

9 giorni / 8 notti

dal 06.07 al 14.07.2027

Un viaggio nel cuore dell'Asia Centrale, alla scoperta di un Paese ancora autentico e sorprendente. Attraverseremo montagne imponenti, laghi alpini, vallate selvagge e paesaggi sconfinati, incontrando le tradizioni millenarie dei popoli nomadi. Vivremo l'ospitalità delle famiglie locali, dormiremo nelle yurte e assaggeremo i sapori della cucina kirghisa. Dai sentieri del Tien Shan alle rive dell'Issyk-Kul e del Son Kul, ogni tappa ci porterà sempre più dentro l'anima del Kirghizistan. Un viaggio fatto di natura, incontri e avventura, per scoprire insieme uno degli angoli più affascinanti dell'Asia Centrale.

ATTIVITÀ: Viaggio Natura
TIPOLOGIA DI VIAGGIO: viaggio gruppo con Guida AIGAE dall'Italia
LIVELLO: 2/3 – Poco/Mediamente impegnativo



GIORNO 1 - 6 Luglio 2027
Italia – Bishkek

Arriveremo all'aeroporto internazionale di Manas, dove la nostra guida/autista ci accoglierà e ci accompagnerà in hotel. Dopo il volo avremo qualche ora a disposizione per riposarci e recuperare le energie.
Alle 10:00 partiremo alla scoperta del Kirghizistan, raggiungendo in circa un'ora il Parco Nazionale di Ala-Archa, ai piedi delle montagne del Tien Shan.
Qui faremo una breve escursione di circa un'ora, lungo un sentiero in dolce salita tra abeti, montagne e il corso del fiume.
Ci fermeremo per un picnic immersi nella natura, prima di rientrare a Bishkek nel pomeriggio.
Con la nostra guida visiteremo il cuore della capitale, partendo da Piazza Ala-Too, con il monumento a Manas e il Museo Storico Nazionale.
Proseguiremo verso il monumento a Lenin e attraverseremo il suggestivo Parco delle Querce.
Raggiungeremo quindi Piazza della Vittoria (Pobeda) e ammireremo dall'esterno il Teatro dell'Opera e del Balletto.
Concluderemo la giornata con una cena in un ristorante della capitale.
Sarà la nostra prima occasione per assaporare la cucina tradizionale kirghisa e conoscere da vicino sapori e tradizioni locali.

Pernottamento: hotel a Bishkek - camera doppia/tripla in condivsione
Pasti: -

GIORNO 2 - 7 Luglio 2027
BALASAGUN, TORRE DI BURANA E VALLE DI CHON-KEMIN

Dopo la colazione partiremo alla scoperta della storia e delle tradizioni del Kirghizistan, raggiungendo Tokmok e i resti dell'antica città di Balasagun, importante centro della Via della Seta. Visiteremo la celebre Torre di Burana, l'antico minareto dell'XI secolo, il piccolo museo locale e le suggestive stele funerarie in pietra, i balbal.
A pranzo saremo ospiti di una famiglia kirghisa, dove assaggeremo piatti tradizionali fatti in casa e scopriremo più da vicino usanze, tradizioni e ospitalità locali.
Nel pomeriggio proseguiremo verso la valle di Chon-Kemin, che raggiungeremo dopo circa due ore e mezza di viaggio.
Ci sistemeremo in una guesthouse immersa tra vallate, prati e paesaggi montani, dove potremo rallentare e goderci l'atmosfera autentica del luogo.
Nel pomeriggio potremo scegliere tra una prima esperienza a cavallo, facoltativa, oppure una piacevole passeggiata di circa due ore tra sentieri e boschi della valle.
nella valle di Chon-Kemin, a contatto con la natura.

Pernottamento: guest house a Chon-Kemin - camera doppia/tripla in condivsione
Pasti:




GIORNO 3 - 8 Luglio 2027
CANYON DI KOK MOINOK E LAGO ISSYK-KUL

Dopo la colazione partiremo verso Cholpon-Ata, sulla sponda settentrionale del lago Issyk-Kul, uno dei più grandi laghi del Kirghizistan.
Lungo il percorso ci fermeremo al canyon di Kok Moinok, dove faremo una passeggiata tra spettacolari formazioni rocciose dalle tonalità rosse, arancioni e ocra, modellate nel tempo dal vento e dall'acqua.
Pranzeremo in un ristorante locale, dove potremo assaggiare alcune specialità della cucina kirghisa, tra cui piatti a base di pesce.
Arrivati a Cholpon-Ata visiteremo il suggestivo museo all'aperto dei petroglifi, con le sue millenarie incisioni rupestri, testimonianza delle antiche civiltà che hanno abitato questa regione.
Se le condizioni meteo e l'orario lo permetteranno, potremo inoltre fare un'escursione facoltativa di circa un'ora in barca sul lago, a bordo di un'imbarcazione di epoca sovietica.
Nel pomeriggio raggiungeremo il nostro hotel sulle rive del lago Issyk-Kul, dove potremo rilassarci ammirando l'immenso paesaggio alpino.
La giornata si concluderà con la cena e il pernottamento direttamente sulle rive del lago, immersi nella tranquillità di questo straordinario ambiente naturale.

Pernottamento: hotel a Issyk-Kul- camera doppia/tripla in condivisione
Pasti: colazione, pranzo e cena.

GIORNO 4 - 9 Luglio 2027
GOLA DI SEMIONOVKA, LAGO SUTTU BULAK E KARAKOL

Dopo la colazione lasceremo Cholpon-Ata e proseguiremo lungo la sponda settentrionale del lago Issyk-Kul, attraversando paesaggi sempre più selvaggi tra montagne, vallate e foreste di conifere.
Raggiungeremo la gola di Semionovka, immersa tra prati verdi, abeti e torrenti di montagna, da cui partiremo per un'escursione verso il lago Suttu Bulak, a circa 2.500 metri di quota.
Affronteremo un percorso di circa 5 km, con 600 metri di dislivello, immersi nello spettacolare paesaggio del Tien Shan.
Lungo il cammino ci fermeremo per un picnic nella natura, circondati dalle montagne kirghise.
Nel pomeriggio raggiungeremo Karakol, città multiculturale dove convivono diverse tradizioni e influenze dell'Asia centrale.
Visiteremo la suggestiva chiesa ortodossa e la moschea, prima di dedicarci a un'esperienza speciale a casa di una famiglia dungana.
Parteciperemo a una masterclass di cucina tradizionale dungana, imparando insieme alla padrona di casa a preparare un piatto tipico della famiglia. Dopo la lezione ci siederemo tutti insieme a tavola per gustare la cena preparata e vivere un momento di autentica ospitalità locale.
Un incontro che ci permetterà di conoscere il Kirghizistan attraverso le sue persone, culture e tradizioni gastronomiche.

DATI TECNICI: Escursione 5 km – Dislivello +600 m – Quota massima 2.500 m – Difficoltà: mediamente impegnativo

Pernottamento: guesthouse a Karakol- camera doppia/tripla in condivisione
Pasti inclusi: colazione, picnic e cena.




GIORNO 5 - 10 Luglio 2027
TREKKING AL LAGO DI JYRGALAN

Partiremo da Karakol in direzione del villaggio di Jyrgalan, a circa 60 km di distanza, dove ci prepareremo per il trekking della giornata.
Da qui inizieremo un'escursione circolare alla scoperta del suggestivo lago di Jyrgalan, piccolo specchio d'acqua alpino incastonato tra le maestose montagne del Tien Shan.
Il sentiero ci condurrà attraverso paesaggi di grande bellezza, fino a raggiungere il lago, dove ci fermeremo per una pausa e per il pranzo al sacco sulle sue rive.
Avremo anche un po' di tempo libero per rilassarci, scattare qualche fotografia e goderci la tranquillità della natura alpina.
Riprenderemo poi il cammino completando il percorso circolare fino a rientrare al villaggio di Jyrgalan. Dopo il trekking avremo tempo per una doccia e per recuperare le energie prima della cena.
Pernottamento nella località di Jyrgalan, immersi nella quiete delle montagne.

DATI TECNICI: Trekking circa 13–13,5 km – Dislivello +660/720 m – Difficoltà: mediamente impegnativo

Pernottamento: hotel a Jyrgalan - camera doppia/tripla in condivisione
Pasti: colazione, pranzo al sacco e cena.

GIORNO 6 - 11 Luglio 2027
DJETY OGHUZ, BARSKOON E LA VALLE DI SKAZKA

Dopo la colazione partiremo alla scoperta di alcuni dei paesaggi più suggestivi del Kirghizistan, raggiungendo in circa 30 minuti le spettacolari rocce di Djety Oghuz, le celebri "Sette Tori Rossi".
All'ingresso della gola ammireremo anche la romantica roccia del Cuore Spezzato, prima di proseguire nella valle e godere dei panorami sulle montagne circostanti.
Raggiungeremo poi la gola di Barskoon, dove faremo una breve escursione di circa un'ora fino a una suggestiva cascata.
Dopo il pranzo in un ristorante locale, continueremo verso Skazka, la "Valle delle Fiabe", un incredibile paesaggio di canyon e rocce dalle forme sorprendenti, che esploreremo con una passeggiata di 1–2 ore.
Nel pomeriggio raggiungeremo il villaggio di Kajy-Sai, sulle rive del lago Issyk-Kul.
Qui vivremo un'esperienza autentica, pernottando in una yurta affacciata sul lago e condividendo una cena tradizionale.

DATI TECNICI: Escursione Barskoon circa 1 ora – Passeggiata a Skazka 1–2 ore – Difficoltà: facile

Pernottamento: yurta a Kajy-Sai – bagno in comune
Pasti inclusi: colazione, pranzo e cena.



GIORNO 7 - 12 Luglio 2027
IL LAGO SON KUL E LA TRADIZIONE DEI NOMADI

Dopo la colazione partiremo verso uno dei luoghi più suggestivi del nostro viaggio: il lago Son Kul, incastonato tra le montagne del Tien Shan a 3.016 metri di quota.
Prima di raggiungerlo faremo tappa a Bokonbaevo, dove incontreremo un cacciatore d'aquila e assisteremo a una dimostrazione di questa antica tradizione dei nomadi kirghisi.
Pranzeremo lungo il percorso, ospiti di una famiglia locale, per vivere ancora una volta la genuina ospitalità del Paese.
Riprenderemo il viaggio attraversando paesaggi sempre più selvaggi, fino a raggiungere il lago, conosciuto come "l'ultimo lago" per la sua posizione remota e la strada tortuosa che conduce alle sue rive.
Qui ci troveremo immersi in un paesaggio spettacolare di praterie infinite, montagne e acque che riflettono le cime circostanti.
Nel pomeriggio potremo esplorare la zona a cavallo, facoltativamente anche al tramonto, oppure fare una breve escursione a piedi fino alle incisioni rupestri.
Concluderemo la giornata con una cena tradizionale e il pernottamento in campo tendato di yurte, nel cuore delle montagne.

Pernottamento: yurta - bagno in comune
Pasti inclusi: colazione, pranzo e cena.

GIORNO 8 - 13 Luglio 2027
RIENTRO A BISHKEK

Dopo la colazione lasceremo il lago Son Kul per fare ritorno verso Bishkek, attraversando ancora una volta gli splendidi paesaggi del Kirghizistan.
Sarà una giornata dedicata al viaggio, durante la quale potremo goderci dal finestrino il susseguirsi di montagne, vallate e paesaggi sempre diversi.
Lungo il percorso ci fermeremo per il pranzo, ospiti di una famiglia locale, per un ultimo incontro con la tradizione e l'ospitalità kirghisa.
Nel pomeriggio arriveremo a Bishkek e ci sistemeremo in hotel.
Avremo poi del tempo libero per dedicarci agli ultimi acquisti e cercare qualche souvenir nel cuore della capitale.
Concluderemo il nostro viaggio con una cena in un ristorante locale, brindando alle esperienze vissute insieme tra montagne, laghi, tradizioni e incontri.

Pernottamento hotel a Bishkek - camera doppia/tripla in condivisione
Pasti: colazione, pranzo e cena.

GIORNO 9 - 14 Luglio 2027
Rientro in Italia
Colazione di prima mattina e trasferimento in aeroporto per vostro volo di ritorno.
Saluti finali

Pernottamento -
Pasti: colazione

INFORMAZIONI UTILI

DATE DI PARTENZA:
da martedì 6 Luglio a mercoledì 14 Luglio 2027
DURATA:
9 giorni / 8 notti

QUOTA per persona
(gruppo di minimo 5 persone - massimo 10 persone):
2490 € - pernottamento in camera doppia/tripla e yurte
- **acconto** pari al 25% della quota viaggio (assicurazioni facoltative escluse- Quota calcolata su importo più alto), da versare al momento dell'iscrizione: 622,50 €
- **saldo** da versare entro il 06.06.2027

LA QUOTA COMPRENDE:

✔ 8 pernottamenti
✔ N.8 colazioni, 8 pranzi al sacco, 8 cene
✔ Trasporto privato
✔ Guida locale parlante italiano
✔ Visite ed escursioni come da programma
✔ Trasferimenti da/per aeroporto
✔ Equitazione al lago Son Kol / Chon Kemin
✔ Ingressi previsti
✔ Tasse locali
✔ servizio di Guida Ambientale Escursionistica dall'Italia
✔ assicurazione medico-bagaglio

LA QUOTA NON COMPRENDE:

✗ voli da/per l'Italia
✗ cassa comune: 50 euro
✗ spese personali
✗ extra e quanto non specificato









ITINARRANDO

Direzione tecnica fornita da:

Itinarrando - Trekking Adventure in Hi Fi di
Itinarrando Soc. Coop
Via Angeloni 3-5
03100 Frosinone (FR)