

TATRA MOUNTAINS

Guia: Magdalena Derezinska-Osiecka

Tel: 0048505104062

contact@tatrarunning.pl

Duración: 7 noches

Fechas: 14.03 – 21.03.2015

ITINERARIO

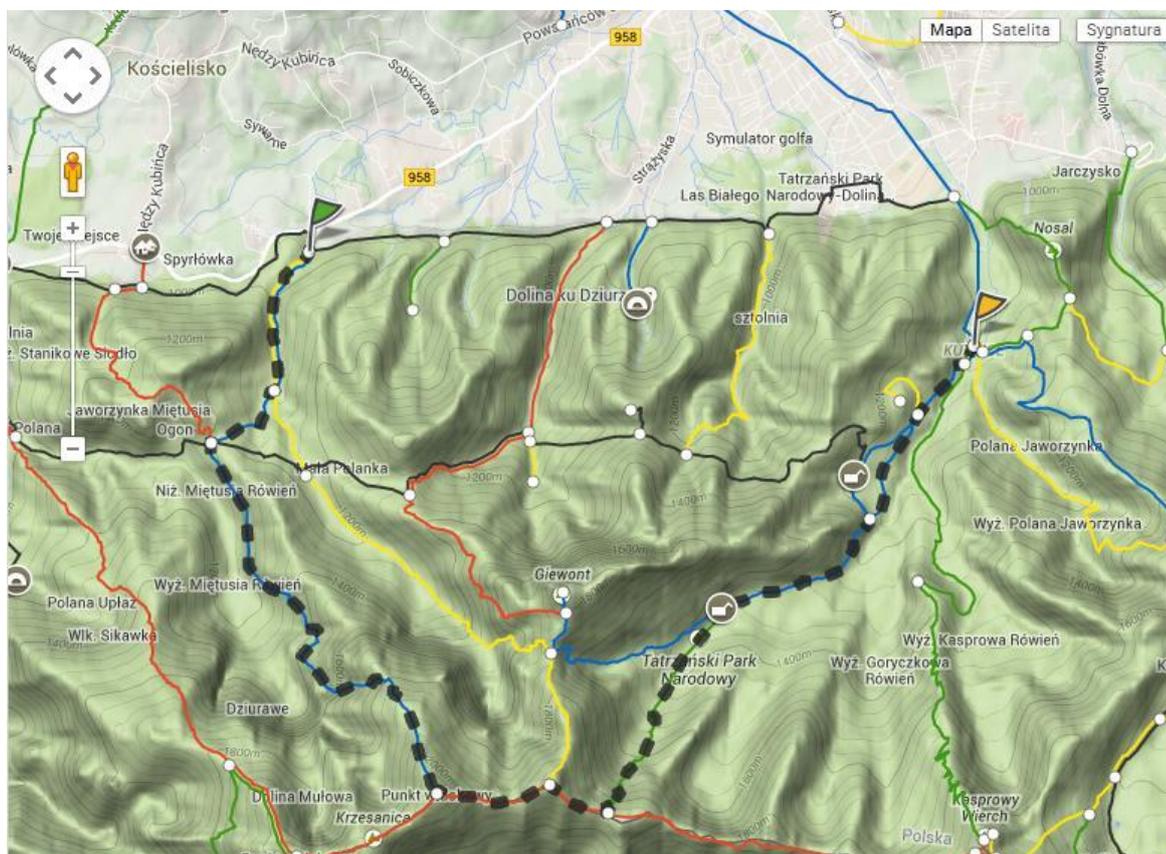
Día 1 (14.03.) LLEGADA

Llegada a Cracovia. Traslado del aeropuerto a Zakopane (2 horas, 110km). Alojamiento en pensión/casa Javorina (<http://www.javorina.pl/pensjonat.html>). Cena en el restaurante Javorina.

Día 2 (15.03.) Excursion de montana; Zakopane – Czerwone Wierchy - Zakopane

Czerwone Wierchy son los 4 cumbres de 2000metros en los Tatras del Oeste. Ofrecen una vista muy preciosa a todos los Tatras de Oeste y Tatras Altas. Dependiendo de vuestras ganas y tambien el nivel de riesgo de avalancha, subiremos los todos 4 cumbres, o menos. El camino esta situado en la frontera entre Polonia y Eslovakia. Recorrido (subida a 2 cumbres): 6horas, 13km, + 1286m, - 1223m. En caso de nieve dura en la parte alta ponemos crampones.

Traslado con el bus al Valle Mala Laka, alli iremos andando o ponemos los esquis y subimos hasta Malolacznik 2096m. Una bajada corta de 100m y subida corta de 100m a Kopa Kondracka (2008m). Desde alli bajada de 1000m de desnivel, hasta Kuznice. Comida en Yurta Bar en Kuznice, regreso a pensión Javorina.



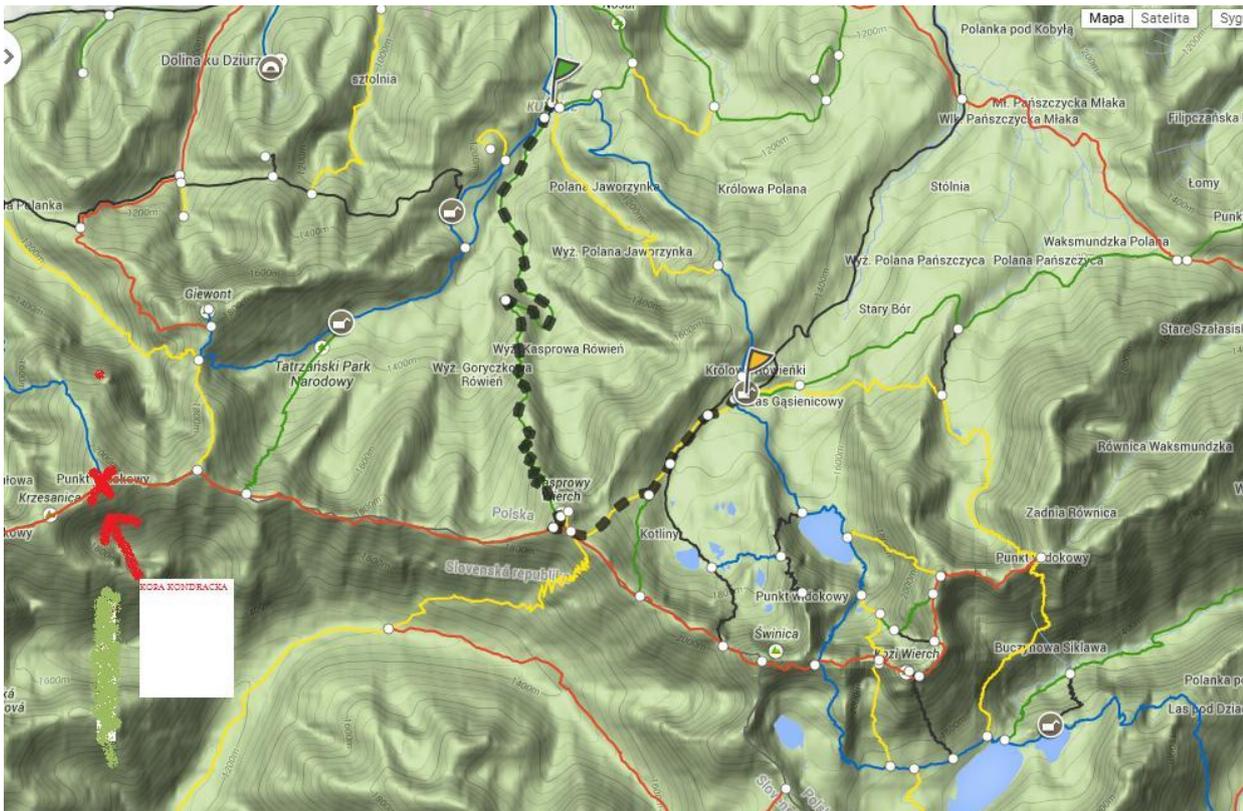
Día 3 (16.03.) Excursion historico-cultural por Zakopane + Excursion de Montana: Kuznice - KASPROWY WIERCH – Hala Gasienicowa

Por la mañana pasamos 2-3 horas visitando casco viejo de Zakopane (Villa Koliba – el monumento de la arquitectura de madera en estilo de Zakopane, el extraordinario Cementerio Peksow Brzyzek y Stary Kosciol – una iglesia de madera).

En mediodía empezamos excursion: traslado a Kuznice, visitamos Kuznice, el corazon del turismo en los Tatras y sitio del Parque Nacional de los Tatras con un pequeño museo de la fauna de los Tatras.

Subida al Kasprowy Wierch – el pico mas famoso para esquiadores de Polonia. Allí podemos pasar una hora usando remontes y esquiando. Despues bajamos esquiando a refugio Murowaniec al 1500m. (<http://murowaniec.e-tatry.pl/>). Allí comida y alojamiento.

Recorrido: facil, 3.5h, 7km, + 960m, - 500m.



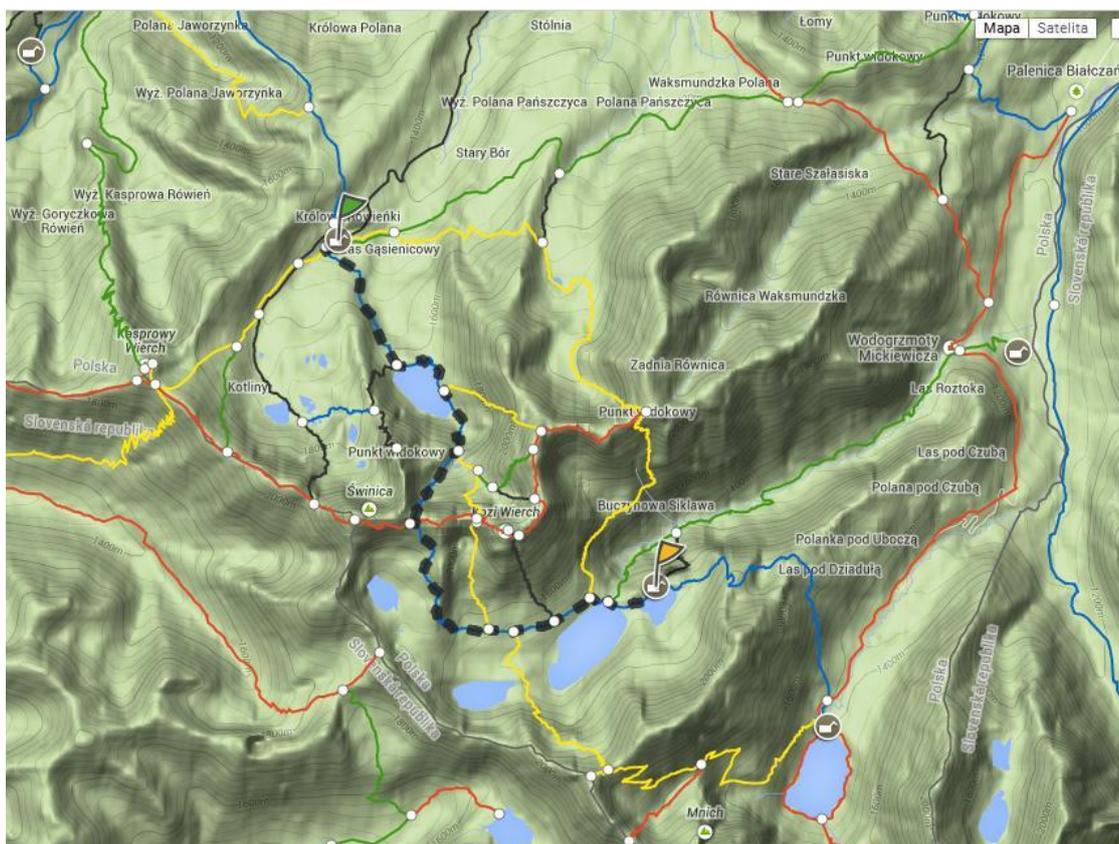
Refugio Murowaniec

Día 4 (17.03.) Murowaniec – Zawrat- Dolina Pieciu Stawow (Valle de los 5 Lagos)

Como se puede ver en el **mapa**, hacemos travesía de los Tatras Altos entre los valles mas preciosos, y nos adelantamos hacia el este. Valle Piec Stawow con el refugio al lado de un lago es un sitio muy bonito y tiene ambiente de alta montaña de tipo alpino. Es un refugio situado en una altura mas grande en los Tatras Polacos (1670m). <http://www.piecstawow.pl/schronisko.html>.

Empezamos nuestra excursion con subida al collado Zawrat 2159m – los ultimos 100m de la subida son empinados y tecnicos, asi que subiremos con los esquis en mochilla, posiblemente con crampones. Una bajada facil y con vistas magnificas. Alojamiento, comida en el refugio.

Recorrido: 4h, 8km, +750m, - 570m.

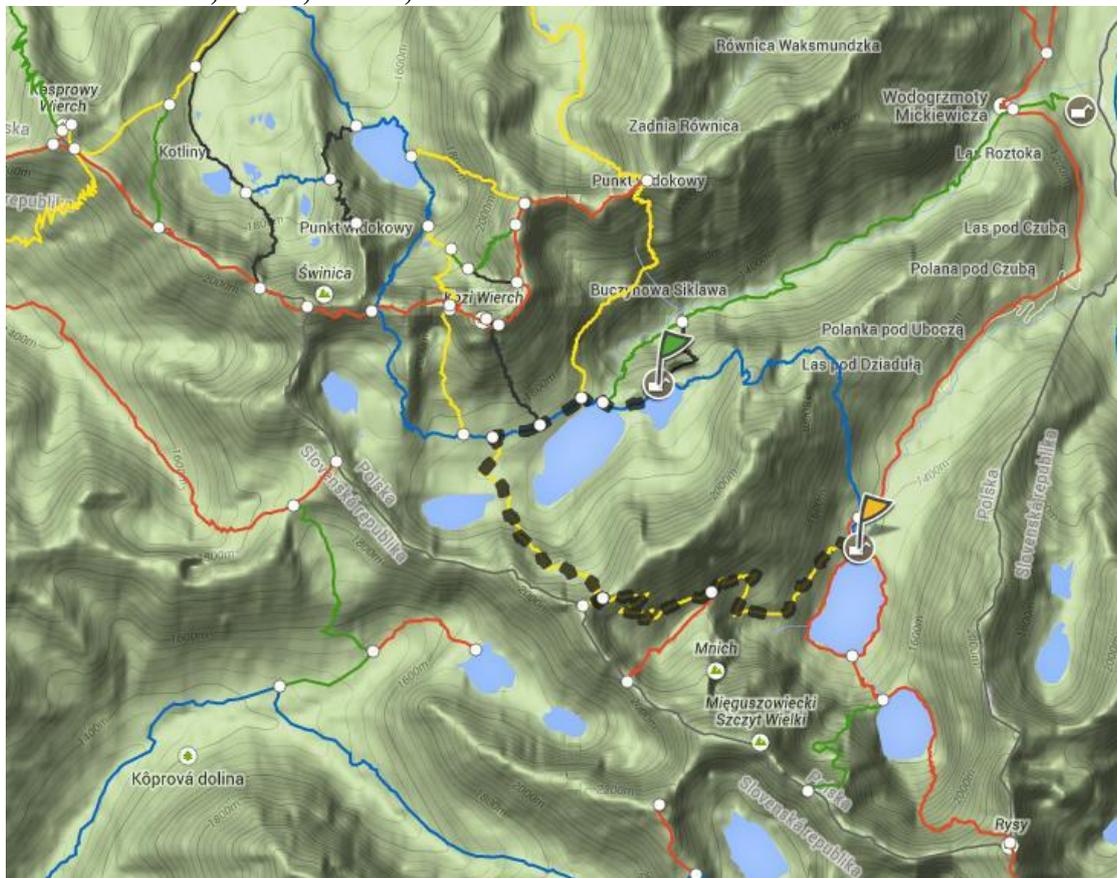


Zawrat

Día 5 (18.03.) Dolina Pieciu Stawow – Szpiglasowy Wierch 2172m – Lago Morskie Oko

La ruta pasa por Szpiglasowy Wierch, el pico situado en la cadena mayor de los Tatras. La esquiada hasta el lago Morskie Oko, uno de los sitios mas preciosos en el mundo ;-), a pie de las paredes magnificas de los Tatras Altos, que culminan en Rysy – el pico mas alto de Polonia (2499m). Alojamiento y comida en el refugio - <http://www.schroniskomorskieoko.pl/galeria1.html>

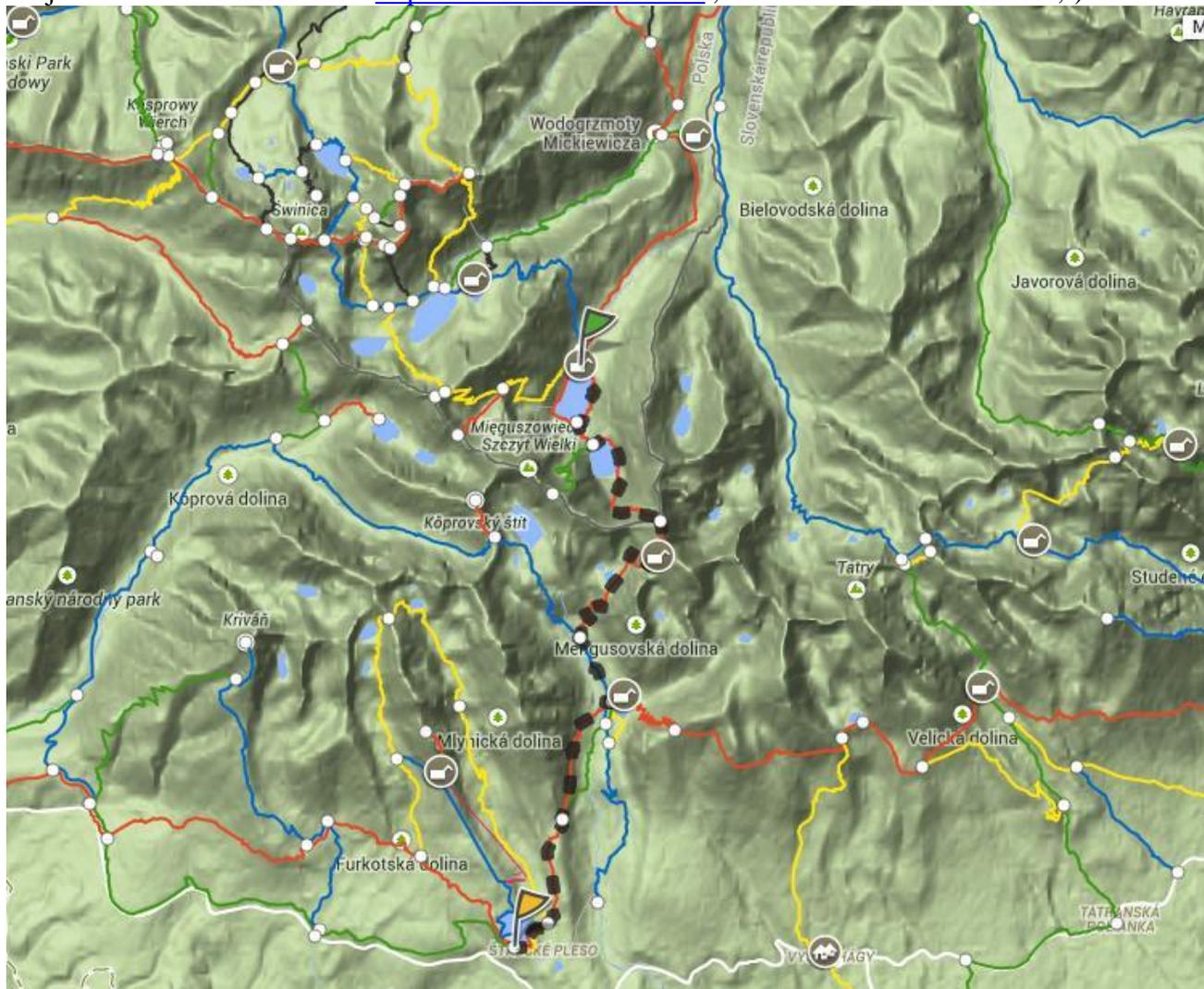
Recorrido:4.5h,8.5km,+600m,-870m



Morskie Oko

Día 6 (19.03.) Morskie Oko – Rysy 2499m.

Excursion a Rysy, el pico mas alto de Polonia. La parte cerca de la cumbre es mas tecnica, uso de crampones y piolets necesario. Esquiada hacia el sur, a la parte de los Tatras Eslovacos. Una bajada larga pero no dificil, espero que habra bastante nieve;-). El fin de la excursion en Szczyrbskie Pleso. Alojamiento en hotel Solisko - <http://www.hotelsolisko.sk/> ,descanso en SPA&Wellness;-)



Recorrido: 6h, 14 km, +1350m, - 1445m.

En caso de gran riesgo de aludes realizamos opción 2.

Opcion 2:

Por la mañana bajamos andando/esquiando del Refugio Morskie Oko a Palenica Bialczanska (8km, asfalto) y desde alli traslado a Eslovaquia, Stary Smokovec. Alli excursion y alojamiento.

Día 7 (20.03)

Traslado con el bus de Eslovakia a Cracovia. Alojamiento en pensión Unikat en casco viejo de Cracovia - <http://noclegi-krakow.pl/>

Día 8 (21.03)

Traslado de la pensión al aeropuerto.