



TOUR KYRGYZSTAN

GIUGNO 2016

Partenza: 10 giugno 2016 > **Durata viaggio:** 14 giorni

Il nostro viaggio alla scoperta del Kyrgyzstan inizia da una breve visita alla capitale. Bishkek, fondata nel 1825, è il centro industriale ed economico del Paese. Questo primo impatto di Bishkek ci permetterà di notare subito l'incontro tra l'antica cultura nomade del paese e le strutture architettoniche del periodo sovietico. Il Kyrgyzstan è un paese in cui cultura e natura si incontrano e convivono alla perfezione: la capitale se pur così piccola ha più di 20 parchi, tra cui il più antico è Oak Park.

Il secondo giorno noleggeremo le nostre mountain bike per iniziare il percorso di circa 650 km totali. Attraverseremo diverse città, seguiremo a tratti il percorso della via della seta, vedremo i paesaggi naturali che caratterizzano il luogo, e avremo il piacere di ammirare vallate, montagne e laghi. Il nostro percorso prevede l'attraversamento di alcuni passi montani, tra i più belli e suggestivi della zona. I giorni di riposo che abbiamo programmato negli accampamenti di Yurt ci permetteranno di entrare in contatto con questo popolo oltre a godere dello splendore dei luoghi.

Durante il nostro tour, avremo il piacere di sostare presso alcuni dei luoghi naturali più belli del paese, tra cui il lago Son-Kul, il secondo lago più grande del Kyrgyzstan. Questo lago, che offre una vista pazzesca sulle montagne circostanti, è circondato da un paesaggio privo di alberi o di fitta vegetazione, interrotto solamente da yurt, le tipiche abitazioni del luogo. Il primo lago del Kyrgyzstan, che costeggeremo il decimo giorno del nostro viaggio, è Issyk-Kul, ed è uno dei laghi montani più grandi al mondo. È famoso per lo scenario che offre sulle montagne circostanti. Il suo nome significa "lago caldo", per il fatto che non si congela mai, nemmeno durante l'inverno. Più di 50 fiumi sono collegati a questo bacino.

Dopo aver costeggiato questo lago nella sua parte a sud, ritorneremo a Bishkek per il ritorno a casa, dopo due settimane di totale immersione nella natura. Sarà davvero difficile ritornare alla vita caotica di tutti i giorni!

> Programma

1° GIORNO

Bishkek

Arrivo all'aeroporto di Manas e incontro con la guida/interprete che vi accompagnerà all'inizio di questo viaggio. Trasferimento dall'aeroporto a Bishkek, dove, dopo pranzo, avrete l'occasione di esplorare la capitale. Tra le principali attrazioni, potrete visitare il famoso Museo Storico Nazionale, per avvicinarci alla storia Kyrgyz. Merita una visita anche la Piazza principale e il parco più antico della città, Oak Park. Altre attrazioni della città sono il Teatro Nazionale e la Piazza Vittoria. Noleggio bici. Pernottamento.

2° GIORNO

Kara-Balta – Sosnovska – Kyzyl-Oi

Dopo colazione, partiremo seguendo la strada principale fino a Kara-Balta (60 km), città nel nord del paese e capoluogo del distretto che porta lo stesso nome. Proseguiremo poi per Sosnovka a 1200 m di altitudine (20 km). Percorreremo un percorso in salita arrampicandoci fino a 3100 m. Attraverseremo il tunnel di circa 3 km nel passo Tor-Ashuu, il più lungo di tutta l'Asia. Dopo il tunnel inizieremo a pedalare per raggiungere la vallata di Suusamyr (16 km). Proseguendo, si interromperà la strada asfaltata, e si continuerà su sentieri sterrati sabbiosi fino a raggiungere Kyzyl-Oi. **Totale in bici: 63 km.** Pernottamento in B&B.

3° GIORNO

Chaek – Bashkaingdy

Dopo colazione, pedaleremo lungo il fiume Kökomeren. Dopo 35 km raggiungeremo la città di Chaek (altitudine 1700 m), per proseguire poi verso Bashkaingdy (17 km). Scaleremo il passo Kara Keche. Dopo circa 85 km ci fermeremo. Si potrà fermarsi prima o proseguire pedalando, a seconda del gruppo. Pernottamento in tenda.

4° GIORNO

Kara-Keche – Son-Kul

Dopo la città di Kara-Keche, proseguiremo verso il lago Son-Kul, bellissimo, con acque limpide, circondato da montagne. È inoltre il secondo lago più grande del paese. Dopo un percorso di circa 50 km raggiungeremo il lago. **Totale in bici: 50 km** (dipendendo dalla distanza percorsa il giorno precedente). Pernottamento in un campo tendato.

5° GIORNO

Son-Kul

Questo giorno sarà dedicato alla scoperta di Son-Kul. Sarà possibile seguire un percorso circondando il lago (130 km), o organizzarsi per una piacevole cavalcata nella zona (non incluso). **Totale in bici: 63 km.** Pernottamento in un campo tendato.

6° GIORNO

Passo Kalmak-Ashuu

Pedaleremo lungo la parte est del lago fino a raggiungere il passo Kalmak-Ashuu (altitudine 3317 m), per poi ridiscendere verso la valle (2500 m). **Totale in bici: 64 km.** Pernottamento in tenda.

7° GIORNO

Silk road

Procederemo dal lago Son-Kul in direzione Issik-Kul, lungo la via della seta. Alcune zone che si percorrono lungo la "silk road", sono state dichiarate dall'Unesco patrimonio dell'umanità, per i monumenti tangibili della cultura delle popolazioni nomadi. Il percorso sarà di 44 km, attraversando una natura incontaminata, tra passi e valli. **Totale in bici: 44 km.** Pernottamento in tenda.

8° GIORNO

Kochkor

Lasciemo la valle e saliremo dai 2900 m fino a raggiungere i 3400 m. Proseguiremo poi fino al villaggio di Kochkor (75 km). Ciò che rende Kochkor un luogo di interesse per i turisti sono i negozi cooperativi e solidali in cui le donne dei villaggi vicini vendono i loro prodotti. Ci immergeremo nell'atmosfera del villaggio e avremo uno scorcio interessante della vita delle comunità locali. **Totale in bici: 75 km.** Pernottamento in B&B.

9° GIORNO

Kochkor – Issyk-Kul – Kara-Tala

Da Kochkor proseguiremo lungo le acque della riserva Orto-Tokoy, costeggeremo la parte sud del lago Issyk-Kul, fino al villaggio Kara-Tala (73 km). Proseguiremo fino ad un campo tendato. **Totale in bici: 73 + 35 km.** Pernottamento in tenda.

10° GIORNO

Passo Ala Bash – Temir-Kanat

Proseguiremo lungo un percorso a tratti sabbioso, attraverso la valle Kongur-Ölön, lungo il passo di Ala Bash, nella regione di Issyk-Kul. La nostra meta è Temir-Kanat. Raggiungeremo il villaggio costeggiando il lago nella sua parte a sud attraverso percorsi asfaltati alternati a zone con leggere salite. L'ultima parte di questa tappa sarà molto ripida. Il campo tendato dove pernosteremo è situato sopra il villaggio. **Totale in bici: 60 km.**

11° GIORNO

Bokonbaevo – Sonun

Sempre costeggiando Issyk-Kul, ci fermeremo a Bokonbaevo, considerata il cuore dell'ecoturismo per la pace paradisiaca e l'aria fresca di montagna del luogo. Intorno potrete vedere moltissimi campi tendati. Il percorso sarà piuttosto facile; gli ultimi 2 km saranno però percorsi su un sentiero sabbioso per raggiungere le tende sulle coste del lago dove dormiremo. **Totale in bici: 56 km.**

12° GIORNO

Sonun – Kyzyl-Tuu

Pedaleremo da Sonun a Kyzyl-Tuu per visitare una famiglia specializzata nella creazione delle tende tipiche chiamate "yurt". **Totale in bici: 47 km.** Trasferimento a Bishkek. Pernottamento.

13° GIORNO

Giorno libero per le escursioni facoltative della zona. (Pranzo non incluso). Pernottamento.

14° GIORNO

Trasferimento all'aeroporto e partenza.

Tariffe

2450,00 € a persona (base 8 partecipanti)

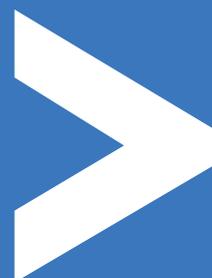
2380,00 € a persona (base 10 partecipanti)

La quota include

- Trasferimento da e per l'aeroporto
- 13 pernottamenti in B&B, tende, campi tendati
- 13 cene – 12 pranzi (non incluso il 13° giorno) – 12 colazioni (non incluso il 1° e il 14° giorno)
- Trasporto bagagli e bus a seguito per tutta la durata del tour
- Volo intercontinentale
- Assicurazione medico bagaglio e annullamento

La quota non include

Noleggio bici; mance; extra personali; tutto ciò non espressamente indicato ne "La quota include".



Iantra Srl <

Piazza Donatori di Sangue, 5
37124 Verona
Tel. 045 8303306 • info@iantra.it



Iantra, in collaborazione con WWB - Wheels Without Borders, propone in catalogo splendide opportunità di cicloturismo.

> Chi è WWB - Wheels Without Borders

Il team di WWB è composto da persone con l'anima per i viaggi, lo sport e la libertà, e si rivolge in ambito internazionale nell'attività di coordinamento viaggi e organizzazione di manifestazioni sportive legate alla pratica della mountain-bike.

L'esperienza maturata nel tempo dai suoi componenti è messa con entusiasmo a favore di tutti coloro che per sfida o per piacere partecipano alle proposte in catalogo, con l'obiettivo di lasciare un segno indelebile nella loro memoria.

WWB è il punto di riferimento per i mountain-bikers, sia di coloro che amano le escursioni in compagnia pedalando lentamente alla scoperta del mondo, sia per lo sportivo agonista alla ricerca di sfide personali.

WWB vi accompagna alla ricerca di nuove sensazioni in luoghi tra i più remoti e suggestivi del pianeta, in territori di rilevante interesse culturale, naturalistico, di storia e tradizioni.

WWB è anche solidarietà attraverso la raccolta di fondi ricavati dai diversi eventi realizzati, destinati a sostegno di progetti specifici individuati dal movimento libero di ciclisti Cycling for World Peace, a noi molto vicino.

Per informazioni:

Iantra: info@iantra.it • 045 8303306

WWB: Andrea Zanrossi • 3471046628

Iantra Srl <

Piazza Donatori di Sangue, 5
37124 Verona
Tel. 045 8303306 • info@iantra.it