

LAPONIA - LA RUTA DEL OSO

TRAVESÍA CON RAQUETAS EN LA NOCHE ÁRTICA

Curso de supervivencia en climas fríos y bosque invernal

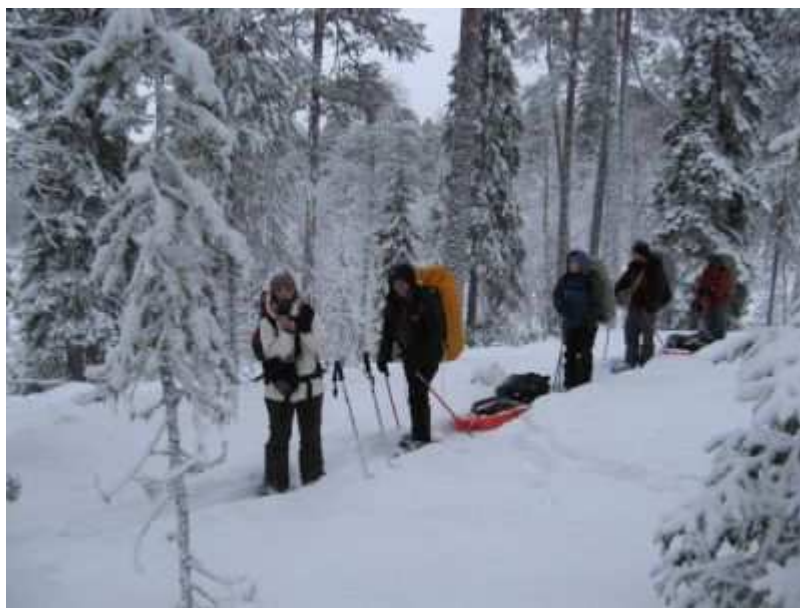


Este viaje ofrece a los viajeros la oportunidad de adentrarse en el corazón del bosque boreal de la Laponia finlandesa, dentro del Parque Nacional de Oulanka. Se trata éste de un viaje apto y especialmente recomendado para todos aquellos que quieran conocer el bosque boreal finlandés y hacer una **travesía con raquetas**, atravesando zonas de abetos, abedules y pinos silvestres cubiertos por un manto de nieve de más de medio metro. **No es necesario tener ningún conocimiento previo** para unirse a este viaje de expedición, basta con contar con

una mínima condición física, además de entusiasmo, espíritu de equipo y ganas de pasar unas vacaciones diferentes en el invierno ártico.

La Ruta del Oso es una travesía por el bosque boreal lapón de la zona de **Kuusamo**, cerca de la frontera de Finlandia con Rusia y **en las proximidades del Círculo Polar**. En ella podremos conocer un **ecosistema apenas tocado por la mano del hombre**, y que recorreremos con raquetas **abriéndonos paso en la nieve virgen**. Se trata de una zona muy poco transitada, por lo que posiblemente no encontraremos a nadie –o a muy poca gente- en nuestro camino.

Durante los seis días de marcha **avanzaremos entre bosques nevados, lagos congelados y**



gargantas rocosas que podremos cruzar **atravesando puentes colgantes de madera**. Nuestra ruta se desarrollará durante las horas de luz a través de la **taiga finlandesa**. Al caer la noche, nos alojaremos en **típicas cabañas de madera** finlandesa que nos servirán de refugio en la noche. Aquí dispondremos de un ambiente cálido y acogedor en el que podremos disfrutar la velada nocturna, una buena cena, y, sobre todo, el **aprendizaje de técnicas invernales de la mano de uno de nuestros guías más veterano Jaime Barrallo**, experto en el Ártico

invernal, que fue director de la Escuela de Supervivencia de Madrid y titulado por las Escuelas Madrileña y Española de Alta Montaña.

Durante esta travesía podríamos tener la oportunidad de ser testigos del gran espectáculo ártico por excelencia: **las auroras boreales**. Este fenómeno natural, propio de las zonas más septentrionales del planeta –junto con sus hermanas gemelas del sur, las auroras australes-, se produce debido a las ráfagas de viento solar emitidas por el astro rey sobre nuestra atmósfera. Durante el invierno lapón **es frecuente poder observar esta danza de las Luces del Norte** en el firmamento, que podremos presenciar con un poco de suerte siempre y cuando el cielo esté despejado.

En nuestro camino podremos también experimentar la noche polar y el intenso frío ártico, con temperaturas que oscilarán entre -5 y -35°C, así como **aprender numerosas técnicas de supervivencia en el medio invernal**: aprenderemos como afecta el frío a nuestro organismo y como protegernos del él, como conseguir agua, practicar métodos de orientación natural, con brújula y con GPS, construcción de refugios de nieve, vivacs de coníferas, etc. También atravesar ríos congelados, ascender y descender pendientes con y sin raquetas, en definitiva, a movernos en zonas de montaña y nieve de manera segura.



La Ruta del Oso es el pionero de nuestros viajes de iniciación a las travesías polares, y también puede servir como introducción a las actividades de montaña invernal. La brevedad de las etapas y la pernocta en cabañas hacen que este viaje sea **asequible** a casi cualquier persona a pesar de las bajas temperaturas.

PLAN DE VIAJE

Día 1- Salida de Madrid/Barcelona hacia Helsinki, y de allí, a **Kuusamo o en determinados casos Rovaniemi (ver mapa)** en vuelo regular. Traslado desde el aeropuerto hasta una **confortable cabaña equipada** con todas las comodidades, entre ella **sauna finlandesa**, duchas y servicios ubicada en la estación de esquí de Ruka.

Días 2 al 6- Traslado por carretera al punto de partida de la travesía y comienzo de la misma por un sendero que puede estar cubierto hasta por metros de nieve, generalmente sin huella previa. La ruta se desarrolla atravesando un **frondoso bosque nevado, caminando junto a lagos helados, y pasando por encima de ríos congelados**, encajonados y que forman gargantas franqueables solamente gracias a los **puentes colgantes** que las atraviesan.

Las etapas se adaptarán a las distancias que hay entre las diferentes cabañas en las que dormiremos; se suele caminar **alrededor de tres horas por nieve virgen y a un ritmo suave**, por lo que no se requiere una especial forma física para participar en la travesía. Una vez en las cabañas, y tras encender un fuego y caldear su interior, se hará diariamente un verdadero

curso de actividades de supervivencia, con especial hincapié en la **construcción de cuevas y otros refugios de nieve**, en los que se podrá también dormir, siempre y cuando las condiciones meteorológicas lo permitan. Para celebrar la Nochevieja o Reyes tendremos una **cena especial con productos típicos**, vino, champán y dulces navideños.

Las **cabañas de madera** que salpican el bosque boreal nos proporcionarán un **lugar cómodo y acogedor en el que pasar la noche**, descansar de la caminata y hacer pequeñas excursiones cuando aún dispongamos de luz solar suficiente.

Día 7- Última etapa de travesía con raquetas. Después nos dirigiremos al alojamiento de partida, a pie y vehículo especial para nieve y luego por carretera en furgoneta. Allí podremos empezar a saborear el reencuentro con la civilización. En esta cabaña equipada con todas las comodidades pasaremos nuestra última noche -al menos, por el momento- en tierras finlandesas.

Día 8- Traslado al aeropuerto de Kuusamo o Rovaniemi y vuelo a Helsinki, y de allí, a Madrid/Barcelona.

FECHAS:

Del 27 de diciembre de 2010 al 03 de enero de 2011

Del 02 al 09 de enero de 2011

NIVEL: 1 de 6.

GRUPO: Máximo 10-11, mínimo 6.

PRECIO: 1.595 euros

INCLUYE:

- Vuelos clase turista con Finnair Madrid/Barcelona – Kuusamo/Rovaniemi (i/v).
- 2 noches en cabañas equipadas y resto de noches en cabañas sin equipar
- *Transfers* descritos para cumplir el programa
- Alimentación durante la travesía.
- Préstamo de material polar y de montaña especificado en la lista.
- Guía con gran experiencia en el Ártico (Jaime Barrallo).
- Transporte aéreo (1 bulto de 15 kg de equipaje personal facturado, 9 kg de equipaje de mano)
- Seguro de viaje.

NO INCLUYE:

- Tasas de aeropuerto
- Comidas durante los días de vuelo
- Equipo personal no proporcionado por la organización (ver lista de equipo)
- Cualquier cosa no especificada en "Incluye"

RESERVA DE PLAZA: Ingreso del 40 por ciento del precio del viaje sin incluir tasas de aeropuerto. Hasta 45 días antes de la fecha de inicio del viaje.

NOTAS SOBRE EL VIAJE

Este tipo de viaje más próximo a una expedición implica un mínimo espíritu de grupo y colaboración por parte del viajero.

Historia de esta ruta

Fue en 1992 cuando Jaime Barrallo cuando reparó en este pintoresco rincón de Laponia y realizó su primera travesía de Laponia en trineo de perros. No fue hasta 2002 cuando emprendió por primera vez el recorrido, y en 2003 cuando nuestro corresponsal de la mano de Jaime realizó la primera salida de esta magnífica ruta de iniciación a la expedición polar.

Condición física

Solamente se requiere un mínimo de forma física. Las etapas son de dos a cuatro horas de actividad, recorriendo de cuatro a siete kilómetros cada día. La dureza depende en gran medida de la profundidad de la nieve, siendo la tarea más dura la de abrir huella. A medida que pasen más personas sobre esta misma huella, se suaviza en gran medida la dificultad de la ruta. Las posiciones se cambiarán dependiendo de la condición y el estado de cada uno. En ocasiones la huella ya ha sido abierta por los guardas del parque.

Las temperaturas

El frío suele ser intenso durante el viaje: normalmente la temperatura oscila entre -5 y -15°C, pudiendo alcanzarse los -25°C e incluso los -35°C. Esta circunstancia, unida a la falta de luz propia de la fecha, es la razón de que las paradas sean cortas durante la marcha y las etapas no muy largas. La mayor dureza del viaje procede del frío intenso.

La organización proveerá de equipo especial contra el frío, como botas, parkas, y dará un breve curso inicial de cómo protegerse del frío extremo. Al acabar las jornadas se llegará a cabañas que no están habitadas, y que se calentarán encendiendo una estufa de leña.

Dificultad técnica

El viaje no representa apenas ninguna dificultad técnica, ya que el uso de raquetas es sencillo incluso si no se han usado nunca. En un caso de evacuación no justificada (como puede ser voluntad expresa del participante) los gastos no estarán cubiertos por la organización.

Tareas comunes

Los trabajos comunes, como palear nieve, cocinar, buscar leña, abrir huella, etc., se hacen entre todos (incluido el guía), ya que este viaje tiene un planteamiento de expedición.

Se trata de una ruta autosuficiente, por lo que es necesario llevar todo lo que necesitemos con nosotros.

El equipaje

El equipaje personal se transporta en la mochila. Se llevará una pulka (pequeño trineo) por cada dos personas para portear el material común y los objetos mas pesados. Es importante ajustar al máximo el equipo personal. En caso de duda, consultar al guía.

Es posible dejar equipaje no necesario para la travesía -la ropa para los vuelos, por ejemplo- en el alojamiento de partida.

Aunque las compañías aéreas suelen autorizar 20 kg dado el carácter de expedición hay que contar con el material común que aportamos nosotros y además utilizar los 9 kg de equipaje de mano. Gastos en aeropuertos de exceso de equipaje personal no están cubiertos por la organización.

La ropa y el material personal.

La organización proveerá del material más específico de protección contra el frío, como las botas especiales, la parka polar, las raquetas de nieve y las pulkas, así como todo el material de campamento. Para la ropa personal se recomienda leer atentamente la lista aconsejada y consultar al guía.

El guía

Jaime Barrallo, guía experto con gran experiencia en el Ártico invernal. Es la persona que ha atravesado más veces Lapponia sin medios mecánicos; recorre cada año más de 2.000 km en el Ártico: esquís, raquetas, a pie, canoa, raft-catamarán, bicicleta. Destacan en su historial entre otras: en 1998 400 km con esquís y pulkas en Spitsbergen, 2007 travesía Groenlandia Este-Oeste con esquís y pulkas tercera travesía Española; o el primer encadenamiento del Vatnajökull con esquís, el Landmannalaugar con raquetas en Islandia 2008 y primera travesía mundial con esquís y pulka de costa norte Groenlandia hasta Qaanaaq (ruta de los cazadores). Jaime ha sido durante diecisiete años **director de la Escuela de Supervivencia de Madrid**, **instructor de la Escuela Española de Alta Montaña** desde 1989 y es uno de nuestros guías más experimentados. Actualmente realiza hasta diez travesías al año y es columnista mensual de la **revista Oxígeno**.

El curso de supervivencia

Jaime dará un verdadero **curso de iniciación a las técnicas de supervivencia en el bosque boreal** al acabar las jornadas, que **es posible seguir sin necesidad de contar con ningún tipo de conocimiento previo**. Los temas que se tratarán son: fisiología y psicología aplicadas a situaciones de frío; protección contra el frío polar; material y alimentación; lesiones por frío y cómo evitarlas; cuevas y otros refugios de nieve; cómo encender fuego sobre la nieve; cómo obtener agua a partir de nieve; y, sobre todo, orientación y desplazamiento en zonas nevadas: técnicas de progresión y seguridad; aludes y otros peligros específicos. (las practicas exteriores como: localización y simulacro de rescate de heridos, rapel sobre nieve, orientación nocturna, construcción de refugios de nieve, etc. que se realizan casi siempre cuando llegamos a las cabañas, pueden ser modificadas o suprimidas si las condiciones son extremas temperaturas realmente bajas -30°C o menos)

Esto lo decide el guía sobre el terreno y realmente solo se aplica si hay riesgo de congelaciones (por ejemplo).

Las cabañas

Los alojamientos del primer y último día son cabañas de madera con todos los servicios, agradables y confortables, con cuarto de baño, ducha, cocina y sauna exterior.

Las cabañas usadas durante la travesía son cabañas sin guardar, abiertas y en las que puede haber más gente, ya que no son reservables, si bien lo normal es que estén vacías.

INFORMACIÓN ÚTIL PARA EL VIAJERO

Documentación

Carnet de identidad para ciudadanos de la Comunidad Europea; tarjeta europea de la Seguridad Social (recomendable).

Moneda

Euros.

Es posible encontrar cajeros Visa y Mastercard en las ciudades, así como pagar con Visa en casi todas partes. Se recomienda de todas formas llevar algo de dinero en euros: más o menos cincuenta euros deberían ser suficientes.

Idioma

En las ciudades y zonas turísticas la mayoría de la gente habla inglés, pero en la Finlandia rural pocos lo dominan.

Es probable que durante la ruta no veamos a nadie, ya que es una zona completamente despoblada y poco frecuentada en invierno.

Vacunas

No son necesarias, recomendamos la del tétanos.

Medicinas

Llevamos un botiquín, pero recomendamos llevar artículos de uso personal como: medicinas si se sigue algún tratamiento o si se es propenso a alguna dolencia en particular; artículos para el cuidado de los pies, como vaselina o piel artificial, tiritas, analgésicos, etc.

Seguridad y orientación

En casi toda la zona hay cobertura de móvil. A parte de eso llevaremos un SPOT e IRIDIUM (teléfono satélite). Llevamos además material de señales, como bengalas, ya que en Finlandia se investiga cualquier señal de auxilio por los servicios concertados al 112.

Nuestro guía, Jaime Barrallo, con más de 25 años de experiencia en actividades de aire libre y posee amplios conocimientos en orientación, rescate y primeros auxilios.

Para orientarnos, al margen del mapa y la brújula, llevaremos GPS con puntos de las cabañas y del recorrido tomados durante otras expediciones a la zona.

Cartografía

Durante la expedición se usarán mapas topográficos y 1:40.000.

METEOROLOGÍA

Condiciones meteorológicas: Veremos el parte meteorológico en su día.

Temperaturas previsibles: Entre -5°C y -35°C.

Condiciones de luz: aproximadamente cuatro horas de luz diarias, además de la penumbra durante el amanecer y el atardecer.

ALIMENTACIÓN

Durante la travesía llevaremos una dieta condicionada por el peso, pero sin olvidarnos de la celebración de las fiestas navideñas.

Desayuno:

Café, cacao o té leche en polvo, galletas, pan, mermelada, cereales, queso.

Comida:

Pan, queso, embutido (salchichón, chorizo, jamón), paté, frutos secos, galletas dulces y saladas, chocolate, dulces navideños, sopa e infusiones calientes, naranjada, limonada de sobre, etc.

Cena:

Pasta, arroz, puré de patata, salchichas, beicon, atún, calamares, sopas, postres en polvo, etc.

Para celebrar Nochevieja tendremos un menú especial con algunas viandas locales, dulces navideños, uvas de lata o pasas, vino, cava.

Nota: Además de lo incluido se pueden llevar bebidas alcohólicas, pero con moderación. Se recomienda no más de 500cc (1 petaca o botella pequeña por persona). Se puede llegar a un acuerdo sobre qué llevar para no repetir.

Seguro

Solicitar la relación de coberturas a la oficina.

PUNTOS FUERTES DE LA TRAVESÍA

- Realizar una **travesía con raquetas en el invierno Ártico** con temperaturas bajo cero **en un paisaje incomparable**: bosque boreal, ríos congelados, cañones de roca, pendientes, puentes colgantes.
- **Aprender múltiples técnicas específicas de supervivencia y desplazamiento invernal**, construyendo refugios de nieve, haciendo fuego sobre la misma, identificando huellas de animales, aprendiendo técnicas de orientación ,primeros auxilios , progresión ,aseguramiento y detención en pendientes...
- **Pasar unas fiestas navideñas inolvidables**, en un lugar salvaje, pero dentro de una confortable y encantadora cabaña de troncos.
- Posibilidad de ver **auroras boreales** en las noches despejadas.

EQUIPO COMÚN PROPORCIONADO POR LA ORGANIZACIÓN

MATERIAL DE ACAMPADA

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
3		Lumogás Palas de nieve Infiernillos y sus accesorios Combustible Cacerolas y otro material de cocina	La cantidad depende del número de personas en la expedición De gasolina
1		Sierra de mano para madera	
2		Cepillos para sacudir nieve	
1		Cuchillo	Para sacar astillas y otras funciones para hacer fuego
1		Equipo de reparaciones	
1		Botiquín de amplio espectro	

EQUIPO DE PROGRESIÓN

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
		Pulkas Arnés y cuerdas de arrastre	1 cada 2 pax

COMUNICACIONES Y SEÑALES

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
1		Teléfono móvil	Baterías de repuesto
1		SPOT	
1		IRIDIUM (teléfono satélite)	Baterías de repuesto
1		Luces estroboscópicas	
1		Lanza bengalas	Cartuchos de repuesto

SEGURIDAD (prácticas)

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
Según grupo		Cintas y mosquetones	
2		Cuerdas de escalada de 20 mts. y 7 mm	

ORIENTACIÓN Y METEOROLOGÍA

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
2		GPS (Global Positioning System) Mapas 1:40000 y brújula electrónica y convencional	Baterías de repuestos
1		Termómetro interior y exterior	Mide máximas y mínimas
1		Barómetro	Mide la presión atmosférica

EQUIPO PERSONAL PROPORCIONADO POR LA ORGANIZACIÓN

ABRIGO

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
1	Par	Botas polares	Número americano
1		Parka polar	Si se tiene chaqueta de plumas (puede sustituir a la parka: comunicarlo a la oficina o al guía antes del viaje)

MATERIAL DE PROGRESIÓN

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
1		Raquetas con ataduras basculantes y crampones para nieve dura	

EQUIPO PERSONAL NO PROPORCIONADO

CABEZA

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
1		Gorro forro polar o similar	Aconsejable con cortavientos <i>Windstopper</i> o similar
1		Pasamontañas fino de fibra	En su defecto un <i>buff</i>
1		Máscara de neopreno	Protege del viento, en su defecto un <i>buff</i> o una bufanda cerrada de polar (consultar)
1		Gafas ventisca y niebla	
1		Gafas glaciar	Solo personas con ojos muy sensibles a la luz solar

NOTA: No es aconsejable usar lentillas

CUERPO

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
1		Chaqueta	Impermeable y transpirable
1		Pantalón	Impermeable y transpirable
2		Camisetas de fibra térmica	<i>Polartec 100</i> ó similar
1		Chaqueta forro polar fino	<i>Polartec 100</i> o similar
1		Pantalón fibra fino	<i>Polartec 100</i> ó similar
1		Pantalón forro polar grueso	<i>Polartec 200</i> u otro de <i>Polartec 100</i>
1		Chaqueta forro polar gruesa	Recomendable

Si se tiene chaqueta de pluma puede llevarse en vez de la parka proporcionada por nosotros

NOTA: No se aconseja llevar prendas de algodón debido a su gran capacidad de absorción de la humedad.

MANOS

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
1	Par	Guantes de esquí o similar	Pueden ser <i>Wind Stopper</i> si no son muy finos
2	Par	Guantes finos de fibra térmica	
1	Par	Manoplas invernales	Si no las tienes, consúltanos.

PIES

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
3	Pares	Calcetines finos fibra	
3	Pares	Calcetines gruesos: fibra térmica o lana	Altos
1	Par	Patucos o zapatillas de estar por casa	Recomendable para las cabañas Puede valer el calzado del vuelo (deportivas o similar)

MATERIAL CAMPAMENTO

Cantidad	Tipo	Artículo	Observaciones
1		Colchoneta aislante	Preferentemente de neopreno o EVA, también posible auto-hinchable
1		Saco de dormir tolerancia -15°C o menos	No suele ser necesario en las cabañas, lo llevaremos por si fuera necesario. Si no tienes un saco de estas características, consúltanos.
1		Linterna frontal pilas y bombilla de repuesto	
1		Un termo 1 litro	Una cantimplora con funda térmica (recomendable)
1		Tartera o plato de aluminio	
1		Cubierto	
1		Mechero, cerillas	
4		Velas (tres o cuatro como mínimo)	
		Navaja	
1		Manta aluminizada	
1		Artículos de aseo (incluyendo crema solar, protector labial), papel higiénico un rollo por persona, tapones para los oídos (antironcadores), bañador y toalla para la sauna.	

DESPLAZAMIENTO

1		Brújula	Recomendable para las practicas
1		Mochila de más de 65 ltr	No cabe el material invernal en una más pequeña

