PERÚ FREAK STYLE

ITINERARIO IN BREVE:

GIORNO 1: ITALIA – LIMA (NOTTE IN VOLO)
GIORNO 2: LIMA
GIORNO 3: LIMA - RISERVA DI PARACAS (250 KM, CIRCA 3,5 ORE DI BUS)
GIORNO 4: PARACAS - ISLAS BALLESTA - NAZCA (3,5 ORE DI BUS)
GIORNO 5: NAZCA - AREQUIPA (BUS NOTTURNO, 8 H)
GIORNO 6: AREQUIPA
GIORNO 7: AREQUIPA - CHIVAY
GIORNO 8: CHIVAY – COLCA CANYON - PUNO (BUS ALLA 13.30 IN 4 H ARRIVA A PUNO)
GIORNO 9: PUNO – LAGO TITICACA - ISLA AMANTANÌ
GIORNO 10: LAGO TITICACA - TAQUILE - SILLUSTANI – PUNO
GIORNO 11: PUNO – CUZCO AUTOBUS O TRENO DIURNO – PERNOTTO A CUZCO
GIORNO 12: VISITA DI CUZCO
GIORNO 13: CUZCO - VALLE SAGRADA - CUZCO
GIORNO 14: CUZCO - MONTAGNE ARCOBALENO - CUZCO
GIORNO 15: TREKKING CUZCO - MOLLEPATA - SORAYPAMPA (NOTTE IN TENDA) (SALKANTAY TREK)

Vagabondo Viaggi
Telefono: 3332675541 (ti risponde qualcuno dello staff dalle 9 alle 18, da lunedì a venerdì)
oppure puoi mandarci una mail a staff@vagabondo.net

GIORNO 16: TREKKING SORAYPAMPA – PASSO SALKANTAY - HUAYRACPUNKU - CHAULLAY
GIORNO 17: TREKKING CHAULLAY - COLLPAPAMPA - LA PLAYA - SANTA TERESA - AGUAS CALIENTES
GIORNO 18: AGUAS CALIENTES – VISITA MACHU PICCHU – AGUAS CALIENTES - CUZCO
GIORNO 19: CUZCO – LIMA - ITALIA (NOTTE IN VOLO)
GIORNO 20: ARRIVO IN ITALIA

Programma giorno per giorno

GIORNO 1: ITALIA – LIMA
Partiamo dall'Italia in direzione di Lima, la capitale del Perù. Facilmente passeremo la notte in volo di modo da prepararci subito alla nostra avventura ed essere pronti a partire.

GIORNO 2: LIMA

Arriviamo a Lima finalmente, una megalopoli dove vive più della metà della popolazione del Paese per un totale di oltre 9 milioni di abitanti.
Città sorta tra l'Oceano e il deserto, in tanti passano oltre ma Lima è capace di darci subito la dimensione del Perù. Visitiamo quindi il Museo Nazionale di Archeologia, Antropologia e Storia. Poi andiamo in centro a visitare la chiesa e il convento di San Francisco, la Plaza de Armas con la sua cattedrale, il palazzo del Governo e il palazzo Municipale, finendo, se c'è ancora tempo, con una passeggiata al Jiron de la Union fino a Plaza San Martin.

Per la cena volendo andiamo a fare un salto a Barranco, un quartiere ben ristrutturato sul bordo dell'oceano. Qui possiamo trovare un assaggio del vero Perù criollo visitando una peña (locale in cui si può mangiare e si ascolta musica criolla, cioè la musica tipica della costa che ha radici africane e europee).

GIORNO 3: LIMA - RISERVA DI PARACAS (250 KM, CIRCA 3,5 ORE DI BUS)

Oggi lasciamo Lima e prendiamo il nostro primo pullman e ci dirigiamo a sud sulla famosissima Panamericana, che costeggia la costa fino alla Patagonia, anche se noi ci fermiamo solo 250 km dopo, a Paracas. Arriviamo per l'ora di pranzo, giusto in tempo per mangiarci una buona jalea (fritto misto di pesce). Nel

pomeriggio visitiamo la riserva naturale di Paracas dove avremo la possibilità di vedere una parte di deserto e di costa protetti, con una ricca fauna marina e aviaria. Ci fermiamo in un punto panoramico, chiamato la Catedral, su una scogliera altissima, molto bello. Da lì a volte si vedono giovani pescatori che usano una tecnica simile a quella delle bolas: tirano la lenza dall'alto delle rocce e riescono a prendere pesci enormi. Andiamo anche a vedere il Candelabro, un'enigmatica figura scavata nella roccia dal popolo Paracas che sembra avere qualche connessione con le linee di Nazca.

Pernottiamo a Paracas.

GIORNO 4: PARACAS - ISLAS BALLESTA - NAZCA (3,5 ORE DI BUS)

Questa mattina prendiamo una barca per le isole Ballestas ovvero le vecchie isole del guano (un concime naturale di escrementi marini), al confine della Riserva di Paracas. Sulle isole non si può scendere, ma dalla barca si possono vedere leoni marini, pellicani, fenicotteri e soprattutto i pinguini di Humbolt. In questa zona ci sono anche i "cacciatori di frodo di guano". A noi sembra un po' strano ma sapete quanto vale il guano? Tantissimo! C'è gente che di notte lo va a rubare. Nel pomeriggio di nuovo in bus sulla Panamericana: salutiamo Paracas e ci dirigiamo verso Nazca, cittadina nei pressi della quale si trovano le famose linee.

Dormiamo a Nazca.

GIORNO 5: NAZCA - AREQUIPA (BUS NOTTURNO, 8 H)

Al mattino ci svegliamo e chi vuole può andare a vedere le linee di Nazca. Il modo migliore per vedere le linee è… l'aereo! Infatti la caratteristica di queste famose e misteriose linee è proprio il fatto che sono talmente grandi che per vedere la figura intera bisogna salire in cielo (qui le info sul volo in areo a Nazca). Solo un paio di linee si possono vedere da torri di osservazione.
Nel pomeriggio possiamo andare a visitare il Cimitero di Chauchilla, a circa 30 Km da Nazca, uno straordinario cimitero pre-incaico. Nel deserto stanno scoprendo decine e decine di tombe risalenti al 100-1300 d.C.. Ma, ci ha spiegato Perico Quiros (una guida del posto), i tombaroli arrivano prima degli archeologi e si portano via tutto. Non ci sono soldi per i siti del Perù, vengono tutti concentrati per i due luoghi più famosi: linee di Nazca e Macchu Picchu. Chauchilla è

dimenticata, come sono dimenticate le decine e decine di affossamenti nella sabbia: ognuno è una tomba ancora da scavare. Bè, andiamo tutti a dare dei soldi agli archeologi di Chauchilla pagando il biglietto.

Verso sera saliamo sul nostro bus notturno che ci porterà alla prossima tappa. Ad un bivio salutiamo la Panamericana lasciando la costa e incominciando a salire. Verso le Ande: Arequipa.

GIORNO 6: AREQUIPA

Arriviamo, posiamo i bagagli e usciamo. Ad Arequipa ci sono moltissime cose da vedere. Iniziamo dal Monastero di Santa Catalina, un convento enorme, una vera città nella città, un luogo mistico (specialmente all'alba o al tramonto). Poi visitiamo il Museo Santuarios Andinos, dove viene conservato il corpo della vergine inca Juanita, trovato sull'Ampato da una spedizione alpinistica nel 1992 e altre due mummie. Gli studi su questi corpi sono ancora in atto, ogni mese si scopre qualcosa di più su come queste ragazze siano state sacrificate e su chi fossero in realtà. Altra cosa da vedere è la Cattedrale di Plaza de Armas. Altre belle chiese sono San Francisco e San Agustin.
Per quanto riguarda i mercati c'è la feria artesanal in avenida Santa Catalina.

Notte ad Arequipa.

GIORNO 7: AREQUIPA - CHIVAY

Oggi si parte per il Colca Canyon e arriveremo decisamente in alto.
Saliremo sulle montagne tra paesaggi lunari popolati da vigogne che brucano solitarie la poca erba che cresce a queste altitudini e arriveremo a toccare quota 4910 m nel punto più alto: questa l'altezza del Mirador De Los andes dove ci fermeremo per godere del momento e dello spettacolo. Ma se gli alpinisti devono faticare tanto per arrivare ad altezze simili, non preoccupatevi… noi ci arriveremo in van. Potrebbe essere che soffriremo un po' il mal di montagna, ma presto scenderemo per dormire a quota 3.600 metri a Chivay. Una volta arrivati a Chivay potremo fare un bagno alle terme (da portare il costume!) e visitare questo grazioso paesino appollaiato sulle Ande è abitato da popolazioni locali che vestono i costumi tradizionali. Sono brave persone e non amano essere fotografate, rispettiamoli.

Notte a Chivay.

GIORNO 8: CHIVAY – COLCA CANYON - PUNO (BUS ALLA 13.30 IN 4 H ARRIVA A PUNO)

Dall'alto del Colca Canyon, in un posto chiamato Cruz del Condor, vedremo alzarsi in volo dei condor andini giganteschi. Hanno un'apertura alare che arriva fino a 3,25 metri e sono i secondi uccelli (dopo l'albatros) più grandi del mondo.Potremo poi ammirare quanto c'è attorno: il canyon è profondo ben 1200 metri. Poi guardare in su: il monte Mismi è alto 3200 metri. I peruviani dicono che questo canyon dovrebbe essere misurato dalla base fin alla cima del Mismi. Poi torniamo a Chivay e prendiamo il bus che in 4 ore ci porta a Puno, cittadina che sorge sulle rive del lago Titicaca, il lago navigabile più alto del mondo (3812 metri sopra il livello del mare). Notte a Puno.

GIORNO 9: PUNO – LAGO TITICACA - ISLA AMANTANÌ

Saluteremo momentaneamente Puno e ci imbarcheremo solcando le acque del mitico Titicaca. Il grosso dei bagagli lo lasciamo a Puno e ci portiamo solo un piccolo zainetto con il minimo indispensabile per star via una notte.

Prima tappa di giornata sono le Islas Flotantes degli Uros, isole galleggianti costruite in canne di totora. E' davvero strano camminare in un villaggio uros perché… si fluttua. Risaliamo in barca e prendiamo il largo. In lontananza si vedono due grandi isole: Taquile e Amantani. Dato che non ci sono macchine sappiate che per arrivare su, dove sono i villaggi, c'è da fare una faticosa salita.

Approdiamo quindi ad Amantani, l'isola dove dormiremo stanotte. Dopo la fatica della salita saremo ricompensati dai panorami mozzafiato che da su si hanno sul maestoso lago Titicaca e sulle Ande che lo incorniciano. Dormiremo nelle case dei locali e condivideremo usanze e tradizioni, un'occasione perfetta per vedere ed apprezzare la vita di tutti i giorni degli isolani.

GIORNO 10: LAGO TITICACA - TAQUILE - SILLUSTANI – PUNO

Di prima mattina riprendiamo la navigazione alla volta di Taquile, altra isola, dove in un paio d'ore visitiamo il villaggio. Anche questa, come Amantani, è una comunità molto unita e molto democratica per quel che riguarda la distribuzione

della ricchezza, soprattutto quella che arriva dai turisti. Per farvi un esempio è la comunità a decidere in che casa dormiranno ogni notte i turisti arrivati, questo per dar modo a tutti, a turno, di lavorare. Anche i punti ristoro sono organizzati in questo senso: tutto il paese ci lavora a turno e i proventi si dividono. Un'utopia realizzata che abbiamo visto in pochi posti del mondo. E sempre apprezzato.

Riprendiamo la barca e torniamo a Puno. Da lì in bus ci dirigiamo verso il complesso funerario di Sillustani. In uno scenario da favola, l'antica popolazione guerriera dei Colla costruì una serie di torri funerarie chiamate chullpas nelle quali furono seppelliti i nobili della tribù. Pernottamento a Puno.

GIORNO 11: PUNO – CUZCO (AUTOBUS O TRENO DIURNO)

Oggi c'è una giornata di trasferimento. Un lungo viaggio in autobus (o treno) ci porterà da Puno a Cuzco attraversando uno splendido panorama.

Arriviamo a Cuzco nel tardo pomeriggio. Probabilmente è la città più bella di tutto il Perù, qui secondo la leggenda, Manco Capac, il primo inca, figlio del sole, conficcò la sua verga d'oro fino a farla scomparire. Cuzco è la più antica città del Sud America ad essere stata abitata sempre, dalle sue origini fino ad oggi. Le pietre delle sue case, stradine e mura sono state posate qui dagli Incas e trasudano storia. Notte a Cuzco.

GIORNO 12: CUZCO

A Cuzco ogni angolo è storia. Il cuore è la Plaza de Armas, Avenida El Sol è la principale arteria commerciale, San Blas è il pittoresco quartiere degli artisti. Visitiamo questa bellissima città e i suoi monumenti.
Notte a Cuzco.

GIORNO 13: CUZCO - VALLE SAGRADA - CUZCO

Un'escursione alla scoperta della valle sacra del fiume Urubamba e di due dei più bei siti inca del Paese: Pisac e Ollantaytambo.

Arriveremo a Pisac, all'entrata della Valle Sagrada e, dopo aver fatto acquisti nel suo pittoresco mercato, il più grande della regione, ci sposteremo alle rovine, caratterizzate da ampi terrazzamenti coltivati, che dall'alto dominano il villaggio. Tutto intorno montagne e profonde gole. Poi raggiungeremo Ollantaytambo, una dei siti inca meglio conservati del Perù e uno dei pochi luoghi in cui i conquistadores spagnoli uscirono sconfitti in uno scontro. L'antica fortezza inca è davvero colossale.

Si torna a Cuzco, dove si dorme. Chi fa il trekking si incontrerà nel tardo pomeriggio per un briefing con la guida che lo accompagnerà domani.

GIORNO 14: CUZCO
Giornata per fare l'escursione in giornata, e trekking per chi vorrà, alle montagne arcobaleno.

GIORNO 15 TREKKING CUZCO - MOLLEPATA - SORAYPAMPA (NOTTE IN TENDA) (SALKANTAY TREK)

Oggi ci vengono a prendere con un pulmino e partiamo per un trekking di tre giorni che ci porterà lungo il magnifico Apu Salkantay fino alle rovine di Machu Picchu. Il trekking parte da un'altitudine di circa 2800 metri e arriva ad una altitudine massima di 4650 metri. Per l'altitudine non c'è problema, saremo ormai acclimatati visto che siamo partiti gradualmente da Arequipa e abbiamo già toccato i 4000 al lago Titicaca. Comunque ci muniremo di foglie di coca da masticare e mate de coca da bere, come facevano gli antichi inca e come fanno i quechua oggi. E poi… gambe in spalla!

Partiamo in bus molto presto dal nostro hotel a Cuzco e con un tragitto di circa 3 ore, con una piccola sosta a Mollepata per colazione e le ultime provviste, arriveremo a Marcocasa. Qui incontreremo le nostre guide e… i nostri muli (solo per i bagagli naturalmente)! Cammineremo circa 4 ore fino al nostro primo accampamento: Soraypampa (3900 m), dove pranzeremo.

Dopo pranzo chi non è ancora stanco potrà andare a vedere il lago Umantay con il suo ghiacciaio (4200 m) con una camminata di circa 3 ore. Chi è stanco invece si riposerà in vista della camminata del giorno dopo. A cena saremo tutti intorno al fuoco nel nostro accampamento e poi a tutti nanna nelle nostre tende.

GIORNO 16: TREKKING SORAYPAMPA – PASSO SALKANTAY - HUAYRACPUNKU - CHAULLAY(20 KM A PIEDI, 1700 METRI DI DISLIVELLO) (NOTTE IN TENDA) (SALKANTAY TREK)

Oggi ci svegliamo di nuovo presto con un caldo mate de coca poiché ci attende la parte più impegnativa: cammineremo tutto il giorno fino al punto più alto del trek (4650 m), con un dislivello di circa 1700 m e una distanza di circa 20 Km.

Dopo circa 6 Km di cammino avremo modo di apprezzare la vista dell'impressionante Monte Salkantay (alto ben 6264 m), la seconda cima della regione di Cuzco. Pranzeremo nell'area di Huayracmachay dopo circa 2 ore di cammino, e dopo altre tre ore arriveremo al nostro secondo campo, Chaullay (2900 m) dove ceneremo e poi ci godremo un meritato riposo in tenda.

GIORNO 17: TREKKING CHAULLAY - COLLPAPAMPA - LA PLAYA - SANTA TERESA - AGUAS CALIENTES (SALKANTAY TREK)

Terza giornata di sveglia presto e di trek. Ma oggi c'è la discesa, con un dislivello di circa 1300 m a scendere, percorrendo la valle di Santa Teresa.

Durante la camminata vedremo cascate, orchidee, piantagioni di banane, caffè e avocado e assaggeremo la granadilla. Visiteremo anche il villaggio di Collpapampa dove, se saremo fortunati, potremo anche vedere il famoso "gallito de las rocas", uno splendido uccello che è uno dei simboli del Perù, tipico della cosiddetta "foresta alta".

Dopo un buon pranzo a la Playa, con un bus locale andremo fino alla stazione della idroelettrica, da dove potremo ancora camminare per circa 3 ore fino ad Aguas Calientes, oppure (se saremo completamente distrutti) potremo prendere un treno. In ogni caso arriveremo ad Aguas Calientes, dove mangeremo e se ne avremo la possibilità andremo a sfruttare le bellissime aguas termales: è veramente uno spettacolo stare a mollo nell'acqua calda con uno spettacolare cielo stellato sulla testa! Un'esperienza da non perdere. Notte a Aguas Calientes.

GIORNO 18: AGUAS CALIENTES – VISITA MACHU PICCHU – AGUAS CALIENTES - CUZCO

Oggi possiamo scegliere di camminare fino a Machu Picchu o di prendere il bus.

> La camminata è impegnativa ed in salita e bisogna partire molto presto. Se non ve la sentite ci sono dei comodi bus che vi possono portare fino all'ingresso del sito.

Cosa possiamo dire di Machu Picchu? Sono le rovine incaiche più famose e tutti noi ne abbiamo visto una foto. Quando si arriva in cima alla scalinata si apre improvvisamente uno scenario quasi irreale: Machu Picchu si estende ai nostri piedi, intatta com'era al tempo degli Inca, con sullo sfondo il massiccio dello Huayna Picchu. Il massiccio di Huayna Picchu è di difficile accesso perché c'è un numero limitato di ingressi al giorno, ma ci sono altri punti panoramici da poter raggiungerlo per avere un panorama dall'alto del sito. Nessuno sa con certezza cosa fosse Machu Picchu. E' ancora un mistero. Si è cercato di intuire le funzioni dei vari edifici, questo si, ma nel complesso non sarà mai possibile sapere cosa ci facessero qui in mezzo alle montagne gli incas. Torniamo infine ad Aguas Calientes, da dove prenderemo il treno fino a Cuzco.

NOTA: Vi segnaliamo che per il trekking fino a Huayna Picchu vengono dati solo 400 permessi al giorno e vanno prenotati con mesi e mesi di anticipo.

GIORNO 19: CUZCO – LIMA – ITALIA (NOTTE IN VOLO)

Oggi si torna a casa. Lasciamo con rammarico la regione di Cuzco e con un volo interno arriveremo a Lima e da qui un lungo volo ci porterà in Italia.

GIORNO 20: ARRIVO IN ITALIA

Trekking

Uno dei motivi di questo viaggio è il trekking!
Non solo perchè il Perù rientra tra i Paesi più belli al mondo per l'escursionismo ma anche perchè arrivare ai piedi del Machu Picchu con le proprie forze, è un'esperienza unica.

Questi i dati tecnici del trekking di 3 giorni, il SALKANTAY TREK.

Giorno 1
CUSCO - MOLLEPATA – CHALLACANCHA – SORAYPAMPA (HUMANTAY LAKE)
Distanza: 12km
Si parte da: 3350 metri
Si arriva a: 4600 metri
Dislivello in salita: 1250 metri
Si dorme a: campo base a 3920 metri
Difficoltà: media/impegnativa

Giorno 2
SORAYPAMPA - SALKANTAY PASS - WAYRACPUNKU - CHAULLAY
Distanza: 22 km
Si parte da: 3800 metri
Si arriva a: 2750 metri
Di dorme a: campo base 2750 metri
Massima altitudine: 4650 metri
Difficoltà: impegnativa (tanta salita)

Giorno 3
CHAULLAY - LA PLAYA - SANTA TERESA - HYDROELECTRIC - AGUAS CALIENTES
Distanza: 26km
Si parte da: 2750 metri
Si arriva a: 1600 metri
Difficoltà: facile (tanta discesa)

Importante quindi da sapere:
1. Un trekking di 3 giorni è sempre impegnativo e richiede fatica, un trekking di 3 giorni che tocca altezze simili come i 4650 è molto impegnativo per chi non ha alcun allenamento fisico. Serve avere una buona preparazione fisica.

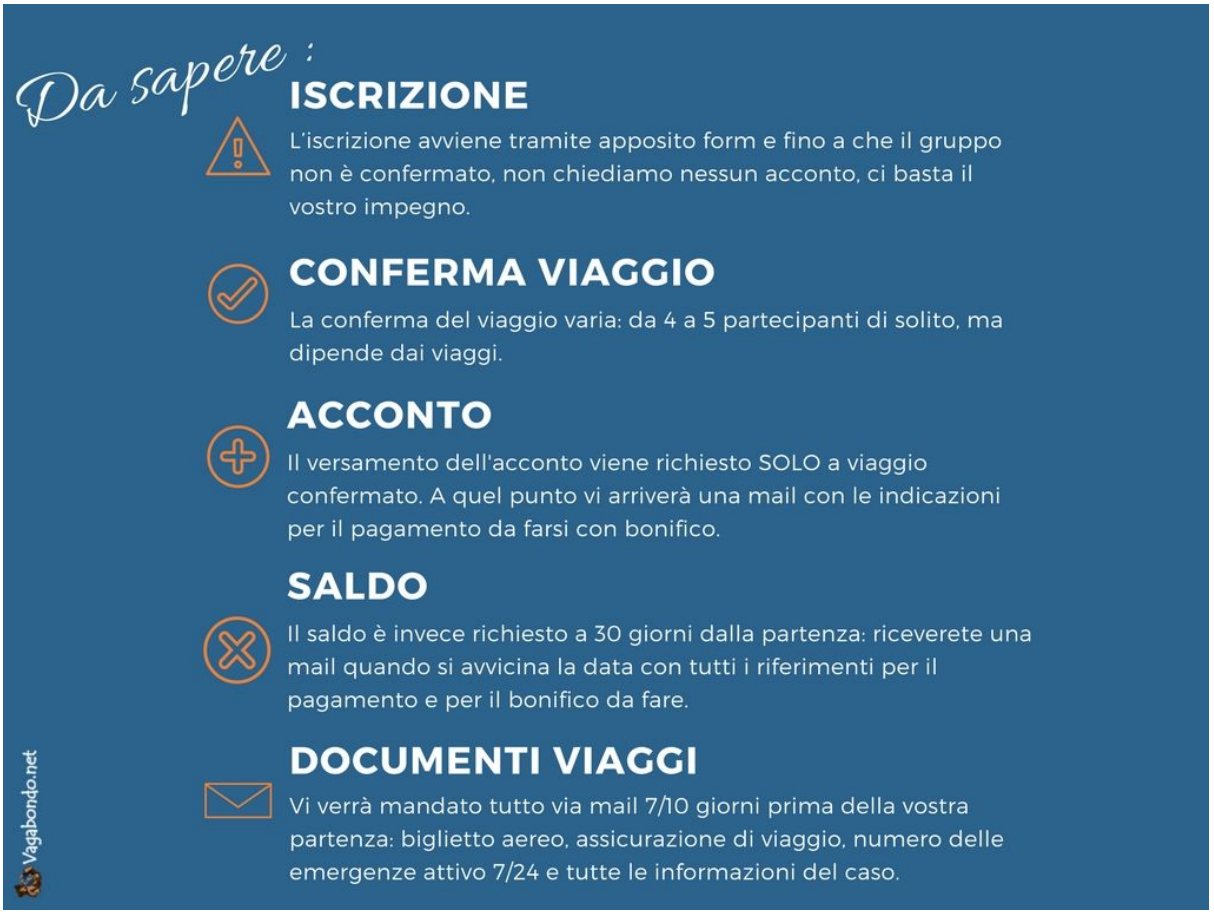
2. Questo trekking non richiede capacità tecniche pregresse o particolare esperienza, ma serve come sempre accortezza e allenamento.

3. La prima e la seconda giornata sono abbastanza impegnative e si parla anche di 7/8 ore di cammino di seguito, che poche non sono mai per nessuno.

Noi vi consigliamo di fare una gita in montagna qui in Italia magari prima e provare a camminare per 6/7 ore di seguito… con almeno 1000 metri di dislivello!

Così capirete subito se fa per voi. Basta un po' di allenamento però e questo trekking è per tutti.

In alternativa vi ricordiamo che il trekking è facoltativo.



TI ASPETTIAMO!

MAIL: staff@vagabondo.net (ti rispondiamo noi dello staff)

TELEFONO: 3332675541 (ti rispondiamo sempre noi, da lun a ven - dalle 9 alle 18)