



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

KIRGUISTAN VIAJE HACIA EL LAGO SARY CHELEK



Trekking en las montañas Tian Shan

8 días – 7 noches, o; 10 días – 9 noches

COMENTARIOS

País: Kirguistán, región de Tian Shan

Duración del viaje: 8 días / 7 noches, 10 días / 9 noches

Itinerario: (Osh–Osh) 8 días / 7 noches,

- Osh – pueblo Aflatun – lago Sary Chelek – valle del río Kara Suu – lago Iri Kul – Osh

Itinerario: (Bishkek–Bishkek) 10 días / 9 noches

- Bishkek – Osh – pueblo Aflatun – lago Sary Chelek – valle del río Kara Suu – lago Iri Kul – Osh – Bishkek

FECHAS PROGRAMADAS DE COMIENZO DE TOUR – AÑO 2024 -

OSH – OSH	BISHKEK – BISHKEK
Grupo #01. 29.06–06.07.2024	Grupo #01. 28.06–07.07.2024
Grupo #02. 20.07–27.07.2024	Grupo #02. 19.07–28.07.2024
Grupo #03. 10.08–17.08.2024	Grupo #03. 09.08–18.08.2024

FECHAS PROGRAMADAS DE COMIENZO DE TOUR – AÑO 2025 -

OSH – OSH	BISHKEK – BISHKEK
Grupo №01. 28.06–05.07.2025	Grupo №01. 27.06–06.07.2025
Grupo №02. 19.07–26.07.2025	Grupo №02. 18.07–27.07.2025
Grupo №03. 09.08–16.08.2025	Grupo №03. 08.08–17.08.2025

Las montañas del Tian Shan Oeste esconden en sus alturas unos lagos muy bonitos, el lago más grande y hermoso es el Lago Sary Chelek. Justamente hacia este lago va nuestro itinerario vía



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

pasos pintorescos, desfiladeros profundos, ríos tempestuosos. Además del lago Sary Chelek, los viajeros van a ver otros lagos más que desde altura se ven como una cadena de diamantes.

El lago y la región del Sary Chelek es precioso. El lago que está a la altura de 1873 m como si estuviera escondido en un hoyo de las cordilleras montañosas como una verdadera perla. La extensión del Lago Sary Chelek es 75000 m de longitud, 2280 m de anchura, 234 m de profundidad. Hace 2000 años este lago apareció en resultado de gestiones tectónicas. El agua en el lago es tan transparente que cuando hace buen día se puede ver tanto los habitantes del lago como la flora del lago. El lago está en el territorio reservado biosférico de Sary Chelek. En el espejo de Sary Chelek se reflejan unas orillas verticales, bosques, en una palabra, toda la naturaleza que lo rodea.

Los invitamos a un viaje inolvidable hacia el lago Sary Chelek.

Ofrecemos el programa con 2 opciones - **vía Osh y vía Bishkek.**

ITINERARIO DETALLADO –

ITINERARIO (Osh–Osh):

Día 1 Llegada a Osh. Osh – Aflatun (350 km, 7 h).

Llegada al aeropuerto internacional de Osh. Encuentro en el aeropuerto.

Traslado de Osh al valle del río Aflatun, que se encuentra en la parte oriental de la ladera sur de la cordillera más grande en el oeste de Tian Shan – Cordillera Chatkal. Acampamos en un lugar pintoresco justo en la confluencia de los ríos a la sombra de los nogales.

Tiempo de viaje: 7 horas; diferencia de altitud: +340 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1300 m).

Día 2 Río Aflatun del Sur – el río Uyalma (19 km).

Inicio de la ruta de senderismo. Trekking por el río Aflatun del Sur. Buen camino de tierra sube por el cañón del río Aflatun del Sur entre pintorescos abetos de Tian Shan.

Almuerzo en el bosque de abedules junto al río. Después del almuerzo, continuaremos ascendiendo por el desfiladero del río Aflatun del Sur hasta su confluencia con el río Uyalma.

Tiempo de viaje: 7 horas; diferencia de altitud: +600 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1900 m).



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

Día 3 Río Uyalma – pasadizo Kuldambes (2750 m) – lago Sary Chelek (11 km).

Transición a través del pasadizo Kuldambes (2750 m) y descenso al lago Sary Chelek por el paso Ashuu (2551 m).

Después de subir a la silla de montar del paso y disfrutar del más bello panorama del valle de Uyalma con la cresta de Chatkal que se eleva sobre él, continuamos nuestro camino hacia el paso de Ashuu, desde donde se abre una impresionante vista del tan esperado lago Sary Chelek.

Descenso desde el paso de Ashuu hasta el valle del lago Sary Chelek. El lago Sary Chelek apareció hace unos 10 mil años como resultado de un enorme corrimiento de tierras que cubrió el valle del río del mismo nombre.

Tiempo de viaje: 8 horas; diferencia de altitud: +850 m; -850 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1900 m).

Día 4 Lago Sary Chelek – paso Makmal (2654 m) – valle del río Kara Suu (13 km).

Dejamos la orilla del lago Sary Chelek y subimos por el río del mismo nombre hasta su confluencia con el río Makmal. Un sendero apenas visible serpentea a lo largo del río y nos lleva primero a prados alpinos y luego a la amplia silla de montar del paso de Makmal (2654 m). Almuerzo en un descanso.

Descenso por el río Kurumdu hasta el valle del río Kara Suu.

Tiempo de viaje: 7-8 horas; diferencia de altitud: +755 m; -755 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1900 m).

Día 5 Valle del río Kara Suu – lago Kara Suu (12 km).

Continuamos por el valle del río hasta el lago Kara Suu (Kara Kamysh). El lago es increíblemente hermoso y está situado en un desfiladero muy pintoresco. Pero lo más destacado es la impresionante vista desde las orillas del lago sobre el macizo montañoso de Min Teke.

Después del almuerzo, paseo a caballo, familiarización con la vida nómada.

Tiempo de viaje: 4-5 horas; diferencia de altitud: -100 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1800 m).

Día 6 Valle del río Kara Suu – paso Kuturma (2446 m) – el lago Iry Kul (7 km).

Después de pasar a lo largo del lago Kara Suu comenzamos el ascenso fácil a la silla del paso de Kuturma. Ascenso transcurre por un pintoresco camino entre enebros y salientes rocosos. Hay un



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

hermoso panorama desde el paso hasta el extremo sur del lago Sary Chelek. Descenso del puerto no es demasiado largo y un tiempo después llegamos a la orilla del lago Iry Kul

Tiempo de viaje: 6 horas; diferencia de altitud: +646 m; -446 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (2000 m).

Día 7 Lago Iry Kul – lago Sary Chelek (5 km). Transfer a Osh (320 km, 6 h).

Transición del lago Iry-Kul al extremo sur del lago Sary Chelek. La ruta serpentea entre huertos de manzanas a lo largo de numerosos lagos de color turquesa.

Traslado a Osh. Tiempo libre para un paseo por la ciudad.

Tiempo de viaje: 9 horas; diferencia de altitud: - 940 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo.

Noche en el hotel.

Día 8 Salida de Osh.

Traslado al aeropuerto. Fin del programa.

Alimentación: desayuno

FIN DE NUESTROS SERVICIOS

ITINERARIO (Bishkek-Bishkek):

Día 1. Llegada a Bishkek. Vuelo interno Bishkek – Osh.

Llegada al aeropuerto internacional “Manas” (Bishkek). Vuelo interno a Osh. Recibimiento en el aeropuerto. Transfer al hotel y registro de la entrada a partir de las 14:00. Tiempo libre.

Noche en el hotel.

Día 2. Osh – Aflatun (350 km, 7 h).

Traslado de Osh al valle del río Aflatun, que se encuentra en la parte oriental de la ladera sur de la cordillera más grande en el oeste de Tian Shan – Cordillera Chatkal. Acampamos en un lugar pintoresco justo en la confluencia de los ríos a la sombra de los nogales.

Tiempo de viaje: 7 horas; diferencia de altitud: +340 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1300 m).

Día 3. Río Aflatun del Sur – el río Uyalma (19 km).



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

Inicio de la ruta de senderismo. Trekking por el río Aflatun del Sur. Buen camino de tierra sube por el cañón del río Aflatun del Sur entre pintorescos abetos de Tian Shan.

Almuerzo en el bosque de abedules junto al río. Después del almuerzo, continuaremos ascendiendo por el desfiladero del río Aflatun del Sur hasta su confluencia con el río Uyalma.

Tiempo de viaje: 7 horas; diferencia de altitud: +600 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1900 m).

Día 4. Río Uyalma – pasadizo Kuldambes (2750 m) – lago Sary Chelek (11 km).

Transición a través del pasadizo Kuldambes (2750 m) y descenso al lago Sary Chelek por el paso Ashuu (2551 m).

Después de subir a la silla de montar del paso y disfrutar del más bello panorama del valle de Uyalma con la cresta de Chatkal que se eleva sobre él, continuamos nuestro camino hacia el paso de Ashuu, desde donde se abre una impresionante vista del tan esperado lago Sary Chelek.

Descenso desde el paso de Ashuu hasta el valle del lago Sary Chelek. El lago Sary Chelek apareció hace unos 10 mil años como resultado de un enorme corrimiento de tierras que cubrió el valle del río del mismo nombre.

Tiempo de viaje: 8 horas; diferencia de altitud: +850 m; -850 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1900 m).

Día 5. Lago Sary Chelek – paso Makmal (2654 m) – valle del río Kara Suu (13 km).

Dejamos la orilla del lago Sary Chelek y subimos por el río del mismo nombre hasta su confluencia con el río Makmal. Un sendero apenas visible serpentea a lo largo del río y nos lleva primero a prados alpinos y luego a la amplia silla de montar del paso de Makmal (2654 m). Almuerzo en un descanso.

Descenso por el río Kurumdu hasta el valle del río Kara Suu.

Tiempo de viaje: 7-8 horas; diferencia de altitud: +755 m; -755 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1900 m).

Día 6. Valle del río Kara Suu – lago Kara Suu (12 km).

Continuamos por el valle del río hasta el lago Kara Suu (Kara Kamysh). El lago es increíblemente hermoso y está situado en un desfiladero muy pintoresco. Pero lo más destacado es la impresionante vista desde las orillas del lago sobre el macizo montañoso de Min Teke.

Después del almuerzo, paseo a caballo, familiarización con la vida nómada.

Tiempo de viaje: 4-5 horas; diferencia de altitud: -100 m.



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (1800 m).

Día 7. Valle del río Kara Suu – paso Kuturma (2446 m) – el lago Iry Kul (7 km).

Después de pasar a lo largo del lago Kara Suu comenzamos el ascenso fácil a la silla del paso de Kuturma. Ascenso transcurre por un pintoresco camino entre enebros y salientes rocosos. Hay un hermoso panorama desde el paso hasta el extremo sur del lago Sary Chelek. Descenso del puerto no es demasiado largo y un tiempo después llegamos a la orilla del lago Iry Kul

Tiempo de viaje: 6 horas; diferencia de altitud: +646 m; -446 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo, cena.

Noche en tiendas de campaña (2000 m).

Día 8. Lago Iry Kul – lago Sary Chelek (5 km). Transfer a Osh (320 km, 6 h).

Transición del lago Iry-Kul al extremo sur del lago Sary Chelek. La ruta serpentea entre huertos de manzanas a lo largo de numerosos lagos de color turquesa.

Traslado a Osh. Tiempo libre para un paseo por la ciudad.

Tiempo de viaje: 9 horas; diferencia de altitud: - 940 m.

Alimentación: desayuno, almuerzo.

Noche en el hotel.

Día 9. Vuelo interno Osh – Bishkek.

Traslado al aeropuerto. Vuelo interno a Bishkek. Recibimiento en el aeropuerto. Transfer al hotel y registro de entrada después de las 14:00. Tiempo libre.

Alimentación: desayuno.

Noche en el hotel.

Día 10. Salida de Bishkek.

Traslado al aeropuerto internacional “Manas” (Bishkek).

Fin del programa.

Alimentación: desayuno

FIN DE NUESTROS SERVICIOS

Servicios incluidos en el coste del programa:

- Recibimiento/despedia en el aeropuerto.
- Cómodos vehículos con aire acondicionado para traslados según el programa.
- Alojamiento en hotel 3* en habitaciones twin/dobles con desayuno en Osh y Bishkek.



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

- Vuelo interno Bishkek – Osh – Bishkek (Clase turística, peso máximo del equipaje – 15 kg).
- Registro de los documentos necesarios:
- permiso para visitar la Reserva de la Biosfera de Sary Chelek,
- tasa ecológica.
- Servicio para la parte activa del tour:
- pensión completa (3 comidas calientes al día),
- alojamiento en tiendas de campaña de 2 camas,
- servicios del guía de montaña de habla inglesa, cocinero, personal del servicio,
- alquiler de caballos para transportar la carga personal y pública de los participantes,
- Alquiler de equipo de vivac y de cocina:
- tiendas de campaña,
- mesas, sillas,
- utensilios de cocina,
- WC.
- El equipo personal que se proporciona de forma gratuita para uso durante del tour:
- saco de dormir,
- bastones de esquí telescópicos para caminar,
- funda protectora de lluvia,
- linterna frontal,
- estera de camping,
- termo metálico,
- vajilla,
- Botiquín grupal.

Servicios no incluidos en el coste del programa:

- Vuelos internacionales.
- Comidas en Osh y Bishkek (solo desayuno).
- Gastos médicos y seguros.

Servicios extra:

- Una noche adicional a la llegada o salida:
- Habitación SGL (hoteles boutique) – 45 USD por habitación / por noche.
- Habitación DBL/TWIN (hoteles boutique) – 55 USD por habitación / por noche.

Información adicional

► **Transporte del equipaje y equipamiento durante todo el tour se realiza a caballo.**
Nuestros huéspedes viajan ligeros, llevando solo una cámara, bloqueador solar y una botella de agua. El traslado de todos los equipos tanto grupales como privados (incluyendo cosas personales), es preocupación de nuestro personal.



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

► **Se proporciona equipo para uso personal.**

Ofrecemos a disposición de nuestros huéspedes equipo personal de trekking de uso gratuito durante todo el tour:

saco de dormir,
bastones de trekking telescópicos para caminar,
funda protectora de lluvia,
linterna frontal,
estera de camping,
termo metálico,
vajilla.

► **Equipo de escolta.**

Equipo de escolta incluye guía de montaña, chef profesional que preparará deliciosos desayunos, almuerzos y cenas (cocina europea y asiática) para el grupo, personal de servicio que montará y desmontará las tiendas, pondrá la mesa, lavará los platos, empaquetará la carga y la pondrá en los caballos, hará el fuego, etc.

► **Alimentación.**

A lo largo de toda la ruta hay tres comidas calientes variadas al día, incluidas las vegetarianas. El personal incluye un cocinero, ayudantes de cocina y camareros. También se proporcionan todos los utensilios necesarios, tanto para cocinar como para el uso personal durante las comidas de nuestros huéspedes. Una de nuestras principales prioridades es asegurarnos de que las comidas sean equilibradas, sanas, necesariamente sabrosas y estéticamente servidas incluso en condiciones de acampada.

Alojamiento

Esta ruta asume el siguiente tipo de alojamiento

Ubicación	Alojamiento
Osh	Sunrise Osh 3* o similar
Trekking parte del tour	Tiendas de campaña
Bishkek	Olive Hotel 3* o similar

Hoteles.

Alojamiento en pequeños y acogedores hoteles, a menudo decorados al estilo nacional. Este tipo de alojamiento es bastante original: combina el confort moderno en cada detalle y la cultura única de la hospitalidad.

Campamento de tiendas de campaña.

Alojamiento en tiendas de campaña para 2 personas. Las carpas están diseñadas para todas las condiciones climáticas, son resistentes al viento e impermeables, y para una estadía cómoda proporcionamos esterillas y sacos de dormir. El campamento está equipado con una carpa comedor, donde se instalan mesas y cómodas sillas plegables, se entrega vajilla completa. La



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

cocción se realiza con cilindros de gas con quemadores de gas o madera (recolectada a lo largo de la ruta). El campamento de tiendas está equipado con baños de senderismo. Los medios de comunicación siempre están disponibles en la ruta.

La lista de equipamiento necesario:

Equipamiento necesario para el programa:

- 1 Botas de trekking o zapatos deportivos y / o sandalias (Teva, Keen o análogos).
- 2 Una campera tipo rompevientos tipo GORE-TEX (RedFox Vector GTX III o similar).
- 3 Traje WINDBLOK o POLARTEC (por ejemplo, el forro polar BASK Kondor V3 + pantalones BASK Vinson Pro V2)
- 4 Ropa térmica interior de tipo POLARTEC ropa interior fina - que extrae la humedad de la superficie de la piel y hacia el exterior de la tela (por ejemplo, RedFox Dry Zone)
- 5 Guantes finos Fleece, Polartec, WindBloc y guantes forrados RedFox Ice)
- 6 Gorra o sombrero + gorro.
- 7 Camisetas de punto.
- 8 Calcetines térmicos Boreal TREK Thermolite o análogos + calcetines habituales.
- 9 Mochila de 40 a 60 litros
- 10 Pomada higiénico.
- 11 Crema de sol (SPF 25-40).
- 12 Gafas de sol + gafas de repuesto.
- 13 Botiquín (personal).

Transporte.

Durante el tour, los siguientes tipos de transporte seran suministrados dependiendo del número de personas en un grupo

Gruppo	Tipo de transporte
Grupo 1-3 pax	"Mitsubishi Delica"
Grupo 4-15 pax	"Mercedes-Benz Sprinter"

COTIZACION

Precios por persona expresados en dólares estadounidenses-

Validez año 2024

Itinerario Osh – Osh



Viví tu propia experiencia; pasala bien !

KIRGUISTAN

Alojamiento	Standard tiendas	
Precio por persona	Tarifa	Impuestos
Para 1 persona	1122	151
Suplemento single	147	124

Itinerario Bishkek

Alojamiento	Standard tiendas	
Precio por persona	Tarifa	Impuestos
Para 1 persona	1417	159
Suplemento single	193	125

Adicionar 1,2% de gastos bancarios

GRACIAS POR SU INTERES