

# Caminata Ecológica Páramo del Verjón (Bella Suiza - Matarredonda)



## Información general

---

### Principales atractivos de la Caminata Ecológica Páramo del Verjón (Bella Suiza - Matarredonda):

- Cascada y Bosque de Niebla
- Caminos reales que desde los llanos comunican con la “Plaza de Bolívar”
- Páramo de Cruz Verde o del Verjón
- Reserva Natural Matarredonda

### Especificaciones:

- **Nivel:** “PÁRAMO -VOLCÁN” (3,5 en una escala de 1 a 5) [Ver niveles...](#)

- **Tiempo de recorrido:** 4 horas aproximadamente
- **Kilómetros:** 9 kms aproximadamente
- **Clima:** Frío
- **Ecosistema:** Bosque de niebla, Páramo.
- **Altitud:** 2.800 - 3.350m.s.n.m.
- **Ubicación:** Municipio de Choachí en el oriente de Bogotá
- **Recorrido:** Desde Bogotá salimos hacia oriente de la ciudad tomando la vía Circunvalar y luego la carretera a Choachí hasta el sitio llamado la Bella Suiza donde inicia la caminata TODO por un bello camino real empedrado.



**Se garantiza por lo menos:**

- Litros y litros de aire puro
- Varios kilómetros a pie para tonificar tus músculos, aliviar el dolor de espalda y fortalecer las articulaciones
- Verde, mucho verde para relajar el espíritu
- Sol para que se forme vitamina D en la piel y se pueda fijar el calcio y el fósforo en tus huesos
- Ejercicio cardiovascular para quemar calorías y así perder peso, fortalecer el corazón y que este no tenga que esforzarse tanto para distribuir la sangre, incrementar la capacidad pulmonar, reducir el riesgo de presión alta, diabetes, ataques al corazón y colesterol alto, mejorar el sueño, reducir el estrés (mejor dicho esta caminata de cuatro horas debería costar \$150.000 que es lo que cobra un especialista por una hora!! jaja!)

## Fechas

---

Esta ruta la realizaremos el

**Plazo de inscripción para la Caminata Ecológica Páramo del Verjón (Bella Suiza - Matarredonda): a más tardar el**



## Precio y forma de pago

---

**\$77.000.oo por expedicionario adulto**

**\$40.000.oo por expedicionario menor de 12 años**

Forma de pago:

**1. \$77.000.oo (o \$40.000.oo para menores de 12 años)** Mediante consignación o transferencia a nuestra cuenta Bancolombia Ahorros 1005 0204 706

---



o en cualquiera de los almacenes [14 OCHOMILES](#) de Bogotá. Importante: si usted no nos avisa que va, aunque haya hecho el pago, es como si no estuviera inscrito!!

Nota: Aproveche los canales electrónicos y realice el pago a través de una transferencia bancaria a nuestra cuenta!!

2. **\$82.000.00** a través del servicio de Pagos Online de manera segura:

Paga con PayU

3. **\$45.000.00** para menores de 12 años a través del servicio de Pagos Online de manera segura:

Paga con PayU

4. **\$87.000.00** para pagos de última hora hechos el mismo día de la salida

[¿Qué hago si realicé la consignación y me inscribí pero no puedo asistir? Ver respuesta aquí...](#)

## ¿Cómo inscribirse?

---

### **Plazo de inscripción para la Caminata Ecológica Páramo del Verjón (Bella Suiza - Matarredonda):**

*Cupo limitado*, la única forma que tenemos para reservar y asegurar su cupo es a través de la consignación del valor de la inscripción.

Normalmente los cupos se agotan desde el miércoles o jueves anterior a la salida.

Una vez realizado el pago para esta actividad, para confirmar su asistencia es necesario que nos escriba un correo electrónico a **info@ecoglobalexpeditions.com** con *el nombre de las personas inscritas, sus teléfonos y números de cédula para el seguro (el número telefónico es muy importante para poder informar en caso de cualquier cambio en la programación)*

Cupo mínimo 12 participantes. Obligatorio diligenciar este formulario, si nunca se ha inscrito con nosotros: [FORMULARIO](#)

Importante: si no nos avisas que vas, aunque hayas hecho el pago, es como si no estuvieras inscrito!!

## Incluye

---

### **La Caminata Ecológica Páramo del Verjón (Bella Suiza - Matarredonda), incluye:**

- **Tarifa de ingreso a la Reserva Natural Matarredonda.**
- Transporte expreso en buses de turismo.
- Asesoría y guías especializados acompañantes desde Bogotá.
- Seguro de viajes. Para nosotros es muy importante la seguridad, por ello, para cada participante adquirimos un seguro de viajes de Colasistencia - Suramericana que cubre eventos tales como asistencia médica por accidente, traslado medico de emergencia, indemnizaciones, asistencia legal, etc. Para poder adquirir el seguro es necesario contar con su nombre completo y número de cédula. En el momento de inscribirse por favor diligencie el formulario que encontrará haciendo clic aquí: [FORMULARIO](#) si nunca lo ha hecho en salidas anteriores.

## No incluye

---

### **La Caminata Ecológica Páramo del Verjón (Bella Suiza - Matarredonda), no incluye:**

- Alimentación.
- Hidratación.
- Propinas.
- Gastos no estipulados.



## Itinerario

---

### **Hora de encuentro:**

7:00am en la Avenida Calle 85 con Autopista Norte, dos cuadras arriba de la paralela sobre la Cl 85  
[Ver mapa...](#)

PUNTUAL Por favor, por respeto a los caminantes somos muy puntuales con la hora de la salida, no importa si llegas 10 ó 15 minutos antes!

Salimos por la Cl 85 hacia el oriente para tomar la Circunvalar hacia el Sur y te podemos recoger en la ruta si nos avisas.

**¡Paramos en el camino para desayunar antes de iniciar la caminata!**

## Recomendaciones

---

**Para recorrer la Caminata Ecológica Páramo del Verjón (Bella Suiza - Matarredonda), ten presente:**

- Almuerzo (se recomienda uno o varios sánduches)
- Líquido (1,5 litros)
- Dulces / chocolates / maní / bocadillos / energéticos.
- Cachucha
- Bloqueador solar
- Impermeable.
- Ropa abrigada.
- Una muda extra (opcional)
- Botas para caminar que no estén nuevas (*por favor no camine con tenis CONVERSE, ni "pisahuevos", ni con zapaticos de tacón o baletas, porque se va a resbalar y se va a caer y se va a aporriar y va a retrasar a todo el grupo!!*).
- Pito
- Documentos personales (cédula, carné EPS)
- Aunque todos nuestros guías tienen conocimientos en primeros auxilios y llevan un botiquín para casos de emergencia, todo buen caminante debe llevar sus medicinas y un pequeño botiquín personal.

### Recomendaciones:

- Las basuras que produzcamos durante el viaje, las regresamos a Bogotá, «si lo llevase en tu morral, puede regresar en tu morral»
- Los desechos biodegradables (léase cáscaras de naranja, mandarina, granadilla, banano; corazones de manzana, pepas de aguacate, etc.) también son "biodesagradables", no los dejemos en los lugares que visitamos. Primero son basura y por lo tanto se ven feo y ensucian la naturaleza, segundo se convierten en comida para animales silvestres que no tienen por qué consumirlos y son dañinos para ellos y tercero no se degradan tan rápido como piensas, una cascara de banano puede durar hasta 2 años sin descomponerse y mucho más si es en un páramo. Entonces los regresamos a nuestra ciudad de origen como haremos con los demás desechos.
- Dejemos todo lo vegetal y animal que encontremos en el camino en su lugar: el musgo, las orquídeas y flores en general, los helechos, las semillas, las hojas, los insectos, las ranas, las serpientes, etc.
- Caminemos por los senderos.
- Respetemos el silencio de nuestros compañeros de caminata.
- Atendamos las recomendaciones de los guías.
- Utilicemos en lo posible baterías recargables para nuestras cámaras y linternas, pues son más amigables con el medio ambiente.



## **ECOGLOBAL EXPEDITIONS**

**[www.ecoglobalexpeditions.com](http://www.ecoglobalexpeditions.com)**

- Seamos amables con los habitantes de la zona que recorremos y respetemos sus valores culturales, religiosos y políticos.
- Debemos dejar los broches y portones del camino, como los encontremos (abiertos o cerrados)
- Debemos así mismo respetar la propiedad privada, pidiendo permiso para el ingreso a predios o para tomar frutas de los árboles.
- Evitemos hacer mucho ruido o usar altavoces o escuchar música a alto volumen para no perturbar los ecosistemas visitados y a nuestros compañeros de viaje.
- No debemos hacer quemas ni fogatas, se podría producir un incendio forestal.
- No está permitido durante nuestros recorridos el consumo de licor y otras sustancias alucinógenas, esto podría poner en riesgo tu salud y el desarrollo de la actividad.