Trekking Yaventura VIAJES

INTREPIDXS

Kirguistán

Trekking en la Cordillera Turquestán
El secreto mejor guardado de Asia Central

14 días de Viaje
10 días de Trekking

Ventura Rodríguez, 15 · 28008 Madrid · Spain +34 915 228 681
www.trekkingyaventura.com info@trekkingyaventura.com
CIC MA 1038

Recorre la naturaleza salvaje de la "Patagonia Asiática" y cae rendido en **campamentos aislados** de la civilización ubicados en lugares mágicos.

Ponte a prueba en uno de los lugares más remotos del mundo caminando bajo las paredes de granito del Ak Suu (5.355 m.) y el Piramidalny (5.509 m.).

Saborea la hospitalidad de los auténticos nómadas y observa como sus jinetes se pierden en el inmenso horizonte.

¿Te imaginas estar entre una **treintena de montañas de cuatro y cinco mil metros** sin tener cerca **ningún rastro de civilización?**

Kirguistán es uno de esos pocos lugares en el mundo que **poco ha cambiado tras el paso de Marco Polo**. Una tierra donde la **Ruta de la Seda** y los más de 100 años de dominación Soviética han dejado huella.

En la altitud encontrarás su verdadera personalidad. Un **territorio salvaje** donde imperan las **aguas cristalinas, los glaciares y los prados alpinos con sus manadas de yaks**.

La cordillera del Turquestán se encuentra al suroeste del país, junto a la frontera con Tajikistán y, sin duda, allí encontrarás **una de las zonas más espectaculares del Pamir Alai.**

¿Preparado para **10 días de pura montaña?**
Dormirás en tiendas de campaña preinstaladas que evitarán cargar con todo.

Una **travesía circular** que te permitirá recorrer senderos entre **barrancos**, atravesar valles **glaciares** o quizá encontrarte con **auténticos nómadas**.

:

El secreto mejor guardado de Asia Central

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTO
1	Bishkek	Ninguna	Hotel turista
2	Bishkek /Uzgurush	D-A-C	Casa local
3	Uzgurush/Ak-Tash	D-P-C	Tienda de campaña
4	Ak-Tash/Dzhalgychy	D-P-C	Tienda de campaña
5	Dzhalgychy/Orto Chasma	D-P-C	Tienda de campaña
6	Orto Chasma/ Kara Suu	D-P-C	Tienda de campaña
7	Kara Suu/Kara Suu	D-P-C	Tienda de campaña
8	Kara Suu/Orto Chasma	D-P-C	Tienda de campaña
9	Orto Chasma/ Ak Tubek	D-P-C	Tienda de campaña
10	Ak Tubek/ Ak-Suu	D-P-C	Tienda de campaña
11	Ak-Suu./Ak-Suu.	D-P-C	Tienda de campaña
12	Ak-Suu/Uzgurush	D-P-C	Tienda de campaña
13	Uzgurush/Bishkek	D-A-C	Hotel turista
14	Bishkek	Ninguna	SIN ALOJAMIENTO

ALIMENTACIÓN Desayuno: D Almuerzo: A Cena: C

Aquí tienes el plan:

DÍA 1.- BISHKEK

Al llegar al aeropuerto te estarán esperando para trasladarte al hotel donde podrás descansar un poco tras el largo viaje.

Quizá la capital no te impresione. Es **moderna, práctica y difícil de encontrar algo anterior a la II Guerra Mundial**, pero eso no significa que no merezca la pena aprovechar este día para conocerla y hacer algunas compras.

Tiene una intensa actividad cultural, muchas zonas verdes y posee algunos edificios interesantes y museos de calidad.

Visitarás el **monumento a Manás**, el principal héroe nacional, para continuar hacia el **museo de Historia del Estado y la Plaza Central, Ala Too**, donde tiene lugar la ceremonia del cambio de la Guardia de Honor.

Luego vendrá el turno del **monumento de la Independencia, la Plaza Vieja**, donde se encuentra la **Casa del Gobierno** y la **Plaza de la Victoria**.

También tendrás tiempo libre para perderte por sus calles y conocer la tienda **ZUM**, un colorido bazar oriental donde puedes encontrar productos locales.

Unas veces sentirás que estás en plena Unión Soviética, otras veces en Mongolia, y es que Biskek es eso, una mezcla de razas, una auténtica **Torre de Babel,** sólo el 30 % de la población es kirguís.

DÍA 2.- VUELO DE BISHKEK / OSH. TRASLADO A UZGURUSH

Es pesado lo de los aviones y los aeropuertos, pero te toca pasar por ello otra vez para **volar** a la ciudad de **Osk** donde te esperarán para ir por **carretera** a **Uzgurush**.

Aquí te **darás cuenta de que estás en el verdadero Kirguistán**. La infraestructura turística es muy limitada, nada que ver con lo que conoces. ¿Querías aventura, no?

Tómatelo con calma y disfruta del paisaje que te ofrece la carretera de montaña, será un día de viaje y preparativos para el trekking que comenzará al día siguiente.

DÍA 3.- DE UZGURUSH AL CAMPAMENTO AK-TASH

Día 1 del Trek: 15 km/7-8 horas aprox./+1250 m

Arrancarás entre pintorescos **jardines de nogales y pistacheros salvajes** que darán paso a un amplio camino a lo largo del río Bulzhumá.

Llegarás al **Paso (2.894 m)** desde el que podrás disfrutar de las vistas de **las gargantas colindantes** y de las caras occidentales de los picos **Piramidalny** y **Orto Chashmá**.

Después toca bajada hasta el valle del **río Ak-Tash** donde se encuentra el primer campamento ubicado a 2.500 m en una verde pradera y a la sombra de arbustos.

DÍA 4.- DEL CAMPAMENTO AK AL TASH AL CAMPAMENTO DDZHALGYCHY

Día 2 del Trek: 11 km/4-6 horas aprox./+800 m -680 m

Río arriba por la orilla del Ak Tash y atravesando un terreno empedrado llegarás al **Paso Dzhalgychy (3.774 m)**, desde donde tendrás una de las **mejores panorámicas de la cordillera de Turquestán**, de la cara oeste del pico **Piramidalny (5.509 m)** y del **Collado Turo (4.525 m).**

Descenderás por un sendero a lo largo de la **garganta Dzhalgychy**, hasta la confluencia con otra garganta sin nombre, y llegarás al campamento Dzhalgychy a 3100 m, donde pasarás la noche.

DÍA 5.- DEL CAMPAMENTO DZHALGYCHY AL CAMPAMENTO ORTO CHASMA

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

Tendrás un ascenso espectacular entre las gargantas de Dzhalgychy y Kashka Suu para tener desde el punto más alto impresionantes vistas a la **garganta de Orto Chasma y el paso Turo (4.525 m)**

El descenso hacia la **garganta de Kashka Suu** hará que sigas el río hasta llegar a otro lugar asombroso donde te esperará el campamento, la garganta de Orto Chasma, a 2.800 m.

DÍA 6.- DEL CAMPAMENTO ORTO CHASMA AL CAMPAMENTO KARA SUU

Día 4 del Trek: 16 km/7-8 horas/ + 960 m - 960 m

Comenzarás el día por un buen sendero para ascender al paso **Kosh Moinok (3260 m).** Aquí el sendero empezará a serpentear para introducirte en un bosque de enebros donde encontrarás un manantial.

Una vez en el paso de **Kara Suu (3.260 m.)** tendrás una magnífica vista **del "mar" de agujas con cimas cubiertas de nieve de la cordillera de Turquestán.**

Te quedarás con la boca abierta al contemplar las paredes imponentes de los picos **Kotin (4.521 m.) y 1000 Años de Rusia Cristiana (4.507 m.).**

La noche la pasarás en el campamento Kara Suu.

DÍA 7.- ASCENSO A LOS PICOS ASAN USAN Y PYRAMIDALNY DESDE EL CAMPAMENTO KARA SUU

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

¡Turno de la jornada estrella! Disfrutarás de uno de los lugares más bellos del **valle de Karavshin.**

Caminarás bajo las cimas del 1000 Años de Rusia Cristiana (Kyrkchilta) (4507m), Asan (4230m) Usen (4378m) y Odessa Peak (4810 m) para luego cruzar el **glaciar Asan / Usen** y llegar a las estribaciones del **pico Piramidalnyi (5509 m),** el punto más alto de las montañas de Turquestán. Existe una **leyenda local** sobre estos picos.

Hace siglos un anciano con hijos gemelos, llamado Asan y Usen, vivía en el valle. Crió a sus hijos para que fueran guerreros fuertes, pero cuando estalló la guerra, ambos hijos murieron en la batalla.

El hombre se volvió loco de dolor por la pérdida de sus hijos y levantó los brazos al aire y le preguntó a Alá: "¡Oh, Alá, oh, Alá! Devuélveme a mis hijos y, en cambio, quítame la vida.

Allah escuchó la oración del hombre, y dos picos poderosos se elevaron del suelo uno frente al otro, Asan (4230 m) y Usen (4378 m).

Una vez llegado a +/- 3.100 metros comenzarás tu regreso al campamento, pero mantén los ojos bien abiertos y que no se te escapen **las ovejas Marco Polo.**

Estas ovejas viven en las praderas, entre 3000 y 5500 m. Son enormes y se reconocen por sus largos cuernos en espiral. Están en **peligro de extinción,** pero todavía se pueden ver vagando entre las montañas del Pamir-Alay.

DÍA 8.- DEL CAMPAMENTO KARA SUU AL CAMPAMENTO ORTO CHASMA

Día 6 del Trek: 16 km/8 horas/+ 960 m - 960 m

Comenzarás a caminar por la ladera entre las **gargantas de Dzhalgychy y Kashka-Suu.** A medida que ganes altura irás viendo la garganta de Orto Chashma y el paso de Turo (4525 m).

Descenderás por el desfiladero de Kashka-Suu y bordearás el río, pasando enebros centenarios, hasta llegar a la confluencia con el desfiladero de Orto Chashma.

Desde aquí seguirás **el impresionante río Orto Chashma**, de hecho, lo locales lo llaman "Djindy suu", que se traduce como **"agua loca".** Y es por la mañana el río está tranquilo y el nivel del agua bajo, pero a por la tarde, cuando el sol está alto y el glaciar comienza a derretirse, el río se llena y se convierte en un torrente increíble.

Los lugareños han construido un puente fuerte, que se puede encontrar río abajo escondido por enebros. Cuando cruces el puente encontrarás el campamento (2800m) en un valle rodeado de árboles.

DÍA 9.- DEL CAMPAMENTO ORTO CHASMA AL CAMPAMENTO AK TUBEK

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

Comenzarás con un ascenso moderado a lo largo del río Orto Chashma, hasta la confluencia con la garganta Ak-Tubek.
Luego cruzarás dos ríos a través de puentes y seguirás caminando a lo largo del río Ak-Tubek, **hasta atravesar el paso Ak Tubek** y llegar al campamento del mismo nombre.

DÍA 10.- DEL CAMPAMENTO AK TUBEK AL CAMPAMENTO AK-SUU

Día 8 del Trek: 11 km/5 - 6 horas/ +800 m / -1400 m

Etapa exigente y dura.

El ascenso al paso de Ak Tubek (4390 m.) se verá 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.

En el campamento, al comienzo de la zona verde en el río Ak-Suu a 2800 metros, te aguardará una merecida y rica cena.

DÍA 11.- DEL CAMPAMENTO AK-SUU AL PIE DEL PICO AK SUU Y REGRESO.

Día 9 del Trek: 14 km/5-6 horas/+ 600 m - 600 m

El cuerpo se merecerá esta jornada de descanso activo para la contemplar la grandiosidad de este lugar.

El camino inicial te hará adentrarte entre bosques de enebros para luego empinarse y dejarte en la **morrena que flanquea el glaciar del Ak Suu en el corazón 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. Jamás olvidarás esta estampa.

Además, el grandioso circo está rodeado de los picos del bicéfalo Iskander, el Admiralteyets, el Petrogradets y el PicoBlok.

La noche la pasarás en el mismo campamento de la noche anterior.

DÍA 12.- DEL CAMPAMENTO AK-SUU A UZGURUSH

Día 10 del Trek: 16 km/5-6 horas/-1350 m
El trekking llega a su final.

En esta última jornada descenderás a través de un bosque de enebros a lo largo del río Ak Mechet, para disfrutar de las bonitas vistas del pico Iskander.
Luego seguirás por una frondosa y pintoresca garganta, hasta llegar al pueblo de **Uzgurush**, donde te espera un **alojamiento modesto** que te parecerá un auténtico lujazo.

DÍA 13.- UZGURUSH / BATKÉN / AEROPUERTO OSH . VUELO A BISHKEK

Toca ir volviendo

Por la mañana saldrás hacia la ciudad de **Batkén** y después seguirás hasta el **aeropuerto de Osh** (360 km/7-8 horas aprox.) y **volar a Bishkek**, donde te esperarán para el **traslado al hotel.**

DÍA 14.- BISHKEK.

De madrugada te llevarán al aeropuerto.

Fin de los servicios.

FECHAS DE SALIDA 2025

04-07-2025
17-07-2025
01-08-2025
14-08-2025

GRUPO MINIMO 4 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

GRUPO DE 4 A 12 PERSONAS	2.750 €
SUPL. HABITACIÓN INDIVIDUAL	255 €

Servicios Incluidos

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
Mulas 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

Vuelos internacionales
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

Documentación

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

IMPRESCINDIBLE 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

En este viaje hemos incluido un seguro con AXA de asistencia en viaje con cobertura de cancelación de hasta 2000 € por 34 supuestos especificados en la póliza.

Opcionalmente puedes contratar un seguro de cancelación que incluye el libre desistimiento sin causas justificadas (Express plus 2500) pagando un suplemento entre 115 € y 250 € + un 10% de franquicia en caso de ser utilizado.
Puedes consultar las condiciones de ambos en nuestra página web:
www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf
www.trekkingyaventura.com/seguros/expressplus2500.pdf

Divisas

La unidad monetaria de Kirguistán es el Kyrgyzstanian 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 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 frio
- 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

Botiquín

- Antibiótico de Amplio Espectro
- Analgésicos
- Antiácido
- Anti-Inflamatorio
- Antidiarreico
- Antihistamínico
- Pomada Antibiótica
- Pomada Anti-Inflamatoria
- Primperán
- Desinfectante
- Algodón
- Tiritas
- Venda
- Esparadrapo
- Repelente De Mosquitos
- Bebidas Isotónicas.

RESERVA

1. La reserva se puede 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 (en su defecto una foto del mismo 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.**

Formas de Pago:

- Transferencia bancaria Banco Santander Titular: Trekking y

Aventura

Datos bancarios: ES0600750349460601118121 (BIC): BSCHESMMXXX.

- Tarjeta de crédito Visa y/o MasterCard 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. En caso de que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA.

***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.

No te quedes con ninguna duda y ponte en contacto con nosotros para charlar sobre esta u otra aventura.

También puedes reservar cita para una charla online a través de ZOOM en nuestra Web: www.trekkingyaentura.com

o en nuestro Magazine: www.intrepidxs.com