Hiking La Esperanza – Salto de las Monjas – Capilla

Overview

Principales atractivos:

- Caminata con meta intermedia que la hace apta para cualquier persona. Si te cansas el transporte nos va a estar esperando en un sitio intermedio
- Visitaremos y nos bañaremos en el Salto de las Monjas, una pequeña cascada con un pozo de aguas cristalinas y heladas que contrastan con la agradable temperatura del lugar.
- Estación del tren de La Esperanza

Especificaciones:

- **Nivel:** "PÁRAMO" (Nivel 3 en una escala de 1 a 5) Ver niveles...
- **Tiempo de recorrido:** 4 horas aproximadamente

- **Kilómetros:** 10 kilómetros
- **Clima:** Templado
- **Ecosistema:** Flores, cafetales, cultivos de fruta
- **Altitud:** 1.300 m.s.n.m. a 1.600 m.s.n.m.
- **Ubicación:** La Esperanza (Inpección de policía de La Mesa Cundinamarca)
- **Recorrido:** Comenzamos en descenso por camino real rumbo a la cascada, luego de tomar un refrescante baño, emprenderemos el regreso por el mismo camino para continuar un ascenso hacía la capilla donde terminará la caminata.

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!! :))

Dates

Esta ruta la realizaremos:

- Domingo 28 de agosto de 2022

Plazo de inscripción para la Caminata Ecológica La Esperanza – Salto de las Monjas – Capilla: a más tardar el viernes 26 de agosto a las 5:00 p.m. o hasta agotar cupos.

ecoglobalexpeditions.com - info@ecoglobalexpeditions.com
Registro Nacional de Turismo 20535

Price

$80.000.oo por expedicionario adulto (esta caminata no tiene opción de ir en su propio vehículo)

$50.000.oo por expedicionario menor de 12 años

Forma de pago:

1. $80.000.oo (o $50.000.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 no nos avisas que vas, aunque hayas hecho el pago, es como si no estuvieras inscrito!

Nota: Aprovecha los canales electrónicos y realiza el pago a través de una

transferencia bancaria a nuestra cuenta

2. $85.000.oo a través del servicio de Pagos Online de manera segura:

☒ ☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒

3. $55.000.oo para menores de 12 años a través del servicio de Pagos Online de manera segura:

☒ ☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒☒

4. No se aceptan pagos de última realizados en efectivo el mismo día de la caminata.

Importante: si no diligencias el formulario, aunque hayas hecho el pago, es como si no estuvieras inscrito!!

¿No te aguantas las ganas de caminar con nosotros? Ahora Ecoglobal Expeditions te ofrece un pasaporte con el cual puedes pagar por anticipado tus caminatas y obtener beneficios. Clic aquí para ver toda la información de esta oportunidad: **Pasaporte Ecoglobal Expeditions**

¿Qué hago si realicé la consignación y me inscribí pero no puedo asistir? Ver respuesta aquí…

How to book

Plazo de inscripción para la Caminata Ecológica La Esperanza – Salto de las Monjas – Capilla: a más tardar el viernes 26 de agosto a las 5:00 p.m. o hasta agotar cupos.

Cupo limitado, la única forma que tenemos para reservar y asegurar tu 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.

Cupo mínimo 12 participantes.

Una vez realizado el pago para esta actividad, **es obligatorio** diligenciar este formulario para todas las caminatas en todas las fechas, inclusive si ya lo diligenciaste para una caminata anterior. **Personas que no lo diligencien no serán admitidas el día de la caminata**: **FORMULARIO es obligatorio diligenciarlo para ésta y cada una de las salidas que realices con nosotros.** (sabemos que es engorroso, pero es necesario para asegurar trámites de seguros y por control de protocolos de Bioseguridad)

Importante: si no llenas este formulario, aunque hayas hecho el pago, es como si no estuvieras inscrito!!

What's included

Nuestro programa Caminata Ecológica La Esperanza – Salto de las Monjas, incluye:

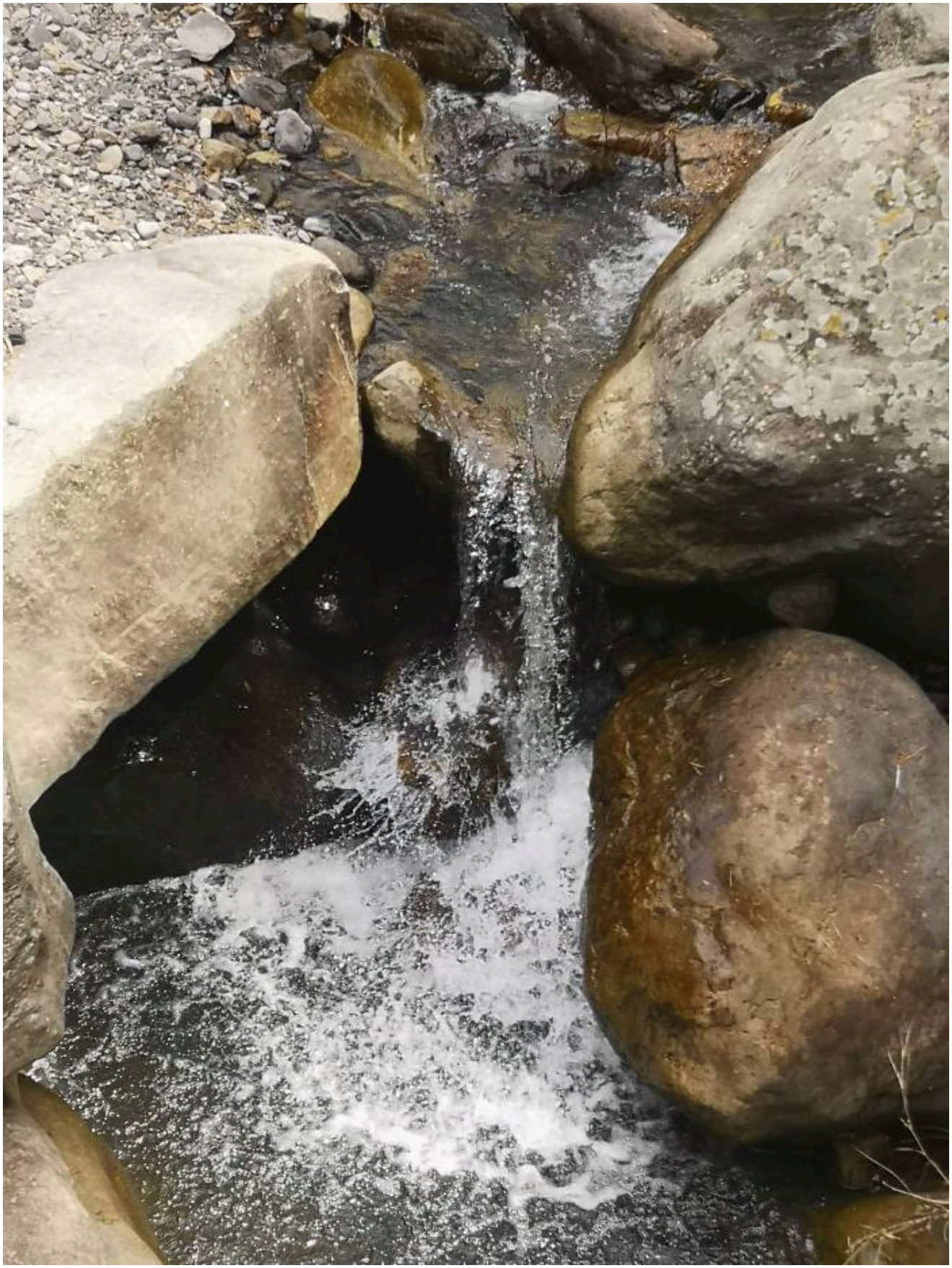
- Transporte expreso en buses de turismo.
- Asesoría y guías especializados acompañantes desde Bogotá.
- Seguro de viajes. Para nosotros es muy importante la seguridad, por ello, para cada participante adquirimos un seguro de viajes de Colasistencia – Suramericana que cubre eventos tales como asistencia médica por accidente, traslado medico de emergencia, indemnizaciones, asistencia legal, **cubrimiento y tratamiento en caso de dar positivo para Covid-19**. 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 es obligatorio diligenciarlo para ésta y cada una de las salidas que realices con nosotros.**

What's not included

Nuestro programa Caminata Ecológica La Esperanza – Salto de las Monjas, no incluye:

- Alimentación
- Hidratación
- Propinas
- Gastos no estipulados

ecoglobalexpeditions.com - info@ecoglobalexpeditions.com
Registro Nacional de Turismo 20535



Itinerary

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 carrera 30 hacia el sur y tomamos las Américas y 13 hacia el occidente y te podemos recoger en la ruta si nos avisas!

¡Pararemos a desayunar por el camino antes de iniciar la caminata!

Travel tips

Para recorrer la ruta Caminata Ecológica La Esperanza – Salto de las Monjas, ten presente:

- 2 Tapabocas, el que llevarás puesto y otro de repuesto
- Bolsa para guardar el tapabocas usado en caso de que tengas que cambiarlo por el de repuesto.
- Alcohol glicerinado mínimo al 60% o gel antibacterial para desinfección de manos.
- Traje de baño
- Almuerzo (se recomienda uno o varios sánduches)
- Líquido (2 litros, es en ascenso y clima templado)
- 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!!).*
- Documentos personales (cédula, carné EPS)

Recomendaciones:

- Las basuras que produzcamos durante el viaje, las regresamos a Bogotá
- Los desechos biodegradables (lease cáscaras de naranja, mandarina, granadilla, banano; corazones de manzana, pepas de aguacate, etc.) también son “biodesagradables” no los dejemos en el camino ni donde se puedan ver, se ven feo, tenemos dos opciones: o los regresamos a Bogotá como haremos con los demás desechos o los ponemos donde no se vean
- Dejemos todo lo vegetal y animal que encontremos en el camino en su lugar: el musgo, las orquídeas, 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

ecoglobalexpeditions.com - info@ecoglobalexpeditions.com
Registro Nacional de Turismo 20535