

Armenia en Bicicleta



Un Viaje en bicicleta por la Tierra de los Mil Colores

Armenia, un país pequeño (similar a Bélgica en extensión) pero repleto de historia, cultura y paisajes impresionantes, se presenta como el escenario perfecto para una ruta en bicicleta de diez días. Ubicado en el corazón del Cáucaso, este destino destaca por su rica herencia cultural y sus majestuosos paisajes montañosos. Con su gente acogedora y su fascinante combinación de tradiciones milenarias y modernidad, Armenia ofrece a los viajeros una experiencia única que va más allá del simple turismo. **Armenia le fascinará; ¡ya lo verá!**

Un legado histórico incomparable

Desde el momento en que pone un pie en Armenia, se sumerge en un viaje a través del tiempo. Este es **el primer país del mundo que adoptó el cristianismo como religión estatal** en el año 301 d.C. Eso explica las numerosas iglesias y antiguos monasterios, testigos de una rica tradición religiosa. Al recorrer estos lugares en bicicleta, le resultará cautivador, por su estética, su arquitectura y historias y leyendas que envuelven cada piedra. Tenga presente que la capital moderna de Armenia, **Ereván, fue fundada en el año 782 a. C.** por el rey Argishti I de Urartu. Y es que históricamente, se considera que Armenia (**Hayastán** para los armenios), existía ya en el siglo IV a.C. en independizarse del imperio persa. Para muchos, fue fundada por el gobernador de Armenia, Artashes, que restableció la independencia de Armenia (190 a.C.). Llegó a ocupar casi, casi todo el espacio comprendido entre el Mar Caspio, al oeste y el Mar Negro, al este. Además, la ruta de la Seda estuvo cruzando el país durante siglos... dejando un legado histórico incomparable.

Pronto descubrirá que cuenta con un alfabeto propio y único. Y que ha sido ocupado por asirios, persas, romanos, bizantinos, árabes, turcos seleúcidas, mongoles, turcos otomanos... y rusos, a lo largo de la historia.

Paisajes sobrecogedores

Armenia es un país de contrastes paisajísticos. Hay extensas llanuras casi desérticas, yermas, sin apenas vegetación. Otras zonas son extraordinariamente boscosas, recordando paisajes de los Alpes. Pedaleando, tendrá la oportunidad de explorar paisajes naturales asombrosos. Desde las majestuosas montañas del Cáucaso, hasta los valles fértiles que rodean el Lago Sevan, uno de los lagos de agua dulce más grandes del mundo. O el Parque Natural de Dilijan, la “pequeña Suiza”. La diversidad geográfica invita a una aventura sin igual.

2

La calidez de su gente

El pueblo armenio es famoso por su hospitalidad. Yendo en bicicleta, tendrá la oportunidad de conocer a los lugareños y compartir momentos inolvidables. Las tradiciones culturales se mantienen vivas en cada rincón del país, y las familias suelen abrir las puertas de sus hogares a los visitantes. No hay mejor manera de entender la esencia de un lugar que compartir una comida típica, una fiesta local, un festival folclórico (como el Festival del Vino en Areni o el Día de la Independencia); aquí descubrirá una gente extraordinariamente hospitalaria.



Riqueza culinaria



La gastronomía armenia es otro atractivo que no se puede pasar por alto. Rodando en bicicleta, podrá degustar una variedad de deliciosos platos que reflejan la rica biodiversidad del país. A caballo entre la cocina mediterránea y la del Cáucaso, ha tenido influencias otomanas, griegas, bálticas, rusas... hasta los mongoles y los árabes han configurado su gastronomía. Platos autóctonos como el *Khorovats* (típica barbacoa armenia), el *Dolma* o *Tolma* (arroz frío envuelto en una hoja de parra), **Patrimonio Mundial de la Humanidad desde 2017**, el *Borek* (un tipo de empanada muy rica, a base de pasta filo y rellena principalmente de espinacas y queso) o el famoso *Lavash*. Es un pan que ha sido

parte esencial de la dieta armenia durante siglos y que se elabora en muchas casas, en hornos tradicionales. Entre los postres, el *Gata* (elaborado con café) o el *Baklava* armenio (de clara influencia otomana), entre muchos otros, cada comida se convierte en una fiesta de sabores que representa la mezcla de influencias regionales y locales. Los mercados y restaurantes locales pueden ser una excelente manera de profundizar en esta experiencia.

Patrimonio monumental

Quizá lo más interesante de un viajar a Armenia es explorar su patrimonio arqueológico. ¡Hay una gran cantidad, algunos reconocidos por la Unesco como Patrimonio de la Humanidad!. Descubrirá la ciudad de Echmiadzin, considerada el corazón espiritual del país. **La Catedral de Echmiadzin es la más antigua del mundo aún en**

funcionamiento. El viaje también incluirá la visita a sitios arqueológicos sorprendentes, como el complejo de templos de Garni y el monasterio de Geghard, **ambos Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO**. Garni, famoso por su templo helenístico del siglo I, ofrece impresionantes vistas del cañón de Azat y un aire de paz que resulta rejuvenecedor. Por su parte, Geghard, excavado en la roca, es un testimonio de la habilidad arquitectónica armenia y un lugar donde la historia resuena en cada piedra, rica en arte religioso y rodeada los sitios prehistóricos.

Pero además el país se halla repleto de **khachkar** (“jachkar”, Cruz de Piedra en armenio antiguo), es decir, grandes losas de piedra, verticales, generalmente extraordinariamente trabajadas. Se calcula que hay unas 40.000 y también son **Patrimonio Cultural de la Humanidad**.

Pedaleando entre estas maravillas históricas le harán reflexionar sobre las civilizaciones que han habitado este país.

Sostenibilidad y ecoturismo



A medida que el mundo se inclina hacia prácticas de turismo más sostenibles, Armenia (**Hayastán** para los armenios) ha comenzado a emerger como **un destino ideal para el ecoturismo**. La geografía montañosa y las áreas rurales son un entorno propicio para el ciclismo. Así los viajeros conectan con la naturaleza y contribuyen a la

economía local. Las iniciativas de turismo sostenible y responsable están tomando fuerza, haciendo de Armenia un destino hermoso y consciente del medio ambiente. Un avance en este país.

Conclusiones

Emprender una ruta en bicicleta de diez días a través de Armenia es una invitación a descubrir un país lleno de sorpresas. Desde su gran patrimonio cultural hasta sus paisajes cautivadores y su cocina exquisita, cada momento en este viaje está impregnado de autenticidad y belleza. Ya sea que esté explorando antiguos monasterios, disfrutando de una comida casera o simplemente admirando las vistas desde la cima de una colina, Armenia promete ofrecerte experiencias inigualables que le resonarán mucho después de que haya regresado a casa.

Así, le invitamos a pedalear por Armenia, donde cada kilómetro recorrido es un nuevo descubrimiento y cada parada una oportunidad para abrazar la historia y la cultura de este asombroso país. Sin duda, esta ruta en bicicleta será más que una simple aventura; será un viaje del corazón y el alma, dejando huellas imborrables en su memoria; el viaje por Armenia no le defraudará.

Itinerario

Día 1: Llegada / Tour por la ciudad / Echmiadzin / Zvartnots

Llegada al aeropuerto Zvartnots. Recibimiento y traslado. Alojamiento en el hotel seleccionado. Desayuno en el hotel.



City tour por Ereván (*Yerevan*). Visita al parque memorial de Tsitsernakaberd y museo dedicado a las víctimas del genocidio de 1915. Viaje a Echmiadzin. La Catedral Etchmiadzin se conoce como el centro de la Iglesia gregoriana-armenia y es también la primera iglesia cristiana en el mundo. Comida libre.

Regreso a Yerevan, en el camino haremos una parada en las ruinas del templo Zvartnots - la perla de la arquitectura del siglo séptimo. El templo **Zvartnots está en la Lista del Patrimonio Mundial de UNESCO**.

Cena de bienvenida en un restaurante.

Alojamiento en el hotel en Ereván. (D/-/C)

Día 2: Ereván / Vedi / Urtsadzor / Lantjar / Arení / Noravank / Yeghegnadzor.

40 km en bicicleta / 300 m. desnivel acumulado positivo.

Después de desayunar en el hotel, para facilitar la salida de Erevan, traslado junto con las bicis a la aldea de Taperakan. ¡Aquí empieza la aventura!. Cruzará las aldeas de Nor Ughi, Vedi, Urtsadzor, Schachap y Lantjar. Luego, para adelantar kilómetros, se recomienda hacer el traslado desde la aldea Arení hasta el desvío de Noravank. Allí hay unas enormes cuevas prehistóricas, junto un pequeño puente. Aquí se toma la bici y se pedalea, por una tranquila carretera, que suavemente sube hasta el monasterio de Noravank (10 km.). Noravank (*Nuevo Monasterio*) fue un gran centro religioso y cultural del S.XII. Almuerzo de pícnic. De nuevo en el puente, traslado a Yeghegnadzor.

Alojamiento en el hotel / pensión de Yeghegnadzor. (D/PA/-)

Día 3: Yeghegdazor / Gladzor / Vernashen / Vayk / Jermuk

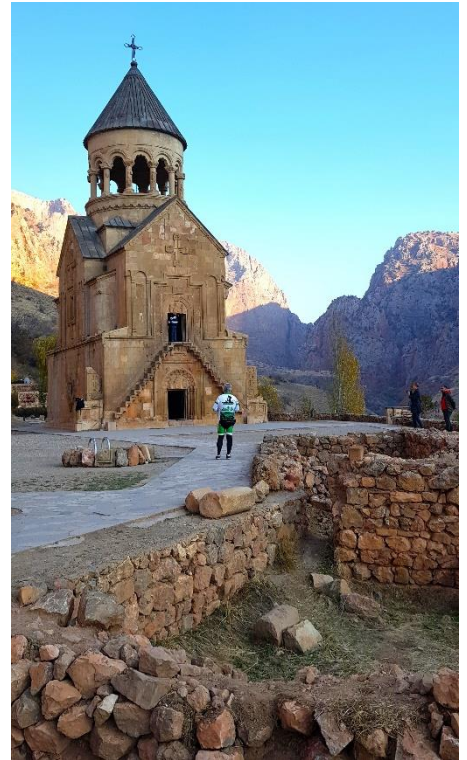
50 km en bicicleta / 110 m. desnivel acumulado positivo.

Tras el desayuno, empieza el tour en bici hacia Gladzor, luego Vernashen, Malishka y Vayk. Durante esta etapa en bici podrá observar los magníficos paisajes montañosos de Armenia. Ahora viene un pequeño tramo de asfalto, hasta la carretera H43, que nos acerca al monasterio de Gndevank.

El antiguo monasterio, de casi mil años, fue construido por la princesa Sofia. Según comentó "Vayots Dzor" era un anillo sin piedra, yo solo puse la piedra en el anillo". Almuerzo tipo Picnic.

Traslado a la ciudad balneario de Jermuk.

Alojamiento en el hotel seleccionado en Jermuk. (D/PA/-)



Día 4: Jermuk / Herher / Hermon

50 km en bicicleta / 60 m. desnivel acumulado positivo.

Jermuk es una ciudad / balneario, formada por diversos alojamientos y servicios derivados. Es conocida por sus manantiales de aguas minerales, ideales para el tratamiento de trastornos estomacales e intestinales y enfermedades nerviosas. Tras el desayuno, aquí visitamos las Galerías Minerales y la enorme cascada, famosa en toda la región.



A continuación, empieza la ruta en bici, siguiendo la cuenca de agua Ketchut (principalmente de bajada) hasta el cruce de la carretera H42. Luego se continúa hasta el desvío de Herher tomando la pequeña carreterilla. Tras Herher (comida tipo Picnic), se termina el asfalto y por una buena pista se llega a Hermon. Alojamiento en el Hotel Lucytour. (D/PA/-)

Día 5: Hermon / Paso Selim / Martuni

35 km en bicicleta / 430 m. desnivel acumulado positivo

Traslado en bus después del desayuno. El trayecto recorre el impresionante paisaje, de extenuantes praderas, desde Hermon hasta el paso de Selim. Un muy largo tramo, extraordinariamente yermo, que debían recorrer las caravanas en la Ruta de la Seda. Por ello se construyó el Caravanero de Orbelian, al límite de la montañosa región de Vayots Dzor, punto obligado para reposar y reponer fuerzas, tanto para las personas como, sobre todo, los animales.



Su visita a esta construcción del 1332 realizada a cargo del príncipe Cesár Orbelian, según una inscripción en armenio y árabe, es de visita obligada. Almuerzo en picnic.

Tras la visita, empieza el recorrido en bicicleta, principalmente de bajada, hacia la ciudad de Martuni, junto al lago Sevan.

Alojamiento en un hotel en Martuni. (D/PA/-)



**Día 6: Martuni /
Areguni / Tsapatagh**

60-70 km en bicicleta / 160 m. desnivel acumulado positivo

Después del desayuno empieza una de las etapas más bonitas de la ruta: la vuelta al lago Sevan. En realidad, no sé da la vuelta entera en bici dado que son 260 km, pero sí se rueda por la vertiente suroeste, la menos transitada y más llana. Recorrerá un precioso paisaje de verdes prados entre campos de cereales.... A su derecha, el lago Sevan, a 1.950 metros de altura, el más grande de Armenia (ocupa el 5%



del país). De hecho, la zona por donde transita era también lago hasta el periodo comunista; época en que se empezaron los trabajos para rebajar el nivel (20 metros) y obtener así los fértiles campos de cultivo por donde ahora rueda en bicicleta. La ruta transcurre numerosas poblaciones (obviamente todas apartadas del lago,) hasta llegar a Areguni, donde habrá un pequeño almuerzo en ruta. A partir de ahí, continua la llana ruta, pero con unas ondulaciones muy suaves por las colinas circundantes, hasta la población de Tsapatagh.

Allí se halla el Alojamiento; el confortable Tufenkian Avan Marak Tsapatagh Hotel.

Día 7: Tsapatagh / Shorzha / Goshavank

70-80 km en bicicleta / 250 m. desnivel acumulado positivo

Desde el hotel, tras el desayuno, se inicia el circuito en bicicleta por el lago Sevan hasta llegar a Shoghakat (35 km). Allí se toma una suave pista de montaña que sube a Chambarak. El paisaje irá cambiando a lo largo de los kilómetros y tras unos 40 km en bicicleta se llega al monasterio de Goshavank en Dilijan. Está situado en densos bosques de robles, en las gargantas de los pequeños pero turbulentos ríos. El paisaje, entre montañas es único y apetece hacer un buen almuerzo en ruta.

Goshavank es uno de los monasterios más importantes de Armenia. Construido a lo largo de los S. XII i XIII, sobre las ruinas de otro monasterio (derruido por un terremoto), cuenta con numerosas construcciones, entre iglesias, capillas, salas, iglesias,... e incluso una escuela. De hecho, a diferencia de otros muchos monasterios, Goshavank no estaba encerrado entre muros, sino que “convivía” con las otras casas del pueblo. Actualmente, se conservan la mayoría de edificaciones tanto civiles como religiosas. También con una de las más interesantes y famosas *khachkar* (cruz en losa de piedra) del país, una increíble obra de arte de cuidadoso trabajo sobre piedra. Alojamiento en el hotel en Goshavank (Dilijan). (D/PA/-)



Día 8: Goshavank / Dilijan / Sevan

40 km en bicicleta / 120 m. desnivel acumulado positivo

Habiendo disfrutado de un buen desayuno local, empieza la ruta en bici hacia la ciudad Dilijan (22 km), al sur de un Parque Natural. En Armenia, hay un dicho local: “Si el paraíso tiene montañas, bosques y fuentes de aguas minerales, sería como Dilijan”. La belleza natural de Dilijan la conocen como “La pequeña Suiza de Armenia”. Pedaleando en bici, a mí mismo me costaba creer que en ese mismo país de grandes extensiones de extensas yermas praderías o áridos semi-desiertos (como en sur de Erevan) veía unos impresionantes paisajes forestales. Bosques de hayedos, carpes y abedules en las zonas más húmedas, robles y pinos en las solanas, entre mares de flores... La rica biodiversidad, las numerosas fuentes y manantiales (también de agua mineromedicinales), me dejó impresionado.

Almuerzo en ruta.

Finalizado el tramo de Parque, traslado a través de túnel, un paso entre la “verde Suiza” y el paisaje típico de yermas montañas, hasta el lago Sevan.

Aquí tomará la bicicleta para descubrir la península de Sevan. Ubicada en el lago, esta península fue (antes del 1933) una pequeña isla con tres iglesias pertenecientes a un solitario monasterio (actualmente, quizá el más fotografiado de Armenia).

Finalmente, traslado a Ereván.

Alojamiento en el hotel en Ereván. (D/PA/-)





Día 9: Ereván / Geghard / Garni/ Khor Virap / Ereván
50 km en bicicleta / 450 m. desnivel acumulado positivo

8

Tras el desayuno en el Hotel, traslado hacia el Monasterio de Geghard, inscrita en la Lista del Patrimonio Mundial de la UNESCO. Es increíble el enorme trabajo realizado, mayormente, excavando dentro de la propia roca. Creado sobre los restos de un antiguo manantial y santuario pagano, se creó un antiguo monasterio (¡S. IV!), que fue destruido, en parte por las incursiones árabes, en parte por fenómenos sísmicos. El siguiente monasterio, de los S. XII i XIII, es el que se puede visitar actualmente. Parte de su gran fama se debió a la lanza (*geghard*) clavada a Cristo que el apóstol Tadeo trajo como reliquia, que movía a miles de peregrinos a visitarlo, y, además, realizar donaciones al Monasterio.



Muy cerca, se encuentra el Templo pagano de Garni. Un pintoresco monumento de la época helenística y una impresionante pieza de la antigua arquitectura armenia. Fue construido en el siglo I d.C por el rey armenio Tiridates, dedicado a Mithra, el Dios del Sol. Almuerzo de pícnic.

Aún queda otra maravilla que descubrirá en el tour en bicicleta desde Garni a través Lanzhazat/Artashat hacia el monasterio de Khor Virap. El monasterio tiene una historia muy rica, tanto religiosa como secular. Se

encuentra en el valle de Ararat donde se ubica el Monte bíblico Ararat, que está estrechamente relacionada con el Arca de Noé. De hecho, la mayoría de fotos de este monasterio tienen de fondo el monte Ararat, símbolo de los armenios, actualmente en territorio d Turquía.

Traslado a Ereván. Cena de despedida en un restaurante. Alojamiento en el hotel en Ereván. (D/PA/C)

Día 10: Salida

Traslado al aeropuerto. Salida.

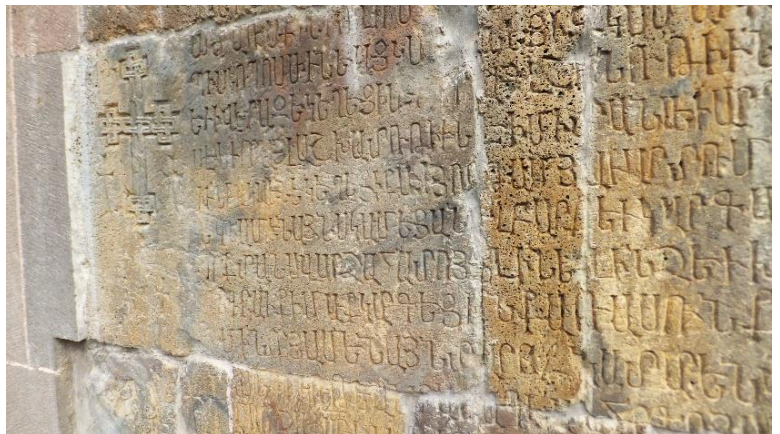
FIN DE RUTA



INCLUYE:

Alojamientos:

- 3 x noche en el hotel seleccionado en Ereván, temprano check in.
- 1 x noche en el hotel/pensión en Yeghegnadzor.
- 1 x noche en el hotel Verona o similar en Jermuk.
- 1 x noche en el hotel Lucy en Hermon.
- 1 x noche en el hotel/pensión en Martuni.
- 1 x noche en el hotel de Avan Marak Tsapatagh.
- 1 x noche en un hotel/pensión en Goschavank/Dilijan.
- Traslados y transporte según el programa.
- 4x4 acompañante durante todo el viaje en bicicleta.
- Entradas de visitas según el programa.
- Guía cultural de habla hispana.
- Guía-acompañante para bicicleta.
- Comidas: MP (desayuno en el hotel, 10 x almuerzos, 2 x cenas).
- 4 botellas de agua por día / por persona.



NO INCLUYE:

- Vuelos.
- Bebidas alcohólicas.
- Comidas que no se mencionan en el programa.
- Seguro de viaje.
- Alquiler bicicleta: 15 € / día / persona.
- Portaje.
- Propinas.



PRECIOS

Consultar precios a info@rutasbtt.com

