

SALITA AL MONTE ARARAT



Caratteristiche del viaggio

Di seguito le caratteristiche di questo tour per permettere al viaggiatore ad auto selezionarsi, scegliendo l'itinerario che più gli si addice, ma anche per avere info essenziali prima della partenza.

L'itinerario è una linea guida, ben calibrato e frutto di esperienze precedenti. Talvolta, le circostanze possono cambiare, come le condizioni meteorologiche pertanto le tappe possono essere riequilibrate.

QUALI SONO I REQUISITI PER QUESTO VIAGGIO?

Spirito d'adattamento e **buona condizione fisica** sono due prerogative di ogni esplorazione targata Viaggia con Carlo. Questo viaggio combina l'ascesa di 3 vulcani, in ordine di altitudine per permettere al nostro fisico l'**adeguato acclimatemento**. Il Monte Shupan e il Monte Ararat, pur non presentando particolari difficoltà tecniche, sono salite piuttosto veloci e i giorni delle ascese saranno faticosi.

Le insidie: per lo Shupan l'ultimo strappo verticale di circa 300/350 mt è su roccia instabile e detritica con passaggi scomodi e scivolosi. Queste caratteristiche lo rendono una salita alpinistica di grado I+ (EE A F+) per cui è ideale uno scarponcino alto. Fondamentale essere abituati a tracce simili, soprattutto in discesa. Il resto della traccia è comodo, agevole e polveroso (ghettine da sabbia possono essere utili). Per l'Ararat (EE A PD-) l'insidia maggiore è rappresentata dall'altitudine: a quelle quote può essere molto freddo e il vento, l'ago della bilancia, è alquanto pungente. Fondamentali passo lento e idratazione continua. La discesa è più scomoda della salita, anche in questo caso alcuni passaggi sono su roccia instabile, anche se meno rispetto l'ultimo strappo dello Shupan.

Per prender parte a questo tour non sono richieste competenze tecniche ma per vivere con serenità l'esperienza è fondamentale un'**ottima preparazione fisica e essere abituati allo "scomfort"**: camminiamo per più giorni consecutivi e dormiamo ad altitudini importanti, per di più con assenza di servizi per qualche giorno. Ci potranno essere piccoli contrattempi legati al meteo e alla sistemazione dei campi, anche se difficilmente accade di arrivare prima dello staff alle nostre tende.

DOVE DORMIREMO?

Per questo tour sono previsti **hotel confortevoli** nelle città, mentre durante il trekking dormiremo in **tende Ferrino ad igloo** (due posti) fornite di un materassino in gomma piuma (spessore 3/4 cm). I campi nelle zone di Nemrut Lake e Shupan, a circa 2.300/2.400 m.s.l.m., sono situati in un ambiente remoto **senza servizi**.

Nella zona dell'Ararat, i campi saranno a 3.200 m.s.l.m. e 4.150 m.s.l.m.. Il primo campo **"Ferrino Ararat Base Camp by Viaggia con Carlo"**, frutto di un progetto tra Viaggia con Carlo, Ferrino e i nostri partner locali, è un eco-camp, isolato e a basso impatto: poche tende (mobili), utilizzo di materiali locali per la costruzione, **toilette, lavandini e doccia**, impianto fognario, raccolta differenziata, pannello solare e botte di recupero d'acqua piovana. Il **campo 2**, invece, è più spartano e congestionato, con **assenza di servizi igienici**. Qui lo spazio è limitato e le temperature sono molto rigide.

Durante il trek la **carta igienica** è garantita. Dobbiamo portar con noi salviette biodegradabili, un **cuscinetto gonfiabile** ed il **sacco a pelo** con temperatura comfort -10°C.

COME CI SPOSTEREMO?

Durante questo tour ci sposteremo per alcuni tratti in **pulmino privato**. Tuttavia, le nostre gambe saranno il mezzo di trasporto principale!

QUANTI E QUALI PASTI SONO INCLUSI?

Durante il tour **la maggior parte dei pasti è inclusa**: se negli hotel è prevista solo la prima colazione, durante il trekking sono previsti tutti i pasti serviti (nei campi ci sarà una tenda ristoro). Il pranzo, invece, è tendenzialmente al sacco. Durante il trek l'acqua (per dissetarsi) è garantita.

Il cibo è una delle cose più importanti del trekking, lo sappiamo bene! È per questo che prestiamo attenzione all'alimentazione durante un tour come questo. I cuochi, professionisti fidati, preparano i pasti con ingredienti freschi locali acquistati nei mercati e trasportati in montagna dai cavalli o dai muli.

In generale scegliamo cibi facilmente digeribili: riso, pasta, bulgur (tipo di semole) e patate. Frutta e verdura non mancano mai. La carne, proprio perché non facilmente digeribile in quota, viene servita in piccole quantità e l'ultimo giorno prima della vetta di solito la cena è vegetariana.

Cosa serviamo di solito?

- ✓ **Colazione**: tè, caffè, pane, burro, marmellata, miele, formaggio, uova, olive, verdure fresche, patate
- ✓ **Spuntini**: tè, caffè, succo di frutta, biscotti, frutta secca, noccioline, frutta fresca
- ✓ **Pranzo al sacco**: acqua, succo, barrette di cioccolato, frutta fresca, biscotti (da portar con sé nel proprio zaino)
- ✓ **Cena**: tè, caffè, zuppa vegetariana, pane, pasta, riso, bulgur (o altri cereali), patate, pollo o manzo arrosto, verdure fresche

È PREVISTA UNA GUIDA E/O ASSISTENZA LOCALE?

Per questo viaggio avremo a disposizione **una guida locale di montagna in lingua inglese** per tutto il trekking che ci mostrerà le peculiarità di questo percorso. La guida sarà supportata da una seconda guida locale e da un rodato staff logistico. Inoltre partirà dall'Italia un **assistente Viaggia con Carlo** punto di riferimento del gruppo per qualsiasi aspetto.

QUALI SONO LE TEMPERATURE E COME DOVREMO VESTIRCI?

Le **temperature variano molto** durante il trekking, i primi giorni il percorso le temperature sono piuttosto alte di giorno, superando anche i 25/30°C, più fresche la notte (12°C-15°C). Salendo di quota, le temperature si riducono in maniera costante, e l'alba sulla vetta dell'Ararat può essere molto rigida, toccando anche i -15°C. La notte più fredda sarà quella al campo 2 dell'Ararat (4.200 m.s.l.m): qui la temperatura è estremamente variabile, da 5°C a -10°C. L'ago della bilancia è il vento.

Consigliamo un **abbigliamento a cipolla** in modo da possedere capi sia per temperature calde, che per ambienti più freddi. È importante, portare con sé una doppia calzatura: uno scarponcino alto e leggero per tutte le camminate ed uno alto, robusto, impermeabile e ramponabile per affrontare l'ascesa alla vette dell'Ararat, dove l'ultimo strappo verticale di circa 150 metri è su ghiaccio.

COSA PORTARE

Consigliamo di cercare di portare l'indispensabile in modo da non avere un bagaglio che pesi eccessivamente, renderebbe scomodi i continui spostamenti. Giornalmente utilizziamo uno zaino da 30/35 lt per le camminate, con l'indispensabile. Il bagaglio principale è portato dai cavalli di tappa in tappa.

Di seguito i consigli di Viaggia con Carlo.

DOCUMENTI DI VIAGGIO

- ☐ Passaporto/Carta d'identità valida per l'espatrio
- ☐ Assicurazione di Viaggio con contatto telefonico 24h e numero polizza
- ☐ Biglietti aerei elettronici (e-ticket)
- ☐ Fotocopia dei documenti importanti, da tenere separati (raccomandiamo di tenerne una copia a casa)
- ☐ Numeri di emergenza

FACCENDE MONETARIE

- ☐ Contanti: € da cambiare in loco
- ☐ Carta di credito/Bancomat

SALUTE PERSONALE

- ☐ Kit primo soccorso (disinfettanti, cerotti, garza, ovatta, termometro)
- ☐ Medicinali personali
- ☐ Occhiali / Lenti a contatto e liquido per lenti
- ☐ Occhiali da sole
- ☐ Burro cacao e crema solare 50+

- ☐ Biorepellente per insetti
- ☐ Antispastico
- ☐ Antidiarroeici e digestivo
- ☐ Fermenti lattici, vitamine, sali minerali, magnesio e potassio
- ☐ Antidolorifico
- ☐ Aspirina/Tachipirina
- ☐ Antibiotico ad ampio spettro
- ☐ Prodotti toilette
- ☐ Cerotti per vesciche (Compeed)
- ☐ Crema/pomata per traumi
- ☐ Creme per muscolatura (pre/post attività)
- ☐ Barrette energetiche
- ☐ Carta igienica (comunque garantita)
- ☐ Salviette biodegradabili

ACCESSORI

- ☐ Cuffie/Auricolari
- ☐ Libri/E-reader
- ☐ Batterie e memory card
- ☐ Video/fotocamera con custodia
- ☐ Powerbank (da mettere nel bagaglio a mano)
- ☐ Zainetto comodo per le escursioni diurne (30/35 lt)
- ☐ Sacca impermeabile copri zaino
- ☐ Borraccia o sacca idrica/Camel bag (da almeno 1 lt)
- ☐ Thermos (da almeno 0,75 lt)

- ☐ Bastoncini da trekking (da mettere nel bagaglio da stiva)
- ☐ Frontalino (con batterie di riserva)
- ☐ Sacchetti/buste in nylon
- ☐ Asciugamano o accappatoio in microfibra
- ☐ Ramponi (disponibili gratuitamente in loco, tipologia universale)
- ☐ Mollettine e spago rigido (per appendere biancheria)
- ☐ Lacci di ricambio per calzature
- ☐ Cuscinetto gonfiabile
- ☐ Materassino gonfiabile o stuoia (in loco forniamo un materassino in gomma piuma di circa 4 cm, non garantito per il campo 2 in Ararat)
- ☐ Sacco a pelo d'alpinismo (temperatura comfort -10°C)
- ☐ Tappi per orecchie
- ☐ Ghettoni da sabbia

ABBIGLIAMENTO

Consigliamo indumenti tecnici e d'alta montagna

- ☐ Cappellino da sole
- ☐ Berretto invernale
- ☐ Buff/Scaldacollo
- ☐ Guanti pesanti da sci o moffole d'alta quota
- ☐ Guantini leggeri da attività outdoor
- ☐ Guscio antivento e impermeabile
- ☐ Giaccone imbottito d'alta quota
- ☐ Piumino compatto
- ☐ Pile o maglia pesante e leggera

- ☐ Maglia fleece manica lunga
- ☐ Magliette termiche
- ☐ T-Shirts sintetiche e in cotone
- ☐ Pantaloncini corti
- ☐ Pantaloni trek leggeri e pesanti (adatti a camminare)
- ☐ Sovra pantaloni antivento/antipioggia da attività outdoor
- ☐ Biancheria intima termica (consigliata in lana)
- ☐ Costume da bagno
- ☐ Calze/Calzettoni trekking (leggeri e pesanti)
- ☐ Scarponi d'alpinismo ramponabili e impermeabili
- ☐ Scarponcini leggeri e con una buona suola
- ☐ Sandali/Ciabatte

Manca qualcosa nel tuo zaino? Rivolgiti ai nostri partner di fiducia!



Penali di annullamento

Al Turista che receda dal contratto per casi diversi da quelli previsti dall' art. 7 delle condizioni generali, saranno addebitate le seguenti penali (calcolate sull'importo totale del pacchetto prenotato):

- ✓ **fino a 30 giorni** prima della partenza: **25% del costo** del viaggio
- ✓ **da 29 a 21 giorni** prima della partenza: **50% del costo** del viaggio
- ✓ **da 20 a 14 giorni** prima della partenza: **75% del costo** del viaggio
- ✓ **da 13 a 5 giorni** prima della partenza: **90% del costo** del viaggio
- ✓ **oltre tale termine: 100% del costo** del viaggio

Si precisa che:

- ✓ se l'assicurazione "All Inclusive" è compresa nella quota di partecipazione, questa non è rimborsabile;
- ✓ nessun rimborso sarà accordato a chi non si presenterà alla partenza o rinuncerà durante lo svolgimento del viaggio;
- ✓ nessun rimborso spetterà a chi non potesse effettuare il viaggio per mancanza o invalidità o insufficienza dei previsti documenti personali di identità e espatrio.

L'Organizzatore si riserva, senza impegno né responsabilità di:

- ✓ rimborsare eventuali somme recuperate relative a servizi non usufruiti a seguito di rinunce;
- ✓ rimborsare eventuali somme recuperate relative a servizi non usufruiti in corso di viaggio o per diverse prestazioni ottenute, sempre che il Turista fornisca documentazione scritta.

VIAGGIA CON CARLO

Carlo: +39 349 2970535

Info line: +39 0461 1923457

Website: www.viaggiaconcarlo.com

Email: info@viaggiaconcarlo.com

Organizzazione Tecnica

VIAGGIGIOVANI.IT

Via Milano 17, 38122, Trento (TN)

P. IVA 02092650221

#viaggiaconcarlo

#nomadimoderni

