GRATO Viaggi e Vacanze s.r.l.
Via Garibaldi, 32 - 06034 FOLIGNO (PG) - Tel. +39 0742 35.15.15 - Fax +39 0742 35.73.43
www.grato.it - www.italiaincampagna.it
info@grato.it - info@italiaincampagna.it

Avventura
Viaggio Etico

NICARAGUA "ALMA NICA"

COMUNITÀ RURALI, RISERVE NATURALI, VULCANI E SPIAGGE PARADISIACHE

12/30 NOVEMBRE 2018 – 18 GIORNI
in collaborazione con agenzia di turismo responsabile locale

PROGRAMMA

12/11/2018 - FOLIGNO - BOLOGNA - MANAGUA
Ritrovo dei partecipanti alle ore 02:00 di fronte hotel Holiday Inn e partenza da Foligno con Bus Gt per aeroporto di Bologna. Disbrigo delle formalità d'imbarco e partenza per Managua con scalo tecnico a Madrid. Arrivo a Managua disbrigo delle formalità di sbarco alle ore 19:55 cira locali. Trasferimento in hotel WAYAK Hotel & Suites in bus privato, cena e pernottamento.

13/11/2018 - LA COMUNITÀ INDIGENA "EL CHILE"
Colazione in hotel. Incontro con il tour leader e partenza con minibus privati per la visita della comunità indigena "El Chile". A seguire, passeggiata sulla collina della comunità e pranzo tipico. Nel pomeriggio partenza verso San Ramón, per conoscere i produttori di caffè della comunità de "La Reina". Partenza per alloggio in una casa tipica, cena e pernottamento presso una famiglia della comunità "La Reina", loc. San Ramón. (N.B. alloggio in casa in un contesto rurale; si richiede spirito di adattamento).

14/11/2018 - LA RISERVA DELLA BIOSFERA DI BOSAWÁS
Colazione presso la comunità e partenza per la riserva di Bosawás. Arrivo in tarda mattinata e pranzo presso il Centro de Entendimiento con la Naturaleza (CEN), nel pomeriggio passeggiata nella riserva fino alla splendida cascata dell'Arcoiris* immersa nella *nebliselva*. Cena e pernottamento nelle eco-cabañas del CEN, Macizo de Peñas Blancas.

15/11/2018 - BOSAWÁS-ESTELÍ
Colazione presso il CEN e partenza per la riserva di Bosawás per un trekking alla cima del Macizo de Peñas Blancas** nella foresta umida tropicale. Pranzo presso il CEN. A seguire partenza per Estelí, cittadina conosciuta come El Diamante de las Segovias. Arrivo nel tardo pomeriggio e sistemazione in hotel.
Cena libera e pernottamento presso HOTEL LOS ARCOS, Estelì.

16/11/2018 - CAÑÓN DE SOMOTO, TREKKING E TORRENTISMO IN UNO SCENARIO INCREDIBILE!
Colazione in hotel e partenza per Somoto per l'escursione al Cañón. L'escursione prevede una parte di trekking** e una parte di torrentismo* (tuffi e nuoto nelle pozze del Cañón con pneumatici). Dopo l'attività, pranzo in loco in un "comedor" con piatti tradizionali e a seguire, partenza per León (4 h). Sistemazione in hotel.
Cena libera e pernottamento all'HOTEL CACIQUE ADIACT, León.

17/11/2018 - LA COMUNITÀ RURALE DI SAN SEBASTIÁN E LA SPIAGGIA LAS PEÑITAS
Colazione in hotel e partenza per la comunità rurale di San Sebastián, a circa mezz'ora da León. Incontro con le famiglie della comunità: si imparerà a cucinare alcuni piatti tipici della cucina nicaraguense. Pranzo nella comunità e nel pomeriggio, relax presso la bella e vicina spiaggia Las Peñitas, sull'Oceano Pacifico.
Cena libera e pernottamento all'HOTEL CACIQUE ADIACT, León.

18/11/2018 - LEÓN: IL SUO PASSATO RIVOLUZIONARIO ED I SUOI VULCANI
Giornata libera oppure escursioni opzionali (20 $ p/p, minimo 4 pax):

- ✓ León, city tour guidato
- ✓ Escursione sul vulcano Cerro Negro
- ✓ Escursione sul vulcano Cerro Negro e Sand Boarding (discesa del vulcano con tavola)
- ✓ Escursione e tramonto sul Vulcano Telica

Pranzo e cena liberi, pernottamento sempre presso HOTEL CACIQUE ADIACT, León.

19/11/2018 - MASAYA E LOS PUEBLOS BLANCOS: L'ARTIGIANATO NICARAGUENSE
Colazione in hotel e partenza per Masaya per la visita all'incredibile cratere del vulcano Masaya, conosciuto a livello internazionale per il suo "lago di lava". Spostamento al mercato dell'artigianato di Masaya e dopo il pranzo libero, visita al belvedere di Catarina e ad alcuni Pueblos Blancos, dove si potrà conoscere il lavoro degli artigiani locali. Si prosegue per Granada e in tarda serata sistemazione in hotel. Cena libera, pernottamento all'HOTEL LA PERGOLA, Granada.

20/11/2018 - GRANADA, LA GRAN SULTANA
Colazione in hotel e mattinata libera.
Per chi volesse, si potrà pranzare (pranzo non incluso, da pagare in loco) al "Café de las Sonrisas", la prima caffetteria/ristorante in America Latina completamente gestita da ragazzi sordomuti. E a seguire, si potrà visitare il laboratorio di amache, uno dei meravigliosi progetti del Centro Social "Tío Antonio", sempre collegato al Café de las Sonrisas. Pomeriggio libero.

Escursioni opzionali (20 $ p/p, minimo 4 pax):

- ✓ Granada, city tour guidato
- ✓ Visita in barca de "Las Isletas"
- ✓ Visita del laboratorio del Museo del Cioccolato

Pranzo e cena liberi e pernottamento all'HOTEL LA PERGOLA, Granada.

21/11/2018 - IL VULCANO MOMBACHO E LA COMUNITÀ DE "LA GRANADILLA"
Colazione in hotel. In mattinata, transfer ed escursione al *Sendero del Crater* del vulcano Mombacho* per conoscere il suo bosco umido, il cratere estinto del vulcano e le sue fumarole. Per il pranzo si scenderà alla Comunità Rurale de "La Granadilla", alle pendici del Mombacho. Dopo pranzo, scopriremo la vita contadina tradizionale e sarà possibile provare il tipico mezzo di trasporto rurale, ovvero la carretta trainata dai buoi. Cena presso la casa Comunale della Comunità Granadilla.
Transfer a Granada e pernottamento all'HOTEL LA PERGOLA, Granada.

22/11/2018 - L'ISOLA DI OMETEPE
Colazione in hotel. In mattinata, partenza per l'isola di Ometepe: dal porto di San Jorge si attraverserà il lago Nicaragua in ferry. Sistemazione nell'hotel riservato e pranzo libero. Nel pomeriggio è prevista la visita alla Riserva Ecologica del Charco Verde: qui si potrà visitare il farfallario e passeggiare per il parco, osservando diverse specie animali che abitano nei dintorni

della Laguna, o semplicemente rilassarsi nella spiaggia nera con vista alla piccola isola El Quiste.
Cena libera e pernottamento presso HOTEL FINCA VENECIA, loc. San José del Sur.

23/11/2018 - ALLA SCOPERTA DEL MAGICO MONDO DI OMETEPE
Colazione in hotel. Giornata dedicata alla scoperta delle bellezze naturalistiche e storiche della Isla. In mattinata è previsto il trekking alla Cascada San Ramón**: in questa fiancata del vulcano si può osservare un bosco di transizione (tra la zona secca e quella umida) molto ben conservato e l'area è abitata da parecchie specie animali. Pranzo libero. Il pomeriggio si prosegue per un paio di ore di relax alle sorgenti naturali di Ojo de Agua.
Cena libera e pernottamento presso HOTEL FINCA VENECIA, loc. San José del Sur.

24/11/2018 - "EL CAIMITO", COMUNITÀ RURALE DELL'ENTROTERRA DELLA COSTA PACIFICA
Colazione in hotel e partenza da Ometepe. In tarda mattinata arrivo alla comunità de "El Caimito". Pranzo nella comunità e nel pomeriggio visita a una famiglia della zona che produce *cususa,* un liquore tipico proibito durante il periodo del dittatore Somoza. Visita di una *finca* organica, dove potremo conoscere le coltivazioni tipiche della zona e le piante di medicina naturale. Nel tardo pomeriggio trasferimento a Managua.
Cena e pernottamento presso WAYAK Hotel & Suites, Managua.

25/11/2018 - LE CORN ISLAND: UN PICCOLO PARADISO NEL MAR DEI CARAIBI
Colazione in hotel e in mattinata transfer all'aeroporto per volare a Big Corn Island. Subito dopo l'atterraggio, trasferimento in barca pubblica a Little Corn Island, una piccola isoletta nel bel mezzo del Mar dei Caraibi, dove si può godere delle splendide spiagge bianche e fare snorkeling o immersioni nelle acque cristalline della Barriera Corallina. Pranzo libero. Pomeriggio in relax.
Cena libera e pernottamento all'HOTEL LOS DELFINES, Little Corn Island.

26/11/2018 - LITTLE CORN ISLAND
Colazione in hotel. Giornata libera. Opportunità di snorkelling ed immersioni: l'albergo offre la possibilità di noleggio dell'attrezzatura e tour di diving. Pranzo e cena liberi. Pernottamento all'HOTEL LOS DELFINES, Little Corn Island.

27/11/2018 - LITTLE CORN ISLAND
Colazione in hotel. Giornata libera in pieno relax, alla scoperta delle spiagge dell'isola. Pranzo e cena liberi.
Pernottamento all'HOTEL LOS DELFINES, Little Corn Island.

28/11/2018 - MANAGUA
In tarda mattinata ritorno a Big Corn Island in barca, per poi volare verso Managua. Arrivo nel tardo pomeriggio all'hotel. Cena e pernottamento presso WAYAK Hotel & Suites, Managua.

29 e 30 /11/2018 - TIERRA NICA ALLA PROSSIMA! Colazione in hotel e trasferimento all'aeroporto. Volo di rientro e arrivo in Italia il 30 Novembre.

LE ESCURSIONI
* Principiante
**Camminatore
Cascata Arcoiris | Principiante, 1 ora, 300 mt di dislivello
Cima del Macizo de Peñas Blancas | Camminatore, 5 ore, 500 mt di dislivello
Cañon de Somoto | Principiante. Si fará tubing sul rìo Coco, ma si potranno organizzare due gruppi: uno che farà trekking (Camminatore, 5 ore, 400 mt di dislivello) e l'altro che farà tubing (Principiante, 3 ore)

Mombacho Sendero del Crater | Principiante, 1,30 ore, 100 mt di dislivello
Cascata San Ramòn | Camminatore, 3/4 ore, 600 mt di dislivello

COSA PORTARE IN VALIGIA

Abbigliamento comodo e sportivo, una mantella antipioggia, una felpa o pile, una t-shirt a maniche lunghe, borraccia, piccola torcia da mano o da testa, scarpe da trekking, costume, abbigliamento estivo, sandali, repellente mosquitos (si consiglia il balsamo di tigre)
Elettricità: voltaggio 110V, frequenza 60Hz, tipo di presa A/B
Vaccini obbligatori: nessuno

E' previsto un incontro preparativo con l'accompagnatore, prima della partenza

QUOTA DI PARTECIPAZIONE BASE 20 PERSONE EURO 2. 640,00
SUPPLEMENTO SINGOLA EURO 280,00

LA QUOTA COMPRENDE:
***** Transfer Foligno Bologna in bus Gt
***** Volo intercontinentale e tasse aeroportuali ad oggi 11/5/2018 (potrebbero subire variazioni)
* Hotel e sistemazioni come indicato nel programma
***** Pasti come indicati nel programma
***** Trasporto privato con a/c durante tutto il viaggio
* Tour leader locale durante tutto il viaggio con guida parlante spagnolo ed interprete.
* Tutte le attivitá descritte nel programma, incluse le entrate e le guide locali
* Tutti i pranzi e le cene come indicato da programma
* Battello per Ometepe a/r e barca tra Big e Little Corn Island a/r
Assicurazione Medico/Bagaglio Mondo (condizioni)
*Accompagnatrice dell'agenzia

LA QUOTA NON COMPRENDE:
* Pasti non indicati
* Escursioni opzionali, attivitá extra e spese personali
* Attività non previste dal programma
* Tasse d'entrata al paese (10 U$ a gennaio 2018)
* Volo per Corn Island a/r € 200,00 circa
* Tutto ció che non viene menzionato nel programma di viaggio
*Le bevande e i pasti oltre a quanto sopra indicato;
*Extra di carattere personale
*Assicurazione annullamento OBBLIGATORIA € 72,00
*Tutto quanto non specificamente menzionato come incluso

DOCUMENTI NECESSARI
Per l'ingresso in Nicaragua è necessario il passaporto con validità residua superiore ai 6 mesi alla data del rientro.

PENALITA' ANNULLAMENTO
20% per annullamenti pervenuti dalla conferma del viaggio fino a 30 giorni prima della partenza; -40% per annullamenti pervenuti fra 29 e 20 giorni prima della partenza; -60% per annullamenti pervenuti da 19 a 10 giorni prima della partenza; -80% per annullamenti pervenuti da 9 a 3 giorni prima della partenza; -100% per annullamenti successivi a tale data e in caso di mancata presentazione alla partenza;

APERTURA ISCRIZIONI DAL 17/05/2018

INFORMAZIOI E PRENOTAZIONI:

GRATO VIAGGI E VACANZE elisa@grato.it 0742.351515
Francesca Palmioli francesca.tourleader@gmail.com 347 6709568

ACCONTO ALLA CONFERMA € 200,00

Un tour ideale per chi in più di due settimane vuole avere una visione praticamente completa del Nicaragua, visitando diverse regioni ed ecosistemi, fino alle isole caraibiche. Dalla Riserva di Bosawás all'isola di Ometepe e Little Corn Island, passando per le due città coloniali per eccellenza: León e Granada. Senza dimenticare le comunità rurali ed entrando, quindi, in stretto contatto con la meravigliosa popolazione nicaraguense.

Il Nicaragua ti aspetta, vieni con noi in un viaggio equo e solidale.