

# GUATEMALA

ANTIGUA — LAGO ATITLÁN

TIKAL — LIVINGSTON — COPÁN

Hoteles 4\* | Media pensión | 12 días



Misterioso y desafiante, Guatemala es el país más diverso de Centroamérica, con paisajes y experiencias que llevan décadas cautivando a los viajeros. Sus **ciudades coloniales**, con un impresionante legado arquitectónico; su **naturaleza exuberante**, con volcanes activos, selvas tropicales y lagos que te dejan sin respiración; nos deslumbrará el riquísimo **patrimonio cultural maya**, cuyas tradiciones podremos comprobar que siguen completamente vivas, y donde los aficionados a la **arqueología** se sentirán recompensados con sus pirámides, estelas, ciudades y templos precolombinos.

Nos espera el esplendor de la ciudad de **Antigua**, verdadera joya colonial, cuyas calles empedradas nos trasladarán al siglo XVII. El paisaje que descubriremos en nuestra visita al **Lago Atitlán** (para el escritor Aldoux Huxley el lago más bello del mundo), nos maravillará; visitaremos en **Chichicastenango** el mercado callejero indígena más importante de Latinoamérica; conoceremos la cultura garífuna en un enclave caribeño como el de **Livingston**, desde donde remontaremos el **Río Dulce** en lanchas en una agradable excursión por la selva tropical; y como no, podremos admirar algunas de las ciudades más espectaculares del mundo maya, como la de **Copán** (cruzaremos la frontera hondureña para visitarlas), **Iximché**, y ya en el corazón de la selva de Petén, **Yaxhá** y la deslumbrante joya de la corona: **Tikal**.

Esto y mucho más dará de sí nuestro intensa y variada estancia en Guatemala, un país que te sorprenderá y, a buen seguro, te dejará una huella imborrable.

# PROGRAMA BASE

Del 9 al 20 de enero de 2025

| FECHA                          | Día | CIRCUITO                                                                                            |
|--------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| jueves, 9 de enero de 2025     | 1   | MADRID – CIUDAD DE GUATEMALA                                                                        |
| viernes, 10 de enero de 2025   | 2   | CIUDAD DE GUATEMALA – Ruinas de COPÁN (Honduras)                                                    |
| sábado, 11 de enero de 2025    | 3   | COPÁN – Quirigua – RÍO DULCE                                                                        |
| domingo, 12 de enero de 2025   | 4   | RÍO DULCE – Livingston – EL REMATE                                                                  |
| lunes, 13 de enero de 2025     | 5   | EL REMATE – Ixpanpajul – Yaxhá – EL REMATE                                                          |
| martes, 14 de enero de 2025    | 6   | EL REMATE – Ciudad de Tikal – CIUDAD DE GUATEMALA (vuelo)                                           |
| miércoles, 15 de enero de 2025 | 7   | CIUDAD DE GUATEMALA – San Andrés Itzapa – Santa Catarina Palapó – San Antonio Palapó – LAGO ATITLÁN |
| jueves, 16 de enero de 2025    | 8   | LAGO ATITLÁN – Chichicastenango – LAGO ATITLÁN                                                      |
| viernes, 17 de enero de 2025   | 9   | LAGO ATITLÁN – San Juan La Laguna – Santiago Atitlán – ANTIGUA                                      |
| sábado, 18 de enero de 2025    | 10  | ANTIGUA: visita de la ciudad                                                                        |
| domingo, 19 de enero de 2025   | 11  | ANTIGUA – Tour Guatemala Ciudad – MADRID                                                            |
| lunes, 20 de enero de 2025     | 12  | Llegada a MADRID                                                                                    |

## Día 1: MADRID – Ciudad de GUATEMALA

Cena en **HOTEL CLARION SUITES GUATEMALA**.

Presentación en el aeropuerto de Madrid tres horas antes de la salida. Trámites de embarque y salida a las 12.05 del vuelo IB00221 de la compañía IBERIA con dirección a Ciudad de Guatemala. Llegada a las 16.55 hora local. Después de los trámites de entrada, traslado al hotel.

Probablemente el término que mejor defina a **GUATEMALA** sea el de “autenticidad”. Por un lado,



mantiene gran parte de las tradiciones ancestrales por los más de 9 millones de habitantes indígenas descendientes directos de la civilización maya, y por otro, ha visto desarrollar como quizá en ninguna otra parte, la cultura colonial a cargo de los “ladinos”, mestizos descendientes de los españoles.

Alojamiento en **HOTEL CLARION SUITES GUATEMALA**.

## Día 2: Ciudad de GUATEMALA – Ruinas de COPÁN (Honduras)

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Por la mañana salida hacia la zona arqueológica de Copán, localizada en la parte oeste de **HONDURAS**. Tras realizar los trámites aduaneros en el paso fronterizo de El Florido, ingresaremos en territorio hondureño.

Después del almuerzo, visita del **yacimiento arqueológico de Copán (Patrimonio de la UNESCO)**, conocido como *Xuxpi* por los mayas, fue la ciudad maya que dominó el sur de su territorio. Sus grandiosas esculturas de piedra y sus intrincados jeroglíficos hacen de Copán una atracción inolvidable a lo largo de la Ruta Maya. Así como Tikal es conocida por tener los templos más altos, y Palenque por sus paneles de relieve en piedra caliza, **COPÁN** es famosa porque aquí la escultura maya alcanzó su máximo nivel artístico; de hecho, posee más estelas y altares que ningún otro asentamiento maya.

Visitaremos lo más destacado del sitio, entre lo que destacamos el **Juego de Pelota**, la segunda mayor de Centroamérica; la **Gran Plaza**, donde se alzan nueve magníficas estelas de toba volcánica, escupidas con profusión de detalles. El monumento más famoso de Copán es la **Escalinata de los Jeroglíficos**, del año 755 d.C., una especie de árbol genealógico de la dinastía copaneca que consiste en una escalera con 63 escalones de piedra, decorada con 2.500 glifos que cuentan la historia de la casa real de Copán. La **Acrópolis**, un grupo de templos reservado a la realeza y los nobles donde se celebraban ceremonias y se enterraba a los reyes. En la **plaza Occidental**, se halla el templo 16, con el famoso **altar "Q"**, cuyo original veremos en el museo del yacimiento.



Posteriormente visitaremos el **Museo de la Escultura**, al que se accede por la boca de una serpiente, se recorren las entrañas de la bestia y de pronto se llega a un mundo fantástico de escultura y luz. Se exhiben una gran cantidad de esculturas mayas, entre las que destacamos la réplica a tamaño real y a color del **templo Rosalila**, descubierto casi intacto en 1989. También el **altar Q** y las principales estelas.

Finalizada la visita, nos trasladamos a nuestro hotel en Copán.

Alojamiento en **HOTEL MARINA COPAN**.

### Día 3: COPÁN – Quirigua – RÍO DULCE

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Dejamos atrás Copan, y ponemos rumbo al **Caribe guatemalteco**, con su naturaleza tropical desbordante, donde se encuentra el **lago Izabal**, el más grande del país, que desemboca en el río Dulce y este a su vez en el mar Caribe. Antes de llegar, realizaremos una parada en **QUIRIGUÁ**, ciudad hermana de Copán y uno de los dos grandes centros mayas del sur. Visita del **sitio arqueológico de Quirigua (Patrimonio de la**



**UNESCO**), un yacimiento de singular importancia, perteneciente al periodo clásico temprano, que posee las estelas más altas de la civilización maya, algunas de las cuales superan los 10 m de altura. Conoceremos la **Gran Plaza**, donde se encuentran once de las más grandes esculturas mayas que se conocen de Mesoamérica, así como monumentos zoomorfos. Destaca la **Estela E**, la más grande labrada por los antiguos mayas, con un peso de 65 toneladas, finamente labrada. La **Acrópolis**, un centro residencial y administrativo, conformado por una gran plataforma que sostiene 6 edificios palaciegos con la clásica bóveda maya, muros decorados con mosaicos y estuco. El **Juego de Pelota**, quizás el más pequeño de todo el territorio maya, destinado a la actividad física de carácter ceremonial.

Finalizada la visita, nos dirigimos hacia el Catamaran Island Hotel, ubicado entre el gran lago de Izabal y el cañón de Río Dulce, para conocer el **pueblo garífuna**, una cultura ancestral proclamada por la **UNESCO como Patrimonio Cultural Inmaterial** de la Humanidad en 2001, que tiene su origen en la unión de tres culturas; africana, arawak y caribes. Este nuevo grupo étnico tiene su propia lengua, sistema de creencias, alimentos y practicas ancestrales de la agricultura, danzas y cantos que se unen a su espiritualidad.

Alojamiento en **CATAMARAN ISLAND HOTEL**.

## Día 4: RÍO DULCE – Livingston – EL REMATE

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Por la mañana nos trasladarnos en lancha hasta la **bahía de Amatique**, donde se halla el poblado afro-caribeño de **LIVINGSTON**, una localidad mayoritariamente garífuna que no tiene nada que ver con el resto de Guatemala. Daremos un **paseo por Livingston** para conocer esta singular cultura con su peculiar mezcla de colores, sabores y ritmos. El pueblo hay que recorrerlo caminando y disfrutar el ambiente caribeño: casitas de colores al borde del agua, ambiente de leve indolencia con un fondo de *reggae* y un delicioso olor a pescado a la brasa que parece flotar permanentemente en el aire.

Posteriormente, **navegaremos por el Río Dulce**, de excepcional riqueza ecológica. El cañón en la desembocadura del río sobre la bahía ofrece una belleza escénica singular, por su vegetación y por ser refugio para muchas aves marinas. Cruzaremos la selva tropical y realizaremos varias paradas por el camino. La primera de ellas será en un museo de arte indígena fundado por la **asociación Ak'Tenamit**, ONG que trabaja para mejorar las condiciones de vida de los mayas kekchi de la región. Nos adentraremos en un desfiladero llamado *cueva de la Vaca*, cuyas paredes están cubiertas de grandes marañas de vegetación selvática y los cantos de los pájaros tropicales llenan de ruido el aire húmedo. Posteriormente nos sorprenderá La *isla de Pájaros*, en realidad dos islas en las que habitan miles de aves acuáticas, situadas en medio del lago *El Golfete*. Continuaremos río arriba viendo durante el recorrido lujosas villas y hangares, yates de gran porte, veleros y embarcaciones de recreo, hasta alcanzar el **lago Izabal** y continuaremos hasta el **Castillo de San Felipe** (vista desde el exterior), fortaleza



construida en 1652 para impedir que los piratas asaltaran los pueblos y caravanas comerciales de Izabal, pero que finalmente sucumbió antes una hueste de piratas en 1686.

Finalizada la excursión, desembarcaremos en el muelle de Río Dulce para continuar en autobús nuestro periplo en dirección a la **selva de Petén**, donde llegaremos al finalizar la tarde.

Alojamiento en **CAMINO REAL TIKAL**.

## Día 5: EL REMATE – Ixpanpajul – Yaxhá – EL REMATE

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Corazón del Mundo Maya, **EL PETÉN**, es el departamento más grande de Guatemala, aunque se halla muy poco poblado. Un tercio de esta región ha sido protegido bajo la denominada **Reserva de la Biosfera Maya**, que con sus 21.000 km<sup>2</sup> ocupa la parte norte de la región. La gran variedad de animales, aves y plantas resulta tan apasionante como los misterios de las antiguas ciudades mayas.

Por la mañana salida hacia el **Parque Natural**, un esplendoroso bosque de 450 hectáreas, refugio natural de una amplia variedad de animales, plantas y árboles que han decidido quedarse en este lugar, cuna



de la cultura maya. En el parque pueden observarse guacamayas, pájaros carpinteros o tucanes. Realizaremos una ***caminata por seis puentes colgantes*** de más de 100 metros de largo, y serpenteantes senderos desde



los que observaremos desde una altura privilegiada, la rica flora y fauna local de manera única. Durante los aproximadamente 3 kilómetros del recorrido, observaremos los distintos estratos del bosque tropical y culminaremos en la cima del **cerro Miramás**, desde donde podremos contemplar la majestuosidad de la selva y la belleza del **lago Petén Itzá**, de una tonalidad azul, en cuya ribera conviven diferentes comunidades de tradiciones nativas.

La tarde la dedicaremos a recorrer el **yacimiento arqueológico de Yaxhá**,

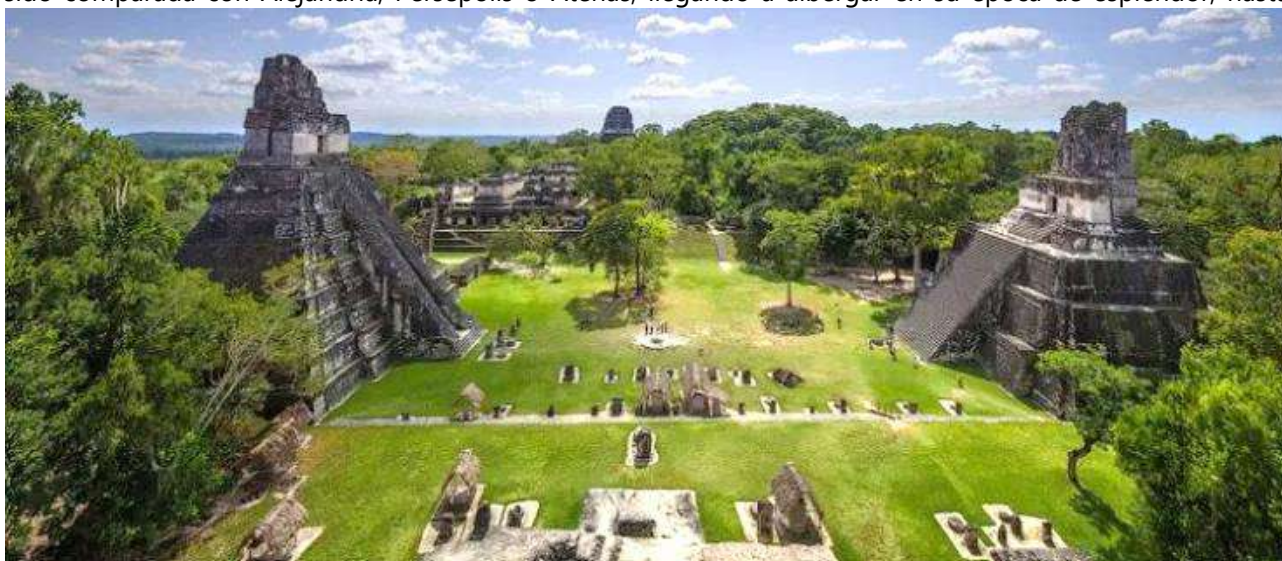
capital de un extenso territorio que dominó la parte noreste de Petén, aunque tuvo vínculos muy fuertes con la ciudad de Tikal, Caracol, en Belice, y Calakmul en México. Este parque nos permitirá apreciar una combinación equilibrada de biodiversidad y patrimonio cultural prehispánico. Recorreremos algunos de los lugares más interesantes del sitio, como la **Acrópolis**, el **Juego de Pelota**, el **Gran Complejo Astronómico** (la construcción más antigua), hasta llegar al **templo 216** ("de las Manos Rojas"), con más de 30 m de altura, desde cuya cima podrás apreciar un **espectacular ocaso del sol**, una verdadera experiencia natural y cultural, acompañado solamente por el canto de las aves y el inconfundible sonido de los monos aulladores. Verás como el paisaje se transforma a medida que avanza el ocaso, el sol refleja sus últimos rayos en la **laguna sagrada de Yaxhá** y despierta la selva tropical.

Alojamiento en **CAMINO REAL TIKAL**.

## **Día 6: EL REMATE – Ciudad de Tikal – Ciudad de GUATEMALA (vuelo)**

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

A primera hora de la mañana salida para conocer la **mayor ciudad maya descubierta** hasta la fecha, y uno de los puntos neurálgicos de nuestro viaje: **TIKAL**. Sin duda el mayor exponente de la cultura maya, ha sido comparada con Alejandría, Persépolis o Atenas, llegando a albergar en su época de esplendor, hasta



100.000 personas. Elevadas **pirámides** que despuntan sobre el dosel de la selva para atrapar el sol, avenidas plagadas de **altares** y **estelas**, y su maravilloso **entorno selvático**, acompañado por los gritos de los monos aulladores, papagayos y tucanes, dotan a este maravilloso lugar de una belleza y misterio únicos. En definitiva,

estamos no solo ante la más impresionante de las antiguas ciudades mayas, sino ante uno de los enclaves arqueológicos más importantes del mundo.

Visita del **yacimiento arqueológico de Tikal (Patrimonio de la UNESCO)**, que cuenta con alrededor de 5.000 edificios prehispánicos en un área de aproximadamente 16 km<sup>2</sup>, de los cuales únicamente el 5% se



encuentra restaurado y habilitado para su visita. Entre sus principales estructuras se encuentran la **Gran Plaza**, que acogía a miles de personas de todo el reino para asistir a celebraciones conmemorativas. Se halla rodeada de edificios, como el **templo del Gran Jaguar** (Templo I), utilizado para diversas ceremonias rituales y considerado como la puerta al inframundo; el **templo de las Máscaras** (Templo II), de carácter funerario ceremonial; la **Acrópolis Norte**, donde se encuentran la mayoría de las estelas y altares de

Tikal y donde su enorme plataforma contiene 8 templos funerarios construidos a lo largo de más de 300 años. La **Acrópolis Central**, un laberinto de estructuras dispuestas en una serie de patios internos donde residían los nobles; el **templo de la Serpiente Bicéfala** (Templo IV) y el **templo de las Inscripciones** (Templo VI), así como plazas, conjuntos conmemorativos de este Mundo Perdido, como **juegos de pelota**, complejos de **pirámides gemelas**, una enorme colección de monumentos tallados y gran cantidad de estructuras periféricas a su alrededor, muchas de las cuales carecen de función conocida.

Finalizada la visita nos trasladamos el aeropuerto Mundo Maya en la ciudad de Santa Elena de la Cruz, que se encuentra a una hora de camino, para tomar el vuelo (17.30-18.30) con destino Ciudad de Guatemala.

Alojamiento en **HOTEL CLARION SUITES GUATEMALA**.

## **Día 7: Ciudad de GUATEMALA – San Andrés Itzapa – Santa Catarina Palapó – San Antonio Palopó – LAGO ATITLÁN**

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Salida hacia el interior del Altiplano indígena para conocer la cultura viva del pueblo maya. Nuestro destino final será el lago Atitlán. Antes realizaremos una parada en **SAN ANDRÉS ITZAPA**, pueblito fundado en 1624, donde se mezclan, al igual que en otras localidades guatemaltecas, la fe católica y el culto a las antiguas creencias mayas. Visitaremos el **Antiguo Templo de San Simón**, un santuario dedicado al santo pagano **Maximón** (san Simón). El culto a este santo es común en toda la región del Altiplano de Guatemala. Este Maximón, resulta particularmente interesante porque los devotos que acuden a él son en su mayoría ladinos. Las paredes están cubiertas de placas llevadas allí desde todos los rincones de Guatemala, e incluso de México y El Salvador.



Tras la visita, continuación al **LAGO ATITLÁN**, uno de los lugares más hermosos de Guatemala y para muchos, el lago más bonito del mundo. Tres espectaculares volcanes, Tolimán, Atitlán y San Pedro, forman el

marco natural del lago que cuenta con una superficie de 125 km<sup>2</sup> y se encuentra a 1.560 metros sobre el nivel del mar. Además de las montañas y volcanes, el lago complementa su belleza con carreteras panorámicas, playas y poblados ribereños, algunos de los cuales visitaremos durante nuestra estancia.



A nuestra llegada visitaremos por carretera dos pueblitos que se encuentran a la orilla del lago. El primero de ellos, **Santa Catarina Palapó**, cuyos habitantes pertenecen a la etnia cakchiquel y siguen practicando sus tradiciones ancestrales con gran orgullo. Sus casas están decoradas con diseños y colores de güipiles. A unos 5 km se encuentra **San Antonio Palapó**, enclavado en el fondo de una cala

del lago que se distribuye en terrazas por la ladera de la colina, destaca el color blanco de sus casas.

Alojamiento en **HOTEL ATITLÁN**.

## Día 8: LAGO ATITLÁN – Chichicastenango – LAGO ATITLÁN

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Al **amanecer**, cuando el cielo está despejado y el aire es increíblemente puro, es cuando el **lago Atitlán** revela toda su majestuosidad. Entonces el agua se convierte en un espejo y las nubes rodean las cimas de los volcanes formando un techo sobre el lago: es la hora mágica.

Salida hacia **CHICHICASTENANGO**, una apacible ciudad con un misterioso pasado que se ha convertido en uno de los principales destinos turísticos del Altiplano. Sus dos grandes atractivos son su enorme mercado bisemanal y el sincretismo religioso propio del lugar, donde costumbres mayas y cristianas se entrelazan en una sola. El **mercado de Chichicastenango** es uno de los más bonitos y grandes de toda Latinoamérica. Los comerciantes bajan los días jueves y domingos hasta la plaza central para vender sus artículos en este impresionante mercado indígena, con más de 2.000 puestos y que poco ha variado durante siglos. Los puestos inundan las calles del centro de "Chichi" repletos de artesanía para el hogar, huipiles, cerámica, frutas y mucho más, en una explosión de color.



contexto de sincretismo religioso, que podremos comprobar en sus 18 escalones (que representan los 18 meses del calendario maya) que dan acceso a la entrada.

A continuación, visita del **Museo de Máscaras**, que alberga una impresionante colección de **máscaras de madera** utilizadas en diversas ceremonias y rituales tradicionales guatemaltecos. Además, también se exhibe una variedad de **trajes ceremoniales** elaborados por artesanos guatemaltecos. También tendremos oportunidad de degustar la bebida ancestral maya "**la cucha**", vinculada a ceremonias ancestrales.

Posteriormente, visita de la **Iglesia de Santo Tomás** (1540), una de las más antiguas de Guatemala. En la misma se producen rituales mayas, en un

Finalmente, visitaremos el **cementerio de los mil colores**, un peculiar camposanto, situado en lo alto de un cerro, salpicado de panteones y lápidas multicolores, que delata costumbres ancestrales y una intensa conexión de los vivos con sus antepasados, difícilmente comprensible desde la tradición católica. Y es que para la etnia Quiché, que habita la región, la muerte es de colores, y cada color tiene un significado. Un universo caótico y mágico, paradójicamente lleno de vida.

Alojamiento en **HOTEL ATITLÁN**.

## Día 9: LAGO ATITLÁN – San Juan La Laguna – Santiago Atitlán – ANTIGUA

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Por la mañana, realizaremos una **excursión en lancha** para tomar contacto con las gentes que pueblan este lago volcánico, y visitar sus dos pueblos más representativos. Las aguas del lago permanecen en calma por la mañana, pero al caer la tarde, permiten la entrada del viento del norte, *xocomil*, un misterioso fenómeno que como si de un encantamiento se tratara, altera la calma de las lanchas que transitan por el lugar.

Visitaremos en primer lugar **San Juan de la Laguna**, perteneciente a la etnia maya tz'utujil. Entre café, algodón, banano y maíz, aparece este pequeño pueblo cuyas calles empedradas y empinadas hacia las orillas del lago le otorgan un aspecto único. Las mujeres visten faldas a rayas y huipiles bordados de flores coloridas,



aves y estrellas. Durante nuestro tour tendremos oportunidad de conocer la **asociación LEMA**, constituida por un grupo de mujeres tejedoras que fabrican textiles con tintes naturales. También nos encontraremos con artesanos y pintores que nos mostraran las tradiciones culturales y artísticas del lugar.

Continuación en lancha hasta **Santiago de Atitlán**, donde las mujeres llevan faldas de rayas moradas y huipiles bordados con coloridos dibujos de aves y flores, mientras que algunos ancianos siguen vistiendo pantalones bordados con rayas blancas. Visitaremos la **iglesia de Santiago Apóstol**, construida en el año 1547 y decorada con santos católicos, que llevan el traje típico del Tzutuhil (maya) de la región, en una mezcla entre la fe católica y de la fe pre colonial de los mayas. Una de las características singulares del municipio, es que aquí se venera a **Maximón**, un santo pagano que vive cada año en casa de una familia diferente del pueblo. Se trata que es una deidad originada del sincretismo entre el apóstol Simón Pedro y Rijlaj Mam, un poderoso dios del inframundo a quien los mayas clásicos ofrecían tabaco y bebida para que cuidase de sus mujeres e hijas mientras ellos trabajaban en el campo. Hoy a Maximón puede pedírsele cualquier cosa, y es tan "poderoso" que ha ganado adeptos en toda América Latina.

Finalizada la visita, regresamos en lancha a Panajachel y traslado en autobús hasta Antigua Guatemala.

Alojamiento en **CAMINO REAL ANTIGUA**.

## Día 10: ANTIGUA: visita de la ciudad

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

A la sombra de tres volcanes, Agua, Fuego y Acateño y entre las montañas y los cerros del oeste del país, se esconde **ANTIGUA**, el primer asentamiento europeo en tierras guatemaltecas (1543), y el resultado de la mezcla entre los españoles y los indígenas, que dio como resultado un arte singular: el colonial guatemalteco. Con sus calles empedradas, iglesias, sus mercados, y sus colores, evoca una realidad de otro tiempo. Antigua conjuga arquitectura colonial y cultura maya, dos elementos que la convierten en una joya ideal que iremos descubriendo con calma.



Por la mañana, realizaremos la **visita de la ciudad de Antigua (Patrimonio de la UNESCO)**, que comenzaremos en el **Cerro de la Cruz**, desde donde disfrutaremos de una magnífica panorámica de la ciudad colonial.

Antigua Guatemala fue diseñada con arreglo a un trazado en damero inspirado en los principios del Renacimiento italiano con un patrón de líneas rectas a partir de la **Plaza de Armas** (Parque Central), creada en 1541 y alrededor de la cual se encuentran los principales edificios gubernamentales. Al sur, el antiguo *Palacio de la Capitanía General*, (1558), residencia del virrey y centro gubernamental de toda Centroamérica; al norte de la plaza se halla el *Palacio del Ayuntamiento*, sólida estructura de arcos del s. XVIII; al este encontramos el *Palacio Episcopal* y la *Catedral de Santiago*, de 1699, se desmoronó unos años después por el terremoto de 1717, quedando el edificio mucho más sobrio, con la mitad posterior de la estructura original en ruinas y el interior casi desprovisto de ornamentación.

Realizaremos una parada en el **Arco de Santa Catalina**, auténtico símbolo de la ciudad, pintado de un tono amarillo especialmente llamativo, construido con el fin de que las monjas de clausura pudieran cruzar



entre los edificios de los que se componía el convento sin que fuesen vistas. Aquí podremos tomarnos la foto de rigor, con el icónico arco y el volcán de Agua de fondo. Posteriormente, visita de la **Iglesia de Nuestra Señora de la Merced**, bellísima construcción del siglo XVI, con una fachada churrigueresca de estuco blanco sobre fondo amarillo, enmarcada por dos torres-campanarios, con una exuberante profusión de motivos,

especialmente racimos de uva. También podremos ver el exterior de la **iglesia de Nuestra Señora del Carmen**, magnífico ejemplo del barroco guatemalteco que, a pesar de quedar en ruinas su interior por el terremoto de 1773, su fachada quedó en un relativo buen estado que permite imaginar la majestuosidad de su construcción.

Continuamos con la **Iglesia de San Francisco**, que data del s. XVI. Muy rica en arte colonial, especialmente en retablos y pinturas barrocas, destacan sus columnas salomónicas, características del barroco español. Aquí se venera al santo Pedro de San José de Betancur, monje franciscano nacido en Tenerife que fundó un hospital para pobres en Antigua.

Después del almuerzo visitaremos el **Museo del Hotel Casa Santo Domingo**, que rezuma historia por todos sus poros. El **convento de Santo Domingo** fue el más rico de toda la Capitanía General de Guatemala. La primera construcción, de carácter provisional, se desarrolló durante el siglo XVI, y la iglesia estaba considerada como la más suntuosa de la región comprendida entre México y el Perú. Conoceremos el denominado **Paseo de los Museos** y visitaremos los más importantes: **el Museo de Arte Colonial (Casa Santo Domingo)** y **el Museo de Arte Precolombino y Vidrio Moderno**. El Museo Colonial contiene obras producidas durante los siglos XVI, XVII y XVIII y principios del XX, con pinturas religiosas, piezas de platería, esculturas y gran formato de objetos religiosos; el segundo museo ofrece una muestra comparativa de objetos prehispánicos elaborados en cerámica, piedra y otros de vidrio reciente.

Dispondremos del resto de la tarde libre para disfrutar a nuestro aire de esta hermosa ciudad.

Alojamiento en **CAMINO REAL ANTIGUA**.

## Día 11: ANTIGUA – Tour Guatemala Ciudad – MADRID

Desayuno americano en el hotel. Almuerzo en **RESTAURANTE LOCAL**.

Nos despedimos de Antigua, y partimos hacia la capital para tomar nuestro vuelo de vuelta a España. Pero antes de despedirnos de este bello país que hemos conocido juntos, realizaremos una breve **visita panorámica de Ciudad de Guatemala** desde nuestro autobús por sus arterias más importantes y monumentos representativos, y de los que destacamos la **Plaza de la Constitución** (Parque Central),



inaugurada en 1776, aquí se llevan a cabo los eventos más importantes del país. Se encuentra rodeada al norte por el **Palacio Nacional**, edificio construido en 1939, es la sede del Gobierno. Es conocido como “el gran guacamole”, por su curioso color verde. Al este de la plaza se halla **la Catedral Metropolitana**, construida entre 1782 y 1815, se trata de una edificación austera, pero con elementos propios del neoclásico y ha resistido numerosos terremotos. Al sur, el **Portal del Comercio**, y al oeste por el **Parque Centenario** y la **Biblioteca Nacional de Guatemala**. El **Palacio Nacional de la Cultura**, levantado entre 1936 y 1943, está dedicado a actividades artísticas y exposiciones temporales.

Después del almuerzo, traslado al Aeropuerto Internacional La Aurora, de Ciudad de Guatemala, para abordar nuestro vuelo internacional con destino Madrid-Barajas. Nuestro vuelo a España es el vuelo IB06342 con salida a las 18.25 horas. Noche en vuelo.

## Día 12: Llegada a MADRID

Llegada al aeropuerto de MADRID a las 12.40 hrs. Recogida de equipajes.

**FIN DE NUESTRO VIAJE**

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

|                                                                   |                   |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>PRECIO POR PERSONA</b> en hab. doble<br>(incluye tasas aéreas) | <b>3.695,00 €</b> |
| <b>Suplemento habitación individual</b>                           | <b>825,00 €</b>   |

## HOTELES PREVISTOS

| Ciudad     | Noches | Hoteles                                                                                                                |
|------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GUATEMALA  | 1      | Hotel Clarion Suites Guatemala ****<br><a href="https://clarionguatemala.com/">https://clarionguatemala.com/</a>       |
| COPÁN      | 1      | Hotel Marina Copan ****<br><a href="https://hotelmariacopan.com/es/">https://hotelmariacopan.com/es/</a>               |
| RÍO DULCE  | 1      | Catamaran Island Hotel ***<br><a href="https://hotelcatamaran.com/">https://hotelcatamaran.com/</a>                    |
| EL REMATE  | 2      | Camino Real Tikal ****<br><a href="https://www.caminorealtikal.com.gt/">https://www.caminorealtikal.com.gt/</a>        |
| GUATEMALA  | 1      | Hotel Clarion Suites Guatemala ****<br><a href="https://clarionguatemala.com/">https://clarionguatemala.com/</a>       |
| PANAJACHEL | 2      | Hotel Atitlán ****<br><a href="https://www.hotelatitlan.com/es">https://www.hotelatitlan.com/es</a>                    |
| ANTIGUA    | 2      | Camino Real Antigua *****<br><a href="https://www.caminorealantigua.com.gt/">https://www.caminorealantigua.com.gt/</a> |

## CUADRO DE VUELOS INTERNACIONALES



| FECHA     | VUELO   | SALIDA    | HORARIO | LLEGADA   | HORARIO    |
|-----------|---------|-----------|---------|-----------|------------|
| 09-ene-25 | IB00221 | Madrid    | 12.05   | Guatemala | 16.55      |
| 14-ene-25 | TAG     | Flores    | 17.30   | Guatemala | 18.30      |
| 19-ene-25 | IB00222 | Guatemala | 18.25   | Madrid    | 14.15 (+1) |

### El precio incluye:

- Billete de avión de los vuelos internacionales con la compañía IBERIA.
- Vuelo doméstico Flores-Ciudad de Guatemala.
- Tasas aéreas al 13-07-2024.
- Alojamiento en habitación doble en los hoteles mencionados o similares.
- Régimen del circuito de **media pensión** (almuerzos) desde el día 2 de viaje hasta el día 11 de viaje, ambos inclusive. Se incluye también la cena el día de la llegada a Ciudad de Guatemala.

- **Acompañante de Nuestro Pequeño Mundo Viajes desde Madrid** durante todo el recorrido.
- **Guía certificado de Guatemala de habla castellana** durante todo el circuito.
- **Guía local para la visita de Copán y Tikal.**
- Traslados en **bus privado** con aire acondicionado.
- Paseo en **bote privado** sobre el Río Dulce – Livingston – Río Dulce.
- **Paseo en lancha por el lago Atitlán.**
- Puentes colgantes en **Ixpanpajul.**
- Todos los **traslados, visitas y entradas** que se especifican en el programa. Pudiéndose alterar el orden de las mismas según las condiciones de cada día.
- Visita de los siguientes Patrimonios de la Humanidad de la UNESCO:
  - **Antigua** Guatemala, 1979.
  - Parque Nacional de **Tikal**, 1979.
  - Parque arqueológico y ruinas de **Quiriguá**, 1981
  - Sitio maya de **Copán** (Honduras), 1980
- **Libro de viaje** con todos los detalles del programa, información del país, consejos prácticos y recomendaciones, además de las informaciones necesarias para el viaje.
- Seguro de viaje con **coberturas de asistencia médica y sanitaria hasta 5.000.000 euros**, y con **cobertura de gastos de cancelación** por motivos graves de enfermedad, justificados, **de hasta 15.000 euros**.

### No se incluye:

- Propinas
- Bebidas en las comidas
- Cualquier otro servicio no especificado en el itinerario del viaje

### Inscripción en el viaje:

En el momento de la solicitud de plaza en el viaje, **es imprescindible abonar la cantidad fijada en el calendario de pagos en concepto de depósito**. Ninguna inscripción o prerreserva será considerada válida hasta no formalizar este requisito.

El resto de pagos se realizará conforme a los plazos indicados en el citado calendario.

### Condiciones generales del viaje:

- **Viaje afecto y conforme a los artículos 155 del Real Decreto-ley de Viajes Combinados 23/2018 de 21 de diciembre**, salvo en lo que se refiere a los gastos de anulación del viaje, ya que se trata de un viaje organizado con condiciones especiales de contratación.
- Condiciones de gastos de cancelación:
  - **Antes del 7 de octubre NO se generarán gastos de cancelación.** Es decir, que si antes de esa fecha, tenéis que anular, se os devolverá lo entregado hasta el momento.
  - Entre 95 y 61 días antes de la salida: 10% del importe del viaje.
  - Entre 60 y 46 días antes de la salida: 25% del importe del viaje.
  - Entre 45 y 31 días antes de la salida: 60% del importe del viaje.
  - Entre 30 y 01 días antes de la salida o la no presentación, 100 % gastos.
- Calendario de pagos:
  - A la reserva, entrega en concepto **de depósito y confirmación 1.000,00 euros** por persona.
  - Del 07 al 11 de octubre de 2024: 1.000,00 euros.
  - Del 02 al 07 de diciembre de 2024: resto pendiente de pago.

- Precios calculados para un mínimo de 20 personas
- Precios susceptibles de variación en caso de posibles aumentos de tasas y carburante, así como si se produjera una variación importante en la cotización del dólar. Cambio tomado de referencia: 1 EUR = 1,09 USD (al día 13-07-2024).
- La inscripción en este viaje implica la aceptación del cliente de las condiciones de contratación anteriormente expuestas.

### **Documentación necesaria para este viaje:**

Para los españoles se exige pasaporte en vigor con una validez de, al menos, 6 MESES, desde la fecha de regreso a España.

### **Nota importante:**

Todos los detalles del programa, así como las informaciones contenidas en el libro de viaje, se elaboran con mucha antelación con objeto de ayudar al cliente a conocer los principales detalles del destino. Por ello, debe tomarse únicamente a título informativo como una base a lo programado.

Si por cualquier circunstancia ajena a nuestra voluntad, alguna de las visitas indicadas no pudiera llevarse a cabo, el coordinador del viaje decidirá en consecuencia cuál es la mejor solución.

### **Sanidad / vacunas para este viaje**

No es obligatoria ninguna vacuna. Como siempre, recomendamos que consultéis los servicios de Sanidad Exterior de la respectiva Comunidad Autónoma

### **Observaciones generales:**

- Como suele ser habitual en nuestros viajes, el programa es muy completo e intenso, por lo que será necesaria una rigurosa puntualidad para cumplir con todas las visitas previstas.
- Los asientos en el autobús serán rotativos, y asignados por la propia agencia antes de iniciar el circuito. Obviamente, una vez ubicados todos en vuestros asientos, os podréis mover libremente y ocupar los asientos que queden libres.
- En algunos destinos, la categoría de hoteles en estrellas no coincide con los estándares acostumbrados. Puede consultar los hoteles seleccionados para este viaje haciendo clic en el enlace del hotel. El tipo de habitación ofertada es la estándar.
- Nuestro Pequeño Mundo solicita siempre habitaciones tipo estándar para todos los viajeros en todos los hoteles incluidos en el viaje. El reparto de las habitaciones lo realiza cada hotel de forma estrictamente aleatoria, para que en caso de existir habitaciones de características mejores que otras, todos los viajeros tengan las mismas opciones de acceder a ellas.
- Las imágenes y fotografías contenidas en el libro de viajes son de función estética y no necesariamente hacen referencia exacta a los servicios, actividades, medios de transporte, comidas, localizaciones, etc. incluidas en el viaje.
- Las condiciones y precios indicados están sujetos a confirmación en el momento de la reserva.
- Los vuelos incluidos en el cuadro de vuelo están CONFIRMADOS. No obstante, los horarios pueden sufrir alguna variación, por lo que los horarios definitivos serán comunicados directamente a los viajeros cuando sean definitivos.

Si estás interesado en este viaje, contacta con:

Eugenio del Río 654 486 050

También puedes escribirnos a: [viajes@vagamundos.travel](mailto:viajes@vagamundos.travel)  
o consultar nuestra web: [www.vagamundos.travel](http://www.vagamundos.travel)



El responsable de la organización técnica, y donde también te pueden informar es:

**Nuestro Pequeño Mundo Viajes**

CV-Mm-288-A – CIF: B-53056636

José Andrés Salmerón

Inés Quesada

C/ Pérez Medina, 16 (Alicante)

TEL. 965 921 939



Recuerda:

**Hacer que tu viaje sea inolvidable  
depende, en gran parte, de ti.**



## GUATEMALA – Datos prácticos

Viajar a Guatemala es vivir una experiencia entre selvas, lagos, mares y volcanes, tierras donde los mayas buscaban asentarse.

El cacao fue una bebida de dioses. La obsidiana su metal. El jade su oro verde. Las tortillas y los tamales de maíz su principal alimento. Con una escritura jeroglífica ampliamente desarrollada, nos abren la puerta a su historia, plasmada en muros y papel amate.

Astrónomos y matemáticos fueron descubridores de grandes fenómenos como los eclipses solares y lunares. Con un ritual de vida o muerte, construyeron grandes campos para llevar a cabo el “Juego de Pelota”.

Guerreros de sí mismos, así fueron los mayas.

Aquí tienes algunos datos y consejos prácticos para que le puedas sacar más partido a tu viaje.

## Documentación necesaria para este viaje:

Las personas con nacionalidad española no necesitan visado para entrar en Guatemala siempre que el viaje sea inferior a 90 días y sea por motivos turísticos. Únicamente necesitarás el pasaporte con una vigencia mínima de 6 meses desde la fecha de regreso y rellenar el formulario de inmigración que te entregarán en el mismo avión.

## DINERO

La moneda de Guatemala, el quetzal (abreviado GTQ), se ha mantenido estable durante años a un tipo de cambio aproximado de 1 € = 8,43 Quetzal (11-07-2024). El quetzal se divide en 100 centavos.

El quetzal es emitido por el Banco de Guatemala. Está disponible en billetes de 1, 5, 10, 20, 50, 100 y 200 quetzales, y en monedas de 1, 5, 10, 25 y 50 centavos, así como en una moneda de 1 quetzal.

El pago con efectivo es el medio más utilizado. En algunas ciudades escasea el cambio, por lo que **asegúrate de llevar billetes pequeños** para los gastos del día a día, ya que la mayoría de los establecimientos de Guatemala manejan efectivo y no siempre aceptan billetes grandes, como los Q200 o incluso los Q100.



La moneda más aceptada es el **dólar estadounidense**, que lo toman en casi todas partes con diferentes tipos de cambio, aunque casi siempre resulta más ventajoso pagar con quetzales. El resto de monedas son poco menos que inútiles, aunque cada vez los **euros** se cambian en más lugares.

Lo mejor es **cambiar siempre en los bancos**, al cambio oficial y donde los billetes están verificados. Otra opción son las **casas de cambio** por lo general son más rápidas y suelen ofrecer un mejor cambio.

Evitar los cambios en la calle, ya que pueden producirse estafas.





## Cajeros automáticos

Hay cajeros disponibles en las principales zonas turísticas como como Antigua, Panajachel, Chichicastenango, Río Dulce y Flores, que aceptan tarjetas Visa (la más extendida) y otros que aceptan MasterCard; cualquiera de estas son la mejor opción para obtener dinero en efectivo en todo el país.

No hay que utilizar los cajeros automáticos que estén sin vigilancia por la noche (es decir, los instalados en un pequeño vestíbulo a la entrada del banco), sino buscar los que se encuentren en un entorno seguro (como dentro de los supermercados o centros comerciales).

## Tarjetas de Crédito

Muchas compras se pueden pagar con Visa, MasterCard o con la American Express, sobre todo en los hoteles y restaurantes de más categoría. El pago con tarjeta de crédito puede comportar un gasto adicional que suele oscilar entre el 5% y el 10%; hay que preguntar siempre si se aplica algún recargo.

A la hora de pagar con tarjeta, asegúrate de hacerlo de forma segura, y verificando que el terminal no tiene elementos extraños, ya que ha habido casos de clonación de tarjetas. Te recomendamos utilizar la tarjeta de crédito/débito sólo si es necesario y si es un establecimiento de confianza.

## Horario comercial (orientativos)

**Bancos:** de las 9.00 a 15.00 hrs de lunes a viernes. Sábados de 9.00 a 12.00 hrs.

**Restaurantes:** de 12.00 a 22.00 hrs.

**Grandes almacenes:** suelen tener horario continuo hasta las 20 horas, abriendo los domingos.

**Tiendas:** de 8.00 a 12.00 y de 14.00 a 18.00 hrs. Suelen cerrar los domingos.

## Diferencia horaria

En España hay +7 horas en invierno y + 8 horas en verano.

## Climatología y ropa

### Climatología

Las cuatro estaciones que normalmente se marcan en el hemisferio Norte, no se marcan en Guatemala. En su lugar, aquí solo se distingue la época lluviosa y la época seca.

La **temporada seca**, que va **de noviembre a abril**, es generalmente considerada la mejor época para viajar a Guatemala. Durante estos meses, el clima es más cálido y estable, con días soleados y pocas lluvias, lo que facilita la exploración de las impresionantes ruinas mayas de Tikal, el encantador lago de Atitlán y las históricas calles empedradas de Antigua Guatemala. Esta temporada es ideal para actividades al aire libre como senderismo, kayak y observación de aves. Sin embargo, esta también es la época más popular entre los turistas, lo que significa que los precios pueden ser más altos y los destinos más concurridos.

Si buscas una experiencia más tranquila y económica, considera viajar durante la **temporada de lluvias**, de **mayo a octubre**. Aunque te encontrarás con lluvias, generalmente son breves y ocurren por la tarde, lo que deja suficiente tiempo para disfrutar de las actividades matutinas

Las temperaturas estarán en torno:

|                   |                        |
|-------------------|------------------------|
| C. de Guatemala   | : Máx 24°C – Mín 14°C. |
| Copán             | : Máx 25°C – Mín 16°C. |
| Río Dulce         | : Máx 27°C – Mín 20°C. |
| Flores            | : Máx 27°C – Mín 18°C. |
| Panajachel        | : Máx 23°C – Mín 11°C. |
| Antigua Guatemala | : Máx 23°C – Mín 12°C. |

### Ropa

En general, las temperaturas son cálidas durante todo el año, pero debido a su geografía diversa, también se pueden encontrar zonas más frescas o incluso frías. Lo más recomendable es llevar ropa ligera y fresca, de algodón. Pero también algún jersey o cazadora para las noches, sobre todo para la zona del Altiplano, donde por las noches refresca.

Por otro lado, aunque vamos en época seca, lo normal es que algún día nos llueva, sobre todo de la selva de Peten, por lo que es aconsejable que eches en la maleta un impermeable o un paraguas.

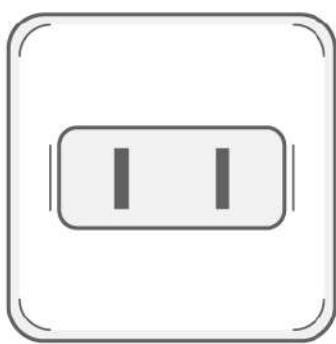
### Calzado

Como siempre calzado cómodo. En este circuito, tenemos algún recorrido medio, como la caminata por los seis puentes colgantes del Parque Natural Ixpanpajul, por lo que lo más recomendable es un buen par de cómodas zapatillas deportivas (si es posible que lleve goretex).

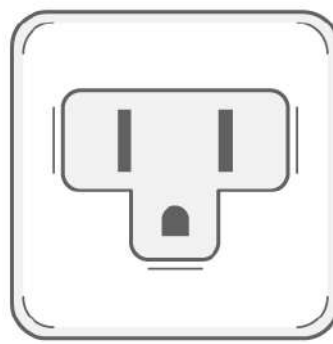
## Electricidad/Enchufes/Comunicaciones

La tensión de red en Guatemala es de 120 V a una frecuencia de 60 Hz. Los enchufes son de tipo A (dos clavijas planas) o B (tres clavijas).

Te recomendamos llevar contigo un adaptador para no tener problemas a la hora de conectar tus aparatos electrónicos.



Tipo A



Tipo B



### Internet

En Guatemala, la conectividad de internet y teléfono varía significativamente entre áreas urbanas y regiones remotas. Las ciudades y principales destinos turísticos disfrutan de buena cobertura de internet móvil y acceso a Wi-Fi en hoteles, restaurantes y cafés. Operadores locales ofrecen tarjetas SIM a precios accesibles para viajeros, facilitando la comunicación y el uso de aplicaciones de viaje.

Si quieres estar conectado durante todo el viaje con una **tarjeta SIM de datos**, puedes adquirirlas a tu llegada en cualquier tienda que tenga la etiqueta de móviles en la puerta. Existen tres compañías de telefonía móvil en el país: **Movistar** suele tener las tarifas más baratas, pero con más baja cobertura. Las compañías que más red tienen son **Tigo** y **Claro**. Se pueden conseguir tarjetas SIM a partir de 25 Q (precios de 2023). Asegúrate de que tu móvil esté liberado y admita tarjetas de otras compañías/países. En ocasiones existen problemas de compatibilidad, y puede que los móviles no funcionen.

## Gastronomía

La gastronomía de Guatemala es un reflejo de su rica herencia cultural, mezclando sabores mayas con influencias españolas. La gastronomía guatemalteca no solo deleita el paladar, sino que también cuenta la historia del país a través de sus sabores. Mientras que México tiene el taco como símbolo de su cocina, la gastronomía de Guatemala tiene el tamal.

Los mercados locales y las ferias gastronómicas ofrecen la oportunidad de probar una variedad de frutas exóticas y comidas callejeras.

Hay que decir que Guatemala no es una tierra de alta gastronomía, salvo Antigua, lugar de gran tradición, y donde se encuentran los mejores restaurantes del país.



## Especialidades culinarias típicas guatemaltecas

**El Kak'ik:** en lengua indígena *kak* significa “rojo”, e *ik* “caliente”. Es un plato de ascendencia prehispánica que se ha convertido en uno de los más típicos de la gastronomía guatemalteca. Es un caldo o sopa de carne de chunto o pavo, que se prepara con varias especias como el cilantro, el chile y el achiote molido con el que se obtiene un color rojo intenso. Se sirve acompañado de tamales y arroz. Antes de servirlo se suele tomar cacao y licor de caña de azúcar.



**Tamales:** se elaboran a base de maíz, con el que hacen una masa que envuelve diferentes rellenos como frijoles, carne o verduras. Se cubren con hojas de plátano y se cocina al vapor. Los tamales de Guatemala se diferencian del resto porque son más húmedos y pican menos. Los encontrarás en los puestos de comida de la calle. También los podrás probar con rellenos dulces.



**Enchiladas:** tostadas a base de carne picada, queso y remolacha servidas con aritos de cebolla. Se le añade una salsa de chile con tomate y perejil picado y dos rodajas de huevo duro. Las hay verdes o rojas, en función del chile utilizado. Las verdes son más fuertes. Las encontrarás en todos los mercados, y restaurantes del país.

**Fiambre:** viene a ser una ensalada muy variada, compuesta por una mezcla de diferentes embutidos y verduras. Pueden llevar también diferentes tipos de queso; el sabor se lo da el caldo de pollo a modo de salsa. Una mezcla de sabores excepcional. En todo el país es la comida nacional para el Día de Todos los Santos.



**Paches:** muy parecido a los tamales, pero en esta ocasión elaborados con masa de patata, es la comida estrella de las celebraciones. Se presenta sobre unas hojas de plátano y puedes encontrarlos en cualquier mercado del país. Además de patata, suelen llevar ajo, cebolla, ajonjolí, chile, achiote, pimienta, mantequilla y carne de pollo o ternera.

**Jocón:** es uno de los platos más consumidos en Guatemala, forma parte de la cultura del país, así que es fundamental que los pruebes para vivir la experiencia al máximo. El ingrediente principal del estofado es el pollo en jocón, que se cocina con tomates verdes y cilantro. El plato va siempre acompañado de arroz.



**Chuchitos:** tortilla recubierta de hojas de maíz y rellena de carne de pollo, cerdo o ternera; se sirve acompañada por queso espolvoreado y salsa de tomate. Existe una variante dulce que se conoce como **chuchito de cambray**, un plato emblemático de todo el país y lo puedes encontrar en cualquier mercado.



**Pepián:** sin duda el guiso más famoso del país, ha quedado como herencia de los mayas, que lo servían durante las ceremonias religiosas. Se trata de un guiso espeso y aromático, elaborado con carne (pollo, ternera o cerdo), especias, semillas de ajonjolí, calabaza, tomate, cebolla, pimientos rojos y chiles. Generalmente se sirve acompañado con arroz y tortillas.



**Tortillas:** deliciosas masas de maíz que sustituyen al pan, son el acompañamiento de la mayoría de los platos. Pero no sólo sirven para acompañar las comidas principales, también pueden servirse solas, con queso, o con frijoles. Los **chilaquiles**, son tortillas rellenas de pollo desmenuzado y queso, que se doblan, se bañan en huevo y se fríen. Después se bañan en salsa de tomate y se hornean. Se comen calientes acompañadas con ensalada.



**Quesadilla:** tortilla de trigo o de maíz que se puede rellenar con queso, carne, champiñones, flor de calabaza o sesos, entre otros. Puede estar frita en aceite o simplemente cocida sobre una placa.

**Shucos:** una especie de bocadillo. Sobre una base de pan, se presenta con aguacate, repollo y carne asada o el embutido preferido (salchicha, chorizo, o longaniza); se le añade salsa mayonesa, mostaza y salsa de tomate con jalapeños al gusto. Verás muchos puestos por la calle que venden shucos.



**Guacamole:** puré frío de aguacate machacado al que se añade cebolla y cilantro fresco, realzado con una pizca de chile y regado con un chorrito de lima. En los buenos restaurantes lo suelen servir como aperitivo con chips de maíz.



## Postres

Los **postres típicos de Guatemala** emplean alimentos base como el plátano, el maíz o la yuca cocinados, a los que les añaden azúcar, vainilla o chocolate. Uno de los más famosos es el **plátano en mole**, que une especias y sabores de las culturas mesoamericana y la española, con chocolate de origen maya, plátano frito, ajonjolí, un toque de chile picante y canela. Los **rellenitos**, son pequeñas bolas de masa de plátano fritas y rellenas de frijoles, a veces acompañadas de crema o rayadura de coco. No te olvides de probar las **bolitas de tamarindo**, elaborado con la pulpa del fruto que se mezcla con azúcar y colorante, dando lugar a unas pequeñas trufas de colores, con un sabor dulce y ácido a la vez. Otros postres clásicos guatemaltecos son el **camote en dulce**, las **tortillas de yuca**, el **dulce de coco**, los **duraznos en miel**, los **colochos de guayaba**, junto a los **higos en miel** son otras tentaciones que no puedes dejar pasar.



## Bebidas



Los guatemaltecos beben muchos **refrescos**, que aquí llaman aguas o gaseosas.

En los restaurantes se sirven muchos **zumos naturales** (mango, melón, guanaba, sandía o maracuyá). Hay que insistir en que no los diluyan con agua.

La **cerveza** más común es la rubia *Gallo*. También puedes probar la *Moza*, la única cerveza negra del país. La *Barril* es ámbar, pero es menos frecuente.

Aunque el **café** que se produce en Guatemala es exquisito, lamentablemente, el que se sirve no está a la altura. Aquí la cultura estadounidense ha influido mucho, y se sirve alargado con agua.

Guatemala produce un excelente **ron** envejecido (mínimo 16 años) en barrica de roble y caramelizado, es el célebre *Zacapa Centenario*.

El **mezcal** es un aguardiente blanco elaborado a partir del agave. Este brebaje, solo apto para valientes (supera los 45°), sustituye poco a poco al tequila en los bares de Guatemala. Se toma a secas, y con moderación.

## COMPRAS

Las compras en Guatemala son una oportunidad para conocer y apreciar en profundidad su cultura y artesanía. Los **mercados locales** y las **cooperativas de artesanías** ofrecen productos como **textiles mayas**, **cerámica**, **joyería de jade** y **artículos de cuero** que son elaborados por artesanos locales. Ir de compras en Guatemala es, además, una forma ideal de entablar con la gente local y descubrir cómo viven.

El **MERCADO DE CHICHICASTENANGO** (jueves y domingos) es uno de los más grandes y famosos de toda América Latina, y en él podrás encontrar una gran variedad de artesanías de todas las calidades. Se puede regatear, pero no seas demasiado exigente, suelen ser piezas hechas a mano que llevan mucho trabajo, y querer rebajar demasiado los precios es despreciar el trabajo del artesano que tienes enfrente.

En todo el país, las **cooperativas de mujeres producen magníficos tejidos tradicionales** –

desde blusas y bufandas hasta fundas de almohada y bolsos– y los beneficios revierten directamente en las comunidades. Uno de los mejores lugares para adquirir tejidos a mano es **San Juan La Laguna**, en el lago Atitlán, donde además puedes ver el proceso completo del tejido en un taller con artesanas locales.

Las ciudades como Antigua Guatemala cuentan con **tiendas de diseño local y boutiques** que ofrecen una fusión de tradición y modernidad. Los precios no son tan económicos como en los mercados y no podrás regatear, pero conseguirás piezas muy únicas que no verás en todas partes.



Hacer compras en Guatemala no solo es una forma de llevarse un recuerdo, sino también de apoyar la economía local y la preservación cultural.

**Productos textiles:** Guatemala es el país de los tejidos de colores, de las telas bordadas a mano, de las cotonadas de rayas multicolores, de los maravillosos tejidos con motivos mayas. Incluyen motivos complejos que se inspiran en la cosmogonía y la historia local y varían en función de la etnia y el linaje. Puedes encontrar cinturones, *txute* (trozo de tela multiusos),

pantalones, faldas, *huipiles* (blusas adornadas), *tocoyales* (cintas estrechas tejidas, para adornar el cabello). Esto además de pañuelos, fundas de cojines, alfombras, colchas y un largo etcétera.

**Máscaras Ceremoniales:** uno de los productos más exóticos que comprar en Guatemala son las máscaras ceremoniales hechas por los pueblos indígenas. Suelen usarse en rituales, bailes y ceremonias religiosas. Son de vivos colores y muestran diferentes expresiones de animales o humanos. Por lo general están hechas de madera de pino y son un gran reclamo para los turistas. Las máscaras guatemaltecas lejos de encubrir a quien las lleva, tienen el cometido de transformar a su



portador en el personaje que porta. Ya sea una deidad, un ángel o un animal, la persona que lleva la máscara toma el papel que ésta representa.



**Joyería de jade:** piedra preciosa de color verdoso, el jade, es muy apreciado en joyería por su belleza y por su resistencia. Las minas de jade de Guatemala abastecen a los joyeros del país para hacer collares y anillos de extrema belleza. Para los mayas, el jade era incluso más valioso que el oro. Su extrema dureza era para ellos un símbolo de inmortalidad. También le atribuían poderes especiales para la fertilidad y la vida y le atribuían propiedades terapéuticas. El más

comercializado en Guatemala es un tipo de jade conocido como *jadeíta* que, aunque no tiene tanto brillo como el jade nefrita, tiene más variedad de tonos.

**Ron Zacapa:** este ron añejo de Guatemala es uno de los productos típicos más conocidos del país, y está considerado como uno de los mejores rones del mundo. Se fabrica todo su sabor a más de 2.300 metros de altitud, en Quetzaltenango. En esta región se elaboran cuatro tipos de ron Zacapa a cuál más codiciado y apreciado. El **Ron Zacapa 23** es una mezcla de varios rones de 6 a 23 años cuyo ingrediente



principal es el caramelo. Además, lleva también varias especias y frutas que contribuyen a darle sabor en su proceso de añejamiento. El **Zacapa Edición Negra** es otra variante, esta vez con rones de hasta 24 años, que presenta un sabor ahumado, al que se añade chocolate y frutas secas. Este puede ser el regalo perfecto en tu visita a Guatemala. El **Zacapa Xo**, mezcla diversos rones de entre 6 y 25 años en barricas de roble francés. Es un ron gourmet con sabor a especias y frutas, con perfecto



añejado y un aroma inolvidable. Por último, el **Zacapa Royal**, hecho con mezcla de rones de hasta 30 años. Es el rey de los rones, añejado en barricas exclusivas y destilado con notas cítricas y de caramelo.

**Quetzalteca:** un aguardiente de diferentes sabores, que puede ser de tamarindo, hibisco, sandía o mango, entre otros. También está en su versión original sin sabores añadidos. Sea como fuere, este licor que se elabora desde 1937, siempre ha estado ligado a la vida cotidiana y las costumbres de los lugareños, y es un símbolo del país. Es tan popular que se comercializa en tamaño de bolsillo, aunque también hay otros tamaños. Lo reconocerás por la mujer indígena que adorna la etiqueta, de ahí que también se le denomine Indita.



**Café guatemalteco:** está considerado como uno de los mejores cafés del mundo y se elabora desde el año 1760. Su aroma, acidez y cuerpo se debe a que es cultivado a gran altitud y secado al sol. El café guatemalteco requiere de mucho tiempo para procesarlo, todo se hace de forma



manual. Una de las variedades más famosas es el **Café Volcán de Oro**, cultivado a 1600 metros, que tiene una calidad de primer orden. Otras marcas conocidas son el **Café León**, el **Café Isabel** y el **Café Capeuleu**; esta último es un café gourmet.

## Regateo

En Guatemala regatear es un pasatiempo nacional, y todo es negociable, desde una papaya hasta una multa por exceso de velocidad. Pero, por favor, siempre con el máximo respeto. Cuando compres algún producto artesanal, ten en cuenta que el vendedor está tratando de ganarse la vida, y le ha llevado mucho tiempo confeccionar el artículo que quieres adquirir.

No se regatea en las tiendas pequeñas y restaurantes, pero sí en los mercados y con los taxistas.

## Seguridad

Guatemala ha trabajado en mejorar la seguridad, pero **los viajeros deben ejercer precaución, especialmente en Ciudad de Guatemala**, y en algunas otras ciudades del país que no suelen ser visitadas por viajeros. El resto de ciudades, sobre todo las más turísticas, están muy controladas y no suele haber problema.

En cualquier caso, como siempre decimos, hay ser muy prudentes, actuar siempre con sentido común y no hacer ostentación.

## Temas sanitarios

### Salud

La atención médica en Guatemala varía mucho entre unas zonas y otras del país; mientras que en la Ciudad de Guatemala hay hospitales con estándares internacionales, en las áreas rurales los servicios pueden ser limitados.

Beber agua embotellada, y protegerse contra las picaduras de los insectos son medidas para el cuidado de la salud en los viajes a Guatemala que debes seguir para prevenir.

Si eres de estómago sensible, puedes estar tranquilo viajando por Guatemala porque a diferencia de otros países del entorno, la comida aquí no suele ser picante.

Eso sí, siempre hay que tener unas precauciones básicas a la hora de comer y beber:

**Nunca bebas agua del grifo.** Bebe siempre agua embotellada o filtrada como la que encontrarás en muchos hoteles que tienen fuentes con ecofiltros para rellenar tus botellas con agua totalmente potable y segura.

**Procura evitar el hielo en las bebidas** en restaurantes y bares; las ensaladas y las frutas sin pelar, así como **alimentos crudos** o poco cocinados.

Aunque la comida callejera es muy popular, nuestros estómagos europeos no suelen estar expuestos a las mismas bacterias, aceites e ingredientes que los locales, por lo que te aconsejamos evitarla o consumirla en lugares de confianza recomendados por tu guía.

### Vacunas

El país no tiene problemas de epidemias o enfermedades, por lo que no hay vacunas obligatorias para ingresar en el país. Se suelen recomendar las de hepatitis A y B.

Como siempre aconsejamos, para más información, contacta con el Centro de Vacunación Internacional de tu provincia.

### Botiquín

Además de las medicinas específicas de cada viajero, el botiquín deberá incluir: antiséptico, antidiarreico, antiinflamatorios (ibuprofeno) y repelente para mosquitos.

## Transporte público

### Taxis

Abundan en las localidades de gran tamaño, y no son baratos. A excepción de algunos taxis en Ciudad de Guatemala, no existe el taxímetro; hay que acordar la tarifa antes de subir al vehículo.

Siempre es aconsejable que os lo pidan en el hotel o en el restaurante.

## Propinas

Los restaurantes esperan una propina del 10%, que en ciudades turísticas como Antigua se suele añadir automáticamente a la cuenta. En los restaurantes más sencillos, dar propina es opcional, pero se aconseja seguir la costumbre local de dejar algunas monedas.

En los taxis no es costumbre.

## Puntualidad

Para el buen desarrollo del programa y por respeto hacia el resto de viajeros, debemos ser siempre **superpuntuales** y respetar en todo momento los horarios establecidos por el guía. Debéis tener siempre presente que nuestros programas son bastante intensos, con muchas actividades y visitas, y que cualquier retraso pueden incidir negativamente en el desarrollo del circuito.

## Compartir habitación

Los precios están basados en alojamientos en habitación doble. Si viajas solo y quieres compartir habitación, se utilizaría una doble con otra persona que se encuentre en tu misma situación. **En caso de que sólo desees realizar el viaje si compartes habitación, deberás indicarlo al hacer la reserva.**

En algunas ocasiones se pueden utilizar habitaciones triples, aunque no es recomendable, ya que suelen ser en la mayoría de los casos, 2 camas, una de ellas normalmente de matrimonio, a la que se añade una cama mueble, bastante incómoda, y que reduce considerablemente el espacio en la habitación.

## Un último consejo

Este es un consejo “comodín”, que engloba varios y que nos vale para todos los países que podamos visitar: olvídate de los prejuicios, abre tu mente, mézclate con la gente, documéntate sobre el país, lee mucho para comprender su historia antigua y reciente, pero también estate alerta para que el mundo te sorprenda; improvisa, atrévete, pierde el miedo, déjate llevar por tu instinto y descubre por tu cuenta. El contacto con otras gentes y culturas te hará más rico, y te ayudará a conocerte mejor a ti mismo. Hacer el viaje inolvidable depende, en gran parte, de ti.

Pero, sobre todo, recuerda, tenemos una sola vida, ¡APROVECHA EL MOMENTO Y DIFRUTA!

