

TREKKING

TREKKING PER LA PATAGÒNIA ASIÀTICA DEL KIRGUIZSTAN

Travessa de 13 dies per les muntanyes del
Turkestan



KIRGUIZISTAN



La Patagònia Asiàtica del Kirguizstan combina valls glacials, prats alpins i grans parets en una travessa de 13 dies. El viatge inclou guia local, vehicle 4x4, àpats, campaments i transport de l'equipatge a cavall.

Ver programa en la web

<https://b4experience.com/ca/trekking-patagonia-asiatica-en-kirguistan>

MESES RECOMENDADOS

JUNY, JULIOL, AGOST, SETEMBRE



PRECIOS

Desde 1.690€ /persona

Descuentos por grupos

Trekking

info@b4experience.com / +34 613 03 77 00





Highlights

- DIVERSITAT CULTURAL I TRADICIONS NÒMADES.
- MERAVELLES NATURALS.
- PROGRAMES DE TREKKING PERSONALITZATS.
- OPCIONS EXTRA DE VIATGE.

Grupo privado

100% personalizable

Desde (Personas)	Categoría	Disponibilidad	Nº días	Precio por pers.
4	Estándar	15/06/2026 15:00:00 - 06/09/2026 16:00:00	13	1.690€
3	Estándar	15/06/2026 15:00:00 - 06/09/2026 16:00:00	13	1.800€
2	Estándar	15/06/2026 15:00:00 - 06/09/2026 16:00:00	13	2.150€

Viaja con tus familiares o grupo de amigos.

*Confirmar disponibilidad en info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

Grupo abierto

Comparte la experiencia con otros viajeros

Fechas	Nº días	Plazas disp.	Precio por pers.
12 d'ag. 2026	13	T:8 O:0 8	1.690€

*Confirmar disponibilidad en info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

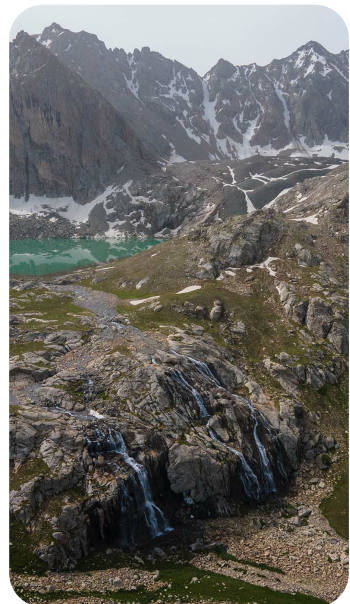
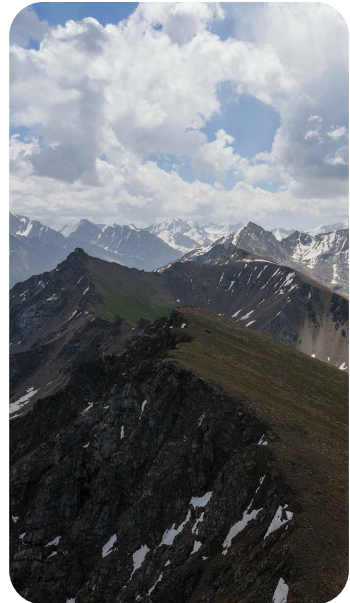
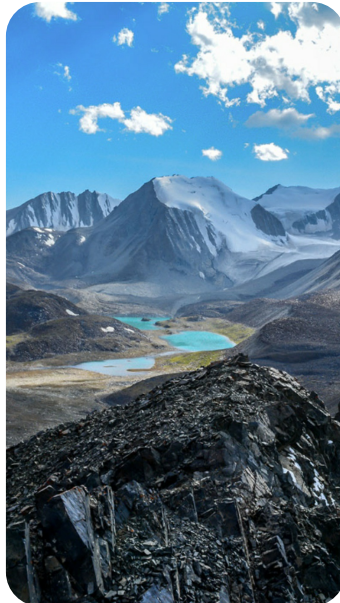


Incluye

- Trasl·lat privat des i fins a l'aeroport
- Allotjament segons el pla d'itinerari
- Vehicle privat 4x4 per a tota la ruta
- Tots els àpats segons el pla d'itinerari
- Porteo de equipaje hasta 15 kg por persona (a caballo)
- Guia local durant tot el recorregut (parla anglès)
- Permisos de zona fronteriza cuando sean necesarios
- Tiendas de campaña, menaje de cocina y gas
- Assessorament tècnic i de material

No incluye

- Bitllet d'avió d'anada i tornada a Kirguizistan (podem gestionar-ho)
- Begudes alcohòliques
- Agua potable embotellada
- Entradas a todos los edificios históricos.
- Saco de dormir y esterilla. (se puede alquilar).
- Tots els despeses de caràcter personal
- Propines (opcionales)
- Assegurança de viatge/cancel·lació: opcional però recomanable (podem gestionar-ho)
- Tot allò no descrit a la secció "INCLÒS"



Itinerario

DIA 1 : ARRIBADA / BISHKEK

Llegada a Bishkek y traslado al hotel. Tarde libre para descansar y recorrer la capital a tu ritmo antes de comenzar la ruta de montaña.

Allotjament: Hotel

Comida: NA

DIA 2 : PARC NACIONAL ALA ARCHA

Conducción desde Osh hasta el pueblo de Uzgurush (300 km / ~7 h) por el sur del valle de Ferganá. Llegada y alojamiento en casa local para el arranque del trekking al día siguiente.

Alojamiento: Homestay

Comida: desayuno + almuerzo + cena

DIA 3 : SON KUL

14 km, 6-7 h. +1.633 m / -64 m. Salida entre huertos de manzanos y albaricoques, pistachos y nogales. Cruce de río y ascenso progresivo al Buldzhuma Pass (2.894 m) con vistas al valle Ak-Tash y la cara oeste del Piramidalnyi. Descenso al campamento.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 4 : TASH RABAT

13 km, 8-9 h. +1.408 m / -1.580 m. Remonte junto al río Ak-Tash por terreno de canchal hasta el paso Dzhalgychy con grandes panorámicas (Piramidalnyi 5.509 m, Turo 4.525 m). Tras el almuerzo, segundo collado sin nombre y descenso al valle de Orto Chashma entre enebros.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 5 : ISSYK KUL

10 km, 6-7 h. +1.083 m / -1.020 m. Dos pasos en una jornada: primero Kosh Moinok por senda en bosque y fuente; después ascenso más empinado al Kara Suu Pass con vistas a picos rocosos (Kotin 4.521 m, Kreshenie Rusi 4.507 m). Descenso y cruce del río hasta el gran valle Karavshin.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 6 : KARAKOL

10,3 km, 6–7 h. +599 m / –547 m. Ruta hacia la base del Piramidalnyi, el techo de la cordillera. Tránsito bajo cumbres icónicas (Kyrkchilta, Asan, Usen, Odessa). Tramo sobre glaciar hasta los contrafuertes de la montaña y regreso al mismo campamento.

Alojamiento: 0 km, 6–7 h. +1.083 m / –1.020 m. Vuelta por los pasos Kara Suu y Kosh Moinok para dormir de nuevo en el valle de Orto Chashma, rodeados de praderas y grandes paredes al fondo del valle.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 7 : SIROTA CAMP

0 km, 6–7 h. +1.083 m / –1.020 m. Vuelta por los pasos Kara Suu y Kosh Moinok para dormir de nuevo en el valle de Orto Chashma, rodeados de praderas y grandes paredes al fondo del valle.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 8 : ALA KUL LAKE

7,5 km, 5–6 h. +875 m / –19 m. Remonte junto al río entre abedules plateados hasta el cruce con la garganta Ak-Tubek. Tras pasar una cabaña de pastores, la senda se difumina en la ladera; se avanza hasta la base del collado para montar el campamento con amplias vistas del valle.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 9 : JYRGALAN

11,6 km, 5–6 h. +779 m / –1.444 m. Ascenso directo desde el campamento al punto más alto del viaje. Panorámica de valles y cumbres glaciadas. Larga bajada por laderas de grava hacia Ak Suu, con vistas a Iskander, Petrogradez, Admiralteez, Ak-Suu y Aktubek. Campamento junto al río.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 10 : TORNADA A BISHKEK

12 km, 6–7 h. +878 m / –826 m. Jornada estrella: progresión por morrena y glaciar hasta el pie de la impresionante cara norte del Ak-Suu (casi 2 km de pared). El conjunto de picos de 5.000 m arroja el anfiteatro glaciar. Regreso al campamento del valle.

Alojamiento: Tiendas (2 pax/tienda)

Menjar: esmorzar + dinar + sopar

DIA 11 : TORNAR

16,3 km, 6–7 h. +48 m / –1.484 m. Travesía final por un verde desfiladero hasta reaparecer los pistachos y nogales cerca del pueblo. Tarde de descanso en alojamiento tradicional.

Alojamiento: Homestay

Comida: desayuno + almuerzo + cena

ALTRE PROGRAMA : 15 DIES KIRGUISTAN

Desayuno y traslado por carretera (aprox. 7 h) de vuelta a Osh.

Alojamiento: Hotel 3*

Comida: desayuno

DIA 13: TORNADA

Trasllat a l'aeroport per al vol de tornada i fi del viatge.

Política de pagament i cancel·lació

Reserva Inicial: Per assegurar la teva plaça, es requereix un pagament inicial del 30% de l'import total del viatge en el moment de fer la reserva.

Pagament Final: L'import restant, equivalent al 70% del total, s'ha d'abonar com a màxim 60 dies abans de la data de sortida.

Extres: Els costos addicionals del viatge, com assegurances, vols o altres serveis opcionals, s'han de pagar en la seva totalitat en el moment de la reserva.

Assegurança de cancel·lació: El client podrà contractar una assegurança de cancel·lació de viatge per poder obtenir el pagament de la totalitat de l'import abonat (segons les seves condicions).

L'usuari final podrà desistir del viatge contractat, tenint dret a la devolució de les quantitats abonades, excepte les penalitzacions indicades, però haurà de satisfer també a l'Agència les quantitats que s'indiquen a continuació un cop confirmat el viatge. Si aquest no es realitzés per no assolir les places mínimes necessàries, el client podrà guardar el crèdit per a futurs viatges o sol·licitar la devolució íntegra de la reserva.

Política de cancel·lació 3:

REEMBORSAMENT COMPLET FINS A 24H DESPRÉS DE LA COMPRA

- Fins a 60 dies abans del viatge devolució del 100% de l'import del viatge.
- Fins a 45 dies abans del viatge devolució del 50% de l'import del viatge.
- Per a terminis inferiors als descrits en la política de cancel·lació, no es retornarà l'import ja abonat.

*S'apliquen despeses de gestió de 250€.

*No es retornaran despeses de cancel·lació de reserves ja emeses. Si existeixen altres despeses no reemborsables ja emeses, aquestes tampoc es retornaran i es descomptaran de l'import a abonar.

*El cost de cancel·lació de vols emesos és del 100% de l'import.

Llista de material

ROBA FUNCIONAL:

- Jaqueta Softshell (a prova de vent, repel·lent a l'aigua, lleugera) per a activitats normals o Hardshell (Gore Tex impermeable) només quan es preveu mal temps intens.
- Pantalons lleugers impermeables
- Jaqueta d'abric: jaqueta d'embolcall o preferiblement primaloft (ja que poden suportar l'aigua)
- Polar lleuger
- Pantalons tèrmics i samarreta per dormir a l'alberg
- Pantalons curts i samarretes tècniques (assecat ràpid)
- Banyadors
- Roba interior (es recomana que no sigui de cotó)

CAP:

- Gorra lleugera per córrer
- Barret de llana
- Polaina per coll
- Ulleres de sol

MANS:

- Guants fins de polar
- Bastons de trekking

PEUS:

- Mitjons (recomanats que no siguin de cotó)
- Sabates de trail running o botes de trekking
- Sandàlies de trekking amb tira al taló (opcional)

MOCHILLES:

- Motxilla còmoda
- Funda de motxilla per a la pluja
- Bossa de lona

MATERIAL D'ALBERG:

- Sac de dormir o funda sac
- Taps per a les orelles

ACCESSORIS:

- Llanterna frontal i bateria o bateries de recanvi
- Crema solar, cacao de llavis i after sun

MENJAR/BEURE:

- Sistema d'hidratació mínim 1l (Camelbag, cantimplora o ampolla flexible)
- Termo (opcional)

- Snacks, fruits secs, gels, hidratació i suficients barres energètiques, barres proteiques, barreja de fruits secs, pastilles de magnesi i suplementes de recuperació

EQUIP DE VIATGE:

- Roba informal
- Passaport, Visa, diners en efectiu, documentació de l'assegurança, cartilla de vacunació
- Tovallola de microfibra
- Farmaciola de primers auxilis i medicació
- Manta tèrmica
- Mòbil i rellotge amb track de la ruta
- Powerbank, càmera, cables de càrrega, auriculars, pal selfie...

FAQs

Quina és la millor època per fer aquest trekking?

El període òptim és l'estiu, de juliol a principis de setembre. És quan els passos alts queden lliures de neu, la meteorologia s'estabilitza i els dies llargs permeten millors jornades. Tot i així, la muntanya genera el seu propi clima: pot ploure o nevar en altura. En aquestes dates les vistes dels cims glaçats són excepcionals.

Quina dificultat té i quina condició física es requereix?

És un trekking de nivell Moderat-Exigent: 105 km totals, passos de fins a 4.303 m i desnivell acumulat aprox. +4.435 m / -4.827 m. Els camins alternen tarteres, prades i pendents sostingudes. Recomanem arribar amb bona base aeròbica i experiència prèvia en travesses de diversos dies i altura per gaudir de cada etapa.

Quines altituds assolirem cada dia?

Es camina entre 1.400 i 4.303 m. Exemples de pernoctació: Ak-Tash 2.900 m; Orto Chashma 2.800 m; Karavshin 2.800 m; campament base Ak-Tubek 3.680 m; Ak Suu 2.800 m. La progressió i les nits intermèdies ajuden a aclimatar-se, però és clau hidratar-se, anar a ritme i comunicar qualsevol símptoma al guia.

Com són els allotjaments?

Dues nits en homestay a Uzgurush (habitacions compartides 3-5 persones) i vuit nits en campament amb tendes. Les nits a Osh són en un hotel 3*. La senzillesa forma part de l'experiència: es prioritzen ubicacions naturals i el contacte amb les comunitats de la vall.

Quin tipus d'allotjament s'utilitza?

Una combinació autèntica d'hotels locals, guesthouses i campaments de iurtes, a més de 2 nits en tenda durant l'Ala Kul. Habitacions i iurtes compartides; els lavabos sovint són exteriors en zones rurals.

Quins àpats hi són inclosos? Hi ha opcions vegetarianes/veganes?

Inclou tots els àpats segons l'itinerari (esmorzar, pícnic i sopar en ruta; mitges pensions en homestay). El cuiner/guia prepara plats senzills i energètics; hi ha snacks durant el dia. És possible adaptar els menús a vegetarians/vegans i al·lèrgies avisant amb antelació.

L'aigua potable hi és inclosa? Hi haurà accés a aigua neta?

El preu no inclou l'aigua embotellada. En ruta hi ha fonts i cursos de muntanya; per seguretat es recomana potabilitzar amb pastilles/gotes o bullir-la al campament a la nit. Mantenir-se ben hidratat és clau per al rendiment i la prevenció del mal d'altura.

És obligatori contractar una assegurança de rescat?

No és obligatori seguir aquest programa, però es recomana encaridament viatjar amb una assegurança que cobreixi l'evacuació en helicòpter i l'assistència mèdica. La regió és remota: en cas d'incidència s'evacua a cavall i després en vehicle fins a l'hospital; una assegurança adequada agilitza el procés i cobreix les despeses.

Cal permís especial per a aquesta zona?

Sí. Part del Turkestan es troba en una zona fronterera restringida amb controls. És obligatori portar el permís imprès durant el trekking. El permís està inclòs en el paquet; les sol·licituds d'última hora poden tenir recàrrec. Porta sempre el passaport a sobre.

Com arribar al punt de sortida i quin és l'aeroport més proper?

La ciutat base és Osh (sud del Kirguistan). Des de Biskek es pot volar (45–60 min) o viatjar per carretera/bus (14–16 h via Toktogul). També hi ha vols directes internacionals a Osh des d'Istanbul o Dubai. D'Osh a Uzgurush hi ha unes 6 h per carretera, amb diversos enclavaments uzbeks pel camí.

El trekking és guiat o autoguat?

És un trek guiat amb guia de trekking de parla anglesa. A més del guia, la logística inclou cavalls i cavaller per transportar fins a 15 kg per persona, i cuiner a partir de 4 participants. Això permet caminar lleugers i centrar-se en el gaudi i la seguretat del grup.

Quin equip personal és imprescindible?

Botes sòlides, capes tèrmiques, jaqueta impermeable, pantaló tècnic i sobrepantaló, gorro/guants, ulleres i crema solar, sac de dormir de fred i màfega, bastons, frontal, ampolla i potabilitzador. És recomanable una jaqueta de ploma/fibra i bosses estanques. Consulta la llista de material d'aquesta fitxa.

Com es transporta l'equipatge i quin pes màxim puc portar?

L'equipatge de travessa es transporta a cavall (o amb ases). El límit inclòs és de 15 kg per persona. Porta una motxilla de dia lleugera amb aigua, capes, càmera i objectes de valor. S'utilitzen bosses específiques adaptades a la càrrega animal; evita maletes rígides.

Quin clima cal esperar i quina roba portar?

A cotes baixes a l'estiu pot fer 25–30 °C, però en guanyar altitud el fred i el vent són habituals. La meteorologia de muntanya és canviant, amb possibilitat de pluja o fins i tot neu en alçada. Vesteix per capes i porta sempre impermeable, abric i guants a la motxilla.

Hi ha risc de mal d'altura i com prevenir-lo?

Sí, s'arriben a superar els 4.300 m. Prevenció: hidrata't de manera constant, camina a un ritme adequat, menja lleuger i evita l'alcohol. Dorm bé i comunica qualsevol símptoma (mal de cap, nàusees, fatiga extrema). L'itinerari progressa de forma gradual, però la resposta individual varia.

Es pot llogar material (bastons o sac)?

A destinació és possible llogar alguns elements (p. ex., bastons, sac). Tot i així, recomanem portar el teu propi equip provat per assegurar l'ajust, el confort tèrmic i evitar sorpreses. Si necessites lloguer, indica-ho en reservar per confirmar la disponibilitat.

Què passa si el temps obliga a canviar el pla?

La seguretat mana. El guia pot adaptar horaris, passos o la ubicació dels campaments segons la meteo, l'estat del terreny o del grup. El recorregut ofereix valls i alternatives per ajustar distàncies i mantenir l'experiència sense comprometre la seguretat.

Quina moneda cal portar i on comprar aigua o snacks?

En ruta no hi ha botigues; la logística proporciona àpats i snacks bàsics. Abans de sortir d'Osh pots comprar aigua embotellada i els teus tentempiés preferits. Porta efectiu local per a propines i despeses personals puntuals; durant el trekking no hi ha caixers ni comerços.

S'admeten dietes vegetarianes o veganes?

Sí. Avisa'ns amb antelació i adaptem els menús en iurtes, guesthouses i pícnic per respectar les teves preferències o al·lèrgies.



Contacto

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

[Ver programa en la web](#)

Trekking

info@b4experience.com / +34 613 03 77 00

