

7 - 22 Agost 2024

# Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.



[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)

---

La combinació d'aquestes dues destinacions, Ruta de la Seda i el Pamir, en un sol viatge, converteix en realitat el somni més exigent del viatger, l'excursionista i l'amant de cultures i natures. Perdre's pels carrerons de la ciutat de les cúpules turquesa -com va fer Marco Polo en el s. XII- una de les joies arquitectòniques més importants i enlluernadores de tot el món, ens farà reviure el seu llegat cabdal en el comerç entre Àsia i Europa, així com deixar-nos impressionats pel seu passat en la història, on hi han governat des d'Alexandre el Gran a Tamerlant, passant per Gengis Khan.

El Pamir és la serralada que, situada al nord dels Himàlaies, està fora de l'efecte dels monsons a l'estiu. Es tracta d'una grandiosa serralada amb moltes ramificacions, amb cims de més de 7000 metres cobertes de glaceres i neu, travessades per rius cabalosos i poblades en les seves verdes extenses planúries pels pastors kirguisos, on pasturen els seus cavalls, ovelles, camells... Tindrem l'oportunitat de caminar per les seves valls, allotjats amb comoditat, i ascendir a algun del seus cims.

## Punts Forts

L'espectacular contrast de vivències en un sol viatge, des de l'alta muntanya immensa amb les seves línies pures de neu i gel i els prats verdíssims sota el Pic Lenin 7134 m, a les cúpules capritxoses i edificis de tots els colors imaginables de Samarcanda, Tashkent i Kokand.

La comoditat en tot moment de l'allotjament, tant a la ciutat com en la muntanya, en habitacions dobles o individuals.

Sempre amb bons guies tant locals com de Bonviure que ens permetran conèixer amb profunditat els valors del patrimoni UNESCO de la Ruta de La Seda i alhora guiar-nos pel camins i ascensions de l'alta muntanya.

Realitzarem ascensions a cims de més de 4000 m, ajudats de bons i còmodes camps d'alçada.

Afegim un dia d'aclimatació prèvia als campaments en alçada per millorar la resposta de l'organisme a l'alta cota.

Pensió completa, tots els àpats inclosos menys un dinar.

Tant Uzbekistan com Kirguizistan són països amb gran desenvolupament econòmic, que tenen bona infraestructura tant hotelera com de comunicació, amb un dels trens més ràpids de l'Àsia.

Vols amb Turkish Airlines, una de les millors companyies aèries existents.

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

## Dia a Dia

### **Dia 1, 7/08. Barcelona – Samarcanda.**

Sortida de Barcelona. Arribada a la matinada del 8 d'agost a l'aeroport de Samarcanda.

Nit en hotel a Samarcanda.

### **Dia 2, 8/08. Visita a Samarcanda.**

Coneguda per la seva posició central a la ruta de la seda entre la Xina i Occident i anomenada la "Roma de l'Est", la ciutat era un refugi per les caravanes abans d'encarar els immensos deserts o les muntanyes inexpugnables. Dedicarem el dia a visitar-la recorrent alguns dels indrets més importants com la Plaça Registan, el Mausoleu de Gur Emir, la Mesquita de Bibi Khanum o el Basar de Siyob.

Nit en hotel a Samarcanda.

### **Dia 3, 9/08. Visita a Samarcanda. Tren ràpid Samarcanda – Tashkent.**

Seguim amb la visita a Samarcanda. Avui ens deixarem meravellar per la la Necròpolis de Sharkhi Zinda i anirem al Museu de l'Observatori d'Ulugbek, un dels personatges històrics més rellevants del país.

A la tarda, agafarem el tren ràpid cap a Tashkent, el principal centre econòmic i cultural de l'Uzbekistan.

Nit en hotel a Tashkent.

### **Dia 4, 10/08. Visita a Tashkent.**

Dedicarem el dia a visitar la capital de l'Uzbekistan. La història de Taixkent té gairebé 2000 anys, i durant aquest període la ciutat ha fet un llarg camí, des del petit assentament al gran centre metropolità actual. Avui en dia, Taixkent és un dels més importants centres industrials, financers i culturals no només a Uzbekistan sinó també de l'Àsia Central. Passarem el dia explorant Tashkent: visitarem el complex Khasti Imam (que atesora el gran Osman Koran del s. VII, que es diu que és el més antic del món); passejarem per les seves places (Plaça de Tamerlan i de la Independència) i carrers (com el Savilgoh, el Broadway en versió d'Uzbekistan); i farem una visita al Metro de Taixkent.

Nit en hotel a Tashkent.

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

#### **Dia 5, 11/08. Tashkent – Kokand – Rishtan – Ferganà.**

En el nostre viatge cap a Osh, primer agafarem el tren fins a Kokand, a la Vall de Ferganà. Un cop allà, farem una petita visita de la ciutat (el palau de Khudoyar Khan; la mesquita de Juma i la Madrassa de Norbuta-Biy).

Dinarem i acabarem el nostre viatge fins a Ferganà en bus privat.

Nit en hotel a Ferganà.

#### **Dia 6, 12/08. Ferganà (Uzbekistan) – Osh (Kirguistan).**

Esmorzarem i després d'un curt trasllat a Margilan, visitarem una factoria de seda, a on ens mostraran el procés tradicional de la fabricació d'aquesta preuada manufactura.

Després, tràmits de pas de frontera entre l'Uzbekistan i el Kirguistan, a Dustik.

Trasllat a la ciutat kirguisa d'Osh, molt a prop de la frontera. Deixem l'Uzbekistan i entrem a la veïna Kirguistan.

Nit en hotel a Osh.

#### **Dia 7, 13/08. Visita a Osh.**

Osh és la segona ciutat més gran del país. La llegenda diu que va ser fundada pel Rei Salomó i era un punt important dins la Ruta de la Seda. Dedicarem el dia d'avui a visitar-la.

Nit en hotel a Osh.

#### **Dia 8, 14/08. Osh- Daroot Korgon (2400m). Excursió opcional.**

Després d'esmorzar, trasllat (280km, unes 4 hores) a Daroot Korgon, a 2400m. Un cop allà, pots descansar a l'allotjament, fer una passejada pels voltants, o anar amb el guia a fer una petita excursió per la zona. En qualsevol cas, aquesta etapa del viatge té la funció de millorar l'aclimatació en alçada pels dies posteriors. Osh està a uns 800m, i el Camp Base, a 3600m. Normalment, els grups van directes en una jornada de vehicle, durant la qual ja s'engega el procés d'aclimatació -atès que es guanyen aquests metres anant per carretera, lentament- que es continua amb un dia d'activitat suau amb sortida i arribada al Camp Base. Nosaltres, per ajudar encara més a l'aclimatació, afegim aquesta etapa amb nit a 2400m i possibilitat d'anar a peu fins a 2800m (i tornar). Tot per gaudir de l'experiència de l'alçada plenament.

Nit en casa d'hostes a Daroot Korgon.

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

**Dia 9, 15/08. Daroot Korgon (2400m) – Camp Base del Pic Lenin (3600 m) – en vehicle-.**

Després d'esmorzar, trasllat seguint la Vall d'Achik-Tash, fins al Camp Base del Pic Lenin, a 3600m .

Un cop arribem allà, temps per descansar i com a màxim fer alguna passejada suau per l'entorn del campament, per seguir aclimatant el cos.

Nit en el Camp Base, a 3600m (instal.lació fixa, en tendes grans i ben aïllades, amples i còmodes. S'hi pot estar de peu i hi ha matalassos d'escuma).

**Dia 10, 16/08. Trekking d'aclimatació fins a 4170 m, carena del Pic Petrovsky.**

Trekking d'aclimatació: ens enfilarem a la senzilla cresta del Pic Petrovsky, fins a 4170m. Estem en la alta muntanya de Kirguistan, prats verds, glaceres i cims imponents formaran part del paisatge d'aquests propers dies. Tornada al camp base i temps per descansar i preparar la bossa per pujar al camp base avançat.

Distància: 9 kms. Desnivells: +600 m, -600 m

Nit en el Camp Base, a 3600m

**Dia 11, 17/08. Trekking fins al Camp Base Avançat (4400 m).**

Pujada fins al Camp Base Avançat (4400m). El camí ressegueix la vall glacial de la glacera del Pic Lenin. Podem veure la glacera a partir del Camp Base Avançat i ens imaginem quan aquesta arribava fins bastant més avall, no fa gaires anys. Un paisatge molt especial, no es pot descriure, s'hi ha de ser...

Distància: 13 kms. Desnivells: +950 m, -150m

Nit en el Camp Base Avançat, a 4400m

**Dia 12, 18/08. Ascensió al Domashnyi Peak (4750 m) .**

Dia de matinar, i si la meteo i les forces ens ho permeten, fer cim. L'ascensió a aquest cim de 4750 metres, tècnicament assequible, ens permet veure des dalt la enorme paret de gel del Pic Lenin. Un cim de vistes i contrastos.

Distància: 5 kms. Desnivell: +350 m, -350m

Segona nit en el Camp Base Avançat.

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

**Dia 13, 19/08. Trekking de tornada al Camp Base.**

Dia tranquil de tornada al Camp Base on aprofitarem per celebrar el cim i descansar.

Distància: 13 kms. Desnivell: +150 m, -950m

Nit en el Camp Base, a 3600m

**Dia 14, 20/08. Camp Base – Osh.**

Dia de trasllat i tornada a Osh (265km, unes 6h). Sortirem després d'esmorzar per arribar a mitja tarda a Osh, on ens allotjarem.

Nit en hotel a Osh.

**Dia 15, 21/08. Vol Osh – Bishkek.**

Pel matí, vol interior a Bishkek, capital i centre industrial del país, una ciutat amb àmplies avingudes i elegants residències heretades del passat soviètic. Visita turística pels principals punts turístics de la ciutat: Plaça Ala Too, la Plaça de la Victorià, Basar d'Osh.

Nit en hotel a Bishkek.

**Dia 16, 22/08. Vol de tornada.**

Trasllat a l'aeroport i tornada cap a casa.

Per tal de garantir la seguretat dels participants i el correcte desenvolupament de l'activitat, Bonviure es reserva el dret de modificar els itineraris si les condicions atmosfèriques o l'estat del terreny o qualsevol altra causa així ho requereixen.

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

## FITXA TÈCNICA

### Preus

**1998 € sense vols, pensió completa**

**2398 € amb vols i sense taxes, pensió completa**

**Suplement per habitació i tenda individual: 180€** (places limitades, si us plau, consulta'ns disponibilitat).

**Suplement si el grup és de 12 o 13 persones: 55 €**

**Suplement si el grup és de 10 o 11 persones: 95 €**

**Suplement si el grup és de 8 o 9 persones: 230 €**

*Nombre mínim de participants: 8*

*Nombre màxim de participants: 17*

### **Condicions del preu del viatge**

*\*\*\* Com a conseqüència de variables relacionades amb el carburant, les taxes aèries (preu definitiu una vegada emès bitllet) i el canvi de divises, els preus establerts en aquesta programació poden ser revisats fins a 20 dies abans de la data de sortida. Data de càlcul del viatge 2 de febrer del 2024.*

### Inclou

- Els vols d'anada entre Barcelona i Samarcanda i els de tornada entre Bishkek i Barcelona, via Istanbul, sense taxes aèries, de combustible i emissió (només per l'opció amb vols inclosos, places amb vols inclosos limitades, consulta'ns disponibilitat). Vols amb equipatge de mà i maleta facturada inclosa.
- L'allotjament de totes les nits (15 nits). 9 nits a hotel, una nit en casa d'hostes i 5 nits a campaments amb tendes de dues places.
- Pensió completa tots els dies (tots els àpats entre l'esmorzar del Dia 2 i el del Dia 16, ambdós inclosos).
- Guia turístic a L'Uzbekistan de parla castellana (segons disponibilitat).
- Guia local de muntanya i guia turístic de parla anglesa al Kirguistan.
- El Coordinador de Bonviure des de Barcelona amb titulació de guia de muntanya durant el viatge, per un grup de mínim 8 persones.
- El trajectes en tren: Samarcanda-Taixkent i Taixkent-Kokand.
- Tots els trasllats per carretera necessaris per seguir el programa indicat al Dia a Dia. En transport privat.
- El transport dels equipatges per carretera.

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



- El transport de l'equipatge durant els dos trekkings (fins a 7 kg pels Camps Base i Base Avançat del Pic Lenin).
- Entrades als museus i visites incloses en el programa del Dia a Dia.
- Assegurança de viatge i trekking amb 30.000€ de cobertura per accident (obligatòria al Kirguistan) i 2.000€ de cancel·lació.
- Direcció i gestió tècnica del viatge. Assessorament tècnic i del material a portar.
- L'IVA corresponent.

## No Inclou

- Les taxes aèries, de combustible i emissió, 363€ a 4/10/2023.
- Els àpats no esmentats com a inclosos. Les begudes que no estiguin incloses als menús.
- El vol domèstic Osh-Bishkek. Es pot comprar 2 mesos abans com a molt aviat. Nosaltres ens encarreguem de comprar-lo per tu. El preu pot rondar els 45-60€ en total, però depèn de la cotització del moment. Quan reserves el viatge, t'informarem convenientment sobre aquest tema.
- La taxa per fer fotos o videos en alguns monuments i enclavaments turístics.
- Les propines.
- Despeses imprevistes provocats per circumstàncies incontrolables com cancel·lacions o retards de vols, carreteres bloquejades, condicions atmosfèriques, desastres naturals.
- Tot allò no especificat en l'apartat "Inclou".
- Tot allò no especificat en l'apartat "Inclou".

## Nivell

Durant els dies de trekking, desnivells diaris mitjos d'uns +500m/ -500m. Un dia d'ascens i un altre dia de descens arribem als 950m. Recorregut diaris al voltant dels 12 km. Horari mig 5-6 h de marxa al dia. En general, senders còmodes i fressats, sense dificultat tècnica. Alguns trams pedregosos i de tartera. Recorreguts en alçada, per sobre de 3600m

Tres dies es dorm per damunt de 3000m i dos dies per damunt de 4000 m.

## Nota important sobre els viatges amb trekking en altura

La major part del trekking d'aquest viatge transcorre per sobre dels 3000m i els 4000m, amb una ascensió (opcional) que supera els 5000m. Es fan 4 pernòctes per sobre de 3000m, i 2 per sobre de 4000m. El programa proposat segueix les pautes d'aclimatació habituals en aquesta zona, millorades amb el trekking de 3 dies a la Vall de Kojokelen. No obstant això, aquesta activitat no està absenta de risc degut a la possible aparició de símptomes associats al mal d'altura.

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

Es necessari que avalueu abans la vostra condició física per a que sigui l'adequada per a realitzar l'esforç descrit en l'anterior apartat de Nivell.

## Material

- Passaport (en vigor almenys 6 mesos després de la sortida del Kirguistan). No cal visat.
- Roba de senderisme d'hivern per capes pel trekking (samarretes d'interior + folre polar o jaqueta plomes + jaqueta impermeable-paravent). Buff, gorra per abrigar, guants d'hivern, ulleres de sol filtre 4 amb protecció 100% UV, cremes solars factor protecció 40-50 o més, barret pel sol... En general, protecció tant pel fred com pel sol.
- Botes de trekking i mitjons adequats.
- Sac de dormir d'hivern. **Si no en tens el pots llogar allà.**
- Frontal i piles de recanvi.
- Recomanem bastons de senderisme.
- Cantimplora mínim 1l amb funda aïllant.
- Farmaciola personal.
- Bossa de viatge amb la resta de roba i afers personals. Tovallola i xancles.

Setmanes abans del viatge us enviarem un llistat exhaustiu del material.

## La vostra Motxilla

Dins la motxilla només caldrà dur els afers per la ruta del dia (roba, menjar, aigua, efectes personals, farmaciola,...). Per tant, cal que dugueu una motxilla mitjana, d'uns 25 -30 litres. Amb protector de pluja.

La resta del vostre equipatge serà transportat per cavalls. Atenció!! Pes màxim limitat a 7kg per persona.

## Documentació, Vacunes, Sanitat i altres

Per viatjar a l'Uzbekistan cal tenir passaport en vigor amb un període de validesa d'almenys 3 mesos posteriors a la data de sortida del país.

Per viatjar al Kirguistan cal tenir el Passaport amb 6 mesos de vigor a la data de sortida del país.

No es necessari tramitar cap visat per aquest viatge.

No hi ha cap vacuna obligatòria.



7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

Us recomanem que consulteu les següents webs del MAEC per tenir més informació sobre Documentació, Vacunes, Sanitat, Seguretat i altres recomanacions oficials:  
<https://www.exteriores.gob.es/es/ServiciosAlCiudadano/Paginas/Detalle-recomendaciones-de-viaje.aspx?trc=Uzbekist%c3%a1n>

<https://www.exteriores.gob.es/es/ServiciosAlCiudadano/Paginas/Detalle-recomendaciones-de-viaje.aspx?trc=Kirguist%c3%a1n>

## Allotjaments

Dues nits a Samarcanda, en hotel de 3 estrelles, en habitacions dobles amb bany.

Dues nits a Tashkent, en hotel de 3 estrelles, en habitacions dobles amb bany.

Una nit a Ferganà, en hotel de 3 estrelles, en habitacions dobles amb bany.

Tres nits a Osh, en hotel de 3 estrelles, en habitacions dobles amb bany.

Una nit a casa d'hostes a Daroot-Korgon, en habitacions dobles amb els serveis compartits.

Cinc nits en campaments fixes, en tendes de dos places durant el trek. Tendes àmplies, altes (s'hi pot estar de peu), còmodes i ben aïllades, amb matalassos d'escuma. Tenda (o iurta) menjador. WC i dutxes disponibles en tots els campaments (compartits).

Una nit a Bishkek, en hotel de 3 estrelles, en habitacions dobles amb bany.

Possibilitat d'habitació i tenda individual (places limitades).

Si voleu més informació sobre els allotjaments no dubteu en demanar-nos-ho.

A l'hora de compartir habitació òbviament es prioritzaran les preferències personals de compartició (parelles, amics/gues, afinitats sorgides en el primer dia de coneixença, etc...). Si no hi ha cap preferència d'aquesta mena, el guia buscarà el consens dels participants per trobar la millor solució possible a la distribució, podent-se donar el cas d'alguna habitació compartida per persones de diferent sexe.

## Assegurances

Incloes en el preu: per tal de vetllar per la vostra salut i seguretat, Bonviure inclou, en aquest viatge, una assegurança de viatge i trekking valorada en 130€. Aquesta assegurança té la cobertura mínima que exigeixen els serveis de rescat del país abans d'efectuar qualsevol rescat, 30.000€. Aquesta pòlissa cobreix tant les malalties o accidents durant l'activitat de trekking com les contingències de salut ocorregudes fora d'aquesta activitat. També inclou una assegurança de cancel·lació de fins a 2000€ i altres conceptes.

Opcionals: Si voleu ampliar les cobertures (d'accidents i/o de cancel·lació), nosaltres us ho podem gestionar: consulteu-nos les assegurances que us podem oferir.

Podeu consultar les cobertures de cada una de les pòlisses, a l'apartat "Assegurances".

7 – 22 Agost 2024

**Uzbekistan – Kirguistan: Samarcanda i la Ruta de la Seda fins el camp base del Pic Lenin.**

[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)



---

## Reserves

Podeu fer-ho clicant al botó **RESERVA** que trobareu dins el viatge.

Per telèfon trucant al **93 823 0527** o bé al **626 887 243**.

Per e-mail escrivint a [bonviure@bonviure.com](mailto:bonviure@bonviure.com)

Contactarem amb vosaltres per e-mail o per telèfon i us direm si disposem de places per aquest viatge.

Un cop sapigueu si disposem de places en aquest viatge i voleu reservar-ne una/es cal fer un ingrés d'una bestreta de 350 € per persona al compte corrent que us indicarem.

Fet l'ingrès, envieu un mail a [bonviure@bonviure.com](mailto:bonviure@bonviure.com) o truqueu-nos per poder confirmar-vos que l'hem rebut. La resta de diners els ingressareu posteriorment, aproximadament un mes abans de la data de sortida. Quan ens apropem a la data del viatge, rebreu per mail les últimes informacions com el lloc i hora de trobada del grup, material que cal dur, el temps que es preveu etc.

A Bonviure realitzem la immensa majoria de viatges, també amb places inferiors a les mínimes. si vols, pots saber el nombre de participants apuntats en el moment de la teva reserva. Per la realització d'aquest viatge és necessita un grup mínim. En cas de no arribar a aquest mínim, o per alguna causa de força major, l'agència podrà a anul·lar el viatge fins a 20 dies abans de la sortida, quan el viatge és de més de 6 dies, i 10 dies abans de la sortida quan el viatge és de 2 a 6 dies. en aquest cas reemborsaríem al participant el total de les quantitats prèviament abonades a Bonviure.

En cas de cancel·lació per part del client s'intentarà ocupar la plaça amb un altre client per reduir al màxim les despeses que se'n puguin derivar. Consulteu les condicions generals de contractació.

Segons el reial decret–lleí 23/2018, els preus establerts en el contracte només es poden revisar, fins a 20 dies abans de la sortida, per incorporar variacions del preu dels transports, inclòs el cost de carburant, les taxes i impostos relatius a determinats serveis i els tipus de canvi aplicats al viatge organitzat.

GC-1829