

KIRGUISTÁN

Trekking en la Cordillera Turquestán



Trekking. 15 días de viaje y 11 días de trekking. Alojamiento en hoteles, casa local y campamentos fijos en tienda de campaña.

La naturaleza de Kirguistán deslumbra por la variedad de sus paisajes. La cordillera de Turquestán es una de las zonas más occidentales del gran sistema de las montañas Tian Shan y se extiende una longitud total de 340 km, desde las montañas Alai, en la frontera de Kirguistán con Tayikistán, hasta las llanuras del oasis de Samarcanda, en Uzbekistán. Este viaje ofrece un bello trekking por los cañones de la cordillera de Turquestán hasta el mismísimo corazón del Pamir-Alai. Llegamos al pico Ak Suu, por senderos de montaña entre barrancos y a través de un paisaje virgen, y del pico Piramidalny (5509 m.) la segunda mayor altura de la cordillera de Turquestán. Esta singular región se asemeja a la Patagonia sudamericana. Ríos de aguas cristalinas, prados alpinos poblados con manadas de yaks que pastan tranquilamente, glaciares rodeados de picos de cinco mil metros, este es el paisaje que nos acompañará.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Bishkek	../../..	Vuelo/Hotel
2	Llegada a Bishkek	../../..	Hotel turista
3	Vuelo Bishkek/Osk. Traslado a Uzgurush	D/A/C	Casa local
4	Uzgurush/Campamento Ak-Tash	D/P/C	Tienda de campaña
5	Campamento Ak-Tash/Campamento Dzhalgychy	D/P/C	Tienda de campaña
6	Campamento Dzhalgychy/Campamento Orto Chasma	D/P/C	Tienda de campaña
7	Campamento Orto Chasma/Campamento Kara Suu	D/P/C	Tienda de campaña
8	Campamento Kara Suu. Radial a los Picos Asan Usan y Pyramidalny	D/P/C	Tienda de campaña
9	Campamento Kara Suu/Campamento Orto Chasma	D/P/C	Tienda de campaña
10	Campamento Orto Chasma/Campamento Ak Tubek	D/P/C	Tienda de campaña
11	Campamento Ak Tubek/Campamento Ak-Suu	D/P/C	Tienda de campaña
12	Campamento Ak-Suu. Radial al pie del Pico Ak Suu	D/P/C	Tienda de campaña
13	Campamento Ak-Suu/Uzgurush	D/P/C	Tienda de campaña
14	Uzgurush/Batkén/Aeropuerto Osh. Vuelo a Bishkek	D/A/C	Hotel turista
15	Vuelos Bishkek/Ciudad de origen	../../..	-----

ALIMENTACIÓN **Desayuno: D** **Almuerzo: A** **Cena: C** **Picnic: P**

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/BISHKEK

Salimos en vuelo hacia Bishkek con conexiones intermedias.

DÍA 2.- LLEGADA A BISHKEK

A la llegada nos esperan en el aeropuerto, para el traslado al hotel. Tras un breve descanso comenzamos un recorrido por la ciudad, visitando el monumento a Manás, el principal héroe nacional del pueblo kirguiso. Continuamos hacia el museo de Historia del Estado y después paseamos por la Plaza Central, Ala Too, para ver la ceremonia del cambio de la Guardia de Honor, seguimos hacia el monumento de la Independencia y después hacia la Plaza Vieja, donde se encuentra la Casa del Gobierno. Finalizamos el recorrido en la Plaza de la Victoria.

Resto del tiempo libre, para poder conocer la tienda ZUM, la más grande de la ciudad y un colorido bazar oriental donde se pueden comprar algunos recuerdos

BISHKEK

Capital del país, se encuentra rodeada por la impresionante cordillera de Kirguis Altai, dominando sobre ella con sus cumbres de 4.800 metros siempre nevadas. Bishkek es una agradable y hospitalaria ciudad de amplias avenidas y razas mezcladas, pues sólo el 30 % de la población es kirguís. Es moderna y difícil encontrar algo anterior a la II guerra Mundial en su paisaje urbano, eso sí, lleno de árboles y zonas verdes. Aparte de una intensa vida cultural excelente, económicos conciertos y representaciones teatrales y de ópera, ofrece algunos edificios interesantes y museos de calidad.

DÍA 3.- VUELO BISHKEK/OSK. TRASLADO A UZGURUSH

Por la mañana traslado al aeropuerto, para volar a la ciudad de Osh, donde nos esperan para el traslado a Uzgurush (340 km, 8-9 horas aprox.). Tras la llegada y el alojamiento comenzamos los preparativos para el trekking que comenzamos el día siguiente.

DÍA 4.- UZGURUSH/CAMPAMENTO AK-TASH

Comenzamos nuestra primera jornada de trekking entre pintorescos jardines de nogales y pistacheros salvajes. Seguimos un amplio camino que se extiende a lo largo del río Bulzhumá y por una pendiente llegamos al Paso (2894 m) que lleva el mismo nombre y desde el que podemos disfrutar de las vistas panorámicas de las gargantas colindantes y de las caras occidentales de los picos Piramidalny y Orto Chashmá. Después descendemos hasta el valle del río Ak-Tash, donde se encuentra nuestro campamento, ubicado a 2500 m en una verde pradera y a la sombra de arbustos.

Trek: 15 km/7-8 horas aprox./+1250 m

DÍA 5.- CAMPAMENTO AK-TASH/CAMPAMENTO DZHALGYCHY

Continuamos río arriba por la orilla del Ak Tash, atravesando un terreno empedrado hasta el Paso Dzhalgychy (3774 m), desde donde se tiene una buena panorámica de la cordillera de Turquestán, de la cara oeste del pico Piramidalny (5509 m) y del Collado Turo (4525). Descendemos por un sendero a lo largo de la garganta Dzhalgychy, hasta la confluencia con otra garganta sin nombre, y llegamos al campamento Dzhalgychy a 3100 m, donde pasamos la noche.

Trek: 11 km/4-6 horas aprox./+800 m -680 m



DÍA 6.- CAMPAMENTO DZHALGYCHY/CAMPAMENTO ORTO CHASMA

En esta jornada ascendemos por verdes laderas entre las gargantas de Dzhalgychy y Kashka Suu. Desde el punto más alto de la ruta, tenemos buenas vistas de la garganta de Orto Chasma y el paso Turo (4525 m). Descendemos hacia la garganta de Kashka Suu, a lo largo del río hasta la confluencia con la garganta de Orto Chasma, a 2 800 m, donde se pernoctamos.

Trek: 7 km/3-4 horas/ + 500 m - 700 m

DÍA 7.- CAMPAMENTO ORTO CHASMA/CAMPAMENTO KARA SUU

Comenzamos el trekking a lo largo de un buen sendero, para después ascender al paso Kosh Moinok (3260 m). Luego el sendero serpentea a través de un bosque de enebros, pasa por un fresco manantial y nos lleva hasta el paso de Kara Suu (3260 m.), desde donde se abre una magnífica vista del "mar" de agujas con cimas cubiertas de nieve de la cordillera de Turquestán. Las paredes imponentes nor-occidentales de los picos Kotin (4521 m.) y 1000 Años de Rusia Cristiana (4507 m.) se abren en fila ante nuestros ojos. Finalmente llegamos a nuestro campamento en Kara Suu

Trek: 16 km/7-8 horas/ + 960 m - 960 m

DÍA 8.- CAMPAMENTO KARA SUU. RADIAL A LOS PICOS ASAN USAN Y PYRAMIDALNY

Salimos caminando hacia la garganta de Kara Suu, al pie de los picos "Pyramidalny" (5509 m.), "1000 aniversario de la Rusia Cristiana (Kyrkchyltá) (4507 m.) y Asan Usen (4378 m.).

Tras finalizar, regresamos a nuestro campamento en en Kara Suu

Trek: 12 km/5-6 horas/ + 300 m - 300 m

DÍA 9.- CAMPAMENTO KARA SUU/CAMPAMENTO ORTO CHASMA

Atravesamos los pasos de Kara Suu (3760 m.) y Kosh Moinok (3260 m.), de regreso a nuestro campamento en Orto Chasma.

Trek: 16 km/8 horas/+ 960 m - 960 m

DÍA 10.- CAMPAMENTO ORTO CHASMA/CAMPAMENTO AK TUBEK

Comenzamos con un ascenso moderado a lo largo del río Orto Chashma, hasta la confluencia con la garganta Ak-Tubek. Luego cruzamos dos ríos a través de puentes y seguimos caminando a lo largo del río Ak-Tubek, hasta atravesar el paso Ak Tubek y llegar a nuestro campamento del mismo nombre.

Trek: 7 km/3- 4 horas/ +800 m

DÍA 11.- CAMPAMENTO AK TUBEK/CAMPAMENTO AK-SUU

El duro ascenso al paso de Ak Tubek (4390 m.), se ve recompensado por la majestuosa vista panorámica sobre la región del pico de Iskander y el valle del río Orto Chashma. En el camino se pueden ver los imponentes muros rocosos de los picos Iskander (5120 m), Petrogradez (5165 m), Admiralteez (5090 m), Aksu (5355 m), A.Block (5229 m), Aktubek (5125 m) picos.

Nuestro campamento está situado en el comienzo de la zona verde en el río Ak-Suu a 2800 metros.

Trek: 11 km/5 - 6 horas/ +800 m / -1400 m

DÍA 12.- CAMPAMENTO AK-SUU. RADIAL AL PIE DEL PICO AK SUU

El camino serpentea entre bosques de enebros y se eleva hacia la empinada morrena de un glaciar alpino, hasta el circo del pico Aksu (5355 m), en el mismo corazón del macizo montañoso del Pamir Alai Este pico de forma piramidal con su cima nevada, se rompe abruptamente en el norte formando una pared de casi 2 kilómetros. El grandioso circo está rodeado además de los picos del bicéfalo Iskander, el Admiralteyets, el Petrogradets y el PicoBlok.

Tras finalizar regresamos a nuestro campamento en Ak-Suu

Trek: 14 km/5-6 horas/+ 600 m - 600 m

DÍA 13.- CAMPAMENTO AK-SUU/UZGURUSH

En nuestra última jornada de Trekking, descendemos a través de un bosque de enebros a lo largo del río Ak Mechet, disfrutando en el camino de bonitas vistas del pico Iskander. Luego seguimos caminando por una frondosa y pintoresca garganta, hasta llegar al pueblo de Uzgurush, donde nos alojamos.

Trek: 16 km/5-6 horas/-1350 m

DÍA 14.- UZGURUSH/BATKÉN/AEROPUERTO OSH. VUELO A BISHKEK

Por la mañana salimos hacia la ciudad de Batkén después seguimos hasta el aeropuerto de Osh (360 km/7-8 horas aprox.), para volar a Bishkek, donde nos esperan para el traslado al hotel.

DÍA 15.- VUELOS BISHKEK/CIUDAD DE ORIGEN

De madrugada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo hacia la ciudad de origen con conexiones intermedias. Llegada y fin de los servicios.

FECHAS DE SALIDA 2019 DESDE MADRID Y BARCELONA

JULIO: 29

Consultar salidas desde otras ciudades

GRUPO MÍNIMO 2 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

GRUPO DESDE 10 PERSONAS	2.220,00 €
GRUPO DE 6 A 9 PERSONAS	2.400,00 €
GRUPO DE 4 A 5 PERSONAS	2.650,00 €
GRUPO DE 2 A 3 PERSONAS	3.200,00 €
SUPL. HAB. INDIVIDUAL	280,00 €
-----	-----
TASAS AÉREAS	305 €(APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

Transporte en avión en clase turista Ciudad de origen/Bishkek/Ciudad de origen (conexiones intermedias).
Vuelos interiores en clase turista Bishkek-Osh-Bishkek (permitidos 15 kg equipaje por persona)
Recepción en los aeropuertos de Bishkek y Osh a la llegada
Traslados especificados
Transporte por tierra en vehículo privado
Alojamiento en hotel turista en habitaciones dobles con baño privado y casa familiar. Tiendas de campaña de dos plazas preinstaladas durante el trekking (según cuadro)
Alimentación especificada en el cuadro
Actividades y visitas especificadas
Entradas a museos visitados y tasas ecológicas
Guía local de montaña de habla inglesa durante el trekking y guía local para visitas
Mulass de carga para transporte de equipaje durante el trekking (permitidos 15 kg equipaje por persona)
Material de uso colectivo (mesas, sillas, cubiertos, platos, vasos, etc.), durante el trekking
Seguro de asistencia en viaje

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Saco de dormir
Equipo personal de Trekking
Alimentación no especificada en el cuadro
Actividades y visitas no especificadas
Entradas salvo museos visitados
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc.
Propinas
Tasas aéreas
Tasas de aeropuerto
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

DOCUMENTACION

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.

* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores
WWW.MAE.ES

SANIDAD

IMPRESIONABLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

SEGURO

Un seguro de asistencia está incluido en el viaje. La póliza será entregada junto con la documentación final. Opcionalmente se puede contratar un seguro de gastos de anulación, por un **importe de 50 € por persona**. Debe solicitarse en el momento de realizar el pago de entrega a cuenta siempre que éste se realice como mínimo 15 días antes de la salida del viaje.

Las condiciones de ambos seguros se pueden consultar en nuestra página web:

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeViajeTrekking.pdf

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeAnulacion.pdf

TASAS AEREAS

Son impuestos generados por las compañías aéreas, que fluctúan diariamente hasta la fecha de emisión del billete, por lo que el importe exacto no puede confirmarse hasta ese momento. Consultar en el cuadro

de precios de este dossier su valor aproximado. Cualquier variación en su importe, será comunicada oportunamente

TASAS DE AEROPUERTO

Son impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo directamente, antes de realizar el embarque

DIVISAS

La unidad monetaria de Kirguzstán es el Kirguzstanián Som (KGS)
Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/ucc/es/>

PROPINAS

No son obligatorias, aunque si frecuentes.

En lo que al viaje se refiere, las personas que en un momento u otro están en contacto con el viajero y le prestan algún tipo de servicio esperan una compensación económica (guías, conductores, maleteros, camareros...)

EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO

EQUIPO DE VIAJE

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima cálido/ zapatillas de deporte/ sandalias de goma.
Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema antisolar de alta protección, protector labial).

Prismáticos y material fotográfico

EQUIPO DE TREKKING

Mochila mediana 40 L/ saco de dormir de gran resistencia al frío/ botas de montaña tipo trekking/ calcetines térmicos/ leotardos o termofibra/ pantalón de montaña/ pantalón chubasquero/ camisetas térmicas/ bastones/ forro polar/ plumífero/ chaqueta de goretex/ capa de agua/guantes y gorro. Bastones

BOTIQUIN
Antibiótico de amplio espectro /analgésicos/ antiácido/ anti-inflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ pomada antibiótica/ pomada anti-inflamatoria/ primperán/ desinfectante/ algodón/ tiritas/ venda/ esparadráp/ repelente de mosquitos/ bebidas isotónicas.

RESERVA

1) La reserva se pueden formalizar por teléfono o por correo electrónico a la siguiente dirección:

info@trekkingyaventura.com

telf. 91 522 86 81

Datos para reservar:

- **nombre y apellidos** de la persona que va a viajar (exactos a los del pasaporte) y **número DNI**.
- teléfono de contacto y correo electrónico.
- pasaporte escaneado en color (ó en su defecto una foto del mimos con imagen nítida y sin brillos)

2) Se abonará un depósito del 40% del importe total del viaje por persona. **NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**

Se admite

Transferencia bancaria: Banco Popular
ES06 0075 0349 460601118121 (BIC): POPUESMM
Titular: Trekking y Aventura

Tarjeta de crédito Visa y/o Masterd Card y pasarela de pago seguro, consúltanos tus claves de acceso.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR**

3) A continuación de tener constancia de estos trámites, enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado y un código de cliente que junto con tu número de DNI, permitirá el acceso al Área Reservada de Clientes en nuestra web www.trekkingyaventura.com , donde podrás actualizar tus datos personales, consultar algunos datos de tu reserva y descargar la documentación en el momento que todo lo tengamos preparado, además podrás comunicarte con nosotros de manera más rápida y eficaz.

En caso que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA. Siempre estamos a tu disposición de lunes a viernes en calle ventura rodríguez 15, 28008 Madrid y en el 91-5228681

***Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.**

Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.
www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp