



Ouzbékistan

Saveurs de l'Ouzbékistan

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide.

Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

Valable pour les départs du 07/07/2026 au 06/10/2026 inclus

Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 26

Rythme : **4/5** Traditions : **4/5** Histoire & culture : **5/5**



Partez sur les traces de Tamerlan et laissez-vous séduire par un Ouzbékistan haut en couleurs, entre monuments légendaires et plaisirs gourmands. Samarcande, Boukhara et Khiva dévoilent leurs merveilles tandis que vous goûtez aux incontournables de la cuisine locale : plov parfumé, samsas croustillants, mantys cuits à la vapeur, pains au tandir et thé aux épices. Un voyage complet, riche en saveurs et en découvertes, au cœur des plus belles cités de la Route de la Soie.

Les **INCONTOURNABLES** Nouvelles Frontières

- Visite de Samarcande, Boukhara et Khiva, 3 cités chargées d'histoire inscrites au patrimoine mondial de l'Unesco
- Plusieurs ateliers de cuisine
- Préparation du "samsa ouzbek" (samosa) à Tashkent
- Préparation des "mantys" (gros raviolis) à Samarkand
- Préparation du "plov", plat national ouzbek à Boukhara
- Préparation du pain ouzbek à Khiva
- Repas chez l'habitant et dans un ancien caravansérail.
- Visite d'un atelier artisanal de fabrication de papier de soie.
- Dégustation de vins ouzbeks (en option).



Jour 1 : France – Tachkent

Envol à destination de Tachkent.

Nuit à bord.



Jour 2 : Tachkent (Atelier de cuisine : le Samsa) (40 km / environ 1h30)

Accueil à l'aéroport par votre guide et transfert à l'hôtel pour le petit-déjeuner. **Découverte de Tachkent, la capitale de l'Ouzbékistan** : le complexe Khast Imam comprenant le mausolée de Kaffal Chachi et la médersa Barakhan; La médersa Koukeldache (extérieur). Visite du marché Chorsu ou Eski-Juva, c'est un bazar traditionnel situé au cœur de la capitale de l'Ouzbékistan. Il s'agit du plus vieux marché de la ville de Tachkent. Visite du secteur gastronomique où on peut déguster des plats locaux.

Déjeuner – **Atelier préparation du Samsa ouzbek**, fier de peuple ouzbek. Savoureux, parfumé, chaud, cuisiné avec amour, le Samsa (feuilleté croustillant) occupe une place particulière sur la table ouzbek.

Visite du musée des Arts appliqués, l'ancien palais du diplomate Polovtsev, transformé en musée. Tour panoramique de la capitale : la place de l'Indépendance, la place Amir Temour, le théâtre d'opéra et de ballet Alicher Navoi. Visite du métro «Art Deco», le premier d'Asie centrale; chacune de ses stations fut décorée par les plus grands artistes du pays, selon un thème précis.

Installation à l'hôtel à partir de 14h.

Dîner en ville et nuit dans un hôtel 3*.



Jour 3 : Tachkent – Samarcande (320 km / environ 2h16)

Transfert à la gare et départ en train rapide (2h15) pour **Samarcande**. À l'arrivée, découverte de la capitale de l'empire de Tamerlan. Samarcande, dont le nom évoque le lointain et invite au voyage artistes et rêveurs, a su conserver ses coupoles vernissées, ses murs aux couleurs vives et ses mausolées qui sont autant de joyaux de l'architecture d'Asie centrale.

Début des visites dans l'ancienne capitale de Tamerlan: la place du Régistan, la plus belle place d'Asie centrale, entourée de trois médersas imposantes, Ulugh Beg (15^e siècle), Sher Dor et Tillya Kori (17^e siècle).

Déjeuner en cours de visites dans la cour de l'ancien caravansérail (selon la météo).

Promenade au bazar avec **dégustation de fruits secs ouzbeks**, puis visite de la mosquée Bibi Khanym et de la nécropole de Chakhi-Zinda composée de plus de 11 mausolées datant des 11^e et 19^e siècles.

Installation pour 3 nuits dans un hôtel 3*. Dîner et nuit à l'hôtel.

En option et en supplément : dégustation de vins ouzbeks (à partir de 28 \$US par personne, à réserver sur place).

Jour 4 : Samarcande – Mironkul (démonstration du "non" pain ouznek) – Samarcande (90 km / environ)

Dans la matinée, route vers le village de Mironkoul. Journée consacrée à un séjour dans la campagne autour de SAMARCANDE.

Rencontre avec une famille ouzbèke autour d'une bonne tasse de thé. Promenade dans le village.

Démonstration de la préparation du pain ouzbek "non" au village suivi d'un pique-nique de brochettes avec de la bière dans une aire aménagée.

Retour à Samarcande.

Dîner dans un restaurant en ville et nuit à l'hôtel.





Jour 5 : Samarcande (atelier de cuisine : les "mantys")

Poursuite des visites: découverte du mausolée Gour Emir (15^e siècle) abritant les tombeaux de Tamerlan et de ses descendants, du musée Afrosiab et de sa vue panoramique sur le site archéologique, visite de l'atelier familial de papier fabriqué à base d'écorces de mûrier selon les anciennes technologies, où vous pourrez voir des articles d'artisanat et rencontrer des artisans, et de l'Observatoire construit au 15^e siècle par Oulougbeg, l'un des plus grands astronomes de son temps.

Déjeuner en cours de visites.

Dîner chez l'habitant, vous participerez à la préparation et à la dégustation des «mantys» une spécialité régionale qui se présente sous forme de gros raviolis cuits à la vapeur et fourrés à la viande et aux légumes.

Nuit à l'hôtel.



Jour 6 : Samarcande – Guijdouvan – Boukhara (300 km / environ 5h)

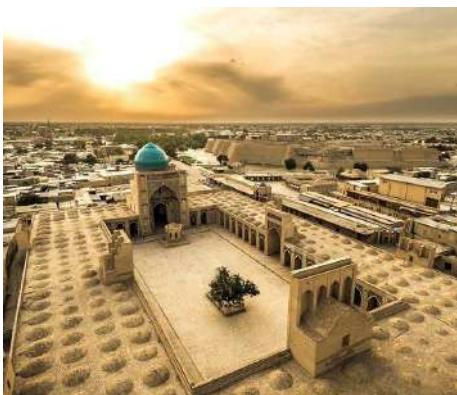
Départ matinal pour Boukhara, deuxième ville-musée d'Ouzbékistan qui fut la capitale régionale de la fin du 16^e siècle jusqu'en 1917. Arrêt à Guijdouvan pour visiter l'atelier d'un maître – céramiste.

Déjeuner chez le céramiste.

Suite de route vers Boukhara. En cours de route, arrêt pour visiter le palais d'été des émirs de Boukhara – Sitora-i-Mokhi Khossa.

Arrivée à Boukhara. Installation pour 3 nuits à l'hôtel. Premières visites dans la vieille ville avec votre guide.

Dîner et nuit à l'hôtel.



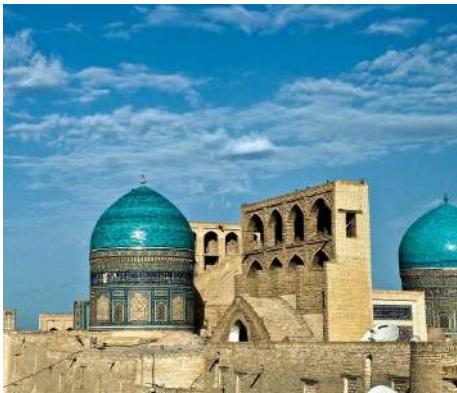
Jour 7 : Boukhara

À **Boukhara**, découverte de l'ensemble Liabi-Khauz, ou "rive du bassin", de la médersa Koukeldach (1568-1569), puis de la médersa Nadir Divanbegi, le caravansérail pour les derviches-pèlerins. Visite panoramique de la mosquée Maghoki Attari (12^e et 16^e siècles). Visite d'un atelier de marionnettes. Poursuite des visites (extérieures) avec la médersa d'Oulougbeg (15^e siècle) et la médersa d'Abdoulaziz Khan (17^e siècle), dont l'architecture et la décoration furent réalisées par les meilleurs maîtres artisans de l'époque. **Pause pour une dégustation de thé aux épices** (cardamome, anis étoilé, clou de girofle, cannelle, origan) dans un salon de thé de la ville.

Déjeuner au restaurant.

Découverte de l'ensemble Poi Kalon datant des 12^e et 15^e siècles, ainsi que de la forteresse Ark (citadelle), résidence fortifiée des émirs de Boukhara.

Dîner dans un restaurant et nuit à l'hôtel.



Jour 8 : Boukhara (atelier de cuisine : le Plov)

Poursuite des visites à **Boukhara** : le mausolée des Samanides (9^e siècle), surnommé "la Perle de l'Orient", plus ancien mausolée musulman d'Asie centrale, puis l'ensemble Bolo Haouz et le mausolée de Tchachma Ayoub, la "source de Job", datant des 14^e et 16^e siècles. Une source, réputée pour ses vertus curatives, y est censée guérir les maladies de peau. Vous terminerez la découverte avec les quatre minarets de Tchor Minor.

En cours de visite, **vous apprendrez à préparer le "plov", plat national ouzbek**, que vous dégusterez avec une famille dans une maison boukhariote.

Après-midi libre au marché de la ville.

Soirée de danses et de chants folkloriques avec dîner dans une ancienne médersa (en fonction des conditions climatiques). Nuit à l'hôtel.



Jour 9 : Boukhara – Khiva (450 km / environ 7h30)

Le matin, traversée du **désert de Kyzyl-Koum**, tout en longeant les rives de l'Amou Daria, pour aller à **Khiva, dernière capitale du Khorezm**. Elle offre l'apparence d'une ville en parfait état, telle qu'elle était entre le 18^e et le début du 20^e siècle, avec 2 200 m de murailles intactes qui forment Kounia Ark, "la vieille citadelle", et délimitent la ville intérieure.

Déjeuner en cours de route.
Dîner et nuit dans un hôtel 3*.



Jour 10 : Khiva (atelier de cuisine : pain local) – Ourgentch – Tachkent (30 km / environ 45 min)

Visites de l'Itchan-Kala, la ville intérieure, et de ses maisons aux rares détails ornementaux, de Kounya Ark, la "vieille forteresse" (17^e et 19^e siècles), de la médersa du khan Mohammed Amin (19^e siècle), la plus grande de Khiva, et du mausolée de Sayid Alaoudine, l'un des plus anciens monuments de Khiva érigé en 1303. Puis, découvrez la mosquée avec son minaret Djouma, la principale de Khiva, construite au 18^e siècle.

Durant les visites : **Atelier : préparation du pain local** suivi de la dégustation de pain préparé avec du thé et de la confiture.

Déjeuner
Visite du palais Tach Khaouli, "le palais en pierre" datant du 19^e siècle, de la résidence des khans de Khiva (1838) et du mausolée Pakhlavan Mahmoud (19^e siècle).
Dîner d'adieu accompagné de danses khorezmiennes Lyazgui dans une médersa.
Transfert à l'aéroport d'Ourgentch et vol vers Tachkent en soirée.
Nuit dans un hôtel à Tachkent.



Jour 11 : Tachkent – France

Transfert vers l'aéroport de Tachkent en fonction des horaires de votre vol et vol pour la France.

Arrivée en France.

INFORMATIONS PARTICULIÈRES

Pension

Le circuit inclut la pension complète du petit-déjeuner du jour 2 au petit déjeuner du jour 11 (selon les horaires des vols arrivée et retour). Ce sont autant de repas pendant lesquels vous aurez l'occasion de découvrir la cuisine locale, qui présente beaucoup de similitudes avec la cuisine turque ou ouïghoure : soupes, brochettes, grillades... (Attention aux viandes, souvent très grasses). Le plat national est le plov ou riz pilaf, agrémenté de toutes sortes de manières et d'ingrédients (là encore, les plats sont généralement très gras mais super goûteux). La version "saveurs" de ce circuit vous permettra de participer à plusieurs ateliers de cuisine tout au long du parcours et vous pourrez déguster les spécialités locales comme le plov mais aussi le samsa ouzbek (ou samossa), les mantys (gros raviolis cuits à la vapeur) et le pain ouzbek. Il est à noter que certains établissements ne servent pas d'alcool. De plus, vous devrez absolument prohiber l'eau du robinet, même pour le brossage des dents.

Remarque

Bien que le rythme des visites ait été étudié au mieux pour allier découverte et confort, les aléas liés aux transports peuvent rendre certaines étapes très longues. Le nombre de kilomètres et le temps de trajet sont donnés à titre indicatif. En raison d'événements spéciaux (conditions météorologiques, état des routes et situations imprévisibles), certaines étapes pourront être modifiées.

Encadrement/ accompagnement

La personne qui vous accompagne saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays et partager son goût du voyage. Cet accompagnateur local francophone sera votre interlocuteur privilégié et favorisera les diverses rencontres que vous ferez tout au long du voyage.

Port des bagages

Vos bagages (un par personne) seront acheminés à chaque étape dans les hôtels. Vous ne portez que votre sac à dos pour la journée, contenant vos effets personnels (appareil photo, protection solaire, etc.).

Transport

Le circuit est effectué à bord d'un véhicule climatisé (bus, minibus ou voiture, selon le nombre de passagers), et d'un train à grande vitesse en classe économique.

Le réseau routier est en constante amélioration mais les routes demeurent, sur l'ensemble du pays, en mauvais état et d'une qualité inégale, notamment par manque d'entretien. De plus, les routes sont souvent encombrées (riz qui sèche, poules ou autres animaux domestiques, bicyclettes, piétons, etc.). Certaines distances sont importantes et la vitesse est limitée pour les véhicules transportant des passagers. Certains transferts peuvent donc s'avérer assez longs et fatigants, même si le spectacle est parfois sur la route !

Les accès aux sites visités et aux transports terrestres peuvent être difficiles. Nous recommandons aux participants d'être prudents, même en l'absence de signalisation spécifique.

HEBERGEMENT

Les hôtels de ce circuit ont été sélectionnés pour leur qualité. Attention, sur certaines étapes le groupe pourra être logé dans des hôtels différents (du fait de la petite capacité hôtelière).

Nuits en hôtels : les chambres sont composées de deux lits séparés ou d'un grand lit. La chambre triple est une chambre double avec un lit d'appoint.

Voici les noms des hôtels prévus pour ce circuit. Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires de même catégorie (normes locales):

TACHKENT : Hôtel Milan 3* (jour 2 et jour 10)

SAMARCANDE (3 nuits) : Hôtel Orient Star 3*

BOUKHARA (3 nuits) : Orient Star Varaxcha 3*

KHIVA (1 nuit): Medersa Orient Star 3*

La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage environ 15 jours avant le départ .



NOUVELLES
FRONTIERES



NOUVEAU

Voyagez avec l'essentiel.

Billets d'avion, carnet de voyage, itinéraire détaillé...

Retrouvez tout votre voyage sur l'appli **Nouvelles Frontières**

Téléchargez
l'appli





Ouzbékistan

FORMALITÉS & SANTÉ

Décalage horaire : +3h en été

Temps de vol : 8h00 sans escale.

10h00 avec escale

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

- Passeport valide 3 mois après la date de retour.
- Pour un séjour inférieur à 30 jours, le visa n'est pas exigé.
- Pour tout séjour supérieur à 72 heures, il convient de se faire enregistrer auprès de l'OVIR (le Département des visas et de l'enregistrement). L'enregistrement est effectué soit par l'invitant (pour les visas privés et visas d'affaires), soit, lors d'un séjour dans un hôtel, par l'administration de l'établissement.
- Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent présenter une autorisation de sortie de territoire signée par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.
- ATTENTION : vous devrez déclarer en douane les médicaments avec lesquels vous voyagez et présenter l'original de leur ordonnance.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

Le climat

Le climat en Ouzbékistan est très nettement continental : les hivers y sont très froids et les étés très chauds. Les meilleures périodes pour découvrir le pays sont donc les mois d'avril-mai ou de septembre-octobre, lorsque les températures sont encore clémentes.

Juillet est le mois le plus chaud de l'année, avec des températures dépassant facilement les 30 °C. Janvier et février sont les mois les plus froids, avec une température moyenne autour de 5 °C.

Langue

L'ouzbek est la langue officielle du pays. La langue étrangère la plus parlée est bien sûr le russe, que presque tous les Ouzbeks comprennent. La maîtrise de l'anglais et du français est limitée au personnel des hôtels et aux guides.

Photos

En général, les Ouzbeks aiment être photographiés. Il convient cependant de demander leur approbation, et notamment celle des personnes âgées, avant de prendre un cliché. Notez également qu'il peut être déplacé de photographier les lieux religieux, tels que l'intérieur d'une mosquée ou un cimetière. Enfin, la plupart des sites exigent des taxes pour les photos et vidéos prises en leur sein par un appareil photo (les smartphones ne sont pas concernés). Celles-ci doivent être payées en espèces, en soums ouzbeks, directement sur place. Leur montant total approximatif est de 15 à 20 € par personne, en fonction du nombre de monuments visités.

Monnaie

En Ouzbékistan, l'unité monétaire locale est le "soum", ou "som" (UZS), qui a remplacé le rouble en 1993.

Il est recommandé d'emporter avec vous des espèces en petites coupures de 5 à 50 € (ou en \$US), avec des billets en bon état (ni déchirés, ni écornés). Cette monnaie ne sera utilisée que pour effectuer de petits achats dans les bazars ou les boutiques. Vous pourrez régler vos achats en soums, ou bien directement en euros ou en dollars.

Il est possible d'obtenir du change dans la plupart des hôtels du pays et aux aéroports (le taux de change est le même partout). Pour connaître le taux de change en vigueur lors de votre voyage, vous pouvez consulter le site : www.xe.com.

L'usage des cartes bancaires (VISA, MasterCard) est possible dans les grands hôtels et restaurants.

Les distributeurs sont rares (mais présents dans certaines grandes villes) et le montant de retrait est limité.

Il est possible de retirer aussi de l'argent en espèces à la banque nationale mais cela demande un déplacement individuel et de l'attente.

Très souvent les restaurants ont une couverture wifi pour accéder à internet et acceptent les cartes visa, avec un très léger supplément pour ce service.

Budget

Vous devrez régler, sur place, une taxe touristique de 45 \$US par personne (circuit "Sur la Route de la Soie"), 42 \$US par personne (circuit "Grand Voyage en terre d'Asie Centrale") ou 46 \$US par personne (circuit "Découverte de l'Ouzbékistan"). Ces tarifs, donnés à titre indicatif, sont susceptibles d'évoluer.

Pour vous donner une idée du budget à prévoir, sachez qu'une bouteille d'eau minérale de 0,5l coûte en moyenne 0,50 €, une bière de 0,5l aux environs de 3 €, une cannette de soda entre 1 et 2 € et un paquet de cigarettes entre 2,5 et 3,5 €.

Les pourboires, employés en signe de remerciement et d'appréciation, ne sont pas obligatoires mais sont toujours les bienvenus. Le personnel ouzbek auquel vous aurez affaire dans les hôtels et restaurants, ou lors de vos visites et sorties, espère une légère gratification. Il est d'usage de laisser un pourboire aux guide, accompagnateur et chauffeur (prévoir environ 5 € par jour et par personne).

Voltage

220 volts. Les prises sont identiques à celles que l'on trouve en France. Vous n'aurez donc pas besoin d'adaptateur.

Téléphoner vers et depuis l'Ouzbékistan

Pour téléphoner vers l'Ouzbékistan: 00 998...

Pour téléphoner d'Ouzbékistan en France : 00 33 + numéro de téléphone sans le 0.

A noter qu'il est possible d'acheter une carte SIM à l'aéroport. Entre 7 et 8 euro pour 28 GB.

BOUCLER SA VALISE

Bagage

Prévoyez, de préférence, un sac souple n'excédant pas 20 kg et un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

Chaussures

Quelle soit la saison, n'oubliez pas de vous munir de chaussures confortables et adaptées à la marche.

Vêtements

Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics.

Emportez des vêtements confortables mais évitez les tenues trop légères, et pensez à prendre une veste et un pull, les écarts de température entre le jour et la nuit pouvant être très importants lors de vos nuits en yourte. Pour les promenades à dos de chameau, privilégiez un fuseau ou un pantalon large.

Enfin, gardez à l'esprit que l'Ouzbékistan est un pays musulman mais laïque : on peut y porter des shorts. Cependant, on doit se vêtir d'un pantalon et d'une chemise ou d'un t-shirt à manches longues pour pénétrer dans les lieux de culte. Les femmes doivent se couvrir les épaules.

Matériel

- lunettes de soleil
- crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier)
- casquette ou chapeau, et foulard
- affaires de toilettes personnelles
- petite pharmacie utile : vos médicaments habituels, de la vitamine C, de la Biafine, du paracétamol, un antidiarrhéique (de type Imodium), des antalgiques, un antiseptique intestinal, des antibiotiques à large spectre, un collyre pour les yeux, une protection contre les insectes, un traitement pour les maux de gorge, des pansements et des lingettes antibactériennes humidifiées ou un gel hydroalcoolique (indispensables).

POUR EN SAVOIR PLUS

La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté, aussi certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est notamment nécessaire d'être ponctuel aux rendez-vous donnés par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent en effet remettre en cause l'organisation des visites prévues et pénaliser injustement le reste des participants.

Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages dans les meilleures conditions. Ainsi, l'eau est un bien précieux dans de nombreux pays, désertiques ou non : ne la souillez pas ! Pour ce faire, prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables. Les animaux que vous pouvez rencontrer dans la nature y sont chez eux : ne les dérangez pas et faites-vous discrets. Enfin, certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. En bref : ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discréption et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont différemment perçues selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez et de créer avec elles des liens privilégiés. Là encore, les conseils de votre guide seront précieux ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. À titre d'exemple, il convient de demander sa permission à toute personne que vous souhaitez prendre en photo. Établir un contact préalable est le meilleur moyen qu'elle réponde favorablement. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout-va. Cela peut en effet inciter les enfants à mendier. Afin d'éviter ce genre de dérive, mieux vaut s'en remettre aux structures locales compétentes. Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté, etc.) et à éviter les comportements exubérants.

Recommandations

- Comme dans tout voyage, évitez d'emporter avec vous des objets de valeur. Si vous voyagez avec des chèques de voyage, pensez à noter leurs numéros préalablement et séparément. Il est également conseillé d'assurer votre matériel vidéo et photo.
- Emportez une photocopie de vos papiers d'identité ou téléchargez-les sur une plateforme de type Google Drive pour pouvoir y accéder depuis n'importe quel ordinateur.
- Ne laissez jamais vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus ou un restaurant. Chaque fois que cela est possible, placez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nouvelles Frontières et notre prestataire ne sauraient être tenus pour responsables des conséquences de tels vols ou pertes.