

# KYRGYZSTAN



Dove lo spazio e il tempo non hanno confini

**Il programma di viaggio può subire variazioni determinate dall'andamento della pandemia di Covid-19.**



Il periodo migliore per l'effettuazione di questo viaggio è **da giugno a settembre**, per un minimo di anche sole 2 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.

è un viaggio di



## **IL VIAGGIO**

Il Kirgizstan (ufficialmente la Repubblica del Kirgizstan) è una nazione di una straordinaria bellezza naturale: un luogo magico di paesaggi incontaminati, steppe piatte, deserti aridi, verdi colline ondulate, profonde gole, turbolenti fiumi con cascate che precipitano dai lati delle pareti di montagna, meravigliose foreste di noci e abeti, interminabili pascoli estivi di alta montagna (jailoos) con i pastori nomadi che abitano nelle tipiche yurta, cime innevate di stupefacente bellezza. Questa è una terra dove gli avvoltoi e le aquile svettano nei cieli.

Aggiungete a questo una rete ben sviluppata di alloggi in famiglia, l'ospitalità della gente locale, le loro tradizioni, costumi e i sapori ed è facile capire perché il Kirghizistan sia la porta di accesso per molti viaggiatori in Asia centrale.

"Vedere per credere"! Visitarlo è quindi l'unico modo per sperimentare le vere delizie di questo piccolo e appartato paese montuoso. Le parole da sole non possono rendere giustizia alla varietà di immagini, suoni e allo stesso tempo silenzi davvero fantastici che vi aspettano.

## **PROGRAMMA DI VIAGGIO:**

### **1° GIORNO: PARTENZA DALL'ITALIA**

### **2° GIORNO: ARRIVO A BISHKEK**

Arrivo all'aeroporto di Bishkek, incontro con la guida e con l'autista, trasferimento in hotel e colazione. Tour della città di Bishkek. Visita al Osh market, il bazaar più frequentato dalla gente locale, dove si può trovare ogni genere di mercanzia e per questo viene anche chiamato "supermercato Kyrgyzo".

Nel pomeriggio visita al Parco Naturale Ala-Archa.

Cena presso una famiglia appartenente al gruppo etnico Dungan.

Pernottamento in hotel.

### **3° GIORNO: BISHKEK – KYZYL-OI (270 km, 5-6 ore di percorrenza) via SUUSAMYR VALLEY**

Dopo colazione trasferimento al villaggio di Kyzyl-Oi. Sistemazione presso una famiglia aderente al progetto di turismo comunitario CBT, nato dalla cooperazione fra il Kirgizstan e la Svizzera, che ha come obiettivo lo sviluppo sostenibile del turismo e la tutela e valorizzazione del patrimonio naturale nelle comunità montane.

La sera si preparerà tutti insieme la cena e si imparerà a fare il piatto nazionale tipico Kyrgyzo chiamato "Kurdak". Cena e pernottamento in famiglia.

Il livello di sistemazione è molto semplice ma le stanze sono accoglienti e pulite.

### **4° GIORNO: KYZYL-OI – SONG KUL LAKE (180 km, 3-4 ore di percorrenza)**

Colazione in famiglia e trasferimento al Song-Kul Lake, lago di montagna fra i più grandi al mondo, situato ad un'altitudine di 3015 mt sul livello del mare.

Si attraversa il passo Kara Keche. Le popolazioni locali vengono a pascolare il loro bestiame nei prati (jailoo) attorno al lago da giugno a settembre e si avrà modo di vedere il loro stile di vita nomade e selvaggio. Sarà possibile assaggiare la bevanda tipica kyrgyza chiamata "Kymyz" (latte di giumenta fermentato).

Lungo la strada pranzo stile pic-nic.

Nel pomeriggio si collaborerà alla preparazione della cena, per preparare il piatto tipico chiamato "Beshbarmak".

Cena e pernottamento in un campo yurta a 3015 mt sul livello del mare, organizzato da un gruppo di donne del villaggio KyzArt.

Sistemazione nel tradizionale yurta di Kyrgyz (4 persone in ciascuna yurta).

### **5° GIORNO: SONG KUL LAKE – KOCHKOR (150 km, circa 3-4 ore di percorrenza)**

Colazione e trasferimento al villaggio Kochkor. La strada attraversa il passo Kalmak Ashu (3447 mt s.l.m). Pranzo a Kochkor. Si visiterà la cooperativa "Altyn-Kol" formata da donne che producono i tradizionali tappeti nomadi di feltro che vengono chiamati "Shiyrdak" e "Ala Kiiz". La cooperativa è nata da un gruppo di donne con l'intento di tutelare gli interessi dei piccoli produttori locali. L'iniziativa si è sviluppata con successo e ogni singolo tappeto prodotto è un

pezzo unico e originale creato secondo la vera tradizione kyrgyza. Quando fanno un tappeto le donne lavorano tutte insieme e la creazione dei tappeti assume così un importante ruolo sociale ed economico nelle loro vite.

Cena e pernottamento in guesthouse. Insieme alla famiglia ospitante si parteciperà alla preparazione di un piatto tipico, il "manty".

Sistemazione nella casa della famiglia ospitante (bagno e doccia condivisa).

#### **6° GIORNO: KOCHKOR – TAMGA (170 km, circa 3-4 ore di percorrenza)**

Dopo la colazione trasferimento verso la sponda sud del lago Issyk-Kul. Lungo il percorso sosta nel villaggio di Kyzyl-Tuu. Qui gli artigiani locali mostreranno il processo di costruzione delle componenti in legno delle yurte. Trasferimento ed escursione al Fairy Tale Canyon, bellissimo canyon composto da conformazioni di rocce, terra e sabbia, dalle sfumature e forme più incredibili che danno la sensazione di essere all'interno di una fiaba. E' una destinazione perfetta per amanti della fotografia, famiglie ed escursionisti. Si proseguirà poi verso il villaggio di Tamga.

**Facoltativo:** durante la giornata ci si potrà fermare nel villaggio Bokonbaevo, dove si potrà assistere alla dimostrazione di caccia con l'aquila, una pratica tipica della zona.

Sistemazione e cena in campo yurta (4 persone in una yurta, bagno in stile europeo e docce vicino ad ogni yurta).

#### **7° GIORNO: TAMGA – JETY OGUZ (150 km, circa 3-4 ore di percorrenza)**

Colazione e trasferimento verso la famosa gola chiamata Jety Oguz con le sue rosse formazioni rocciose "Seven Bulls" e "Broken Heart". All'arrivo si farà una camminata fino alla cascata o verso l'interno della Gola. Cena e pernottamento in un campo yurta all'interno della foresta (4 persone in ciascuna yurta).

**Facoltativo:** si potrà assistere ad una dimostrazione di cucina tradizionale: infatti, con pagamento aggiuntivo, è possibile assistere al processo di preparazione dell'agnello grigliato.

#### **8° GIORNO: JETY OGUZ – KARAKOL – TEPKE VILLAGE (150 km, 3-4 ore di percorrenza)**

Colazione e trasferimento a Tepke via Karakol. All'arrivo a Karakol giro della città visitando la chiesa russa ortodossa e la moschea in stile Dungan.

Pranzo presso una famiglia appartenente al gruppo etnico Uigur con dimostrazione di come si prepara il piatto tipico "lagman". Si proseguirà poi per Tepke. Qui si visiterà un allevamento di cavalli Kyrgyzi, ne saranno illustrate le caratteristiche e verrà spiegato come vengono impiegati nella quotidianità. Durante la cena si terrà la cerimonia del tè, durante la quale si avrà l'opportunità di assaggiarne diversi tipi prodotti con erbe provenienti dai campi e dalle montagne del Kyrgyzstan. Pernottamento in guesthouse (bagno privato)

#### **9° GIORNO: TEPKE VILLAGE – CHOLPON ATA (170 km, circa 2-3 ore di percorrenza)**

Colazione e proseguimento verso la sponda nord del lago Issyk Kul, lago di montagna fra i più grandi al mondo, situato ad un'altitudine di 1607 mt sul livello del mare, viene chiamato "la perla" del Kyrgyzstan. All'arrivo escursione in barca di 1 ora ed in seguito visita al museo all'aria aperta di incisioni rupestri. **Facoltativa sarà la visita al complesso culturale storico di Ruh Ordo.** Cena e pernottamento in hotel sulla sponda del lago nei pressi di Cholpon Ata.

#### **10° GIORNO: CHOLPON ATA-CHON KEMIN (180 km, 3-4 ore di percorrenza)**

Colazione e trasferimento al parco naturale di Chon Kemin. All'arrivo passeggiata nella gola più vicina. Trasferimento in guesthouse. Si potrà assistere alla preparazione del pane cotto al forno. Cena e pernottamento in guesthouse camere con bagno e doccia privati.

#### **11° GIORNO: CHON KEMIN – BISHKEK (180 km, circa 3-4 ore di percorrenza)**

Colazione e trasferimento a Bishkek. Durante il percorso, non lontano dalla città di Tokmok, sosta a Burana Tower, località risalente al XI secolo situata sulla Via della Seta.

Cena di saluto in un ristorante locale con spettacolo musicale folcloristico.

Pernottamento in hotel.

## **12° GIORNO: BISHKEK - ITALIA**

Colazione e trasferimento in aeroporto. Volo di rientro per l'Italia.

**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 ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.**

### **MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO**

Viaggio con guide locali in lingua inglese (in italiano su richiesta, con supplemento).

Nel caso di gruppi con due persone, in cui sia prevista la presenza del solo autista, si evidenzia che non è detto che l'autista parli inglese, questo verrà comunicato al momento della conferma. In ogni caso gli autisti daranno solo informazioni generiche di base durante il viaggio e non per i tour specifici delle città o escursioni.

Alloggio in alberghi, guesthouse, famiglia e yurta camp.

Le Yurta sono tende di feltro di forma cilindrica, con copertura a calotta, tipiche delle popolazioni nomadi dell'Asia centrale. Durante questo viaggio si pernoverà in Yurta Camp creati per l'accoglienza dei viaggiatori e che dispongono generalmente di servizi condivisi (bagni e docce). Si tratta di sistemazioni confortevoli ma piuttosto semplici, che richiedono un po' di spirito di adattamento che verrà certamente ripagato dal valore dell'esperienza.

Trasporto con auto o minivan privati (il mezzo sarà scelto in base al numero dei viaggiatori).

I tempi di percorrenza possono risultare piuttosto lunghi e sono prevalentemente su strade di montagna, perciò il viaggio potrà risultare un po' faticoso. I tempi di percorrenza sono calcolati non prevedendo eventuali soste per svariate esigenze (foto, foratura, etc.).

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

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

<b>Calcolato su 2 persone:</b>	<b>2100 € + volo aereo</b>
<b>Calcolato su 4 persone:</b>	<b>1700 € + volo aereo</b>
<b>Calcolato su 6 persone:</b>	<b>1500 € + volo aereo</b>
<b>Calcolato su 8 persone:</b>	<b>140060 € + volo aereo</b>

Costo volo aereo a partire da € 450 (tasse incluse)

**Il programma e costi devono intendersi come indicativi, in quanto definiti sulla base della normale programmazione, l'andamento della pandemia da Covid-19 potrebbe costringerci a modificarli.**

**Programma e costi verranno confermati prima dell'iscrizione e della firma del contratto di partecipazione al viaggio.**

***I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 eur = 1.18 usd  
Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento come previsto dalle normative in materia.***

### **La quota comprende:**

- pernottamenti in camera doppia in hotel, guesthouse e famiglia
- pernottamenti in yurta condivisa (4 persone per ogni yurta)
- tutti i pasti a partire dalla colazione del 2° giorno fino alla colazione del 12° giorno
- acqua e tè durante i pasti
- acqua minerale durante il tour (un litro al giorno per persona)
- tutti i trasferimenti come da programma

- guide locali in inglese (tranne nel caso di gruppi con 2 partecipanti in cui è prevista solo la presenza dell'autista)
- entrate ai musei e parchi
- tutte le attività come da programma, tranne quelle indicate come facoltative
- organizzazione tecnica
- assicurazione medica
- assicurazione **Annullamento viaggio All Risk + coperture complete Covid-19** di Compagnia NOBIS Assicurazioni SpA.

**La quota non comprende:**

- volo aereo internazionale
- bevande alcoliche e soft drinks
- le attività indicate come "facoltative"
- supplemento singola: 190 € (tale importo fa riferimento alle sole notti in cui la stanza singola potrebbe essere prenotata, cioè in Bishkek, Tepke, Issy Kul Lake e Chon Kemin)
- supplemento guida parlante italiano € 250, da dividere fra i viaggiatori
- tassa per utilizzo sistemi video/fotografici se richiesto
- mance
- spese personali
- tutto quanto non espressamente indicato ne 'La quota comprende'

**Nota:** 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

**DIFFICOLTA':** non ci sono difficoltà nel percorso, ma i viaggiatori dovrebbero un certo livello di allenamento perché talvolta i trasferimenti sono lunghi su strade di montagna.

**CLIMA:** paese montuoso, il clima è continentale, con inverni molto freddi, spesso gelidi, ed estati calde e soleggiate, talora torride alle quote più basse, ma più fresche in alta montagna. Le precipitazioni sono moderate nella parte occidentale, mentre la parte centro-orientale è arida, e anche desertica alle quote meno elevate. Dai vasti deserti dei paesi confinanti, possono giungere venti che possono portare tempeste di polvere.

**CHE COSA PORTARE:** In **inverno:** per Bishkek e le città principali, sotto i mille metri, vestiti caldi, maglione, piumino, berretto, sciarpa, guanti; qualche capo più leggero per le giornate miti, foulard per il vento. Per il Tien Shan e l'alta montagna, vestiti per il grande freddo.

In **estate:** per Bishkek e le città principali, sotto i mille metri, vestiti leggeri, cappello per il sole, foulard per il vento, una felpa la sera. Per la montagna, a quote intermedie, vestiti leggeri per il giorno, cappello per il sole, felpa e giacca leggera per la sera, scarpe da trekking; sopra i 3.000 metri, maglione e giacca a vento per la sera; sopra i 4.000 metri, piumino, berretto, guanti e sciarpa.

Per le donne è meglio evitare calzoncini e gonne sopra al ginocchio.

Portare con sé un asciugamano da bagno poiché alcune sistemazioni sono sprovviste.

In loco verranno sempre fornite lenzuola e coperte, tuttavia siccome le temperature in alta montagna possono essere piuttosto basse si raccomanda di portare un sacco a pelo (per le notti nelle *yurta/guesthouse*).

**DOCUMENTI:** necessario il passaporto con validità residua di almeno sei mesi dalla data di ingresso nel Paese.

**VALUTA:** la moneta locale è il Som (KGS)

**FUSO ORARIO:** +4 ore rispetto all'Italia (+5 ore quando in Italia vige l'ora solare).

**ELETTRICITA':** 220 V. È necessario portare un adattatore universale.

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

#### **SUPPLEMENTI**

- Supplementi per cavalcata a Chon – Kemin o Son – Kul è 20 USD (20 euro) a cavallo per 1,5-2 ore di cavalcata. Servizio stalliere di 25 USD (25 euro) per gruppo fino a 3 persone;
- Supplemento per agnello grigliato in Jety-Oguz di 200 USD (200 euro) a gruppo;
- Supplemento per assistere alla caccia dell'aquila di 90 USD (90 euro) a gruppo;
- Supplemento per la guida che parla italiano di 200 USD (900) per l'intero tour

**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).

Nel caso in cui il volo transiti per gli USA, accertarsi che il passaporto sia idoneo al transito nel territorio degli Stati Uniti e dotarsi dell'autorizzazione ESTA.

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).

In particolare è responsabilità del viaggiatore verificare le proprie condizioni personali di salute e i limiti normativi di legge legati alla pandemia di COVID-19 che possono impedire la partecipazione al viaggio.



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)**