



Voluntariado internacional Viaje de cooperación

Nepal

Katmandú . Pokhara . Chitwan



PROYECTOS EDUCATIVOS



CONSTRUCCIÓN Y RENOVACIÓN



SALUD Y BIENESTAR



PROYECTOS CON ANIMALES



CONSERVACIÓN DEL MEDIO



PROYECTOS CON NIÑOS

QUIÉNES SOMOS

Más de cuarenta años de experiencia

Club RCI nace hace más de 40 años con un objetivo definido: poner al alcance de cualquier persona aprender o perfeccionar idiomas mientras pasa una temporada, bien trabajando, estudiando, o ambas opciones, en un país extranjero.

A estos más de 40 años de experiencia en el sector, hay que sumar el hecho de que nuestro equipo está formado por profesionales que han vivido esas experiencias en primera persona y conocen qué es la aventura de pasar una temporada en el extranjero, sus beneficios, ventajas y qué esperar de la experiencia.



Australia	China	Alemania	Gran Bretaña	Irlanda
Canadá	Tailandia	Austria	Holanda	Islandia
Estados Unidos	Nepal	Escocia	Italia	Noruega
Nueva Zelanda	India	Francia	Inglaterra	Suecia
				Suiza

DESTINOS Y PROGRAMAS

Nuestros programas se adaptan a diferentes presupuestos, necesidades y expectativas; en definitiva, a diferentes personas. En Club RCI entendemos que no todos nuestros participantes son iguales, ni son números, ni "uno más". El participante eres tú, con tus deseos, experiencias y necesidades propias e individuales, pero siempre intransferibles.

Nos ponemos en tu lugar para asesorarte sobre qué programas son los más convenientes para lograr que tu aventura en el extranjero sea única alcanzando tus objetivos de formación y lingüísticos, además de desarrollarte como persona, experimentando otra cultura y mejorando tu currículum. Hay un sinfín de razones por las que merece la pena viajar al extranjero.

Estancias Au Pair	Voluntariado y viajes de cooperación	Estudios profesionales
Trabajo y estudio en el extranjero	Prácticas remuneradas	Cursos de idiomas

ASOCIACIONES Y COLABORADORES



Somos miembros fundadores de IAPA-
INTERNATIONAL AU PAIR
ASSOCIATION desde 1994



Somos entrevistadores oficiales de
Au Pair in America desde 1996



Somos entrevistadores
oficiales de Camp America



Somos un agente ICEF. Representamos es-
cuelas de reconocido prestigio internacional



Voluntariado internacional Viaje de cooperación

Nepal

Katmandú . Pokhara . Chitwan . Anapurna . Everest . Poon Hill



Nepal es un pequeño país que tiene multitud de tesoros escondidos que los visitantes pueden disfrutar. Situado entre el Himalaya y las selvas tropicales de las llanuras indias, Nepal es tierra de sherpas, cumbres nevadas, yaks, monasterios y mantras.

Ofrece al visitante la oportunidad de hacer senderismo, visitar multitud de templos y monasterios en ciudades medievales. ¡Colabora en diferentes proyectos!

Nuestros programas y proyectos en Nepal dan mucha flexibilidad al participante pudiendo confeccionar su estancia a su medida, dependiendo de tus intereses y el tiempo que quieras pasar en el país.

Todos tienen una duración de 2 semanas y comienzan todos los lunes del año (excepto los Voluntariados + Trekking & Adventure que tienen fechas de comienzo determinadas durante el año).

CONTENIDO

- 4 ¿Por qué ser voluntario internacional?
- 5 ¿Cómo funciona?
Índice por programa
- 6 Requisitos generales
Viajes y recogidas
Fechas de comienzo
- 25 ¿Cuánto cuesta?
- 26 ¿Qué incluye?
Devoluciones y cancelaciones
- 27 ¿Cómo me inscribo?

¿Por qué ser voluntario internacional?



MARCA UNA DIFERENCIA

Creemos y damos por hecho que la intención de cada viajero que quiere formar parte de este proyecto es recibir y dar lo mejor de sí mismo durante su viaje, aunque aún no sepas cómo, el mundo necesita personas como tú, que cuiden del futuro de todos.



DISEÑA TU AVENTURA A MEDIDA

Puedes diseñar la estancia a tu medida combinando diferentes proyectos, destinos dentro del país, diferentes países, hacer excursiones, actividades e incluso viajes organizados, entre proyecto y proyecto, antes de comenzar o una vez lo/s hayas terminado, con la ventaja de llevar todo organizado por gente que vive en el país o es del país y lo conoce perfectamente.



PRACTICA INGLÉS

Colaborarás en diferentes proyectos formados por equipos de diferentes nacionalidades y el idioma común es el inglés. ¡No tendrás excusa para no practicarlo!



APRENDE ALGO NUEVO

Puedes aprender desde hacer senderos, casas de barro, a bucear (y sacarte el PADI), sobre fauna y flora, hacer yoga y meditar, realizar prácticas de enseñanza, medicina, enfermería, etc. Podrás elegir entre multitud de proyectos dependiendo de tus intereses y objetivos.

¡Volverás a casa sabiendo hacer algo diferente!



SÉ UN VIAJERO, NO UN TURISTA

Tendrás la oportunidad de visitar lugares a los que normalmente no tienen access los turistas, incluyendo áreas remotas con paisajes espectaculares y aldeas recónditas. Además según los proyectos elegidos, convivirás con la población local ayudando a hacer su vida diaria mejor pudiendo vivir sus costumbres. ¡Es una inmersión cultural completa y auténtica!



VIAJA DE FORMA SEGURA

Nos aseguramos de que tengas un viaje seguro, divertido y una experiencia personal a base de aprendizaje que siempre recordarás y que te inspirará en determinados momentos de tu vida.

Tenemos más de 40 años de experiencia en el sector y, además, nuestro equipo está formado por profesionales que han vivido estas experiencias en el extranjero en persona.



HAZ AMIGOS DE TODO EL MUNDO

Vivirás la experiencia de trabajar en equipo con voluntarios de todo el mundo y seguro que te harás varios amigos nuevos de otros países.



VIVE UNA EXPERIENCIA ÚNICA

Sea quien seas, cuáles tus objetivo o el país de destino o proyectos en los que elijas participar los programas de voluntariado son oportunidades excepcionales para conocer un país de un manera diferente, colaborando en diferentes proyectos según tus preferencias.

¡Tendrás una experiencia personal única que siempre recordarás!

¿Cómo funciona?

Nuestros programas y proyectos en Nepal dan mucha flexibilidad al participante pudiendo confeccionar su estancia a su medida, dependiendo de tus intereses y el tiempo que quieras pasar en el país. La estancia mínima es de dos semanas y puedes combinar los proyectos o viajes que quieras.

La estancia mínima para participar en los proyectos de voluntariado será de 2 semanas. Todos los proyectos tienen una duración de 1 semana (excepto el proyecto Enseña inglés en el monasterio budista Bouddhanath, cuya duración es de 3 semanas) y comienzan todos los lunes del año. Puedes elegir estar hasta un máximo de 90 días, que es lo que cubre el visado de turista.

El programa Nepal Road Trip del tipo  **Voluntariado+**  **Trekking & Adventure** dura 4 semanas y tiene fechas de comienzo fijas detalladas en cada programa.

Tipos de proyectos



PROYECTOS EDUCATIVOS



CONSTRUCCIÓN Y RENOVACIÓN



PROYECTOS CON ANIMALES



PROYECTOS CON NIÑOS



Proyectos de Voluntariado

Proyectos en diferentes localidades del país. Dispondrás de tiempo libre para explorar la zona por tu cuenta.



- Enseña a niños en Katmandú (pág 7)
- Enseña a niños en Pokhara (pág 9)
- Enseña inglés en el monasterio budista Bouddhanath (pág 11)



- Construcción y renovación de edificios en Katmandú (pág 13)



- Rescate canino en Katmandú (pág 15)



Trekking & Adventure

La ventaja de estos programas es que puedes diseñar tu estancia en Nepal a tu medida, pudiendo optar por el número de semanas que prefieras (mínimo 2) participando en uno o más proyectos de voluntariado y, si así lo quieres, apuntarte a los programas de Trekking & Adventure de duración de 1 semana cada uno.

Duración: 1 semana

Puedes apuntarte a una o varias semanas de viaje.

- Adventure Week (pág 17)
- Village Trek (pág 18)
- Poon Hill Trek (pág 19)



Voluntariado+ Trekking & Adventure

Si quieres explorar el país a la vez que colaboras en proyectos y realizar un viaje visitando los lugares más emblemáticos de todo Nepal los programas prediseñados de voluntariado y Trekking & Adventure son perfectos para ti. ¡Para que no te pierdas nada!

Duración: 4 semanas

Viaje organizado combinando voluntariado y Trekking & Adventure en diferentes zonas de Nepal. Fechas de comienzo detalladas en cada programa.

- Nepal Road Trip (pág. 21)
- Annapurna Base Camp Trek (pág.21)
- Everest Base Camp Trek (pág. 23)

Requisitos generales

Edad: La edad mínima para participar en este programa es de 18 años y, aunque no existe edad máxima límite, sí es necesario estar en buena forma física y gozar de buena salud.

Nivel de inglés intermedio: Es necesario ser capaz de mantener una conversación, ya que de lo contrario no podrás seguir las instrucciones para llevar a cabo el proyecto. Para los proyectos educativos es necesario tener un nivel intermedio-alto.

Estancia mínima: 2 semanas

Forma física: Los voluntarios deberán estar sanos, saber trabajar en grupo, estar dispuesto a vivir en ocasiones en un alojamiento básico y tener sentido de la aventura.



Viajes y recogidas

Aeropuerto de llegada: Tribhuvan International Airport (TIA). La recogida en el aeropuerto está incluida siempre y cuando llegues entre las 6:00 y 18:00 horas, hora local del domingo previo al comienzo del proyecto. Si llegaras en un horario diferente puedes tomar un taxi prepagado desde el aeropuerto hasta nuestro centro que no te costará más de 3000 rupias nepalíes o puedes contratar la recogida por un suplemento de 70 € por persona y una noche extra de alojamiento (35 € por noche/persona)

Si prefieres llegar por tu cuenta el lugar de encuentro para incorporarte al voluntariado es Dhapasi Height, Nature Club en Katmandú.

El programa NO incluye el vuelo desde y hasta España.



¿Es necesario tener experiencia previa?

¡No! Sólo es necesario tener sentido de la aventura, el deseo de hacer algo diferente, la buena voluntad de ser flexible y positivo frente a los desafíos que representan los trabajos en el proyecto, los lugares, y una cultura diferente.



Fechas de comienzo

Las llegadas son siempre en domingo ya que te incorporarás al proyecto el lunes detallado a continuación, que comienzan todos los lunes del año.

RECUERDA: deberás llegar a Nepal el domingo anterior a la fecha de comienzo del proyecto de voluntariado o Trekking & Adventure.

Viajes en grupo

Si queréis viajar un grupo de amigos (a partir de 6 personas) es posible diseñar un viaje a tu medida, combinando actividades de voluntariado con ecoturismo y visitas a diferentes lugares de Nepal.

Solicítanos presupuesto
sin compromiso.

Enseña a niños en escuelas locales

 **Localidad:** Katmandú

Katmandú es la capital y ciudad más grande de Nepal. Sus edificios decadentes contrastan con el bullicio y la animación de sus calles.

Tras el terremoto de 2015 muchas zonas de la ciudad quedaron completamente derruidas, familias enteras sin hogar y sin apenas servicios públicos.

Katmandú es el punto de comienzo habitual para que viajeros y turistas empiecen su aventura explorando el país.



PROYECTOS EDUCATIVOS



PROYECTOS CON NIÑOS



Objetivo:

Enseña inglés básico y otras asignaturas de tu elección a niños de diferentes edades en Nepal.

Enseña inglés básico y otras asignaturas de tu elección a niños de diferentes edades en Nepal.

pliar perspectivas a través de clases estructuradas de manera creativa.

Enseñarás en escuelas locales de pequeñas poblaciones en los alrededores de Katmandú, apoyo en actividades extraescolares y ayudarás a los niños a desarrollar su potencial y am-

Las escuelas nepalíes suelen tener un programa de clases bastante conservador, así que cualquier actividad original como juegos y deportes son muy apreciadas por los niños.



Duración mínima: 1 semana

Requisitos: Te gusten los niños y enseñar; tener un nivel de inglés intermedio.

Forma física: Baja o media

Estancia ampliable: sí

Opción 1: continuar en el proyecto

Opción 2: Otro proyecto de tu elección

Opción 3: Semana/s de Trekking & Adventure

- Adventure week
- Village Trek
- Poon Hill Trek



Horas de voluntariado

El proyecto tiene lugar de lunes a viernes, darás entre 4 y 5 clases diarias.

Durante tu tiempo libre podrás explorar Katmandú con sus mercadillos y artesanía, tiendas, restaurantes, etc.



Coste del programa

Residencia

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

1 semana 225 €



Alojamiento

Los participantes en este programa residirán durante el voluntariado en un alojamiento que se encuentra a 45 kms del aeropuerto y 5 kms del centro de la ciudad. La casa dispone de una mini biblioteca, un bonito jardín y zonas de recreo comunes. También hay un frigorífico a disposición de los participantes.

- Habitaciones de 4- 6 personas del mismo sexo.
- Baño con agua caliente compartido con el resto de participantes.
- Agua, café, té y leche incluido
- Se facilitan sábanas pero no toallas
- Wifi



Manutención

Tres comidas diarias de lunes a viernes, y dos durante el fin de semana.

La comida servida es una mezcla de comida occidental y nepalí, consistente sobre todo en comida vegetariana incluyendo arroz y verduras. Se sirve pollo más o menos dos veces a la semana.

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en lo que se elija participar.



Enseña a niños en escuelas locales

 **Localidad:** Pokhara

Pokhara se encuentra muy lejos del que fue el epicentro del terremoto que destruyó el país en 2015 por lo que se encuentra intacto.

Es una ciudad del centro de Nepal, aproximadamente 200 kilómetros al oeste de la capital, Katmandú.

La ciudad ofrece una combinación de naturaleza y cultura con una zona turística al sur, en las subdivisiones de Baidam, Lakeside y Damside. Es principalmente conocida como punto de partida o llegada de las excursiones al Anapurna.



Proyectos EDUCATIVOS



Proyectos con niños



🎯 **Objetivo:**

Enseña inglés básico y otras asignaturas de tu elección a niños de diferentes edades en Nepal.

Enseñarás en escuelas locales de pequeñas poblaciones en los alrededores de Pokhara, apoyo en actividades extraescolares y ayudarás a los niños a desarrollar su potencial y ampliar perspectivas a través de clases estructuradas de manera creativa.

Las escuelas nepalíes suelen tener un programa de clases bastante conservador, así que cualquier actividad original como juegos y deportes son muy apreciadas por los niños.

Duración mínima: 2 semanas

Requisitos: Te gusten los niños y enseñar; tener un nivel de inglés intermedio.

Forma física: Baja o media

Estancia ampliable: sí

Opción 1: continuar en el proyecto

Opción 2: Otro proyecto de tu elección

Opción 3: Semana/s de Trekking & Adventure

- Adventure week
- Village Trek
- Poon Hill Trek





Horas de voluntariado

El proyecto tiene lugar de lunes a viernes, siendo el horario escolar de 10am a 4 pm. Darás de 4 a 5 clases diarias, de 40 minutos cada una.

Hay mucho que hacer en Pokhara, tanto explorar la ciudad como realizar excursiones a pie por los alrededores, relajarse en el lago, ir de compras, etc



Coste del programa

Residencia

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

2 semanas 520 €



Alojamiento

Residirás con familias de la zona, que ponen a disposición de los voluntarios sus casas. Hay un frigorífico a disposición de los voluntarios, comedor y salón y un jardín donde poder relajarse.

- Habitaciones de 2 - 4 personas del mismo sexo.
- Baño con agua caliente compartido con el resto de participantes
- Agua y té incluido
- Se facilitan sábanas pero no toallas



Manutención

Tres comidas diarias de lunes a viernes, y dos durante el fin de semana. La comida servida es una mezcla de comida occidental y nepalí, consistente sobre todo en comida vegetariana incluyendo arroz y verduras. Se sirve pollo más o menos dos veces a la semana.

Los voluntarios podrán usar la cocina y frigorífico..

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en lo que se elija participar.



Enseña inglés a monjes budistas en un monasterio

 **Localidad:** Bouddhanath

El monasterio de Bouddhanath es uno de los lugares sagrados budistas en Katmandú, a 11 kms de la ciudad.

La estupa budista de Boudhanath es una de las más grandes del mundo y se encuentra en la ruta comercial antigua del Tíbet. La estupa alberga los restos de un sabio Kasyapa, venerable tanto para los budistas como los hindúes.

En 1979, Boudhanath fue nombrado uno de los lugares Patrimonio de la Humanidad de la UNESCO.



PROYECTOS EDUCATIVOS



PROYECTOS CON NIÑOS



Objetivo:

Enseña inglés básico a monjes budistas principiantes de todas las edades..

Enseña inglés básico a monjes budistas, tanto niños como adultos.

oportunidad de aprender sobre budismo y experimentar cómo es la vida y el día a día dentro de un monasterio

Este programa es perfecto para quien le guste enseñar y quiera tener la oportu-

Duración mínima: 3 semanas

Requisitos: Te gusten los niños y enseñar; tener un nivel de inglés intermedio.

Forma física: Baja o media

Estancia ampliable: sí

Opción 1: Continuar en el proyecto

Opción 2: Otro proyecto de tu elección

Opción 3: Semana/s de Trekking & Adventure

- Adventure week
- Village Trek
- Poon Hill Trek





Horas de voluntariado

Enseñarás inglés a los monjes alrededor de 2 horas diarias por la mañana y por las tardes enseñarás entre 1 y 2 horas diarias en una escuela local.

Dispondrás de mucho tiempo libre en el que podrás explorar la zona, conocer a sus gentes y costumbres, aprender sobre budismo y vivir la vida monacal.



Coste del programa

Residencia

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

3 semanas 885€



Alojamiento

Residirás, siempre que sea posible en el monasterio, aunque la mayoría de nuestros voluntarios se alojarán en nuestra residencia.

- Habitaciones de 2 - 4 personas del mismo sexo.
- Baño con agua caliente compartido con el resto de participantes
- Agua y té incluido
- Se facilitan sábanas pero no toallas



Manutención

Tres comidas diarias de lunes a viernes, y dos durante el fin de semana.

La comida servida es una mezcla de comida occidental y nepalí, consistente sobre todo en comida vegetariana incluyendo arroz y verduras. Se sirve pollo más o menos dos veces a la semana.

Los voluntarios podrán usar la cocina y frigorífico.

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en lo que se elija participar.



Construcción y renovación de edificios

 **Localidad:** Katmandú

Katmandú es la capital y ciudad más grande de Nepal. Sus edificios decadentes contrastan con el bullicio y la animación de sus calles.

Tras el terremoto de 2015 muchas zonas de la ciudad quedaron completamente derruidas, familias enteras sin hogar y sin apenas servicios públicos.

Katmandú es el punto de comienzo habitual para que viajeros y turistas empiecen su aventura explorando el país.



CONSTRUCCIÓN Y RENOVACIÓN



Objetivo:

Colabora a reconstruir diferentes instalaciones tras el terremoto de 2015 que asoló a este país.

El terremoto de 2015 tuvo un efecto devastador tanto en los edificios como en la vida de los nepalíes.

hospitales y viviendas.

Las pérdidas sufridas en Nepal son incalculables y estamos realizando diferentes proyectos en poblaciones remotas ayudando a reconstruir escuelas,

La mayoría de escuelas, orfanatos y centros de salud en Nepal no tienen ni la más básica infraestructura como baños, aulas, zonas de recreo, bibliotecas e incluso agua potable.

Duración mínima: 1 semana

Requisitos: Te guste el trabajo duro en equipo y tener un nivel de inglés suficiente para mantener una conversación.

Forma física: Baja o media

Estancia ampliable: sí

Opción 1: continuar en el proyecto

Opción 2: Otro proyecto de tu elección

Opción 3: Semana/s de Trekking & Adventure

- Adventure week
- Village Trek
- Poon Hill Trek





Horas de voluntariado

Las tareas y las horas de trabajo variarán en función del proyecto que se esté realizando en el momento: carpintería, pintar, vallado, cementar, reconstruir paredes, etc.

Durante tu tiempo libre podrás explorar esta remota e increíblemente bonita zona, tratarás con sus gentes y vivirás su cultura.

Coste del programa

Residencia

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

1 semana 260 €

Alojamiento

Los participantes en este programa residirán durante el voluntariado en un alojamiento que se encuentra a 45 kms del aeropuerto y 5 kms del centro de la ciudad. La casa dispone de una mini biblioteca, un bonito jardín y zonas de recreo comunes. También hay un frigorífico a disposición de los participantes.

- Habitaciones de 4- 6 personas del mismo sexo.
- Baño con agua caliente compartido con el resto de participantes.
- Agua, café, té y leche incluido
- Se facilitan sábanas pero no toallas
- Wifi



Manutención

Tres comidas diarias de lunes a viernes, y dos durante el fin de semana.

La comida servida es una mezcla de comida occidental y nepalí, consistente sobre todo en comida vegetariana incluyendo arroz y verduras. Se sirve pollo más o menos dos veces a la semana..

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en lo que se elija participar.



Rescate canino en Katmandú

 **Localidad:** Katmandú

Katmandú es la capital y ciudad más grande de Nepal. Sus edificios decadentes contrastan con el bullicio y la animación de sus calles.

Tras el terremoto de 2015 muchas zonas de la ciudad quedaron completamente derruidas, familias enteras sin hogar y sin apenas servicios públicos.

Katmandú es el punto de comienzo habitual para que viajeros y turistas empiecen su aventura explorando el país.

 PROYECTOS CON ANIMALES



 Objetivo:

Rescate de perros callejeros y abandonados por sus dueños, cuidándolos hasta que vuelvan a estar sanos antes de ser adoptados por una familia.

Las calles de Nepal están llenas de perros heridos y hambrientos, especialmente después del terremoto. Sus dueños los abandonan cuando llega a cierta edad y suelen sufrir de sarna.

En este programa ayudarás a rescatarlos y devolverles la salud antes de buscarles una familia adoptiva.

Es una oportunidad de conocer más un país y también sobre perros, a entenderlos, tratarlos y cuidarlos.

Duración mínima: 1 semana

Requisitos: Te guste los animales y tener un nivel de inglés suficiente para mantener una conversación.

Forma física: Media

Importante: vacunarse contra la rabia antes de salir.

Estancia ampliable: sí

Opción 1: continuar en el proyecto

Opción 2: Otro proyecto de tu elección

Opción 3: Semana/s de Trekking & Adventure

- Adventure week
- Village Trek
- Poon Hill Trek





Horas de voluntariado

Las tareas y las horas de trabajo variarán en función del proyecto que se esté realizando en el momento: carpintería, pintar, vallado, cementar, reconstruir paredes, etc.

Durante tu tiempo libre podrás explorar esta remota e increíblemente bonita zona, tratarás con sus gentes y vivirás su cultura.



Coste del programa

Residencia

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

1 semana 260 €



Alojamiento

Los participantes en este programa residirán durante el voluntariado en un alojamiento que se encuentra a 45 kms del aeropuerto y 5 kms del centro de la ciudad. La casa dispone de una mini biblioteca, un bonito jardín y zonas de recreo comunes. También hay un frigorífico a disposición de los participantes.

- Habitaciones de 4- 6 personas del mismo sexo.
- Baño con agua caliente compartido con el resto de participantes.
- Agua, café, té y leche incluido
- Se facilitan sábanas pero no toallas
- Wifi



Manutención

Tres comidas diarias de lunes a viernes, y dos durante el fin de semana.

La comida servida es una mezcla de comida occidental y nepalí, consistente sobre todo en comida vegetariana incluyendo arroz y verduras. Se sirve pollo más o menos dos veces a la semana..

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en lo que se elija participar.



Adventure Week

 **Localidad:** Himalaya

Haz senderismo en las laderas del Himalaya, un safari por la jungla, acampa bajo las estrellas y haz rafting. ¡Todo en una semana!

Con este programa no tendrás tiempo de descansar, pero a cambio, experimentarás lo mejor que este país montañoso tiene que ofrecer a sus visitantes más activos y aventureros

 **Duración:** 1 semana

 **Fechas de comienzo:**
Todos los lunes

 **Alojamiento:**
Albergues, hostales y acampada (tiendas incluidas) en los diferentes puntos de parada

 **Manutención:**
○ De lunes a viernes: desayuno, comida y cena
○ Fines de semanas: desayuno y cena

 **Equipo necesario:**
○ Calzado adecuado para caminar por la montaña
○ Ropa de abrigo para cuando estés en la zona norte de Nepal

Este programa es combinable tanto con los voluntariados como el resto de programas de Trekking & Adventure.



Lunes

Senderismo de montaña en Shivapuri

Jueves - Sábado

¡Aventura en la jungla!

Iremos de safari a Sauraha, Chitwan, a disfrutar de su exótica fauna y flora en su hábitat natural. Incluye una visita al centro de cría de elefante indio, senderismo por la selva, avistamiento de pájaros, piragüismo y disfrutar de un espectáculo de danza de los nativos de la zona.

Martes - Miércoles

- Safari a Charaudi
- Rafting en el río Trisuli
- Acampada por la zona

Coste del programa

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

1 semana 400 €



La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en lo que se elija participar.

Localidad: Himalaya

El "Village Trek" te da una oportunidad ir-repetible de vivir la cultura nepalí y avistar impresionantes paisajes como pocos turistas hacen.

Durante esta semana de trekking llegarás hasta aldeas y pueblos diferentes donde podrás ver y vivir la cultura y estilo de vida de la población local. Dormirás en casas de familias locales, probarás la cocina auténtica nepalí y vivirás su cultura y costumbres.

Duración: 1 semana

Fechas de comienzo:
Todos los lunes

Alojamiento:

Albergues y hostales en los diferentes puntos de parada

Manutención:

- De lunes a viernes: desayuno, comida y cena
- Fines de semanas: desayuno y cena

Equipo necesario:

- Calzado adecuado para caminar por la montaña
- Ropa de abrigo para cuando estés en la zona norte de Nepal

Coste del programa

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

1 semana 400 €

Este programa es combinable tanto con los voluntariados como el resto de programas de Trekking & Adventure.



Lunes

Traslado en coche (1 hora) hasta Sakhu, donde almorzaremos y después caminaremos unas 3 horas hasta Kartike/Nagarkot, uno de los mejores lugares desde los que contemplar los Himalayas.

Miércoles

Ruta de 5 horas a Dapcha vía Namobuddha, uno de los lugares budistas más sagrados de Nepal de peregrinaje.

Jueves

Ruta de 6 horas hasta Mate a través de Ambode. Mate es una villa típica Tamang. Vivirás de cerca el día a día de los Tamang.

Martes

Ruta de 5 horas hasta Dhulikhel, es uno de los asentamientos más antiguos de Nepal y otro de los mejores sitios desde los que contemplar la cordillera del Himalaya, desde el que contemplar los picos más altos.

Viernes

Excursión de 4 horas por Sipali y vuelta en coche a Katmandú vía Banepa.



Poon Hill Trek

 **Localidad:** Annapurna

El Poon Hill Trek es una fantástica oportunidad de recorrer la región del Annapurna en un trek más corto y menos duro, pasando por la región de Poon Hill y haciendo la ruta del Ghorepani Trek, donde disfrutarás de una de las mejores vistas panorámicas del mundo, te empaparás de la cultura nepalí y conocerás a sus gentes.

 **Duración:** 1 semana

 **Fechas de comienzo:**
Todos los lunes

 **Alojamiento:**
Albergues y hostales en los diferentes puntos de parada

 **Manutención:**
○ De lunes a viernes: desayuno, comida y cena
○ Fines de semanas: desayuno y cena

 **Equipo necesario:**
○ Calzado adecuado para caminar por la montaña
○ Ropa de abrigo para cuando estés en la zona norte de Nepal

Este programa es combinable tanto con los voluntariados como el resto de programas de Trekking & Adventure.



Lunes

Traslado en autobús de Katmandú hasta Pokhara (200 kms) haciendo noche en una pensión en Pokhara

Jueves

Nos despertaremos temprano para ver el amanecer desde Poon Hill (1 hora) con unas vistas increíbles. Volveremos a desayunar a Ghorepani y comenzaremos ruta a Tapadani, donde haremos noche en un hostel.

Martes

Traslado en coche a Nayapul (1070m) y comienzo de la ruta de senderismo Bhurungi Khola. Haremos noche en Tikhedhunga.

Viernes

Continuaremos ruta hasta Pothana pasando por un profundo bosque musgoso y la villa Ghandruk, es uno de los asentamientos de la tribu Gurung.

Miércoles

Ascenso a la villa Ulleri a través del bosque Rhododendron y llegaremos hasta Ghorepani pass, donde haremos noche.

Sábado

Ruta de bajo esfuerzo de 3-4 horas cuesta abajo hasta Phedi pasando por Dhampus village. Traslado en autobús hasta Pokhara donde haremos noche

Domingo

Traslado a Katmandú.

Coste del programa

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento de inscribirse.



Resto a abonar

1 semana 575€

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en lo que se elija participar.

+ **Nepal Road Trip**

 **Duración:** 4 semanas

 **Fechas de comienzo 2020:**

Enero 06 | Febrero 03 | Marzo 02 |
Abril 06 | Mayo 04 | Junio 01 | Julio 06 |
Agosto 03 | Septiembre 07 | Octubre 05 |
Noviembre 02 | Diciembre 07

 **Alojamiento:**

○ Albergues y hostales en los diferentes puntos de parada.

○ Residencia de voluntarios en Katmandú durante la primera y cuarta semana.

 **Manutención:**

○ De lunes a viernes: desayuno, comida y cena
○ Fines de semanas: desayuno y cena

 **Equipo necesario:**

○ Calzado adecuado para caminar por la montaña
○ Ropa de abrigo para cuando estés en la zona norte de Nepal

 **Coste del programa**

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento
de inscribirse.



Resto a abonar

4 semanas 1,880 €



Parte de esta experiencia única en Nepal incluye colaborar en la comunidad local en orfanatos y proyectos de enseñanza.

Visitarás interesantes lugares, como el monasterio budista de Bouddhanth y el parque Nacional de Chitwan.

Harás rafting en el río Trisuli, senderismo por el Katmandú rural, harás un trek de 5

días por Poon Hill desde donde podrás admirar unas de las vistas más impresionantes de la cordillera del Himalaya.

Practicarás yoga y meditación, visitarás mercados y disfrutarás de una inmersión en la cultura de Nepal.

¡Será una experiencia activa que no olvidarás jamás!

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en los que elijas participar.

Semana 1: Orientación e inmersión cultural

Aprenderás sobre la cultura nepalí a través de sesiones informativas, aprenderás nepalí básico, diferencias culturales, rituales y costumbres del país, su historia e influencias religiosas. Visitarás los mercados locales, tour por la ciudad y visitarás el monasterio budista de Bouddhanth, uno de los más grandes del mundo.

Semana 2: Parque Nacional de Chitwan y Phokkara

Ruta a través de pueblos y aldeas donde podrás experimentar el Nepal rural, contemplar montañas y campos de arroz. Haremos rafting en el río Trisulo, donde acamparemos una noche o dos.

Visitaremos el Parque Nacional de Chitwan, hogar de los tigres de Bengala y alrededor de 543 especies de pájaros. Visitarás Pokkhara, la segunda ciudad más grande de Nepal, desde donde podrás disfrutar de una de las mejores vistas de la cordillera del Himalaya.

Semana 3: Trekking por el Annapurna

Haremos la ruta de Poon Hill (3,190m), uno de los miradores para contemplar una de las montañas más altas del mundo, el Annapurna (8,091m) y Dhaulagiri (8,167m), durante 5 días, disfrutando de unas magníficas vistas y una sensación muy gratificante cuando lo completas.

Cuando lleguemos a destino podrás disfrutar de un masaje para relajar los músculos y participar una sesión de yoga y meditación. Tendrás suficiente tiempo para disfrutar de la paz del lugar y contemplar el magnífico paisaje.

Semana 4: Voluntariado en Katmandú

Participarás en el proyecto que hayas elegido al inscribirte en el programa:

- Proyecto educativo en escuelas y en orfanatos
- Enseñanza a monjes budistas
- Proyecto de renovación y construcción

+ **Annapurna Base Camp Trek**

 **Duración:** 4 semanas

 **Fechas de comienzo 2020:**
Todos los lunes

 **Alojamiento:**

○ Albergues y hostales en los diferentes puntos de parada.

○ Residencia de voluntarios en Katmandú durante la primera y cuarta semana.

 **Manutención:**

○ De lunes a viernes: desayuno, comida y cena

○ Fines de semanas: desayuno y cena

 **Equipo necesario:**

○ Calzado adecuado para caminar por la montaña

○ Ropa de abrigo para cuando estés en la zona norte de Nepal

 **Coste del programa**

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento
de inscribirse.



Resto a abonar

4 semanas 1,460 €

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en los que elijas participar.



Explora la ruta del valle interior del Annapurna, donde encontrarás diferentes regiones de diversidad cultural de las gentes que pueblan la Cordillera del Himalaya.

Disfrutarás de unas vistas increíbles de la cumbre nevada de esta majestuosa cordillera, visitando parajes e

impresionantes miradores.

Llegarás a empaparte de la cultura nepalí tanto participando en el proyecto de voluntariado de tu elección como en la semana de orientación e inmersión cultural en Katmandú al comienzo de esta aventura.

SEMANA 1: Orientación e inmersión cultural

Aprenderás sobre la cultura nepalí a través de sesiones informativas, aprenderás nepalí básico, diferencias culturales, rituales y costumbres del país, su historia e influencias religiosas. Visitarás los mercados locales, tour por la ciudad y visitarás el monasterio budista de Boudhanth, uno de los más grandes del mundo.

SEMANAS 2 y 3 DÍA 1: De Katmandú a Pokhara

Traslado en autobús de Katmandú hasta Pokhara (200 kms) haciendo noche en una pensión en Pokhara

DÍA 2: De Pokhara a Tikhedhunga (1,577 m)

Traslado en coche a Nayapul (1070 m) y comienzo de la ruta de senderismo Bhurungi Khola. Haremos noche en Tikhedhunga.

DÍA 3: De Tikhedhunga a Ghorepani (2,855 m)

Ascenso a la villa Ulleri a través del bosque Rhododendron y llegaremos hasta Ghorepani pass, donde haremos noche.

DÍA 4: DE GHOREPANI A TADAPANI (2,855 M)

Nos despertaremos temprano para ver el amanecer desde Poon Hill (1 hora) con unas vistas increíbles. Volveremos a desayunar a Ghorepani y comenzaremos ruta a Tapadani, donde haremos noche en un hostel.

DÍA 5: De Tapadani a Chhomrong (2170 m)

Llegaremos a Kimrung Khola a comer, ascenderemos de nuevo a la aldea Chhomrong, en las faldas del Himchuli (6,441 m) donde haremos noche y disfrutaremos de las vistas.

DÍA 6: De Chhomrong a Himalayan Hotel (2.873 m)

Ruta de 3 horas hasta Kuldi Ghar bajando hasta la orilla del río Modi, pasaremos por los pastos de Tomo y Panchen Barah, y subiremos hasta el Himalayan Hotel.

DÍA 7: De Himalayan Hotel a Campamento BASE DEL ANNAPURNA (4130 M)

Siguiendo la orilla oeste del río Modi llegaremos a través de valles al campamento base Macchapuchhre, donde tendrás la opción de quedarte a descansar o continuar hasta el Campamento base del Annapurna.

DÍA 8: De Campamento base del Annapurna a Bamboo

Descenderemos por el mismo camino hasta Bamboo.

DÍA 9: De Bamboo a Jhinu

Subiremos hasta Chhomrong y continuaremos ruta hasta Jhinu.

DÍA 10: De Jhinu a Pothana (1980 m)

Bajaremos hasta el río Modi y ascenderemos hasta Landrung, una preciosa aldea Gurung, almorzaremos en Tolkha y haremos ruta de fácil ascenso hasta Deurali, haremos noche en Pothana.

DÍA 11: De Pothana a Pokkhara (820 m)

Descenso fácil de 3-4 horas pasando por la aldea Dhampus hasta Phedi. Traslado en coche/autobús hasta Pokkara, donde haremos noche.

DÍA 12: Traslado a Katmandú

Traslado en autobús a nuestra residencia de voluntarios en Katmandú.

SEMANA 4: Voluntariado en Katmandú

Participarás en el proyecto que hayas elegido al inscribirte en el programa:

- Proyecto educativo en escuelas locales
- Proyecto educativo en guarderías
- Rescate canino

Este itinerario podrá sufrir modificaciones por causas de fuerza mayor como condiciones climatológicas adversas.



+ Everest Base Camp Trek

 **Duración:** 4 semanas

 **Fechas de comienzo 2020:**
Todos los lunes

 **Alojamiento:**

○ Albergues y hostales en los diferentes puntos de parada.

○ Residencia de voluntarios en Katmandú durante la primera y cuarta semana.

 **Manutención:**

○ De lunes a viernes: desayuno, comida y cena

○ Fines de semanas: desayuno y cena

 **Equipo necesario:**

○ Calzado adecuado para caminar por la montaña

○ Ropa de abrigo para cuando estés en la zona norte de Nepal

 **Coste del programa**

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento
de inscribirse.



Resto a abonar

4 semanas 1,880 €

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en los que elijas participar.



Llegar hasta el campamento base del Everest es una experiencia única, sueño de muchos y totalmente posible con este programa.

Visitarás lugares increíbles como los monasterios budistas de Khumjung, Pangboche o Namché Bazaar.

Llegaremos hasta aldeas sherpas donde podrás conocer a sus gentes, su cultura y disfrutar de su increíble hospitalidad en la región Solu Khumbu,

donde verás yaks y otra fauna autóctona.

Podrás contemplar increíbles paisajes en ruta al Campamento base de la montaña más alta del mundo, el Everest.

Al finalizar esta aventura comenzarás una semana de voluntariado en Katmandú.

SEMANA 1: Orientación e inmersión cultural

Aprenderás sobre la cultura nepalí a través de sesiones informativas, aprenderás nepalí básico, diferencias culturales, rituales y costumbres del país, su historia e influencias religiosas. Visitarás los mercados locales, tour por la ciudad y visitarás el monasterio budista de Boudhanth, uno de los más grandes del mundo.

SEMANAS 2 y 3

DÍA 1: Vuelo de Katmandú a Lukla (2,700 m)

Llegaremos en avión a Lukla en avión y comenzaremos ruta de 3-4 horas hasta Phakding (2600 m) donde haremos noche.

DÍA 2: De Phakding a Namche Bazaar (3,440 m)

Continuaremos hacia el norte siguiendo el río Dudh Kosi hasta Jorsale, donde comienza el Parque Nacional de Everest, subiremos durante 2 horas hasta Namche Bazaar, principal y próspera ciudad de la región de Khumbu conocida por su mercado celebrado los sábados.

DÍA 3: Namche Bazaar

Día de descanso en Naamche Bazaar, conocida como la "meca de los senderistas de Nepal" es el lugar ideal para descansar y aclimatarse a la altura antes de partir a Gokyo. Puedes realizar excursiones de una hora hasta el Everest Hotel donde podrás contemplar la puesta de sol, Ama Dablam, Muptse, Lhotse y el Everest.

DÍA 4: De Namche Bazaar a Tyangboche (3,860 m)

Comenzaremos una ruta de 6 horas por el valle de Dudh Kosi, donde podrás contemplar unas magníficas vistas de Khumbu, el Everest, Lhotse, Nuptse y Ama Dablam. Pasaremos por varias aldeas y descenderemos por el río hasta Phunki Tenga donde comeremos y descansaremos. Continuaremos hasta Tyangboche, famoso por su monasterio donde haremos noche.

DÍA 5: De Tyangboche a Pheruche (4,252 m)

Después de desayunar haremos ruta de 6 horas hasta Pheruche, donde pasaremos la noche. Por el camino visitaremos la aldea sherpa Pangbuche.

DÍA 6: De Pheruche a Labuche 4,930 m)

Ruta de 6 horas pasando por un impresionante valle bajo los picos de Cholatse y Tawache, llegando al pie del glaciar Khumbu, donde se encuentra un cementerio en el que se entierran a los sherpas que han muerto subiendo al Everest. Continuaremos a Labuche donde haremos noche.

DÍA 7: De Labuche a Gorakpshep (5,184 m)

Ruta de 2 horas y media hasta Gorakshep y Kalapattar (5,500 m) y vuelta a Labuche.

DÍA 8: De Labuche a Dingboche

Ruta de descenso de 6 horas y media hasta Pheriche, donde se encuentra el puesto de auxilio para senderistas y montañeros que merece una interesante visita.

DÍA 9: De Dingboche a Tyangboche

Ruta de 4 horas siguiendo el río, cruzaremos un bosque de abedules y azaleas hasta llegar a Tyangboche.

DÍA 10: De Tyangboche a Namchee Bazaar

Desde Tyangboche descenderemos al puente que cruza el río Dudh Kosi hasta Phunki y subiremos hasta Namchee, donde haremos noche.

DÍA 11: De Namchee Bazaar a Lukla

Ruta de 7 horas que comenzaremos en Namchee descendiendo hasta la aldea de Jorsale, pasando por Phakding, Choplung y Chaunrikharka llegando hasta Lukla.

DÍA 12: Vuelo a Katmandú

Desde Lukla volaremos temprano por la mañana hasta Katmandú

SEMANA 4: Voluntariado en Katmandú

Participarás en el proyecto que hayas elegido al inscribirte en el programa:

- Proyecto educativo en escuelas locales
- Proyecto educativo en guarderías
- Rescate canino



¿Cuánto cuesta?

Reserva de plaza

200 € (IVA incluido)
abonables en el momento
de inscribirse.

La reserva de plaza solo se abona una vez, independiente de las combinaciones y número de programas en las que se elija participar. Deberás añadir los 200 € al total de las combinaciones elegidas.



Proyectos de Voluntariado

Proyectos en diferentes localidades del país. Dispondrás de tiempo libre para explorar la zona por tu cuenta.



● Enseña a niños en Katmandú

1 semana: 225 €

● Enseña a niños en Pokhara

2 semanas: 520 €

● Enseña inglés en el monasterio budista Bouddhanath

3 semanas: 885 €



● Construcción y renovación de edificios en Katmandú

1 semana: 260 €



● Rescate canino en Katmandú

1 semana: 260 €



Trekking & Adventure

Adventure Week

Precio de la estancia

1 semana 400 €

Village Trek

Precio de la estancia

1 semana 400 €

Poon Hill Trek

Precio de la estancia

1 semana 575 €



Voluntariado+ Trekking & Adventure

Nepal Road Trip

Precio de la estancia

4 semanas 1,880 €

Annapurna Base Camp

Precio de la estancia

4 semanas 1,460 €

Everest Base Camp

Precio de la estancia

4 semanas 1,880 €

¿Qué incluye?



ASISTENCIA COMPLETA

- Asistencia y asesoramiento durante la inscripción
- Asistencia 24 horas 7 días a la semana
- Supervisión durante toda la estancia



RECOGIDAS Y TRASLADOS

- Recogida en el aeropuerto
- Traslados hasta y desde el proyecto al campamento base



Guía informativa



Alojamiento durante toda la estancia



Manutención durante los días de trabajo en el proyecto



Curso de orientación y formación e destino



Equipo necesario para realizar el proyecto



Certificado de colaboración



Seguro médico y de viaje

Es OBLIGATORIO llevar un seguro médico y de viaje que cubra toda tu estancia y no está incluido en el coste del programa. Deberás llevar contigo copia de la póliza.

Si no dispones de ninguno contratado, podemos organizarlo par ti con tarifas especiales para nuestros participantes.

No incluye

- ✗ Vuelo de ida y vuelta a destino
- ✗ Recogida en el aeropuerto fuera de las horas estipuladas (se puede contratar por un suplemento de 70 € por persona)
- ✗ Tarifas de visado
- ✗ Gastos personales, médicos y de lavandería
- ✗ Seguro médico y de viaje.
- ✗ Noches extra de alojamiento en caso de llegar antes o irse del programa después (se pueden contratar por un suplemento desde 35 € por noche/persona)

Si vas a viajar en pareja o prefieres más intimidad y comodidades es posible contratar el alojamiento en nuestros hoteles de ecoturismo en Singburi, Conservación medioambiental en el Parque de Khao Yin y el programa de Budismo y meditación en Wang Nam Khiao.

Devoluciones y cancelaciones

Si el participante una vez realizada su solicitud decidiera no participar en el programa perdería la cuota de inscripción al mismo.

Si por el contrario no se pudiera organizar la estancia, dando una flexibilidad máxima de 4 semanas a partir de la fecha de salida fijada, le sería reintegrada en su totalidad la cuota de tramitación.

El participante por causas justificadas podrá cambiar la fecha de salida a otra más conveniente, siempre y cuando la estancia no esté ya organizada y sea con mínimo 14 días de antelación. En este caso tendrá que salir en la fecha solicitada y perdería el derecho a aplazarlo.



¿Cómo inscribirse?



Documentación necesaria

- **Solicitud:** Complétala lo más detalladamente posible.
- Carta de presentación personal en inglés, explicando por qué quieres ser voluntario, háblanos de ti y qué esperas de esta experiencia.
- Fotocopia del pasaporte.
- Foto tamaño pasaporte. ¡Sonríe!
- Seguro médico y de viaje para toda la estancia. Si no dispones de ninguno contratado, puedes consultar tarifas especiales para nuestros participantes. Consúltanos si te interesa.



Proceso de selección

La inscripción al programa se tiene que realizar con 5 semanas de antelación como mínimo antes de la fecha de salida, aunque es recomendable hacerlo con algo más de tiempo, para estar seguro de tener plaza en la fecha que te interese y poder buscar un billete de avión asequible.

Podrás participar en 1, 2 ó 3 proyectos diferentes si así lo deseas, pudiendo combinar las fechas y países. Por favor, marca en el cuestionario cuáles te interesan en qué orden y con fechas de salida

Una vez hayas sido aceptado en el programa recibirás con tu confirmación de reserva documentación del programa y cómo proceder para ser recogido en el punto de comienzo del destino elegido.

Los documentos necesarios podrán presentarse en nuestras oficinas o ser enviados por email a info1@clubrci.es.

¿DUDAS?

¡Ven a conocernos!

Te daremos una sesión informativa y asesoraremos personalmente.

¿No vives en Madrid o no puedes venir?

Contáctanos para concertar una cita por Skype o llamada telefónica con un coordinador de ese programa:

☎ + 34 915 417 103

💬 +34 626 211 453

@ hola@clubrci.es

📍 clubrci

