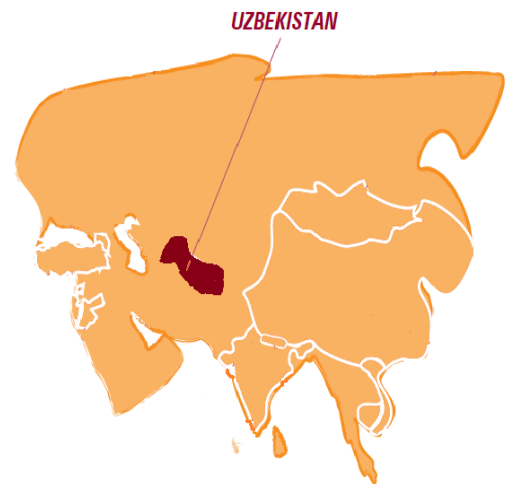


UZBEKISTAN 10 giorni

Lungo la via della seta



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

Il periodo migliore rimane comunque da marzo a novembre.

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:

Il viaggio proposto ripercorre la leggendaria Via della Seta, il fascio di strade che univa Pechino al Mar Mediterraneo, il più importante canale di transito delle idee e dei commerci tra la Cina e il mondo occidentale, da Bukhara a Samarcanda, aprendo una finestra sulla condizione di questo stato che è il più ricco di storia fra tutte le repubbliche dell'Asia centrale, situato nell'antica culla formata dai fiumi Amu-Darya e Syr-Darya.

Un viaggio che si snoda dall'antico Khanato di Khiva verso Bukhara, splendida città che induce alla meditazione. Da qui ci si inoltra nella affascinante steppa uzbeka fino a raggiungere Samarcanda, la città capitale del regno di Tamerlano, un'incredibile miscela tra oriente ed 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 Shakhrisabz, città natale di Tamerlano, il viaggio termina con la visita della capitale Tashkent.



NAVRUZ è la festa che celebra la primavera, durante il quale le strade si riempiono di cerimonie colorate e rituali tradizionali, in questo periodo il paese si arricchisce in ogni città e villaggio di concerti improvvisati, mercati e feste di ogni tipo, oltre a manifestazioni di sport tradizionali come il "Kupkari", uno sport a cavallo praticato in tutta l'Asia Centrale. Si cucinano piatti tipici uzbeki, che si preparano solo per Navruz, come il "da", un dolce fatto di panna montata con zucchero ed erbe aromatiche o altre particolari pietanze legate alla festa.

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

1° giorno: ITALIA - TASHKENT

Partenza dall'Italia.

2° giorno: TASHKENT

Arrivo all'aeroporto di Tashkent, e sistemazione in hotel. Visita alla città di Tashkent, una delle più grandi e antiche città del centro Asia e capitale dell'Uzbekistan.

In lingua uzbeka il suo nome significa "Città di pietra", caratterizzata per i suoi stridenti contrasti tra la parte antica e quella moderna, ricostruita in stile sovietico dopo il terremoto del 1966. Nella parte antica, dedalo di strette viuzze e basse case di mattoni e fango, si visiterà il complesso Khazrat-Iman, dove si trovano l'antica *madrassa* (scuola coranica) di Barak-Khan (XVI sec.), la piccola moschea Jami (XV sec.), il mausoleo di Kaffal-Shoshi (XV sec.) e la frequentatissima *madrassa* di Kukeldash (XV sec.).

Nella parte nuova si visiterà il teatro Navoi Grand Opera e Ballo e le grandi piazze di stile sovietico: piazza Amir Tern, piazza dell'Indipendenza e della Nobiltà, piazza della Amicizia e il monumento del Coraggio. Rientro in hotel e pernottamento.

3° giorno: TASHKENT – NUKUS – AYAZ KHALA

Partenza la mattina con volo interno per Nukus, dove sarà possibile visitare il museo **Savitsky**, archeologo russo che salvò dalla distruzione migliaia di quadri e sculture di artisti dissidenti (molti dei quali morti nei *gulag*). Il museo ospita opere ancora oggi sconosciute al mondo intero che raccontano la storia dell'arte del '900. Dopo un breve incontro con un esperto, che parlerà dei problemi legati all'inaridimento del Lago di Aral visita al museo del Lago. Nel pomeriggio si riparte in pullmino verso Ayaz Khala, nella regione di Khorezm, si potranno qui visitare le fortezze del deserto e tra le altre, Chilpik Kala antica costruzione zoroastriana che risale a più di 2200 anni fa. Arrivo a Ayaz Kala Cena e pernottamento nell'accampamento di *yurte* di origine kazaka (tipiche tende di feltro) in vista delle fortezze. *Servizi comuni, ma in buono stato.*

4° giorno: AYAZ KHALA – KHIVA

Prima colazione e visita alle fortezze di Ayaz Kala di e di Tropak Kala, considerato una dei monumenti più importanti dell'epoca Kushan. Ayaz Kala, consiste in un gruppo di tre fortezze costruite tra il IV secolo AC e il VII sec. DC.

Partenza per **Khiva**, sul confine turkmeno. Arrivo nel pomeriggio e prima visita al centro della città: Ichan-Qala la fortezza conosciuta come il "Museo a cielo aperto" patrimonio mondiale dell'umanità, si tratta della vecchia città di Khiva, attornata da mura alte circa 10 mt, che custodiscono al loro interno più di 50 monumenti storici e 250 abitazioni antiche. Sarà possibile visitare alcuni dei più bei siti, tra cui Kunya- Ark, antica residenza dei sovrani di Khiva; il mausoleo di Sayed Aladdin, risalente al 1300. Alcune antiche madrasse e la moschea Juma con i suoi 218 antichi pilastri in legno decorati con diversi motivi. Nel tardo pomeriggio salita sulle mura della città per godere la luce del tramonto.

Pernottamento in hotel a Khiva.

5° giorno: KHIVA - BUKHARA

Prima colazione e partenza per **Bukhara**.

(se questo giorno cade di martedì, venerdì o domenica, sarà possibile percorrere la tratta con il treno mattutino).

Si attraversa per più di 200 km il deserto uzbeko, arrivo a Bukhara, sistemazione in B&B, prima breve visita della città: la moschea Maghoki Attar la moschea più antica dell'Asia centrale; il complesso architettonico di Lyabi Hauz che al suo interno comprende la madrassa Kukaldosh . Cena libera e passeggiata intorno al lago Lyabi Hauz con breve spettacolo folcloristico. Pernottamento a Bukhara.

6° giorno: BUKHARA

Prima colazione. Giornata dedicata alla scoperta della città, costruita sulla collina sacra dove gli Zoroastriani celebravano i riti di ringraziamento di primavera, il nome Bukhara in sanscrito significa infatti "tempio". Questa città era un grande centro commerciale della grande Via della Seta, e si possono ancora ammirare tutti i monumenti del suo passato splendore, come il Poi-Kalon, la madrasa Kos, il mausoleo Ismail Samani e il minareto Kalian Pranzo libero e nel pomeriggio incontro con l'associazione delle donne di Bukhara, per farsi un'idea del ruolo delle donne in Uzbekistan in ambito economico sociale e politico. Cena in ristorante o, se possibile, presso famiglie dove si gusta cibo tradizionale, e con fortuna, si può assistere alla preparazione del plov, tipico piatto uzbeko a base di riso, carne e verdure.

7° giorno: BUKHARA – SAKHRISABZ - SAMARCANDA

Prima colazione e partenza per Shakhrisabz, (170 km), città natale di Tamerlano, che si distingue per la sua vocazione artistica e folcloristica. Visita al palazzo Ak Saray (palazzo bianco) e alla moschea di Kok Gumbaz, la moschea blu eretta da Ulughbek per il padre.

Proseguimento per Samarcanda, il percorso è panoramico, punteggiato di villaggi e greggi e per i piccoli gruppi che viaggiano con minibus sarà possibile farlo attraverso il Takhta Karacha Pass a 1676 mslm, una delle strade panoramiche più belle. Arrivo a Samarcanda, sistemazione in hotel e pernottamento.

8° giorno: SAMARCANDA

Un tempo Samarcanda, "città dei palazzi blu", fu il centro urbano più ricco dell'Asia centrale, snodo commerciale fondamentale tra Cina e occidente. Come Patrimonio dell'umanità, la città possiede tra i monumenti più importanti della storia islamica del paese e vanta circa 2750 anni di storia: la piazza Registan, la moschea Bibi Khanum, il mausoleo Gur-Emir.

Visita dell'osservatorio, astrolabio, Uluglibek, nipote di Tamerlano, che avrebbe rinnovato le gesta del grande Gengis Khan, e al museo Afrosiab, l'antica Samarcanda. Cena libera e pernottamento in hotel.

9° giorno: SAMARCANDA – TASHKENT

Partenza per **Tashkent**. Visita ad almeno alcune delle principali stazioni della 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. Visita del mercato artigianale Chorsu, uno dei più grandi di Tashkent. Pernottamento a Tashkent.

10° giorno: TASHKENT - ITALIA

Trasferimento all'aeroporto di Tashkent. Rientro in 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

L'itinerario prevede la presenza costante di un accompagnatore locale che parla italiano. Trasporti interni con auto o pulmino con autista, alloggi in pensioni, B&B e piccoli alberghi.

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.

Calcolato su 2 viaggiatori:	1400 € + volo aereo
Calcolato su 4 viaggiatori:	1240 € + volo aereo
Calcolato su 6 viaggiatori:	1100 € + volo aereo
Calcolato su 8 viaggiatori:	1040 € + volo aereo

Costo volo aereo a partire da € 550 (tasse e tratta interna incluse)

***I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 EUR= 1,10 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
- i pasti dove indicati
- entrate ai siti
- assicurazione medico bagaglio
- assicurazione contro annullamento viaggio
- organizzazione tecnica
- spese di segreteria

La quota non comprende:

- voli aerei
- pranzi e cene esclusi (spesa stimata € 130,00 a persona per l'intera durata del viaggio)
- eventuale supplemento singola € 150 (su richiesta)
- tasse per fotografare all'interno dei siti
- consumazioni fuori dai pasti
- spese personali
- mance
- escursioni facoltative
- tutte le voci non comprese nel programma

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 con una validità residua di almeno tre mesi dalla data di ritorno.

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.

Si raccomanda la massima cautela nell'**introduzione nel Paese di medicinali contenenti narcotici e/o sostanze psicotrope** (possono rientrare in questa categoria anche gli ansiolitici).

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, l'unica accettata ovunque, 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.

Le carte di credito non sono molto diffuse (Visa e Mastercard), 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).

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.

È senz'altro bene 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 (lo è anche la metropolitana di Tashkent!)

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.

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
Skype: planet.viaggi.responsabili
www.planetviaggi.it