

4 DAGE I INTERNATIONAL GRUPPE

KLASSISK INKASTIEN TIL MACHU PICCHU

DEN KLASSISKE 4 DAGE LANGE VANDRETUR
TIL INKAENS HELLIGE BY

DAGLIG AFGANG MARTS - JANUAR



Rasmussen Travel

Skræddersyede eventyr i Latinamerika

KORT FORTALT

REJSEKODE:
VSE-024

DAG 01

Kørsel fra hotel i Cusco til startsted. Let vandring, gennem dal med landbrug.

DAG 02

Over Den Døde Kvindes pas i 4.200 meters højde.

DAG 03

Forbi inkaruiner og storslåede udsigter.

DAG 04

Besøg på Machu Picchu. Tog til Ollantaytambo og bus til Cusco

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.

ÆNDRINGER I PLAN

Hvis I ønsker flere dage på nogle af de spændende rejsemål, eller til flere steder i Peru har vi selvfølgelig mulighed for at ændre og udvide rejseplanen.

BESTIL I GOD TID

På grund af Inkastiens popularitet er det vigtigt at bestille plads lang tid i forvejen. I oktober måned åbner myndighederne for reservation til det kommende år. Allerede i løbet af november er mange dage udsolgt til det kommende års højsæson.

INTERNATIONAL GRUPPE

På Inkastien vandrer I i en international gruppe under ledelse af en af vores kyndige guider.



OM REJSEN

REJSENS PRIS PER PERSON I 2020:

fra 4.990 KR.

Inkluderet i prisen:

- Formøde på hotel i Cusco med guide til Inkastien
- Transport fra hotel i Cusco til startsted for Inkastien
- Tre nætter i telt på Inkastien
- Telt
- Liggeunderlag
- Morgenmad dag 2, 3, 4
- Frokost og aftensmad dag 1, 2, 3
- Eftermiddagste og snacks undervejs
- Vandring i international gruppe med engelsktalende guide
- Kok der tilbereder alle måltider
- Bærere, der bærer telte og køkkenudstyr og sætter telte op
- Adgang til Inkastien og Machu Picchu
- Guidet rundvisning på Machu Picchu
- Bus fra Machu Picchu til Aguas Calientes
- Tog fra Aguas Calientes til Ollantaytambo
- Bus fra Ollantaytambo til Cusco
- Pakkeliste

Mulige tilkøb:

- 6 kg personligt udstyr transporteret af bærer 640 kr.
- Adgang til bjerget Huayna Picchu 820 kr.
- Dunsovepose 270 kr.
- Vandrestave
- Personligt telt
- Nat i Aguas Calientes på dag 4

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. 21 72 44 56
Mail: he@rasmussentravel.dk



DAG 01

LET VANDRING

I den tidlige morgen kører I gennem typisk peruansk landbrugsland til Den Hellige Dal. Vandringen starter efter, at I har provianteret i byen Ollantaytambo. De første kilometer går langs Urubambafloden, til I kommer til ruinen Patallaqta. Her bevogtede inkaerne indgangen til den dal, som I vandrer videre ind igennem. Efter en god times let gang krydser I dalens lille flod, hvis vand kommer fra gletsjerne på det 6.271 meter høje bjerg Salcantay. Ved broen er en bebyggelse, hvor I sandsynligvis holder frokostpause.

Et par timers vandring længere fremme kommer I til landsbyen Huayllabamba i 3.100 meters højde. Dette er den sidste bebyggelse på Inkastien. Navnet er quechua og betyder græsslette. Undervejs er I kommet forbi marker, som de lokale bønder dyrker med håndkraft og oksers hjælp. I Huayllabamba er der kiosker og lejrpladser, hvor I tilbringer den første nat.

Transport Cusco - startsted for Inkastien
Adgang til Inkastien
Engelsktalende guide, kok og bærere til mad og telt *
Overnatning i topersoners telt *
Oppusteligt liggeunderlag *
Frokost, eftermiddagste og aftensmad
*** alle fire vandredage**



DAG 02

DEN DØDE KVINDES PAS

I bliver vækket med kaffe eller te på sengen, og kan bagefter gå til et veldækket morgenbord. Så er I klar til dagens vandring.

Fra Huayllabamba stiger stien støt cirka tre timer op gennem tågeskov til 3.850 meters højde, hvor der er en række campingpladser med toiletbygning. Udsigten ned gennem dalen er fantastisk. I kommer op i landskabstypen puna, hvor bevoksningen næsten udelukkende er græsarten ichu. Vandringen op mod passet er den hårdeste strækning på Inkastien. I denne højde indeholder en given luftmængde kun 60 procent af iltmængden ved havets overflade. Sørg derfor for kun at gå halvt så hurtigt som almindelig ganghastighed. Det gælder om, at musklerne ikke forbruger mere ilt, end lungerne kan nå at optage.

Den døde kvindes pas, Warmiwañusqa, ligger i 4.198 meters højde. Tilnavnet kan skyldes, at man fra den bjergside, som man vandrer op ad næste dag, med lidt god vilje kan få konturerne ved passet til at ligne en liggende kvinde. Brug noget tid på passet for at komme til hægterne efter stigningen og på at nyde udsigten. En times vandring ned ad bjergsiden bringer jer ned til Pacamayo-floden, hvor Inkastiens største lejrplads med toilet ligger.

Morgenmad, frokost, eftermiddagste og aftensmad





DAG
03

INKARUINER MED UDSIGT

Fra lejren går det igen opad, og undervejs finder man de første rester af oprindelig stenbelægning fra inkatiden. Efter en times vandring kommer man til den runde ruin Runkuracay, der fungerer som tambo (opholdssted for rejsende) og udsigtspunkt. Da Hiram Bingham udforskede Machu Picchu på sin ekspedition i 1915, viste hans lokale hjælpere ham denne og flere af de andre ruiner langs Inkastien. Det var også på den ekspedition, at han fandt rester af Inkastien, der forbandt Machu Picchu med bebyggelserne i retning mod Cusco.

Efter Inkastiens andet pas i 3998 meters højde ligger ruinen Sayacmarca nogle hundrede trappetrin op til venstre. Beliggenheden valgte inkaerne på grund af den storslåede udsigt mod Vilcabambabjergene. Landskabstypen er her tågeskov, der fortsætter næsten hele vejen frem til Machu Picchu. Inkastien på denne strækning er en af de bedst bevarede sektioner med fin, original stenbelægning. Undervejs kommer man gennem en tunnel hugget gennem en naturlig revne i bjerget.

Efter tredje pas med ruinen Phuyupatamarca kommer lårmusklerne på arbejde under den lange nedstigning ad en perfekt bevaret stentrappe. Nær lejren ligger ruinen Wiñay Wayna med imponerende terrasser. Den ruin blev fundet på en skandinavisk-peruansk ekspedition i 11941.

Morgenmad, frokost, eftermiddagste og aftensmad

DAG
04

BESØG PÅ MACHU PICCHU

I starter vandringen meget tidligt om morgenen for at være fremme ved Solporten, når solen står op. Her får I jeres første storslåede udsyn ned over Machu Picchu. På Machu Picchu får I en guidet rundvisning, hvor I besøger alle de vigtigste bygninger og områder her i inkaens hellige by: Soltemplet, Templet med de Tre Vinduer, Solstenen, Kondorens Tempel, Stenbruddet og beboelsesområderne. Efter den guidede tur har I tid til selv at gå på opdagelse i Machu Picchu.

Machu Picchu blev sandsynligvis forladt af inkaerne på grund af borgerkrig og sygdomme, der rasede lige før spaniernes ankomst. Først i 1911 fik omverdenen igen kendskab til ruinbyen, da Hiram Bingham besøgte og fotograferede byen.

I har mulighed for at blive en nat i hotel- og restaurantbyen Aguas Calientes for foden af Machu Picchu. I udkanten af byen er varme kilder, så husk i givet fald badetøj.

Adgang til Machu Picchu
Guidet rundvisning på Machu Picchu
Bus Machu Picchu - Aguas Calientes
Tog og bil Aguas Calientes - Cusco
Morgenmad

Adgang til bjerget Huayna Picchu skal bestilles separat.
Nat i Aguas Calientes.

MACHU PICCHU

Den unikke og velbevarede ruinby, som ikke 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 Inkaen og rigets elite. Det omfattende kompleks rummer flere bydele, templer, udsigtssteder og bygningsværker, hvor stenarbejdet er helt for midabelt fint udført. En 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 inkaernes storhedstid.

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

MACHU PICCHU HISTORISK

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

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

Machu Picchu blev sandsynligvis forladt af inkaerne 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.



KORT OVER CUSCO, DEN HELLEGE DAL OG INKASTIEN

- Vej
- Flod
- Jernbane
- Vandresti

Kortudsnittet er markeret med blåt på det lille kort over Peru.

0 10 km.



FAKTA OM INKASTIEN

- Længde: Ca. 45 km
- Dage: 4
- Højeste pas: 4198 m. Passet Warmiwañusqa, "Den døde kvindes pas" dag 2
- Dybste dal: 2620 m. Ved Vilcanotafloren lige efter start dag 1
- Sværhedsgrad: Middel til hård
- Regler: Hver dag må højst starte 500 vandrere inkl. bærere og guider
Man skal vandre med guide med licens.
- Bedste tidspunkt: April til november hvor det er tørt
Inkasti er lukket i februar
- Kendetegn: En klassiker. Inkaruiner langs ruten.

HØJDETILVÆNNING

Når vi planlægger vandreturene, er vi meget opmærksomme på at skabe den fornødne tid til højdetilvænnning.

Højdesyge kan opstå, når iltmængden i atmosfæren falder ved stigende højde. I 3000 meters højde er iltmængden cirka en tredjedel 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.

Højdetilvænnning sker efterhånden som mængden af røde blodlegemer øges, da det er dem, der fungerer som iltbærere fra lunger til muskler og hjerne. Under højdetilvænnning 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 rigtig 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.

Vores fokus er Peru, Argentina og Bolivia. Vi har 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 I CUSCO OG EGET VANDREBUREAU

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.

Christian Peña ejer vandrebureauet Viking Expedition, som vi selv er medejer af, og som vi arrangerer vandreturene i samarbejde med.



Christian Peña og Yuri Aguilar arbejder sammen med os 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 REJSESESDAG

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.

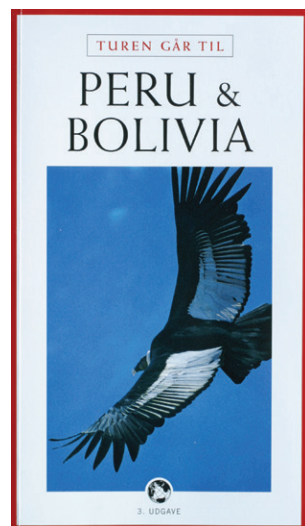
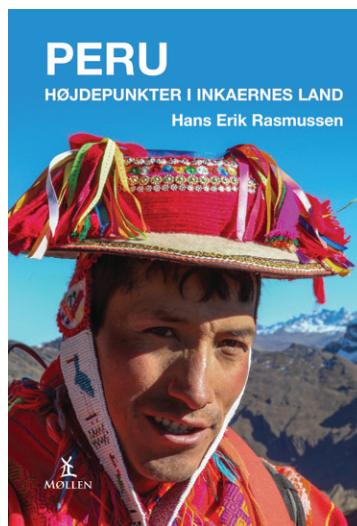
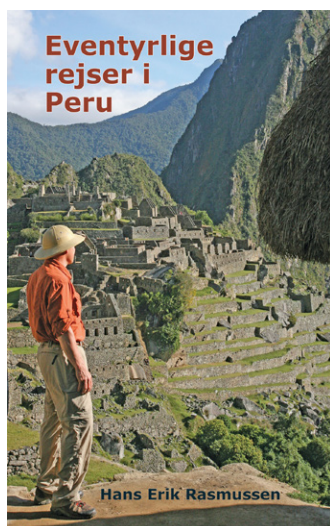
Vores bureau holder til på Midtjylland, hvor vi på udvalgte søndage holder Åben RejseSøndag. Her fortæller vi om vores rejser mm.

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

Se datoer på vores hjemmeside.

BØGER OM PERU

af Hans Erik Rasmussen



Vandreture i Peru udkom i 2019 og beskriver alle de vigtigste vandreruter omkring Machu Picchu. Peru - Højdepunkter i Inkaernes land udkom ligeledes i 2019.

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