

## Bulgária Montanhas de Rila e Pirin



Uma incrível travessia nas desconhecidas e remotas montanhas da Bulgária, realizando uma impressionante rota através de uma paisagem de alta montanha, por vales, cristas escarpadas, pastos de altitude e grandiosos bosques de coníferas.

Com altitudes próximas dos 3000m, as montanhas de Rila e Pirin deixarão qualquer um surpreendido pela sua beleza. Mas esta viagem é acima de tudo uma rica experiência cultural, a um país recém aberto ao ocidente e onde domina a religião ortodoxa. A visita e a pernoita num dos maiores mosteiros ortodoxos dos Balcãs é um dos pontos fortes desta viagem.

Serão 12 dias de intensa caminhada com mochila ligeira em autonomia (dormida e alimentação em refúgios).

**Grau de dificuldade:** D – Muito Exigente (consultar condições gerais)

**Classificação:**

### Itinerário previsto

#### **Dia 1: Chegada a Sofia**

Viagem para Sofia e transfer para hotel.

#### **Dia 2: Mosteiro de Rila**

Transfer em viatura para Rila, um fantástico mosteiro ortodoxo que faz parte da lista de monumentos culturais da UNESCO, encaixado num vale no maciço montanhoso de Rila. Visita e pernoita no Mosteiro. Uma experiência única!

#### **Dia 3 a 8: Travessia das montanhas de Rila**

Travessia do maciço de Rila, através de grandes paisagens de montanha. Durante estes dias e sempre em travessia pedestre,



*Umás férias diferentes  
onde se mistura  
aventura, natureza e  
tradição.*



**Sinta o prazer de  
dizer:  
“Eu estive lá!”**



**Umás férias diferentes  
onde se mistura  
aventura, natureza e  
tradição.**

atravessamos regiões de montanha dominadas por lagos, grandes vales com rios de água cristalina e poderemos passar por alguns cumes fáceis com quase 3000m.

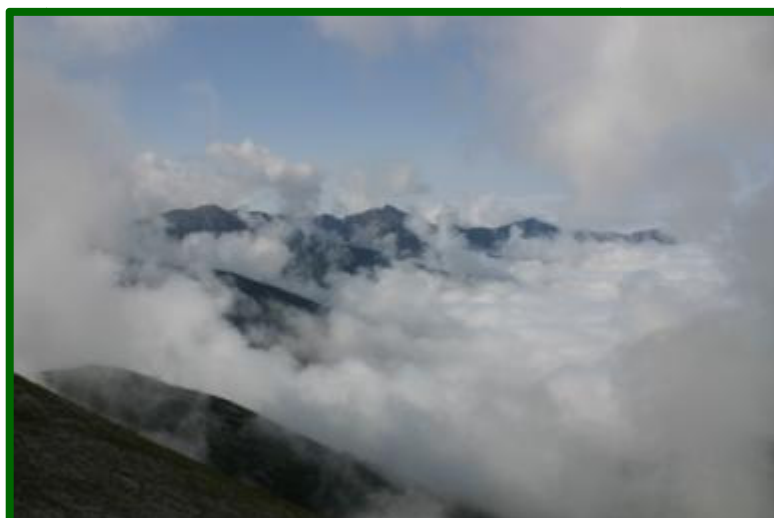
### **Dia 9 a 13: Travessia das montanhas de Pirin**

A separação entre os dois maciços, é feita na pernoita em Predel, e onde partimos para a travessia das grandes montanhas de Pirin. Aqui iremos encontrar montanhas mais agrestes e selvagens, em estilo alpino onde dominam glaciares e cumes aguçados. Faremos a passagem de uma espectacular crista (Koncheto) a cerca de 2800m com vários km de extensão recorrendo a ajuda de um cabo de aço e faremos a ascensão opcional do Tem. Vihren (2914m).

### **Dia 14 e 15: Sofia e viagem de regresso**

Dia livre em Sofia.

Transfer para aeroporto e regresso a Lisboa.



Inclui	Não Inclui
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passeios Pedestres;</li> <li>- Acompanhamento de guia local e de um monitor da Caminhos da Natureza;</li> <li>- Refeições durante as Travessias;</li> <li>- Transferes entre o Aeroporto, início e final da actividade;</li> <li>- Seguro de AP e RC.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preço de Voos entre Lisboa e a Bulgária;</li> <li>- Refeições no cidade ( D1, D10;D14; D15);</li> <li>- Alojamento na cidade* (D1,D9,D10, D11,D14);</li> <li>- Gastos diários pessoais;</li> <li>- Gratificações.</li> </ul>

\* Alojamento sugerido

**Número mínimo:** 7 pessoas (preço sob consulta para grupos de número inferior)



Caminhos da Natureza – Turismo da Natureza, Lda<sup>ª</sup>  
Rua 7 de Junho, nº58 Leceia  
2730-174 Barcarena  
Tel. (+351) 962 543 288/9  
Fax: (+351) 21 242 66 74  
[info@caminhosdanatureza.pt](mailto:info@caminhosdanatureza.pt)

[www.caminhosdanatureza.pt](http://www.caminhosdanatureza.pt)

Alvará DGT nº19/2005

**Alojamentos e restaurantes sugeridos:** Escolhemos os melhores e mais característicos locais de refeição e estadia. Consulte-nos para mais informações. (Preços aproximados estão disponíveis em [www.caminhosdanatureza.pt](http://www.caminhosdanatureza.pt))

**Equipamento básico:**

Mochila (aprox.. 50 L) para os pertences, alguns víveres e 1 a 2 L de água;  
Calçado confortável, com sola aderente - botas de caminhada (uso recomendado);  
Sticks de caminhada;  
Roupas confortáveis para caminhada, chapéu e protector solar;  
Impermeável (calças e casaco);  
Agasalho nocturno;  
Gorro e luvas;  
Saco cama;  
Básicos de higiene (incluir toalha pequena e ligeira e produtos biodegradáveis) e 1<sup>º</sup>s socorros pessoais.

**Condicionantes:** Esta actividade atravessa regiões remotas, pelo que a dormida na maior parte dos dias será refugios na montanha e toda a alimentação (pequenos almoços, pic nics e jantares) será confeccionada ou adquirida nos refugios. As condições dos refúgios são básicas não havendo banhos em muitos deles. Por vezes a melhor opção é realizar a higiene com recurso aos rios que existem nos locais e utilizando produtos de higiene biodegradáveis.

**O percurso é realizado em grande parte em autonomia pelo que cada participante tem que carregar os seus pertences (roupa, saco cama, artigos higiene e pessoais)**



**Notas:**

- Com o objectivo de garantir uma maior segurança e qualidade na realização das actividades, a Caminhos da Natureza reserva-se o direito de alterar hora, local e estrutura das mesmas caso existam condições meteorológicas, ou de outra ordem, alheias à empresa, que a isso obriguem;
- Não se esqueça: esta é uma actividade de aventura portanto prepare-se adequadamente para ela a fim de que possa desfrutar de momentos únicos de convívio e contacto directo com a natureza. Não hesite, coloque-nos todas as suas dúvidas!

Este folheto não dispensa a consulta das informações gerais.