

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.



www.bonviure.com

Allà on trepitgem l'Uzbekistan, caminarem seguint els passos de grans viatgers. Bukhara i el seu entrellaçat de carrerons esquitxats de mesquites amb cúpules turqueses. Samarcanda, "mirall del món, jardí de l'ànima, joia de l'Islam", els monuments gegants de la qual no han deixat d'enlluernar els viatgers durant gairebé un mil·lenni. Aquestes són les etapes d'aquest trajecte, esquitxat d'excursions per les Muntanyes del Pamir-Alay i pels pobles tradicionals, dels quals conservaràs el record de l'hospitalitat.

MUNTANYES DE HISSAR I GILON

L'Uzbekistan, coneguda sobretot pels seus monuments i la Ruta de la Seda, compta amb muntanyes, estanys i glaceres a més de 4000 m, – sent el seu cim culminant el Khazret de 4643 m- tant en les estivacions del Pamir com en les del Tian Shan. Realitzarem fàcils rutes seguint el ritme rural d'aquesta regió autèntica del país, travessant rius, coll i valls. L'estada en casa d'hostes ens permetrà apropar-nos a la vida quotidiana i a l'amable hospitalitat dels seus habitants. L'estada a les muntanyes equilibrarà gustosament la part cultural amb la de natura i contacte amb la població local i senderisme en muntanya, característica del nostre estil.

BUKHARA

Bukharà ha estat, històricament, un dels centres principals de la civilització iraniana. La seva arquitectura i les restes arqueològiques formen un dels pilars de la història i l'art dels perses. La majoria de la població de la ciutat (263.400 habitants segons l'estimació del 2009) són tadjiks de llengua persa. A Bukharà, també hi viuen un important nombre de jueus, fet que amplia la convivència ètnica de la ciutat.

Bukhara és una de les ciutats on millor és pot entendre la grandesa d'aquest país, amb un centre històric en el qual els edificis de tova s'aixequen impressionants amb cúpules del color turquesa. El Minaret Kalyan és el símbol de la ciutat, el més alt del país, amb 47 metres d'alçada. Aquest immens pilar, construït l'any 1127, va arribar a commoure al poderós Genghis Khan, que durant la presa de la ciutat pels mongols va donar l'ordre de què es respectés el minaret. Va ser, de fet, l'únic edifici de la ciutat que va sobreviure al saqueig de les tropes del Khan.

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



SAMARCANDA

La ciutat és sobretot coneguda per la seva posició central a la Ruta de la Seda asiàtica entre la Xina i Occident. Alexandre el Gran, el 329 aC, en parlava d'aquesta manera: Tot el que he sentit sobre la bellesa de Samarcanda és cert, tret que encara és més bella del que mai podria haver imaginat,...i això ho deia abans de la construcció de les mesquites i minarets! El viatger àrab Ibn Battuta la va qualificar com una de les ciutats més grans i perfectament belles del món.

Monument a les caravanes que creuaven Àsia Central, equidistant entre la Xina i la Mediterrània, la ciutat era un refugi per les caravanes abans d'encarar els immensos deserts o les muntanyes inexpugnables. Traginaven mercaderies, però circulaven també religions, invents, tradicions, amors...A la plaça Registan, observant les tres imponents madrasses (escoles), és impossible no sentir un magnetisme especial que et captiva a través de formes capritxoses i llampades blaves. L'art decoratiu més característic d'Uzbekistan possiblement sigui la ceràmica vidriada. Va tenir el seu màxim esplendor amb la dinastia timúrida, quan rajoles de majòlica i terracotes llaurades recobrien cúpules, façanes i interiors. El característic color blau procedia del lapislàtzuli i la pedra turquesa o el cobalt atorga a l'espiritualitat musulmana un profund significat. Però l'esmaltatge no era tan sols una qüestió estètica, sinó que aportava una gran durabilitat en un entorn de clima dur.

Punts Forts

La visita dels principals llocs de la Ruta de la Seda: Bukhara i Samarcanda. I de la interessant capital uzbeka, Tashkent.

Guies de parla castellana durant els recorreguts de les ciutats i monuments.

Guia de muntanya local i també de Bonviure (coordinador del viatge amb titulació de guia de muntanya).

L'equilibri entre cultura en els diferents indrets patrimoni UNESCO i senderisme en les muntanyes del Pamir-Alay, a les estribacions del Tian Shan.

Bons hotels, al centre de les ciutats durant totes les nits menys dues. Veure més detalls a l'apartat "Allotjaments". En habitacions dobles i opcionalment en individuals.

El contacte amb la població local que ens permet l'allotjament en casa d'hostes a Gilon.

Pensió completa, tots els àpats inclosos a l'Uzbekistan (entre l'esmorzar del Dia 2 i el del Dia 11).

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

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



Dia a Dia

Dia 1, 8/09 . Vol a Tashkent.

Arribada a Taixkent, la capital de la República d'Uzbekistan.

Trasllat a l'hotel. Nit en hotel a Tashkent.

Dia 2, 9/09. Visita de Tashkent.

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: visita a la plaça Khasti Imam, el cor sant de la ciutat, format per Barak Khan Madrassah (el centre administratiu del muftí de Uzbekistan, el cap de l'Islam oficial a la República), la mesquita Tillya Sheikh (ara serveix com a mesquita del divendres del districte, però atresora el gran Osman Koran, que es diu que és el més antic del món) i el mausoleu Kaffal Shashi (la tomba d'un metge, filòsof i poeta local de l'Islam del s.X). La Taixkent moderna inclou la Plaça de la Independència; una visita al Metro de Taixkent i Chorsu Bazaar.

Nit en hotel a Tashkent.

Dia 3, 10/09. Tren ràpid a Bukhara. Bukhara i el seu centre històric, Patrimoni Mundial de la Humanitat de la Unesco.

De bona hora, trasllat a l'estació de tren per agafar un tren ràpid de Taixkent a Bukhara, a on arribarem cap a migdia. Després de dinar, començarem amb la visita de la ciutat. El patrimoni arquitectònic de Bukhara és realment molt ric: caravanserralls i cúpules comercials, banys públics i grans piscines, muralles defensives i portes de la ciutat, khanakas i mausoleus, mesquites i madrasses, estructures individuals i grans complexos. Entre avui i demà visitarem les seves joies més importants. Avui començarem amb: el complex Lyabi-Khauz, amb mètodes decoratius, dissenys d'esplendor i idees originals d'arquitectura que sorprenen la imaginació de qualsevol; els basars coberts dels segles XIV al XVII, amb les seves belles cúpules: Tok-i-Sarrafon, Tok-i-Tilpak Furushon, Taqi Zargaron i el complex de Poi-Kalyan, símbol de la ciutat.

Nit en hotel a Bukhara.

Dia 4, 11/09. Bukhara i el seu centre històric, Patrimoni Mundial de la Humanitat de la Unesco.

Després de l'esmorzar, seguim meravellant-nos amb el centre històric de Bukhara. Avui visitarem: l'Arq de Bukhara, ciutatella del s. V i punt més elevat de la ciutat; la Mesquita Bolo-Khauz; el Mausoleu i Santuari Chashma-Ayub (s. XIV-XVI) coneguts per la seva font curativa; el Mausoleu dels Samanides, considerat una obra mestra de l'arquitectura a l'Àsia Central; la madrassa Chor Minor.

Temps lliure per la tarda per passejar al teu aire per la ciutat, fer algunes compres, ...

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



Nit en hotel a Bukhara.

Dia 5, 12/09. Bukhara – Shakhrisabz.

Després d'esmorzar, trasllat per carretera (270km, unes 3h) a Schakhrisabz – lloc de naixement del gran Tamerlà, l'heroi nacional. Visitarem el "Palau Blanc" (segle XIV Ak-Saray), incloent les impressionants restes del portal, que ofereixen una decoració mosaica única. La mesquita de Kok Gumbaz del segle XV, el mausoleu de Gumbazi Seidan i sobretot la mesquita de Khazrati Imam són un recordatori de l'esplendor d'aquesta ciutat.

Allotjament en hotel a Shakhrisabz.

Dia 6, 13/09. Shakhrisabz – Suvtushar. A peu fins a Gilon pel Coll de Gilon 2480m.

Després d'esmorzar, trasllat a les muntanyes de Hissar. Arribada al poble de Sarchashma, a una bella vall de les Muntanyes d'Hissar. Des d'aquí començarem avui la nostra caminada. Pujarem vall amunt fins al coll de Gilon (2480m), des d'on tindrem una meravellosa panoràmica de la verda vall i les muntanyes àrides. Durant el nostre recorregut anirem trobant cavalls, ovelles i cabres que pasturen sota l'atenta mirada dels seus pastors. Arribarem al coll, des d'on tindrem una vista espectacular dels cims nevats de la Serra d'Hissar. Després baixarem a la vall per un paisatge rural molt bonic. Allà els habitants planten patates i verdures. Arribarem al gran riu que baixa per la vall fins a l'embassament. La vall aquí és rica en aigua i molt verda, fins i tot a l'estiu. Creuarem el riu i travessarem el poble de Gilon, fins a la casa dels nostres amfitrions, on hi passem dues nits.

Nit al poble, en casa d'hostes a Gilon.

Temps de caminada: 4-5 hores; Desnivells acumulats: +550m / -500 m. Uns 13 km.

Dia 7, 14/09. Caminada a les Muntanyes de Hissar.

Després de l'esmorzar anirem a descobrir la vida quotidiana i rural tadjika (estem en una zona d'aquesta ètnia) i aprofitarem per explorar els voltants i fer una caminada de 4-5 hores per aquesta part de la serra d'Hissar. Pujada tranquil·la per un camí fàcil i ben marcat resseguint la vall, veient els camps conreats de patates i blat (la patata del poble de Gilon és molt coneguda al país). Seguirem la carena, gaudint de la vista dels vessants de les muntanyes coberts de plantes i arbres i envoltats de muntanyes. Els núvols planen sobre les muntanyes allà, de vegades provocant pluges lleugeres. A la tarda tornarem a baixar al poble i ens passejarem per la vida quotidiana dels seus habitants.

Sopar i allotjament en casa d'hostes a Gilon.

Temps de caminada: 4-5 hores; Desnivells acumulats: +500 m/ -500 m. Uns 12 km.

Dia 8, 15/09. Caminada Gilon – Kul – Vall del Riu Oqsuv. Trasllat a Samarcanda.

Després d'esmorzar, començarem la nostra caminada d'avui pel ruta ben marcada que passa pel coll fins al poble de Kul a 2100m. Travessarem els camps de conreu de l'altiplà i una pastura verda per als animals a l'estiu. De baixada gaudirem de la vista del cim més alt de la zona, Hazrati Sultan (4075 m). Davallarem suaument cap a l'àmplia vall del riu Oqsuv (que significa

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



“l’aigua blanca”). Seguirem per aquesta vall fins al poble, amb les seves cases construïdes al vessant de la muntanya, apartades del riu. Al poble ens esperen els jeeps, que ens duren vall avall, seguint el riu fins a Shakhrisabz i d’allà a Samarcanda.

Nit en hotel a Samarcanda.

Temps de caminada: 5-6 hores; Desnivell acumulats: +550 m/ -450 m. Uns 13 km.

Dia 9, 16/09. Visita de Samarcanda i els seus monuments Patrimoni de la Unesco.

Samarcanda ha estat testimoni de molts esdeveniments al llarg de la seva història: l’època d’Alexandre el Gran (Macedònia), la conquesta àrab, la conquesta de Ghengis-Khan i, finalment, la de Tamerlà. Per tant, la cultura de Samarcanda s’ha desenvolupat i es barrejat amb les cultures iraniana, índia, mongol i una mica de les cultures occidental i oriental. Després de l’esmorzar visitarem Samarcanda; començarem per la plaça Registan (que significa “lloc de sorra”), que es va convertir en un centre oficial de Samarcanda des de l’època de Tamerlà el Gran. La plaça està envoltada per la madrassa Ulugbek (1417-1420), la madrassa Sher-Dor (1619-1636) i la madrassa Tilla-Kori (1646-1660); la Mesquita Bibi-Khanum (anomenada així en honor de l’esposa preferida de Tamerlà); el Mausoleu de Gur-Emir (sepultures de Tamerlà i els seus descendents); la Necròpolis Shakhi-Zinda i conjunt de mausoleus dels segles XI-XIX (segons la llegenda, el conjunt es va erigir al voltant de la tomba de Kussam, fill d’Abbas i cosí de Mahoma).

Nit en hotel a Samarcanda.

Dia 10, 17/09. Visita de Samarcanda i els seus monuments Patrimoni de la Unesco. Tren ràpid a Tashkent.

Després d’esmorzar continuem visitant Samarcanda. Avui anirem al Museu Afrosiab, que fou el cor de l’antiga Samarcanda i ara és una ciutat arqueològica única; l’Observatori d’Ulugbek (Ulugbek, nét de Timur el Gran, va ser el fundador de les construccions úniques de l’observatori al s.XV) ; i tindrem una estona per passejar-nos pel Basar de Siab.

A mitja tarda agafarem el tren ràpid cap a Tashkent.

Nit en hotel a Tashkent.

Dia 11, 18/09. Vol de tornada a Barcelona.

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.

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



FITXA TÈCNICA

Preus

1385€ sense vols, inclou pensió completa

1745€ amb vols i sense taxes, inclou pensió completa

Suplement per habitació individual (totes les nits excepte les dues a Gilon): 190€ (places limitades, si us plau, consulta'ns disponibilitat).

Suplement grup de 11 o 12 participants: 35€

Suplement grup de 9 o 10 participants: 70€

Suplement grup de 8 participants: 95€

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 19 de desembre de 2023.*

Inclou

- Els vols d'anada i tornada entre Barcelona i Tashkent, via Istanbul, sense taxes aèries, de combustible i d'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.
- El guia local durant tot el viatge.
- El guia local de muntanya durant els dies de senderisme.
- El guia titulat de muntanya de Bonviure durant tota l'estada, a partir de 8 pax.
- Allotjament i esmorzar de tots els dies (10 nits).
- Pensió completa: tots els àpats entre l'esmorzar del Dia 2 i el del Dia 11 (ambdós inclosos). Total, 10 esmorzars, 9 dinars i 9 sopars.
- Tots els transports del grup necessaris per seguir el programa descrit el en Dia a dia. En mini bus privat i algun trajecte en jeep.
- El transport dels equipatges.
- Els dos trajectes en tren ràpid: Tashkent- Bukhara i Samarcanda-Tashkent.

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



-
- L'entrada als museus i monuments esmentats al programa.
 - Assegurança d'accidents a muntanya.
 - Assegurança bàsica de viatge i trekking.
 - Direcció i gestió tècnica del viatge. Assessorament tècnic i del material a portar.
 - L'IVA corresponent.

No Inclou

- Les taxes aèries, de combustible i d'emissió (351€ a 4/12/2023).
- Les begudes dels àpats.
- Les propines.
- La taxa per fer fotos o videos en alguns monuments i enclavaments turístics.
- Tot allò no especificat en l'apartat "Inclou".

Nivell

Viatge en què es combina el senderisme de caràcter "Moderat" (3 dies) amb les visites culturals de ciutats monumentals (6 dies).

Durant 4 dies, excursions per camins fàcils per senders fressats, sense cap dificultat tècnica. Desnivells diaris mitjos al voltant de + 500m de pujada i -500m de baixada. Uns 12 o 13 km per dia, a ritme tranquil (al voltant de 4-5 hores de caminada diàries).

És un viatge amb un requeriment físic baix, però de caire actiu.

Material

- Botes de senderisme.
- Vestimenta per capes amb impermeable o paravent.
- Barret, ulleres de sol.
- Pals per caminar, recomanats.
- Motxilla petita i bossa de viatge on podreu posar la resta de la roba i objectes personals.

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

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



Documentació, Vacunes, Sanitat i altres

Per aquest viatge a l'Uzbekistan no cal tramitar cap visat. Cal tenir **passaport en vigor amb un període de validesa d'almenys 3 mesos posteriors a la data de sortida del país.**

Per viatjar a l'Uzbekistan, no hi ha cap vacuna obligatòria.

Us recomanem que consulteu la següent web 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>

Allotjaments

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

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

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

Dues nits a Gilon, en casa d'hostes, en habitacions de tres o quatre persones amb bany compartit.

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

Possibilitat d'habitació individual totes les nits excepte les 2 de Gilon (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

Inclores en el preu: Bonviure inclou, en aquest viatge una assegurança d'accidents en muntanya, que cobreix únicament els primers auxilis i trasllat de l'accidentat a un centre hospitalari o mèdic (amb quanties de cobertura limitades i sense que s'inclougui a priori l'assistència d'un acompanyant). És una pòlissa de reemborsament que podeu emprar en cas d'accident, primer abonant els diners i després amb les factures i informe mèdic pertinent us retornaran les quanties incloses per l'assegurança.

En aquest viatge també està inclosa una assegurança bàsica de viatge i trekking per cobrir incidents que puguin succeir durant el viatge i també els accidents i les malalties (amb quanties de cobertura limitades i sense que s'inclougui a priori la assistència d'un acompanyant).

8 – 18 Setembre 2024

Uzbekistan, ciutats de la ruta de la seda i senderisme al Pamir-Alay. Tashkent, Bukhara, Samarcanda i Muntanyes de Hissar.

www.bonviure.com



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".

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

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'ingrés, envieu un mail a 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 real decret–llei 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