

# **Заповедники северной Испании.**

11 дней/10 ночей.

Стоимость: 1500 евро (авиабилет оплачивается дополнительно)

**Даты 2024:**

28 июня-8 июля, 10-20 июля, 2-12 августа, 14-24 августа, 6-16 сентября, 18-28 сентября

**Мини-группа до 8 человек**

## **Пешие походы с маленьким рюкзаком.**

Авторский активный тур с ежедневными выездами на маршруты.

Вы увидите Испанию, о которой даже не подозревали.

Природные заповедники Serra los Ancares и Сомьедо. Лучшие зелёные зоны Испании Valle de Silencio, Tebaida Berciana.

Реликтовый буковый лес Бусмайор. Национальный парк Лас Медулас. Самые красивые деревни Пиренейского полуострова. Архитектурные жемчужины Сеговия, Асторга, Леон, Авила и Ла Корунья. И многое другое.

Пять объектов всемирного наследия ЮНЕСКО.

Наши маршруты для тех, кто любит и умеет ходить по пересечённой местности. Для тех, кто имеет опыт пеших походов.

Ежедневные радиальные выезды с треками на 4-5 часов.

В наших походах будут и спуски и подъемы.

**Тур не предназначен для людей с проблемами опорно-двигательного аппарата и заболеваниями сердечно-сосудистой системы.**

**Если Вы не уверены в своих возможностях свяжитесь с нами и мы постараемся помочь Вам определиться.**

## **ПОДРОБНАЯ ПРОГРАММА ПО ДНЯМ**

### **День 1.**

Встреча в аэропорту г. Мадрид.

Переезд в город Сеговия.

Обзорная экскурсия и обед в городе Сеговия (Segovia).

Этот город без преувеличения можно назвать музеем под открытым небом. Здесь на небольшой территории сосредоточено такое количество достопримечательностей, что кажется, будто сама История поселилась среди каменных стен старых домов.

Грандиозный римский акведук, переживший тысячелетия, наряду с Алькасаром и кафедральным собором – вот ради чего сюда стремятся туристы со всего мира.

В Сеговии до сих пор стоят церкви и монастыри, построенные в период Раннего Средневековья.

Обед в ресторане в Сеговии (не входит в стоимость тура)

Трансфер до места проживания

Прибытие на базу в Амбасместас (Ambasmestas).

Ужин. Знакомство, ознакомление с программой, инструктаж.

## **День 2.**

Подъем. Завтрак.

Трекинг в районе фантастической красоты и уникального ландшафта золотых копей древних римлян Лас Медулас (Las Medulas), внесённых в список мирового наследия ЮНЕСКО (12,5 км, перепад высот 350 м).

Часть маршрута пройдёт по старинным каналам (акведукам), проложенным римлянами для сбора воды к копиям. По пути вы заглянете в пещеры горы Лас Медулас (Las Medulas).

Для желающих на маршрут выдаётся сухой паёк. Для тех, кто хочет попробовать блюдо родом из древнего Рима, мы порекомендуем ресторан в Лас Медулас. Рабочим на золотых копиях нужны были силы и энергия. Вот и было создано мясное блюдо «ботилья», недорогое и сытное. Это блюдо можно попробовать только здесь, в долине Бьерсо.

Замок Корнатель, что возвышается над долиной Бьерсо. Он был создан для того, чтобы контролировать золотые потоки, идущие из копей в главный город долины - Бергидум, а оттуда в Рим.

Возвращение на базу. Отдых.

Ужин.

## **День 3.**

Подъем. Завтрак.

Поездка в горы к смотровой площадке Mirador de Balouta. Подъем на вершину горы Куинья (Cuiña), с которой одновременно открываются потрясающие виды на три провинции Испании - Астуриас, Кастилия и Леон, Галисия (10 км, перепад высот 500 м).

Экскурсия в древнюю деревню кельтов Пиорнедо (Piornedo).

Деревня, где до 1978 года люди жили так, как три тысячи лет назад, в тех самых семейных домах пайоса (paloza), что сохранились в неизменном виде в течение тысячелетий.

На маршрут выдаётся сухой паёк.

Возвращение на базу.

Ужин.

## **День 4.**

Подъем. Завтрак.

День городских приключений.

Леон.

Экскурсия по старинному городу, построенному римлянами вокруг лагеря VII Легиона Гемина с посещением кафедрального собора.

Собор славится своими витражами. Этот город - важный пункт для паломников, идущих по Пути Святого Иакова (Камино де Сантьяго). Свободное время. Самостоятельный обед (по желанию, в стоимость поездки не входит).

Переезд в город Астора.

Плиний называл Asturica Augusta великолепным городом (Urbus Magnifica). Столица древнего племени астуриков, что жило в этих местах задолго до римлян. Важный римский город, центр добычи золота, меди, железа, которые предназначались для Римской Империи. Средневековый христианский центр. Самостоятельное посещение епископского дворца, творение раннего Гауди (по желанию).

Возвращение на базу.

Ужин.

### **День 5.**

Подъем. Завтрак

Трекинг по старинной тропе монахов, подъем к высокогорной деревне Пеньяльба де Сантьяго (Peñalba de Santiago) (10,5 км, перепад высот более 300 м). Эта деревня включена в список самых красивых деревень Испании.

Местные склоны гор в древности носили название «Берсианская Тебайда» или «Маленькие Фивы». Начиная с 6 века здесь стали селиться монахи и основывать отдаленные, уединенные монастыри. Здесь отметились своим присутствием святые Фруктуосо и Геннадий. Конечно, и римляне здесь оставили свой след. К сожалению, римские постройки не сохранились, но на их руинах в средние века был построен монастырь. А вот древние дороги и каналы гидросистемы сохранились неплохо, по ним и проложен наш маршрут.

Понферрада. Город, бывший когда-то собственностью тамплиеров.

Замок тамплиеров.

Возвращение на базу.

Ужин.

### **День 6.**

Завтрак

Поездка к океану.

Ла Корунья.

Бригантиум. Так назывался этот город при римлянах.

Свободное время. Шопинг.

Мы рекомендуем пообедать в местных ресторанах. Они славятся своими закусками и морской кухней из свежайших даров океана.

Посещение Башни Геркулеса - самого старого в мире действующего маяка, объекта Всемирного наследия ЮНЕСКО.

Легенда гласит, что сам Геркулес построил его на скалистом берегу. Три дня подряд сражался Геркулес с великаном Герионом и победил его. Это был десятый его подвиг. Маяк был построен в честь этой победы.

Возвращение на базу.

Ужин.

### **День 7.**

Подъем. Завтрак.

Трек в горном заповеднике Сомьедо (трек 11 км, перепад высот 330 метров)

Прекрасная зелёная долина, зажата скалистыми горами. Место обитания коренных племён и кельтских народов. Живописные кельтские дома. Горное озеро, в котором мы можем искупаться.

На маршрут выдаётся сухой паёк.

Посещение супермаркета на обратном пути, приобретение испанских деликатесов, вина по желанию участников.

Возвращение на базу.

Ужин.

### **День 8.**

Подъем. Завтрак

Трекинг в национальном парке Бусмайор (Busmayor), который знаменит своими буковыми лесами и великолепными водопадами (7 км, перепад высот 200 м).

Возвращение на базу.

Обед.

Отдых. Свободное время.

Визит на винодельню Palacio de Canedo. Дегустация вина.

Ужин.

### **День 9.**

Завтрак.

Самостоятельный пеший поход в кельтскую деревню Бильбао или подъем к замку Сарацин в деревне Вега де Валкарсе.

Обед.

Послеобеденный отдых.

Прощальный ужин.

### **День 10.**

Подъем. Завтрак

Свободное время, сборы и подготовка к отъезду.

Переезд и размещение в гостинице в городе Авила (Avila).

Старинный испанский город, родина святой Терезы Авильской, обнесённый средневековой крепостной стеной.

Свободное время.

Ужин (в стоимость не входит)

## **День 11.**

Завтрак.

Трансфер в аэропорт г.Мадрид.

Обратите внимание! План тура является ориентировочным и может быть скорректирован с учетом физической подготовки участников и погодных условий.

### **УСЛОВИЯ**

**Количество участников:** до 8 человек

**Уровень физической подготовки:** начальный/средний, вас ожидает умеренная физическая нагрузка. Трекинговые палки предоставляются.

**Транспорт:** групповой трансфер из аэропорта г.Мадрид и обратно, а также к местам старта и финиша прогулок. Для организации группового трансфера время прибытия участников тура в аэропорт г. Мадрид должно быть не позднее 12-00.

**Проживание:** в частном деревянном эко-доме в маленькой уютной деревне Ambasmestas, провинция Кастилья и Леон.

Двухместные номера, 3 **общие** комфортабельные туалетные комнаты (обратите внимание, вход в туалетную комнату находится не в самом номере, а рядом со входом в номер)

Двухместные номера в гостинице города Авила.

WI-FI.

Утюг, фен, халаты, полотенце предоставляются.

Услуга стирки.

**Питание:** домашние завтраки, обеды (если это указано в программе) или сухой паек и ужины. При приготовлении мы используем самые свежие продукты, овощи и зелень прямо с грядки нашего огорода, бездрожжевой хлеб заказываем в небольшой деревенской пекарне. А творог покупаем прямо на сыроварне. Вегетарианское меню или возможность организации специального питания необходимо заранее обсудить с организатором.

### **В стоимость тура входит:**

- Трансфер из аэропорта и обратно, а также все запланированные поездки.
- Проживание (двухместное размещение).
- Русскоговорящее сопровождение.
- Экскурсия в Сеговия и Леоне.
- Билеты в музеи.
- Трехразовое питание на основной базе (включая сухой паёк), напитки (включая пиво, вино, воду, сок бутилированный).

### **В стоимость тура не входит:**

- Авиабилеты (мы помогаем с подбором оптимального авиарейса).
- Страховка: участник тура должен самостоятельно приобрести медицинскую (спортивную) страховку для выезжающих за рубеж, действующую в течение всего периода поездки, а также страховку от отказа от поездки (обязательное условие).
- Шенгенская виза (если она вам необходима).
- Крепкие алкогольные напитки.
- Питание и напитки в Сеговии, Леоне, Авиле, Ла Корунья.
- Доплата за одноместное размещение – 200 евро

### **Что взять с собой?**

- Лёгкий рюкзак для воды, питания и личных вещей
- Лёгкую куртку с капюшоном
- Дождевик
- Головной убор для защиты от солнца
- Солнцезащитные очки
- Удобные трекинговые ботинки или трекинговые кроссовки
- Удобную быстро сохнущую одежду, не стесняющую движений (брюки, шорты, футболки, флисовую кофту)
- Одежду для купания
- Солнцезащитный крем, крем от насекомых
- Личную аптечку
- Предметы личной гигиены
- Деньги на карманные расходы, сувениры, несколько обедов и ужинов, - 200-300 евро