



Kyrgyzstan - Avventura nomade



Partenze garantite tutto l'anno per un minimo di
2 viaggiatori.

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri
partecipanti, per viaggiare in compagnia e
ridurre i costi!

Il Calendario delle partenze già confermate e dei
gruppi in formazione è disponibile sul sito
www.planetviaggi.it

In particolare questo viaggio prevede:

- la presenza di un accompagnatore locale in ogni fase del viaggio! Elemento indispensabile per capire meglio la realtà locale, gli usi e costumi del luogo
- Incontro con la cooperativa femminile Altyn-Kol
- Trekking nella gola dei Seven Bulls
- Pernottamenti in guesthouses familiari
- Pernottamenti in tende e yurte
- Si condividono alcune cene in famiglia

Perché scegliere Planet Viaggi Responsabili
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, unendo al viaggio incontri con gli abitanti delle località visitate, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza, di approccio ad altre tradizioni, usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile si prefigge come obiettivo primario il sostegno delle economie dei paesi visitati, per ottenere ciò si utilizzano, per quanto possibile, servizi offerti da operatori locali selezionati, questo fa sì che la maggior parte dei proventi turistici rimanga sul posto.

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

Proposta di viaggio di 14 giorni, in breve

- 1° giorno: Italia - Bishkek**
- 2° giorno: Kyzyl Oi - Kokomeren gorge**
- 3° giorno: Song Kul Lake**
- 4° giorno: Song Kul Lake**
- 5° giorno: Naryn - Tahsrabat**
- 6° giorno: Naryn**
- 7° giorno: Eki Naryn - Kochkor**
- 8° giorno: Kyzyl-Tuu - Tamga**
- 9° giorno: Barscoon - Tamga**
- 10° giorno: Jety-Oguz -Jergalan**
- 11° giorno: Karakol**
- 12° giorno Semenov**
- 13° giorno: Bishkek - Italia**



è un viaggio di



Il Kyrgyzstan (ufficialmente la Repubblica del Kyrgyzstan) 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.

Questo programma è soprattutto adatto a persone in buona salute e con una vita attiva.

Si visitano 3 regioni de Kyrgyzstan – Chui, Naryn and Issyk Kul. Ci saranno soste a Song Kul Lake, Naryn, Issyk Kul Lake, Jety Oguz valley, la città di Karakol e la valle di Semenov.

Il programma prevede spesso brevi trekking adatto a persone abituate a camminare in montagna e i pernottamenti sono previsti in pensioni a gestione familiare e in yurte tipiche.

*"Chi non guarda indietro al suo passato non raggiungerà mai la sua destinazione.
Prov. Kirghiso*

Programma di Viaggio

1° GIORNO: ITALIA -- BISHKEK – SUUSAMYR (160 KM, strada asfaltata)

Arrivo a Bishkek, trasferimento in hotel. Colazione e riposo in hotel fino alle 11.00.

Segue un'escursione di un'ora all'Osh bazar. Pranzo. Trasferimento nella valle del Suusamyr, una delle regioni più remote e raramente visitate del Kyrgyzstan. In epoca sovietica era una delle aree principali di allevamento di pecore del Paese. Dopo aver superato il passo Too Ashuu, ad una altezza di 3.100 m. si arriva al complesso turistico della montagna di Baitur, sosta per la cena e il pernottamento.

Una delle principali attrazioni di questo complesso è la produzione artigianale della birra di kumis (latte fermentato di cavalla), che i kirghisi chiamano "birra kirghisa".

2° GIORNO: SUUSAMYR -KOJOMKUL – KYZYL OI – KOCHKOR (250 km, sterrato di montagna)

Colazione. Trasferimento a Kochkor. Lungo la strada visita del villaggio di Kojokmu, un gigante alto 2,30 m e del peso di 164 kg visse lì nella prima metà del XX secolo, si chiamava Kojokmul e il villaggio prende il suo nome.

L'uomo era molto apprezzato e considerato un modello per la virilità kirghisa, la casa in cui visse oggi è un museo a lui dedicato. Sosta nella gola di Kokomeren per un picnic e una breve escursione a piedi. Passeggiata di 1.5-2 ore, 4.5 km, facile.

Arrivo a Kochkor. Cena presso una famiglia kirghisa e pernottamento in hotel.

3° GIORNO: KOCHKOR – SONG KUL (130 km)

Colazione, incontro con un'artigiana del villaggio che produce tappeti tradizionali nomadi in feltro chiamati "Shiyrdak" e "Ala Kilz". Dopo la presentazione, trasferimento a Song-Kul, lago situato a 3030 m di altitudine. La popolazione locale chiama il pascolo attorno al lago "il paradiso dei nomadi, centinaia di pastori vivono qui d'estate e utilizzano le tradizionali yurte di feltro come abitazioni.

Arrivo a Song-Kul e sistemazione nel campo di yurte gestito dai pastori. Pranzo e cena nel campo.

4° GIORNO SONG-KUL

Colazione. Giornata libera a Song-Kul, un luogo popolare tra la popolazione locale, che vi trascorre l'estate insieme a famiglie e bestiame, da qui è possibile effettuare un'escursione giornaliera sulle montagne, incontrare i pastori locali o cavalcare. Per le passeggiate e la visita ai nomadi è previsto l'accompagnamento di una guida locale, mentre per l'escursione a cavallo sarà presente uno stalliere come accompagnatore. Pensione completa al campo.

5° GIORNO: SONG KUL – ISSYK-KUL (280 km)

Colazione al campo. Trasferimento sulla costa meridionale del lago Issyk-Kul. Pranzo lungo la strada.

Durante il tragitto visita ad una comunità locale nel villaggio di Kyzyl-Tuu, qui gli abitanti mostreranno come si costruisce una yurta.

Sistemazione e cena nel campo di yurte sulla costa sud del lago.

6° GIORNO: TAMGA – JETY OGUZ GORGE – KARAKOL (150 km)

Colazione e trasferimento alla gola di Jety-Oguz, distanza 100 km. Pranzo nel campo di yurte e passeggiata lungo la gola di Jety-Oguz per circa 5km, 2 ore fino al punto panoramico delle famose rocce rosse, non è un percorso difficile. I nomadi locali della zona raccontano molte leggende sulle rocce rosse di Jety-Oguz e in particolare sulle formazioni "Cuore Spezzato" e "Sette Tori".

Successivamente si continua verso Karakol per un'ora di viaggio. Visita alla moschea musulmana costruita nel XIX secolo e alla Chiesa ortodossa. Cena uigura in una famiglia uigura. Gli uiguri sono un gruppo etnico musulmano originario della Cina nord-occidentale, migrato nell'attuale Kirgyzstan all'inizio del XX secolo.

Pernottamento in hotel.

Programma di Viaggio

7° GIORNO: KARAKOL

Colazione, visita al Parco Naturale di Ak-Suue della durata di circa 2 ore, , distanza 3-4 km, senza difficoltà. Dopo la passeggiata trasferimento alla gola di Tepke (40 km).

Dopo pranzo, visita a un allevamento di cavalli gestito da ex ufficiali sovietici. Dopo mezz'ora di escursione a piedi nella foresta si potranno vedere alberi piantati da varie generazioni di ufficiali sovietici della ex URSS.

La guida racconterà la storia della Gola di Tepke e farà una presentazione sui cavalli kirghisi.

Come opzione con pagamento aggiuntivo, è possibile organizzare una dimostrazione tradizionale kirghisa del gioco a cavallo "Ulak Tartysh" (Kok-Boru).

(La stessa opzione può essere organizzata anche a Chon-Kemin il giorno successivo).

Cena libera a Karakol e pernottamento in hotel.

8° GIORNO: KARAKOL – GOLE DI SEMENOVKA – CHOLPON ATA – CHON KEMIN (300 km)

Colazione, trasferimento al Parco Naturale di Chon-Kemin lungo la costa settentrionale del lago Issyk-Kul. Visita al museo a cielo aperto dei petroglifi di Cholpon-Ata. Inoltre, è possibile organizzare un'escursione in motoscafo di 1 ora sul lago Issyk-KulPrnazo libero in giornata.

Arrivo a Chon-Kemin, sistemazione in guesthouse.

Passeggiata a cavallo nel villaggio (2 km). Cena kirghisa in guesthouse.

9° GIORNO: CHON KEMIN – BISHKEK (170 km)

Dopo colazione trasferimento a Bishkek.

Lungo la strada visita allo storico complesso della Torre di Burana (XI sec.), resti della città di Karakhanide, importante centro dell'Asia Centrale. Pranzo libero lungo il percorso.

All'arrivo a Bishkek, visita della città, al museo storico, alla galleria d'arte all'aperto e alla piazza principale. Cena in un ristorante locale con spettacolo kirghiso. Pernottamento in hotel.

10° GIORNO: BISHKEK – ITALIA

Colazione e a seconda dell'orario di partenza tempo a disposizione. Trasferimento in aeroporto e volo di rientro in Italia.

L'itinerario potrà subire variazioni riguardanti gli incontri e le attività in caso di momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o di variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.

Quote di partecipazione

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

Quota a persona calcolata su 2 viaggiatori: €2420 + volo

Quota a persona calcolata su 4 viaggiatori: €1840 + volo

Quota a persona calcolata su 6/8 viaggiatori: €1570 + volo

Quota a persona calcolata su 10/12 viaggiatori: €1480+ volo

Costo voli aerei a partire da € 730 (tasse incluse)

Il costo del volo aereo dipende dalla tariffa disponibile al momento della prenotazione ed è soggetto a riconferma al momento dell'emissione.

Quotazione per la sistemazione in camera singola disponibile su richiesta

I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 Euro = 1,15 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 (servizi condivisi)
- pernottamenti in yurta condivisa (4 persone per ogni yurta con servizi condivisi)
- tutti i pasti a partire dal pranzo del 2° giorno alla colazione del 14° giorno
- acqua minerale durante il tour (un litro al giorno per persona)
- tutti i trasferimenti come da programma
- guide locali in inglese
- entrate ai musei e parchi
- tutte le attività come da programma, tranne quelle indicate come facoltative
- organizzazione tecnica
- assicurazione medica e annullamento del viaggio

La quota non comprende:

- volo aereo internazionale
- bevande alcoliche e soft drinks
- le attività indicate come "facoltative"
- supplemento guida parlante italiano € 150, 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.

Informazioni utili

DOCUMENTI NECESSARI AL VIAGGIO:

Passaporto: necessario con validità residua di almeno tre mesi dalla data di ingresso nel paese.

Visto consolare: non necessario per soggiorni inferiori ai 60 giorni.

Vaccinazioni: non ci sono vaccinazioni obbligatorie per l'entrata (vedi paragrafo "Norme sanitarie")

Polizza assicurativa: (vedi paragrafo dedicato)

Nel caso di minori o di viaggiatori con cittadinanza diversa da quella italiana, sarà premura del viaggiatore verificare le eventuali normative specifiche.

NORME SANITARIE: Si raccomanda di attenersi scrupolosamente a quelle che sono le direttive sanitarie in vigore al momento del viaggio.

QUANDO PARTIRE: I viaggi possono essere organizzati in qualunque periodo dell'anno, tuttavia il periodo migliore va da maggio a settembre.

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito www.planetviaggi.it

A partire da un minimo di 2 viaggiatori le partenze sono garantite in qualunque periodo, ad hoc.

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri partecipanti, per viaggiare in compagnia e ridurre i costi!

COME ARRIVARE: questo itinerario prevede arrivo e ripartenza a Bishkek.

Planet Viaggi Responsabili fornisce il servizio di biglietteria aerea, essendo un operatore specializzato e con esperienza pluriennale nel settore.

Tuttavia il viaggiatore potrà valutare l'acquisto di eventuali biglietti anche in maniera autonoma.

In tal caso sarà responsabilità esclusiva del viaggiatore verificare la coerenza del biglietto con l'itinerario e con i voli di eventuali altri partecipanti, nonché la correttezza dei dati, le regole tariffarie e ogni altro elemento del biglietto.

Si pone attenzione sul fatto che, se il biglietto verrà acquistato direttamente dal viaggiatore, il relativo costo non potrà rientrare nella polizza contro annullamento del viaggio stipulata dall'operatore.

ACCOMPAGNAMENTO: viaggio con coordinatore locale in lingua inglese, o in italiano con supplemento. L'accompagnamento durante il viaggio è garantito durante tutti i giorni ed è per noi un elemento di fondamentale importanza perché permette di conoscere e capire meglio la realtà e la cultura locale. I nostri accompagnatori sono scelti accuratamente poiché rappresentano un forte valore aggiunto al viaggio.

MEZZI DI TRASPORTO DURANTE IL VIAGGIO: trasporti interni privati, con autista a disposizione (autista e accompagnatore possono talvolta coincidere). 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 calcolati non prevedono eventuali soste per svariate esigenze (foto, foratura, etc.).

ALLOGGI: guesthouse, piccoli alberghi e yurte. Le yurta sono tende di feltro di forma cilindrica, con copertura a calotta, tipiche delle popolazioni nomadi dell'Asia centrale. Durante questo viaggio si pernotterà in tende e yurta Camp creati per l'accoglienza dei viaggiatori e che dispongono generalmente di servizi condivisi (bagni e docce), con occupazione di 4 persone per yurta. Si tratta di sistemazioni confortevoli ma piuttosto semplici, che richiedono un po' di spirito di adattamento che verrà certamente ripagato dal valore dell'esperienza.

PASTI: al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali intolleranze, allergie o necessità alimentari e di verificarne la possibilità con l'operatore.

Informazioni utili

ASSICURAZIONI: iscrivendosi a questo viaggio, i partecipanti sono automaticamente coperti dalla polizza assicurativa della compagnia di assicurazioni NOBIS TRAVEL.

Si tratta di una polizza medico-bagaglio e contro annullamento del viaggio da parte dell'assicurato. Per maggiori dettagli si raccomanda di riferirsi ai testi completi di polizza disponibili in agenzia o sul sito www.planetviaggi.it/it/assicurazioni

Su richiesta sarà possibile valutare anche l'acquisto di polizze integrative con maggiori coperture.

Informazioni generali sul paese

CAPITALE: Bishkek - Popolazione: 6.747.300 (al 1 gennaio 2022).

SUPERFICIE: 198.500kmq

CONFINI: Kazakhstan (nord); Uzbekistan e Tagikistan (ovest); Tagikistan e Cina (sud); Cina (est)

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

LINGUE: kirghiso (lingua di Stato) e russo (lingua ufficiale).

RELIGIONI: vige la libertà religiosa. La maggioranza della popolazione (tra l'80 e il 90%, a seconda delle statistiche) è di fede musulmana sunnita. La restante popolazione è perlopiù cristiana, di confessione russo-ortodossa. La capitale Bishkek, e più in generale le regioni settentrionali del Kyrgyzstan, sono in gran parte laicizzate, mentre il resto del Paese è più conservatore e tradizionale.

MONETA: som kirghiso 1€ = circa 95 som.

TELEFONI E COMUNICAZIONI: sono attivi diversi servizi di telefonia cellulare sia di standard GSM che di standard CDMA. Le aziende più note sono BEELINE, MEGACOM, che vendono schede SIM prepagate di vario importo che possono essere applicate ai normali telefonini. L'accesso in roaming alla linea italiana è possibile.

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.

CUCINA: la cucina tipica kirghisa si presenta come un mix tra cucina russa e asiatica. La base di tutti i piatti è data dalle produzioni agricole locali, cereali, carne e verdure.

Uno dei piatti tradizionali più amati è il Beshbarmak, composto da carne di cavallo o di manzo, noodles, cipolla, prezzemolo e coriandolo. La zuppa Borsch, con barbabietola, verdure e carne.

La contaminazione russa si percepisce con i Piroshki, ravioli ripieni di carne o verdure, anche con i Pelmeni troviamo le influenze russe, anche questi piccoli gnocchi ripieni di carne, verdure o pesce.

ATTREZZATURA E ABBIGLIAMENTO: abbigliamento caldo da montagna, scarpe da trekking e attrezzatura per la pioggia, giacca a vento, cappello o berretto, guanti, un foulard per il vento, uno zainetto da utilizzare durante i trekking. Per le quote più basse pantaloncini corti e maglie leggere, felpa per la sera.

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). Per i pernottamenti in yurta si consiglia di dotarsi di una torcia per eventuale utilizzo dei servizi igienici durante la notte. Consigliamo di prevedere una power bank per la ricarica dei cellulari e una piccola farmacia da viaggio con i farmaci di prima necessità.

FOTO: è sempre buona educazione chiedere il permesso prima di fotografare le persone. In alcune città è necessario pagare una tassa per la macchina fotografica o per la telecamera agli ingressi dei monumenti da visitare.

Note importanti

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, autorizzazioni e assicurazioni obbligatorie, altri documenti eventualmente richiesti per viaggiatori che non abbiano cittadinanza italiana o che siano minorenni).

Si raccomanda di attenersi alle regole ed agli eventuali divieti relativi alle esportazioni dal Paese visitato.

Si raccomanda durante il viaggio di attenersi scrupolosamente alle disposizioni sanitarie previste dalla destinazione scelta.

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.

Organizzazione tecnica:
PLANET VIAGGI RESPONSABILI
Via Vasco de Gama 12a - VERONA
Tel: 045 8342630 - 045 8948363

E-mail:
viaggiresponsabili@planetviaggi.it
Skype:
planet.viaggi.responsabili
www.planetviaggi.it

