

ACTIVIDADE ESPECIAL VERÁN.

ACTIVIDADE DE SENDEIRISMO E MONTAÑA NOS ALPES JULIANOS. ESLOVENIA.

Datas, do 24 ao 31 de XULLO de 2026

ALOXAMENTO:

Hotel Center Pokljuka Aloxamento (****) en habitacións dobres ou individual, en réxime de media pensión solo está incluída auga o resto das bebidas son de pago directo no hotel.

- Hora e lugar de saída: A saída farase o día 24 de xullo farase ás 9:30h. diante da Axencia Galega de Sangue, Órganos e Tecidos (ADOS) ao lado do pavillón polideportivo da USC.
- Hora e lugar de regreso: A chegada será o día 31 de xullo sobre as 18:00h. no mesmo que sitio que a chegada.por determinar

CONSIDERACIÓNS A TER EN CONTA:

Imos facer unha actividade de **sendeirismo** e **montaña** durante varios días así que é importante estar acostumado a camiñar.

As rutas en xeral son de **dificultade variada, unhas son máis intensas que outras**, aínda así hai que ter un bo estado de forma e estar habituado a este tipo de actividades.

É preciso levar calzado axeitado para o sendeirismo (bota de media caña) e que estea en boas condicións, así como **vestimenta axeitada** para facer a actividade.

A orde en que realizaremos as rutas dependerá das **previsións meteorolóxicas** xa que algunha das rutas, baixo condicións meteorolóxicas adversas, pode ser complicada.

Non é obrigatorio facer tódalas rutas, podedes quedar descansando no hotel algún día, ou facer outra actividade, sempre baixo a vosa responsabilidade.

A programación pode sufrir **cambios** ou variacións, dependendo da meteoroloxía, as condicións do grupo e outras circunstancias. A orde en que aparecen as rutas aquí descritas non ten porqué ser a definitiva.

No hotel estaremos en réxime de media pensión, polo que tendes que levar a **comida para as rutas**. En todo momento debemos seguir de xeito estrito as **indicacións** dos guías. Durante as rutas, o guía que vaia diante será o que marque o ritmo e o grupo ten que ir detrás.

É aconsellable (non imprescindible) levar o bastón (ou bastóns) de sendeirismo.

Coma sempre que saímos ao medio natural (nas épocas máis cálidas do ano), e como ocorre en toda Europa central, debemos tomar certas precaucións fronte ás posibles picaduras de carrachas, que poden transmitir determinadas enfermidades. É importante e moi recomendable facer uso do pantalón longo e camiseta de manga longa así como o uso de repelente. Incluso pode ser interesante facer uso da vacina existente para evitar a posible transmisión das enfermidades. No centro de saúde poden asesorarnos ao respecto. Con esta información non se pretende alarmar; nin moito menos. Ducias de milleiros de

sendeiristas trasládanse cada verán aos países do centro de Europa a facer actividades no medio natural sen problema algún. Só tratamos de informar sobre un risco coma outros moitos.

INTRODUCCIÓN:

Imos visitar a zona norte e noroeste de Eslovenia, onde se atopan os Alpes Julianos e os Alpes de Carintia. Son zonas montañosas de altitudes moderadas, sendo o cumio máis alto o Triglav (punto máis alto de Eslovenia), situado a 2864 metros de altitude. Estas rexións alpinas gozan dunha extraordinaria beleza en canto a paisaxes se refire, vales, montañas, bosques, serras, lagos alpinos, pasteiros de montaña.e teñen un alto valor natural.

Moitos dos seus pobos e aldeas destacan pola súas marcadas e fermosas características arquitectónicas, propias da rexión.

Imos estar aloxados no hotel Center Pokljuka, situado nun fermoso enclave no medio da montaña rodeado de extensas zonas boscosas e próximo a destacados cumios na contorna.

As actividades inicialmente previstas farémolas entre os 700m de altitude e os 2000 aproximadamente. Isto vainos permitir poder ver diferentes rexións e paisaxes. As rutas soen gozar de camiños relativamente cómodos, pero ao ser unha zona de montaña é normal atopar tramos ou seccións que podan ser incómodas e requiran de certa destreza.

Un dos días viaxaremos ata a capital do país Liubliana, onde faremos algún percorrido polos seus bonitos arredores e coñeceremos a parte antiga da cidade.

PLAN DE VIAXE:

*Traslado en autocar dende Santiago de Compostela ao Aeroporto de A Coruña e viceversa.

* Billetes de avión en clase turista de Air Europa: A Coruña / Venecia / A Coruña, vía Madrid.

24 xullo	12:35 A Coruña	13:45 Madrid	(UX7234)
	15:10 Madrid	17:35 Venecia	(UX1083)
31 xullo	10:45 Venecia	13:25 Madrid	(UX1082)
	15:10 Madrid	16:20 A Coruña	(UX7235)

- Una maleta facturada de ata 23 kg.

* Traslados en autocar dende o aeroporto de Venecia ao Hotel Center Pokljuka e viceversa.

* Autocar a disposición para realizar o itinerario solicitado na estancia en Eslovenia.

* Estancia de sete noites en el Hotel Center Pokljuka (****) en réxime de media pensión (almorzo e cea).

*Taxa turística de estancia (2,50 € por persoa e noite).

*[Póliza de seguro](#) de asistencia e anulación xustificada.

AS ACTIVIDADES QUE FAREMOS:

❖ **DÍA 1. Viaxe a Eslovenia vía Madrid, chegada ao hotel**

❖ **DÍA 2. Planina Pri Jezeru**

Lonxitude: 18km

Dificultade: media ou media/alta

Desnivel: medio ou medio/alto

Nos trasladamos en bus a Stara Fucina ao pé do Lago Bohinj, un dos lagos máis fermosos de toda esta rexión alpina. Aquí comezaremos unha ruta que nos leva ata o refuxio Koca, en Planina Pri Jezeru. A ruta transita por bonitos bosques e paisaxes alpinas. Se temos ocasión, e se dan as condicións necesarias, haberá opción de intentar acadar o cumio de Pršivec a 1761 m de altitude que ofrece unhas vistas impresionantes do lago, isto fará que a dificultade sexa maior, pero en calquera caso a opción de subir será optativa. As dificultades e os desniveis varían dependendo da opción que escollamos.

❖ **DÍA 3. Liubliana**

Lonxitude: 8 km

Dificultade: baixa ou media

Desnivel: baixo ou medio

Nesta xornada viaxamos ata a capital de Eslovenia, Liubliana, para facer un percorrido tranquilo e relaxado polos frondosos e fermosos bosques do seus arredores. Ao rematar a ruta haberá tempo libre para poder pasear pola cidade e ver algúns dos seus puntos máis interesantes e espléndidos.

❖ **DÍA 4. Nesta xornada faremos a actividade dende o mesmo hotel e haberá dúas opcións:**

• **Rudno Polje Pico Visevnik**

Lonxitude: 10 km

Dificultade: media/alta

Desnivel: medio

A primeira hora da mañá sairemos camiñando do mesmo hotel para intentar acadar o cumio do pico Visevnik situado a 2050 metros de altitude, o cal ofrece unhas vistas estupendas de toda a contorna desta zona montañosa. Ten tramos no ascenso un tanto incómodos e pode dar algo de vertixe

• **Planina Uskovnica**

Lonxitude: 10 km

Dificultade: baixa

Desnivel: baixo/medio

A media mañá comezaremos a ruta que vai dende o hotel ata Uskovnica, unha fermosa e tranquila ruta que nos leva por zonas de bosques e praderías con paisaxes tipicamente alpinas. É un traxecto de ida e volta.

❖ **DÍA 5. Stara Fuzina, Garganta de Mostnica e Lago de Bled**

Lonxitude: 13 km

Dificultade: baixa/media

Desnivel: medio

Regresamos a Stara Fuzina para facer unha das rutas máis impresionantes desta zona: a garganta de Mostnica. O camiño segue o curso do río Mostnica, sempre á sombra de bosques húmidos e frescos. A senda discorre maiormente por pasarelas de madeira e camiños ben marcados, avanzando xunto pozas profundas e canóns estreitos escavados pola auga ao longo do tempo. O río destaca polas súas cores claras e polos remuíños que se forman entre as rochas. O punto máis coñecido da ruta é a cascada de Mostnica, onde a auga cae nunha fenda estreita. É unha ruta de ida e volta.

Para facer esta ruta hai que pagar 3 euros por persoa, que se pagarán o día da ruta alí mesmo.

Pola tarde iremos á Bled, onde teremos un rato para dar unha volta e ver os seu impresionante lago e marabillosos arredores

❖ **DÍA 6. Planina Korosica e Hanzevo Sedlo.**

Lonxitude: 14 km

Dificultade: media ou media/alta

Desnivel: medio ou medio/alto

Viaxamos ata a localidade de Ljubelj, moi preto da fronteira con Austria. Imos facer unha ruta que nos leva ata Planina Korosica, un lugar de extraordinaria beleza situado nun marco incomparable rodeado de montaña. Neste punto hai un pequeno refuxio. Dende aquí haberá opción para os que queiran de seguir ata Hanzevo Sedlo, un paso de montaña situado na mesma fronteira entre os dous países que ofrece unhas vistas marabillosas. As dificultades e os desniveis varían dependendo da opción que escollamos.

❖ **DIA 7. Zgornje Jezersko. Pico Goli Vrh.**

Lonxitude: 18 km

Dificultade: media ou media/alta

Desnivel: medio ou medio/alto

Viaxamos ata a localidade de Zgornje Jezersko. O bus deixaranos preto dun pequeno pero bonito lago, onde comezaremos a nosa andaina polo val de Ravenska, con numerosas praderías e bosques. Ao fondo do val comeza unha forte subida a Jenkova Planina, ata aquí son 500m de desnivel. Este é un paso fronteirizo con Austria. Dende este punto podemos intentar acadar o cumio do pico Goli, (optativo) que é un miradoiro impresionante desta zona alpina. As dificultades e os desniveis varían dependendo da opción que escollamos.

❖ **DÍA 8. Viaxe de regreso**

