



## BULGARIA

# Parques Nacionales y cultura en los Balcanes. Senderos secretos, Monasterios Ortodoxos y ciudades de historia

**Salidas especiales en grupo**

**Fechas de salida:** 19 de julio, 4 y 16 de agosto y 2 de septiembre de 2024

**Duración:** 9 días

**Precio por persona: 1.429 €**

- Precio reservando al menos 40 días antes de la salida: 1.369 €

(Mínimo 30 personas / Máximo 34 personas)

Tasas aéreas con Bulgaria air aprox.: 159 € (20/02/2024)

### Suplementos por persona:

- Habitación individual: 240 €
- De 20 a 24 personas: 149 €
- De 25 a 29 personas: 69 €
- Agosto: 99 €

### *Precios validos para las salidas indicadas*

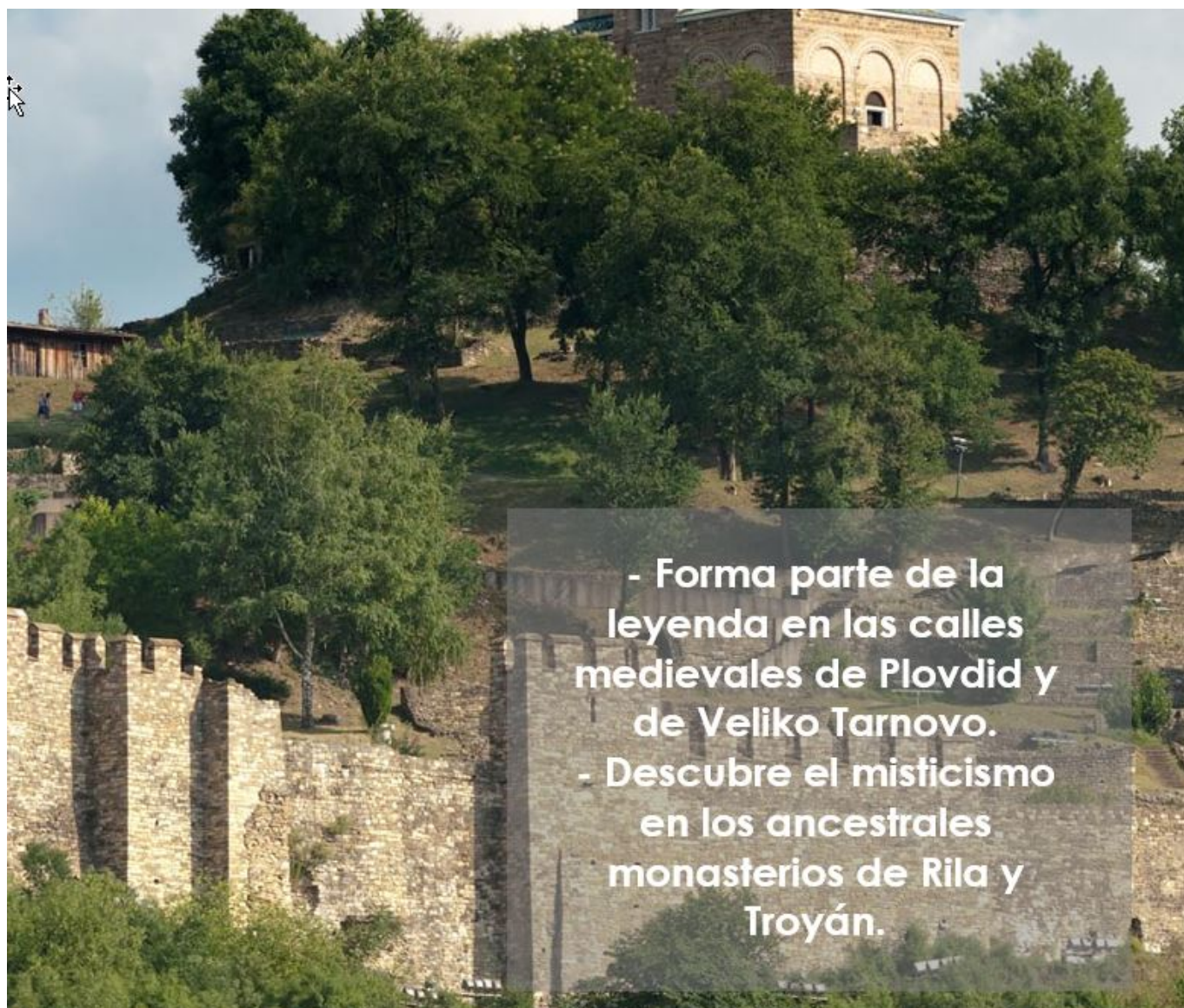
### Puntos fuertes:

- Uno de los países desconocidos de Europa
- Viaje en grupo con guía
- Combinamos senderismo y cultura

### Itinerario resumido:

- Día 1: Vuelo Madrid - Sofia
- Día 2: Vitosha - Veliko Tarnovo
- Día 3: Bozhentsi - Triavna
- Día 4: Collado Shipka - Tumulo de Kazanlak - Plovdiv
- Día 5: Monasterio de Bachkovo - Devin
- Día 6: Garganta de Trigrad - Cueva de Yagodina - Bansko
- Día 7: Lagos Bándershki,
- Día 8: Monasterio de Rila - Sofia
- Día 9: Sofia - Vuelo de regreso





Bulgaria, poco conocida, es sin duda uno de los países con la geografía más variada de toda Europa. Los Balcanes vertebran un territorio de extraordinario atractivo paisajístico y cultural. En nuestra ruta visitaremos varios sitios UNESCO, monasterios escondidos en las montañas, ciudades de historia y maravillosos Parques Nacionales. Sofía, sus iglesias, su animado centro, sus barrios medievales, las terrazas llenas de vida en esta época, su aspecto algo decadente en algunas zonas y su ambiente casi oriental en otras. Seguiremos por los senderos del Parque Natural de Vitosha, el Monasterio de Troyán y la medieval Veliko Tarnovo. El dulce encanto rural del paisaje búlgaro, con pueblos de piedra y madera como Triavna y Bozentsi. Por el collado de Shipka entraremos en la Tracia búlgara donde veremos los "Túmulos" Unesco y el "Valle de los Reyes". Nos espera la Reserva Natural Stara Reka y la monumental Plovidiv, capital cultural de primer orden. Continuamos hasta la "Garganta del diablo" para posteriormente acercarnos a los relieves alpinos de Pirin y los circos de los lagos glaciares Bándershki. De regreso a Sofía conoceremos otro impresionante sitio Unesco, el Monasterio de Rila. Una ruta con el más puro de nuestro estilo, senderos, naturaleza y cultura en un país delicioso, al filo de melodías ancestrales, buena gastronomía y vinos de leyenda... Os esperamos.

## ITINERARIO



### Día 1: Vuelo Madrid - Sofia

Presentación en el aeropuerto de Madrid (Barcelona bajo petición) para tomar el vuelo con destino a Sofía. Asistencia en el aeropuerto y traslado al hotel. Alojamiento.



### Día 2: Vitosha - Veliko Tarnovo

Hoy vamos a conocer el Parque Natural de Vitosha, el pulmón del capital situado a 20 minutos de distancia del centro. Emprendemos una caminata agradable por los bosques frondosos y cruzando algunas zonas de los llamados "ríos de piedras".

Visita de la iglesia de Boyana (UNESCO), una joya del arte de pintura ortodoxa medieval. Tras el almuerzo que tenemos incluido, seguiremos en el bus nuestro camino al Norte para encontrarnos con una de las ciudades monumentales de Bulgaria: Veliko Tarnovo. Tendremos la posibilidad de explorar las callejuelas y el centro de la antigua capital.

Alojamiento.

Características de la excursión a pie: ruta suave de senderismo, salvamos un desnivel de 300 metros en ascenso y 100m de descenso. Tiempo: sobre dos horas y media por senderos, incluyendo las paradas para descansar. Distancia: 7 km.

### Día 3: Bozhentsi - Triavna

Por la mañana hacemos la visita de Veliko Tarnovo. La antigua capital búlgara nos sorprenderá. Su fortaleza medieval de Tsarevets, las calles empedradas, la calle de los artesanos (Samovodska charsia), una maravilla. Luego seguimos en el bus en dirección sur. Empezamos nuestra caminata desde el pueblo de Bozhentsi, una joya de la arquitectura tradicional bien conservada. Cruzamos bosques y prados, abrimos vistas hacia las faldas norteñas de la cadena de los Balcanes. Llegamos andando en la ciudad de Triavna, centro de la talla de madera y del arte iconográfico tradicional. La tarde la dedicamos a explorar a las joyas del centro histórico: una casa-museo de la talla de madera, la iglesia, la escuela antigua. Alojamiento.

Características de la excursión a pie: ruta suave de senderismo siempre por senderos, bonitos bosques y grandes campos. Salvamos un desnivel de 250 m en ascenso y 200m de descenso. Tiempo: dos horas y media de cómodo recorrido incluyendo las paradas para tomar alguna foto y disfrutar del paisaje. Distancia: 7 km.

### Día 4: Collado Shipka - Tumulo de Kazanlak - Plovdiv

Después del desayuno seguimos trasladándonos al puerto de montaña de Shipka, donde tuvo lugar una de las batallas más decisivas de la guerra ruso-turca (1877/78), guerra de Liberación para los búlgaros. Hacemos una parada en lo alto para subir los 1300 escalones hacia el monumento de Shipka por donde se abre unas vistas panorámicas a los 360 grados.

Respiramos el aire puro de montaña y bajamos al bus para continuar en el bus que nos acerca a la ciudad de Kazanlak. Estamos en el llamado valle de los reyes tracios y también "Valle de las Rosas", pues aquí se cultivan estas hermosas flores que luego viajan al resto del mundo. Alrededor del cultivo de la rosa se celebran fiestas y actos culturales.

Visita del Túmulo de Kazanlak, uno de los tesoros tracios (UNESCO). Traslado a Plovdiv la segunda ciudad de Bulgaria, nombrada Capital Europea de la Cultura para 2019. Paseo por el centro histórico de la ciudad donde descubriremos sus maravillas como ciudad de gran pasado que ha acogido a numerosas culturas. El teatro romano, las murallas medievales, la arquitectura del Renacimiento y un extraordinario ambiente, con terrazas, cafés y cervecerías.

Alojamiento.



**Día 5: Monasterio de Bachkovo - Devin**

A primera hora de la mañana visitamos la basílica del Obispo, una obra excepcional de mosaico temprano cristiano, también el top-museo de Plovdiv en los últimos años. Luego nos trasladamos en bus al pueblo de Băchkovo donde empieza la caminata de hoy que es una ruta de peregrinaje, dentro del macizo de los Rodopes. Llegamos a la fuente sagrada y la roca del icono milagroso de la Virgen. Continuamos a pie hasta el monasterio de Băchkovo, fundado en el siglo XI. Tras la visita continuamos en bus hacia la bonita ciudad de Devin, conocida también por sus aguas termales. Alojamiento y resto de la tarde para seguir disfrutando de la piscina con agua termal o de la ciudad.

Características de la excursión a pie: recorrido siempre por sendero con un desnivel en subida y bajada de unos 250m. Tiempo: sobre dos horas y media con los descansos incluidos. Distancia: 6 km.

**Día 6: Garganta de Trigrad - Cueva de Yagodina - Bansko**

Corto traslado por la mañana para visitar la garganta de Trigrad, cuyas paredes ascienden en algunos puntos hasta los 220 metros. Aquí se encuentra la cueva "Garganta del diablo", conocida por sus enormes dimensiones. Desde el acantilado caminaremos durante unas 2.30 horas para ascender hasta el pueblo musulmán de Yagodina. La cueva que se encuentra cerca a esta población es una de las más hermosas del país por sus formaciones. Posibilidades de comida en picnic. Por la tarde, traslado largo por carretera hasta la ciudad de Bansko, con casas de arquitectura típica, pequeños museos y particular gastronomía local. Alojamiento.

Características de la excursión a pie: recorrido siempre por senderos de montaña y carreteras forestales, cruzando el pueblo pintoresco de Yagodina. En la cueva de Yagodina la visite presenta una caminata de casi 2 hora por camino bien marcado y con guía local. La temperatura de la cueva es de unos 7 grados. Desnivel para la caminata diaria en ascenso unos 200 metros y descenso de unos 350. Tiempo de la excursión sobre las cuatro horas con los descansos y parada para comer incluidos. Distancia: 7.5 km.

**Día 7: Lagos Bänderishki,**

Este día tendremos la posibilidad de acercarnos a los relieves alpinos de Pirin. Corto traslado para llegar al punto de partida de nuestra caminata, un refugio a 1950m que lleva el nombre del pico más alto de la montaña: Vjren (2914m). Subimos hasta los circos de los lagos glaciares Bänderishki, de los cuales nace el río homónimo y uno de los valles más profundos de esta montaña. Prados alpinos, paisajes rocosos, lagos cristalinos y cielo de alta montaña nos acompañarán durante nuestra caminata por los

senderos pétreos, pero cómodos para andar. Comida en picnic.

Bajamos al bus y tenemos la tarde libre para explorar alguno de los museos de Bansko o los mercados de artesanía. Alojamiento.

Características de la excursión a pie: recorrido siempre por senderos de montaña en un ambiente único. Desnivel en ascenso: unos 300 metros e igual en descenso. Tiempo de la excursión sobre cinco horas con los descansos y parada para comer incluidos. Distancia: 6 km.

### Día 8: Monasterio de Rila - Sofia

Tras el desayuno emprendemos nuevamente nuestro periplo por el fantástico paisaje de Bulgaria. En un recorrido de 1,5 horas vamos a llegar a una de las "joyas" del viaje, la visita del Monasterio de Rila. Agazapado en las montañas encontraremos un fabuloso lugar de retiro de reminiscencias orientales. Además de ver el Monasterio realizaremos una preciosa excursión por los alrededores. Realizaremos una etapa de "peregrinaje" hasta la cueva en donde residió el santo eremita San Juan de Rila. Pasaremos a través de fabulosos bosques de robles, de hayas y comprenderemos entonces por qué San Juan de Rila eligió este lugar para retirarse. Por la tarde continuaremos nuestra ruta en bus hacia Sofía, situada apenas a una hora y media de trayecto. Alojamiento y cena de despedida.



Características de la excursión a pie: Desnivel de subida y bajada de unos 200 metros. Es una ruta muy agradable y suave para despedirnos de los entrañables paisajes búlgaros. Distancia: 2,9 km.

### Día 9: Sofia - Vuelo de regreso

Desayuno y paseo guiado de un par de horas por el centro histórico de la ciudad: la Catedral de San Alejandro Nevski, la Iglesia de Santa Sofía, la rotonda de San Jorge, la mezquita Banya Bashi Djami, la Sinagoga... A la hora convenida, traslado al aeropuerto.

FIN DEL ITINERARIO

## HORARIOS DE VUELOS PREVISTOS (SUJETOS A POSIBLES CAMBIOS):

### Vuelos previstos, para las salidas de julio y 16 agosto

FB472	18 julio y 16 agosto	Madrid	Sofia	13:30 - 17:50
FB473	27 julio y 26 de agosto	Sofia	Madrid	07:40 - 10:05

### Vuelos previstos salida 4 agosto

FB472	04 agosto	Madrid	Sofia	11.40 - 16:00
FB437	12 agosto	Sofia	Madrid	07:00 - 09:30

## HOTELES A UTILIZAR O SIMILARES:

Ciudad	Alojamiento
Sofia	Astoria Grand Hotel
Veliko Tarnovo	Hotel Bolyarski
Triavna	Hotel Kalina Palace
Kazanlak	Hotel Palace
Plovdiv	Hotel Trimontium
Devin	SPA Hotel Devin
Bansco	Wellness Hotel Bulgaria

**INCLUYE:**

- Vuelo Madrid - Sofía y regreso con la Compañía aérea Bulgaria Air.
- Traslados aeropuerto-hotel-aeropuerto
- Recorrido en autobús de primera para todo el circuito
- Alojamiento y desayuno en hoteles indicados o similares
- Un almuerzo y dos cenas (una la de bienvenida).
- Excursiones y visitas señaladas en el itinerario. Entradas a: la iglesia de Boyana, Fortaleza Tsárevets, un Túmulo Tracio en Kazanlak, la basílica del patriarca de Plóvdiv, el Comedor del Monasterio Báchkovo y cuevas de Trigrad y Yagodina.
- Guía acompañante
- Seguro de viaje

**NO INCLUYE:**

- Tasas aéreas con Bulgaria Air aprox. 159 €. (a 20/02/24). Estas corresponden a impuestos y tasas gubernamentales. No sabremos su importe exacto hasta el momento de la emisión.
- Ninguna comida no mencionada
- Bebidas alcohólicas o refrescos (salvo en la cena de bienvenida en la que se incluye vino del lugar)
- Propinas y gastos personales

**NOTAS:****Excursiones**

Las excursiones de naturaleza y montaña que planteamos en este programa no plantean dificultad alguna, se tratan de cómodos recorridos a pie con desniveles asequibles a cualquier persona que le guste caminar por senderos de montaña. Una persona que realice senderismo aunque sea de forma muy esporádica puede realizar todas las excursiones programadas. Normalmente las excursiones suelen tener una duración de entre 5 y 6 horas incluyendo los descansos necesarios y paradas para comer. Generalmente, el desarrollo de una jornada de marcha se realiza como sigue: - nos levantamos y tras desayunar, partimos en autobús hacia el inicio de la excursión. Se cubren algunas distancias cortas en kms. Para ponernos al inicio de camino. Previamente, el día anterior, nuestro Guía habrá dado los consejos e información necesarios: información meteorológica, horarios... así como recordar el equipo a llevar a la excursión, comidas... Iniciamos la excursión a pie y se empieza a caminar tranquilamente. Se disfruta de excelentes panorámicos, parados para hacer fotos, descansar, tomar el fantástico aire de la montaña... y a medio día paramos un buen rato en algún bonito lugar para tomar nuestro picnic. Seguido al descanso continuaremos disfrutando de los senderos normalmente ya en bajada hacia donde nos espere nuestro autobús. Sobre las cinco o seis de la tarde finaliza la ruta a pie y tras parar en algún pueblo cercano tendremos tiempo para tomar un refrigerio, un café, refrescos o cerveza... antes de volver a nuestro alojamiento.

**Documentación**

Es necesario el DNI en vigor para toda la duración del viaje o el pasaporte con validez mínima de 3 meses.

No obstante, recomendamos el pasaporte para agilizar trámites de entrada en el aeropuerto. Recomendamos también llevar una fotocopia del pasaporte o del DNI (por ambas caras) guardada en un lugar distinto al mismo.

**Clima**

El clima de Bulgaria es templado continental, con inviernos muy fríos y veranos con temperaturas agradables en las montañas y cálidas en las llanuras y ciudades. El tiempo en esta época del año suele ser soleado, aunque no se deben descartar días de borrasca, en los que la temperatura baje considerablemente y se den chubascos. En montaña son comunes las tormentas de evolución, sobre todo por la tarde. También hay que prever que por la noche refresca bastante, sobre todo en altura.

### Equipaje y ropa

Recomendamos muy especialmente llevar una maleta de viaje y una pequeña mochila suplementaria (para las excursiones de naturaleza y montaña) con los útiles del día. El equipo recomendable es: Ropa ligera y cómoda de viaje en general, zapatillas de deporte, botas ligeras de montaña tipo trekking, gafas de sol y gorro/a o sombrero, protección solar, bañador (En el caso de utilizar el Spa del hotel), chubasquero, jersey fino y otro grueso (o forro polar), útiles para el picnic, cubiertos, cantimplora o bote de agua, bolsa de aseo, calcetines finos y otros más gruesos. Cámara de fotos, bastones regulables para caminar (si los utilizas habitualmente)...

### Guías

El/ La Guía acompañante tiene como labor organizar las rutas, fijar los horarios coordinando la salida de los grupos en sus alojamientos, velar por la buena marcha del programa, integrar a todos en la zona, informar y orientar sobre los aspectos más interesantes de los lugares que visitamos, así como decidir cualquier cambio de ruta con causa suficiente y atendiendo siempre a la seguridad del grupo. No actúa como guía local en las visitas a ciudades o monumentos.

### Moneda

La moneda búlgara es el lev (BGN). El cambio es de aproximadamente 1,95 LEV por un Euro. En Bulgaria, como miembro de la UE, es fácil cambiar los euros a lev y en algunos lugares veremos los precios expresados directamente en euros. Existen muchas casas de cambio y la diferencia de tipo varía poco entre una y otra. No son muy comunes los cheques de viajero y las tarjetas de crédito se aceptan también en pocos lugares, principalmente los hoteles y restaurantes de categoría superior.

### Vacunas y medicinas

Ninguna recomendación en especial.

Además de llevar un seguro de viaje de amplia cobertura es recomendable, llevar la cartilla de la Seguridad Social y la tarjeta sanitaria Europea que se solicita en el ambulatorio más cercano.

Se recomienda llevar también un pequeño botiquín de viaje además de las medicinas del tratamiento, que en su caso, alguien pudiera seguir.



### Comidas y bebidas

Incluimos los desayunos, un almuerzo, la una cena de bienvenida con vino búlgaro y otra cena de despedida. El resto no están incluidos. Cuando hagamos excursiones de aire libre y montaña podremos llevar nuestro propio picnic. En el caso de que la ruta pase por algún refugio de montaña éstos tienen también servicios de comidas. En el caso de visita a ciudades la oferta es amplia y se puede almorzar en restaurantes de la ciudad. Las cenas no incluidas coinciden con la estancia en ciudades donde la oferta es muy amplia.

#### Gastronomía de Bulgaria, Platos Típicos

La cocina búlgara es asombrosamente variada y sabrosa. En ella están presentes muchas ensaladas, productos elaborados con harina, guisos así como platos específicos, que solo se pueden comer en algunas regiones del país. Muchos de los platos tradicionales se preparan siguiendo antiguas recetas, transmitidas de generación en generación.

Unos de los productos con los que Bulgaria es conocida a nivel mundial son el yogur y el queso blanco. Siempre de formas diferentes, estos productos, están continuamente presentes en la comida tradicional búlgara.

Una de los más famosos y deseados desayunos del país es, la "banitsa", el mismo no es más que un sabroso pastel de hojaldre, que puede tener diferentes tipos de rellenos, queso blanco, espinacas, arroz, carne y otros.

Otros alimentos muy deseados tanto en los desayunos como en las meriendas son, los crepes, "buhtite" especie de bollos fritos, "mekitsi": especie de tortillas de masa de harina frita con un sabor parecido a los churros, torrejas, entre otros. Todos ellos son muy sabrosos servidos con dulces, mermeladas, miel o



yogur.

En el país se producen vegetales con un sabor único. Por esta razón en nuestras tradiciones culinarias las ensaladas tienen un papel tan importante. La ensalada búlgara más popular es la "shopska", pero hay muchas otras, las cuales vale la pena probar tales como "obcharska", "zhetvarska", "snezhanka", "kalugerska", "dobrudzhanska", ensalada de pimientos asados y muchas más.

Una de los más populares aperitivos es el "tarator", el cual es una sopa fría, preparada con yogur, pepino, hinojo, nuez molida y especias.

Los caldos, las sopas y los potajes también son muy populares en el país, "bob chorba" es un potaje que puede probar en la región de Smolyan en los Ródope; interesantes recetas de sopa de pecado hay en las regiones costeras del Mar Negro y del Río Danubio.

Entre los platos fuertes una de las más populares comidas son las elaboradas en el grill, las hamburguesas o medallones de carne, croquetas de carne, pinchos, "karnache" N.T. un tipo de embutido muy fino y enrollado, entre otros. En Bulgaria se preparan además comidas en vasijas de barro (guisos) como "chomlek", "kavarma", "kapama" en la región de Bansko y otros.

Otra típica comida búlgara son los "sarmis" pequeños o grandes, estos son rollos de arroz con carne o solo arroz, envueltos en pámpano o en hojas de col agría. Son muy populares en las regiones Tracias.

Una de las tradiciones culinarias conservadas en Bulgaria es el "chevermeto", el cual es un carnero completo asado en el grill. Esta comida es característica de los Ródope pero también se prepara en otras regiones del país.

En Bulgaria puede probar y diferentes tipos de embutidos. Entre ellos el más famoso es el "sudzhuk". Se produce en todo el país pero la tradición más fuerte la tiene la ciudad de Gorna Oryahovitsa. Otro embutido muy popular es el así conocido como "viejo bansko" como su nombre lo indica se produce en la ciudad Bansko. En la región de la ciudad Elena y los Balcanes de Elena puede probar el así conocido como pierna elena, se elabora con carne de cerdo salada y puesta a secar.

#### TIERRA DE BUEN VINO

En Bulgaria se producen vinos de increíble sabor. Esto se debe tanto al clima, al característico suelo como a las variedades de vid, "Gezma" (Bulgaria Central), "Shiroka melnishka" (en la región de Melnik y Sandanski), "Dimyat" (en la región de Varna, Shumen y Stara Zagora), "Mavrud" (Plovdiv, Pazardzhik, Asenovgrad), "Cherven misket" (Strandzha y Sungurlare), "Rubin" (Plovdiv y Septemvri) y "Pamid" (Pazardzhik, Pamidovo y Plovdiv).

Otra bebida alcohólica muy popular en el país es la "rakía". Ella se produce de uvas u otras frutas, ciruela (en la región de la ciudad Troyan, Teteven), albaricoque (en la región de la ciudad Tutrakan, Silistra, Dobrich), higos, peras y otras. En el Valle de las Rosas (Karlovo y Kazanlak) se produce rakía de rosa a partir de la rosa típica búlgara.

#### SEGUROS:

- RESUMEN DE COBERTURAS - INCLUYE ASISTENCIA POR COVID 19
- EQUIPAJES: Pérdidas materiales 151 Euros
- ASISTENCIA: GASTOS MEDICOS, QUIRURGICOS Y HOSPITALIZACION:
- Por gastos incurridos en España, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en España 600 Euros
- Por gastos incurridos en el extranjero, derivados de una enfermedad o Accidente ocurridos en el extranjero 6.000 Euros
- PRORROGA DE ESTANCIA EN HOTEL con 61 Euros/día, hasta un límite de 610 Euros
- DESPLAZAMIENTO DE ACOMPAÑANTE POR HOSPITALIZACION
- ESTANCIA DEL ACOMPAÑANTE DESPLAZADO con 61 Euros/día, hasta un límite de 610 Euros
- REPATRIACION O TRANSPORTE SANITARIO DE HERIDOS O ENFERMOS Ilimitado
- REPATRIACION O TRANSPORTE DE FALLECIDOS Ilimitado
- BILLETE DE REGRESO DEL ASEGURADO POR FALLECIMIENTO DE UN FAMILIAR DIRECTO Ilimitado
- RESPONSABILIDAD CIVIL PRIVADA 6000 Euros



**Todos los datos e informaciones contenidas en la Ficha Técnica del Viaje están sujetos a las Condiciones Generales de Club Marco Polo publicadas en los Catálogos y en la página Web correspondiente.**

Tanto los detalles del Itinerario como todas las informaciones contenidas en esta ficha técnica se elaboran con muchísima antelación, en base a precios e informaciones orientativos que ayuden al cliente a conocer los principales detalles del viaje que desea elegir, por lo que deben tomarse única y exclusivamente a título informativo como una base a lo programado, estando sujetas a posibles variaciones. Al contratar el viaje el cliente debe informarse de las reservas y precios concretos, así como el Itinerario definitivo confirmados, y antes de viajar firmar con la agencia el contrato de viaje combinado correspondiente.

NS 13-03-2024

Habiendo recibido la información precontractual recogida en la presente ficha técnica, la he revisado y la entiendo y acepto sin reservas,  
a 15 de Abril de 2024

Nombre y apellidos

DNI

Firma