



Ultimate Adventure

1 Serova, Bishkek
72 0000
Kirghiz Republic
Tel: 0 996 312 27 07 54

Contact France:

Stéphane Aubrée
Tel: 06 62 11 70 82
Mail: stephane.aubree@wanadoo.fr
www.ultimate-adventure.com

« Merveilles d'Asie Centrale et Montagnes du Pamir » **Découverte et trek 15 jours** **Ouzbekistan - Tadjikistan**

Un séjour splendide qui allie la découverte des villes mythiques d'Asie centrale (Samarkand , Boukara) à un trek dans des montagnes peu connues où la nature est intacte et l'accueil des bergers tadjik incroyable. Nous passerons des cols pour atteindre des lacs aux eaux turquoises et partagerons des moments forts avec le peuple de Massoud.

J1 : Paris – Tashkent - Khiva

Vol pour Tashkent la capitale ouzbek, puis second vol pour Khiva.

J2 : Khiva

Visite de Khiva et de ces splendides ramparts de couleur rose. Au coucher du soleil un spectacle étonnant. Nuit en Guest house

J3 - 5 : Khiva – Boukara

Route pour rejoindre Boukhara. Visite des mosquées, tombeaux Nuits en Guest house.

J6 -7 : Boukara – Samarkand

Route pour Samarkand , la ville d'Asie centrale par excellence avec ses nombreux minarets, dômes aux couleurs bleutés mais aussi ces bazars Nuits en Guest house

J8 : Samarkand – Penjikent (Tadjikistan)

Transfert pour le Tadjiksitan et la région de notre trek.

J9 - 13 Trekking dans le petit Pamir

Notre trek de 5 jours nous fera franchir cols à plus de 4 000 m pour atteindre de magnifiques lacs turquoises. les lacs Aloaoudin, Moutny, Kolikalon, et Tchourkrak . Une nature intacte , des villages authentiques de Pasroud

J14 : Tashkent

Retour sur la capitale ouzbek. Et Vol retour sur Paris en J14 ou J15

Informations générales:

Hébergement:

En Guest House, sous tente en montagne lors du trek

Restauration :

Dans des restaurants typiques pour la partie découverte des villes. Cuisine plein air préparé par notre cuisto.

Climat:

Les mois de juillet et août sont très chaud en Ouzbekistan, il faut s'attendre à des températures proche de 40 degrés. Au Tadjikistan nous évoluerons entre 2500 et 4 000 m . Nécessité d'avoir un équipement de montagne, un sac de couchage confort – 5 degrés.

Randonnée :

Des marches de 4-6 h sans difficulté particulière mais à des altitudes comprises entre 2 500 et 4 000 m. Nécessité d'être en bonne forme physique.

Equipement :

L'organisation fourni le matériel de camping, matelas inclus. Equipement identique à celui d'un trek dans les Alpes françaises.

Encadrement:

Guide local francophone ouzbek et Tadjik

Formalité administratives

Pour se rendre en Ouzbekistan et Tadjikistan, il faut avoir un passeport valide 6 mois après la date de retour . Un visa a retiré à l'ambassade d'Ouzbekistan à Paris.

Obligation d'avoir une assurance voyage et rapatriement**Santé/Pharmacie/vaccins:**

Aucune vaccination n'est obligatoire en Kirghizie. La vaccination antitétanique est fortement conseillée pour toute activité de plein air.

L'organisation prévoit une pharmacie collective, cependant nous vous recommandons d'emporter une pharmacie individuelle comprenant:

- vos médicaments personnels
- une bonne crème solaire
- Une paire de lunette de rechange pour les personnes concernées

Un petit tour chez son dentiste pour un contrôle n'est pas négligeable, il ne faut pas compter sur les dentistes locaux !

Attention vous vous retrouverez à des altitudes comprises entre 2000 et 3900 mètres.

Décalage horaire:

Heures: rajouter 4 heures

Période pour ce séjour :

De juin à fin mi octobre

**Dates sur demande**

Base 4 pax : 830 €

Base 5 - 6 pax : 760 €
Base 7 - 9 pax : 700 €



- * L'organisation du séjour
- * Le transport durant tout le séjour
- * La restauration durant tout le séjour sauf dernier jour à Tashkent
- * L'hébergement tout au long du séjour
- * L'encadrement par des accompagnateurs francophones ouzbeks.



- * Les boissons et extra personnels,
- * Frais de visas
- * Pourboires équipe locale
- * Toutes activités non mentionnées dans le programme
- * Assurance voyage-rapatriement

Aérien :

Possibilité de se rendre à Bishkek (capitale de la Kirghizie) par :
- Aéroflot, British Airways, Turkish Airlines
- Coût de l'aérien entre 650 et 950 €

Ultimate Adventure

1 Serova, Bishkek
72 0000
Kirghiz Republic
Tel: 0 996 312 27 07 54
ultiadv@mail.kg

Contact France:

Stéphane Aubrée
Tel: 06 62 11 70 82
Mail: stephane.aubree@wanadoo.fr

www.ultimate-adventure.com