

ESCURSIONISMO

TREKKING NELLA PATAGONIA ASIATICA IN KIRGHIZISTAN

Avventura nelle Montagne del Turkestan da
Osh.



KIRGHIZISTAN



Trek impegnativo di 13 giorni attraverso le Montagne del Turkestan (Pamir-Alay), nel sud del Kirghizistan. 105 km tra valli glaciali e praterie alpine, con passi fino a 4.303 m, grandi panorami su picchi di 5.000 m e esperienza nomade. Da luglio a settembre. Inizio/fine a Osh.

View program on the web

<https://b4experience.com/trekking-in-asian-patagonia-in-kyrgyzstan>

RECOMMENDED MONTHS

JUNE, JULY, AUGUST, SEPTEMBER



PRICES

From 1.690€ /person

Group discounts





Highlights

- ATTRAVERSAMENTO DEI PASSI DI MONTAGNA.
- VEDUTE SU PIRAMIDALNYI, AK-SUU E ISKANDER
- CAMPO IN VALLI ALPINE E BOSCHI DI GINEPRI
- LOGISTICA CON CAVALLI E SUPPORTO LOCALE COMUNITARIO

Private group

100% customizable

From (People)	Category	Availability	Days	Price per pers.
4	Standard	15/06/2026 15:00:00 - 06/09/2026 16:00:00	13	1.690€
3	Standard	15/06/2026 15:00:00 - 06/09/2026 16:00:00	13	1.800€
2	Standard	15/06/2026 15:00:00 - 06/09/2026 16:00:00	13	2.150€

Travel with your family or group of friends.

*Confirm availability at info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

Open group

Share the experience with other travelers

Dates	Nº days	Avail. spots	Price per pers.
12 ago 2026	13	T:8 O:0 8	1.690€

*Check availability at info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

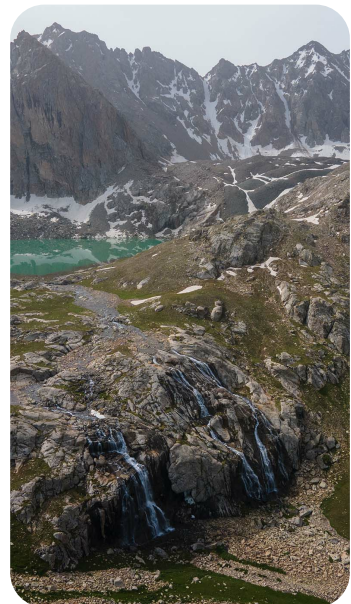
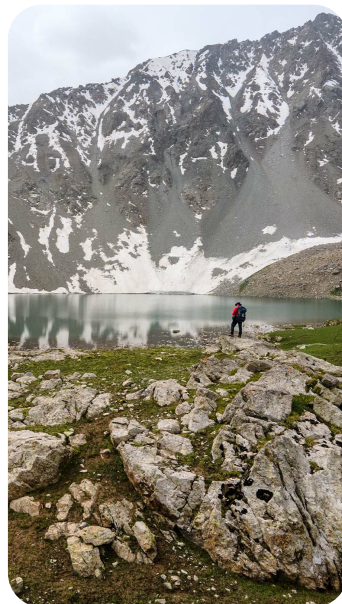
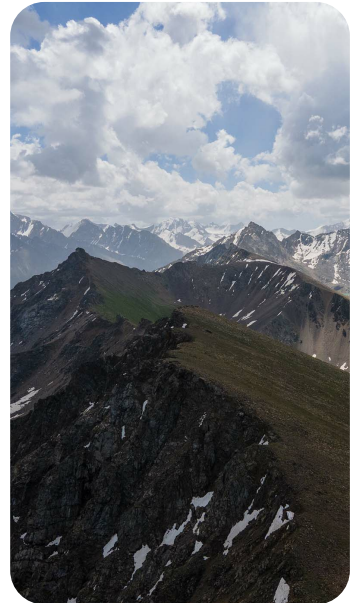
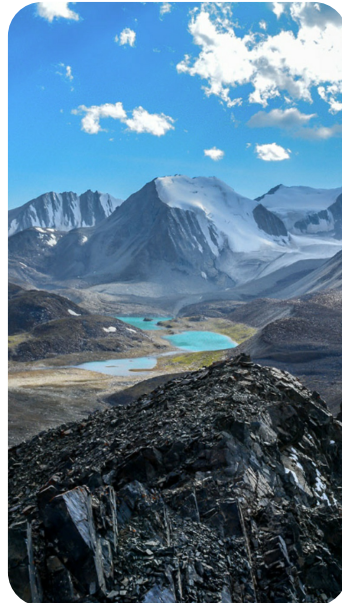


Includes

- Trasferimento privato da e per l'aeroporto
- Alloggio secondo il piano dell'itinerario
- Veicolo privato 4x4 per tutto il percorso
- Tutti i pasti secondo il piano dell'itinerario
- Trasporto bagagli fino a 15 kg a persona (a cavallo)
- Guida locale per tutto il percorso (parla inglese)
- Permessi per aree di frontiera quando necessari
- Tende da campo, stoviglie da cucina e gas
- Assistenza tecnica e materiale

Not included

- Biglietto aereo andata e ritorno per il Kirghizistan (possiamo occuparcene noi).
- Bevande alcoliche.
- Acqua potabile in bottiglia
- Ingressi a tutti gli edifici storici.
- Sacco a pelo e materassino. (noleggiabili).
- Tutte le spese di carattere personale.
- Manutenzioni (opzionali).
- Assicurazione viaggio/cancellazione: opzionale, ma consigliabile (possiamo occuparcene noi).
- Tutto ciò che non è descritto nella sezione "INCLUSO"



Itinerary

GIORNO 1: ARRIVO A OSH

Arrivo a Osh e trasferimento in hotel. Pomeriggio libero per riposare e visitare la capitale con i tuoi tempi prima di iniziare il percorso di montagna.

Alloggio: Hotel 3*

Pasti: NA

GIORNO 2: TRASFERIMENTO A UZGURUSH (BATKEN), INIZIO DEL TREK

Guida da Osh al villaggio di Uzgurush (300 km / ~7 h) attraverso la parte sud della valle di Fergana. Arrivo e alloggio in casa locale per iniziare il trekking il giorno successivo.

Alloggio: Homestay

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 3: UZGURUSH - CAMPO AK-TASH (2.900 M)

14 km, 6-7 h. +1.633 m / -64 m. Partenza tra frutteti di meli e albicocchi, pistacchi e noci. Attraversamento del fiume e salita progressiva al Buldzhuma Pass (2.894 m) con vista sulla valle di Ak-Tash e sulla parete ovest del Piramidalnyi. Discesa al campo.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 4: PASSO DZHALGYCHY (3.774 M) - ORTO CHASHMA (2.800-3.100 M)

13 km, 8-9 h. +1.408 m / -1.580 m. Risalita lungo il fiume Ak-Tash su terreno ghiaioso fino al passo Dzhalgychy con grandi panorami (Piramidalnyi 5.509 m, Turo 4.525 m). Dopo pranzo, secondo valico senza nome e discesa nella valle di Orto Chashma tra ginepri.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 5: KOSH MOINOK (3.260 M) E KARA SUU (3.790 M) - KARAVSHIN (2.800 M)

10 km, 6-7 h. +1.083 m / -1.020 m. Due passi in una giornata: prima Kosh Moinok su sentiero nel bosco e fonte; poi salita più ripida al Kara Suu Pass con vista su picchi rocciosi (Kotin 4.521 m, Kreshenie Rusi 4.507 m). Discesa e attraversamento del fiume fino alla grande valle di Karavshin.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 6: ANDATA E RITORNO AL PIEDE DEL PIRAMIDALNYI (5.509 M)

10,3 km, 6-7 h. +599 m / -547 m. Percorso verso la base del Piramidalnyi, la vetta della catena. Passaggio sotto cime iconiche (Kyrkchilta, Asan, Usen, Odessa). Tratto su ghiacciaio fino ai contrafforti della montagna e ritorno allo stesso campo.

Alloggio: 0 km, 6-7 h. +1.083 m / -1.020 m. Ritorno dai passi Kara Suu e Kosh Moinok per dormire nuovamente nella valle di Orto Chashma, circondati da praterie e grandi pareti in fondo alla valle.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 7: RITORNO A ORTO CHASHMA (2.800 M)

0 km, 6-7 h. +1.083 m / -1.020 m. Ritorno dai passi Kara Suu e Kosh Moinok per dormire nuovamente nella valle di Orto Chashma, circondati da praterie e grandi pareti in fondo alla valle.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 8: ORTO CHASHMA - PIEDI DEL AK-TUBEK PASS

7,5 km, 5-6 h. +875 m / -19 m. Salita lungo il fiume tra betulle argentate fino all'incrocio con la gola di Ak-Tubek. Dopo aver superato una capanna di pastori, il sentiero si perde sul pendio; si avanza fino alla base del valico per montare il campo con ampia vista sulla valle.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 9: AK-TUBEK PASS (4.303 M) - VALLE DI AK SUU (2.800 M)

11,6 km, 5-6 h. +779 m / -1.444 m. Salita diretta dal campo al punto più alto del viaggio. Panoramica su valli e cime glaciali. Lunga discesa su pendii ghiaiosi verso Ak Suu, con vista su Iskander, Petrogradez, Admiralteez, Ak-Suu e Aktubek. Campo vicino al fiume.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 10: ANDATA E RITORNO ALLA BASE DELL'AK-SUU (5.355 M)

12 km, 6-7 h. +878 m / -826 m. Giornata principale: progressione su moraine e ghiacciaio fino al piede della impressionante parete nord dell'Ak-Suu (quasi 2 km di parete). L'insieme dei picchi di 5.000 m circonda l'anfiteatro glaciale. Ritorno al campo nella valle.

Alloggio: Tende (2 persone per tenda)

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 11: AK-SUU - UZGURUSH LUNGO IL FIUME AK-MECHET

16,3 km, 6-7 h. +48 m / -1.484 m. Traversia finale attraverso una verde gola fino a riapparire pistacchi e noci vicino al villaggio. Pomeriggio di riposo in alloggio tradizionale.

Alloggio: Homestay

Pasti: colazione + pranzo + cena

GIORNO 12: RITORNO A OSH

Colazione e trasferimento in auto (circa 7 h) di ritorno a Osh.

Alloggio: Hotel 3*

Pasti: colazione

GIORNO 13: RITORNO

Trasferimento in aeroporto per il volo di ritorno e fine del viaggio.

Politica di pagamento e cancellazione

Deposito Iniziale: Per assicurare il tuo posto, è richiesto un pagamento iniziale del 30% dell'importo totale del viaggio al momento della prenotazione.

Pagamento Finale: Il saldo restante, pari al 70% del totale, deve essere pagato entro e non oltre 60 giorni prima della data di partenza.

Extra: I costi aggiuntivi del viaggio, come assicurazioni, voli o altri servizi opzionali, devono essere pagati interamente al momento della prenotazione.

Assicurazione di cancellazione: Il cliente può stipulare un'assicurazione di cancellazione del viaggio per ottenere il rimborso integrale dell'importo pagato (secondo le condizioni della polizza).

L'utente finale può recedere dal viaggio prenotato, avendo diritto alla restituzione delle somme pagate, salvo le penali indicate, ma dovrà inoltre corrispondere all'Agenzia le somme indicate di seguito una volta confermato il viaggio. Se il viaggio non venisse effettuato per non raggiungimento del numero minimo di partecipanti, il cliente potrà conservare il credito per viaggi futuri o richiedere il rimborso integrale della prenotazione.

Politica di cancellazione 3:

RIMBORSO COMPLETO FINO A 24 ORE DOPO L'ACQUISTO

- Fino a 60 giorni prima del viaggio, rimborso del 100% del costo del viaggio.
- Fino a 45 giorni prima del viaggio, rimborso del 50% del costo del viaggio.
- Per termini inferiori a quelli descritti nella politica di cancellazione, non sarà rimborsato l'importo già pagato.

*Si applicano spese di gestione di 250€.

*Non saranno rimborsate le spese di cancellazione di prenotazioni già emesse. Se esistono altre spese non rimborsabili già emesse, anche queste non saranno rimborsate e saranno detratte dall'importo da pagare.

*Il costo di cancellazione dei voli emessi è del 100% dell'importo.

Off Trail S.L. agisce in questo viaggio combinato in qualità di dettagliante/commercializzatore. Nelle partenze programmate aperte, l'effettuazione del viaggio richiede un minimo di 4 persone iscritte confermate, informando il viaggiatore tramite il portale cliente quando viene raggiunto tale minimo per poter confermare la partenza. Nel caso non venga raggiunto il numero minimo indicato, l'organizzatore potrà cancellare il viaggio e comunicarlo al viaggiatore entro il termine legale applicabile fino a 20 giorni naturali prima della partenza. Nelle partenze private o viaggi su misura, il programma si intenderà confermato dalla accettazione della prenotazione, essendo un viaggio progettato specificamente per il numero di persone indicato nel contratto e con prezzo adeguato a tale configurazione. In caso di cancellazione per mancato raggiungimento del minimo richiesto, il viaggiatore avrà diritto al rimborso integrale delle somme versate, senza compensazioni aggiuntive.

Lista del materiale**ABBIGLIAMENTO FUNZIONALE:**

- Giacca Softshell (antivento, idrorepellente, leggera) per attività normali o Hardshell (Gore Tex impermeabile) solo quando è previsto tempo molto brutto.
- Pantaloni leggeri impermeabili
- Giacca calda: giacca piumino o preferibilmente primaloft (poiché possono resistere all'acqua)
- Pile leggero
- Pantaloni termici e maglietta per dormire nel rifugio
- Pantaloncini e magliette tecniche (asciugatura rapida)
- Costumi da bagno
- Biancheria intima (si consiglia che non sia di cotone)

TESTA:

- Cappellino leggero per correre
- Berretto di lana
- Scaldacollo
- Occhiali da sole

MANI:

- Guanti sottili in pile
- Bastoni da trekking

PIEDI:

- Calzini (consigliati non di cotone)
- Scarpe da trail running o scarponi da trekking
- Sandali da trekking con cinturino al tallone (opzionale)

ZAINI:

- Zaino confortevole
- Copertura per zaino impermeabile
- Borsa di tela

MATERIALI PER IL RIFUGIO:

- Sacco a pelo o fodera sacco
- Tappi per le orecchie

ACCESSORI:

- Torcia frontale e batteria o batterie di riserva
- Crema solare, burrocacao e doposole

DA MANGIARE/BERE:

- Sistema di idratazione minimo 1l (Camelbag, borraccia o bottiglia flessibile)
- Thermos (opzionale)

- Snack, frutta secca, gel, idratazione e sufficienti barrette energetiche, barrette proteiche, mix di frutta secca, pastiglie di magnesio e integratori per il recupero

ATTREZZATURA DI VIAGGIO:

- Abbigliamento informale
- Passaporto, Visa, denaro contante, documentazione assicurativa, scheda vaccinazioni
- Asciugamano in microfibra
- Kit di primo soccorso e medicinali
- Coperta termica
- Cellulare e orologio con tracciamento percorso
- Powerbank, fotocamera, cavi di ricarica, cuffie, selfie stick...

FAQs

Qual è il periodo migliore per questo trekking?

Il periodo ottimale è l'estate, da luglio all'inizio di settembre. È quando i passi alti sono liberi dalla neve, il meteo si stabilizza e le giornate lunghe permettono giornate migliori. Tuttavia, la montagna genera il proprio clima: può piovere o nevicare ad alta quota. In queste date le viste dei picchi ghiacciati sono eccezionali.

Qual è la difficoltà e quale condizione fisica è richiesta?

È un trek di livello Moderato-Impegnativo: 105 km totali, passi fino a 4.303 m e dislivello accumulato circa +4.435 m / -4.827 m. I sentieri alternano ghiaioni, praterie e pendenze sostenute. Consigliamo di arrivare con una buona base aerobica e esperienza precedente in traversate di più giorni e altitudine per godere ogni tappa.

Quali altitudini si raggiungono ogni giorno?

Si cammina tra 1.400 e 4.303 m. Esempi di pernottamento: Ak-Tash 2.900 m; Orto Chashma 2.800 m; Karavshin 2.800 m; campo base Ak-Tubek 3.680 m; Ak Suu 2.800 m. La progressione e le notti intermedie aiutano ad acclimatarsi, ma è fondamentale idratarsi, seguire un ritmo e comunicare qualsiasi sintomo alla guida.

Come sono gli alloggi?

Due notti in homestay a Uzgurush (camere condivise 3-5 persone) e otto notti in campo in tende. Le notti a Osh sono in un hotel 3*. La semplicità fa parte dell'esperienza: si privilegiano location naturali e il contatto con le comunità della valle.

Che tipo di alloggio viene utilizzato?

Una combinazione autentica di hotel locali, guesthouse e campi di yurte, oltre a 2 notti in tenda durante l'Ala Kul. Camere e yurte condivise; servizi spesso esterni nelle zone rurali.

Quali pasti sono inclusi? Ci sono opzioni vegetariane/vegane?

Include tutti i pasti secondo l'itinerario (colazione, picnic e cena in percorso; mezza pensione in homestay). Il cuoco/guida prepara piatti semplici ed energetici; ci sono snack durante il giorno. È possibile adattare i menù a vegetariani/vegani e allergie avvisando in anticipo.

L'acqua potabile è inclusa? Ci sarà accesso ad acqua pulita?

Il prezzo non include acqua in bottiglia. In percorso ci sono sorgenti e corsi montani; per sicurezza si consiglia di potabilizzare con pastiglie/gocce o bollire al campo la notte. Mantenersi ben idratati è fondamentale per la prestazione e la prevenzione del mal di altura.

È obbligatorio stipulare un'assicurazione di soccorso?

Non è obbligatorio per il programma, ma si consiglia vivamente di viaggiare con un'assicurazione che copra l'evacuazione in elicottero e l'assistenza medica. La regione è remota: in caso di incidente si evacua a cavallo e poi con veicolo fino all'ospedale; un'assicurazione adeguata accelera e copre i costi.

È necessario un permesso speciale per questa zona?

Sì. Parte del Turkestan si trova in una zona di confine ristretta con controlli. È obbligatorio portare il permesso stampato durante il trekking. Il permesso è incluso nel pacchetto; le richieste dell'ultimo minuto possono avere costi aggiuntivi. Porta sempre con te il passaporto.

Come raggiungere il punto di partenza e qual è l'aeroporto più vicino?

La città base è Osh (sud del Kirghizistan). Da Biskek si può volare (45-60 min) o viaggiare in auto/autobus (14-16 h via Toktogul). Ci sono anche voli internazionali diretti per Osh da Istanbul o Dubai. Da Osh a Uzguruh ci sono circa 6 h in auto, con diversi enclavi uzbeki lungo la strada.

Il trekking è guidato o autoguidato?

È un trek guidato con guida di trekking di lingua inglese. Oltre alla guida, la logistica incorpora cavalli e cavalieri per trasportare fino a 15 kg a persona, e cuoco a partire da 4 partecipanti. Questo permette di camminare leggeri e concentrarsi sul godimento e la sicurezza del gruppo.

Qual è l'equipaggiamento personale indispensabile?

Scarponi solidi, strati termici, giacca impermeabile, pantaloni tecnici e sovrappantaloni, berretto/guanti, occhiali e crema solare, sacco a pelo per il freddo e materassino, bastoni, frontale, bottiglia e potabilizzazione. Consigliata giacca piumino/fibra e sacche stagno. Consulta la lista del materiale di questa scheda.

Come si trasporta l'attrezzatura e qual è il peso massimo consentito?

L'equipaggiamento da traversata viene trasportato a cavallo (o asini). Il limite incluso è 15 kg a persona. Porta uno zaino da giorno leggero con acqua, strati, macchina fotografica e oggetti di valore. Si usano borse specifiche adatte al carico animale; evita valigie rigide.

Che clima aspettarsi e che abbigliamento portare?

A quote basse in estate può fare 25-30 °C, ma con l'aumento di quota freddo e vento sono abituali. Il meteo montano è variabile, con possibilità di pioggia o anche neve in quota. Vesti a strati e porta sempre impermeabile, cappotto e guanti nello zaino.

C'è rischio di mal di montagna e come prevenirlo?

Sì, si raggiungono più di 4.300 m. Prevenzione: idratati costantemente, cammina a ritmo, mangia leggero ed evita l'alcol. Dormi bene e segnala qualsiasi sintomo (mal di testa, nausea, stanchezza estrema). L'itinerario progredisce gradualmente, ma la risposta individuale varia.

Si può noleggiare attrezzatura (bastoni o sacco)?

In loco è possibile noleggiare alcuni elementi (es. bastoni, sacco). Tuttavia, consigliamo di portare la tua attrezzatura collaudata per assicurare la vestibilità, il comfort termico ed evitare sorprese. Se hai bisogno del noleggio, segnalalo al momento della prenotazione per verificare la disponibilità.

Cosa succede se il tempo costringe a cambiare il piano?

La sicurezza viene prima di tutto. La guida può adattare orari, passi o la posizione dei campi in base al meteo, allo stato del terreno o del gruppo. Il percorso offre valli e alternative per aggiustare le distanze e mantenere l'esperienza senza compromettere la sicurezza.

Quale valuta portare e dove comprare acqua o snack?

In percorso non ci sono negozi; la logistica fornisce pasti e snack base. Prima di lasciare Osh puoi comprare acqua in bottiglia e i tuoi snack preferiti. Porta contanti locali per mance e spese personali occasionali; durante il trek non ci sono bancomat né negozi.

Sono accettate diete vegetariane o vegane?

Sì. Avisaci in anticipo e adatteremo i menù in yurtte, guesthouse e picnic per rispettare le tue preferenze o allergie.



Contact

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

View program on the web

Escursionismo

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

