



**Guía de Turista - Urubamba**



**E**l pueblo tradicional de Urubamba, ubicado entre la ciudad del Cusco y el Santuario Histórico de Machu Picchu, es uno de los siete distritos que pertenecen a la Provincia del mismo nombre. También es conocido como “El Corazón del Valle Sagrado de los Incas” o “La Perla del Vilcanota” el cual es una de las principales atracciones de la región.

El valle sagrado de los Incas, es uno de los destinos imprescindibles al visitar Cusco, es conocido por sus monumentos arqueológicos –como las ruinas circulares de Moray y el salar de Maras– y por los pueblos coloniales, diseminados entre montañas verdes y quebradas. Con uno de los climas más agradables en los Andes, el Valle Sagrado fue donde los incas establecieron sus tierras de cultivo, para producir una gran variedad de maíz, papa e insumos locales.

Urubamba con su clima sublime todo el año, ubicado a 2600 m.s.n.m., te permitirá una mejor aclimatación en Cusco para visitar ciudades con un poco más de altura, además de disfrutar de hermosos paisajes, artes populares, coloridas artesanías y la amabilidad de su gente. En el Valle también podrás disfrutar los deportes de aventura ecológica, tales como caminatas, paseos a caballo, ciclismo de montaña y river rafting.

Kallpawasi, se encuentran en el sector de Chichubamba, centro del agroturismo del Distrito de Urubamba, Provincia de Urubamba. Ubicada a 15 minutos de la Plaza Mayor de Urubamba, del área comercial y a 1.5 km del terminal de buses.



## **PREVENCIÓN DEL MAL DE ALTURA**

El mal de altura, también conocido como mal agudo de montaña o "soroche", es la condición causada por la exposición a una presión de aire baja, usualmente al estar por encima de los 2,400 metros sobre el nivel del mar (aproximadamente 8,000 pies). Cusco está ubicado a 3,300 metros / 10,800 pies sobre el nivel del mar. La principal causa del mal de altura es subir demasiado rápido; los síntomas incluyen dolor de cabeza, náuseas, vómitos, fatiga, mareos y trastornos del sueño.

Antes de viajar a destinos con elevada altitud evite comer mucho. Si se queda en un destino elevado, lo mejor es descansar. Limite cualquier actividad o caminata; puede explorar el área, pero tómelo con calma, especialmente en el primer día. Tome bastante agua y evite las bebidas alcohólicas.

## **PRECAUCIONES MÉDICAS**

Aunque oficialmente no se requieren vacunas, se aconseja a los viajeros tomar precauciones, especialmente si viajarán a las regiones amazónicas. Las dolencias más comunes que sufren los visitantes son los males estomacales y el mal de altura. La asistencia médica es limitada en la zona de la selva, por lo que deben tomarse las medidas necesarias al momento de ingerir alimentos o bebidas alcohólicas.

## **CLIMA Y VESTIMENTA**

El Valle de Urubamba presenta un clima semi-seco y templado, con temperaturas que varían entre los -5 °C (28 °F) y 18°C (64°F) en las zonas ubicadas entre los 2,800 y 3,800 msnm; mientras que en zonas ubicadas por debajo de los 2,500 msnm las temperaturas varían entre 9°C (48°F) y 23 °C (73°F). El mes más seco del año es junio, y la época de lluvias es de noviembre a marzo. Se recomienda que lleve consigo un abrigo impermeable y ropa abrigada para las noches y durante el tiempo que permanezca en lugares sin calefacción. El sol en esta región es fuerte y se recomienda el uso de bloqueador.

### **LE RECOMENDAMOS TRAER:**

- Ropa cómoda para caminar, una casaca ligera y equipo para la lluvia
- Calzado apropiado para recorridos largos
- Binoculares
- Cantimplora
- Bloqueador solar, sombrero, lentes oscuros, repelente de insectos y crema de protección para los labios
- El voltaje es de 220v.; una cantidad limitada de transformadores se encuentra disponible en Kallpawasi, pero es recomendable traer uno propio
- Líquido para lentes de contacto y un par extra de lentes de contacto o anteojos
- Baterías extras o cargadores para su cámara o equipo de video. Gracias por considerar que Perú no tiene un proyecto de reciclaje de baterías. Por favor lleve sus baterías usadas con usted o déjelas con nuestro Asistente.



## **COMUNICACIÓN / TELÉFONO**

Cuando haga llamadas internacionales desde Perú marque 00 + código del país + código de la ciudad + N° de teléfono. Para llamadas nacionales: 0 + código de la ciudad + N° de teléfono. Los teléfonos públicos aceptan monedas y tarjetas pre pagadas las cuales pueden ser adquiridas en quioscos y supermercados. Asegúrese que la tarjeta que compra es para la compañía de teléfono que desea usar. Los teléfonos móviles para hacer llamadas locales o internacionales mientras viaja en Perú pueden ser alquilados en el aeropuerto de Lima. Hay conexión a internet en la mayoría de los hoteles en Perú.

## **DIVISAS / TIPO DE CAMBIO**

La moneda oficial es el Sol (PEN) divide en 100 céntimos. Visa es la tarjeta más aceptada, pero las principales tarjetas internacionales, incluyendo Diners Club, American Express y MasterCard en muchos –pero no todos– locales. Los cheques de viajeros pueden ser difíciles de cambiar en ciudades y pueblos pequeños. Se recomienda a los viajeros disponer de dinero en efectivo Dólares americanos es la moneda más fácil de cambiar, y muchos restaurantes, hoteles y tiendas en las principales ciudades aceptan dólares americanos como forma de pago. Las casas de cambio a menudo dan mejores tipos de cambio que los hoteles y bancos, y pueden ser ubicados en el centro de la ciudad, así como cajeros automáticos.

## **SEGURIDAD**

Cuando viaje por el Cusco, cuide sus objetos personales como lo haría en cualquier área cosmopolita. Se recomienda tomar precauciones, especialmente en zonas turísticas concurridas o en los mercados. No deje su cámara o billetera encima de la mesa cuando vaya a un café, ni camine por callejones oscuros o áreas que no conoce bien. Trate de aprender algunas frases clave en castellano antes de su viaje; esto lo ayudará y aparentará que es un viajero más consciente y cuidadoso.

## **Kallpawasi**

Kallpawasi está conformada por 02 villas construidas en la zona agrícola del Distrito de Urubamba (Cusco), entre montañas y árboles que crean un ambiente propicio para el descanso mental, espiritual y corporal. Está ubicado a 06 minutos en coche de la estación de tren Urubamba a Machu Picchu, a 30 minutos de las salineras de Maras y Moray. A 35 minutos del centro arqueológico de Ollantaytambo y a 50 minutos en coche del centro



arqueológico de Písac. El camino hasta el Aeropuerto Internacional Alejandro Velasco Astete dura algo más de 80 minutos.

### **Nuestras instalaciones**

Kallpawasi ha sido inspiradas en la arquitectura de la región, cuenta con 02 villas independientes con impresionantes vistas de la naturaleza, permitiendo al viajero disfrutar del espacio abierto y de la tranquilidad del valle. Contamos con un área de fogata, terraza y balcones en donde podrás relajarte y cargarte de la energía de la naturaleza y montañas.

### **Alimentos y Bebidas:**

En Kallpawasi le ofrecemos diariamente el desayuno (incluido en el precio del alquiler) entre las 7 am y las 9:30 am. Consiste en jugo de frutas locales, café orgánico – cultivado localmente en la cercana localidad de Quillabamba - infusiones seleccionadas, huevos (generalmente revueltos), leche, pan, mantequilla y mermelada.

Así mismo, podemos ayudarle con opciones de comidas a la casa. En la zona existen una gran variedad de creaciones culinarias locales preparadas con los más altos estándares profesionales y cocinadas con sumo cuidado. (\*)

Finalmente, Kallpawasi está ubicado a 15 minutos a pie del mini market Qhatu Wasi y a 20 minutos a pie de Frank's Market.

(\*) Los pedidos de comida deben hacerse con al menos 2 horas de anticipación. El pago con tarjeta de crédito está disponible (solo VISA). Por favor agregue 5% de cargo por tarjeta de crédito.

## **LECTURAS RECOMENDADAS**

Además de la información disponible en nuestra página web [www.kallpawasilasvillas.com](http://www.kallpawasilasvillas.com), hemos seleccionado una lista de libros y links que pueden ser de su interés:

- MacQuarrie, K. (2007). Los Últimos Días de los Incas. (1er edición)
- Box, B. (2013). Footprints South American Handbook 2014 (90 edición)
- Wehner, R.; Del Gaudio, R. (2011) Moon Peru Handbooks (3er edición)
- Stewart, A.(2013) The Inca Trail, Cusco & Machu Picchu includes Santa Teresa Trek, Choquequirao Trek, Vilcabamba Trail, Lima City Guide ( 5ta edición)

## **LINKS INFORMATIVOS**

- [www.peru.info](http://www.peru.info)
- [www.frommers.com/destinations/cusco/2873010001.html](http://www.frommers.com/destinations/cusco/2873010001.html)
- [www.lonelyplanet.com/worldguide/peru/cuzco/](http://www.lonelyplanet.com/worldguide/peru/cuzco/)



# Kallpawasi