

# Aventure

in Aree Naturali Protette

---



Parco Nazionale Huascarán © Julio Maguina



**Diventa un  
esploratore**

percorrendo sentieri  
che raccontano  
storie.

Vivi esperienze  
uniche attraverso **6**

**Aree Naturali**

**Protette** che ti

faranno riscoprire

la tua vera forza

interiore.





Rafting nel Parco Nazionale Bahuaja Sonene © José Mamani

## Parco Nazionale Bahuaja Sonene

**Un tour alla scoperta delle foreste nuvolose, della pianura amazzonica e delle Sabanas del Beni.** Il fiume Tambopata vi aspetta per avventure uniche. Habitat naturale di caimani, lontre di fiume, scimmie, giaguari e tapiri, ara, crisocioni e cervi delle paludi e molti altri, oltre ad ospitare una grande varietà di flora.

**!** Pianificate bene il vostro viaggio e tenete presente che il settore Heath è adatto per per escursioni durante tutto l'anno, mentre le visite al settore Alto Tambopata si svolgono prevalentemente tra i mesi di maggio e ottobre. Inoltre, è importante rivolgersi ad un tour operator serio e autorizzato a lavorare nel parco.

### Attività

	Tramite un operatore turistico	Per conto proprio	È richiesto un permesso speciale
Kayak Alto	●		
Rafting Alto	●		
Trekking Medio / basso		●	

## Parco Nazionale del Manu

**Un luogo in cui sentire come vibra la foresta.** Escursioni e camminate sono la scusa perfetta per conoscere la foresta amazzonica e la sua incredibile biodiversità. Non fatevi mancare una gita in barca, da cui è possibile osservare imponenti animali fluviali come il caimano.

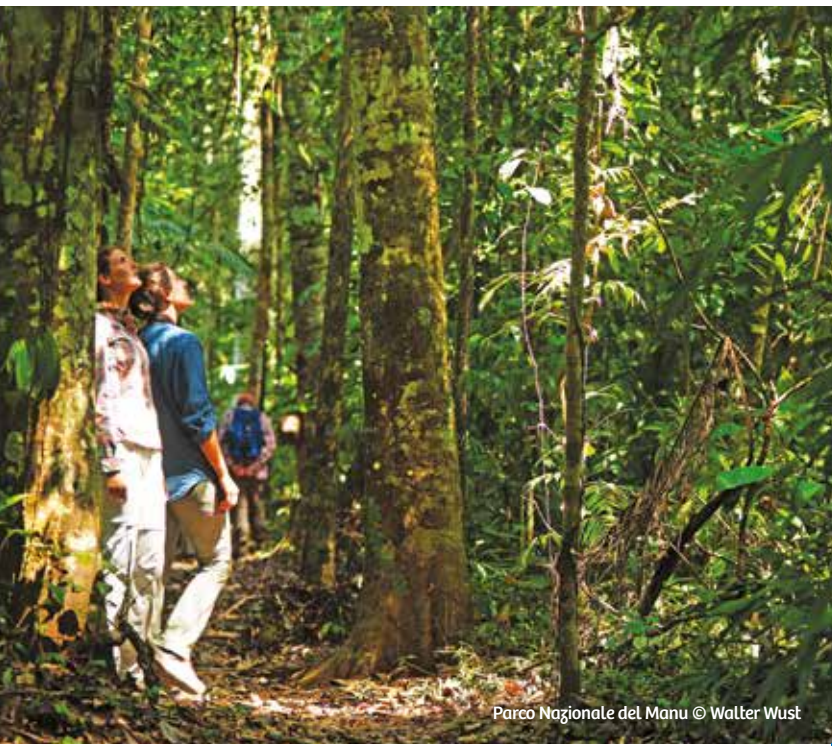


Durante queste escursioni, riponete i vostri oggetti non impermeabili in una borsa, per proteggerli dall'acqua piovana e fluviale. Inoltre, per sfruttare al meglio questo scenario, non dimenticate di portare con voi il binocolo. Nell'organizzare la vostra visita, considerate che è necessario essere vaccinati contro la febbre gialla.

---

### Attività

	Tramite un operatore turistico	Per conto proprio	È richiesto un permesso speciale
Trekking Medio e medio alto	●	●	
Escursioni in barca e catamarano Basso e medio	●		





In Kayak nella Riserva Nazionale Tambopata © Fernando López / PROMPERÚ

## Riserva Nazionale Tambopata

**Camminare nella riserva vi toglierà il fiato.** Attraverserete ponti alti diversi metri. Durante le escursioni in kayak o in barca potrete ammirare alcune delle 632 specie di uccelli, 205 di pesci, 169 di mammiferi, 112 di farfalle diurne, 103 di anfibi e 103 di rettili che ospitano la riserva.

**!** Portate abiti leggeri che si mimetizzano con l'ambiente in modo da non spaventare gli animali, stivali di gomma e un poncho per proteggervi dalle piogge occasionali. Durante il soggiorno, applicate repellente più volte al giorno e copritevi sempre con pantaloni lunghi e camicia.

### Attività

	Tramite un operatore turistico	Per conto proprio	È richiesto un permesso speciale
Trekking Basso	●		
Kayak Medio basso	●		
Pesca sportiva Basso	●		
Escursioni in barca Basso	●		



## Parco Nazionale Huascarán

**Un paradiso per gli amanti degli sport di montagna.** Si trova nella Cordillera Blanca, la catena montuosa tropicale più alta del mondo. Durante un'escursione nel parco si possono ammirare alcuni dei 434 laghi e dei 712 ghiacciai più imponenti del che lo rendono perfetto per praticare alpinismo. È possibile scalare l'Alpamayo, considerata la montagna più bella del mondo. Per raggiungere la vetta sono necessari in media da sei a otto giorni, pertanto avere esperienza è fondamentale. Tuttavia, ci sono altre montagne che possono essere scalate con un livello minimo di difficoltà. Il periodo migliore per praticare questo sport è tra maggio e settembre.



Per evitare eventuale malassere, salire gradualmente e dedicare il primo giorno al riposo e all'acclimatamento. Si raccomanda inoltre di bere molta acqua e di mangiare leggero.

Attività	Tramite un operatore turistico	Per conto proprio	È richiesto un permesso speciale
Trekking Medio / Medio alto / Alto	●	●	
Ciclismo Solo su strada, sui passaggi pedonali è proibito Medio / Medio Alto		●	
Andinismo Alto	●		







Trekking al Santuario Storico di Machupicchu © Christian Quispe

## Santuario Storico di Machupicchu

**Paesaggi impressionanti e ricchi di storia.** Con due destinazioni turistiche di fama mondiale (la Città Inca e la Rete dei Cammini Inca ), questo patrimonio naturale e culturale dell'umanità è riconosciuto grazie ai suoi 12 sistemi ecologici e ai variegati microclimi. Avventuratevi in uno dei suoi 6 percorsi di trekking, con 33 km di percorso, osservando la flora e la fauna di questo spazio protetto.



Ricordatevi di contattare un'agenzia turistica autorizzata per effettuare l'escursione attraverso la la Rete dei Cammini Inca. Inoltre, l'ingresso è consentito dal lunedì alla domenica dalle 5:30 alle 14:00; mentre per la Llaqta de Machupicchu è consentito dal lunedì alla domenica dalle dalle 6:00 alle 16:00. Orario di chiusura: 17:00.

### Attività

	Tramite un operatore turistico	Per conto proprio	È richiesto un permesso speciale
Trekking Medio / Alto	●		
Campeggio	●		

# Riserva Nazionale di Paracas

**L'ambiente ideale per praticare una grande varietà di sport.** Iniziate la giornata in mare, lasciandovi trasportare dalle onde e dal vento. È un luogo perfetto per praticare sport come il kitesurf e il parapendio. Le sue spiagge sono ideali per il surf, le immersioni e altre attività nautiche.



Tenete presente che la Riserva è molto grande: per la vostra sicurezza e quella dei vostri accompagnatori, informate i ranger del parco quando praticate attività avventurose. Inoltre, è importante indossare sempre protezione solare e occhiali da sole.

## Attività

	Tramite un operatore turistico	Per conto proprio	È richiesto un permesso speciale
Trekking Basso / Medio/ Alto	●	●	
Kayak Basso / Medio / Alto	●		
Ciclismo Basso / Medio	●	●	
Parapendio Medio / Alto	●		
Immersioni Basso / Medio	●		●
Kitesurf Basso / Medio / Alto	●	●	
Pesca sportiva Medio / Alto	●		●
Altro Catamarano, stand up paddle. Sport nautici non motorizzati / Medio	●	●	



## Prepara il tuo viaggio

---

- **Mettiti in forma.** Ricordate che un viaggio è un'esperienza unica e spesso richiede molta energia, quindi iniziate per tempo a prepararvi fisicamente.
- **Prepara il tuo zaino.** Fai una lista di tutto ciò di cui hai bisogno, a seconda di dove e di quale attività farai. Indispensabile: repellente per insetti, crema solare, cappello impermeabile e occhiali da sole con protezione UV, oltre ad abbigliamento e calzature adeguate per ogni località. Per le attività di avventura in montagna, ricordati di indossare l'attrezzatura appropriata e di affrontare le salite gradualmente.
- **Documentati e organizza.** Non dimenticare di conservare tutta la documentazione necessaria e di trasportarla in una borsa impermeabile. Inoltre, prima di iniziare il percorso, affidati ad operatori turistici autorizzati dall'ANP (Aree Naturali Protette).
- **Lascia a casa il tuo amico a quattro zampe,** perché potrebbe disturbare la fauna selvatica e diffondere malattie.

## Quando si viaggia

---

- **Registrati.** È importante segnalare la tua visita ai posti di controllo.
- **Rispetta le indicazioni.** I ranger sono stati formati per fornire le informazioni migliori. Ascoltali e segui i sentieri segnalati e autorizzati. In questo modo l'habitat non verrà alterato ed eviterai di metterti in pericolo.
- **Abbi cura del luogo che visiti.** Affinché tutti possano godere del percorso, è importante proteggere le infrastrutture e i servizi forniti dall'ANP (Aree Naturali Protette). Ricordati di raccogliere i rifiuti e buttarli quando trovi un cestino. Non stradicare la flora e non disturbare la fauna selvatica.
- **Viivi al massimo l'esperienza.** Goditi ogni passo del tuo percorso perché tutto ciò che viivi renderà il tuo viaggio unico.

## Dopo la tua visita

---

- **Condividi.** La vita è fatta di momenti e condividerli con gli altri li rende ancora più presenti; apri il tuo social network preferito e racconta la tua storia. Magari ancora più persone si uniranno a te per la prossima avventura.
- **Ricomincia a pianificare.** Il viaggio può essere finito, ma ce ne sono molti altri che ti aspettano; è il momento di individuare una nuova meta.
- **Diffondi i valori naturalistici e culturali dell'ANP (Aree Naturali Protette),** come spazi unici di conservazione, promuovendo la loro cura attraverso una visita responsabile.

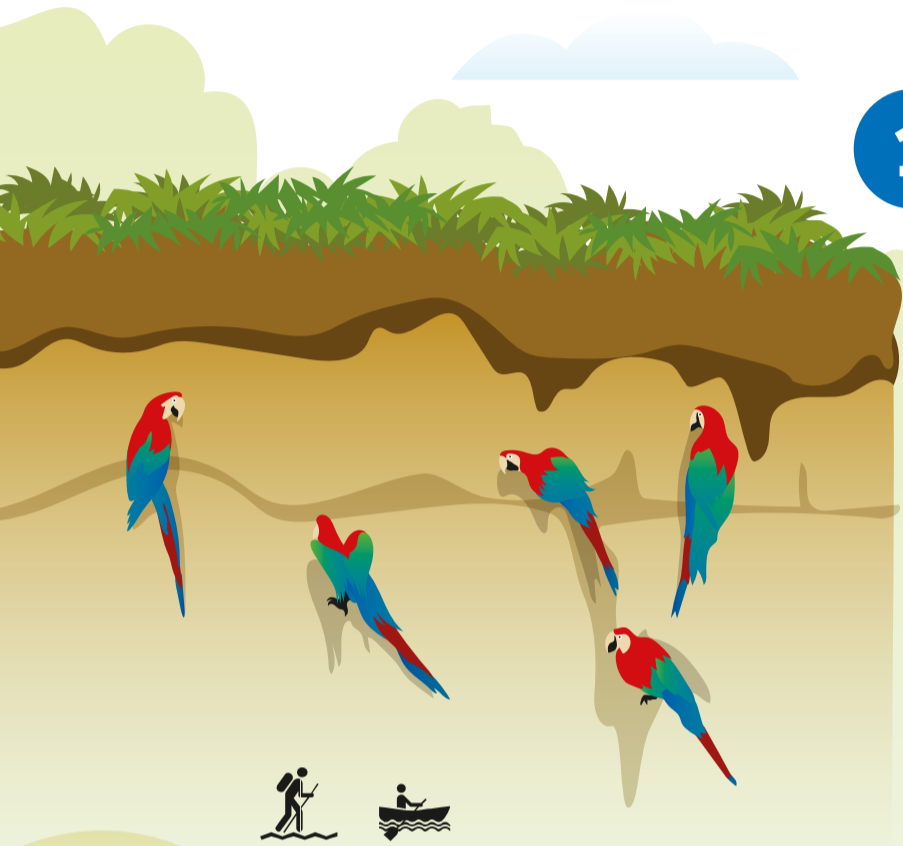
### Maggiori informazioni:

[www.turismonaturalezape](http://www.turismonaturalezape)

# Aventure

## in Aree Naturali Protette

In Perù le avventure faranno vibrare anima e corpo. Aumentano il polso ed elevano lo spirito. Vieni in Perù e vivrai avventure che arricchiscono nel profondo. Vivi l'avventura nelle Aree Naturali Protette 365 giorni all'anno.



1

## Bahuaja Sonene

### Parco Nazionale

Dimenticare la paura della velocità e navigare in canoa sul fiume Tambopata, e camminare in mezzo alla foresta amazzonica, dove l'adrenalina e la fauna selvatica s'incontrano, è una vera avventura.

Regione Puno/ Madre de Dios  
Provincia: Sandia, Carabaya, Tambopata

Da 200 m s.l.m.  
a 2450 m s.l.m.

1 091 416 ettari

Da maggio a ottobre per il settore Alto Tambopata;  
e tutto l'anno per il settore Heath

10 °C a 38 °C  
Media annuale: 26 °C

Da novembre  
a marzo



2

## Manu

### Parco Nazionale del

Inoltrarsi nella densità della foresta e conoscere la fauna più varia, giaguari furtivi, irrequiete lontre giganti, simpatiche scimmie, pappagalli canterini e farfalle birichine. Oltre agli alberi che superano i 40 metri di altezza.

Regione: Cusco / Madre Dios  
Provincia: Paucartambo / Manu  
Distretto: Kosñipata / Manu y Fitzcarrald

Da 300 m s.l.m.  
a 4000 m s.l.m.

1 716 295,22 ettari

Da marzo a dicembre

5 °C a 35 °C

Da dicembre  
a marzo



3

## Tambopata

### Riserva Nazionale

Camminare all'alba e raggiungere una grande parete di argilla, la collpa delle are, e appagare i sensi grazie a uno spettacolo indimenticabile. Navigare il fiume e i laghi Cocococha, Sachavacayac e Condenado, in barca o in kayak. Fare una passeggiata in mezzo alla foresta e godersi il Lago di Sandoval.

Regione: Madre de Dios  
Provincia: Tambopata

180 m s.l.m.

274 690 ettari

Tutto l'anno

10 °C a 38 °C  
Media annua 26 °C

Da dicembre  
a marzo



Regione: Madre de Dios  
Provincia: Tambopata

180 m s.l.m.

274 690 ettari

Tutto l'anno

10 °C a 38 °C  
Media annua 26 °C

Da dicembre  
a marzo



## Attività

-  trekking
-  bicicletta
-  parapendio
-  escursioni in barca
-  campeggio

-  canoa
-  immersioni
-  pesca sportiva
-  arrampicata

-  Posizione geografica
-  Altitudine
-  Periodo ideale di visita
-  Temperatura
-  Zona
-  Stagione di piogge



 Sudamerica



4

## Huascarán

### Parco Nazionale

Lasciatevi trasportare dal vento sull'acqua turchese di una laguna contemplando incredibili cime innevate. Il luogo ideale per praticare sport come trekking, mountain bike, l'arrampicata su ghiaccio e su roccia.







-  **Regione:** Áncash  
Provincia: Huaylas, Yungay, Carhuaz, Huaraz, Recuay, Bolognesi, Huari, Asunción, Mariscal Luzuriaga y Pomabamba
-  Da 2375 m s.l.m. a 6768 m. s.l.m.  340 000 ettari
-  Tutto l'anno / da maggio a settembre, sport d'avventura; da marzo a novembre, trekking; da maggio a settembre, arrampicata su ghiaccio.
-  Da 2 °C a 15 °C  
In montagna da -15 °C a 25 °C.  Da ottobre ad aprile

5

## Machupicchu

### Santuario Storico di

Percorrere la rete di Cammini Inca, ricca di storia e di un'ampia biodiversità, fino a raggiungere uno dei monumenti archeologici più importanti del mondo: la Llaqta de Machupicchu (Città Inca).

-  **Regione:** Cusco  
Provincia: Urubamba  
Distretto: Machupicchu
-  Da 1780 m.s.l.m. a 6000 m.s.l.m.  37 302,58 ettari
-  Tutto l'anno (Llaqta de Machupicchu)  
Da marzo a gennaio (Rete Camino Inca)
-  12 °C a 24 °C  Da dicembre a marzo

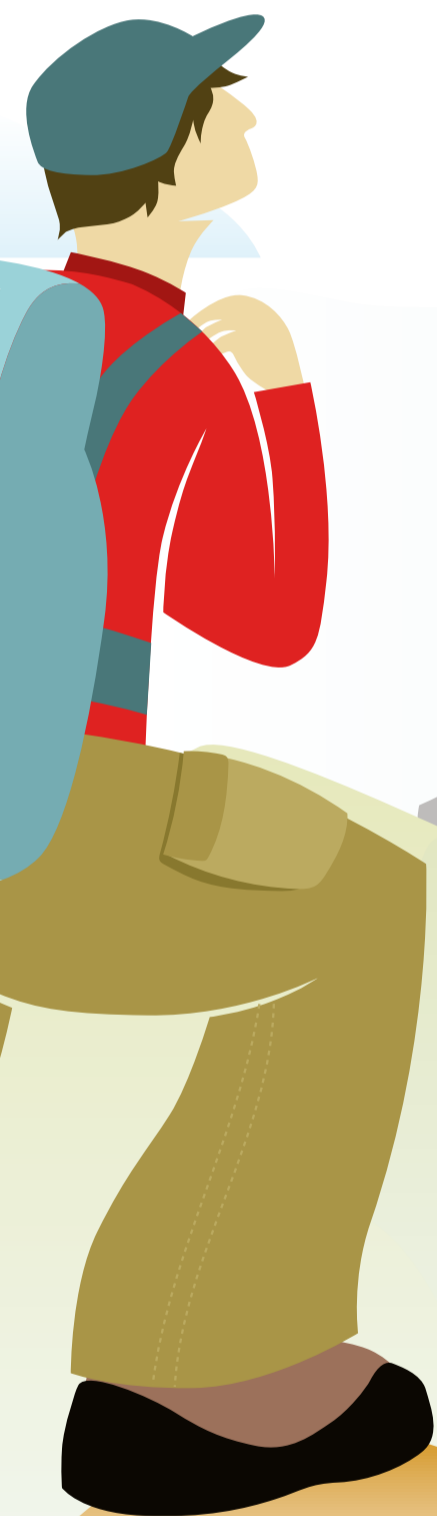
6

## Paracas

### Riserva Nazionale di

Attraversare il deserto e le sue dune per trovare la cima perfetta godendosi lo spettacolo mozzafiato: il tramonto dietro le montagne sabbiose.

-  **Regione:** Ica  
Provincia: Ica y Pisco  
Distretto: Paracas
-  Da 12 m s.l.m. a 786 m s.l.m.  335 000 ettari
-  Tutto l'anno
-  Da 15.5 °C a 32 °C  
Media annuale: 24 °C 





[www.peru.travel](http://www.peru.travel)



Seguici su:

 Visit Peru

 VisitPeru

 Perú

 Peru

 @VisitPeru

 Visitperu

 SERNANP Oficial



Una pubblicazione della Commissione Peruviana per La Promozione dell'Esportazione e del Turismo - PROMPERÚ. In collaborazione con SERNANP.

Calle Uno Oeste n° 50, piso 14, urb. Córpac, San Isidro, Lima – Perú

Telefono: (51-1) 616-7300

[www.promperu.gob.pe](http://www.promperu.gob.pe)

© PROMPERÚ. Tutti i diritti riservati.

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2019-18212

Imprenta: Lance Gráfico S.A.C. (calle Mama Ocllo 1923, Lince)

Lima, diciembre 2019.

**DISTRIBUZIONE GRATUITA. PROIBITA LA VENDITA**