



KYRGHIZISTAN

"Trek au coeur des hauts sommets des
Tien Shan"



ultiadv@mail.kg
www.kirghizie.fr

Un magnifique trek reconnu en automne 2018, qui nous transporte au coeur des hauts sommets des Tian Shan. 9 jours de trek pour atteindre le glacier Merzbaher tout à l'est du pays à la frontière du Kazakstan et de la Chine .

Populations nomades des hautes vallées dans une première partie du trek, puis moins de monde à l'approche des hautes montagnes. La vie y est plus rude ... Les paysages lors de ce trek sont exceptionnels, les panoramas sur des sommets à plus de 6 000, 7000 m sont à coupé le souffle.

Un trek ** qui restera marqué dans vos mémoires !**

J1 : Europe – Bishkek

J2 : Arrivée à Bishkek a capitale de la Kirghizie. Repos dans notre guest house. avant de partir découvrir le bazar de Osh, les parcs de la ville ... Nuit en Guest house



J3 : Départ matinal pour le transfert sur Jirguilan avec stop à Karakol. Visite de l'église orthodoxe, mosquée Dungan ... puis nous rejoignons le village de Jirgallan, le plus à l'est des villages kirghizes. La vallée où il est blotti est magnifique, boisé ... Nuit sous yourte ou Guest house. Transfert : 8h



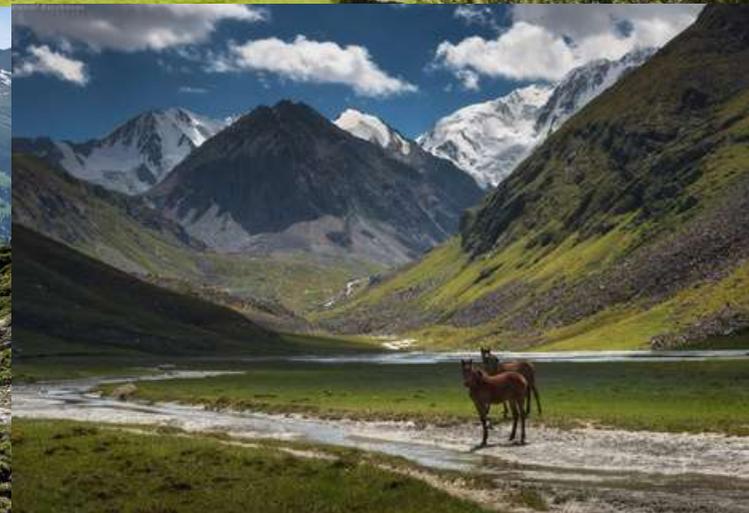
J4 : Trek jusqu'au pieds de la passe Jirguilan.

4h de marche /10 km den + 600 m.
Après une belle nuit au pieds des petites montagnes entourant le village, nous attaquons notre trek. Le sentier se faufile dans une belle forêt de conifères. La montée est régulière, nous longeons un ruisseau qui débouche sur un plateau. Nous laissons la forêt derrière nous, le paysage change. Les premiers nomades et camps de yourtes. Pause chez les nomades de Jirgalan, premières rencontres. Notre camp est à l'extrémité du plateau au pieds de la passe Jirgalan. Nuit sous tente. 5-6 h de marche /12 km den + 600 m.



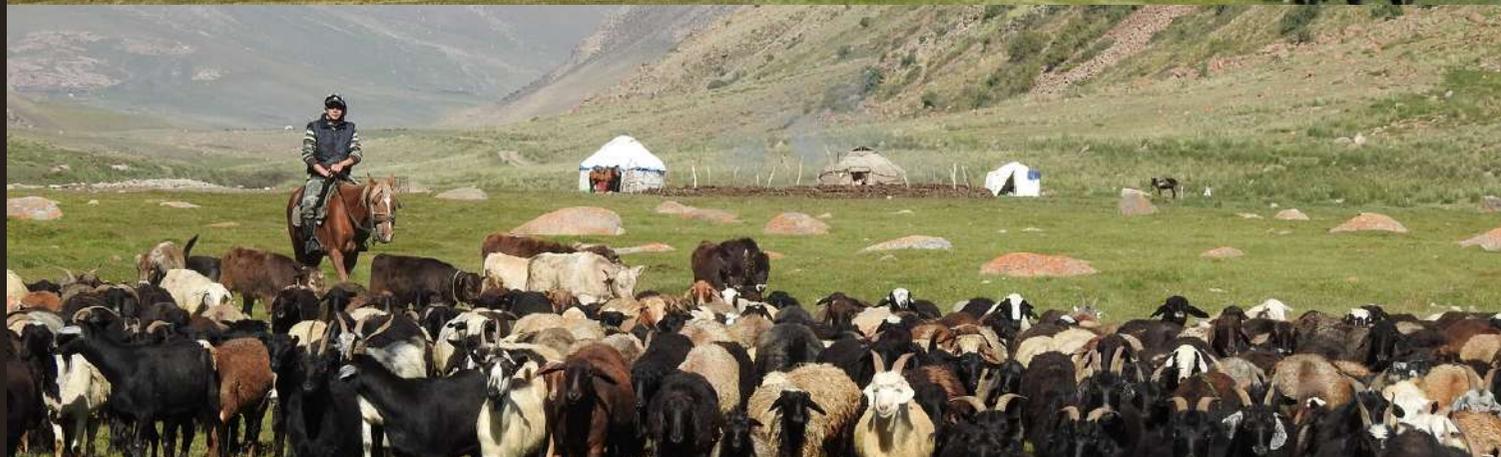
J5 : Passe de Jyrgalan.

Nous prenons de l'altitude pour atteindre la passe de Jyrgalan 3 340 m. De la haut vue sur un très beau cirque, des vallées, des sommets à perte de vue. L'immensité de ces paysages s'offre à nous. Puis quelques lacets nous permettent de perdre du dénivelé avant de marcher vers une vallée plus étroite où des bergers établissent aussi leurs camps pour la belle saison. Notre camp au bout de cette belle vallée, vue sur les sommets de moyennes altitude (4 000 m) qui selon la période sont bien enneigés. Nuit sous tente alt 2 900 m marche 20 km, den + 800 / den - 400 m. 7h de marche



J6 : Ashu Tor – Jylanach.

Nous empruntons la piste défoncée sur quelques km avant d'évoluer sur un plateau en pente douce pour finir au col de Ashu Tor 3 550 m. Nous plongeons vers la vallée de Jylanach. Au fil de notre descente nous croisons, troupeaux de juments, yacks, moutons. Pour finir au Jailoo, là où les bergers du village de Karkara montent avec leurs bêtes. La vie nomade est là très riche, nous partagerons un maximum avec ces familles ... Nous ne sommes pas loin du Kazakhstan ! Nuit sous tente 3 100 m
Marche 15 km D+ : 600 m / D- : 500m



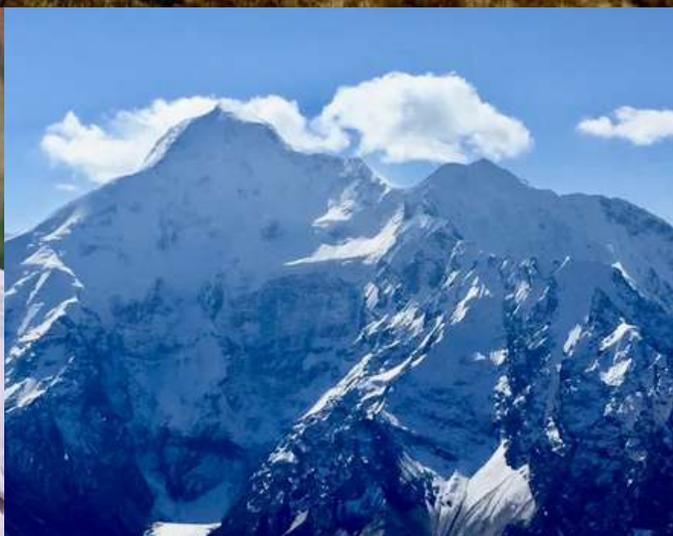
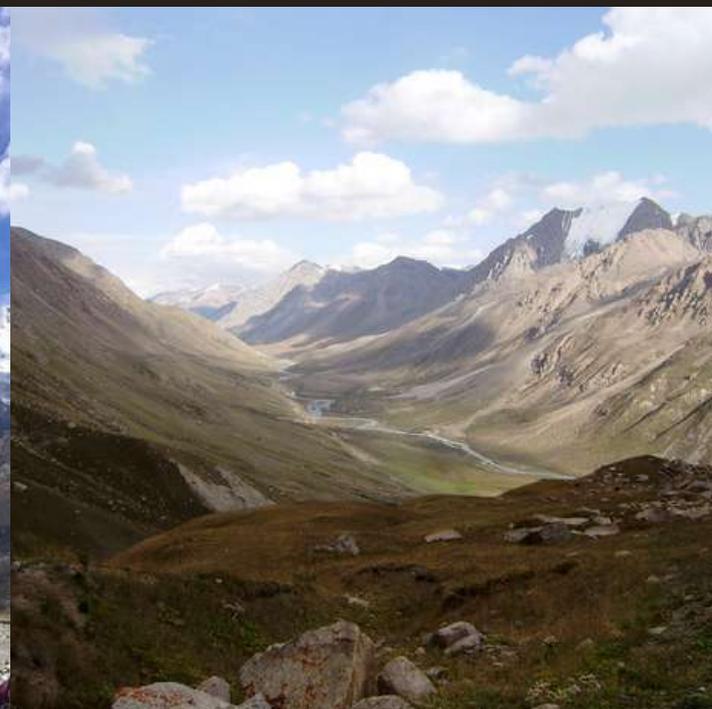
J7: Jylanach – Sary-djaz

Nous quittons ce paradis pour bergers. Pour de nouveau un col à 3 500m, la montée est agréable, hors sentier mais sans difficultés. Du col une vue splendide s'offre à nous si la météo est bonne. Devant nous les plus hauts sommets du massif des tian Shan. Des sommets avoisinant les 7 000 m. Pour ceux qui ont des jumelles, il sera facile de reconnaître le Pic Pobeda, Le Khan Tengry ... Nous prendrons le temps de les contempler avant de plonger dans une nouvelle vallée. Marche à flanc de montagne un peu délicate par moment.

Un canyon nous permet de déboucher sur la vallée de Sary-djaz Il sera conseillé de mettre ces sandales car nous devons à plusieurs reprises traverser le ruisseau. Nous sommes en zone frontalière, Kirghizie, Chine, Kazakstan. Les miradors de l'armée kirghize en témoignent. Nuit sous tente 2 950 m chez la famille de Ainoura qui nous accueillera avec son beau sourire et nous fera partager sa vie de femme de berger ...

Marche délicate sur certains passages.

Marche 20 km, 7-8h D+: 800 m / D-: 700m



J8: Sary-Djaz – Pieds col Tuis.

Nous quittons la famille d'Ainoura, pour continuer notre trek sur un long plateau où coule une belle rivière aux eaux limpides. Nous rencontrons parfois des Yacks, des aigles au dessus de nos têtes des trophées, carcasses de Marco Polos sur notre chemin ... Si la montée au cours des 4 premières heures est facile nous prenons rapidement de l'altitude, nous progressons moins vite l'altitude se fait sentir. Notre camp 3 550 m se situe aux pieds de belles falaises, les neiges éternelles sont à portée, les Ibex, aigles ...
7h de marche, D+ 700 m,



J9 : Col Tuis – Inylchek.

Aujourd'hui nous partons à l'assaut du col Tyus, le point culminant de notre trek. La montée est assez progressive sans trop de difficulté même si l'altitude se fait de plus en plus sentir. Nous évoluons dans un environnement de montagnes, falaises, glaciers proches. Selon la période nous pourrions marcher sur la neige. Au col nous avons une vue splendide sur la vallée de Inylchek. 30 mn de montée assez raide, nous permettra d'avoir un plus beau point de vue sur l'ensemble du massif. Superbe, les sommets sont là, le glacier Inylchek en contre bas, le pic Nansena 5 700 m et ses 3 000 m de face en glace juste à proximité de nous. Le spectacle est grandiose. Chanceux, les aigles royaux nous salueront ... après avoir profité au maximum de ce cadre, une descente de plus 1 300 m de dénivelé pour rejoindre notre camp.

Marche 7-8 h, D+ : 550m D- 1 300m



J10 : Inylchek- Atdzallau

La nuit nous aura permis de reprendre des forces. Nous sommes au cœur de la vallée de Inelchek, nous croisons des alpinistes qui partent pour des expéditions sur les hauts sommets. Nous marchons le long de la rivière aux pieds de superbes falaises de plus de centaines de mètres et de forêt de conifères nous faisant un rappel aux « Rocheuses canadiennes » Camp en aval des falaises.
Marche 16 km, 6h



J11 : Atdzallau – lac

Journée de randonnée en amont de notre camp pour rejoindre un beau petit lac blotti au milieu des sommets et glaciers. 4 heures de marche pour rejoindre le lac et avoir une belle vue sur les montagnes environnantes. Camp sous tente à Atdzallau
Marche 7h, Den + 600 m, Den-600 m

J12 : Atdzallau – Maida Adyr

Nous partons tôt ce matin car nous devons si nous n'avons pas pu le faire la veille traverser un ruisseau. Puis marche en aval de la piste et sur la piste pour les derniers km de notre trek. Nous laissons derrière nous les sommets ... La marche sur cette journée peut être variable en fonction d'où pourra venir nous chercher notre véhicule. Il nous mènera ensuite à Karakol puis Tosor au bord du lac Issyk Koul. Nuit en Guest house ou sous yourte.

Marche 4-5 h, Transfert 7h

J13 : Tosor

Une journée de repos bien méritée au bord du lac Issyk Koul, la perle de la Kirghizie. Cet immense lac de plus de 200 km de long, 60 m de large à une altitude de 1 600m. Au programme, baignades dans une eau à 20 degrés, balades dans les canyons ...

Nuit en guest house ou sous yourte.



J14 : Bishkek

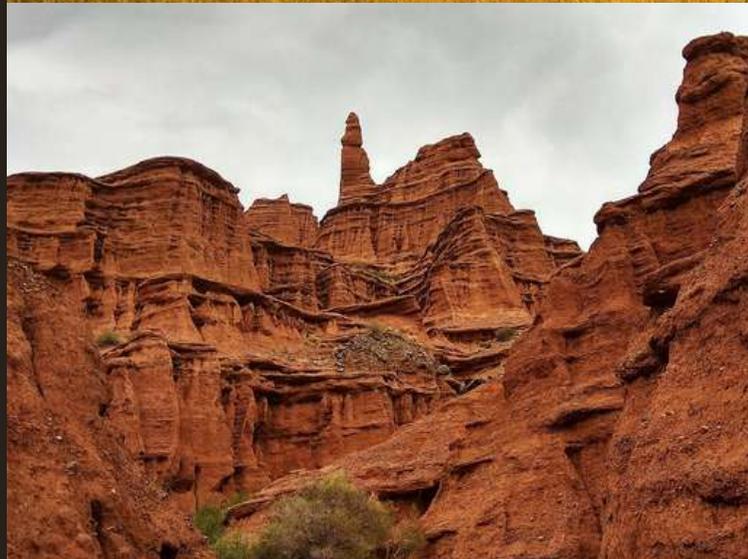
Nous longeons la rive sud du lac Issyk Koul, ces belles criques, ses villages. Puis la vallée de la Chuy en bordure du Kazakstan pour atteindre la capitale kirghize.

Nuit en Guest house.

Transfert 7h



J15 : Vol retour France



Informations générales:

Randonnée : Les randonnées ne sont pas techniques mais nécessitent une bonne forme physique. 8,5 jour de marche de 5-8 h ; à des altitudes comprises entre 2 500 et 4 100 mètres.

La logistique se fait à cheval (potage des sacs, tente, nourriture ...).

Equipement:

Similaire à tout autre trek en région de montagne (duvet chaud – 10 degrés.....). A savoir que certaines régions de notre séjour sont peu fréquentées. Il faut savoir parfois s'adapter aux aléas météo etc. Qu'une étape peut être modifiée par le guide si nécessaire.

Hébergement:

En Guest House ou petit hôtel, pour les nuits passées à Bishkek, sous tente (2 places).

Restauration:

Cuisine "plein air" préparé par vos guides avec quelques repas pris en restaurant (à Bishkek, Karakol).

Encadrement:

Une équipe de guides locaux parlant le français. Guide leader, assistant guide, cuisto (suivant l'importance du groupe). Attention pour ce voyage le poids du sac (sac et non valise) ne doit pas excéder 15 kg.

Monnaie:

le som (environ 1 \$ us= 85 som, €= 100 soms)

Décalage horaire:

Heures: rajouter 4 heures à l'heure française

Equipement fourni par l'organisation:

Matériel de camping collectif .

Tente 2 places + matelas. tente messe ,
tente douche

Vaisselle

Climat:

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

(nécessité d'avoir un sac de couchage confort – 10 degrés)

Période des séjours :

De juillet à fin septembre

Encadrement:

Guide local, francophone et kirghize.

Formalité administratives

Pour se rendre en Kirghizie, il faut avoir un passeport valide (6 mois de validité).

Formalités administratives:

Pour se rendre en Kirghizie, il faut avoir un passeport valide (6 mois de validité après la date du retour) .

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

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

Prix:

Les prix comprennent :

- * L organisation du séjour
- * Le transport durant tout le séjour
- * La restauration durant tout le séjour (sauf repas à Bishkek)
- * L'hébergement tout au long du séjour
- * Le matériel de camping
- * L encadrement par un accompagnateur francophone kirghize.
- * Permis de zone écologique

Les prix ne comprennent pas :

- * Les boissons et extra personnels,
- * Repas à Bishkek .
- * Pourboires équipe locale
- * Toutes activités non mentionnées dans le programme
- * Assurance voyage-rapatriement
- * Aérien Europe – Kirghizie
- * Test PCR (20 euros par personne)

KYRGYZSTAN
 40 80 120 km
 All Rights Reserved



Contact Kirghizie:
 Ultimate Adventure
 185 Kurenkeeva, Bishkek 72 0033
 Kyrgyzstan
 Tel: 0 996 312 67 11 83
 ultiadv@mail.kg



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