INDIA

Caminos olvidados en el Valle de Zanskar

Descubre la majestuosidad del Himalaya indio en este trekking por el Valle de Zanskar.

Este viaje te sumergirá en una experiencia única, explorando paisajes deslumbrantes y antiguos monasterios enclavados entre montañas imponentes. Desde la llegada a Leh, la capital de Ladakh, hasta las remotas aldeas de Zanskar, cada paso revela la rica cultura budista y la vida pacífica de la región. Inicia tu aventura explorando monasterios como Thiksey y Hemis, antes de sumergirte en la verdadera esencia de Zanskar con un trekking hacia lugares remotos como Phuktal, un monasterio rupestre fascinante.

Disfruta de la interacción con locales en pueblos aislados como Shade, que han conservado sus tradiciones gracias a su remota ubicación.

El trekking culmina con vistas espectaculares desde Nyalo Kontse La y Gotunda La, ofreciendo una experiencia transformadora en paisajes impresionantes.

La belleza natural cruda, combinada con la riqueza espiritual de la región, hacen del Valle de Zanskar un destino único e inolvidable para los amantes de la aventura y la cultura. ¡Embárcate en este viaje y descubre la auténtica joya del Himalaya indio!

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Delhi	Ninguna	Vuelo
2	Vuelo Delhi/Leh (3500m)	C	Hotel turista
3	Leh. Thiksey, Hemis, Shey, Shanti Stupa	D-A-C	Hotel turista
4	Leh/Uleytokpo (3048m), vía Basgo, Likir y Alchi.	D-A-C	Ecohotel
5	Uley Tokpo/Lingshed (4420m)/Padum (3669)	D-A-C	Hotel local
6	Padum/ Purney/Phuktal (3900)	D-A-C	Tienda de campaña
7	Phuktal (3900m)/Tantak (4000m),	D-A-C	Tienda de campaña
8	Tantak. Shade village (4250 M)	D-A-C	Tienda de campaña
9	Tantak. Lago Sochou (4100 M),	D-A-C	Tienda de campaña
10	Tantak/Base del Nyalo Kontse La (4400m)	D-A-C	Tienda de campaña
11	Nyalo Kontse La Base (4400m)/Hormoche	D-A-C	Tienda de campaña
12	Hormoche/Satak (4011m)	D-A-C	Tienda de campaña
13	Satak/Tsokmitsik (4100m)	D-A-C	Tienda de campaña
14	Tsokmitsik/Gata Loops (4180m)/Brandi Nalla	D-A-C	Tienda de campaña
15	Brandi Nalla/Manali	D-A-C	Hotel turista
16	Manali	D-A-C	Hotel turista
17	Manali/Chandigradh/Delhi	D	Hotel turista
18	Vuelos Delhi/Ciudad de origen	Ninguna	SIN ALOJAMIENTO

ALIMENTACIÓN Desayuno:D Almuerzo:A Cena:C

ITINERARIO

DIA 1: VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/DELHI

Salida en vuelo regular con destino a la ciudad de Delhi. Conexiones intermedias.

DIA 2: VUELO DELHI/LEH (3500M)

Llegarás a Delhi. A tu llegada al aeropuerto internacional de Delhi, nuestro representante te dará la bienvenida y te trasladará a la terminal correspondiente para abordar el vuelo a Leh (el mostrador de check-in para vuelos nacionales se abrirá 03 horas antes de la salida programada).

El aire fresco de Leh, al desembarcar del avión, te dará la bienvenida a este destino impoluto del Himalaya. Serás recibido y acompañado al hotel.

Leh es la capital de Ladakh, una vasta zona desértica de tierras altas que se encuentra entre las montañas del Karakórum y la Gran Cordillera del Himalaya. La ciudad se encuentra en un lugar inhóspito e impresionante en el fondo del valle, a una altitud de 3500 m, rodeada por kilómetros y kilómetros de montañas nevadas. Leh es un lugar fascinante, en una zona sorprendentemente hermosa, habitada predominantemente por budistas.

En Leh tendrás una muestra de lo que Andrew Harvey llamó "la vida pacífica" de Ladakh. "En el aire quieto, el chirrido de una rueda de oración será respondido por un solo golpe resonante de un gong, que emana, preñado de significado, desde un monasterio invisible en la pared rocosa: un mundo encantador".

Más tarde, tendrás tiempo de descanso y ocio para aclimatarte a la altura de Leh.
Alojamiento: Palacio Kessar

DIA 3: LEH. THIKSEY, HEMIS, SHEY, SHANTI STUPA

Temprano en la mañana, visitarás el monasterio de Thiksey y participarás en el canto de los monjes en la sala principal del monasterio.

Situado en las laderas de las colinas, Thiksey fue construido a imitación del Palacio de Potala en Lhasa. Desde el monasterio, tendrás una vista impresionante del valle del Indo. En el nuevo edificio se encuentra una estatua de tres pisos del Buda Maitreya, una de las piezas de arte religioso más bellas de Ladakh.

Después del desayuno, viajarás para visitar el Monasterio de Hemis.

Hemis Gompa, es una de las gompas más grandes y ricas de Ladakh, fue establecida en 1630 por Lama Tagstang Raspa y construida por Palden Sara bajo el patrocinio del rey Sengge Namgyal en un sitio previamente santificado por la construcción de una ermita en la cueva que data del siglo XII.

Este monasterio es el más antiguo de la zona, perteneciente a la Escuela Kargyu. A finales del siglo XVII y principios del XVIII, el edificio principal de Gompa alcanzó su cenit con la construcción del Dukhang Chenmo o gran salón de actos, su antiguo edificio, la entrada principal al edificio Gompa, el gran patio y su galería de cierre decorada con relieves de piedra pintada.

A última hora de la tarde, viajarás de regreso a Leh en ruta para visitar el Palacio y el monasterio de Shey.
Shey solía ser el antiguo palacio del rey de Ladakh. El fuerte y el palacio están en ruinas, pero el monasterio sigue activo. En el interior, una estatua gigante de 39 pies hecha de cobre dorado representa al Buda Sakyamuni.

Antes de la puesta de sol, visitarás la estupa de Shanti, que está situada a una altura de 11,900 pies con vistas a la ciudad de Leh; Ofrece una vista panorámica de las montañas nevadas circundantes.
Está situada a una distancia de unos 5 km en coche de la ciudad de Leh o se puede llegar aquí subiendo 500 escalones. La ubicación de la estupa de Shanti es tal que es visible desde toda la ciudad de Leh.
Alojamiento: Kessar Palace

DIA 4: LEH/ULEYTOKPO (3048M), VÍA BASGO, LIKIR Y ALCHI.

70 km, 3 horas por carretera
Después del desayuno, viajarás a Basgo. Visitarás Basgo Gompa, la sede del poder de una rama de la familia Namgyal. Es aquí, en 1680 d.C., donde los ejércitos invasores mongoles y tibetanos se mantuvieron a raya durante un asedio de tres años. Los murales originales del siglo XVI y otras artes de Basgo bien merecen una visita.

Continuarás conduciendo para visitar Likir Gompa, situado en la cima de un acantilado ventoso con vistas al hermoso pueblo de Likir. Fue fundada en el siglo XII, aunque la construcción actual data del siglo XVIII, ya que la original fue destruida por un incendio.
Después del almuerzo, cruzarás el río Indo y llegarás a Alchi para visitar el Monasterio.

Empequeñecidos por las altas montañas de fondo, los monasterios de Alchi son buenos ejemplos de la arquitectura tradicional tibetana. Las sólidas estructuras cuadradas y rectangulares con techos planos y con elaborados murales son un hito del arte y la arquitectura budista en la región del Himalaya.

A continuación, te dirigirás a través de un espectacular desfiladero para visitar el Monasterio de Mangyu.

Por la tarde, regresarás al complejo para pasar la noche. Alojamiento: Ule
Ethnic Resort

DIA 5: ULEY TOKPO/LINGSHED (4420M)/PADUM (3669)

230 Km, 7 A 8 horas por carretera
Después del desayuno, conducirás de Uleytokpo a Padum a través de Lingshed Gompa, que ofrece una inmersión cautivadora en los fascinantes paisajes y el rico tapiz cultural de Ladakh.

Comenzando en Uleytokpo, el camino avanza hacia el enigmático Lamayuru. Continuando, la ruta serpentea hasta Photoksar, un pueblo enclavado en medio de montañas escarpadas, que ofrece vistas panorámicas que son un testimonio del arte de la naturaleza. A continuación, el viaje se dirige a los serenos confines de Lingshed Gompa. Este antiguo monasterio budista, encaramado en aislamiento, irradia una profunda sensación de tranquilidad espiritual, sirviendo como recordatorio de las tradiciones budistas profundamente arraigadas de la región.

A medida que el viaje culmina hacia su tramo final, los extensos valles de Padum comienzan a desplegarse. Como corazón administrativo de Zanskar, Padum yuxtapone su bulliciosa vida local con horizontes lejanos y majestuosos de picos nevados.

A lo largo de este viaje, la interacción de la belleza natural cruda con los puntos de referencia espirituales ofrece una experiencia transformadora.
Alojamiento: Hotel Patola

DIA 6: PADUM/ PURNEY (3800 M)

40 km, 2 a 3 horas por carretera y caminata a Phuktal, trekking de 3 a 4 horas, ascenso 250 m, descenso 150 m, distancia 6,5 km.
Después del desayuno, viajarás a Purney. Junto con nuestro equipo de escolta local y los animales de carga, comenzarás nuestro trekking. Después de 3 a 4 horas llegarás a Phuktal, el monasterio rupestre más fascinante del Himalaya occidental. El monasterio y las casas de los monjes se aferran aventureramente a la escarpada pared rocosa. Las habitaciones reales del monasterio se encuentran en cuevas naturales, por lo que solo se ven las fachadas. Tendrás tiempo suficiente para explorar las instalaciones únicas, tal vez incluso la escuela donde los pequeños monjes a menudo practican el debate.
Alojamiento: Campamento en Phuktal

DIA 7: PHUKTAL (3900M)/TANTAK (4000M),

Trekking 8 – 9 horas, distancia 19 km.
Quizás tengas la suerte de asistir a una ceremonia de oración en el monasterio por la mañana. Luego, comenzarás tu viaje hacia adelante. El camino serpentea espectacularmente a lo largo de las empinadas laderas del desfiladero de Tsarap. El camino ha sido reparado recientemente y ahora vuelve a tener una anchura cómoda. Pasarás la noche en el campamento cerca de la orilla del río.
Alojamiento: Campamento en Tantak

DIA 8: TANTAK. SHADE VILLAGE (4250 M),

Trekking de 6 a 7 horas i/v, 19 km.
Shade Village en Zanskar es uno de los pueblos más aislados de Ladakh. El pueblo ha conservado su tradición y cultura debido al hecho de que ha estado completamente aislado del resto del mundo con su ubicación remota. Esta caminata excepcionalmente remota te lleva al corazón del valle de Zanskar y completamente fuera de los caminos trillados.
Alojamiento: Campamento en Tantak

DIA 9: TANTAK. LAGO SOCHOU (4100 M),

Trekking 6 – 7 horas 10 km i/v.
Caminarás hacia el desconocido lago Sochou Tso. Yace tranquilo y de color azul turquesa entre las paredes de roca casi verticales. Los lugareños solían frecuentar este lago debido a los numerosos enebros. Hoy yace allí, olvidado y solo. Para ti, es uno de los lugares más bellos de Zanskar.
Alojamiento: Campamento en Tantak

DIA 10: TANTAK/BASE DEL NYALO KONTSE LA (4400M)

Trekking 3-4 Hrs, Distancia 3,5 Km.
Poco antes de nuestro campamento de hoy, tienes la oportunidad de subir a la escondida Nyalo Kontse La Base.
Alojamiento: Campamento en Nyalo Kontse La Base

DIA 11: NYALO KONTSE LA BASE (4400M)/HORMOCHE

Trekking 10 – 11 Hrs, Distancia 15 Km.
Hoy, el día más importante del trekking, cruzarás dos pasos. Primero, subirás a Nyalo Kontse La a 4820 metros. Sin perder mucha altura, seguirás un bonito sendero de montaña hasta el siguiente paso. Desde una pequeña meseta, disfrutarás de una vista única del lago Sochou Tso, que visitaste ayer. La falta de oxígeno hará tus pasos más lentos. En la distancia podrás ver las coloridas banderas de oración ondeando al viento, marcando el paso del Gotunda La, de 5130 metros de altura. La vista desde el collado es impresionante. Finalmente, descenderás a través de un extraño paisaje lunar hasta "nuestro" río Tsarap Chu, que dejaste atrás hace dos días.
Alojamiento: Campamento en Hormoche

DIA 12: HORMOCHE/SATAK (4011M)

Trekking 5-6 horas, distancia 11 km.
Por la mañana, después del desayuno, como de costumbre, comenzarás tu caminata y verás el pueblo Shun al otro lado del río Tsarap. Aunque el pueblo es bastante grande, es probable que no encuentres a nadie allí. También hay un convento de monjas cerca de nuestro campamento. Después de media hora de caminata, tendrás que cruzar un pequeño río. Después de eso, todo el camino está bien con pastos y algunos altibajos. Por la noche, establecerás tu campamento en la aldea de Satak. Aunque Satak es un pueblo de una casa, hoy en día no hay gente que se quede allí; han emigrado a Chumikgasa. Encontrarás los campos sin cultivar.
Alojamiento: Campamento en Satak

DIA 13: SATAK/TSOKMITSIK (4100M)

Trekking 8 – 9 horas, distancia 19 km.
El paisaje se vuelve cada vez más hermoso y cruzarás algunas colinas hermosas. Una y otra vez, habrá hermosas vistas sobre el paisaje solitario. Para superar varios pasos hoy, con una altitud de aprox. 4400m, llamados Punshum La, Chhohama La, Umlung La 1, Umlung La 2 y Laol La. A menudo, podrías caminar aquí durante días sin encontrarte con nadie. Después de un largo y agotador día de trekking, disfrutarás de tu cena y te sumergirás en tu saco de dormir, cansado pero satisfecho.
Alojamiento: Campamento en Tsokmitsik

DIA 14: TSOKMITSIK/GATA LOOPS (4180M)/BRANDI NALLA

Trekking 5 – 6 horas, distancia 10,5 km.
Te llevará entre 5 y 6 horas caminar desde el campamento por la orilla del río para llegar a la carretera en los bucles de Gata. Luego, te dirigirás a Brandi Nalla y acamparás cerca de la carretera.
Alojamiento: Campamento en Brandi Nalla

DIA 15: BRANDI NALLA/MANALI

Conduciremos hacia Manali durante 6 a 7 horas
Alojamiento: The Orchard Greens Resort

DIA 16: MANALI

Tendrás un día completo en Manali para pasear por esta bulliciosa ciudad turística. Un sitio importante es el templo Hadimba Devi. También visita Old Manali.
Alojamiento: The Orchard Greens Resort

DIA 17: MANALI/CHANDIGRADH/DELHI

270 km, 6 a 7 horas, y tren a Delhi
Después del desayuno temprano, te trasladarás a la estación de tren de Chandigarh para abordar el tren Vande Bharat a las 15:32 horas hacia Delhi.
Nos encontraremos a tu llegada a Delhi a las 18:25 horas y te trasladaremos al hotel cerca del aeropuerto para el check-in.
Alojamiento: Pride Plaza Aerocity

DIA 18: VUELOS DELHI/CIUDAD DE ORIGEN

A la hora indicada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo regular con destino a tu ciudad de origen. Conexiones intermedias. llegada y din de los servicios.

FECHAS DE SALIDA

Sábado 05 de julio 2025
Sábado 02 de agosto 2025

GRUPO MÍNIMO 6 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

GRUPO DE 6 A 8 PERSONAS	4.850€
SUPL. HABITACIÓN INDIVIDUAL	293 €

*En el precio, ya está incluidas las tasas aéreas 450 euros , importe aproximado a r momento de emisión (incluido ya en el precio)

SERVICIOS INCLUIDOS

Vuelos en clase turista Ciudad de origen/Delhi/Ciudad de origen Vuelo Delhi/Leh
Alojamiento en habitación doble con baño privado en hoteles de categoría turista
Alimentación según cuadro. (Comienza con el almuerzo del día 01 y termina con el desayuno del día 17)
Todos los traslados y visitas turísticas en vehículo Tempo Traveler con aire acondicionado (para 6-8 personas) y Mini Coach (para 9-12 personas) según el programa.
Todos los traslados, visitas turísticas, recogida y regreso al punto de trekking en Innova Cars sin aire acondicionado (4 personas en por coche) según el programa.
Guía acompañante de Trekking y Aventura
Servicios de guía local de habla inglesa / guía de trekking durante todo el recorrido desde la llegada de Leh hasta la estación de tren de Chandigarh.
Entradas a los monasterios/monumentos según el programa.
Caballo / Pony / Ayudante / todo el equipo de cocina con el personal / tiendas de campaña, tienda comedor, etc. durante el trekking.
Tren de Chandigarh a Delhi en la clase Chair Car del tren AADR Vande Bharat - 1532/1825 Hrs.
Agua embotellada durante los viajes en coche / trekking.
Asistencia a la llegada/salida en los aeropuertos/estaciones de tren por parte de nuestros representantes de habla inglesa.
Seguro de asistencia en viaje
Tasas aéreas

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Saco de dormir
Equipo personal de trekking
Alimentación no especificada en el cuadro Actividades y visitas no especificadas
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc. Visado y tramitación
Propinas
Tasas de aeropuerto
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

DOCUMENTACION
Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.
Visado India a tramitar por el cliente en la web https://indianvisaonline.gov.in/evisa/tvoa.html 50 usd aprox.

*Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES

SANIDAD
IMPRESCINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.
http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm

SEGURO
En este viaje hemos incluido un seguro con AXA de asistencia en viaje con cobertura de cancelación de hasta 2000 € por 34 supuestos especificados en la póliza.

Puedes consultar las condiciones en nuestra página web:
www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf

Opcionalmente puedes contratar un seguro de cancelación por un mayor importe. ¡Consúltanos!

CLIMA
Durante julio y agosto, el clima en el Valle de Ladakh y Zanskar experimenta su temporada de verano. Estos meses son conocidos por ofrecer días soleados y temperaturas diurnas agradables, generalmente oscilando entre los 20°C y 30°C en el Valle de Ladakh. Sin embargo, en las zonas elevadas de Zanskar, las temperaturas diurnas pueden variar entre 15°C y 25°C, haciendo que sea una temporada cálida y cómoda para explorar la región.

Las noches en las áreas montañosas pueden ser FRIAS O MUY FRIAS, con temperaturas que descienden, en promedio, a alrededor de 5°C a 15°C. La precipitación es escasa durante estos meses, con cielos mayormente despejados, proporcionando condiciones ideales para el trekking y otras actividades al aire libre. La visibilidad es excelente, permitiendo disfrutar plenamente de los paisajes montañosos.

EQUIPO RECOMENDADO

Equipo de viaje
Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima cálido
Zapatillas de deporte
Sandalias de goma.
Bolsa de aseo (incluir crema antisolar de alta protección, protector labial).
Prismáticos y material fotográfico

Equipo de trekking
Mochila mediana 40 L
Saco de dormir de gran resistencia al frio
Botas de montaña tipo trekking
Calcetines térmicos
Leotardos o termofibra
Pantalón de montaña
Pantalón chubasquero
Camisetas térmicas
Bastones

Forro polar
Plumífero
Chaqueta de Goretex
Guantes y gorro
Botiquín
Antibiótico De Amplio Espectro
Analgésicos
Antiácido
Anti-Inflamatorio
Antidiarreico
Antihistamínico
Pomada Antibiótica
Pomada Anti-Inflamatoria
Primperán
Desinfectante
Algodón
Tiritas
Venda
Esparadrapo
Repelente de Mosquitos
Bebidas Isotónicas

RESERVA

Para realizar tu reserva necesitamos que rellenes el siguiente formulario online con tus datos personales y nos envíes una copia de tu pasaporte a hola@yporquenosolo.com
Para formalizar la reserva, tendrás que abonar un depósito del 40 % del importe total del viaje por una de estas vías:

-Transferencia bancaria indicando el nombre completo del pasajero que va a viajar.
Titular: TREKKING Y AVENTURA SL
International Banking Account Number (IBAN): ES06 0075 0349 4606 0111 8121

-Tarjeta de crédito (salvo American Express) solicitándonos el enlace.
Una vez recibidos estos trámites, te enviaremos un correo electrónico con el estado de tu reserva, dosier del viaje y justificante del pago recibido.

La documentación será entregada aproximadamente 15 días antes de la fecha de salida por correo electrónico previo pago pendiente del viaje.
Estamos a tu disposición para cualquier aclaración adicional por teléfono en el 911644035 o vía mail en hola@yporquenosolo.com

*Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.
Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.
www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp