



Sur les traces de l'Ouzbékistan (ZT01L)

Ouzbékistan - Asie centrale

15 jours (dont 5 jours : Marche et découverte)

Prix à partir de 2795.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Liberté avec guide
Age minimum	16 ans
Portage	Affaires pour le séjour
Hébergement	Hôtel Hôtel de charme
Groupe	de 2 à 10 personnes
Repas	Pension complète
Encadrement	En liberté
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



Les points forts de ce voyage

- * Mélange équilibré entre découverte et randonnée
- * Immersion complète dans la culture Ouzbek
- * Les hôtels traditionnels de charme au sein des quartiers historiques



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Sur la piste des caravanes chargées de soie et d'épices, à la croisée des cultures Orientales et Occidentales, une découverte de Boukhara la sainte à la fascinante Samarkand, mystérieuses oasis de la route de la Soie.

JOUR 1 : Bruxelles - Tashkent

Accueil à l'aéroport. Transfert à l'hôtel et petit déjeuner.

Excursion à Tashkent avec les visites suivantes :

La Medersa Barak Khan, la Medersa Abdoul Kassym, située à 1,5 km au sud du Bazar Tchorsou et de la place de "L'Amitié des Peuples".

Le Mausolée Kafal Chachi

Déjeuner en cours de visite.

Le Bazar Tchorsou, riche en couleurs et en odeurs.

La Place de l'Indépendance (Mustaqillik), la Place de l'Amitié des Peuples (Droujba Narodov).

Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 2 : Tashkent - Ourgench - Khiva

Accueil par notre guide local francophone à l'aéroport d'Ourgench et transfert à Khiva (35 km) à proximité de la frontière turkmène. Installation à l'hôtel et petit déjeuner.

Découverte de la ville intérieure de Khiva "Ichan Kala".

La Medersa Moukhammad Amin Khan, le Kalta Minar est un minaret court du XIXème siècle.

La Forteresse Kounia Ark, la Mosquée Djouma, la principale de Khiva.

Déjeuner au restaurant local.

La Medersa et le Minaret Islam Khodja, le minaret fait 45 m de hauteur, c'est le plus haut de Khiva.

Le caravansérail Allakouli Khan.

Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 3 : Khiva - Ayaz Qala - Khiva

Petit déjeuner à l'hôtel. Route à destination des forteresses de Toprak Kala et d'Ayaz Kala (100 km - 1-2 heures). Visite des trois forteresses.

Déjeuner sous la yourte

Retour à Khiva.

Dîner au restaurant local de la ville.

JOUR 4 : Khiva - Boukhara 480km (6-7h de route)

Petit déjeuner.

Départ pour Boukhara, nous prenons la route qui longe le fleuve Oxus d'Alexandre le Grand (Amou Darya actuel), en direction de l'est à travers le désert.

Déjeuner en cours de route sous forme de pique-nique. Arrivée dans l'après-midi et installation pour trois nuits en hôtel de charme. Première découverte de la ville. Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 5 : Boukhara la Sainte

Petit déjeuner à l'hôtel.

Journée consacrée à la visite de Boukhara :

La Citadelle Ark, la Mosquée Bolo-Khaouz, le Mausolée d'Ismail Samani, situé dans un des endroits les plus verts de la ville, le parc Samani (anciennement Kirov).

Le Mausolée Tchachma Ayyoub, le Bazar oriental de Boukhara.

Déjeuner en cours de visite.

Dans l'après-midi, poursuite des visites :

Le Liab-i-Khaouz, forme un complexe avec son fameux bassin entouré de platanes datant de plus de cent ans et la Medersa Nadir Divan-Begui, la Medersa Koukeldach à gauche et le khanaka Nadir Divan-Begui derrière le bassin.

L'ensemble Po-i-Kalian, l'immense Mosquée Kalian ou "Piédestal du Très Haut".

Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 6 : Boukhara la Sainte

TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Petit déjeuner à l'hôtel.

Suite de la visite de la ville :

La Medersa Abdoul-Aziz Khan est un renouvellement à la décoration de l'iconographie islamique : vases, fleurs, oiseaux fabuleux, paysages de parc.

La Medersa d'Ouloug Beg, la Mosquée Magok-i-Attari, la plus ancienne de Boukhara.

Le Tchour Minor, petite medersa aux quatre minarets construite en 1807.

La Maison Nationale Faizoulla Khodjaev.

Déjeuner en cours de visite.

Poursuite des visites dans l'après-midi.

La résidence d'été Sitora-i-Mokhi Khossa, le Mausolée Nakhshbandi, haut lieu de pèlerinage des Musulmans.

C'est le tombeau de

Nakhshbandi, un saint homme de la ville. S'y rendre trois fois est équivalent à un pèlerinage à la

Mecque. Après midi visite libre.

Une soirée de broderie (suzanie) dans la famille de aka Rakhmon. Diner dans la même famille.

Nuit à l'hôtel.

JOUR 7 : Boukhara - Nourata - Village Sentop (200km)

Après le petit déjeuner nous quittons Boukhara pour rejoindre Nourata (100 km), une grande oasis alimentée par la source sacrée Tchashma.

En route, nous nous arrêtons dans la ville de Gijdouvon pour visiter un atelier de céramique. Arrivés à Nourata, nous y découvrons les ruines de la forteresse qui existait à l'époque d'Alexandre le Grand et ayant la forme de la Constellation de la Grande Ourse, puis la mosquée Tchil-Ustoun, la mosquée Panjvakhta, le mausolée du cheikh Abdoul Khassan Nouri.

L'après-midi route pour le village de Sentop (100 km).

Nuit chez l'habitant à Sentop.

JOUR 8 : Village Sentop - Haydarkoul - Forige

La randonnée débutera tôt le matin à travers la grande vallée de Sentop. Habitée par les tadjiks, c'est une vallée verdoyante parsemée de petites maisons traditionnelles. Sur notre chemin, nous pourrions admirer de somptueux paysages, notamment des noyers de plus de trois cent ans. Puis retour au village et route pour rejoindre le grand Aoul (village de nomades, sédentarisés par les russes bolcheviks). Balade au bord du lac Aydarkul, rencontre avec les pêcheurs et baignade possible en fonction de la saison. En fin de la journée, route pour le village de montagne de Forige : Paris en ouzbek (60 km).

Nuit chez l'habitant à Forige.

2 à 3 heures de marche

JOUR 9 : Forige - Norvon - Oqsov

Nous quittons à regret notre famille d'accueil, traversons le village et rejoignons un petit ruisseau que nous longeons sous la fraîcheur des arbres. Nous quittons le sentier, et après quelques zig-zag dans une végétation plus rase et plus sèche, nous débouchons au col vers 1700 mètres d'altitude. La vue porte loin sur les montagnes du Pamir Alaï, mais nous descendons la vallée verdoyante de Norvon, à nos pieds. Rapidement, nous atteignons les premières bergeries d'alpage, puis les abords du village.

Pique nique au bord de la rivière. Nous retrouvons ensuite notre véhicule pour faire route en direction du sud-est vers la chaîne de montagne de Zerashan (150 km). Arrivée en fin de journée au village de Oqsoy.

Nuit chez l'habitant à Oqsoy.

5 heures de marche

JOUR 10 : Oqsov - Tepakul

Montée tranquille par un sentier facile et bien tracé qui suit la vallée : c'est une agréable mise en jambe. Vous arrivez bientôt sur un replat dominé par un ensemble de rochers sculptés par l'érosion. Le sentier zigzague entre ces belles formations avant d'arriver au col Oktog (1900 m), puis devant de superbes pelouses d'altitude où les bergers se sont installés avec leurs troupeaux de chèvres et de moutons pour la belle saison. En prime, une belle vue sur la cascade Sharshari-Pari (cascade des Anges).

Pique-nique près d'une source fraîche. Le chemin de descente se poursuit le long de la rivière Oksoy et se sont bientôt les premiers champs; vous croiserez certainement les hommes qui, avec leurs ânes, viennent les cultiver. Puis transfert au village de Tepakoul.

Nuit chez l'habitant à Tepakul.

5 heures de marche. M : 650 m. D : 750 m

JOUR 11 : Tepal - Taragay - Ayoqchi

Il faut partir très tôt... mais la journée de rando sera magnifique ! Nous commençons en fond de vallée pour

TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

prendre petit à petit de l'altitude et rejoindre une crête. Les arbres deviennent de plus en plus chétifs et l'environnement plus aride. Peut être aurez vous l'opportunité de voir les traces de loups ou de porc-épics, souvent décelés par le guide de montagne. Nous nous fauflions à travers les rochers granitiques sculptés par l'érosion avant d'arriver au col de Langar (2200 m). En plus des troupeaux de chèvres et de moutons paissent librement des chevaux. Pique-nique puis redescende par un chemin d'abord un peu raide mais facile. Partant d'un vallon rocheux et étroit, nous débouchons sur une large vallée cultivée. Nous rejoignons une piste menant à Taragay, où nous retrouvons notre minibus. Transfert ensuite au village d'Ayoqchi (50 km). Soirée partagée avec nos hôtes.

Nuit chez l'habitant à Ayoqchi.

6 à 7 heures de marche. M : 950 m. D : 920 m

JOUR 12 : Ayoqchi - Chakhrisabz - Samarcande

Après le petit déjeuner, nous prenons la route en fond de vallée avant de remonter vers le torrent d'Alvastikol ("Le diable"). Nous continuons ensuite vers les crêtes pour profiter de belles vues sur le massif du Pamir.

Redescende et retour chez nos hôtes afin de prendre notre véhicule pour Shakhrisabz, l'ancienne Kesh, ville natale de Tamerlan. Visite du "Palais Blanc", dont les impressionnants vestiges du portail offrent un décor de faïences sans pareil. Nous continuons par la visite de la mosquée Kok Goumbaz, le mausolée

Goumbazi-Seidan et surtout la mosquée Khazrati Imam, évoquant les anciennes splendeurs de cette ville à son apogée. Transfert puis arrivée en fin d'après-midi à Samarcande.

Nuit à l'hôtel.

4 à 5 heures de marche. Dénivelé : 500 m environ.

JOUR 13 : Samarcande

Petit déjeuner.

Le début des visites :

La Place du Reghistan, le plus grandiose complexe d'Asie Centrale et l'un des plus beaux de l'Islam. A l'intérieur, vous verrez la mosquée d'or (intéressante exposition de céramiques), les cours où l'on croit échapper au temps, les petites boutiques, le musée.

Le Mausolée Gour Emir, grand monument architectural avec une coupole turquoise.

Déjeuner en cours de visite.

Poursuite des visites l'après-midi :

La Mosquée du vendredi de Bibi Khanoum, construite pour la femme préférée de Tamerlan, ce fut la plus grande

mosquée de son temps.

La Nécropole de Chakh-i-Zinda, constituée d'un ensemble de mausolées. Située à Afrosiab.

Dîner au restaurant.

JOUR 14 : Samarcande - Tashkent

Petit déjeuner.

Promenade dans le pittoresque Bazar de Samarcande réputé pour ses galettes, ses fruits secs et frais, sa grande variété d'épices...

L'Observatoire d'Ouloug Beg, premier observatoire en Orient, cette construction était unique au monde au XVème siècle.

Déjeuner en cours de visite.

Visite du Centre de Papier en soie à la main avec la démonstration de l'ancien procédé de fabrication, situé dans un village Koni Guil dans la région de Samarkand. Au Centre du Papier à la main une exposition permet de découvrir des articles d'artisanat. L'atelier pratique permet aux visiteurs de rencontrer les artisans. Tous les articles fabriqués par les visiteurs : modelage, papier marbré etc. leur seront remis le lendemain comme cadeaux de la part du Centre en souvenir de Samarkand.

Visite libre, départ à 17h00 en train pour Tashkent, arrivée à 19h10.

Dîner au restaurant et nuit à l'hôtel.

JOUR 15 : Tashkent

Transfert à l'aéroport pour prendre votre vol de retour.

Dates et prix

■ Promotion ■ Départs complet ■ Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Ouzbékistan	Sur les traces de l'Ouzbékistan	01/04/2022	30/10/2022	15 jours	2995.00 EUR



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Info pays



Ouzbékistan

Terre de passages et d'échanges depuis des temps immémoriaux, l'Asie Centrale est un véritable carrefour des civilisations. Des oasis, au coeur des steppes, aux montagnes glaciaires, les modes de vie de ces peuples, adaptés aux divers paysages étagés, ont traversé les siècles, empreints d'une riche histoire. Deux cultures s'opposent depuis la nuit des temps et nous promettent des échanges inoubliables : d'un côté, les sédentaires des montagnes tadjikes ou des oasis ouzbeks, dont les merveilles architecturales de Samarcande, Boukhara ou Khiva témoignent de la grandeur passée. De l'autre, les nomades des steppes, kirghizes et kazakhs, pasteurs et anciens guerriers. Mais toujours hospitalité et accueil chaleureux inoubliables ! Horizons immenses et hauts sommets du Kazakhstan, déserts arides et grandeurs des villes de la soie d'Ouzbékistan, montagnes spectaculaires, hauts pâturages et lacs transparents du Kirghizstan, vallées isolées, pics imposants et cols d'altitude du Tadjikistan, l'Asie Centrale nous offre une extraordinaire diversité de paysages.

Formalités administratives

Ouzbekistan

- ? Pour les ressortissants français, belges et suisses :
- ? votre passeport valide 3 mois après la date de sortie d'Ouzbékistan, avec au moins deux pages vierges face à face ;
- ? un visa de tourisme simple entrée.

Comment obtenir votre visa pour l'Ouzbekistan

- Délai d'obtention : 8 jours minimum. Afin de prévenir tout imprévu, nous vous conseillons d'entamer la procédure environ un mois avant le départ.
- Frais consulaires : 70 ? pour un séjour simple entrée de 15 jours dans le pays, 80 ? pour un séjour simple entrée de 30 jours, montant révisable sans préavis.

Vous devez renseigner le formulaire de demande de visa sur le site http://evisa.mfa.uz/evisa_fr, puis l'imprimer et le signer. Constituez votre dossier complet (les détails des documents à fournir vous seront envoyés lors de votre inscription), et déposez-le à l'Ambassade d'Ouzbékistan. Vous pouvez également envoyer votre dossier par courrier, en y joignant une enveloppe Chronopost avec votre adresse et numéro de téléphone. Attention, en cas de dossier incomplet ou incorrect, la procédure est à recommencer entièrement et les frais consulaires ne sont pas remboursés.

Conseil(s) santé

Ouzbekistan

Aucun vaccin n'est obligatoire pour cette destination. Nous vous conseillons cependant d'être à jour pour les vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde. Hépatite A fortement conseillé. Pour certains sujets à risque : hépatite B, rage.
A noter : la vaccination contre la fièvre jaune est inutile (pas de fièvre jaune en Asie), mais est exigée pour tout sujet venant d'Afrique ou d'Amérique tropicales.

Dentiste et médecin



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- Le vol international
- L'hébergement en pension complète
- le transport pour toute la durée du voyage.
- Le service de guide pour toute la durée du voyage.
- Les entrées aux musées pendant les visites
- Le vol intérieur Tashkent - Ourgench
- Une carte de l'Ouzbékistan

Le prix ne comprend pas

- La chambre individuelle
- Les frais de visa
- L'assurance annulation et l'assistance
- Les boissons, les pourboires et dépenses personnelles
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivellée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivols et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.