

# Estambul, Capadocia y Taurus

Un viaje pensado para descubrir a buen ritmo los secretos de la mágica Capadocia. Durante los meses de verano es todo un lujo caminar a través de las caprichosas formaciones de roca caliza de esta zona. Encontraremos flores silvestres por todas partes; jardines naturales aislados donde abundan frutos y vegetales. Seguiremos antiguas sendas para visitar iglesias y monasterios de piedra y viviendas excavadas en la roca, todo ello en medio de un paisaje lunar que es el resultado de antiguas y potentes erosiones volcánicas. Nos prepararemos para emprender una semana de trekking que oscila entre la caminata suave y el trekking de nivel medio por la imponente cordillera de los Montes Taurus, al tiempo que bordeamos preciosos lagos de montaña. Los Montes Taurus darán paso a las fértiles llanuras del sur de Turquía, con promontorios rocosos e islas. Una topografía intrincada de majestuosos cañones y valles compactos hacen de esta parte de los Taurus (conocida como Alada#287;lar) un atractivo desafío para los amantes del trekking. Grupos de nómadas habitan los prados altos y los pastos de junio a septiembre, en concreto los yörük, que son de origen turco y cuya ocupación tradicional es pastorear cabras y ovejas. Durante nuestro trekking nos encontraremos con frecuencia con la hospitalidad de los pueblos nómadas y la población local.

## Itinerario del viaje

### Día 1: Vuelo España-Estambul-Kayseri

Recepción en el aeropuerto y traslado al hotel. Alojamiento en hotel y desayuno.

### Día 2: Kayseri-Valle de Ihlara.

Salimos por carretera hacia la Capadocia. Serán, en total, cuatro horas de conducción. Durante el camino pasaremos junto al Gran Lago Salado de Tuz y pararemos para ver el caravanserai Seljuk de Agzikarahan, que data del siglo XIII. Por la tarde llegaremos a la entrada del cañón Ihlara, en la población de Selime. Allí tendremos la oportunidad de descubrir algunas cuevas-vivienda antes de empezar nuestro trekking de dos horas hacia la población de Belisirma. Después pasaremos nuestra primera noche en la zona de Ihlara. Incluye: Alojamiento en hotel y desayuno.

### Día 3: Valle de Ihlara &ndash; Capadocia

El valle de Ihlara, debido a su morfología, ha demostrado ser un area potencial para el retiro y la vida monástica de monjes y sacerdotes y como zona de defensa y refugio de la gente en general. Durante nuestra caminata de cuatro horas tendremos oportunidad de visitar varias iglesias que cuentan con frescos en perfecto estado de conservación. Comeremos en la población de Ihlara. Por la tarde nos subiremos a nuestro autobús y nos trasladaremos hasta el centro de la Capadocia. A continuación, caminata a través de Pasabaglari, conocido como el Valle de los Sacerdotes. Muchas de las chimeneas de esta zona están fragmentadas, testimonio del efecto que la erosión continua ha producido sobre ellas. Una de las cosas más interesantes que podemos ver este día es un pequeño minarete creado a partir del campanario de una iglesia, lo que indica que este lugar estuvo habitado primero por los musulmanes y después por los cristianos.

Este valle destaca también por sus numerosas cuevas, utilizadas por los ermitaños para sus retiros espirituales. Un chimenea de tres capas fue el lugar de retiro del monje Simón, que tiene su homólogo en Siria, y que vivió dentro de un pilar en lugar de encima del mismo. Al final de la caminata, que durará entre 5 y 6 horas, llegaremos a nuestro hotel en Goreme, situado al principio del Valle Blanco y con maravillosas vistas al Valle Rojo. Incluye: Alojamiento en hotel y desayuno.

### Día 4: Akvadi &ndash; Göreme

El trekking de este día, de unas 5 horas de duración, transcurrirá a través del valle de Akvadi, situado en el Valle Blanco. Dicho lugar ha sido esculpido durante siglos por el tiempo, la lluvia y el viento. Después, comeremos en la población de Uçhisar, donde tendremos tiempo de visitar su ciudadela, densamente poblada, por cierto. Desde la cima del valle disfrutaremos de una increíble y casi daliniana vista. Tras caminar por el valle de la Paloma, descenderemos a Göreme, donde las chimeneas de las hadas se entremezclan con las casas locales. Incluye: Alojamiento en hotel y desayuno.

### Día 5: Capadocia &ndash; Montes Taurus &ndash; Valle Maden

Esta mañana dejamos la parte más surrealista de la Capadocia y nos trasladamos hacia la cordillera de los Taurus. En ruta visitaremos la fascinante ciudad subterránea de Kaymakli. Después, nos trasladaremos hasta Pinarbasi, la población donde, tras comer, empezará nuestro Trans-Taurus trek de dos horas hacia el Valle de Maden, situado a 1.900 m. Será un ascenso de 350 metros. Pasaremos la noche en campamento. La comida y la cena están incluidas.

### Día 6: Valle de Maden &ndash; Lago Comce

Hoy empezamos nuestro trek a través de las montañas de Aladag. Subiremos el Maden George. Es probable que en la zona de Yayla nos crucemos con nómadas. Pararemos en la zona de pastos para comer. Después, seguiremos subiendo mientras nos alejamos del río en dirección a nuestro campamento situado a orillas de lago Karagöl, donde gozaremos de un merecido baño. Plantas herbáceas como la fritillaria o los jacintos de agua abundan aquí en julio. Los que aún tengan ganas y energía pueden subir hasta el paso Sigirasan. Desde allí disfrutarán de increíbles vistas del Dipsizgöl y la cara norte del pico Demirkazik. Noche en campamento, a 2.550 m. El ascenso este día será de 650 m.

### Día 7: Lago Comce - Yedigöller (Siete Lagos)

Empezamos con una maravillosa caminata hacia el lago Comce y luego continuamos a través de los pastos estivales del valle

de Akcay, subiendo luego hacia el paso Tekkekalesi. Después, directos hacia el sur, hacia nuestro camping situado en Yedigöller, conocido como los Siete Lagos. Se llama así porque se forman numerosos lagos con el deshielo de las montañas de alrededor. Desde nuestro camping, nos parecerán auténticas torres. También, a nuestra derecha, podemos ver la maciza cresta del Monte Narpuzbasi, situado a 3.622 m., y el Monte Direktas, situado a 3.550 m., justo enfrente de los lagos. Mientras estemos aquí hay posibilidades de encontrar alguna de las familias de amistosas nómadas que habitan este valle durante los meses de verano y cuyas tiendas de pelo de cabra negra se montan usualmente cerca de nuestro campamento. Es posible que hasta nos inviten a su tradicional ayran, una bebida de refrescante yogurt. Se preparará también una hoguera nocturna. El trekking tendrá en total 6-7 horas y ascenderemos 600 m., mientras que el descenso será de 180 metros. Todas las comidas incluidas. Campamento a 3.020 m.

#### **Día 8: Yedigöller - Monte Embler**

Trek al Monte Embler. La subida, esta vez, es muy suave. Ya en la cima, a 3.723 m., gozaremos de maravillosos paisajes, así como de la posibilidad de ver la cordillera de los Taurus, incluyendo el Monte Bolkar y otras cimas (Monte Hasan y Monte Erciyes). El ascenso y descenso nos llevará unas 4 horas. Tarde libre para relajarnos y visitar lagos y nómadas. Todas las comidas incluidas. Campamento a 3.100 m.

#### **Día 9 : Yedigöller- Sokullupinar**

Por la mañana, caminata por la pista de Yalak Deresi hasta un estrecho cañón donde encontraremos manantiales. Después cruzaremos el escarpado paso de Çelikkbuyduran, situado a 3.450 m. Después, bajaremos por el valle pasando junto a algunas estrambóticas formaciones de roca de color terroso hasta llegar a nuestro camping de Sokullupinar, situado a 2.000 m. Este maravilloso prado contrasta tremendamente con el inhóspito terreno rocoso de nuestro anterior campamento en Yedigöller. El trekking de este día es de unas 5-6 horas, siendo el ascenso de 430 m. y el descenso de 1.450 m.

#### **Día 10: Sokullupinar- Cañón Cimbar**

Día para disfrutar de paisajes espectaculares en la cara norte del Monte Demirkazik, situado a 3.756 m. Uno de los más increíbles paisajes que nos encontraremos durante el viaje está aquí, cuando caminemos a través del cañón Cimbar. Nos pararemos un rato en la población de Demirkazik, situada a 1.550 m. para disfrutar de dicho paisaje y comeremos en una casa local. Así entraremos en contacto con sus habitantes y su estilo de vida, que no ha cambiado en siglos. Cabe la posibilidad de encontrarse con algunas mujeres hilando lana y trabajando en sus telares. Después, volveremos a nuestro camping de Sokullupinar a pie. El trekking de este día será de 5 horas y el descenso de 450 m. Todas las comidas incluidas.

#### **Día 11: Sokullupinar & Valle Emli**

Hoy ascendemos al valle de Tulu, subiendo primero a la zona de pastos altos de Eznevit Yaylasi, a 2.538 m. Dependiendo de la fecha en que se haga el viaje, podemos encontrar seminómadas en este área pastoreando sus rebaños. Después de comer, descenderemos gradualmente a nuestro campamento situado en el valle Emli, a 1850 m. Dicho valle está repleto de bosques de compactos robles. El trekking del día será de 5-6 horas. Ascenderemos 500 m. y descenderemos 650 m.

#### **Día 12: Valle Alaca & Valle Emli**

Día de caminata opcional subiendo desde nuestro camping hasta la meseta de Alaca, situada a 2.400 m. Son, en total, dos horas y media de trekking por las laderas de la cara Sur de los Montes Taurus, subiendo gradualmente hacia el valle Mangirci. Después caminaremos dos horas más a lo largo de la meseta. Esta vez, la comida será de tipo picnic cerca de un manantial. Tras lo cual, descenderemos 600 metros (6 horas en total de ascensos y descensos) para montar nuestro camping a 1750 m. Noche en campamento con todas las comidas incluidas.

#### **Día 13: Kayseri & Estambul**

Por la mañana conducimos hasta el aeropuerto de Kayseri, desde donde volamos hasta Estambul. Traslado al hotel. Tarde libre para visitar la vieja Estambul. Noche en hotel.

#### **Día 14: Estambul**

Día libre. Podéis visitar por vuestra cuenta la ciudad que fuera antaño la capital del mundo civilizado. El Palacio Topkapi, la Mezquita Azul, Santa Sofía... Os recomendamos un paseo por el mercado cubierto más grande del mundo. Podéis dedicar la tarde a visitar todo tipo de tiendas. Noche en hotel.

#### **Día 15: Estambul & Regreso a España**

Traslado al aeropuerto para vuelo internacional.

## **PRECIOS Y SALIDAS DE VIAJE**

**Salidas todo el año desde MAD y BCN**

**PRECIO:** 1370 €/persona (a partir de 4 personas)

**Supl. 3 personas:** 150 €/persona

**Supl. 2 personas:** 380 €/persona

**Supl. T. Alta (De Junio a Septiembre):** 110 €/persona

**Supl. Individual:** 125 €/persona

## **INCLUYE**

\*Vuelo a Kayseri desde MAD o BCN y regreso desde Estambul y Vuelo Kayseri-Estambul (cotizados en clase V con Turkish airlines) \* Todos los traslados y el transporte \*Guía local de habla inglesa para Capadocia y Taurus \*Hoteles indicados o similares \* Campamentos indicados en itinerario: montaje de tiendas, colchonetas, utensilios de cocina, mesas plegables, sillas. \* Comida durante el trek. \*Mulas/caballos para llevar el equipaje durante el trekking \*Seguro de Viaje \*Tasas de entrada a la Capadocia

## **NO INCLUYE**

\*Visado (15 € aprox) \*Tasas aéreas del billete (entre 185-255€ aprox.) \*Entradas a monumentos y lugares de interés en Estambul. \*Comidas y cenas Estambul, Ankara y Capadocia \*Guía y entradas en Estambul y Capadocia \* Bebidas \*Propinas.