



# BOLIVIA: TREKKING CORDILLERA APOLOBAMBA & SCALATA DEL HUAYNA POTOSI (6060 M) 2011

## INVITO AL VIAGGIO

La nostra proposta include turismo, trekking ed alpinismo d'alta quota in Bolivia. La prima parte del viaggio si svolge nelle cittadine di Sucre e Potosí, per conoscere da vicino due aspetti completamente diversi della Bolivia: Sucre come cittadina d'importanza accademica e amministrativa, condivide con La Paz il ruolo di Capitale e concentra le più importanti Università del paese. Potosí è invece la miniera coloniale più importante dal tempo degli spagnoli, dove si estrae tuttora l'argento del famoso Cerro Rico.

Il viaggio continua con un bellissimo e poco noto trekking nella Cordillera Apolobamba, localizzata a nord-ovest della Cordillera Reale e di La Paz. In 5 giorni il percorso ci porta attraverso una delle zone più primordiali della Bolivia, la cui bellezza naturale unisce paesaggi diversi: dall'altopiano alle Yungas, e poi di ritorno alle montagne innevate.

Apolobamba è un regione mistica, nella quale vivono i medici migratori indigeni, gli Sciamani boliviani, conosciuti come Kallawayas. E' anche una regione dove viene protetta l'alpaca, camelido andino fondamentale per le culture che vivono nell'altipiano. Ci abitano pochissime persone, ma i paesini che visiteremo sono caratterizzati da un'architettura eccezionale, soprattutto le chiese del periodo coloniale.

La camminata si realizza alle falde del massiccio montuoso de Las Muñecas e di Akamani, la montagna sacra dei Kallawayas.

Quindi, la nostra spedizione si conclude con la salita di un "seimila", il mitico Huyana Potosi, (6020m), una vetta molto accessibile e poco distante da La Paz.

**Durata:** 19 giorni/18 notti

**Categoria di viaggio:** trekking

**Sistemazione in:** hotel/tenda/rifugio

**Grado di difficoltà:** medio

**Periodo raccomandato:** da maggio a novembre. **Partenza di gruppo:** da 03/06/2011 al 21/06/2011.

**Codice del programma:** SN / TRK 08





# BOLIVIA: TREKKING CORDILLERA APOLOBAMBA & SCALATA DEL HUAYNA POTOSI (6060 M) 2011

## ITINERARIO:

### 1° GIORNO: LA PAZ (IN)

03/06/2011 Incontro con la guida all'aeroporto e transfer in albergo a La Paz (3500 m). Nel pomeriggio, visita dei famosi mercati degli stregoni. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Cena**

### 2° GIORNO: LA PAZ

04/06/2011 Visita guidata di La Paz Camminata nel settore di laguna Santa Rosa. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Colazione / Pranzo**

### 3° GIORNO: LA PAZ - SUCRE

05/06/2011 Trasferimento all'aeroporto e volo per la città di Sucre (3200 m). Il pomeriggio visita della Chiesa, del Convento, del Mirador della Recoleta, del Museo d'Arte Indigena e della Casa della Libertà. Camminata per la Piazza principale di Sucre. Cena in Ristorante. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Colazione / Pranzo / Cena**

### 4° GIORNO: SUCRE - PARCO CRETACICO - POTOSI

06/06/2011 Trasferimento a Cal Orck'o, 5 Km da Sucre, al Parco Cretacico, sito dove si sono conservate nella roccia le impronte di numerosi dinosauri di diverso tipo. Questo sito e' considerato uno dei piu' importanti di questo genere. Trasferimento con la macchina e in due ore si arriva Potosi (4000 m), la città dell'argento. Dopo pranzo visiteremo la Casa Real de la Moneda. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Colazione / Pranzo / Cena**

### 5° GIORNO: POTOSI - SUCRE

07/06/2011 Visita al Mercado Minero ed alla antichissima miniera d'argento di Cerro Rico, dove i minatori hanno lavorato per estrarre i minerali sin dal sedicesimo secolo. Dopo pranzo camminata per questa città medioevale, per ammirare le sue chiese dall'architettura coloniale. A fine giornata ritorno a Sucre. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Colazione / Pranzo / Cena**

### 6° GIORNO: SUCRE - LA PAZ

08/06/2011 Volo per la Paz. Pomeriggio libero. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Colazione**

### 7° GIORNO: LA PAZ - ISLA DEL SOL, LAGO TITICACA

09/06/2011 Tre ore di macchina attraverso l'altopiano boliviano ci separano dalla cittadina di Copacabana, in riva al Lago Titicaca (3800 m). Dopo pranzo, navigazione fino a Pilcokaina, dove visiteremo l'omonimo sito archeologico. Riprendiamo la barca fino alla Fontana dell'Inca, per poi continuare con una camminata di mezz'ora fino al nostro albergo, nel paesino di Yumani, ESTANCIA DEL SOL.

**Pasti compresi: Colazione / Pranzo / Cena**

2/7

**SENDEROS NATIVOS**

Calle Capullo n° 2251 - Providencia - Santiago de Chile

Tel: (+56) 2 89737/60/61/62

Web: [www.senderosnativos.com](http://www.senderosnativos.com) - Email: [info@senderosnativos.com](mailto:info@senderosnativos.com)



# BOLIVIA: TREKKING CORDILLERA APOLOBAMBA & SCALATA DEL HUAYNA POTOSI (6060 M) 2011

- 8° GIORNO: ISLA DEL SOL, LAGO TITICACA – COPACABANA**  
10/06/2011 La giornata comincia con una camminata di 2,5 ore a Challapamapa, fino al sito archeologico de Chinkana. Quindi, una navigazione di due ore ci riporta a Copacabana (3800 m), con una sosta per visitare la famosa Isola della Luna, che nei tempi degli Incas ospitava le Vergini del Sole, promesse spose dell'Inca. Pernottamento in HOTEL 3\*.  
**Pasti compresi: Colazione / Pranzo / Cena**
- 9° GIORNO: COPACABANA – CHARAZANI – CURVA**  
11/06/2011 Giornata di trasferimento in macchina fino a Curva (3700 m), costeggiando il Lago Titicaca. Arrivati al porto di Escoma, ci interniamo nella Cordigliera Apolobamaba. Prima di scendere verso il paesino di Charazani abbiamo la possibilità di ammirare le maestose montagne. Il nostro viaggio continua fino a Curva, paese degli sciamani, "medici andini" che vengo chiamati Kallawayas. Pernottamento in TENDA.  
**Pasti compresi: Colazione / Pranzo / Cena**
- 10° GIORNO: CURVA – JANTUNPAMPA**  
12/06/2011 Dal paese di Curva cominciamo la nostra salita nella vallata, attraversando delle coltivazioni andine. Vedremo per la prima volta il monte Akamani (5700m), la montagna sacra dei kalawayas. Dopo aver passato un monte di 4100m, il trekking continua per una stretta valle verso Jatupampa (3900 m) dove montiamo le nostre tende (4-5 ore di camminata). Pernottamento in TENDA.  
**Pasti compresi: Colazione / Pic-nic / Cena**
- 11° GIORNO: JANTUNPAMPA – CASCADAS DE INCACHANI**  
13/06/2011 Il trekking di oggi ci porta ai piedi del ghiacciaio. Dopo pranzo scendiamo fino alle rovine di Incachani. Montiamo il nostro accampamento vicino alle cascate (4200 m). (circa di 6 ore di camminata). Pernottamento in TENDA.  
**Pasti compresi: Colazione / Pic-nic / Cena**
- 12° GIORNO: CASCADAS DE INCACHANI - SUNCHULLI**  
14/06/2011 Dalle cascate cominciamo la nostra camminata che oggi sarà una salita dolce ma costante. Discesa verso Sunchulli (4500 m), dove troveremo le miniere precolombiane. (5-6 ore di camminata). Pernottamento in TENDA.  
**Pasti compresi: Colazione / Pic-nic / Cena**
- 13° GIORNO: SUNCHULLI – ILLO ILLO**  
15/06/2011 Si sale per la vallata verso la "apacheta", che è un monte situato a 5100 metri. Da qui avremo una vista panoramica di tutta la Cordillera Apolobamaba. Scendiamo verso Illo Illo (4300 m), dove monteremo il nostro accampamento di questa sera. (5-6 ore di camminata). Pernottamento in TENDA.  
**Pasti compresi: Colazione / Pic-nic / Cena**



# BOLIVIA: TREKKING CORDILLERA APOLOBAMBA & SCALATA DEL HUAYNA POTOSI (6060 M) 2011

**14° GIORNO: ILLO ILLO - PELECHUCO**

16/06/2011 Oggi si scende fino a Pelechuco (4200 m), in una giornata molto rilassante, attraverso una verde vallata in fiore. (circa di 5 ore di camminata). Pernottamento in RIFUGIO.

**Pasti compresi: Colazione / Pic-nic / Cena**

**15° GIORNO: PELECHUCO – ULLA ULLA – LA PAZ**

17/06/2011 Fine del trekking e trasferimento in macchina a la Paz, attraversando le regioni degli altipiani di Ulla Ulla e Apolobamba. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Colazione / Pranzo**

**16° GIORNO: LA PAZ – RIFUGIO HUAYNA POTOSI**

18/06/2011 Mattinata libera per riposare e organizzare i bagagli per la montagna. Dopo pranzo, trasferimento a Passo Zongo (1,5 ore de macchina). Pernottamento in RIFUGIO (4800 m).

**Pasti compresi: Colazione / Pranzo / Cena**

**17° GIORNO: RIFUGIO HUAYNA POTOSI – RIFUGIO LAS ROCAS**

19/06/2011 Comincia la salita con un breve trekking di 3 ore fino al rifugio che si trova ai piedi del ghiacciaio. Oggi saremo accompagnati da portatori per il trasporto dell'attrezzatura. Pernottamento in RIFUGIO (5200 m).

**Pasti compresi: Colazione / Pic-nic / Cena**

**18° GIORNO: RIFUGIO LAS ROCAS – CIMA HUAYNA POSTOSI (6060 M) – LA PAZ**

20/06/2011 Raggiungeremo la vetta di questa montagna, incordati. La progressione si svolge su un ghiacciaio e sono necessarie dalle 4 alle 7 ore di camminata per arrivare in cima. Avremo con noi delle guide de montagna locali, una guida ogni due clienti. Saremo di ritorno a La Paz verso le 5 del pomeriggio. Pernottamento in HOTEL 3\*.

**Pasti compresi: Colazione / Pic-nic / Cena**

**19° GIORNO: LA PAZ (OUT)**

21/06/2011 Transfer all' aereoporto e volo per l'Italia.

**Pasti compresi: Colazione**

**FINE DEI NOSTRI SERVIZI.**



# BOLIVIA: TREKKING CORDILLERA APOLOBAMBA & SCALATA DEL HUAYNA POTOSI (6060 M) 2011

## DA NON DIMENTICARE

### INDUMENTI:

- Giacca in pile
- Giacca impermeabile, traspirante con cappuccio (tipo Gore-Tex)
- Magliette
- Pantaloni impermeabili, traspiranti, tipo Gore-Tex. Sugeriamo di portare quelli con le cerniere laterali, per assicurare una buona ventilazione
- Pantaloni da trekking
- Pantaloncini
- Completo intimo lungo. Mutande e maglia intima (in capileno o propileno: si sconsiglia il cotone)
- Intimo
- Costume da bagno e telo da mare

### TESTA:

- Berretto con visiera e bandana o foulard per proteggere il collo
- Cappello di lana o pile
- Occhiali da sole (da ghiacciaio). 100% UV, con protezioni laterali. Se usi lenti a contatto o occhiali da vista, suggeriamo di portarne un paio di scorta.

### MANI:

- Guanti

### PIEDI:

- Scarpe da trekking.
- Scarponi da montagna. Scarponi doppi in plastica o altri modelli da alta montagna.
- Gette. Gore-Tex, Cordura.
- Calze spesse (adatte ai climi freddi).
- Calze sottili: di lanetta, nylon o polipropileno da indossare direttamente sui piedi per ridurre la formazione di bolle.

### EQUIPAGGIAMENTO TECNICO E PER LE NOTTI IN TENDA:

- Piccozza leggera
- Cramponi. Sugeriamo quelli con 12 punte.
- 1 paio di bastoni telescopici
- Zaino da 30-40 litri
- Borsone grande e resistente. Dev'essere abbastanza grande per trasportare tutto l'equipaggiamento. Con lucchetto.
- Sacco a pelo da spedizione (almeno -25°C)
- Materassino isolante, tipo Therma rest.
- Coltellino svizzero
- Torcia frontale e pile di ricambio.
- Borraccia

### ALTRI ACCESSORI:

- Crema solare
- Burro cacao con fattore di protezione solare
- Kit di pronto soccorso personale (cerotti, cotone..).
- Articoli da bagno: asciugamano, sapone, salviettine umidificate

5/7

**SENDEROS NATIVOS**

Calle Capullo n° 2251 - Providencia - Santiago de Chile

Tel: (+56) 2 89737/60/61/62

Web: [www.senderosnativos.com](http://www.senderosnativos.com) - Email: [info@senderosnativos.com](mailto:info@senderosnativos.com)



# BOLIVIA: TREKKING CORDILLERA APOLOBAMBA & SCALATA DEL HUAYNA POTOSI (6060 M) 2011

- Buste di plastica
- Macchina fotografica

**BUON VIAGGIO!**

6/7

**SENDEROS NATIVOS**

Calle Capullo n° 2251 – Providencia – Santiago de Chile

Tel: (+56) 2 89737/60/61/62

Web: [www.senderosnativos.com](http://www.senderosnativos.com) – Email: [info@senderosnativos.com](mailto:info@senderosnativos.com)



# BOLIVIA: TREKKING CORDILLERA APOLOBAMBA & SCALATA DEL HUAYNA POTOSI (6060 M) 2011

TARIFE valide solo per la partenza di gruppo dal 03/06/2011 al 21/06/2011:

<b>06-12 PERSONE:</b>	<b>US\$ 3655 p/persona</b>
Supplemento camera singola:	US\$ 640

Le tariffe comprendono:

• Guida(e) bilingue(i) (Spagnolo/Inglese/Italiano).
• Trasferimenti in veicoli privati con autista
• Pernottamento in hotel / ostello ( <b>base camera DOPPIA/TRIPLA</b> ), o simili della stessa categoria in base alla disponibilità. <i>Standard locali.</i>
• Pernottamento nei rifugi citati nel programma ( <b>base camera MULTIPLA</b> ), o simili della stessa categoria in base alla disponibilità. <i>Standard locali.</i>
• Attrezzatura completa di campeggio: tenda (per 2 persone), materassino, tenda cucina, sedie, tavoli...
• Pasti indicati nel programma
• Staff di spedizione: cuoco, assistenti, portatori, guide locali
• Asini e muli per il trasporto dei bagagli
• Biglietti d'ingresso a parchi e musei citati nel programma
• Pronto soccorso
• Comunicazione via radio VHF
• Telefono satellitare (pay per minute)

Le tariffe non comprendono:

• Voli e tasse (voli La Paz/Sucre/La Paz: circa US\$ 150)
• Tasse aeroportuarie: circa US\$ 25
• Tasse d'ingresso o uscita dalla Bolivia: circa US\$ 10
• Pasti non indicati nel programma (considerare circa US\$ 15-20/pasto/persona)
• Bevande alcoliche ed analcoliche durante i pasti in ristorante/hotel
• Supplemento camera singola
• Accessori personali
• Assicurazione di viaggio
• Mance
• Servizi NON citati nel programma

*Le tariffe sono valide fino al 30/06/2011, salvo in caso di una forte alterazione del tasso di cambio del dollaro in Bolivia. Grazie per leggere le nostre condizioni generali di vendita.*

7/7

**SENDEROS NATIVOS**

Calle Capullo n° 2251 - Providencia - Santiago de Chile

Tel: (+56) 2 89737/60/61/62

Web: [www.senderosnativos.com](http://www.senderosnativos.com) - Email: [info@senderosnativos.com](mailto:info@senderosnativos.com)