

# UZBEKISTAN

15 giorni – Il Lago d’Aral e le antiche vie della seta



**In qualunque periodo dall’anno**, per un minimo di anche 2 sole persone.

## **Perché viaggiare responsabile?**

Un viaggio di turismo responsabile si basa su principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza e incontro.

Porta a visitare le bellezze naturali, storiche e artistiche del paese visitato, dando però un “valore aggiunto” al viaggio: l’incontro con le popolazioni locali è visto come momento centrale dell’esperienza turistica, rendendo il viaggio un’imperdibile occasione di conoscenza di un altro popolo, delle sue tradizioni, dei suoi usi e costumi, in un’ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile mira a sostenere le economie locali dei paesi di destinazione utilizzando, per quanto possibile, servizi locali e lasciando dunque la maggior parte dei proventi turistici alle popolazioni locali.

Le comunità visitate sono protagoniste nella gestione del viaggio o di una parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici che ne derivano.

## **IL VIAGGIO:**

L’**Aral** è un lago salato di origine oceanica, situato alla frontiera tra l’Uzbekistan e il Kazakistan.

Il nome deriva dal chirghiso "*Aral Denghiz*", che significa "mare delle isole", a causa delle numerose isole che erano presenti nei pressi della costa orientale. Faceva parte di un vasto oceano che comprendeva anche il Mediterraneo ed il Mar Nero e che, ritirandosi, ha generato, oltre all’Aral, anche il Mar Caspio.

Fino agli anni ’60 il Lago d’Aral risultava essere il quarto lago del mondo per estensione.

A partire dagli anni '60, ed in particolare durante la Guerra Fredda, i fiumi che alimentavano il lago vennero deviati per aumentare la produzione di cotone ed irrigare i campi che servivano per rifornire l'Unione Sovietica. Oggi quel che rimane di quel vasto lago, è il ricordo di un disastro ambientale senza eguali, ed un suggestivo ambiente desertico.

Il viaggio procede poi verso Nukus, capitale del Karakalpakstan. Da qui viaggeremo fino ad arrivare all'antico Khanato di Khiva, dove percorreremo anche un tratto delle mura della città.

Si procede verso Bukhara, splendida città che induce alla meditazione nella quale ci fermeremo per apprezzarne fino in fondo lo splendore dei monumenti. Da qui ci s'inoltra nella affascinante steppa uzbeka fino al remoto lago Aydarkul, un immenso lago salato immerso in un paesaggio incontaminato; la sera, poi si dormirà all'interno delle *yrte*, le abitazioni tradizionali. Da qui si raggiungerà Samarcanda, la città capitale del regno di Tamerlano, un'incredibile miscela tra oriente e occidente: in certi punti sembra una città russa dell'800, con viali alberati, parchi, palazzi e teatri; in altri gli imponenti edifici islamici e le sue stradine fiancheggiate da tombe monumentali raggiungono livelli di raffinatezza elevatissimi, fondendo la tradizione artistica persiana con modelli di chiara provenienza mongola-cinese. Dopo una tappa a Tashkent, rientro in Italia.



## PROGRAMMA DI VIAGGIO:

### 1° giorno:

Partenza dall'Italia con volo di linea.

### 2° giorno: Tashkent

Arrivo a **Tashkent** in mattinata.

La capitale è una città moderna di 2,5 milioni di abitanti, dai larghissimi viali alberati e con una zona centrale dove i grandi palazzi governativi si alternano a immensi alberghi di lusso. Si farà un'escursione panoramica della città, con visite al più grande mercato del Paese, costruito in stile che imita le cupole dei monumenti antichi. Fuori dei cancelli una lunga via di botteghe artigianali sotto i portici offre vestiti, strumenti musicali, oggetti per la casa, stampi per il pane...

### 3° giorno: Nukus

Partenza la mattina con volo interno per **Nukus**, capitale dimenticata del Karakalpakstan, posto sconosciuto e desolato al confine tra il deserto nero, il deserto rosso (Kara Kum) e il deserto bianco (Kizil Kum).

**Igor Savitsky**, pittore e archeologo russo, qui fece costruire un piccolo museo che ancora oggi conserva oltre 80.000 opere di artisti dissidenti (molti dei quali morti nei *gulag*) salvate dalle fiamme della censura e da una sicura dispersione.

Il museo ospita opere ancora oggi sconosciute al mondo intero che raccontano la storia dell'arte del '900.

### 4° giorno: Nukus – Usturt Plateau – Lago Sudochie – Lago d'Aral (450 km - 8 hrs)

Partenza da Nukus alle 8 del mattino, per conoscere e scoprire Usturt Plateau e il Lago d'Aral, passando da Kungrad, dove è presente uno dei centri commerciali della Via della Seta.

Si continua verso Usturt Plateau. Ci fermeremo presso il lago Sudochie dove pranziamo.

Successivamente visiteremo le case dei pescatori locali. Sulla strada incontreremo anche il vecchio faro e le ormai raffinerie di petrolio e visiteremo anche l'aeroporto di Usturt Plateau.

Ci fermeremo per un momento a scattare fotografie ai meravigliosi Canyon e crepacci del territorio uzbeko. Arrivo al Lago d'Aral dove cammineremo per circa un'ora fino ad arrivare al campeggio, dove monteremo le tende, ceneremo e pernosteremo.

### 5° giorno: Lago d'Aral – Moynak – mizdakhn XIV – Gaur Kala – Nukus (400km - 7hrs)

Risveglio di buon ora per fare foto al sole che sorge, colazione e successivo trasferimento a Moynak Village, conosciuto anche come "cimitero delle navi". Passeremo attraverso l'ormai prosciugato Lago d'Aral passando affianco agli stabilimenti petroliferi e arrivando infine a Uchsai.

Pranzo in una vicina pensione presso Moinak. Visita al cimitero navale e al museo locale in cui vedremo anche dei brevi video sulla vita cittadina di Moinak. Della città di Khodjeli poi visiteremo il complesso architettonico di Mizdak-Khan del quattordicesimo secolo e le rovine di Gaur kala che furono distrutte da Shingiz-Khan. Ritorno poi a Nukus a tardo pomeriggio.

### **6° giorno: Nukus - Ayaz Khala - Khiva**

La mattina visita di Toprak Kala, Koy Kryglan Khala e Ayaz Khala: le fortezze nel deserto, spettacolo straordinario in un'area delimitata dalla catena del Sultan Uvays.

La più grande delle quattro è Ayaz Khala, dalla quale si gode una vista mozzafiato della vicina più piccola. Non sono stati eseguiti restauri ma solo prelievi di materiale archeologico, cocci di manufatti in terracotta sono sparsi un po' dappertutto.

Nel pomeriggio proseguimento per Khiva, sul confine turkmeno.

Visita di una parte dei monumenti della cittadella: Ota Darvaza, Kalta Minor, Muhammad Amin Khan Madrassa, Palavan Mahmud Mausoleum, Islam Khoja Minaret e Madrassa, Juma Mosque, Tash Hovli (harem).

Pernottamento in hotel a Khiva.

### **7° giorno: Khiva**

Visita ai laboratori artigiani degli intagliatori di porte, finestre e altri manufatti di legno.

Visita alla parte non monumentale della città, percorso delle strade perimetrali interne delle mura, delle viuzze interne della parte meridionale della cittadella, del cimitero all'angolo Sud-Ovest. Le antiche case di fango sono spesso disabitate ma giardini, orti e cortili sono ben tenuti.

Si osserveranno i forni tradizionali (*tandoori*) e si percorrerà, dove possibile, il camminamento sopraelevato delle mura, magari al tramonto.

Percorso, in parte in macchina, della città nuova, per ammirare dall'esterno l'imponenza delle mura, le strade alberate, il sistema d'irrigazione di alberi e giardini.

### **8° giorno: Khiva - Bukhara**

La mattina visita al mercato che espone prodotti tradizionali, strumenti e attrezzi, pellame, cotone ecc.

Nel pomeriggio partenza per Bukhara.

Si attraversa per più di 200 km il deserto uzbeko, completamente disabitato, lungo la strada percorsa da pochissime auto. Effetto di grande suggestione, quando basta un piccolo elemento del paesaggio per attirare l'attenzione sul contesto ambientale altrimenti piatto.

Pranzo al sacco, a meno che non si pranzi in uno degli spartani ristoranti lungo la strada.

Arrivo a Bukhara, sistemazione in B&B, visita ad alcuni dei monumenti della città: Kalyan Minaret, Pol Kalyan Mosque, Miri Arab Madrassah, Toki Zargon Dome, Ulugbeck and Abdullazikhan Madrassah, Toki Telpak Furushon, Magoki Attori Dome, Lyabi Hauz complex.

Pernottamento a Bukhara.

### **9° giorno: Bukhara e dintorni**

Visita al mercato dell'oro, gestito solo da donne, accanto alla Khalon Mosque. Mercato semplice ma piacevole, le miniere d'oro sono un'importante risorsa per l'economia del Paese.

Pomeriggio visita ad altri monumenti extraurbani: Ark fortress, Bolo House mosque, Ismail Samoni Mausoleum, Chasma Ayub mausoleum.

Salita sul Kalon Minaret, per un panorama indimenticabile della città, specialmente al tramonto. Tempo libero. Pernottamento a Bukhara.

Possibilità di fare un hammam.

### **10° giorno: sobborghi di Bukhara**

In mattinata, incontro con l'associazione delle donne di Bukhara.

Si prosegue con alcune escursioni extraurbane: Sitorai Marki Khosa, Museo del costume nazionale, Museo dei ricami, Bakhauddin Nashbandi Ensemble, Necropoli di Chor Bark. Rientro a Bukhara.

Visita al bazar, dove per i viaggiatori si fa sempre più piacevole il contatto con la gente del posto. Normalmente i gruppi organizzati si limitano a visitare i monumenti delle città, trascurando i contatti con la gente. Per questo i bazar sono una piacevole scoperta di prodotti locali, prezzi non gonfiati e chiacchierate con la gente uzbeka, curiosissima di parlare con gli

stranieri. I cibi del bazar, dolci inclusi, sono squisiti e igienicamente sicuri, come dappertutto nelle città del Paese.

Cene in ristorante o, se possibile, presso famiglie dove si gusta cibo tradizionale.

I quattro grandi mercati di souvenir, tappeti d'antiquariato, gioielleria e altro sono gli ultimi del genere che s'incontrano fino a Tashkent. Il mercatino del ferro e dell'ottone battuto di fronte ai bagni turchi per uomini è interessantissimo. Le viuzze parallele alle arterie principali della città vecchia sono quanto di meglio esista per osservare la vita quotidiana delle aree non turistiche, sopravvissute anche alla modernizzazione sovietica.

### **11° giorno: Bukhara – Yangigazgan**

Ci s'inoltra nella steppa uzbeka lasciandosi alle spalle le aree popolate.

Lungo il tragitto si farà una sosta a Nurata, città sorta intorno ad una fonte sacra ai piedi dell'ultima collina al confine della sterminata steppa. Da un'altura che conserva ancora i ruderi di una fortezza di Alessandro il Grande si ammira la sconfinata pianura a Nord e il panorama dei luoghi sacri costruiti intorno alla fonte. Un piccolo museo archeologico curato e in sviluppo merita di essere visitato per la rarità dei reperti. Difficilmente viaggiatori stranieri arrivano fin qui, meta di pellegrinaggio tra le più frequentate del Paese.

La maggior parte della gente veste abiti tradizionali, anche nel piccolo mercato non lontano, vera perla per chi è amante del genere.

Si prosegue verso il lago di Aydarkul, uno dei principali laghi nel deserto uzbeko dove è possibile fare una nuotata prima di proseguire per una strada sterrata con cui si raggiungerà la sera un villaggio di *yurta* allestito per turisti.

Le *yurte* sono di proprietà di cooperative di famiglie che si occupano anche dell'allevamento di cammelli e capre. I pasti sono preparati da membri della cooperativa in spartane cucine tradizionali. Servizi comuni in cabine, non c'è molta acqua, ma tutto è pulito.

La sistemazione è confortevole su materassini provvisti anche di lenzuola. Si mangia all'aperto su tavoli tradizionali se il tempo è bello, all'interno se piove (quasi mai) o se fa molto caldo.

La sera, intorno al fuoco, piccolo spettacolo di musica *kazaka*, accompagnata da strumenti tradizionali.

Escursione facoltativa a dorso di cammello.

### **12° giorno: Yangigazgan - Samarcanda**

Trasferimento verso Samarcanda. La strada verso Samarcanda, via Qoshrobat e fino a Mitan percorre longitudinalmente una valle larga e fertile tra le catene montuose del Nurata Tizmasi e del Aqtav Tizmasi. Ovunque frutteti, campagne ben tenute e villaggi.

A Samarcanda la serata non può non concludersi con un giro nella Piazza del Registan.

### **13° giorno: Samarcanda**

Visita ai grandi monumenti dell'epoca timuride, Registan Square, Gur Emir Mausoleum, Shaki Zinda Necropolis, Bibi Khanum Mosque, Ulug Bek Mausoleum, ecc.

Samarcanda è una grande città, molto "russificata" anche nell'impianto urbanistico, gran parte dei monumenti sono ricostruiti, i siti d'interesse sono dislocati a una certa distanza l'uno dall'altro.

### **14° giorno: Samarcanda**

Mattina dedicata alla visita del grande mercato accanto alla Moschea di Bibi Khanum e della via dei negozi eleganti che da qui conduce alla Piazza del Registan.

Nel pomeriggio trasferimento a Urgut, piccola cittadina a 60 km da Samarcanda, immersa tra montagne e parchi naturali. Urgut è anche famosa per il suo mercato che purtroppo non si riuscirà a visitare in quanto si svolge solo la domenica. Da Urgut si parte poi per una visita al villaggio di Amonkutan, in mezzo alle montagne e in zona fuori dalle rotte turistiche è caratterizzato dalla presenza di altissimi alberi e di un'antica grotta.

Pernottamento a Samarcanda.

### **15° giorno: Tashkent**

Partenza per Tashkent.

Visita ad almeno alcune delle principali stazioni del metro, particolarmente belle e decorate a tema con profusione di marmi e grandi lampadari. Visita dei monumenti della città, del Museo Statale delle Belle Arti dell'Uzbekistan, del Museo delle Arti Applicate, della piazza Amir Timur,

del Madrassah Barakh Khan e del più antico Corano del Mondo. La città possiede una ventina di musei per tutti i gusti, la libreria più grande dell'Uzbekistan e molti caffè e gelaterie all'aperto nei parchi e giardini. Il teatro dell'opera e balletto è molto frequentato in abbigliamento informale. Visita del mercato artigianale e di Chors. Incontro con l'associazione delle donne di Tashkent. Concerto e danze serali. Pernottamento a Tashkent.

### **16° giorno:**

Rientro in Italia con volo di linea.

**Il programma di viaggio può subire variazioni sia per quanto riguarda gli incontri che l'itinerario. Tali modificazioni possono essere determinate dalla momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o da variazioni delle condizioni sociali e ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.**

### **MODALITÀ DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO**

L'itinerario prevede la presenza costante di un accompagnatore locale che parla italiano.

Trasporti interni con auto/pulmino con autista, alloggi in B&B, piccoli alberghi e *yurta* (tipiche tende in feltro).

### **PREZZO DEL VIAGGIO a persona, in camera doppia**

La partenza è garantita anche per un minimo di 2 sole persone e i prezzi diminuiranno via via all'aumentare del numero di viaggiatori.

**Calcolato su 2 viaggiatori: 2250 € + volo aereo**

**Calcolato su 4 viaggiatori: 1980 € + volo aereo**

**Calcolato su 6 viaggiatori: 1730 € + volo aereo**

**Calcolato su 8 viaggiatori: 1570 € + volo aereo**

Costo volo aereo a partire da € 650 (tasse e tratte interna incluse)

***I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 EUR= 1,05 usd***

***Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento come previsto dalle normative in materia.***

### **La quota di partecipazione comprende:**

- accompagnatore parlante italiano per tutta la durata del viaggio
- pernottamenti e prime colazioni
- trasporti interni in mini van, con autista
- entrate ai siti
- assicurazione medico bagaglio
- assicurazione contro annullamento viaggio
- organizzazione tecnica

### **La quota non comprende:**

- voli aerei
- pranzi e cene (spesa stimata € 200,00 a persona per l'intera durata del viaggio)
- eventuale supplemento singola € 210,00 (su richiesta)
- tasse per le fotografie
- consumazioni fuori dai pasti
- spese personali
- mance
- escursioni facoltative
- tutte le voci non comprese nel programma

**NOTA BENE:** La cifra stabilita prevede un certo tipo di vitto e alloggio e nel caso si desiderino delle sistemazioni diverse il maggior valore sarà a carico del cliente.

## NOTIZIE UTILI

**Capitale:** Tashkent

**Superficie:** 447.400 Km2

**Lingua:** uzbeko (ufficiale), russo, tagico

### DOCUMENTI:

Per viaggiare in Uzbekistan è necessario avere il passaporto in corso di validità.

### VACCINAZIONI:

Nessuna vaccinazione è obbligatoria per il turista italiano che si rechi in Uzbekistan.

### SANITÀ:

È buona norma seguire le più elementari norme d'igiene e sicurezza: non bere l'acqua del rubinetto (anche se i locali dicono che è potabile), non mangiare verdura cruda, sbucciare la frutta, non trascurare le problematiche dell'esposizione alle radiazioni solari, evitare le punture d'insetti, non bagnarsi nelle acque dolci, portare dei farmaci di primo soccorso.

### FUSO ORARIO:

+3 ore quando in Italia vige l'ora legale; +4 ore quando in Italia vige l'ora solare.

### CLIMA:

Il clima dell'Uzbekistan, date le vaste aree desertiche, è caratterizzato da un'estate lunga che va da maggio a settembre e risulta essere molto calda e secca.

Primavera e autunno sono stagioni brevi, la prima temperata, la seconda soggetta a qualche gelata, entrambe piovose; la pioggia è comunque leggera e causata per lo più da improvvisi e veloci acquazzoni.

L'inverno è breve, da dicembre a febbraio, ma instabile con neve e temperature sotto lo zero.

Il periodo ideale per la visita è da metà aprile all'inizio di giugno e dall'inizio di settembre a metà ottobre.

Consigliamo un abbigliamento pratico e leggero, senza però dimenticare qualcosa di più pesante per la sera.

### VALUTA:

La moneta ufficiale è il sum, il cui cambio risulta molto aleatorio in quanto soggetto a forti variazioni. Conservate con cura le ricevute di cambio in quanto vi verranno richieste al momento di lasciare il Paese.

La carta di credito non è molto diffusa, per cui il denaro contante risulta indispensabile.

E' comunque possibile ritirare contanti senza problema presentando il passaporto non solo nella capitale, ma anche a Bukhara e Samarcanda, l'importante è rivolgersi alla NBU (National Bank of Uzbekistan).

È inoltre consigliabile portare euro di piccolo taglio da poter utilizzare per eventuali acquisti nei mercati.

### TELEFONO:

Per telefonare in Uzbekistan dall'Italia bisogna comporre lo 00998 seguito dal prefisso della località senza lo 0 e dal numero desiderato.

Per telefonare in Italia dall'Uzbekistan bisogna comporre lo 0039 seguito da numero dell'abbonato.

### ELETTRICITÀ:

L'elettricità è a 220 volt a 50 Hz; le prese sono di tipo europeo con due fori rotondi. È sempre utile avere a portata di mano una pila elettrica e un adattatore a lamelle piatte.

### **DA METTERE IN VALIGIA:**

Si consiglia di portare scarpe comode (e sandali nel periodo estivo), una torcia elettrica (utile nel caso di pernottamento in yurta), farmacia da viaggio completa di tutto ciò che può essere indispensabile ma non facilmente reperibile.

### **COMPORAMENTI:**

L'Uzbekistan è un **paese musulmano moderato**.

L'abbigliamento, soprattutto femminile, deve essere tale da non creare imbarazzi reciproci (evitare canottiere, scollature eccessive e pantaloni/gonne molto corti).

È consigliato di evitare pantaloni corti (anche per gli uomini), soprattutto se ci si allontana dalle normali mete turistiche.

È sempre buona norma domandare il permesso prima di fotografare qualcuno e non fotografare possibili obiettivi strategici.

Per le **condizioni contrattuali e assicurative** consultate il sito internet o richiedetele in agenzia. Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.

**NOTA BENE:** Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti necessari** all'effettuazione del viaggio (passaporto in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali visti e **vaccinazioni obbligatorie**).

Verificare inoltre di essere in regola con eventuali vaccinazioni obbligatorie, in particolare ponete attenzione all'obbligo di vaccinazione contro la **febbre gialla** che viene richiesta a seconda del paese di provenienza (nel caso di permanenza in più stati).

### **Organizzazione tecnica:**



PLANET VIAGGI RESPONSABILI  
Via Vasco de Gama 12a - VERONA  
Tel: 045 8342630 - 045 8948363  
E-mail: [viaggiresponsabili@planetviaggi.it](mailto:viaggiresponsabili@planetviaggi.it)  
Skype: planet.viaggi.responsabili  
**[www.planetviaggi.it](http://www.planetviaggi.it)**