, cruzando el Río Braldu tres veces y pasando por las aldeas de Dassu, Apligon, Pakora, Hoto Chongo y Thongal.

Almorzamos en el camino a alguno de estos pueblos. A la llegada a Askole nos encontramos con los porteadores, realizamos los pesos de las cargas para el trekking y pasamos nuestra primera noche en campamento.

**Campamento.**

**DIA 6: ASKOLE – NAMLA**

7HRS / 3400M

Desde Askole salimos en dirección Este coincidiendo con el inicio del Trekking del Baltoro pero en seguida al llegar a la confluencia de los ríos Braldu y Biafo en Kisar Shaguran, donde se dividen los senderos y viramos el noreste. Seguidamente nos montamos en la morrena del glaciar para progresar hacia el norte y desde donde tenemos vistas grandiosas del Pico Pyramidal Baakhor Das. **Campamento.**

**DIA 7: NAMLA – SHIKONGFON**

4-5H / 6.7KM / 3660M

Esta jornada cruzamos un área con grietas hasta la cresta más alta del glaciar. Desde lo alto divisamos un macizo inconfundible formado por 3 picos principales: Latok -I (7145m), Latok -II (7108m) y Latok -III (6949m). Continuamos durante un par de horas aproximándonos a ellos sobre las rocas algo inestables durante todo el camino, para luego

encontrarnos con más grietas hacia Mango, un valle de ablación con césped, arbustos y sauces en la margen del río proveniente del glaciar del Mango Brakk (5, 355m). El campamento a unos 3650m tiene círculos de piedra para los porteadores y un amplio espacio de tiendas de campaña.

#### **Campamento.**



#### **DIA 8: SHIKONFON – BAINTHA**

6-7H / 10.7KM / 3990M

Este es un día agradable y fácil, que comienza con un breve paseo por el valle de ablación pasando por un pequeño lago, y luego cruza las grietas laterales hasta el centro liso del glaciar Biafo. Delante tenemos las primeras vistas del Paso Hispar. Las paredes de roca dentada de las montañas a ambos lados se elevan a 6000 metros. Luego, cruzamos dos morrenas intermedias y luego trepamos a la morrena lateral para encontrar un valle de ablación verde y seguir hasta Biantha (también es conocido como el campamento de Conway), una zona cubierta de hierba con un arroyo claro que sigue a densos sauces rodeados de flores, paisaje que poco a poco se irá perdiendo a medida que nos adentramos y ganamos altura en el Biafo. **Campamento.**

#### **DIA 9: BAINTHA – MARPHOGORO**

5-6H / 4410M

El sendero es empinado y suelto para llegar al glaciar, sin embargo, una vez allí, seguimos el glaciar plano haciendo una caminata relativamente sencilla. Más adelante, a lo largo del glaciar, hay algunas grietas a tener en cuenta donde, dependiendo de las condiciones, podemos atarnos para salvaguardar nuestro paso. Hay magníficas vistas de muchos picos, incluido El Ogro (7.813 m) y también, obtendremos las primeras vistas de Hisper La y Snow Lake. **Campamento.**

#### **DIA 10: MARPHOGORO – KARPLOGORO**

6-7H / 4680M

Empezaremos con 45 minutos de caminata fácil por el valle de ablación pasando varios lagos pequeños rodeados de flores y sauces (se pueden ver excrementos de osos y cuervos) seguido de 30 minutos de cruce difícil de grietas hasta llegar al fácil hielo blanco. No nos acercamos demasiado al glaciar Biantha Lukpar, ya que el hielo se agrieta donde se unen los dos glaciares. Las próximas horas son un paseo fácil por el hielo liso, pasando por pequeñas grietas frecuentes. Si el glaciar está cubierto de nieve, debemos atarnos y caminar en fila india a lo largo del paso. El Biafo está rodeado por

glaciares espigados en el sur y granito irregular en el norte. Napina es un campamento verde en el valle de ablación norte, con agua dulce, pero sin arbustos si nos desviamos hacia Napina, podemos acampar en el hielo en el medio de Biafo a unos 4400 m y los porteadores recogerán agua del deshielo del glaciar. Caminamos por la carretera de hielo hasta que nos encontremos frente al primero de los tres campamentos rocosos que llevan el nombre del color de la roca sobre ellos.  
**Campamento.**



© Marco Centomo

#### **DIA 11: KARPHOGORO – SNOW LAKE CAMP**

6-7H / 11.6KM / 4770M

Este día será imprescindible el uso de cuerda, polainas y botas de alta montaña. El ascenso al collado es una subida fácil y progresiva, aunque a una altura considerable. La ruta sube suavemente hacia el centro, con grietas gigantes y seracs azul verdoso a cada lado. Mirando hacia atrás a través del lago de nieve da una sensación de gran espacio cubierto de nieve, sin un atisbo de vegetación.

Comenzamos la jornada encordados para transitar el glaciar normalmente cubierto de nieve, (se recomiendan polainas), zigzagueando para cruzar las grietas, quedando a nuestras espaldas los grandes picos nevados y frente a nosotros las enormes torres de granito. En la intersección con el glaciar Sim Gang y Snow Lake (Lukpe Lawo), giramos el rumbo hacia el Oeste donde se encuentra el collado. Aquí, El hielo tiene alrededor de 1,5 kilómetros de espesor y fluye a unos 300 metros por año. Acampamos a unos 4780 metros una zona plana de hielo de varios kilómetros de ancho y rodeado de montañas dentadas.

El Nombre Lago de Nieve (Snow Lake) fue dado en 1892 por W Martin Conway, el primer explorador extranjero, en 1899. Él y su equipo llegaron y especularon que Snow Lake podría ser una capa de hielo como las de la polar región, desde la cual los glaciares fluyeron en todas direcciones, y estimó su tamaño en 780km<sup>2</sup>.

**Campamento.**

#### **DIA 12: HISPHER LA CAMP – KHANI BASSA**

9-10H / 4350M

Desde la base del collado ascendemos por una pendiente de nieve suave hasta el collado siendo este uno de los paisajes de montaña más espectaculares del mundo. Desde el collado avistamos el Snow Lake en su totalidad, el Ogro, el grupo de los Lathok e innumerables picos de más de 6000m. Desde el Collado Hisper observamos una especie de espiral en el Snow Lake formada por los glaciares que se retuercen entre picos sin nombre y vírgenes. Esta jornada será la más técnica

que demandará pericia de nuestros guías para encontrar la siempre cambiante bajada al glaciar Hispar. Estaremos encordados durante toda la jornada hasta llegar a la zona plana del glaciar y solo nos quitaremos los crampones una hora antes del campamento cuando atravesemos la morrena. Al principio, grandes grietas y seracs bordean el glaciar en ambos lados para luego caminar sobre hielo plano atravesado por varios ríos y arroyos, depresiones... presentándose el Hispar Glaciar mucho más complejo y accidentado que el Biafo. Finalmente nos movemos por caminos de canto rodado que nos conducen a un pequeño campamento verde (4580m) justo antes del cruce con el glaciar Khani Bassa. Desde aquí tenemos unas hermosas vistas de la pared blanca de Balchish (6000m). **Campamento.**

### DIA 13: KHANI BASSA – JUTANMAL

4-5H / 4330M

Luego del desayuno emprendemos la marcha y tardamos unas dos horas en cruzar el glaciar Khani Bassa. Es relativamente fácil, con una hermosa vista al norte de la cúpula blanca y suave de Kanjut Sar de 7.760 m, pero luego debemos enfrentar la morrena muy erosionada y con grande bulders que nos obligan a caminar concentrados y con cierta tensión. Es una jornada bastante larga y dependiendo de las condiciones climáticas puede ser extenuante. Acampamos aproximadamente una hora antes del glaciar Yutmaru en un campo plano y protegido en el valle de la ablación, que ofrece lugar para muchas tiendas de campaña y agua hasta mediados de agosto. Algunos pequeños sauces y flores se encuentran alrededor. **Campamento.**



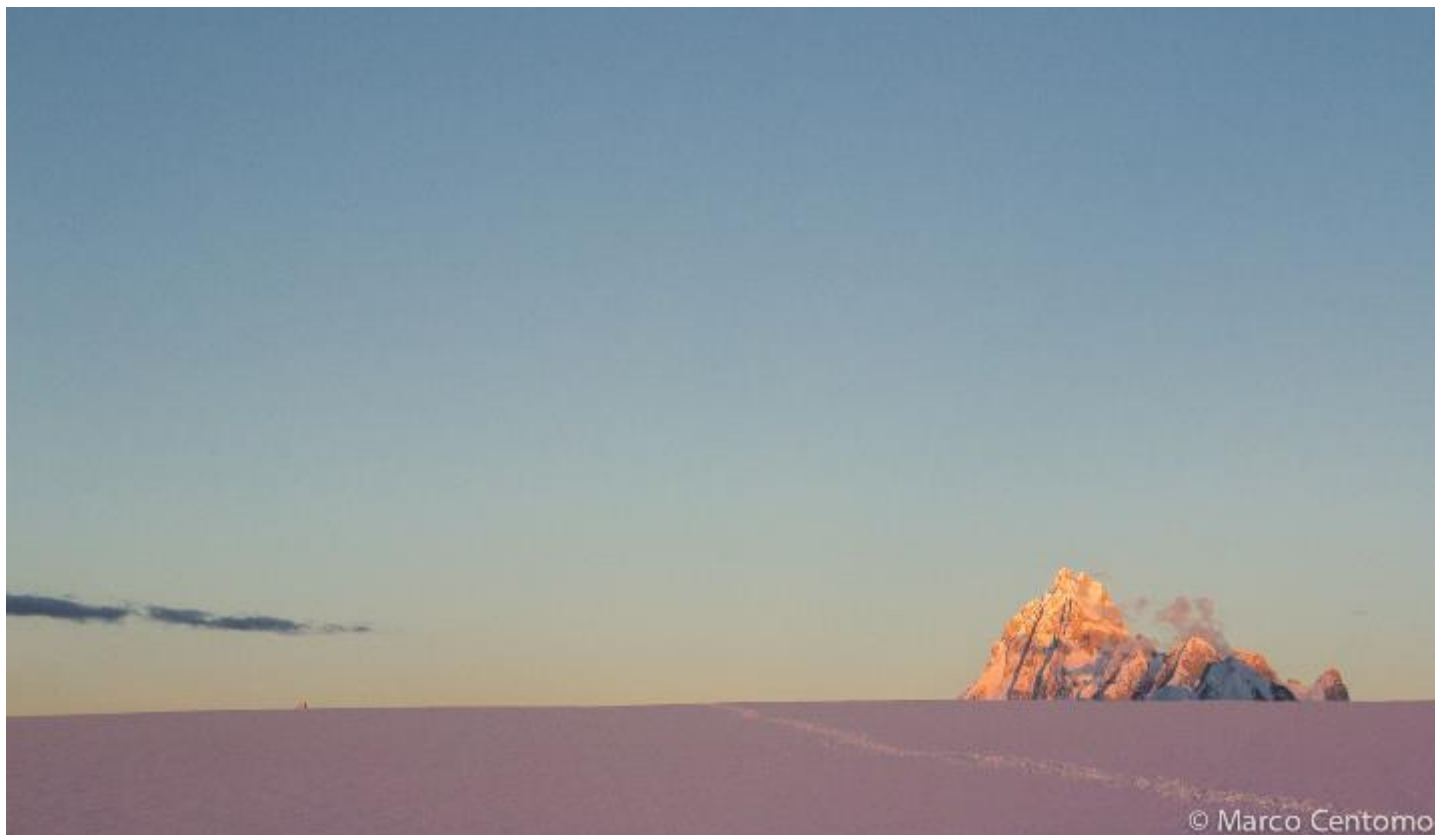
### DIA 14: JUTANMAL – CAMPAMENTO “RED STAR”

6-7H / 4200M

Esta jornada cruzamos el glaciar Yutmaru en al menos 2 horas, con altas paredes de hielo y profundas grietas que debemos salvar. En algún punto es necesario instalar alguna cuerda fija para salvar alguna grieta. Hacia la banda opuesta, encontramos ascendemos abruptamente hasta la pared del acantilado lateral socavado por el glaciar y por debajo de él hay un buen lugar de campamento con una vista panorámica hacia el paso de Hisper. El sitio no tiene mucha agua pero las flores y las hermosas vistas hacen que este otro lugar sea idílico. Luego, el camino inferior, siguiendo el borde del glaciar, es más difícil y no tan pintoresco.

El campamento de la Estrella Roja es un gran campo de altura de 4.150m con refugios de piedra ya establecidos para los porteadores. **Campamento.**



**DIA 15: RED STAR – BITHANMAL**

5-6H / 7.9KM / 3660M

Ni bien salimos del campamento, cruzamos el arroyo de un glaciar secundario y descendemos abruptamente hacia el valle de ablación hacia la margen norte del glaciar Hispar. Luego avanzamos por una morrena llena de boulders (grandes bloques). Es una jornada larga que al igual que las anteriores requiere esfuerzo físico y mental, pero también igual que todo el trekking las vistas son impresionantes.

**Campamento.****DIA 16: BITHANMAL – HISPEN**

4-5H / 3383M

Bitanmal significa “Campo del Chamán” y es un buen lugar para montar el campamento, en el borde del glaciar Kunyang. En el lugar, es posible realizar algunas exploraciones como subir al risco para ver las montañas gigantes al norte. Kunyang Chhish y, en la distancia, los picos de Dastahil Sar 7,885m.

Esta jornada como no podía ser de otra manera, también será algo larga, aunque el camino es mucho mejor que los días previos. El paisaje se torna más humano y comenzamos a ver zonas de pastoreo de Yaks. , caminamos por un sendero verde hasta los pastos de Bitanaml bajo el majestuoso Makrong Chhish 6607m donde bajamos abruptamente utilizando un talud hasta el borde del glaciar Kunyang para luego cruzar por un sendero poco visible otra vez hacia el valle de ablación. Finalmente, cruzamos el puente del río Hisper utilizando un auténtico teleférico y desde el otro lado del río subimos a la aldea de Hisper donde finaliza nuestra travesía. En Hispar nos recibe la población local (Chiita), pero debemos ser muy respetuosos con las mujeres poco acostumbradas al contacto con extranjeros. Este pueblo vive y se rige bajo el Islam tradicional y nuestra vestimenta debe ser acorde a sus costumbres. No es necesario utilizar velo, pero sí llevar pantalones largos y cubrirse los hombros.

**Campamento.**





### **DÍA 17: HISPÉR – KARIMABAD / HUNZA**

JEEPS 4X4 A HUNZA / 6HS

Esta jornada nos trasladamos en 4x4 hasta Karimabad. El camino discurre a través del espectacular cañón del río Nagar hasta su confluencia con el río Hunza. Llegada al hotel.

**Alojamiento en hotel.**

### **DÍA 18: VALLE DUIKER - FUERTES ALTIT /BALTIT**

El valle de Duiker es una encantadora aldea sobre el pueblo de Altit, que se encuentra al lado de Baltit, uno de los principales atractivos de Duiker es el mirador (2900 m). Aquí tenemos las mejores vistas al amanecer y el atardecer. Desde aquí hay vistas espectaculares hasta Karakorum Highway e impresionantes vistas del Golden Peak, Rakaposhi, Ultar y Lady's Finger Diran Peak 7200m, Gooden Peak 7027m y Dastagil.

Baltit fort: uno de los valles altos entre China y el subcontinente indio. Frente al pico Rakaposhi, uno de los picos montañosos más altos del mundo, Baltit Fort se alza majestuosamente sobre Karimabad, la actual capital de Hunza (Baltit fue la capital del antiguo estado de Hunza, y ahora está incluida en el área del asentamiento de Karimabad).

Situado en el rocoso nivel superior de la colina de Hunza y rodeado por Ultar Bar al este, Hyderabad Har al oeste, Mount Ultar y su rango subsidiario al norte, el Fort ofrece impresionantes vistas de las magníficas montañas, así como una vista de pájaro de los pueblos en el valle. Baltit Fort tiene un gran valor histórico, cultural y simbólico para la comunidad local. Históricamente, fue la sede de los Mirs de Hunza, una familia que gobernó la región durante siglos. Culturalmente, con algunos podemos ver edificios que datan del siglo XII, siendo el edificio principal una impresionante estructura de piedra con detalles intrincados de madera. Su arquitectura es un ejemplo significativo de la herencia diversa de Pakistán, que refleja la influencia tibetana.

Altit Fort: Se ha construido sobre un escarpado acantilado que cae 300 metros sobre el río Hunza y es mucho más antiguo que el Baltit Fort. Vista del fuerte de Altit, con la el centro de la ciudad a la derecha y debajo del fuerte. Los barrancos extremos, la fuerte caída y la ubicación muy por encima del río hicieron que este asentamiento fuera altamente defendible y un asentamiento más antiguo que muchos en el valle central.

El majestuoso y histórico Altit fort es el centro de atracción debido a su diseño arquitectónico y ubicación estratégica. Altit

es el lugar de nacimiento del Reino Hunza y el fuerte Altit está el primer fuerte de la región. El mismo fue ha construido en seis etapas diferentes mediante el uso de varios niveles naturales de la roca. La construcción fue realizada justo en el borde de un acantilado escarpado que cae 1000 pies hasta el río Hunza.

Al principio se construyó como un palacio, poco después de la adición de la torre de vigilancia un elemento arquitectónico defensivo se transformó en un fuerte. Hay una gran posibilidad de que diferentes etapas del fuerte se hayan construido en diferentes momentos porque se dice que la edad real del fuerte es de más de 800 años.

**Alojamiento en hotel.**



© Marco Centomo

#### **DÍA 19: KARIMABAD – NARAN**

Conducimos a Naran (320Km, 9-10 Hrs), en el camino nos detenemos en varios miradores, incluido el famoso punto de unión de tres grandes cordilleras: Karakorum, Himalaya e Hindukush. También nos paramos en el mirador de Thalichi para fotografiar la montaña Nanga Parbat 8126m (llamada “Bella Durmiente”). **Alojamiento en hotel.**

#### **DÍA 20: NARAN – ISLAMABAD**

Vamos en coche hasta Islamabad (239km, 6-7 horas), en el camino visitaremos el museo Taxila. La mayoría de los sitios arqueológicos de Taxila (600AC A 500DC) se localizan alrededor del Museo Taxila. Durante mil años Taxila fue un famoso centro de aprendizaje de arte de Gandhara de escultura y arquitectura, educación y Budismo. Hay alrededor de 50 sitios arqueológicos dispersos en un radio de 30km alrededor de Taxila.

El Museo de Taxila comprende varias secciones con vestigios arqueológicos encontrados en Taxila. Es uno de los museos más completos y bien conservados de Pakistán. Taxila es conocida por ser el centro budista del país. Muchas estatuas de Buda representando las diferentes etapas de su vida se han excavado y se exhiben tanto en el museo como en las diferentes stupas de la ciudad. **Alojamiento en hotel.**

#### **DÍA 21: ISLAMABAD**

Día libre en Islamabad.

**Alojamiento en Hotel.**

#### **DIA 22: TRASLADO AL AEROPUERTO – LLEGADA Y FINAL DEL VIAJE**

Vuelo de regreso Islamabad-Ciudad de origen. Llegada y fin del viaje.



**SALIDAS: 5 DE AGOSTO DE 2024**

**GRUPO MÍNIMO: 8 PERSONAS – GRUPO MÁXIMO: 16 PERSONAS**

**PRECIO POR PERSONA: 3.485 € + VUELOS\* (Ver precios de vuelos abajo) - GRUPO DE 12 PERSONAS**

**SUPLEMENTO GRUPO 11 PERSONAS: 145 €**

**SUPLEMENTO GRUPO 10 PERSONAS: 215 €**

**SUPLEMENTO GRUPO 09 PERSONAS: 280 €**

**SUPLEMENTO GRUPO 08 PERSONAS: 365 €**

**SUPLEMENTO INDIVIDUAL: 270€**

**\*VUELOS DESDE MADRID: 536€ + TASAS 370€ (Tasas cotizadas a noviembre de 2023)\*\***

**\*VUELOS DESDE BARCELONA: 655€ + TASAS 370€ (Tasas cotizadas a noviembre de 2023)\*\***

*\*\*Tasas cotizadas a noviembre de 2023) El precio de las tasas podrá variar en el momento de la emisión de los billetes de acuerdo variable como el precio del dólar, carburante etc...*

## EL PRECIO INCLUYE

- Vuelos internacionales con Turkish Airlines, compañía aérea a la que Apex Health Safety powered by Simpliflying les ha concedido el estatus de Diamante por sus estándares de seguridad en los viajes.
- Permiso de Trekking.
- **Guía de Taranna para grupo mínimo de 8 personas**
- Todos los traslados hotel-aeropuerto-hotel en vehículo privado.
- Tiendas dobles.
- Minibús con aire acondicionado desde Islamabad hasta Skardu ida y vuelta.
- Jeeps desde Skardu hasta el inicio y desde el fin del Trekking.
- Alojamiento en hotel turista superior en Islamabad en régimen de alojamiento y desayuno.
- Alojamiento en hotel turista en Chilas y Skardu en régimen de pensión completa.
- Guía local, incluyendo el transporte, salario y seguro.
- Porteadores, incluyendo el transporte, salario y seguro.
- Cocinero y ayudante, incluyendo el transporte, salario y seguro.
- Todo el material de uso común durante el Trekking (Tiendas, mesas, sillas con respaldo, tienda comedor, tienda toilet etc...)
- Pensión completa durante el trekking.
- Vuelo Islamabad-Skardu.

## EL PRECIO NO INCLUYE

- Visado de Pakistán.
- Propinas
- Tasas aéreas
- Seguro de viaje. Consulta todos nuestros seguros [aquí](#).
- Comidas en Islamabad y Hunza Valley
- Petate de expedición Taranna/Eagle Creek de 120lts.
- Equipo técnico personal (arnés, piolet, crampones, casco, descensor)
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias incontrolables como cancelaciones o retrasos de vuelos, carreteras bloqueadas, condiciones atmosféricas, desastres naturales...



## SEGUROS DE VIAJES

Todos nuestros viajeros deben viajar con un seguro de viaje.

Puede ser uno de los seguros ofrecidos por Taranna Trekking o es posible que dispongáis de un seguro particular.

En este enlace podrás encontrar toda la información relativa a nuestros seguros.

<https://tarannatrekking.com/seguros-de-viaje/>

## ALOJAMIENTOS

CIUDAD/PUEBLO	HOTEL	RÉGIMEN
Islamabad	Hill View hotel (o categoría similar)	Solo desayuno
Chilas	Gazebo hotel	D/A/C
Skardu	Concordia Motel	D/A/C
Hunza	Darbar Hotel	D/A/C
Duiker	Eagles Nest/ Fairy Land	D/A/C
Naran	Northern Retreat	D/A/C

**Nota:** Se buscarán alojamientos alternativos en el caso de que no hubiera disponibilidad en estos alojamientos.

Check-in antes de las 14:00 está sujeto a disponibilidad y a un coste extra.



**Hill View Hotel Islamabad**



**Master bed**



**Twin bed**



**Gazebo Raikot**



**Master bed**



**Twin bed**



**Concordia Motel Skardu**



**Master bed**



**Twin bed**



**Darbar hotel Karimabad**



**Master bed**



**Twin bed**



**Eagles Nest Duiker**



**Master bed**



**Twin bed**



**Northern Retreat hotel Naran**



**Master bed**



**Twin bed**

**CAMPAMENTOS**



**TRANSPORTES**



**TOYOTA HI ROOF (2-7PAX)**



**TOYOTA SALOON COASTER (7-16PAX)**





**JEEPS 4X4 TOYOTA (DE SKARDU A ASKOLI Y DE HISPER A KARIMABAD)**

## **ALIMENTACIÓN**

**DESAYUNO:** Gachas de avena, Cereales (Quaker Oats, Cornflakes, Muesli, Alpen), Mermeladas (manzana, mango, frutas mixtas), Miel, Café, Negro, Verde, Té con leche, Paratha, Pan espeso local, Chappati, Huevos, Gachas de albaricoque.

**ALMUERZO:** Atún, Queso, Sardina, Maíz, Ternera, Cóctel de Frutas, Melocotones, Peras, Rebanada de Mango, Pino, Dulces de Chocolate, Fideos Magi, Mezcla de Frutas, Tang, Púa Ovalada, Mantequilla de Maní, Crema de Galleta, Galleta Dulce, Galleta Crackles, Tikki Galleta, Pakoda, Samosa, Patatas Fritas, Verde, Té Negro, Frutos Secos, Frutas frescas de temporada. Cada día, el personal de la cocina ofrece algunos platos calientes, p. Ej. sopa, pasta, macarrones o espaguetis durante el trekking.

**CENA:** Cordero al curry, Ternera al curry, Pollo al curry, Pollo Kabab, Cordero Kabab, diferentes Verduras frescas, Tres tipos de Dal, Arroz simple, Arroz de cordero, Beryani, Espaguetis, Macarrones, Pasta Macarrones, Fideos chinos, Guisantes verdes, Frijoles al horno, Salchichas, Ketchup de tomate, mayonesa, sopas de verduras, sopas de pollo, verde, té negro, natillas, gelatina, mezcla de Kheer, mezcla de pudín, ensalada verde, ensaladilla rusa, chappati, fruta fresca.

## **METEOROLOGÍA**

La temporada de trekking en Pakistán es de junio a septiembre. Durante el trekking tendremos una amplia gama de temperaturas en función de la altitud y la hora del día. Entre los 1.000m y 3.500m las temperaturas suelen rondar los 5°C durante la noche; en cambio podemos llegar a tener hasta 40°C durante el día. Para esta zona de baja altura es necesario cuidar bien la hidratación y prestar atención para no sobreexponernos a la radiación solar. Luego, en zonas más altas las temperaturas oscilan entre los 20°C y -10°C.

Las mañanas son generalmente claras y por las tardes se forman algunas nubes por el desarrollo térmico diario. Éstas últimas suelen disolverse por la noche dejando cielos limpios y estrellados.

En Rawalpindi el clima es mucho más cálido y húmedo en esta época del año y las temperaturas suelen oscilar entre 30°C y los 46°C con alta humedad. En cambio en Skardu (2,340m) será más fresco.



## **ACLIMATACIÓN A LA ALTURA**

En cuanto al proceso de aclimatación, cabe tener en cuenta que los factores que influyen en el mismo varían para cada persona en su respuesta física a gran altitud y la capacidad para aclimatarse. La condición física no confiere ningún tipo de protección o facilitación en el proceso de aclimatación, por lo cual es imposible predecir cómo va a adaptarse cada individuo. La mejor forma de afrontar el proceso de aclimatación es evitando los ascensos rápidos y prestando mucha atención a la hidratación. El itinerario tal cual está planteado contempla esto, pero es necesario que cada uno camine conscientemente de forma individual.

## **SINTOMAS DE ACLIMATACIÓN VS. MAL DE ALTURA**

Los primeros síntomas del mal de altura incluyen: dolor de cabeza, náuseas, pérdida de apetito, insomnio, vómitos, tos seca, respiración irregular, falta de aliento, fatiga, hinchazón de los tobillos y los párpados. No es raro experimentar algunos de estos síntomas cuando llegan por primera vez a gran altura y luego ver que se reducen dentro de unos pocos días en la altura. Es importante informar de inmediato al guía de viaje de cualquier síntoma o malestar, aunque de menor importancia, de modo que puedan asistirnos y llevar un control sobre cada uno de nosotros. Los guías locales y guías Tarannà nos ayudarán y asesorarán en caso de que sea necesario tomar algún medicamento para tratar los síntomas de la aclimatación o mal de altura.



#### **HORARIOS DE MARCHA Y TERRENO GLACIAR**

Los horarios de marcha descritos en el programa son en base a nuestra última expedición en Agosto 2018. Al tratarse de una travesía 100% en terreno glaciar, los tiempos de marcha son susceptibles de cambiar por las propias características cambiantes del terreno. Así mismo, además de transitar por los dos glaciares principales (Biafo y Hispar), luego del cruce del collado Hispal La, se transita mayoritariamente por las morrenas del Glaciar Hispar, siendo necesario atravesar 4 grandes lenguas glaciares laterales. El descenso y ascenso por las morrenas de éstos últimos suele ser lento y cada vez diferente al tratarse de terreno muy erosionable.

Los campamentos serán montados siempre fuera del hielo excepto el día que dormimos sobre el espectacular collado.







### TURISMO RESPONSABLE

El turismo responsable siempre ha estado de forma natural en la ética de viajes de Tarannà Trekking. Desde que hicimos nuestro primer viaje en 1994, hemos viajado a los lugares más bellos del mundo con el compromiso de minimizar nuestro impacto ambiental. Al reconocer la fragilidad de los entornos naturales, mantenemos grupos reducidos y nos aseguramos de que nuestros colaboradores en destino reciban un buen trato y estén bien remunerados; respetamos las culturas locales, nos preocupamos de proteger el medio ambiente de los lugares que visitamos e intentamos hacer una contribución positiva allá donde viajemos.

### INFORMES DE SOSTENIBILIDAD

Desde nuestros inicios, en Taranna Trekking siempre hemos intentado mantener una actitud responsable como empresa. Desde hace unos años recogemos en nuestra memoria anual de sostenibilidad nuestros compromisos y resultados en este campo.

Para los que queráis ampliar la información sobre nuestros objetivos y acciones concretas, aquí os dejamos enlaces a nuestros Informes de Sostenibilidad.



### PREMIOS

Agradecemos a las instituciones que a lo largo de los años han reconocido nuestra labor como empresa responsable.



## BUENAS PRÁCTICAS Y RECOMENDACIONES

Si deseamos mantener los espacios naturales, las tradiciones y la belleza del planeta, todos deberíamos actuar de manera responsable cuando viajamos. Si bien el turismo es una fuente de ingresos muy importante para las áreas que visitamos, debemos tomar medidas para moderar el impacto sobre el entorno y las comunidades locales.

- Ahorra papel, Taranna Trekking te enviara toda la información de tu viaje en formato electrónico, de esta manera podrás descargar los documentos sin necesidad de imprimirlos.
- Respeta las costumbres locales, la religión, las tradiciones y los códigos de vestimenta de los lugares que visitas.
- No repartas dulces, bolígrafos o dinero, especialmente a los niños, ya que fomenta la mendicidad. Es mucho mejor ofrecer ese tipo de ayudas directamente a las escuelas o proyectos comunitarios.
- Especialmente en lugares remotos, donde la gestión de residuos es complicada, es una buena práctica no comprar agua embotellada, pues de esta manera reducimos los residuos plásticos.
- Como alternativa segura es recomendable llevar nuestra cantimplora. Podemos usar agua hervida, filtrada o potabilizada ya sea con pastillas o con dispositivos de luz ultravioleta (Steripen [www.steripen.es](http://www.steripen.es))
- Compre productos locales.
- Minimiza la erosión: No camines fuera de los senderos y evita pisar la flora autóctona.
- No tirar papel, compresas etc. en el inodoro y hacerlo en las papeleras que podremos encontrar en todos los baños, de esta manera los residuos no biodegradables se pueden destruir y no irán a parar a los acuíferos.
- Cuando te asees o laves ropa, usa el agua con moderación; el agua es un bien precioso, no malgastes.
- Si compras souvenirs intenta que sean producidos localmente; tu dinero irá directamente al artesano y beneficiará a la comunidad.
- Utiliza la electricidad responsablemente. En zonas de alta montaña y difícil acceso la electricidad procede de paneles solares o grupos electrógenos, por lo que debemos ser cuidadosos y mantener las luces encendidas el tiempo estrictamente necesario.
- Siempre intentamos que nuestros viajes tengan el menor impacto posible en el medio ambiente. Utilizamos áreas para acampar exclusivas y aseguramos que las instalaciones sanitarias y de lavado no contaminen los suministros de agua. Toda la basura se elimina y recicla donde sea posible. No se usa madera local para cocinar donde la deforestación es un problema y fomentamos el uso de recursos de energía renovable.

