

BULGARIA

Parques Nacionales y Cultura En Los Balcanes

Senderos secretos, Monasterios
Ortodoxos y ciudades de historia

Verano 2026 / 9 días

FECHAS: del 18 al 26 de julio

del 02 al 10 de agosto

del 16 al 24 de agosto

del 04 al 12 de septiembre

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
MAPA	4
ITINERARIO	5
FICHA TÉCNICA	10
CONDICIONES Y SEGURO	12
NOTAS SOBRE EL VIAJE	14



- Forma parte de la leyenda en las calles medievales de Plovdiv y de Veliko Tarnovo.
- Descubre el misticismo en los ancestrales monasterios de Rila y Báchkovo.

INTRODUCCIÓN



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 río Iskar, el Monasterio de Báchkovo 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". Continuamos hasta la "Garganta del diablo" para posteriormente acercaremos a los relieves alpinos de Pirin y los circos de los lagos glaciares Bánderishki. 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.

MAPA



ITINERARIO

DÍA 1: MADRID/BARCELONA - SOFIA

Presentación en el aeropuerto de **Madrid** o **Barcelona** (VER FICHA TECNICA) para tomar el vuelo con destino a Sofía. Asistencia en el aeropuerto y traslado al hotel. Paseo guiado de un par de horas por el centro histórico de la ciudad donde empezaremos a indagar en su patrimonio descubriendo la Catedral de San Alejandro Nevski, la Iglesia de Santa Sofía, la rotonda de San Jorge, la mezquita Banya Bashi Djami y la Sinagoga. Cena de bienvenida con especialidades búlgaras.. Alojamiento.

DÍA 2: BALCANES – VELIKO TARNOVO

Hoy vamos a conocer la naturaleza de la cadena montañosa de los Balcanes (en búlgaro es llamada Stara planina, es decir "Monte viejo"). Después de un traslado de 1h empieza nuestra primera caminata en el famoso desfiladero del río Iskar. Es una región de cascadas y rocas, un lugar muy valorado entre los habitantes de Sofía y la región. Exploramos las orillas del río de Bov, amparados por la sombra

de los árboles y disfrutando del sonido de numerosos saltos del agua. Seguimos en el bus para conocer el monasterio de Cherepish en un sitio pintoresco a orillas del río Iskar para tomar nuestro almuerzo que está incluido. Aquí podremos disfrutar de unas bonitas vistas durante el almuerzo. Por la tarde tenemos un traslado de 2h 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.



Características de la excursión a pie: ruta suave de senderismo, salvamos un desnivel de 300 metros en ascenso y 300m de descenso. Tiempo: sobre dos horas y media por senderos, incluyendo las paradas para descansar. Distancia: 8 km.

DÍA 3: TSAREVETS – MONASTERIO DE DRYANOVO – 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. En nuestra ruta pararemos para ver el monasterio de Drianoovo y la cueva de **Bacho Kiro**.

Por la tarde llegamos a la ciudad de **Triavna**, centro de la talla de madera y del arte iconográfico tradicional. Esta 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.

DÍA 4: BOZHENTSI - COLLADO SHIPKA – TUMULO DE KAZANLAK – PLOVDIV

Después del desayuno salimos caminando directamente del hotel, para hacer una bonita caminata de senderismo hasta el pueblo-reserva arquitectónica de **Bozhentsite**. Caminamos por prados abiertos, bosques frondosos y disfrutando así de unas vistas hacia la cadena principal del monte **Stara Planina**.

Después subiremos en nuestro bus y cruzaremos el collado de **Shipka**, donde tuvo lugar una de las batallas más decisivas de la guerra ruso-turca (1877/78), guerra de Liberación para los búlgaros. Respirando el aire puro de las montañas llegamos al valle de los reyes Tracios y también "Valle de las Rosas", donde se cultivan estas hermosas flores que luego viajan al resto del mundo. El cultivo de estas rosas da lugar a la celebración de fiestas e importantes 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. Cena libre.

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 5: MONASTERIO DE BÁCHKOVO – 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 **Báchkovo** 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 Báchkovo, 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. Cena incluida.

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: SENDERO STRUILITSA - GARGANTA DE TRIGRAD – BANSCO

Después del desayuno comenzamos la caminata de este día por un "eco-sendero", una ruta cerca del río **Devinska** que podemos disfrutar a través de puentes de madera. Después del recorrido a pie, haremos un corto traslado 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 y una cascada interior. Tras la visita que nos dará a conocer leyendas ancestrales, nos dirigimos en autobús a **Bansco**, cruzando en pleno monte de **Rodopes** para encontrarnos con pueblos musulmanes, campos abiertos, vistas hacia los montes de Grecia y la parte sur de Pirin. Al atardecer llegamos a la ciudad de Bansco, 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 puentes de madera. Desnivel para la caminata diaria en ascenso y descenso 160-180m. Tiempo de la excursión sobre las dos horas y media con descansos y paradas para fotos. Distancia: 5 km.



DÍA 7: LAGOS BANDERISHKI

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: **Vijren** (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 tipo alpino, con zonas de pedregosas, puentes y hermosos lagos glaciares. 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. Tomaremos



un almuerzo para saborear la típica trucha autóctona. Por la tarde continuaremos nuestra ruta en bus hacia Sofía, situada apenas a una hora y media de trayecto. Aprovecharemos el atardecer para conocer alguna de las maravillas del centro de la capital. Alojamiento.

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: 3 km.

DÍA 9: SOFIA – VUELO DE REGRESO A MADRID / BARCELONA

Desayuno temprano y traslado al aeropuerto.

FIN DEL ITINERARIO



FICHA TÉCNICA

SALIDA JULIO:

MADRID. Presentación a las 09.30 horas en el Aeropuerto Internacional de Madrid Barajas-Adolfo Suárez. en la **Terminal 4 (T4)**, frente los mostradores de facturación 870-880.

Salida en vuelo de "Bulgaria Air" a las 12.30 horas desde la Terminal T4. Llegada prevista a Sofía a las 16.50 horas.

SALIDA 02 AGOSTO

MADRID. Presentación a las 7.45 horas en el Aeropuerto Internacional Madrid Barajas-Adolfo Suarez. En la **terminal 4 (T4)**, frente a los mostradores de facturación 870-880.

Salida en vuelo de "Bulgaria Air" a las 10.45 horas desde la terminal 4 (T4). Llegada prevista a Sofía a las 15.10 horas.

SALIDA 16 AGOSTO – 04 SEPTIEMBRE:

MADRID. Presentación a las 07.00 horas en el Aeropuerto Internacional de Madrid Barajas-Adolfo Suárez. en la **Terminal 4 (T4)**, frente los mostradores de facturación 870-880.

Salida en vuelo de "Bulgaria Air" a las 10.00 horas desde la Terminal T4. Llegada prevista a Sofía a las 14.30 horas

BARCELONA: Consultar disponibilidad, condiciones y horario.

REGRESOS:

MADRID: El regreso está previsto a Madrid a las 09.45 h. en las salidas de julio y 02 de agosto, para el 16 de agosto el regreso está previsto a las 13.20 h. y en la salida de septiembre el regreso está previsto a las 11.30 horas.

NOTA: En los vuelos reservados se podrá facturar una maleta de 23 kilos y llevar un equipaje de mano de máximo 8 kilos y el bolso/mochilita.

PRECIO: 1.695 Euros **PRECIO R.A.:** 1.625 Euros
PRECIO ESPECIAL : 1.595 € reservando antes del 08/05/2026



GRUPO MÁXIMO: 34 personas

GRUPO MÍNIMO: 16 personas

Suplementos:

Suplemento por ocupación de 25 a 29 personas: 59€

Suplemento por ocupación de 20 a 24 personas: 115 €

Suplemento por ocupación de 16 a 19 personas: 160€

Suplemento agosto: 85€

Suplemento alojamiento en habitación individual (opcional y según disponibilidad): 290€

Tasas aéreas estimadas: 185 €

(Precio sujeto a variación en el momento de la emisión de los billetes aéreos)

INCLUYE:

- Vuelo Madrid/Barcelona – Sofía y regreso con la Compañía aérea BULGARIA AIR. (Consultar disponibilidad y condiciones especiales salida Barcelona).
- Traslados aeropuerto-hotel-aeropuerto.
- Recorrido en autobús de primera para todo el circuito.
- Alojamiento y desayuno en hoteles de 4* en habitación doble con baño o ducha durante todo el programa.
- Dos almuerzos y dos cenas (una la de bienvenida).
- Excursiones y visitas señaladas en el itinerario. Entradas a: la Fortaleza Tsárevets, cueva Bacho Kiro, casa Daskalova y Shkolo en Triavna, un Túmulo Tracio en Kazanlak, la basílica del patriarca de Plóvdiv, el Comedor del Monasterio Báchkovo, cuevas de Trigrad y Monasterio Rila.
 - Seguro de viaje.
 - Guía acompañante de habla hispana.

NO INCLUYE:

- Tasas aéreas.
- 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.

CONDICIONES Y SEGURO

CONDICIONES RESERVA ANTICIPADA:

Si deseas beneficiarte del precio de reserva anticipada (R.A.) tienes que hacer el pago de la reserva al menos 40 días antes de la fecha de salida (excepto el pago del resto que se realizará como máximo 20 días antes de la salida y las tasas aéreas que se abonarán a la emisión de los billetes).

CONDICIONES DE RESERVA DE VIAJE PARA LA TEMPORADA DE VERANO 2026

La reserva deberá ser realizada preferentemente por NUESTRA WEB, POR CORREO ELECTRONICO o en su caso por teléfono. Las solicitudes de reservas recibidas serán confirmadas por nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de **98 Euros**, mediante transferencia o tarjeta de crédito.

DATOS BANCARIOS para transferencia:

Titular: Viajes Alventus S.L.

Entidad: LA CAIXA

Cuenta corriente: ES65 2100 8436 49 2200712883

(En caso de transferencia es imprescindible remitir por correo-electrónico un justificante del pago indicando claramente el nombre de la persona, viaje y fecha)

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

SEGURO INCLUIDO:

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

Opcional:

Disponemos de seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias:

Por un importe desde 40 euros, entre otras coberturas, cubre los gastos de cancelación del viaje por causas de fuerza mayor.

Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva.

Solicite en nuestras oficinas el desglose de las coberturas de cada uno de ellos.

RECOMENDAMOS A TODOS CONTRATAR UNO DE ESTOS SEGUROS POR LA AMPLITUD DE SUS COBERTURAS.

Ambos seguros contemplan accidentes o enfermedades sobrevenidas durante el viaje. Puede consultarnos otros tipos de seguros con mayores coberturas.

CONDICIONES GENERALES

Todos los datos e informaciones contenidas en la Ficha Técnica del Viaje están sujetos a las Condiciones Generales publicadas en la página Web correspondiente.

Nota: El boletín al que se refiere la presente ficha técnica es un programa de viajes de cultura y naturaleza. Las personas que se inscriben en estos programas conocen las especiales características de su operativa y desarrollo, y por lo tanto son conscientes de la posibilidad, razonada, de posible modificación en el itinerario, servicios de alojamiento, transportes y duración motivados por causas ajenas a la organización y a la agencia de viajes.

NOTAS SOBRE EL VIAJE

TASAS: Las tasas aéreas no están incluidas en el precio final del viaje y su cuantía aproximada se ofrece como un suplemento en el apartado SUPLEMENTOS de la presente Ficha Técnica.

Las **tasas aéreas** hacen referencia al precio del combustible, costes de seguridad, impuestos aeroportuarios, gubernamentales, etc. Estas tasas **NO SERÁN EXACTAS HASTA LA EMISIÓN DE LOS BILLETES AÉREOS, POCOS DÍAS ANTES DE LA SALIDA DEL VIAJE**. Es la compañía aérea quien estipula y modifica este importe. Por esta razón, y antes de recoger la documentación del viaje, os comunicaremos el importe final de las tasas exactas, ya que la cantidad indicada en el apartado SUPLEMENTOS es estimada y sujeta a variación, porque el carburante, tasas, o impuestos por las compañías aéreas, nunca se puede prever.

Las **tasas locales** (si las hay) se pagan directamente al tomar algún vuelo durante el viaje (vuelos internos por lo general y a la salida de los países). Su importe lo fijan las autoridades aeroportuarias locales

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.

DINERO

Zona Euro. Las tarjetas de crédito más extendidas son VISA, MASTER CARD y AMEX, aunque no son aceptadas en todos los establecimientos. Consultad.

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 puede solicitar en el siguiente enlace <https://administracion.gob.es/pagFront/tramites/fichaTramite.htm?idTramiteSeleccionado=4229&idHechoVital=23&origen=listadoHechosVitales>

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

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)...

ALOJAMIENTO

El alojamiento está previsto en hoteles en habitación doble con baño o ducha. Se trata de buenos y agradables establecimientos de 4****

Sofia: Hotel Coop 4****

<https://www.coophotel.bg/>

Veliko Tárново:

Grand Hotel Veliko Tarnovo 4****

<https://grandhotelvt.com/>

Triavna: Hotel Kalina Palace 4****

(<http://kalinapalace.com/en/>)

Plóvdiv: Hotel Trimontium 4****

<http://plovdiv.bgprincess.com/dining/trimontium/>

Devin: SPA Hotel Devin 4****

www.spadevin.com

Bansco: Wellness Hotel Bulgaria 4****

<https://wellness-hotelbulgaria.com/bg/>

Si por razones operativas y de disponibilidad uno o algunos de estos establecimientos previstos no tuvieran ocupación, sería sustituido por otro hotel de igual categoría.

COMIDAS y BEBIDAS

Incluimos los desayunos, dos almuerzos y dos cenas (una de bienvenida). 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**, **"buhite"** especie de bollos fritos, **"mekitsi"**: especie de tortillas de masa de harina frita con un sabor parecido a los churros, torrijas, 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 cerco 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 **"rakia"**. 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 rakia de rosa a partir de la rosa típica búlgara.



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.

NUESTRO GUIA

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.

BIBLIOGRAFÍA:

Guías de viaje

Bulgaria. Colección Guía Total. Ed. Anaya Touring Club. Castellano.
Bulgaria, Rumbo a. Ed. Laertes. Castellano.





EN RUTA...NUESTROS GUIAS Y PROGRAMADORES.

Nuestros viajes y rutas llevan el sello especial de nuestro equipo de producción. Una cuidada elección de los itinerarios, de las excursiones y de los lugares a recorrer. La comprobación en directo de los servicios..., la búsqueda del detalle y de lugares recónditos y curiosos..., siempre realizados con la ilusión de profesionales apasionados por el viaje. Este es el afán que nos mueve y nuestro aval de calidad y garantía (foto: David Munilla del equipo de guías de Alventus&AñosLuz)

CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver en la página web las condiciones en la siguiente dirección, <https://www.aluz.com/condiciones> o <https://www.alventus.com/condiciones>. Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono / contrato de viaje que debe tener todos los/las clientes al inicio del viaje.

NUESTRO GRUPO





ALVENTUS & AÑOS LUZ. MIRANDO AL FUTURO

¿Te unes a nuestro punto de encuentro viajero?
Te invitamos a que te unas, si es que no lo has hecho ya, a nuestro grupo de Facebook: Alventus & AñosLuz, Mirando al futuro. En el, estamos compartiendo fotos, vídeos, anécdotas... de viajes realizados pero también de los que nos gustaría ver en el futuro.
Descúbrelo en este enlace:

<https://www.facebook.com/groups/554015261903835>



Te esperamos, construye con nosotros el futuro. ¡Adelante!

Y además síguenos en...



Concursos de FOTOGRAFÍA

Apúntate y participa

1. FOTOGRAFÍA Viajera

Premios a las fotos que mejor
representen los viajes



2. FOTOGRAFÍA Ponte nuestra camiseta

Premios a las fotos más
divertidas con nuestra camiseta



Para más información consulta nuestras webs alventus.com / aluz.com

TURISMO RESPONSABLE

En ALVENTUS&AÑOSLUZ apostamos por la organización de los viajes de forma responsable y sostenible.

Colaboramos con los agentes locales, guías y proveedores con servicios de calidad y respetuosos. En la medida de lo posible se procura la contratación de alojamientos sostenibles y siempre respetando las normas ambientales.

Se procura la información y sensibilización a los viajeros sobre la protección de los espacios naturales que visitamos intentando minimizar nuestro paso por esos espacios. Igualmente se encomienda a los/as viajero/as respetar las culturas y tradiciones locales y ser muy respetuosos a la hora de la realización de fotografías de personas, pidiéndoles permiso en su caso.

Aconsejamos que en todos nuestros viajes por Europa y zonas de gran calidad saludable que los viajeros NO COMPREN AGUA EMBOTELLADA EN RECIPIENTES DE PLÁSTICO y si utilicen sus propias botellas rellenándolas en los hoteles, bares o restaurantes o en muchas de las fuentes de agua potable que se encuentran en las rutas.

En los viajes por lugares exóticos como Asia o Sudamérica y trekkings recomendamos igualmente el uso de agua potable de los establecimientos tratándolas en su caso con pastillas potabilizadoras.

Recomendamos igualmente ser sensibles en la utilización de los recursos en las zonas naturales que visitamos.

ALVENTUS&AÑOSLUZ colaboran de forma regular con organismos de protección de la naturaleza.

Muchas gracias

