

# « Pédalez en pays kirghize » randonnée VTC

## 16 Jours

### NOUVEAUTE 2010

*Le vélo (vtc) un des meilleurs moyens pour partir à la découverte de la Kirghizie. Un bel itinéraire, entre canyons de couleur ocre (style Maroc), hauts pâturages verdoyants, montagnes enneigées, rivières lacs ..... Nous partirons à la rencontre des nomades kirghizes de leurs camps de yourtes au rythme de nos coups de pédales. Notre agence dispose d'un parc de vtc et peut vous les mettre à disposition. Du coup, pas de soucis de transport.*

#### **J1 : Paris – Bishkek**

Vol France - Kirghizie

#### **J2 : Bishkek**

Arrivée à Bishkek tôt le matin. Repos dans notre Guest House avant de partir à la découverte de la capitale kirghize située aux pieds des Tien Shan. Balade au fil des bazars et parcs de la ville et tout cela à vélo. Nuit dans notre Guest House

#### **J3 : Bishkek – Denarik**

Nous quittons la capitale kirghize pour le village de Denarik. Nous pédalerons dans la campagne kirghize et la vallée de la Chuy. Arrivée dans une famille kirghize qui nous accueille pour la nuit. Premiers contacts avec ce peuple si accueillant, repas , soirée kirghize. (60 km / dénivelé + 200 m)

#### **J4 : Bishkek – Cholpon Ata ( Issyk Koul)**

Transfert pour la ville de Balitchy (la ville des pêcheurs) qui se trouve à l'extrême ouest du lac Issyk Koul. Nous pédalerons le long de la rive nord du lac Issyk Koul, cet immense lac de plus de 180 km et à une altitude de 1 600 m. Ce lac étonnamment est chaud, l'été sa température monte à plus de 20 degrés. Nous pourrons donc aisément piquer une petite tête pour se rafraichir après notre journée. Nuit en guest house. (90 km / dénivelé + 200 m)

#### **J5 : Cholpon Ata - Karakol**

Nous continuons de longer la rive nord du lac Issyk Koul bordé des montagnes des Tien Shan à plus de 4500 m, traversons petits villages kirghizes. Sur le bord de la route, les kirghizes vendent leur produits (poissons, fruits, miel ....). Nuit en guest House. (120 km route goudronnée / dénivelé +100 M).

#### **J6 : Karakol – Djety Oguz**

Tour de ville sur nos vélos pour admirer les belles maisons « coloniales » et ses beaux quartiers, église orthodoxe, mosquée Dungan, parcs, son bazar.... Nous quittons la ville de Karakol pour la vallée de Jety Oguz pour une petite étape. Nous remontons la vallée pour atteindre le cœur brisé de Djety Oguz. Une splendide falaise de couleur ocre qui barre la vallée. Les alpages, avec une flore exceptionnelle s'offre à nous (Edelweiss, gentianes, violettes ....). Nuit chez habitant (50 km route goudronnée / dénivelé + 250

m).

### **J7 : Djety Oguz – Tamga**

Nous longeons cette fois la rive sud du lac Issyk-Koul beaucoup moins peuplée que celle de la rive nord. Superbes paysages d'une grande variété, parfois d'une grande aridité pour laisser place ensuite à des vergers de pommiers, abricotiers. Nuit en guest house. (115 km route goudronnée / dénivelé 0)

### **J8 : Tamga – Kochkorka**

Une belle étape pour rejoindre le village de Kochkorka. 80 km au bord du lac avant de le quitter pour partir sud-ouest. Nous longeons la magnifique réserve d'eau de Orto Soy, un petit lac couleur turquoise. A Kochkorka (petite ville typiquement kirghize) nous garerons nos vélos à côté de chevaux, vieilles Ladas... une ambiance western ! Nous visiterons nos amis de la coopérative des femmes, spécialisée en artisanat local, démonstration de la confection de tapis de feutre. Nuit chez habitant. (140 km route goudronnée / dénivelé + 300 m).

### **J9 :- Kochkorka – Kyzart - Ok Tor Koy**

Nous pédalons dans la vallée de Kochkorka (1 800 m) pour progressivement monter vers la passe Kyzart située à près de 2 800 m. Après avoir franchi la passe nous redescendons vers Ok Tor Koy situé à 2 400 m. Nuit chez l'habitant ou camp (90 km piste / dénivelé + 1 000 m)

### **J10 : Ok Tor Koy**

Journée de repos dans cette Eden de nature. Moments partagés avec les nomades kirghizes qui passent l'été dans les alpages avec leurs troupeaux de moutons, juments. Nuit identique à la veille.

### **J11 : Ok Tor Koy – Chaek –Kyzyl Oy**

Nous roulons dans la vallée de Jumgal pour atteindre le village de Chaek planté au bord de la rivière. Puis nous rejoignons le village de Kyzyl Oy qui borde la superbe rivière Kekemerren. Une rivière très puissante qui prend sa source dans la haute vallée de la Sussamyry et se jette en aval dans la rivière Naryn. Le décor passe des verdoyants pâturages aux canyons arides. Epoustouflant de contrastes. Nuit chez l'habitant (75 km **piste** et route goudronnée dénivelé + 400 m)

### **J12 : Kyzyl Oy - Komjumkul – Sussamyry**

Nous longeons la magnifique rivière Kekemerren, ses eaux puissantes coulent dans un splendide canyon. Nous débouchons sur la vallée de la Sussamyry, verdoyante et très peu peuplée. Nous traversons de petits villages et sentons que la vie n'est pas dès plus facile. Les kirghizes sont dans leurs champs pour les foins, jardins. Il ne faut pas perdre de temps car en hiver, dans ce coin du pays les températures descendent jusqu'à - 40

degrés. Nuit chez l'habitant. (50 km **piste** / dénivelé + 350 m)

### **J13 : Sussamyr – Col Tyu Ashu – Belavoskaya**

Une journée de montagne avec le fameux passage du col Tuy Ashu (3 600 m)> Le long de la route des yourtes, des wagons font office de restaurants. Le tunnel franchi, descente vertigineuse sur la vallée de Chuy. La route a été taillée au cœur du massif, vraiment impressionnant. Nuit chez l'habitant. (110 km route goudronnée / Dénivelé + 500 m - 2 000 m)

### **J14 : Belavoskaya – Bishkek**

Nous rejoignons la capitale kirghize par la vallée de la Chuy. Retour à la civilisation ou plutôt au trafic ... Nuit en guest house (60 km route goudronnée / dénivelé 0)

### **J15 : Bishkek**

Journée libre à Bishkek (cette journée peut aussi servir de journée tampon si mauvais temps)

### **J16 : Vol retour France**

#### **Remarque :**

**Cet itinéraire peut être modifié par l'équipe organisatrice en fonction de l'état des routes et pistes**

#### **Informations générales:**

##### **Hébergement:**

En Guest House, pour les nuits passées à Bishkek. Sous yourtes et chez l'habitant.

##### **Restauration :**

Cuisine "plein air" préparé par vos guides pour le midi, chez l'habitant pour les repas du soir.

##### **Climat:**

Ce séjour se déroulant en moyenne montagne, il faut s'attendre à des journées chaudes mais des nuits assez fraîches en montagne.

##### **Période des séjours :**

Meilleure période juin-septembre

##### **Encadrement:**

Guide local francophone et son assistant en fonction du nombre de personne

##### **Etapes :**

Des étapes de 70 – 140 km route goudronnées et pistes roulantes sont prévues (piste en j 8 -9 – 10-11). En J9 piste peu roulante et difficile pour la montée à Kyz Art.

### **Formalité administratives**

Pour se rendre en Kirghizie, il faut avoir un passeport valide 6 mois après la date de retour . Un visa a retiré à l'ambassade de Kirghizie à Bruxelles. Visa obtenu en quelques jours où pouvant aussi s'obtenir à l'arrivée à Bishkek (aéroport de Bishkek), coût de 50 € (prix juin 2009)

### **Obligation d'avoir une assurance voyage-rapatriement**

#### **Equipement individuel:**

Idem qu'un séjour randonnée cycliste en moyenne montagne ( vêtements chauds et de saison été).

#### **Equipement vélo :**

L'agence dispose de vtc (giant 3100 voir photo attachée à la fiche technique). La location des vtc est donc possible ce qui évite les soucis de transport avec l'aérien. Dans ce cas, la réservation des vélos doit se faire 1 mois avant le départ.

#### **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 3500 mètres.

#### **Climat:**

Prédominance du beau temps (sec et chaud) l'été, les nuits en altitude sont assez fraîches.

#### **Monnaie:**

Le som (environ 1\$us= 40 som, €=55 soms)

Les \$ us et euros peuvent être changés dans toutes les banques et bureaux de change de Bishkek.. Il est aussi possible de retirer de l'argent aux guichets (ils restent malgré tout très peu nombreux)

#### **Décalage horaire:**

Heures: rajouter 4 heures

*La Kirghizie s'est ouverte récemment au tourisme et encore plus récemment au Tourisme d'Aventure. Nous déployons beaucoup d'efforts pour préparer nos équipes locales à cette forme de tourisme qui nécessite un savoir-faire très particulier.*

*A l'avance nous vous demandons de la bienveillance à leur égard pour leur pardonner les quelques imperfections que vous pourriez rencontrer au cours de votre voyage.*

*La Kirghizie et ses habitants vous le rendront au centuple par l'authenticité tout à fait exceptionnelle de l'accueil qu'ils sauront vous prodiguer.*

*L'un est souvent la contrepartie de l'autre ...*

**Litterature:**

Asie Centrale de René cagnat chez Trans Boréal 2001,  
Jildiz, René Cagnat, Flamarion 2003,  
Terre Sauvage juillet 2003, Trek Mag Juin 2003  
Asie Centrale , les fils de Tamerlan, Alain Chenevriere, Vilo 2001  
Grand Reportage sept 2006  
Roadbook dec 2007  
Geo : 30 ans de Géo Mars 2009

**Prix saison 2010 :**

Base 3-4 pax : 1 300 €  
Base 5-6 pax : 1 200 €  
Base 7-8 pax : 1 150 €

---

**Les prix comprennent :**

- \* L'organisation du séjour
- \* Le transport durant tout le séjour. Un véhicule d'assistance.
- \* La restauration durant tout le séjour (sauf repas à Bishkek, compter 7-10 euros).
- \* L'hébergement tout au long du séjour
- \* L'encadrement par un accompagnateur francophone kirghize.
- \* Permis de zone écologique

**Les prix ne comprennent pas :**

- \* La location du VTC si besoin (15 € par jour / base 14 jours). Réservation à faire 30 jours avant le départ. Modèle Giant 3100
- \* Casque et équipement personnel pour pratique du vtc (Kit réparation, bidons ... )
- \* Les boissons et extra personnels,
- \* Frais de visas kirghizes 50 € à l'arrivée à Bishkek
- \* Repas à Bishkek
- \* Pourboires équipe locale
- \* Toutes activités non mentionnées dans le programme
- \* Assurance voyage-rapatriement
- \* Aérien France - Kirghizie

**Aérien :**

Possibilité de se rendre à Bishkek (capitale de la Kirghizie) par :  
- Aéroflot, British Airways, Turkish Airlines, Russia  
- Coût de l'aérien entre 700 et 900 €

---

**Paiement :**

30 % à la réservation (transfert sur cpte agence Ultimate adventure)

70 % 1 mois avant le départ (transfert sur cpte agence Ultimate adventure) ou à l'arrivée à Bishkek en espèces.

---