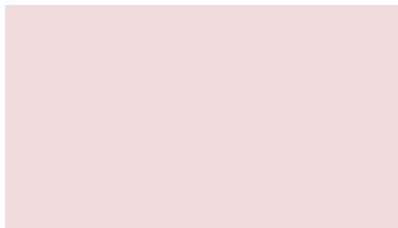
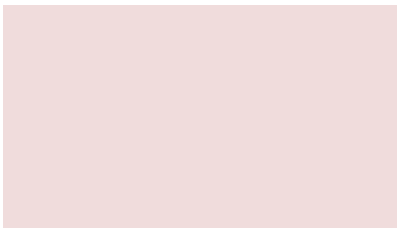
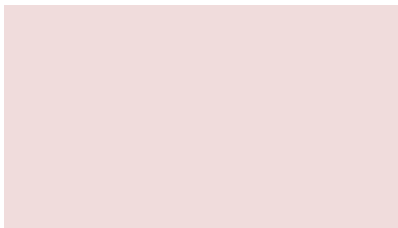




# Kirghizistan

Voyage à travers le Kirghizistan - Reference : AS-KI-1

---



## Descriptif jour par jour

Itinéraire indicatif [1] de notre circuit au Kirghizistan

### Jour 1 : Paris-Bichkek au Kirghizistan.

Envol vers l'Asie Centrale et arrivée à Bichkek dans la nuit (selon horaires des vols). Transfert à l'hôtel.

### Jour 2 : Bichkek.

Arrivée à Bishkek tôt le matin. Transfert à l'hôtel. Repos, puis promenade à travers la ville et découverte de ses multiples curiosités, de ses Bazars (marchés orientaux) et de ses parcs.  
Nuit à l'hôtel à Bishkek.

### Jour 3 : Bichkek – Vallée de Chon Kemin

Départ pour la vallée de Chon Kemin qui est bordée au nord par des sommets à plus de 4000 m et qui font frontière avec le Kazakhstan. Visite en chemin de la tour de Bourana, un grand minaret datant du XI siècle entouré de statues funéraires étonnantes. Arrivée à Karool Dobo, pique-nique puis balade dans l'après-midi aux alentours du village Karool Dobo (possibilité en option de faire la balade à cheval : 15 €).  
Dîner et nuit chez l'habitant à Karool Dobo.

### Jour 4 : Chon Kemin - Issyk-Kul

Route pour le lac Issyk-Kul (1600 m d'altitude). En route, déjeuner chez l'habitant à Kisil Tuu et rencontre avec les fabricants de yourte, l'habitation traditionnelle des nomades d'Asie Centrale. Arrêt au bord du lac et baignade.  
Première approche de la vie des nomades et nuit sous la yourte.

### Jour 5 : Issyk-Kul- Kochkor

Balade à pied pour admirer la vue sur le lac Issyk Kul, le plus grand du pays, et sur toute la vallée. Issyk-Kul signifie lac chaud en Kirghize, car bien que situé à 1600 mètres au-dessus du niveau de la mer, il ne gèle jamais. Ce lac immense, véritable mer intérieure, est entouré de chaînes de montagnes dont les cimes enneigées culminent à 4000 m.  
Déjeuner et départ vers Kochkor en suivant la Route de la Soie. Spectacle de la chasse à l'aigle (en option) à Bokonbaevo avant d'arrivée à Kochkor.  
Nuit chez l'habitant à Kochkor.

### Jour 6 : Kochkor - Tez-Tör

Transfert à Isakeev, point de départ pour une marche vers l'alpage Tez-Tör ou pour le lac Köl Ükök. (Possibilité de le faire à cheval en option : 15 €) Pique-nique en pleine nature, détente, découverte de la flore et de la faune d'altitude et nouvelle approche de la vie des nomades.  
Nuit en yourte.

### Jour 7 : Köl-Tor - Naryn

Journée de détente et de partage de la vie des nomades au cœur de leur environnement et de leur quotidien au pied du lac Köl-Tör. Possibilités de randonner pour ceux qui le souhaitent ou de pêcher avec les nomades. L'après-midi départ à Isakeev. (Possibilité en option de balade à cheval : 15€). Puis, transfert à Naryn en passant par le Col du Dolon (3035 m).  
Dîner et nuit chez l'habitant.

### Jour 8 : Köl-Tor - At-Bachy

Le matin, départ pour la vallée d'At-Bachy, chez les nomades. La vallée est entourée de Monts qui culminent à plus de 4700 m d'altitude. Arrivée à l'estivage (djailoo) de Kamandy en passant par Ak-Muz. Balade à pied et déjeuner chez les nomades dans un paysage splendide.  
Nuit sous une yourte.

### Jour 9 : Vallée d'At-Bachy - Acha-Kajyndy

Balade à pied aux alentours du campement. Petite montée pour aller admirer le beau panorama sur la vallée. Déjeuner, puis départ dans l'après-midi pour le village d'Acha-Kajyndy, où vous participerez à la fabrication du feutre avec les

artisans locaux.  
Dîner et nuit chez l'habitant.

## **Jour 10 : Acha-Kajyndy - Tash Rabat**

Départ vers le Caravansérail de Tash-Rabat. En route, arrêt au village d'At Bashj, où chaque dimanche a lieu le traditionnel marché aux bestiaux. Arrivée l'après-midi à Tash-Rabat le monument historique le plus important de la route de la soie en Kirghizie. Tash-Rabat signifie « demeure de pierres » ou « hôtellerie de pierres », il est décrit par un écrivain voyageur comme « le monument le mieux conservé et à l'atmosphère la mieux préservée de toute la route de la Soie », un véritable symbole de la Kirghizie. Balade à pied aux alentours de Tash-Rabat. Dîner et nuit sous la yourte. Possibilité de se laver au bania, sauna local.

## **Jour 11 : Tach-Rabat- Naryn**

Journée à Tach-Rabat, visite du caravansérail, datant du Xème siècle : étape pour les commerçants de la route de la soie entre la Chine et le Kirghizistan. Randonnée à pied dans les paysages uniques et grandioses de ce lieu magique, au milieu des troupeaux de chevaux, à plus de 3 500 m d'altitude. Route pour la petite ville de Naryn en fin d'après-midi. Dîner et nuit chez l'habitant.

## **Jour 12 : Naryn- Song-Kul**

Depuis Naryn, montée magnifique par le col Moldo Ashuu (3 448 mètres d'altitude) et continuation jusqu'au lac de montagne Song-Kul (3013 m d'altitude). Ce lac est absolument unique et la nature qui l'entoure est grandiose ; c'est l'un des endroits les plus pittoresques et magiques de la Kirghizie. Il se prête magnifiquement à la randonnée, ainsi qu'à la baignade pour les plus courageux. Nuit sous la yourte.

## **Jour 13 : Song-Kul**

Depuis le lac Song-Kul, balade à pied dans les alentours pour aller se fondre dans les paysages grandioses de cette région sauvage dans l'écrin des montagnes des Moldo-tau. Participation à la vie quotidienne des nomades Kirghizes avec la traite des juments (possibilité d'organiser également des jeux équestres en option.) Nuit sous la yourte.

## **Jour 14 : Song-Kul - Kysyl-Oi**

Notre circuit continue vers les monts Célestes (Tian Shan) au cœur de la mythique chaîne de montagnes du Pamir. Passage par le col Karaketché (3350 m d'altitude) avant d'arriver dans le village typique de Kysyl-Oi. Nuit chez l'habitant.

## **Jour 15 : Kysyl-Oi - Bichkek**

Retour à Bichkek en suivant la vallée verdoyante de Suusamyr, utilisée comme pâturage pour le bétail en été. Passage par le col de Töö- Achuu (3586m d'altitude) et arrivée à Bichkek. Derniers achats de souvenirs. Concert folklorique avec la participation des chanteurs de la philharmonie nationale (en option). Dîner d'adieu. Nuit à l'hôtel.

## **Jour 16 : Kirghizistan - Paris**

Transfert à l'aéroport de Bichkek et vol retour. Arrivée à Paris dans la journée ou le lendemain selon horaires de vols.

## **Le prix comprend :**

- Les vols internationaux Paris-Bichkek A/R.
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [2]
- Tous les transports et les transferts durant le voyage (minibus, bus, 4x4)
- Logements à l'hôtel, sous la yourte et chez l'habitant
- Tous les repas pendant le voyage

- Guide locale bilingue Planète Découverte parfaitement francophone sur place.
- Un litre d'eau minérale par jour et par personne.
- Toutes les entrées, sites et musées mentionnés.
- Démonstration de la préparation du feutre pour les tapis, du khoumis, de la crème, du fromage maison.

## Le prix ne comprend pas :

- Les achats personnels et les boissons alcoolisées (bière, vodka etc.)
- Les pourboires pour l'équipe locale (prévoir 15€)
- Les concert de folklores (sur commande)
- Obtention du visa kirghiz (70\$US) - **actuellement gratuit**.
- La démonstration de chasse à l'aigle (sur commande)
- Location des chevaux pour se balader selon programme (Compter 15€/personne par demi-journée)

## En option

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour [nos trois formules d'assurance ; annulation, assistance/rapatriement/frais médicaux ou multirisque](#).

---

### Notes

[1] Cet itinéraire est fourni à titre indicatif, c'est à dire que suivant les conditions météorologiques et/ou opérationnelles, le guide-accompagnateur qui est en charge du circuit, peut vous proposer des modifications suite à d'éventuels problèmes rencontrés, s'il le juge nécessaire pour votre sécurité et celle du groupe.

[2] Taxes aériennes incluant la surcharge carburant avec la compagnie Aéroflot. En cas de réservation sur une autre compagnie pour ce voyage, le montant des taxes peut varier et vous sera au plus tard indiqué 30 jours avant le départ.

## Les prestations

### Le prix comprend :

- Les vols internationaux Paris-Bichkek A/R.
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [1]
- Tous les transports et les transferts durant le voyage (minibus, bus, 4x4)
- Logements à l'hôtel, sous la yourte et chez l'habitant
- Tous les repas pendant le voyage
- Guide locale bilingue Planète Découverte parfaitement francophone sur place.
- Un litre d'eau minérale par jour et par personne.
- Toutes les entrées, sites et musées mentionnés.
- Démonstration de la préparation du feutre pour les tapis, du khoumis, de la crème, du fromage maison.

### Le prix ne comprend pas :

- Les achats personnels et les boissons alcoolisées (bière, vodka etc.)
- Les pourboires pour l'équipe locale (prévoir 15€)
- Les concert de folklores (sur commande)
- Obtention du visa kirghiz (70\$US) - **actuellement gratuit.**
- La démonstration de chasse à l'aigle (sur commande)
- Location des chevaux pour se balader selon programme (Compter 15€/pesonne par demi-journée)

### En option

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour [une assurance multirisque.](#)
- Le supplément chambre individuelle 75 € (Seulement 3 nuits)

## Fiche technique du circuit

---

Formalités / Santé

### Formalités

Les citoyens de plus de 60 pays, dont la France, la Suisse, la Belgique et le Canada sont **exemptés de visa pour les séjours touristiques de moins de 60 jours**. Tous les ressortissants Français, Suisses, Canadiens et Belges peuvent donc entrer sur le territoire kirghize avec pour seul document, un **passport valide au moins six mois après la date d'entrée**.

### Adresse/numéros utiles

- **France**

**L'Ambassade de France** à Bichkek,

adresse : 113 Bakonbaeva, Bichkek,

Tél : 00.996.312.300.711/712, Adresse internet : france.kg@gmail.com

**Consulat honoraire du Kirghizistan** à Paris :

13, avenue de Friedland, 75008 Paris. Tél. : 01-53-76-91-81. Courriel : mhberard@mhb.fr.

**Ambassade du Kazakhstan** à Paris : 59, rue Pierre Charron, 75008 Paris. Tél. : 01-45-61-52-00 ; section consulaire : 01-45-61-52-02. Courriel : info@amb-kazakhstan.fr.

- **Belgique**

**Consulat honoraire à Bichkek**

209-A Tynystanov Street

720040 Bichkek, Kirghizistan

Tél : +996 31 2900100, +996 31 2622161, +996 31 2662233, Courriel : n.aldashev@lorenz-law.com

**Ambassade du Kirghizistan** : 47, rue de l'Abbaye, 1050 Bruxelles.

Tél. : (32-2) 648-95-04.

Courriel : consulkgz@yahoo.fr

- **Suisse**

**Ambassade de Suisse** au Kirghizistan

Bureau de coopération de l'Ambassade de Suisse et Agence consulaire Bichkek

Swiss consular agency and Office for Coopération

144 rue Panfilov, 720040 Bichkek. Courriel : bishkek@sd.net.

Tél : (00996) 312 666480, 666484

- **Canada**

**Consulat du Canada** en République kirghize

Adresse : 189, avenue Moskovskaya, Bichkek, 720010, République kirghize

Téléphone : 996 (312) 65-01-01 ou 65-05-06

Courriel : canada\_honcon@akipress.org

Il n'y a pas d'Ambassade du Kirghizistan au Canada, contacter l'ambassade du Kirghizistan à Washington : 2360

Massachusetts Avenue, NW, Washington D.C. 20008. Tél. : 1 (202) 449-9822 (section consulaire) ou 9823. Courriel

: kgembassyusa@gmail.com(ambassade) et consul@kgembassy.org (section consulaire).

### Santé :

Aucun vaccin n'est obligatoire, toutefois, la mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite est vivement recommandée.

Autres vaccinations conseillées (selon conditions d'hygiène et durée du séjour) : fièvre typhoïde, hépatites virales A et B.

L'épidémie du sida progresse rapidement en Chine.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter :

- Le site de l'OMS : <http://www.who.int/fr>

- le site de l'institut Pasteur :

<http://www.pasteur.fr/ip/easysite/pasteur/fr/sante/centre-medical/vaccinations-internationales-medecine-des-voyages/recom>

### Au Canada :

- Agence de la Santé Publique du Canada :

<http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/index-fra.php>

**Avant le départ**, un check-up médical incluant une visite chez votre dentiste est une précaution utile et conseillée. Pour tous les médicaments à base de narcotiques, emportez vos ordonnances. Vous devez penser à vos médicaments habituels et indispensables. Merci de prévenir votre guide accompagnateur d'un éventuel problème de santé et surtout des mesures de 1ère urgence à prendre. Conseils de pharmacie personnelle A VOIR AVEC VOTRE MEDECIN

- Antibiotique à large spectre
- Anti-diarrhéique
- Médicaments pour combattre angine, rhume
- Cachets type paracétamol/aspirine
- Petits pansements, alcool, collyre
- Pommade pour les lèvres .....
- Éventuellement des médicaments contre le mal des transports
- Pommades, sprays ou diffuseurs anti-moustiques
- Poussière et pollution peuvent être source de conjonctivite (prévoir un flacon de collyre).  
L'eau n'est pas potable partout au Kirghizistan, ne jamais boire d'eau du robinet, ne jamais consommer de glaçons.  
Boire du thé ou de l'eau minérale ...

## Sécurité :

Le Kirghizistan est un pays relativement sûr, néanmoins, dans les grandes villes, Il convient de se tenir soigneusement à l'écart de tout rassemblement et d'être vigilant au sortir d'une soirée ou d'un dîner au restaurant et d'éviter de se promener seul la nuit. Des sociétés de taxis peuvent venir vous chercher sur appel et vous conduire où vous le souhaitez.

Nous vous conseillons vivement de consulter les dernières informations concernant ces pays sur le site du ministère des affaires étrangères : [http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs\\_909/index.html](http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs_909/index.html)

---

Préparer son voyage

## Encadrement :

Guide locale bilingue Planète Découverte à votre arrivée sur place.

## Hébergement :

En hôtels, de catégorie 2\* ou 3\* (normes locales), yourtes, tente et chez l'habitant.

## Bagages :

Lors des déplacements et transferts, chacun doit porter ses bagages. Nous vous conseillons de voyager avec un sac à dos, un sac de voyage souple, avec ou sans roulettes, ou sac polochon, les valises sont déconseillées.

- Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée (appareil photos, lunettes, guide etc.), il pourra servir de bagage cabine. Ce bagage à mains ne doit pas dépasser 5kg. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant).

## Déplacement :

En minibus affrétés avec chauffeurs, bus de ligne, taxis.

## Vêtement à apporter :

Ce circuit a des conditions climatiques variables d'une région à l'autre en fonction de l'altitude. Emportez des vêtements simples et confortables, en prévoyant des vêtements chauds, pour les nuits en altitude où les températures peuvent être proches de 0°C.

Par exemple :

- Vêtements légers en coton.

- Un pull ou polaire.
- Une veste coupe-vent imperméable.
- Un foulard
- chaussures confortable pour la marche.
- Lampe de poche (ou frontale).
- Couteau (veillez bien à le laisser dans votre bagage de soute lors de l'enregistrement).
- Vos affaires de toilette + serviette de bains (en nids d'abeille, elle sèche plus facilement !).
- Des lingettes peuvent être très utiles.
- Un petit nécessaire de couture.
- Lunettes de soleil (verres à fort pouvoir filtrant).
- Une crème solaire.
- Chapeau ou casquette.
- Parapluie télescopique ou une cape de pluie (que l'on pourra se procurer facilement sur place).
- un réveil (le portable en fait office)
- Petite trousse à pharmacie de base (Il n'y a pas de pharmacie collective).
- Si vous portez des lunettes, une paire de rechange.
- Une photocopie de passeport (2 premières feuilles) rangés au fond du sac, cela dépanne en cas de perte.
- Et le moins de bijoux et d'objets de valeur possible !

## Achats :

**Au Kirghizistan :** On trouve encore beaucoup d'objets de l'époque de l'occupation soviétique, verres, drapeaux, statues, livres...

Plus traditionnels : les shyrdaks : tapis ou tentures en feutre aux motifs colorés utilisés dans les yourtes par les nomades, mais aussi des chapeaux (ak-kalpak) sorte de feutres blancs décorés d'ornementations, les pantoufles de feutre, les yourtes (tentes de feutre) en miniature. Des instruments de musique et des bijoux également.

Le marchandage est de rigueur pour les achats de souvenirs et même pour les trajets en taxi !

## Budget :

Le Kirghizistan n'est pas un pays cher, bien que les prix aient tendance depuis ces dernières années à augmenter. Dans notre circuit seul vos dépenses personnels et les boissons (hors eau et thé) ne sont pas comprises ainsi que les pourboires. Prévoir un budget de 50 à 100€.

## Pourboires :

Au Kirghizistan, il n'est pas nécessaire de laisser un pourboire au chauffeur de taxi, au restaurant ou dans les hôtels. Par contre pour les chauffeurs des minibus affrétés et pour les guides locaux, le pourboire est un peu une « institution ». Le montant sera fonction de la qualité du service. Nous vous conseillons de situer les choses entre 10 et 15€ par personne.

---

## Informations pratiques

### Electricité :

220V- 50 HZ -Courant alternatif, 2 fiches rondes.

### Poids et mesures :

Le système métrique est largement utilisé.

### Téléphone :

**Pour le Kirghizstan :** 00 + 996 + indicatif de la ville.

Du Kirghizistan **vers** la France : 00 + 33 + numéro du correspondant sans le 0 initial, vers le Canada : composer le 00 + 1 + le numéro de votre correspondant, vers la Belgique : 00 + 32 + le numéro de votre correspondant, vers la Suisse : 00 + 41 + le numéro de votre correspondant.

On peut téléphoner depuis les bureaux de postes dans les villes. Les téléphones portables (cellulaires) occidentaux fonctionnent très mal.

### Internet :

On trouve quelques cybercafés dans les villes et des boutiques qui possèdent quelques ordinateurs. Internet fonctionne de mieux en mieux mais les autorités Kirghizes exercent une surveillance rapprochée de la toile.

## Poste :

Il est difficile de trouver des timbres et des cartes postales ! A voir avec votre guide.

## Change :

- La monnaie est le som kirghize (KGS), divisée en 100 tiyins.
- 1€ = 93 soms (taux du 08/02/24)
- Vous pourrez changer vos euros ou vos dollars (coupures neuves et en bon état exigées) dans des bureaux de change, à Bichkek principalement. Meilleur taux pour les grosses coupures ! Le change au marché noir est déconseillé et ne présente pas d'avantage.
- Les chèques de voyage sont très difficiles à changer. La carte de paiement ne vous sera pas très utile autrement que pour vous rendre aux (rares) distributeurs automatiques.

- <http://www.xe.com>

## Climat :

Le climat est continental avec de fortes différences de température entre les zones montagneuses et les vallées. En été, certaines vallées peuvent être très chaudes, plus de 30°, alors qu'en altitude climat frais voir froid.  
Meilleure période : de juin à octobre.

**Bishkek** (Capitale Kirghizstan)

| Temp     | J   | F   | M  | A   | M   | J   | J   | A   | S   | O   | N  | D   |
|----------|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|
| max      | 0°  | 1°  | 8° | 17° | 22° | 28° | 31° | 30° | 24° | 16° | 8° | 2°  |
| min      | -8° | -7° | 0° | 7°  | 11° | 16° | 18° | 17° | 11° | 5°  | 0° | -5° |
| Pluie mn | 10  | 10  | 12 | 13  | 11  | 9   | 6   | 6   | 6   | 8   | 9  | 10  |

## Heure locale :

**Au Kirghizistan : GMT/UTC + 5 h**

- Quand il est 12 heures à Paris (heure d'hiver), il est 17 heures à Bichkek.
- Et quand il est 12h (heure d'été) à Paris, il est 18 heures à Bichkek.
- Quand il est 12 heures à Montréal (heure d'hiver), il est 23h à Bichkek.
- Et quand il est 12h (heure d'été) à Montréal, il est 22h à Bichkek.

## Nourriture et boissons :

La cuisine centrasiatique ressemble à celle du Moyen-Orient avec parfois des influences russes.  
Leur origine est dans la cuisine nomade à base principalement de viande, de produits laitiers et de pain.

- Les laghman, nouilles épicées.
  - Les hoshan, boulettes de pâte frites et cuites à la vapeur.
  - les manty, raviolis.
  - Le yaourt.
- Beaucoup d'alcools forts, (malgré leur héritage musulman, la plupart des Kirghizes boivent de l'alcool), en général, de la vodka, mais aussi du bozo (alcool épais et mousseux à base de millet fermenté), et du koumis (lait de jument fermenté et légèrement alcoolisé, seulement au printemps et en été, lorsque les juments mettent bas).  
Le thé est longuement infusé et coupé d'eau bouillante et de lait.

## Us et coutumes :

Le tourisme étant très peu développé, vous découvrirez de façon authentique les traditions locales en vous y adaptant aisément car la population locale est très accueillante. L'hospitalité est d'ailleurs l'une des principales traditions des nomades.

## Infrastructures

- **Le réseau routier** est en mauvais état, hormis quelques axes (Bichkek/Och, Bichkek/lac Issyk Koul, Bichkek/Almaty...). De nombreux cols situés en haute altitude posent problème pendant la période hivernale, quand ils ne sont pas complètement fermés. Des travaux sont prévus pour les améliorer. L'axe vers la Chine via Torugart est assez bon et praticable pratiquement toute l'année.
- **Réseau ferroviaire** très peu développé.
- **Transport aérien** : Vols quotidiens de Bichkek vers Moscou et Istanbul et de là, vers la France (pas de vols directs pour la France au départ du Kirghizstan).

---

Données culturelles

## Bibliographie

### Guides de voyage

- Asie centrale - la route de la soie, Lonely Planet.
- Asie Centrale, de Françoise Spiekermeier (2001).
- Kirghizistan, une république d'Asie centrale, de Christoph Schutz.

### Romans, essais, récits de voyages :

- "Djamilia", de Tchinguiz Aïtmatov, co-traduit par Aragon.
- "En pays kirghize. Visions d'un familier des monts Célestes", de René Cagnat.
- "Asie Centrale visions d'un familier des steppes", de René Cagnat.
- "Kirghizistan. Une république d'Asie centrale", de Christoph Schütz.
- "Des Monts Célestes aux sables Rouges ", Ella Maillart, Payot
- " Oasis interdites " d'Ella Maillart aux éditions Voyageurs Payot, 1989.
- " Courrier de Tartarie " de Peter Fleming aux éditions Phébus, 1989.
- "Terres des chevaux célestes, Kirghizistan" de Jacqueline Ripart. Ed. Flammarion - 2004.

## Filmographie :

### Sur le Kirghizistan :

- "Saratan", de Ernest Abdykalykov.
- "Le singe (Maimal)", de Aktan Abdykalykov.

## Musiques :

- "Musique du Kirghizistan", collection Terrains Fildworks

## Petit Lexique :

Le russe est toujours parlé au Kirghizistan. Le kirghize est une langue de la famille turcophone. \_ L'alphabet cyrillique est utilisé.

- Bonjour :Koutou koune
- Au revoir :Koche kalyne