

4 / 3 DAGE I PRIVAT GRUPPE

LARES VANDRETUR M. / U. MACHU PICCHU

EN POPULÆR ALTERNATIV RUTE TIL
INKASTIEN GENNEM HØJTLIGGENDE DALE

DAGLIG AFGANG MARTS - NOVEMBER



Rasmussen Travel

Skræddersyede eventyr i Latinamerika

KORT FORTALT

REJSEKODE:
VSE-041

BRIEFING

Nogle dage inden vandreturen holder I et møde med guiden på jeres hotel. Her vil I gennemgå alt det praktiske, og I kan få svar på de spørgsmål, som I måtte have.

FORSKELLE

På udgaven uden Machu picchu er vandreturen væsentlig længere på dag tre. Her kommer man over endnu et pas. Hvis man vælger den tre dage lange udgave kan vi selvfølgelig alligevel arrangere et besøg på Machu Picchu.

LARES VANDRETUR UDEN MACHU PICCHU

DAG 01

Vandredag 1.
Afgang fra Cusco. Vandring op gennem dalen Cancha Cancha.

DAG 02

Vandredag 2.
Over passet Pachacutec. Lejr i Quishuarani.

DAG 03

Vandredag 3.
Over passet Huillquikasa. Varme bade ved Lares. Til Cusco.

LARES VANDRETUR MED MACHU PICCHU

DAG 01

Vandredag 1.
Afgang fra Cusco. Vandring op gennem dalen Cancha Cancha.

DAG 02

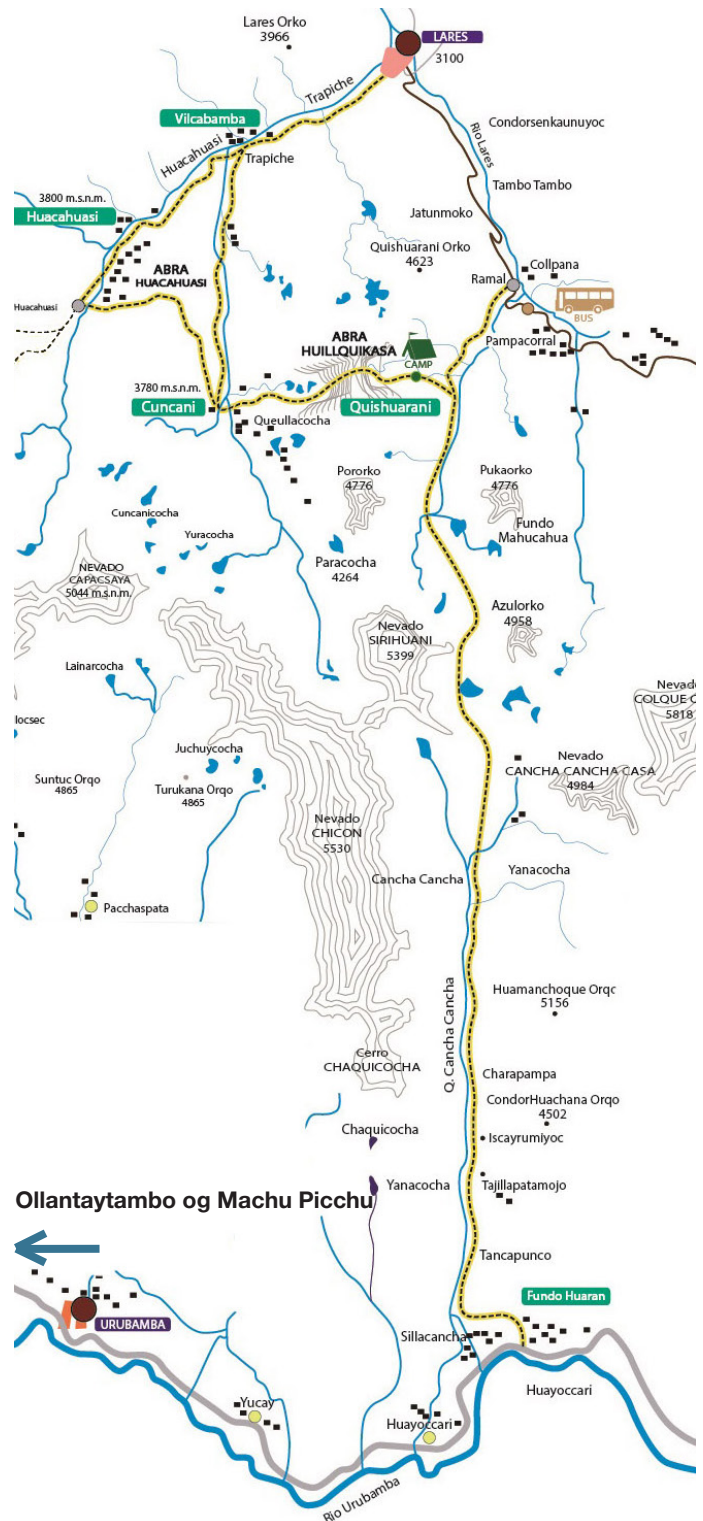
Vandredag 2.
Over passet Pachacutec. Lejr i Quishuarani.

DAG 03

Vandredag 3.
Let vandring ned til Huamal. Varme bade ved Lares. Til Aguas Calientes.

DAG 04

Guidet besøg på Machu Picchu. Til Cusco.



Den Hellige Dal



OM REJSEN

PRIS VED 2 PERSONER U. MACHU PICCHU: 4.600 KR.
PRIS VED 4 PERSONER U. MACHU PICCHU: 3.250 KR.
Per person i delt tomandstelt

PRIS VED 2 PERSONER M. MACHU PICCHU: XXX KR.
PRIS VED 4 PERSONER M. MACHU PICCHU: XXX KR.
Per person i delt tomandstelt

Inkluderet i prisen:

- Formøde på hotel i Cusco med guide til vandreturen
- Transport fra hotel i Cusco til startsted for vandreturen
- To nætter i telt
- Liggeunderlag
- Morgenmad dag 2, 3 (+ dag 4 på tur med Machu Picchu)
- Frokost dag 1, 2, 3
- Aftensmad dag 1, 2
- Eftermiddagste og snacks undervejs
- Vandring i privat gruppe med engelsktalende guide
- Kok der tilbereder alle måltider
- Pakdyr til bagage og udstyr
- Transport retur til Cusco
- Pakkeliste

Inkluderet i prisen med Machu Picchu:

- Bus Lares - Ollantaytambo
- Tog Ollantaytambo - Aguas Calientes
- Hotel i Aguas Calientes
- Shuttlebus Aguas Calientes - Machu Picchu t/rt
- Adgang til Machu Picchu
- Guidet rundvisning på Machu Picchu
- Tog fra Aguas Calientes til Ollantaytambo
- Bus fra Ollantaytambo til Cusco
- E-bog med udførlig beskrivelse af alle de steder I besøger

Mulige tillæg på vandreturen:

- Adgang til bjerget Huayna Picchu
- Dunsovepose
- Vandrestave
- Personligt telt

Ikke inkluderet i prisen:

- Måltider ud over de nævnte
- Drikkevarer
- Drikkepenge
- Afbestillingsforsikring
- Rejseforsikring

Vi er agent for Gouda Rejseforsikring og kan tegne dækkende forsikringer.
Rejsen er omfattet af Pakkerejseloven.
Rasmussen Travel er medlem Rejsegarantifonden.

Kontakt

Rasmussen Travel
Førslev Møllevej 5, 4690 Haslev
Tlf. 70 27 44 56
Mail: he@rasmussentravel.dk



VANDRERUTEN VED LARES MED MACHU PICCHU

I bjergene ovenfor Den Hellige Dal fører denne rute gennem højland, hvor lokale familier dyrker kartofler og avler lamaer. Efter vandreturen kører I retur til Cusco.

OP GENNEM DALEN CANCHA CANCHA

Tidligt om morgenen bliver I hentet på hotellet i Cusco - eller Pisac, hvis det er der I er indlogeret. Med en privat transport kører I til den lille by Huarán i Den Hellige Dal. Fra Cusco tager turen cirka halvanden time.

I Huarán pakker de lokale hjælpere, såkaldte "arrieros" udstyret på pakdyrene. Vandringen går nu op gennem dalen Cancha Cancha mod en lille landsby med det samme navn. På denne del af turen ser I marker, hvor bønder dyrker kartofler, majs og bønner. I kommer også gennem skove med polylepistræer, der er hjemsted for et rigt fugleliv. Selv dalen er også flot.

I spiser frokost halvvejs på vandreturen, og passerer landsbyen Cancha Cancha på vej til lejren.

Start: 3.000 moh.
Højeste punkt: 3.956 moh.
Distance at vandre: 12 km.
Omtrentlig vandretid: 6 timer

Overnatning i telt





DAG 02

OVER PASSET PACHACUTEC LEJR I QUISHUARANI

Efter en tidlig morgenmad fortsætter I vandringen op gennem dalen. Efter knap tre timer når I vandreturens højeste punkt, passet Pachacutec i 4.780 meters højde. Udsigten herfra er overvældende. Lige foran os knejser de snedækkede bjerge Pitusiray og Sahuasiray.

Fra passet vandrer I ned et par timer til frokoststedet ved en sø. Bagefter fortsætter I nedad endnu et par timer, og kommer undervejs forbi flere søer. Undervejs ser I alpakaer, lamaer og får. Måske ser I også også muligt at se andeshjort, et Deer, viscachas, andesgæs, den sjældne kæmpeblis, punavåge og kondor.

Lejren får I rejst tæt på landsbyen Quishuarani, der består af typiske stenhuse.

Laveste punkt: 3.870 moh.
Højeste punkt: 4.780 moh.
Distance at vandre: 12 km.
Omtrentlig vandretid: 7 timer

Overnatning i telt

DAG 03

OVER PASSET HUILLQUIKASA VARME BADE I LARES

Fra lejren ved den lille landsby Quishuarani når I efter cirka fire timers vandring op til passet Huillquikasa i cirka 4.500 meters højde. Herfra er en smuk udsigt videre ned over en række små søer. Fra passet går det nedad til bebyggelsen Cuncani, og ned gennem en ny dal til Chancachaca, hvorfra I kører med bus et kvarters tid til de varme bade udenfor byen Lares.

De varme bade ved Lares er en række murede bassiner med vand fra varme kilder. Bassinerne har temperaturer på mellem 36 og 44 grader. Når I sidst på dagen har nydt et velfortjent bad som afslutning på tre dages vandretur, kører I hjem til jeres hotel i Cusco.

Laveste punkt: 3.250 moh.
Højeste punkt: 4.500 moh.
Distance at vandre: 12 km.
Omtrentlig vandretid: 6-7 timer

VANDRERUTEN VED LARES UDEN MACHU PICCHU

I bjergene ovenfor Den Hellige Dal fører denne rute gennem højland, hvor lokale familier dyrker kartofler og avler lamaer. Efter vandreturen tager I toget til Machu Picchu.

OP GENNEM DALEN CANCHA CANCHA

Tidligt om morgenen bliver I hentet på hotellet i Cusco - eller Pisac, hvis det er der I er indlogeret. Med en privat transport kører I til den lille by Huarán i Den Hellige Dal. Fra Cusco tager turen cirka halvanden time.

I Huarán pakker de lokale hjælpere, såkaldte "arrieros" udstyret på pakdyrene. Vandringen går nu op gennem dalen Cancha Cancha mod en lille landsby med det samme navn. På denne del af turen ser I marker, hvor bønder dyrker kartofler, majs og bønner. I kommer også gennem skove med polylepistræer, der er hjemsted for et rigt fugleliv. Selv dalen er også flot.

I spiser frokost halvvejs på vandreturen, og passerer landsbyen Cancha Cancha på vej til lejren.

Start: 3.000 moh.
Højeste punkt: 3.956 moh.
Distance at vandre: 12 km.
Omtrentlig vandretid: 6 timer

Overnatning i telt





DAG 02

OVER PASSET PACHACUTEC LEJR I QUISHUARANI

Efter en tidlig morgenmad fortsætter I vandringen op gennem dalen. Efter knap tre timer når I vandreturens højeste punkt, passet Pachacutec i 4.780 meters højde. Udsigten herfra er overvældende. Lige foran os knejser de snedækkede bjerge Pitusiray og Sahuasiray.

Fra passet vandrer I ned et par timer til frokoststedet ved en sø. Bagefter fortsætter I nedad endnu et par timer, og kommer undervejs forbi flere søer. Undervejs ser I alpakaer, lamaer og får. Måske ser I også også muligt at se andeshjort, et Deer, viscachas, andesgæs, den sjældne kæmpeblis, punavåge og kondor.

Lejren får I rejst tæt på landsbyen Quishuarani, der består af typiske stenhuse.

Laveste punkt: 3.870 moh.
Højeste punkt: 4.780 moh.
Distance at vandre: 12 km.
Omtrentlig vandretid: 7 timer

Overnatning i telt

DAG 03

OVER PASSET HUILLQUIKASA VARME BADE I LARES

Fra lejren ved den lille landsby Quishuarani vandrer I ned gennem dalen til bebyggelsen Ramal. Herfra kører I til de varme bade ved Lares.

De varme bade ved Lares er en række murede bassinner med vand fra varme kilder. Bassinnerne har temperaturer på mellem 36 og 44 grader. Når I om eftermiddagen har nydt et velfortjent bad som afslutning på tre dages vandretur, kører I til Ollantaytambo.

I Ollantaytambo stiger I ombord på toget og kører til byen Aguas Calientes nedenfor Machu Picchu. I Aguas Calientes bliver I cheket ind på hotel tids nok til, at I kan gå ud i den lille by og spise på en af de mange restauranter.

Laveste punkt: 3.250 moh.
Højeste punkt: 3.870 moh.
Distance at vandre: 5 km.
Omtrentlig vandretid: 2 timer

Hotel i Aguas Calientes

MACHU PICCHU

Den unikke og velbevarede ruinby, som inkæerne forlod for at undgå, at den faldt i spaniernes hænder, har endnu ikke afsløret sin hemmelighed om, hvad den virkelig blev brugt til. I dag hælder man mest til teorien om, at byen blev bygget som astronomisk observatorium, tempelby og ferieresidens for inkæen og rigets elite. Det omfattende kompleks rummer flere bydele, templer, udsigtssteder og bygningsværker, hvor stenarbejdet er helt formidabelt fint udført. Et af de mest imponerende ingeniørbedrifter er en vandkanal, der i både regntid og tørke indeholder samme mængde vand.

Byen står præcis, som da den blev bygget for næsten 600 år siden. Vores sanser bliver bombarderet med indtryk fra den særegne by, og det storladne scenarie lader os mærke historiens vingesus fra inkæernes storhedstid.

Når vi står på Machu Picchu, forstår vi, at naturens smukkeste steder var hellige for inkæerne. Et besøg på Machu Picchu er en oplevelse, der brænder sig ind i vores hukommelse.

Når vi har set os mætte på synet, kører vi hen på eftermiddagen retur til Ollantaytambo med toget.

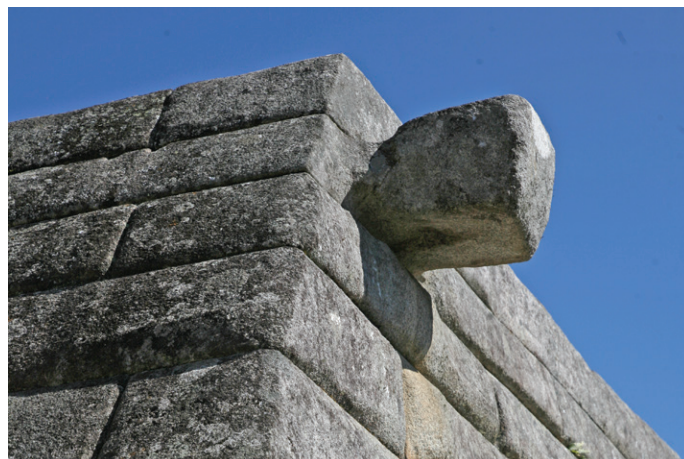
MACHU PICCHU HISTORISK

Machu Picchu betyder "den gamle bjergtop" og ligger i over 2000 meters højde omgivet af stejle, skovklædte bjergsider. Den gamle inkæby, der blev bygget i 1450-1470 af inkæen Pachacútec, dækker et kæmpe område.

Byen er den eneste tilbageværende, intakte by fra inkæriget, der gik til grunde, da spanierne tiltvang sig magten over riget. Overalt, hvor de kom frem, ødelagde de vigtige inkæbebyggelser.

Machu Picchu blev sandsynligvis forladt af inkæerne på grund af borgerkrig og sygdomme, der rasede lige før spaniernes ankomst. Derfor fandt de spanske erobrere aldrig byen, der derfor undgik de ødelæggelser, som spanierne foretog andre steder. Først i 1911 fik omverdenen igen kendskab til ruinbyen, da Hiram Bingham besøgte og fotograferede byen.

I 1981 kom Machu Picchu på listen over UNESCOs Verdens Kulturarv, og i 2007 blev byen udråbt som et af verdens syv nye vidundere.





DAG 04

BESØG PÅ MACHU PICCHU TIL CUSCO

Turen til Machu Picchu starter meget tidligt om morgenen med at tage en af de ventende shuttlebusser, der kører jer op gennem hårnålesving til indgangen ved Machu Picchu. Busturen tager cirka 30 minutter.

I får en guidet rundvisning på Machu Picchu, så I ser alle de betydningsfulde steder.

Hen på eftermiddagen kører I med tog til Ollantaytambo og derfra videre med bus eller bil til Cusco.

Adgang til bjerget Huayna Picchu skal bestilles separat. Der er et begrænset antal billetter.

FORBEREDELSE TIL MACHU PICCHU

Ved indgangen til Machu Picchu scannes din billet, og vi skal vise vores pas.

Regler

- Madvarer må ikke medbringes
- Kun ældre og handicappede må bruge stok og vandrestave
- Der må kun medbringes små tasker og rygsække
- Det er forbudt at træde og skrive på murene
- Det er forbudt at smide affald og tænde ild
- Det er forbudt at råbe
- Planterne må ikke beskadiges
- Man må kun færdes på de afmærkede ruter

Vi må godt medtage drikkevand i flasker til området. Hvis vi ikke har fået nok vand med, kan vi købe vand ved hovedindgangen.

OBS! På Machu Picchu er der kun toiletter ved hovedindgangen.

HØJDESYGE

Højdesyge kan opstå, når iltmængden i atmosfæren falder ved stigende højde. I 3000 meters højde er iltmængden cirka en tredel af iltmængden ved havets overflade - men er stadig 21 % af luften.

Symptomer er hovedpine, kvalme, svimmelhed og udmattelse ved fysisk aktivitet. Akklimatisering sker ved, at hjertefrekvens, og dermed mængden af blod, der strømmer gennem lungerne, begynder at stige. Samtidig starter stamcellerne i den røde knoglemarv med at producere flere røde blodlegemer.

Egentlig akklimatisering sker efterhånden som mængden af røde blodlegemer øges, da det er dem, der fungerer som iltbærere fra lunger til muskler og hjerne. Under akklimatiseringen er det vigtigt at tage den med ro, drikke rimeligt med vand og undgå kaffe og alkohol.

Erfaring viser, at risikoen for højdesyge mindskes med alderen. God fysisk form beskytter ikke mod højdesyge. Der synes ikke at være forskel i mænds og kvinders risiko for at få højdesyge.

UDSTYR

Vandrestøvler støtter anklerne og kan derfor være rigtige gode, der hvor underlaget er meget ujævnt eller løst. Læderstøvler er tunge og skal gås godt til. Støvler af ruskind og nylon med Gore-tex-membran er lettere. Sko er at foretrække på strækninger, hvor underlaget er jævnt. For at variere belastningen på fødderne er det nødvendigt med to sæt fodtøj, og helst et par vandrestøvler og et par vandresko.

Vandrestave giver ekstra støtte. Nedad kan man tage lidt af vægten af med vandrestavene, så knæ og lår aflastes. Opad kan man "sætte af" med stavene.

Handsker skåner hænderne, når man bruger vandrestave. Hat eller kasket skåner hovedet mod den skarpe sol i bjergene.

Dagtursryksæk

- Vandflaske køber man i form af mineralvand på flaske.
- 2 par behagelige vandrebukser. Shorts har man ikke brug for.
- 3 par vandresokker
- 1 sæt skiundertøj
- 2 trøjer (fleece eller dun) der giver varme
- 1 jakke til at stoppe vind og vand
- 2 T-shirts og 1 skjorte
- Undertøj
- Hue, vanter og buff



RASMUSSEN TRAVEL

Vi arrangerer individuelle rundrejser, vandreture, skræddersyede eventyr og grupperejser med dansk rejseleder i Sydamerika.

I Peru, Argentina og Brasilien har vi tilknyttet danske medarbejdere, der står for et velkomstmøde, når I ankommer. De guider også udflugter og ture, så I på den måde får et godt indblik i landet. Herudover har vi et meget omfattende kontaktnet af både top professionelle bureauer og privatpersoner, der har været vores personlige venner gennem mange år. Dem trækker vi på, når vi opfylder specielle ønsker for vores rejsende.

KONTOR NÆR LIMA OG I CUSCO

Calle Granholm, vores danske medarbejder i Peru, bor lidt syd for Lima, hvor han ejer et hotel. Når I rejser, har I Calles kontaktoplysninger med. I tilfælde af udfordrede udfordringer, kan I kontakte Calle. Calle er rejseleder og guide på en del af vores skræddersyede rundrejser.

I Cusco driver peruaneren Yuri Aguilar det bureau, der er vores partner i Peru. Yuri er jeres faste kontaktperson under rejsen. Når I er i Cusco møder I ham flere gange.



Calle Granholm og Yuri Aguilar er venner og arbejder sammen om at yde den bedste service på vores rejser.

BUREAUETS EJER

Hans Erik Rasmussen etablerede bureauet i 2013 efter i mange år at have arrangeret og ledet rejser for højskoler og rejsebureauer. Han kom til Sydamerika første gang i 1981 og har boet i Argentina. I Bolivia, Peru og Venezuela har han gennemført lange eventyr til fods, på hesteryg og i kano.

Hans Erik Rasmussen holder foredrag om sine rejser i Sydamerika på biblioteker, skoler, kirker og oplysningsforbund.

Han er medlem af Eventyrernes Klub.



Hans Erik Rasmussen på Machu Picchu.

INFOMØDER OG ÅBEN REJSESESØNDAG

Vi kommer meget gerne på besøg hos jer for at fortælle om lige præcis den rejse, som I er interesseret i. Vi kommer over hele landet. Ring eller skriv og lav en aftale.

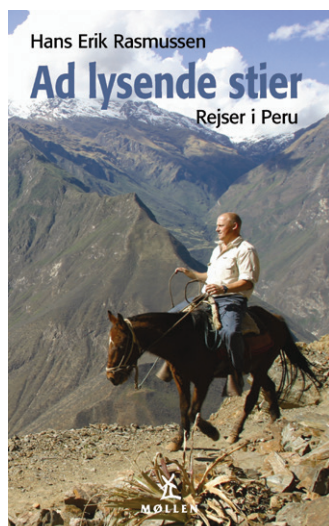
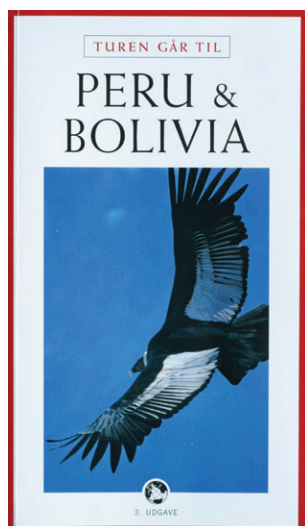
Vores bureau holder til på Midtjylland, hvor vi på udvalgte søndage holder Åben Rejsesøndag. Her fortæller vi om vores rejser mm.

Endelig holder vi jævnligt kundemøder i Det Argentinske vinhus i København.

Se datoer på vores hjemmeside.

BØGER OM PERU

af Hans Erik Rasmussen



VIL DU MED TIL PERU?

Ring eller skriv hvis du ønsker yderligere information om denne eller andre af vores rejser til Peru. Find yderligere oplysninger om Peru og se vores film fra landet på vores hjemmeside. Her kan du også tilmelde dig rejsen og se, hvornår vi afholder vores informations- og inspirationsmøder.

**SE FLERE REJSER PÅ HJEMMESIDEN
RASMUSSENTRAVEL.DK**



Rasmussen Travel

Skræddersyede eventyr i Latinamerika

Førslev Gl. Mølle // Førslev Møllevej 5 // 4690 Haslev // Telefon 21 72 44 56 // he@rasmussentravel.dk // rasmussentravel.dk