



KIRGYZSTAN, LA RUTA DE LA SEDA EN BTT

A TRAVES DE LAS MONTAÑAS CELESTIALES DEL TIEN SHAN



DEL 9 AL 19 DE JULIO DE 2020



Seguimos descubriendo el mundo a lomos de nuestras bicis. Esta vez nos vamos a realizar parte de una ruta histórica, los ancestrales caminos de la **Ruta de la Seda**. **Kirgyzstán** nos suena a lejanía, a mundos perdidos... hacia allí nos vamos. Nos espera uno de los países más espectaculares de la gran Ruta de la Seda. Un país encajonado entre algunas de las cadenas de montañas más inaccesibles y espectaculares de la Tierra: el **Pamir y el Tien Shan**, las llamadas "**Montañas Celestiales**", picos que alcanzan los siete mil metros de altura. El recorrido que hemos trazado nos va a adentrar en lagunas de las zonas más remotas del país. La región montañosa del Tien Shan ocupa el 80% del país y hace frontera con China, Tayikistán, Kazajstán y Uzbekistán. A través de extensas mesetas, bosques de increíbles y gigantes bosques de abetos, espectaculares lagos, verdes praderas donde pastan los rebaños y se desperdigán las **yurtas** donde moran los pastores nómadas durante el verano. Escalaremos impresionantes collados y "pasos" a más de tres mil metros y rodeados de espectaculares montañas que tocan el cielo. Encontraremos zonas de tundra y pequeños lagos a través del Valle Suusamy, el desfiladero de Naryn y su caudaloso río. A través del **Kurtka Pass** accederemos al espectacular lago de **Son Kul** donde descubriremos toda la belleza salvaje de las grandes montañas del **Asia Central**. Aquí, además del reto deportivo, nos encontraremos con la historia; la historia de los pueblos nómadas: **kirgyeses, kazakos, tártaros, mongoles...** que durante siglos campearon por estos vastos y grandiosos territorios. Nuestro recorrido en Btt será una nueva forma nómada de recorrer estos paisajes. Así, nos internaremos por pistas infinitas, acamparemos en lugares increíbles, podremos también alojarnos en "yurtas", la tienda nómada por excelencia, y compartir momentos increíbles con los pastores bajo un cielo increíblemente estrellado.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

Hemos tenido especial cuidado en la realización de la ruta, elaborando el rutómetro en base a encontrar zonas adecuadas de acampadas y teniendo en cuenta que nos encontramos en lugares inhóspitos. Serán 420 km repartidos en 7 etapas con kilometrajes que oscilan entre los 40 y los 80 kilómetros, en función de la dureza del terreno. En cualquier caso son etapas ciclables en su totalidad y de mínima dificultad técnica. La ruta transcurre en un gran porcentaje, por pistas de tierra y solitarias carreteras de montaña, alguna ruta casi llana y otras con desniveles acumulados entre 500 m+ y 1100 m+.



FECHAS: Del 9 al 19 de julio 2020

PROGRAMA

Día 9 de julio. Salida de MADRID

PRESENTACIÓN en el Aeropuerto de MADRID BARAJAS a la hora indicada y según vuelos reservados. Llegada a Estambul a media noche. Noche en vuelo

Día 10 de julio. Llegada a Bishnek. Tour por la ciudad.

Llegada al aeropuerto de Manas alrededor de las 10:00, asistencia y traslado (1 hora) al hotel en Bishek. Desayunaremos y descansaremos un poco. Después del almuerzo tendremos tiempo para explorar la ciudad: el colorido **Osh Bazar**, la Plaza Ala-Too con los edificios gubernamentales, estatua de **Manas**, Oak Park, **Plaza de la Victoria...**



Cena en restaurante local donde probaremos las especialidades locales: “shaslyk”, “manty”, “plov”, “lagman” y el té verde. Noche en hotel.



Día 11 de julio. La Garganta Chonkurchak y Montañas Ortosai. Bishnek.

Tras el desayuno haremos un transfer (1 hora), a la garganta de **Chon-Kurchak a 2.500 m** de altitud. Probaremos las bicicletas en una carretera de montaña con vistas panorámicas a cadenas montañosas nevadas con **picos de más de 5.000 m** y respiraremos el aire puro con aroma a enebro. Tomaremos el picnic en algún bonito lugar antes de disfrutar de un

descenso hacia el valle, pedalearemos a través de pueblos y campos hasta llegar al mirador que nos muestra las vistas completas de la ciudad y desde la que tendremos la foto perfecta con una bandera kirguisa gigante. Regreso al hotel en bicicleta, donde podremos descansar un poco antes de ir a cenar a un restaurante.

Ruta 40 km. Desnivel 550 m+ / 1.200 m-



Día 12 de julio. Bishnek – Valle Susamy – Cañón del río Kokomeren – Jany – Aldea Aryk.

Tras el desayuno dejaremos el hotel y haremos un traslado en bus (4 horas), cruzaremos el **paso de montaña de Too-Ashuu** (3.125 m). Tendremos ante nosotros el verde exuberante del valle de **Ssusamy**, hogar de los pueblos nómadas kirguisos con sus inmensas manadas de vacas, ovejas o caballos. Comenzaremos a pedalear a través de campos y más tarde

con la compañía de las rugientes aguas del río Kokomeren que fluyen a través del **cañón** y sus coloridas montañas. En la aldea de **Aral** nos recogerá nuestro transporte que nos llevará al guest house de una familia local que nos recibirá con una sabrosa comida acompañada de té con dulces caseros. Cena y alojamiento en guest house.



Ruta 80 km. 90% caminos de tierra. Desnivel 150 m+ / 900 m-



Día 13 de julio. Jany- Aldea Aryk – Paso Chilbel – Lago Son-Kul.

Nos despedimos temprano de nuestros magníficos anfitriones para encarar una subida de 20 km hasta uno de los lagos a más altitud de Kirguizstan, el lago **Son-Kul** al 3.016 m sobre el nivel del mar. Tras la dura subida al **paso Chilbel** tendremos una espectacular panorámica del lago y un emocionante descenso por las montañas y campos plagados de **edelweiss** hasta la orilla del lago. Son-Kul está rodeado de cimas nevadas y vastas estepas que usan los pastores locales como zona de pastos en verano. En nuestro camino a las yurtas encontraremos nómadas con sus vacas disfrutando de esta vida en plena naturaleza. Podremos probar “kumys” (leche fermentada), “kurt” (queso), “airan” (yogurt) o pan artesano. Tras la cena disfrutaremos de la puesta de sol y veremos cómo la Vía Láctea se enciende ante nuestros ojos. Pasaremos la noche en auténticas **yurtas** nómadas en la orilla del lago.



Ruta 65 km. Caminos de tierra. Desnivel 1.200 m+ / 450 m-



Día 14 de julio. Lago Son-Kul – Paso de los 33 Loros – Pueblo de Naryn.

Tras la placentera noche en las yurtas, desayunamos y dejamos el campamento para continuar hacia el impresionante paso de los **33 Loros**, desde arriba tendremos unas vistas magníficas del valle por el que descenderemos a través de una carretera de montaña repleta de curvas. Tras cruzar el valle ascenderemos a otro paso de montaña que mantiene la grandeza y espectacularidad de los paisajes que recorreremos, se hará complicado no parar para echar fotos. En el punto de recogida nuestro transporte nos llevará hasta Naryn (50 km). Cena en restaurante y noche en hotel.

Ruta 65 km. Caminos de tierra. Desnivel 1.100 m+ / 1.600 m-





Día 15 de julio. Naryn – Eki – Cañón Naryn - Kochkor

Desayunamos y nuestro transporte nos lleva a 40 km donde comienza la ruta. Partimos desde el **Cañón Naryn**, un lugar completamente vírgen a 2.300 m de altitud, poco frecuentado y de una belleza incomparable. Haremos un recorrido único por un camino rocoso estrecho a lo largo del profundo cañón cubierto de piceas y enebros. La salida del cañon nos lleva a un valle salpicado de yurtas y cientos de caballos y yaks en libertad. Haremos un transfer (3 horas) cruzando el paso de **Jalpak – Bel** (3.343 m) hasta el pueblo de **Kochkor** (1.800 m). Cena y alojamiento en guest house. Tendremos tiempo de visitar un pequeño museo de artesanía local en fieltro, seda y piel.

Ruta 60 km. Transfer 120 km. Caminos de tierra. Desnivel 850 m+ / 650 m-



Día 16 de julio. Kochkor – Paso Semizbell – Paso Alabash – Toguz – Bulak

Tras el desayuno y un corto transfer de 20 km, comenzaremos nuestra ruta por un sendero hacia el paso **Semiz – Bell** (2.700 m). Tras la subida nos espera un descenso por un enorme valle que baja al pueblo de **Tura-Suu**. Atravesaremos la población y tendremos otra subida al paso **Alabash** (2.400 m). Tras coronarlo llegaremos a un nuevo valle donde se encuentra el campamento de yurtas **Jaichy**, cerca del pueblo de **Toguz Bulak**. Cena en el campamento.

Ruta 70 km. 95% caminos de tierra. Desnivel 900 m+ / 900 m-

Día 17 de julio. Toguz Bulak – Kesken – Paso Bel – Playa salvaje del lago Issyk Kul – Bokonvaek

Desayunamos y partimos desde nuestro campamento cruzando el valle dirección **Ak Sai**. Aquí tomaremos la carretera hacia **Kyzyl Tuu** y pedalearemos hasta la playa salvaje de **Issyk Kul**, el segundo lago alpino más grande del mundo. Mientras recorremos su playa en bicicleta, disfrutaremos de las aguas azules, montañas arcillosas y los picos nevados en la distancia. Los que quieran podrán bañarse durante el picnic. Llegaremos al pueblo de **Bokonbaevo** donde cenaremos y nos alojaremos en un guest house.

Ruta 60 km. 90% Caminos de tierra. Desnivel 500 m+ / 500 m-



Día 18 de julio. Bokonvaev – Ruta paisajística Shatyly – Torre Burana – Bishkek

Una vez hemos desayunado haremos una corta ruta panorámica a pie. Un breve ascenso de 10 minutos nos proporcionará unas últimas vistas del lago antes de regresar. Transfer a **Tokmak** para visitar la **Torre Burana**, un antiguo minarete en el Estado Karakhanid del s. X-XII, un museo y una colección de petroglifos. Nos espera un transfer de 270 km, por lo que tendremos la comida en el camino y posterior llegada al hotel en **Bishkek**. Descansaremos un poco antes de la cena de despedida.





Día 19 de julio: Bishek, traslado al aeropuerto y vuelo de regreso

Hoy madrugaremos para el transfer al aeropuerto y tomar el vuelo de regreso.

Nota importante: los lugares por donde discurre la ruta son remotos y poco poblados. No hay luz eléctrica, no hay ciudades, sólo pequeñas aldeas o casas dispersas. Las acampadas son en entornos naturales lejos de la civilización, se hace necesario por parte de los participantes aportar una fuerte dosis de aventura y colaboración. La grandiosidad del lugar recompensará con creces. La Organización pondrá toda su experiencia y empeño en establecer el máximo confort durante el trayecto y acampadas pero convendrá no olvidar las dificultades orográficas y logísticas de donde nos encontramos. La organización se reserva el derecho a cambiar sobre el terreno la ruta si por razones logísticas u otros motivos, fuera necesario





FICHA TÉCNICA

Hemos reservado vuelos con la compañía Turkish, salida desde Madrid, escala en Estambul. Presentación a las 17:00 en la T-1 del Aeropuerto de Madrid, mostradores de Turkish Airlines, donde se repartirán los billetes, facturaremos equipajes y bicicletas.

HORARIOS PREVISTOS VUELOS DESDE MADRID

Ida con escala en Estambul, llegada a Biskhek en la madrugada del 10 de julio

TK1860 09JUL MAD IST 1820 2330

TK 344 10JUL IST FRU 0040 0850

REGRESO

Vuelta con escala en Estambul, llegada a Madrid en el mismo día.

TK 349 19JUL FRU IST 0635 0930

TK1859 19JUL IST MAD 1320 1650

IMPORTANTE: ES IMPRESCINDIBLE Y OBLIGATORIO RECONFIRMAR EN NUESTRA OFICINA, TRES DIAS ANTES DE LA SALIDA LOS HORARIOS DE SALIDA ASI COMO LUGAR Y HORA DE PRESENTACIÓN.

Documentación: Cada participante deberá llevar su pasaporte en vigor. El pasaporte deberá tener una validez mínima de tres meses. **Para estancias menores a 60 días no es necesario visado.**

PRECIO RESERVA ANTICIPADA (confirmando antes del 15 de mayo) 1.499 €
PRECIO NORMAL (desde el 15 de mayo): 1.619 €

GRUPO MINIMO: 10 personas

GRUPO MÁXIMO: 22 personas

Suplemento de grupo 10 de a 14 personas: 99 €

Tasas aéreas estimadas: 359€

Las tasas definitivas pueden variar en el momento de la emisión

BICICLETA DE ALQUILER (opcional): 120 €

INCLUYE:

- Billetes de avión Madrid o Barcelona – Bishek (ida y vuelta)
- Traslados aeropuerto - hotel - aeropuerto
- Traslados en autobús o minibús, vehículo 4x4 según programa
- Transporte de equipajes
- Alojamiento y desayuno en hoteles en habitación doble con baño o ducha en Bishek
- Alojamiento en guesthouse y yurtas (tiendas nómadas equipadas) durante el recorrido en bicicleta
- Pensión completa 9 días, (desayuno, comida y cena)
- Snacks (nueces y frutos secos)
- Agua 4 l por persona/ día
- Guía local
- Entradas a Torre Burana y museo
- Bomba de aire - inflador para el grupo
- Seguro de viaje

NO INCLUYE:

- Tasas aéreas
- Bicicleta
- Casco
- Bote de agua
- Bebidas, excepto el agua
- Gastos personales
- Propinas
- Tasa compañía aérea por transporte de bici particular

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

Cada participante está cubierto con un seguro de responsabilidad civil de la compañía ERGO.

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

EQUIPAJES: Pérdidas materiales..... 151 €

ASISTENCIA: GASTOS MEDICOS, QUIRURGICOS Y HOSPITALIZACION:

Por gastos incurridos en España, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en España..... 600 €
 Por gastos incurridos en el extranjero, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en el extranjero..... 6.000 €
 Prórroga de estancia en el hotel con 61 Euros/día, hasta un límite de.....610 €
 Desplazamiento de acompañante por hospitalización.....Ilimitado
 Estancia del acompañante desplazado con 61€/ día. Hasta un límite de 610€
 Repatriación o transporte sanitario de heridos o enfermos.....Ilimitado
 Repatriación o transporte de fallecidos.....Ilimitado
 Billete de regreso del asegurado por fallecimiento de un familiar directo.....Ilimitado
 Responsabilidad civil privada.....6000€
 Disponemos además de un seguro opcional a disposición de los clientes con coberturas más amplias. Consultar precio y condiciones.
 Entre otros riesgos cubre los gastos de cancelación de viaje, por causas de fuerza mayor. Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva.

RECOMENDAMOS A TODOS CONTRATAR UNO DE ESTOS SEGUROS POR LA AMPLITUD DE SUS COBERTURAS.

FORMA DE RESERVA Y DE PAGO

Cada participante deberá ingresar un depósito en el momento de confirmación de la plaza. El resto de pago pendiente se solicitará 20 días antes de la salida.

Para confirmar la reserva es necesario un pago de **400€** por persona en efectivo, con tarjeta o mediante transferencia a la cuenta:

Viajes Alventus S.L.
 CAIXABANK
 ES 52 2100 2143 62 0200134507
 Indicando nombre y el viaje

DISPONEMOS DE UN SEGURO OPCIONAL QUE CUBRE LOS GASTOS DE CANCELACION SI LOS HUBIERA. CONSÚLTANOS.

CLIMA

La climatología en esta época, es buena, por lo que esperamos tener días claros y despejados, pero hay mucha variación de temperaturas. En verano se pueden alcanzar los 40°C en Bishkek y en las regiones montañosas caer a los 0°C durante la noche, habrá que estar por lo tanto preparados para cambios bruscos de temperatura. Durante la jornada de bici recomendamos hidratarse bien y utilizar cremas de protección solar de alta densidad, llevando ropa adecuada a la actividad.

MECÁNICO

Dado el escaso nivel técnico existente en la zona, en esta ocasión no contaremos con apoyo mecánico. En la medida de las posibilidades, trataremos de solventar aquellos imprevistos o averías que vayan surgiendo a lo largo de la ruta. El itinerario diseñado, no tiene especial dificultad por lo que averías graves, no suelen ser habituales.

El arreglo de pinchazos, es tarea de cada participante, por lo que será conveniente que cada cual lleve en su bici un pequeño "kit" de autosuficiencia mecánica. Cada participante, si así lo estimase, podrá proveerse de piezas de repuesto de su bici, el vehículo de apoyo las podrá portear y entregar a éste cuando las necesite. Recomendamos llevar las bicicletas revisadas antes del viaje.

BICICLETAS

Las bicicletas que ofrecemos de alquiler son con cuadro rígido y horquilla de suspensión. Son bicicletas de entrada de gama, de distintas marcas y correctas para la actividad ciclista que vamos a realizar. Hay modelos 27,5" y 29" disponibles según talla del ciclista. No se incluyen pedales automáticos, pero puedes llevar los tuyos. Una bicicleta de cuadro rígido con horquilla de suspensión es suficiente para las rutas.

Si prefieres llevar tu bici, las compañías aéreas cobran un suplemento por el transporte de equipamiento deportivo, puedes consultar el coste en la web de la aerolínea y se paga directamente en el aeropuerto a la ida y a la vuelta. El precio con Turkish viene indicado en <https://www.turkishairlines.com/es-int/any-questions/sports-equipment/bicycle/index.html>

Por las características de los parajes remotos que recorreremos, **no es posible realizar las rutas con e-bike.**

Insistir en la necesidad de llevar las bicicletas revisadas antes del viaje.





RUTAS: NIVEL DE DIFICULTAD

Las rutas de este viaje están calificadas como **nivel físico moderado (2 y 3 de 5) y nivel técnico bajo (1 de 5)**. Los metros acumulados en ascenso no superan los 1.100, pero recorreremos 420 km en 7 etapas y hay que estar habituado por tanto a hacer ciclismo durante varios días seguidos. La mayor parte de las carreteras no están asfaltadas y el estado de los caminos de tierra o grava pueden variar: a veces son pedregosos, y generalmente con baches y badenes, pero en un razonable buen estado.

ALIMENTACIÓN

Para esta aventura os proporcionamos la pensión completa (sin bebidas).

Desayuno: se tendrá un desayuno fuerte y variado antes de comenzar la etapa en el alojamiento de pernocta (hotel, guest house o yurtas).

Almuerzo/ picnic: los almuerzos serán simples y nutritivos como sopa, carne, embutidos, queso, arroz, fideos, ensaladas, fruta fresca y verduras. Serviremos frutos secos con té y café entre las comidas principales. Los días de ruta se entregará una bolsa de vituallas para comer durante la ruta.

Cena: terminada la etapa y tras el aseo, una cena fuerte nos repondrá del esfuerzo. Las cenas podrán darse en los alojamientos o en restaurantes cercanos.

LOGÍSTICA/ INFRAESTRUCTURA

La organización proporcionará todo el material necesario para las acampadas, así como los equipajes de los participantes. Contamos con un microbús de 15 plazas que puede hacer de coche escoba si alguien no puede o no quiere hacer la ruta prevista. Los ciclistas sólo tendrán que llevar una pequeña mochila con lo necesario para la salida. Recomendamos no ir sobrecargados de equipaje para facilitar la labor de transporte.

ALOJAMIENTOS

Kirguistán es un destino con poca infraestructura turística, por lo que el estándar hotelero no es el que estamos acostumbrados en España. Los guest house suelen ser muy básicos, con letrinas separadas de la casa. Para las pernoctas en yurta se habilitan unas tiendas para aseos y duchas. Hay duchas en todos los alojamientos.

SALUD

Durante el trayecto no contaremos con el servicio de un médico o sanitario, por lo que se recomienda que cada participante, lleve su propio botiquín. Recordad siempre la atención necesaria en la conducción de la bicicleta y el lugar donde nos encontramos.

VACUNAS

Para el lugar por donde nos vamos a mover, no es obligatoria ninguna vacuna, tan sólo es recomendable estar vacunado contra el tétanos. Por favor consulta a tu médico.

AGUA POTABLE

Proporcionamos agua embotellada durante el tour, 4 l por persona y día serán más que suficiente, os entregamos más si fuera necesario.

ROPA Y EQUIPO A LLEVAR

Os destacamos a modo de **recomendación**, el equipo necesario:

- Chubasquero
- Prendas térmicas
- Culotes, maillot y camisetas
- Calcetines y calzado adecuado
- Zapatillas de descanso
- Mochila pequeña para llevar en bici. Recomendamos mochila hidratación
- Casco (uso obligatorio)
- Linterna o frontal
- Crema de protección solar. Factor mínimo: 30
- Gorra
- Ropa de Abrigo (Jersey de lana o forro polar)
- Tubular/ braga para el cuello, tipo Buff.
- Bolsa de aseo personal
- Toallas, ropa interior
- Toallitas húmedas higiénicas
- Guantes

- Bidón de agua. Opcional si llevas mochila de hidratación
- Documentación
- Gafas de sol
- Repelente de insectos

Antes de cada salida la organización hará entrega a cada participante de una bolsa de avituallamiento que cada persona llevará en su mochila de ruta.

Para las comidas se proveerá además a cada participante de cubiertos, plato y vaso.

Cada participante adquiere el compromiso de velar por no deteriorar el medio ambiente, arrojar basuras y respetar el entorno en el que nos movemos.

Sobre la seguridad en la conducción de tu BTT.

Sin perjuicio de las apetencias y disfrute de cada participante, la Organización apela a la responsabilidad de cada uno en el uso de la bici a fin de evitar accidentes graves. El participante deberá tener en cuenta el medio hostil donde nos movemos y lo difícil de una rápida evacuación. Rogamos se circule siempre con precaución, utilizar siempre el casco y tener presente esta advertencia en aras a un buen disfrute y seguridad personal.

Dadas las características de la ruta y del viaje, la Organización se reserva el derecho a cambiar el itinerario o programa si por alguna circunstancia o causa de fuerza mayor fuera necesario: rotura y corte de pistas, fuertes tormentas (de lluvia o arena), etc.

ORGANIZACIÓN

ALVENTUS VIAJES EMPRESA ORGANIZADORA DE KYRGYZTAN BIKE cuentan con una sólida experiencia y trayectoria, organizando rutas de aventura y eventos deportivos desde 1.984. Entre sus actividades se cuentan la organización de pruebas como: MARATÓN DEL NILO (Egipto), MARATÓN AFRICANO (Senegal), LIBIKE (Libia), SAHARA BIKE y RAID TRANS ATLAS (Marruecos), TAURUS CAPADOCIA – TURQUIA, TRANS HIMALAYA, TRANS ANDES, VIETNAM BTT y un largo etcétera.

MAS INFORMACION...

En una próxima circular se informará a los participantes inscritos sobre distintos aspectos de la Expedición, noticias, desarrollo de la ruta etc.

En nuestra página Web: www.alventus.com encontraréis más información sobre nuestros viajes y sobre nuestras EXPEDICIONES EN BTT, artículos de prensa... y el **álbum de fotos, vídeos...**

QUIENES SOMOS... puedes saber de nosotros, ver nuestras oficinas, ponerle cara a quien te atiende desde la oficina, conocer el/la Guía de tu viaje si nos visitas en www.alventus.com Puedes “pinchar” junto al menú de INICIO en “QUIENES SOMOS”



C/. Américo Vespucio 5-2 41092 SEVILLA
Tf. 95 421 00 62

www.alventus.com alventus@alventus.com

