NOUVELLES FRONTIERES

Kazakhstan, Kirghizistan, Ouzbékistan

Grand voyage en terre d'Asie centrale

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 09/05/2024 au 05/09/2024 inclus

10h00 avec escale **+4h en été (Kirghizistan - Kazakhstan), +3h en été (Ouzbékistan)**

Nombre de participants : Minimum : 6 / Maximum : 16

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

VOTRE VOYAGE

Revivez les grandes caravanes de la route de la Soie et traversez les montagnes du Kirghizistan, puis les plaines du Kazakhstan, pour rejoindre les zones désertiques de l'Ouzbékistan. Au carrefour des civilisations, ces trois pays d'Asie centrale conquis par Alexandre le Grand puis Gengis Khan offrent un florilège de cultures, de religions, de traditions et de paysages.

Les *INCONTOURNABLES* Nouvelles Frontières

- Trois pays chargés d'histoire, riches en lieux incontournables de la route de la Soie
- Les plus anciennes cités d'Asie Centrale, aux mille coupoles, mausolées et médersas
- Les ruelles de Khiva, ville musée à ciel ouvert et classée au patrimoine de l'UNESCO
- Le canyon de Djety Oguz, avec sa roche rouge, culminant à 2 000^{m} d'altitude

Jour 1 : France – Bichkek

Envol pour Bichkek.
Repas et nuit à bord.

Jour 2 : Bichkek

Arrivée à Bichkek le matin. Accueil à l'aéroport et transfert au centre-ville pour le petit-déjeuner. Découverte de la capitale kirghize avec la visite du parc Panfilov (à la mémoire du Général-Major Yvan Panfilov, commandant d'une division qui a détourné l'avancée des chars allemands et marqué un tournant dans la Seconde Guerre mondiale), du musée de Frunze (à la mémoire du fondateur de la capitale), du parc Dubovy (ou parc des Chênes), de la galerie d'art en plein air et de la place Ala-Too.
Déjeuner.
Après manger, visite du marché d'Och.
Installation à l'hôtel Garden 4* ou similaire.
Dîner.
Nuit à l'hôtel.

Jour 3 : Bichkek – Chon-Kemin (190 km / environ 3h30)

Route pour le Parc National de Chong-Kemin. La journée débute par la visite de l'ancienne cité de Balasagun, capitale sogdienne construite au 11e siècle, et de son minaret.
Arrivée à la maison d'hôtes et apéritif dans le jardin, suivi d'un déjeuner traditionnel en terrasse.
Ensuite, randonnée dans les montagnes d'environ 6 km aller-retour, où vous aurez une vue panoramique sur la vallée. Retour au village, puis promenade à travers le village. Temps libre avant le dîner.
Dîner au restaurant de la maison d'hôtes. Soirée autour du feu avec manatchi. Nuit à la maison d'hôtes Kemin ou similaire.

Jour 4 : Chon-Kemin – Cholpon Ata (180 km / environ 5h)

Après le petit déjeuner, route vers Issyk-Koul. Visite du musée à ciel ouvert des Pétroglyphes et du musée des civilisations nomades.
Déjeuner à Cholpon Ata.
Enregistrement à la pension Ak-Bermet pour se baigner dans les sources chaudes. Installation à la pension Meridian ou similaire. Temps libre jusqu'au dîner.
Dîner et nuit à la pension.

Jour 5 : Cholpon Ata – Village Tepke (210 km / environ 5h)

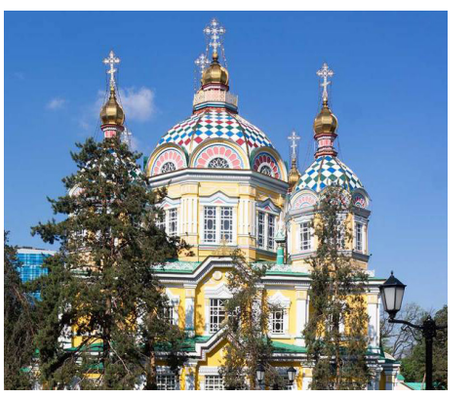
Départ par la rive nord d'Issyk-Koul. En cours de route, visite des gorges de Grigorievskoe et de Semenovskoe.
Arrivée au village Tepke et déjeuner traditionnel en terrasse.
Après le repas, visite de la ferme avec un membre de la famille.
Dîner et nuit à la Guesthouse Reina Kench ou similaire.

Jour 6 : Tepke – Djety Oguz – Karakol (70 km / environ 2h)

Après le petit déjeuner, départ pour la ville coloniale russe de Karakol. Visite du musée de Pristagne-Prevalsk, du marché local, de la cathédrale orthodoxe ou encore de la mosquée doungane, dont le style déroutant peut rappeler celui d'un temple bouddhiste. Départ pour le Canyon de Djety Oguz (2200 m) et ses magnifiques paysages entourés de sommets enneigés. "Djety Oguz" signifie les Sept Taureaux, qui sont les rochers rouges entourant son sanatorium ouvert en 1965, théâtre de la première rencontre entre Boris Eltsine et Askar Akaev, premier président de la Kirghizie après la chute de l'Union soviétique. Balade dans le vallon fleuri de "Koek Jaiyk", où se trouvent, entre autres, une maison de vacances du cosmonaute Youri Gagarine, une pépinière et des chutes d'eau.
Pique-nique à l'ombre des sapins (ou dans une yourte).
Dans la soirée, départ vers le village Dungan de Yrdyk, visite du musée de ce petit peuple et observation d'une masterclass sur la cuisine Dungan.
Dîner. Retour en ville et nuit à l'hôtel Green Yard ou similaire.
En option: show de chasse avec l'aigle royal à Djety Oguz – 125 $US par groupe.

Jour 7 : Karakol – Canyon de Charyn – Almaty (400 km / environ 6h)

Après le petit déjeuner, route vers la frontière kirghize-kazakhe : Kegen. Passage de la frontière puis route vers le canyon de Charyn, connu pour sa ressemblance avec le Grand Canyon d'Arizona. C'est une zone naturelle pittoresque qui impressionne par ses paysages surnaturels. La profondeur du canyon est de 200 m, tandis que la hauteur des montagnes escarpées du canyon atteint 150 à 300 m. Le canyon lui-même est un monument naturel composé de roches sédimentaires, dont l'âge atteint 12 millions d'années. Nous nous promenons dans le lieu-dit "la Vallée des Châteaux", parmi des dépôts rocheux rappelant les formes d'un donjon. La vallée des châteaux fait plus de 2 km de long et sa largeur varie de 20 à 80 m. Vous rejoindrez ensuite la rivière Tcharyn (1h de marche).
Déjeuner sous forme de pique-nique.
Après manger, route pour l'ancienne capitale du Kazakhstan, Almaty.
Dîner dans un restaurant et nuit à l'hôtel Kazzhol Park ou similaire.



Jour 8 : Almaty – Tachkent

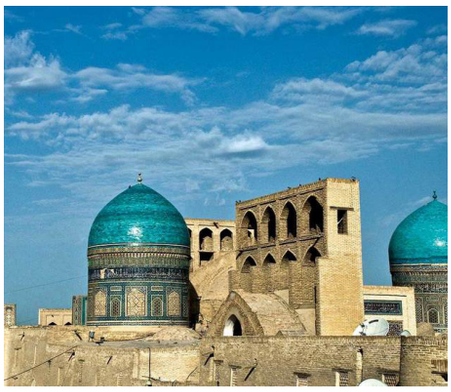
Matinée dédiée à la visite d'Almaty. Découverte de l'histoire de son émergence et de son développement, ainsi que de ses principales attractions : le Musée central de la République du Kazakhstan, la place de la République, le monument de l'Indépendance, le théâtre de l'opéra et du ballet d'Abay, le Bazaar (Zelenyi) ou encore le parc des 28 gardes de Panfilov.
Trajet en métro pour se déplacer.
Déjeuner en centre-ville.
Transfert pour l'aéroport.
Dîner près de l'aéroport. Envol pour l'Ouzbékistan. À l'arrivée à Tachkent, transfert et installation pour 2 nuits à l'hôtel Inspira S 4* ou similaire.

Jour 9 : Tachkent

Découverte de la capitale ouzbèque avec la place de l'Indépendance, la place d'Amir Timour et l'opéra. Visite du musée des Arts appliqués et de la vieille ville incluant l'ensemble Khast-Imam, la Madrasa Barakhan, magnifique monument du 16e siècle et siège du grand mufti d'Asie centrale, ou encore la mosquée Tellia Cheikh, principale mosquée de la ville avec sa belle bibliothèque, et le mausolée de Kaffal Ach Chachi datant du 16e siècle.
Déjeuner et dîner en ville.
Nuit à l'hôtel.

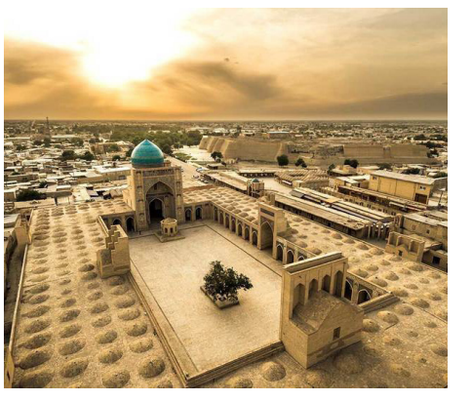
Jour 10 : Tachkent – Ourguentch – Khiva (30 km / environ 45 min)

Transfert à l'aéroport et envol pour Ourguentch. Accueil et transfert pour Khiva. Visite de Khiva, dernière capitale du Khorezm, et ville-musée avec 2 200 m de murailles intactes qui forment Kounia Ark, "la vielle citadelle". Visite des médersas, mosquées et palais des khans de Khiva dans la ville intérieure "Ichan Kala", entourée de remparts.
Déjeuner de spécialités de la région dans un restaurant local.
Installation à l'hôtel Orient Star Khiva 3* ou similaire.
Dîner dans un restaurant typique. Nuit à l'hôtel.



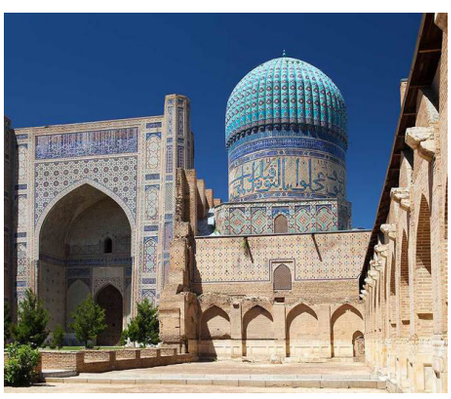
Jour 11 : Khiva – Boukhara (450 km / environ 7h)

Départ pour Boukhara par le désert de Kyzil-Koum.
Déjeuner en cours de route.
Installation à l'hôtel Lyabi House 3* ou similaire pour 2 nuits. Promenade dans la vieille ville avec l'ensemble Lyabi-Khauz des 16e et 17e siècles et la mosquée Magoki Attari. Puis balade sous les coupoles marchandes du 16e siècle regroupant des agents de change, des chapeliers et des joailliers.
Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 12 : Boukhara (300 km / environ 4h30)

Journée dédiée à la visite de Boukhara. Visite extérieure de la médersa d'Ulugh Beg et d'Abdul Aziz Khan (17e siècle). Découverte du magnifique ensemble architectural Poikalian (12e au 16e siècle) qui comprend la mosquée "Masdjidi Kalian", la médersa "Miri Arab" et le plus haut minaret de son temps en Orient.
Déjeuner en centre-ville.
Puis, visite du mausolée d'Ismail Samani du 10e siècle, du mausolée Tchachma Ayoub, "la source de Job", dont la construction originale date du 12e siècle, et de la citadelle Ark.
Dîner en centre-ville. Nuit à l'hôtel.



Jour 13 : Boukhara – Samarcande (300 km / environ 4h30)

Départ pour Samarcande. Visite d'un atelier de céramistes à Guijdouvan.
Déjeuner à Samarcande.
Visite de cette cité de légendes dont l'histoire remonte à plus de 25 siècles : le Gour-Emir, le tombeau dynastique des Timourides et la mosquée de Samarcande avec sa superbe coupole côtelée bleue turquoise.
Installation pour 2 nuits à l'hôtel Orient Star 3* ou similaire. Dîner à l'hôtel.

Jour 14 : Samarcande (450 km / environ 7h)

Journée dédiée à la découverte des trésors de Samarkand : la majestueuse place du Reghistan, la mosquée de Bibi Khanoum, le bazar central, la nécropole de Chah-i-Zinda.
Déjeuner dans un ancien caravansérail.
Visite de l'atelier de papier fabriqué à base d'écorce de mûrier. Dégustation de vins ouzbeks.
Dîner en centre-ville. Nuit à l'hôtel.

Jour 15 : Samarcande – Tachkent (320 km / environ 2h10)

Matinée de visite à Samarkand : les fouilles et le musée d'Afrosiab, la cité antique occupée par Alexandre le Grand et les vestiges du célèbre observatoire d'Ulugh Beg édifié par le petit-fils de Tamerlan, féru d'astronomie.
Déjeuner.
Temps libre pour profiter de Samarcande. Transfert à la gare pour prendre le train à grande vitesse à destination de Tachkent.
Dîner. Nuit à l'hôtel Inspira S 4* ou similaire.

Jour 16 : Tachkent – France

Transfert à l'aéroport et envol pour la France.

INFORMATIONS PARTICULIÈRES

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'évènements spéciaux (conditions météorologiques, état des routes, situations imprévisibles), certaines étapes pourront être modifiées.

Encadrement/ accompagnement
La personne qui vous accompagne dans chaque pays partagera avec vous son goût du voyage. Accompagnateur local francophone, il sera votre interlocuteur privilégié, favorisera les diverses rencontres que vous ferez tout le long du voyage et saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays.
Le guide accompagnateur changera dans chaque pays, de manière à être au plus près de chaque culture.

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

Le transport
Le circuit est effectué à bord d'un bus, d'un minibus ou d'une voiture climatisés selon le nombre de passagers et les pays. Vous changerez en effet de véhicule et de chauffeur à chaque frontière.
Train à grande vitesse en classe économique entre Samarcande et Tachkent.
2 vols intérieurs durant le circuit : Jour 8 : Almaty (Kazakhstan) / Tachkent (Ouzbékistan), et jour 10 : Tachkent – Ourguentch (Ouzbékistan).
Le réseau routier est en constante amélioration mais les routes demeurent, sur l'ensemble de ces pays, en mauvais état et de qualité inégale, notamment par manque d'entretien. Les routes sont souvent encombrées (riz qui sèche, poules ou autres animaux domestiques, bicyclettes, piétons...). 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, mais le spectacle est souvent sur la route !
L'hébergement
Hôtels 3* à 4* (normes locales) sélectionnés pour leur qualité. Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires dans certains endroits. La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ.
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.

La pension
La pension complète du déjeuner du jour 2 au dîner du jour 15 (soit 13 petits déjeuners, 14 déjeuners et 14 dîners), pendant lesquels vous aurez l'occasion de découvrir la cuisine locale de chaque pays : soupes ou brochettes, grillades (attention, les viandes sont généralement très grasses)... Le plat national en Ouzbékistan est le plov ou riz pilaf, agrémenté de toutes sortes de manières et d'ingrédients (là encore, plat plutôt gras mais très goûteux).
La plupart des repas sont pris dans des restaurants. Il est à noter que certains d'entre eux ne servent pas d'alcool.
Vous devez absolument prohiber l'eau du robinet, même pour le brossage des dents.

Kazakhstan

FORMALITÉS & SANTÉ

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 les entrées par voie aérienne.
• 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.
• Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

• 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. Au Kazakhstan, les enfants peuvent voyager seuls ou accompagnés d'un adulte responsable. L'accompagnateur d'un mineur, s'il n'est pas l'un de ses parents ou un tuteur légal de l'enfant, doit être muni d'une autorisation notariée de la part des deux parents avec l'indication du nom de la personne, des dates de voyage, de l'itinéraire et du but du voyage.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :
• Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
• Anti-moustique recommandé.

FORMALITÉS COVID

Depuis le 08 juin 2022, le Kazakhstan a levé l'ensemble des restrictions de voyage liées au Covid-19.

*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 Kazakhstan vous offre la visite de son ancienne capitale, Almaty.

Le climat

Le climat dans cette région d'Asie centrale est très nettement continental : les hivers y sont très froids et les étés très chauds. Nos circuits sont programmés pendant la meilleure période pour découvrir le pays, de mai à septembre, lorsque les températures sont encore clémentes. Juillet est le mois le plus chaud de l'année, avec des températures dépassant facilement les 30 °C. Les mois les plus froids sont ceux de janvier et de février.

Privilégiez des vêtements confortables et prévoyez des vêtements chauds, indispensables pour la traversée des régions montagneuses. N'oubliez pas non plus de vous munir de chaussures confortables et adaptées à la marche.

Enfin, gardez à l'esprit que le Kazakhstan est un pays laïc mais à forte majorité musulman. On peut y porter des shorts mais on veillera à porter des chemises ou des t-shirts à manches longues à l'intérieur des lieux de culte.

Monnaie

La monnaie du Kazakhstan est le tengue (KZT), qui a a remplacé le rouble en 1993.

Il est recommandé d'emporter des espèces en petites coupures de 5 à 20 € (ou $US), avec des billets en bon état qui ne soient ni déchirés ni écornés. Cette monnaie sera utilisée pour les petits achats dans les bazars et les boutiques. Vous pouvez régler vos achats en monnaie locale, mais aussi directement en euros ou en dollars.

On peut faire son change dans presque tous les hôtels et aux aéroports (le taux de change est le même partout dans chaque pays).

Pour connaître le taux de change actuel, vous pouvez consulter le site : www.xe.com.

Budget

Au Kazakhstan, des taxes touristiques de 7 $US (tarif donné à titre indicatif) s'appliquent. Elles sont à régler sur place.

Les pourboires, employés en signe de remerciement, ne sont pas obligatoires mais sont toujours appréciés. Il est d'usage de laisser un pourboire aux guide, accompagnateur et chauffeur. Prévoyez environ 5 € par jour et par personne.

Photos

En général, les populations locales aiment être photographiées. Vous veillerez néanmoins à demander l'autorisation des habitants concernés, et notamment des personnes âgées. En outre, il peut être déplacé de photographier des lieux religieux, tels que l'intérieur d'une mosquée ou un cimetière.

Notez également que certains sites appliquent une taxe sur les photos et vidéos réalisées en leur sein. Il faudra alors les régler directement, sur place et en espèces.

Voltage

220 volts. Les prises sont identiques à celles que l'on trouve en France. Vous n'aurez donc pas besoin d'un adaptateur pour brancher ou recharger vos appareils.

BOUCLER SA VALISE

Bagages
Équipez-vous de préférence d'un sac souple n'excédant pas 20 kg et d'un sac à dos permettant de transporter vos effets personnels de la journée.

Chaussures
En toute 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.
Privilégiez des vêtements confortables, tout en évitant les tenues trop légères. Vous emporterez notamment une veste et un pull pour le soir, car les écarts de températures entre le jour et la nuit peuvent être très importants dans les régions montagneuses. Pensez également à prendre un maillot de bain, car vous pourrez avoir l'opportunité de vous baigner.

Matériel
• Des lunettes de soleil
• Une crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier)
• Une casquette ou un chapeau, et un foulard
• Vos affaires de toilette personnelles
• Une petite pharmacie comprenant vos médicaments habituels, de la vitamine C, de la Biafine, du paracétamol, un antidiarrhéique (de type Immodium), 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).

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 discrétion 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 (pour faire un don à l'école, à l'hôpital, au chef du village, etc.). 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.
- Pensez également à vous munir d'une photocopie de vos papiers d'identité, à conserver séparément des originaux.
- Ne laissez jamais vos objets de valeurs (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 d'éventuels vols ou pertes.

Kirghizistan

FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

• **Passeport valide 6 mois** après la date de retour.
• Pour un séjour inférieur à 60 jours, le visa n'est pas exigé.
• 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.
• Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

• 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, ainsi qu'une photocopie d'une pièce d'identité du parent signataire.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :
• Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
• Anti-moustique recommandé.

FORMALITÉS COVID

Depuis le 1er mai 2022, le Kirghizstan a levé l'ensemble des restrictions de voyage liées au Covid-19.

*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 du Kirghizistan étant particulièrement continental, les hivers y sont rudes et les températures très variables. On observe ainsi de gros écarts de températures entre le jour et la nuit, surtout au printemps et en automne. Les nuits peuvent être fraîches dans la région d'Issyk Kul et froides (0 à -5 °C) à Son Kul et Tash Rabat.
En été, à basse altitude, le temps est chaud : de la fin du mois de juin jusqu'à la mi-août, les températures atteignent souvent 30 °C et la météo est agréable dans les montagnes. Il convient de se protéger du soleil, particulièrement fort autour du lac Issyk, ainsi qu'en montagne, en raison de l'altitude.

Les pourboires
Employés en signe de remerciement, les pourboires ne sont pas obligatoires mais sont toujours appréciés. Le personnel kirghiz auquel vous aurez affaire dans les hôtels et les restaurants, ou lors de vos visites et sorties, espère une légère gratification. Si le service vous apporte satisfaction, il est aussi d'usage de laisser un pourboire aux guide, accompagnateur et chauffeur, en appliquant le barème suivant : environ 5 € par jour et par personne. Prévoyez également des petits pourboires de quelques soms kirghizes pour les bagagistes des hôtels, les garde-chaussures ou encore le personnel qui assure l'accueil et l'entretien des toilettes.

Monnaie
La monnaie nationale est le som kirghize, qui a pour abréviation "KGS". Elle existe sous forme de pièces de 1, 3, 5 et 10 soms, ou de billets de 20, 50, 100, 200, 500, 1000, 2000 et 5000 soms. Pour connaître le taux de change actuel, vous pouvez consulter le site : www.xe.com. À titre d'exemple, une bouteille de limonade, une bière ou une bouteille de vodka vous coûtera entre 1 et 2 € ; des petits souvenirs comme les babouches ou les chapeaux coûtent entre 3 et 5 € ; les tapis kirghizes coûtent environ 20 € le mètre carré. Les euros sont facilement changeables à Bichkek, Karakol, Kochkor et Naryn, mais les petites coupures de 5, 10 ou 20 € sont converties avec un moins bon taux que les grosses. Hors hôtels et restaurants, les prix généralement appliqués pour les produits de base sont les suivants : petite bouteille d'eau (0,5l) : 0,40 € ; grande bouteille d'eau (1,5l) : 0,86 € ; paquet de cigarettes : 2,50 à 3,50 € ; soda : 0,90 € ; bière locale : 1,70 €.

Langue
La langue nationale du Kirghizistan est le kirghize, mais la langue commune aux 80 groupes ethniques qui y cohabitent est le russe. Le russe est en effet compris par tout le monde, tandis que le kirghize n'est parlé que par les Kirghizes. Les autres langues parlées sur place sont principalement l'ouzbek et le kazakh. Les langues étrangères sont enseignées dans des écoles spécialisées.

Photos
En général, les Kirghizes aiment être photographiés. Mieux vaut néanmoins solliciter leur autorisation préalable, notamment pour prendre en photo les personnes âgées. Notez également qu'il peut être déplacé de photographier les lieux religieux, tels que l'intérieur d'une mosquée ou un cimetière.
Bon à savoir : des droits de photos sont à payer lors de la visite du musée à Bichkek, du musée de Burana, du musée de Prjvalskiy, de la photo avec les rapaces sur son bras et du musée de Koshoï-Korgon. Il est, de plus, interdit d'enregistrer des vidéos dans les musées.

Voltage
220 volts et fiches de type française (vous n'aurez donc pas besoin d'adaptateur). L'électricité est indisponible à Son Kul et à Tash Rabat.

BOUCLER SA VALISE

Bagages
Prévoyez de préférence un sac souple n'excédant pas 20 kg et un sac à dos permettant de transporter vos effets personnels de la journée.
Attention : vos bagages doivent obligatoirement être fermés à clé ou par un cadenas.
Merci de prévoir un sac d'appoint permettant d'emmener les changes et affaires de toilette, ainsi que vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avion) pour les nuits chez l'habitant (le bagage principal pourra rester dans le coffre du bus).

Chaussures
Nous vous conseillons d'emporter :
- une paire de baskets confortables ;
- une paire de chaussures de marche ;
- une paire de chaussures faciles à enlever (vous devrez vous déchausser à l'entrée des yourtes ou des chambres d'hôtes et chez l'habitant).

Vêtements
Vous pourrez glisser dans vos bagages :
- 2 ou 3 pantalons ou jupes en coton ;
- quelques t-shirts ou chemisettes ;
- un maillot de bain pour la baignade dans le lac Issyk et les sources d'eau chaude ;
- des vêtements chauds pour les nuits sous les yourtes, où l'écart de températures entre la journée et la nuit est important.

Notez également que, le circuit se déroulant toujours en montagne, il peut faire froid à n'importe quelle saison.

Matériel
Pensez également à emmener :
- une paire de lunettes de soleil ;
- une crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier) ;
- une casquette ou un chapeau, ainsi qu'un foulard ;
- vos affaires de toilette personnelles ;
- une petite pharmacie personnelle.

POUR EN SAVOIR PLUS

La vie en groupe
Pour faciliter les échanges et la convivialité, nous limitons la taille de nos groupes à 16 participants, et parfois moins. Néanmoins, vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Nos équipes s'occupent de tout, ainsi vous ne serez pas contraints d'effectuer les tâches collectives. Mais votre aide sera toujours appréciée et contribuera à renforcer les liens avec vos accompagnateurs, guides, chauffeurs et cuisiniers !

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 discrétion 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 (pour faire un don à l'école, à l'hôpital, au chef du village, etc.). 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 ou dont la perte serait une source d'ennuis. Pensez également à assurer votre matériel photo et vidéo avant votre départ, et à prendre avec vous une photocopie de vos papiers d'identité que vous conserverez séparément des originaux.
Sur place, ne donnez pas l'impression de porter des objets de valeur en exhibant des t-shirts aux marques ou logos ostensibles, qui pourraient vous faire paraître aussi riche que si vous portiez des bijoux.
Gardez toujours un peu de monnaie sous la main, indépendamment du reste de vos économies, pour éviter d'avoir à sortir une grosse somme à chacun de vos achats.
Plus généralement, suivez attentivement les conseils de vos guides locaux et accompagnateurs et ne laissez jamais vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avion) visibles dans le bus, à l'hôtel ou au restaurant. Chaque fois que cela est possible, mettez-les plutôt dans le coffre-fort de l'hôtel ou votre bagage fermé à clé.

Ouzbékistan

FORMALITÉS & SANTÉ

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.

FORMALITÉS COVID

L'Ouzbékistan a levé toutes les restrictions de voyage liées au Covid-19. Par conséquent, vous n'aurez pas à présenter de certificat de vaccination ou de test négatif à votre arrivée.

*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'Uzbek 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. 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 20 € (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.

Budget
Vous devrez régler, sur place, une taxe touristique de 41 $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 1,2 €, une bière de 0,5l aux environs de 1,6 €, une cannette de soda 0,90 € 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.

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 que 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, mais on doit se vêtir de chemises ou de t-shirts à manches longues pour pénétrer dans les lieux de culte.

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 Immodium), 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 discrétion 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.