



## **Ultimate Adventure**

1 Serova, Bishkek

72 0000

Kirghiz Republic

Tel: 0 996 312 27 07 54

### **Contact France:**

Stéphane Aubrée

Tel: + 33 6 62 11 70 82

Mail: [stephane.aubree@wanadoo.fr](mailto:stephane.aubree@wanadoo.fr) ,

### **« Cheval, VTT, trek en pays kirghize » Aventure Multi activités 16 jours**

*Un séjour exceptionnel qui répondra aux attentes des sportifs passionnés par les grands espaces. Le cheval, le mountain bike ( vtt) , le trek sont les 3 principales activités de cette aventure en terre kirghize.*

*Chaque discipline est pratiquée dans des sites grandioses, le canyon de la Kekemeran, le lac Song Koul, la vallée de la Kitchy Naryn, les montagnes du massif des Terskey, le lac Issyk Koul.*

#### **J1- Paris – Bishkek**

#### **J2 : Bishkek**

Arrivée à Bishkek tôt le matin. Transfert pour notre Guest House. Balade en après midi dans la capitale de la Kirghizie. Bazar, musée, parcs. Nuit dans la Guest house.

#### **J3: Sussamyр vallée ( VTT)**

Route pour la passe de Tyuz Ashuu (3600 mètres). Une fois le tunnel de la passe franchi, un magnifique panorama s'offre à nous. Nous laissons notre véhicule sur les flancs de la vallée de la Sussamyр et partons pour une longue descente **sur nos vtt**. Puis superbe piste le long de la rivière Kekemeran et son canyon aux couleurs ocres ( on se croirait au Maroc !). Camp sous tente sur les bords de la rivière Sussamyр

#### J4: Canyon de la Kokomeren – Chaek (VTT)

Nous continuons de longer la rivière avant de rejoindre la petite bourgade de Chaek où nous ferons une petite pause pour nous restaurer et ravitailler. Nous reprenons la piste plein sud en direction du lac Song Koul. Nous prenons progressivement de l'altitude. Camp au pieds de la passe Karacheke.

#### J5 : Song koul (VTT)

Montée pour le col 3600 mètre, en contre bas le lac Song Koul et des dizaines de yourtes installées pour la belle saison dans ce paradis de nature. Superbe descente sur le lac à travers par l'ancienne piste. Premiers contacts avec les nomades kirghizes. Camp au bord du lac et nuit sous yourte si possibilité ou sous tente (alti 3130 m).

#### J 6 -7 : Song Koul, le coeur de la Kirghizie ( Randonnée cheval )

Ces 2 journées entières sont consacrées à des randonnées à cheval dans ce site d'une pureté exceptionnelle et d'un calme qui met en valeur le cri perçant de l'aigle royale d'Asie Centrale.

Nous nous arrêterons dans les camps de yourtes où les nomades se sont établis pour passer l'été. Nous partageons avec eux quelques heures de leur vie ( traite des juments, fabrication du koumis, fromages ...). Le soir venu nous partirons avec le berger kirghize pour rassembler son troupeau dans l'enclos près de la yourte familiale. Car le loup n'est pas loin ! Camp sous la yourte si possibilité ou sous tente.

#### J8 : Song Koul – Massif des Terskey

Transfert avec notre véhicule sur la piste qui nous mène au cœur du massif des Terskey. Nous progressons au cœur d'une immense vallée ( altitude moyenne 3100 m). Camp au pieds des montagnes.

#### J 9 -12 Massif des Terskey ( trekking)

Nous avons 4 journées pour traverser le massif ( trek ) dont les sommets culminent à plus de 4 500m. L'environnement est dès plus sauvage, nous marchons aux pieds des glaciers Avant de redescendre sur Jiluu Suu ( qui en kirghize se traduit par sources d'eaux chaudes). Nous en profiterons , baignades dans ses sources. Puis montée sur la passe Ton ( 4050 m) avant de plonger vers l'immense lac Issyk koul que nous avons en point de mire. Une partie du trek peut se faire pour ceux qui le souhaitent à cheval.

#### J13 - 14 : Issyk Koul

Le lac Issyk Koul ( second plus grand lac d'altitude au monde) et ses berges sauvages nous accueillent pour 2 journées des plus relaxantes. Baignade, dans une eau à plus de 20 degrés ( nous sommes à une altitude de 1 600 m), randonnées dans les canyons voisins, vtt pour ceux qui le souhaitent. Camps au bord du lac.

#### J15 : Bishkek

Transfert sur la capitale kirghize. Nuit dans notre guest house.

#### J16 : Vol retour France

Le développé de ce programme est donné à titre indicatif. Il peut subir des modifications ou des aménagements en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité, des conditions climatiques du moment.

Dans ce cas, seuls les responsables de l'encadrement sont habilités à prendre la ou les décisions nécessaires. Cependant les guides proposeront en cas de modifications importantes du programme des options de remplacement.

## Informations générales:

### Hébergement:

En Guest House, pour les nuits passées à Bishkek. Sous tente (2 places) ou yourte au cours de voyage.

### Restauration:

Cuisine "plein air" préparé par vos guides avec quelques repas pris en restaurant (à Bishkek, Kochkorka). Repas dernier jour à Bishkek à la charge des clients.

### Climat:

Ce séjour se déroulant en moyenne montagne, il faut s'attendre à des journées chaudes mais des nuits assez fraîches en montagne. Nécessité d'avoir un sac de couchage confort – 5 degrés.

### Période des séjours :

De juin à fin septembre

### Transferts:

Généralement limité à 5-6 heures de route pour le plus long

### VTT – Cheval - trek

L'ensemble de ces activités ne demandent aucune préparation spécifique. Il faut par contre pour profiter pleinement de son voyage être en bonne forme physique.

L'équipement VTT, chevaux sont fournis par l'organisation

### Encadrement:

Guide local, francophone et kirghize. Responsable de la logistique de l'intendance

### Matériel :

Equipement similaire à celui utilisé en France dans les Alpes.

Un grand sac de voyage en toile pour mettre les affaires inutiles pour la journée.

1 sac de 20 litres pour les affaires à la journée pour la partie trek

Sac de couchage : Confort -5 / -10 degrés

Vêtements chauds

### Groupe:

4 à 12 personnes

En pleine nature, il faut aussi plus qu'ailleurs avoir à l'esprit que la tolérance et la solidarité faciliteront la cohésion et la bonne entente du groupe, gage du succès du voyage.

### Formalité administratives

Pour se rendre en Kirghizie, il faut avoir un passeport valide ( 6 mois de validité). Un visa a retiré à l'ambassade de Kirghizie à Bruxelles. Visa obtenu en 1 semaine.

Il peut aussi s'obtenir à l'arrivée à Bishkek coût 35 euros.

## Obligation d'avoir une assurance voyage-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 !

**Equipement fourni par l'organisation:**

Matériel de camping collectif, matelas fourni.

**Monnaie:** le som (environ 1 \$ us= 40 som, €=50 soms)

Prévoir pour les frais personnels sur place (environ 50 à 100 \$ us).

**Décalage horaire:**

Heures: rajouter 4 heures à l'heure française.

**Prix et Dates groupes organisés :**

**Base de 4-6 pax : 1 250 €**

**Base de 7-8 pax : 1 150 €**

**Base de 9-10 pax : 1 000 €**

**A la Carte :**

Demandez un devis en fonction du nombre de personnes et dates de départs que vous souhaitez.

**Les prix comprennent :**

- \* L'organisation du séjour
- \* Le transport durant tout le séjour
- \* La restauration durant tout le séjour (sauf repas du dernier jour à Bishkek)
- \* L'hébergement tout au long du séjour
- \* Le matériel de camping
- \* L'encadrement par des accompagnateurs francophones kirghizes.
- \* Permis de zone écologique

**Les prix ne comprennent pas :**

- \* Les boissons et extra personnels,
- \* Frais de visas
- \* Repas à Bishkek le dernier jour.
- \* Pourboires équipe locale
- \* Toutes activités non mentionnées dans le programme
- \* Assurance voyage-rapatriement
- \* Aérien France - Kirghizie
- \* Casque vtt

**Aérien :**

Possibilité de se rendre à Bishkek ( capitale de la Kirghizie) par :

- Aéroflot, British Airways, Turkish Airlines

- Coût de l'aérien entre 750 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](mailto:stephane.aubree@wanadoo.fr)  
[www.kirghizie.fr](http://www.kirghizie.fr)