



ULTIMATE ADVENTURE

www.kirghizie.fr
ultiadv@mail.kg



Vélo en terre Kirghize



Le vélo reste un des meilleurs moyens pour partir à la découverte de la Kirghizie, du Kirghizistan. 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 Vol Europe - Kirghizie

J2 : Bishkek

Accueil à l'aéroport par notre équipe et transfert en ville. Bishkek, capitale de la Kirghizie, est bâtie au pied des montagnes en bordure de la plaine kazakh. Matinée tranquille, avant de partir à la découverte de la capitale kirghize, située aux pieds des Tien Shan. En flânant dans ses larges rues ombragées, nous faisons connaissance avec la population de la ville. Balade dans les bazars, point de rencontre de tous les peuples d'Asie centrale. Nuit dans un Guest House (740 m d'altitude).



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 pourrions 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 +600 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 + 350 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 +300 m)



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.
(120 km route goudronnée / dénivelé + 600 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 800m. Après avoir franchi la passe nous redescendons vers Ok Tor Koy situé à 2 400m.
Nuit sous yourtes ou camp sous tentes (90 km piste / dénivelé + 1 000 m)



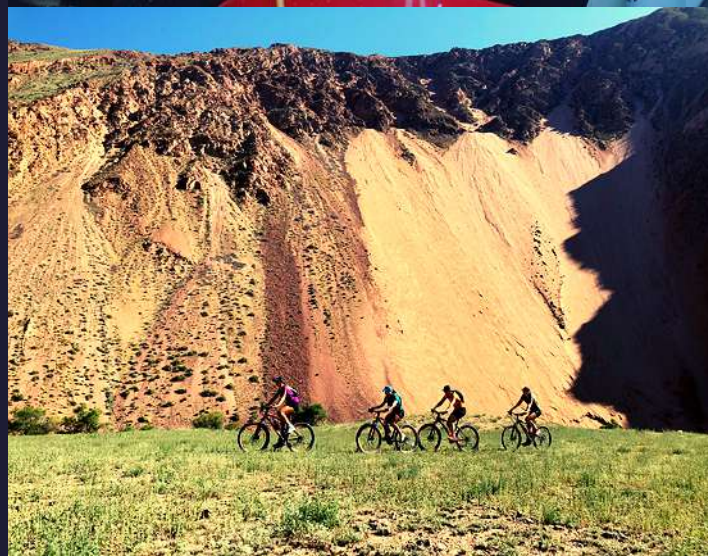
J10 : Ok Tor Koy

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. Epoustouffant de contrastes. Nuit chez l'habitant (75 km piste et route goudronnée dénivelé + 400 m)



J12 : Kyzyl Oy – Komjumkul – Sussamyr

Nous longeons la magnifique rivière Kekemerren, ses eaux puissantes coulent dans un splendide canyon. Nous débouchons sur la vallée de la Sussamy, verdoyantes 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 :

Hébergement:

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

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 kirghize

Etapas :

Des étapes de 60 – 120 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. 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 vélos (giant). La location des vélos 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.

L'assurance voyage : Il vous sera impératif d'avoir une assurance voyage avant de quitter le territoire français. Assurance rapatriement.

Santé : 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.

Devises : le som

Devises à emporter L'euro est très bien accepté 1 € = 95 soms

Décalage horaire : rajouter 4 heures à l'heure française.

Langues : Le russe, le kirghize, les langues turcophones d'Asie centrales

Prix :

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 vélo si besoin (15 € par jour / base 14 jours). Réservation à faire 30 jours avant le départ. Modèle Giant

Casque et équipement personnel pour pratique du vtc (Kit réparation, bidons ...)

Les boissons et extra personnels,

Repas à Bishkek

Pourboires équipe locale

Toutes activités non mentionnées dans le programme

Assurance voyage-rapatriement

Aérien Europe – Kirghizie



Contact Kirghizie:
 Ultimate Adventure
 185 Kurenkeeva, Bishkek 72 0033
 Tel: 0 996 505 29 54 55
 ultiadv@mail.kg



Contact France:
 Stéphane Aubrée
 Tel: 06 62 11 70 82
 stephane.aubree@kirghizie.fr
 www.kirghizie.fr