



FICHE TECHNIQUE Saison 2018 Ouzbékistan

MONTAGNES ET CITES EMBLEMATIQUES DE LA ROUTE DE LA SOIE

15 jours – 14 nuits – 13 jours de marche/découvertes et visites – Facile +



Un trek en Ouzbékistan, avec des randonnées dans les montagnes de Nourata et de Zerafshan ainsi que dans le désert des Barkhans ; une découverte des cités légendaires de Samarcande, Boukhara et Khiva.

Situé au cœur de l'Asie centrale, l'Ouzbékistan est l'un des états les plus anciens à l'histoire millénaire... Au croisement de la Route de la Soie, vous découvrirez Samarcande, Khiva et Boukhara les trois plus grandes oasis où arrivaient les immenses caravanes chargées de soieries multicolores, de pierres précieuses, d'or et d'épices venus de Chine, d'Iran ou encore d'Inde... Dômes turquoise, médersas, arabesques ajourées rappellent les époques fastes où les grands Khans régnaient sur leur empire... Pays plein de contrastes qui rappellent les influences arabes, persanes et turques, vous découvrirez aussi une autre facette de l'Ouzbékistan, celle de l'oasis de Nourata à la frontière de la steppe, avec sa source sacrée Tchachma et les ruines de la forteresse d'Alexandre le Grand... mais ce sont aussi les immensités désertiques de Yangigazgan où les nomades kazakhs élèvent toujours le fameux chameau de Bactriane... Ce sont aussi les paysages grandioses des montagnes de Nourata et Zerafshan... Un voyage complet qui permet la découverte des plus grandes oasis de la Route de la Soie et qui s'enfonce ensuite dans l'Ouzbékistan le plus profond, aux confins du désert et des montagnes où la population ouzbek propose toujours un accueil exceptionnel et une hospitalité légendaire.

L'Ouzbékistan fut de tout temps le berceau de nombreuses civilisations ; les romains, Gengis Khan, Tamerlan et de nombreux tsars arrivèrent dans ce petit pays, s'y installèrent pour repartir de plus belle à la conquête d'autres territoires. Lorsqu'on pense à Boukhara, Samarcande et Khiva, on évoque aussitôt le célèbre chemin de la Route de la Soie ; mais ces villes sont aussi les lieux où s'élèvent les plus beaux monuments de toute l'Asie centrale.

Plus loin, c'est le désert qui regorge de citadelles anciennes ; c'est aussi l'immensité des plateaux à l'herbe rase qui rappelle les grandes plaines de Mongolie... Un voyage en Ouzbékistan est un retour en arrière, en emboîtant le pas dans celui d'Alexandre le Grand ou de l'explorateur Marco Polo, pour admirer les merveilles de Samarcande ou remonter la Route de la Soie...

L'Ouzbékistan est le pays des merveilles et de la richesse culturelle.

Les points forts de ce parcours

- La découverte de Samarcande, Boukhara et Khiva, les cités emblématiques de la Route de la Soie.
- La randonnée dans le désert de Yanguigazgan, à la rencontre des éleveurs de chameaux de Bactriane.
- La nuit en campement de yourtes dans le désert des Barkhans.
- Les randonnées dans les montagnes de Nourata et Zerafshan afin de découvrir la population ouzbek et leurs traditions.
- Tous les repas, les entrées sur les sites et monuments inclus dans le tarif.

PROGRAMME

Jour 1 : **Paris - Tachkent**

Vol pour Tachkent.

Jour 2 : **Tachkent - Khiva**

Accueil à l'aéroport de Tachkent par notre équipe puis première découverte de la capitale ouzbek, au carrefour de la « Route de la Soie » et de la « Route de l'Or » qui venait de Sibérie. Avec ses nombreux parcs à la végétation typique des oasis de la région, visite de la ville ancienne avec la médersa Koukeldash, qui veut dire « ami de cœur » ; c'est ainsi qu'étaient nommés les dignitaires de confiance du sultan ; c'est la plus importante des 23 que Tachkent abrite en ses murs ; découverte ensuite de la médersa Barak Khan, le mausolée Kaffal Chachi (Abu Shashi), docteur de l'Islam, philosophe et poète qui vécut de 904 à 979 et qui fut l'un des premiers prophètes islamiques locaux. On pourra aussi contempler le Coran d'Ousman, un des plus anciens exemplaires au monde que la mosquée du centre Khazrat Imam abrite. Déjeuner au restaurant et transfert à l'aéroport pour le vol à destination d'Ourgentch. Transfert à Khiva et installation à l'hôtel. Première découverte de la plus isolée des oasis de l'ancienne Route de la Soie, toujours intacte aujourd'hui.

Temps de visite : 2 heures environ.

Vol intérieur Tachkent/Ourgentch : 1 heure 20 mn.

Transfert sur Khiva : 45 minutes environ.

Hébergement : Hôtel.

Jour 3 : **Khiva**

Journée de découverte de Khiva, la Visite de la ville qui abrita sous ses remparts d'argile rose de célèbres savants, tels que Al Khawarizmi, le père des logarithmes et Avicenne, le grand médecin et philosophe qui naquit voici plus de mille ans et dont l'influence resta prépondérante en Occident jusqu'à la fin du 17^{ème} siècle... Découverte d'Itchan Kala, la vieille ville ceinte de remparts, véritable ville-musée qui regorge de monuments parfaitement restaurés et plongent le visiteur au cœur des contes des Mille et une nuits. Au détour des ruelles de cette ville au charme indicible se dévoilent mosquées, médersas, mausolées, palais et autres caravansérails... Nous aurons l'occasion de visiter la médersa Mouhammad Rahim Khan (1871), construite par le Khan de Khiva Mohammed Rahim Khan II, qui composait des poèmes sous le nom de plume de Ferouz. Découverte ensuite du minaret Khodja où, derrière, se trouve la médersa Islam Khodja qui abrite aujourd'hui le musée des arts appliqués de Khiva ; poursuite des visites par la forteresse Koukhna Ark, la mosquée Juma, le Palais de Pierre et son harem, la médersa et le caravansérail Allakouli Khan, la mosquée du vendredi avec ses 218 colonnes en bois sculpté, le mausolée Sayyid Allaoudin, l'un des plus anciens monuments de Khiva. Découverte ensuite d'un atelier de sculpture sur bois. Dîner dans un restaurant typique de la ville avec un concert folklorique.

Temps de marche et visite : la journée.

Hébergement : Hôtel.

Jour 4, 5 et 6 : **Khiva - Boukhara**

Transfert matinal (8 heures sur la journée avec de nombreux arrêts) pour Boukhara via le désert rouge de Kyzil Kum. Arrivée en fin d'après-midi à Boukhara et installation à l'hôtel ; premier contact ensuite avec cette oasis légendaire en découvrant la place de Labi Khouz.

Boukhara mérite que l'on s'y arrête quelques temps, tellement son histoire est riche ; ville-musée au milieu des sables, rendue célèbre par son ancien marché aux tapis... cette ville enchante toujours et encore le voyageur, par l'atmosphère de ses vieilles ruelles et ses remarquables monuments....

Boukhara fut un important centre religieux et intellectuel musulman sous le règne des Samanides au 10^{ème} siècle. Elle fut ensuite détruite par les Mongols puis restaurée peu après par Tamerlan.

Ces 3 journées de visite permettront de découvrir tous les trésors architecturaux et culturels de la vieille ville de Boukhara, ancienne cité caravanière de la Route de la Soie, avec ses médersas, ses mosquées, ses mausolées.... Mais elles seront également l'occasion de découvrir plusieurs quartiers typiques de la ville, des ateliers d'artisanat typique de Boukhara, un caravansérail, etc...

Entre autres visites, il y aura l'ensemble Po-i-Kalyon, le minaret Kalon, la médersa d'Ouloug Beg et d'Abdoulaziz Khan, le mausolée des Samanides, la mosquée de Bolo-Khaouz avec ses 20 piliers, la citadelle Ark, ancienne résidence des émirs de Boukhara, la nécropole de Tchor-Bakr, la madrasa de Tchor Minor, la place de Labi Khouz... Bien d'autres monuments seront également visités. Le carnet de voyage détaille toutes ces visites, nous pouvons vous transmettre la liste sur simple demande.

Les déjeuners et dîners seront pris dans différents restaurants de la ville, et il y aura aussi une dégustation de thé avec présentation de costumes traditionnels ouzbeks.

En jour 6, une après-midi de « flânerie » dans cette oasis vous permettra de parachever votre séjour sur Boukhara que tant de cultures successivement ont marqué de leur empreinte pour revoir un monument en particulier ou pour déambuler dans le bazar, lieu de nombreux artisanats d'arts : sculpteur sur bois, coutellerie, tapis, marionnettes, soieries, chapeliers, bijoutiers, peintures miniaturistes, broderies, tentures, etc...

Hébergement : Hôtel de charme.

Jour 7 : **Boukhara - Nourata - Désert de Yangigazgan**

Route pour le désert de Yangigazgan. Halte en cours de route pour découvrir l'ancien caravansérail de Rabat-i-Malik du 11^{ème} siècle, un des plus grands caravansérails de la route de la soie, et son puits-citerne appelé Sardoba du 14^{ème} siècle. Pique-nique dans la chaîne de montagne où plus de 3000 pétroglyphes ont été gravés dans la roche. Arrivée à Nourata connue pour sa source d'eau sacrée. Visite du complexe Tashma avec la mosquée du Vendredi aux 40 colonnes, la source sacrée Tchachma avec ses centaines de poissons sacrés, les vestiges de la forteresse d'Alexandre le Grand et son petit musée régional.

Poursuite à travers les grandes steppes ouzbek pour atteindre le désert des Barkhans. Accueil et installation au campement de yourte à Yangigazgan. Départ pour une petite randonnée à travers ce désert de petites dunes de sables, et rencontre avec un éleveur de moutons et de chameaux de Bactriane. Dîner et soirée en compagnie d'un chanteur Kazakh.

Temps de transfert : 5 heures environ.

Temps de visite : 2 heures.

Temps de marche : 3 heures environ.

Hébergement : campement de yourtes (4 à 6 places/yourte), sanitaires communs.

Jour 8 : **Yangigazgan - Sob - Lac Aydar Kul - Sentob**

Transfert sur le village de Sob ; visite en cours de route d'un regroupement d'orpailleurs... déjeuner chez l'habitant puis randonnée vers la ville de Sob, au pied des montagnes de Nourata ; sur le chemin, découverte ensuite de la forteresse de Kourgan, vestige de l'ancien village de Sob... joli point de vue sur la steppe et l'immense lac d'Aydar Kul ; arrivée au village de Sentob et rencontre avec la population du village.

Temps de marche : 3 heures environ.

Dénivelée positive : + 500 m.

Dénivelé négative : - 430 m.

Hébergement : Nuit chez l'habitant, en chambre communes, gros matelas au sol, couvertures fournies, sanitaires communs à l'extérieur de type rustiques.

Jour 9 : **Sentob - Katagan - Plateau Fozilmon**

Le long du torrent Sentobsoy, bordé de gravures rupestres, montée sur le plateau Fozilmon par le sentier des bergers. Découverte ensuite des gorges de Katagan et installation de notre bivouac non loin de la cabane d'un berger.

Temps de marche : 6 heures environ.

Dénivelée positive : + 980 m.

Dénivelée négative : - 50 m.

Hébergement : Bivouac sous tente 3 places pour 2 personnes.

Jour 10 : **Katagan - Col de Pangat (2000 m) - Samarcande**

Passage du col de Pangat (2000 m) ; superbe vue sur la vallée de Samarcande... descente ensuite le long du torrent et déjeuner chez l'habitant au village de Pangat puis transfert pour Samarcande.

Temps de marche : 4 heures environ.

Dénivelé négative : - 950 m.

Hébergement : Hôtel.

Jour 11 : **Samarcande**

Samarcande... un nom magique et une ville presque mythique qui fascine. Contemporaine de Babylone et de Thèbes, la « Marakanda » des Grecs est l'une des plus anciennes villes du monde puisqu'elle compte plus de 4 000 ans d'histoire... une cité exceptionnelle, couverte de palais, de mosquées monumentales et de médersas (écoles coraniques)... Samarcande fut la plaque tournante du commerce sur la Route de la Soie et la principale ville de l'antique Sogdiane.

En matinée, visite de la nécropole Shakh-i-Zinda, un véritable trésor architectural du 14 et 15^{ème} siècle. C'est un ensemble magistral où l'on peut observer tous les procédés artistiques de décoration des édifices islamiques. En après-midi, visite du mausolée Gour Emir (XV^{ème} siècle) doté d'un superbe dôme bleu turquoise nervuré, il abrite les tombeaux de Tamerlan et de ses descendants ; il est aujourd'hui la fierté de Samarcande ; découverte ensuite de la mosquée Bibi Khanym, la plus grande de son temps dans toute l'Asie Centrale. C'est Tamerlan qui la fit construire en 1399 et qui lui donna le nom de sa femme.

Temps de marche et visite : la journée.

Hébergement : Hôtel.

Jour 12 : **Samarcande - Montagnes de Zerafshan - Quruqsoy - Langar**

Départ matinal pour le village de Quruqsoy au milieu des petites montagnes de Zerafshan. Rencontre avec les habitants du village de Quruqsoy qui vous présenteront le musée des antiquités créé par l'école locale, et les vestiges d'un temple zoroastrien de Siypantosh datant de l'époque pré-islamique. Déjeuner chez l'habitant. En après-midi, randonnée dans les paysages vallonnés et verdoyant de la montagne de Zerafshan. Les courbes sont douces et parsemées de roches erratiques nous rappelant qu'autrefois un glacier recouvrait tout cela et faisait un lent chemin vers la plaine. Aujourd'hui, les prairies et quelques carrés de champs occupent cet espace qui semble encore vierge ...

Arrivée au village de Langar, accueil et installation chez vos hôtes. Dîner et nuit.
Temps de transfert : 3 heures 30 environ.

Temps de marche : 4 heures environ.

Temps de visites : 1 heure environ.

Hébergement : Chez l'habitant.

Jour 13 : **Langar - Samarcande**

Visite du village de Langar avec son mausolée et sa mosquée au superbe plafond sculpté et décoré. Retour ensuite sur Samarcande pour la poursuite des visites avec le bazar de Siyob, le plus grand marché de Samarcande, la mosquée Bibi Khanoum construite en 1399 et achevée en 1404. Elle doit son nom à l'une des femmes de Tamerlan ; ce serait ce dernier qui l'aurait faite construire au retour de l'une de ses campagnes militaires ; il aurait de ce fait voulu doter sa capitale d'une immense mosquée capable de rivaliser en splendeur avec les plus beaux monuments de la région. Découverte ensuite du théâtre el Merosi à l'ambiance si particulière... soirée de présentation des costumes traditionnels.

Hébergement : Hôtel.

Jour 14 : **Samarcande - Tachkent**

Matinée libre afin de faire des « achats souvenirs » puis visite d'un atelier de soie dans le village de Konigil. Retour en train sur Tachkent en après-midi puis transfert et dîner à l'hôtel.

Hébergement : Hôtel.

Jour 15 : **Tachkent - France**

Visite du centre artisanal dans la madrasa d'Abdoulkassim. Transfert ensuite vers l'aéroport pour le vol retour sur la France.

Les heures de marche s'entendent arrêts compris (sauf pause de midi et autres pauses contemplatives) et sont strictement indicatives. Suivant les conditions météorologiques, suivant le niveau des participants ainsi que parfois l'état du terrain (boue, neige etc), ces temps de marche peuvent varier à la hausse ou à la baisse.

En raison des risques et des imprévus techniques, climatiques ou autres pouvant intervenir directement ou indirectement sur votre séjour, Viamonts ou son représentant durant le séjour se réserve le droit de modifier l'itinéraire, la succession des étapes, voire d'annuler certaines prestations du programme, notamment si des conditions particulières mettent en cause la sécurité du groupe ou d'une seule personne. Faites nous confiance, ces modifications sont faites dans votre intérêt ou pour votre sécurité.

Le trekking, la randonnée, c'est une passion, un état d'esprit... L'imprévu fait partie intégrante de cette éthique du voyage : "sortir du programme" prévu, l'espace de quelques temps, afin de vous faire vivre quelque chose d'inattendu et pourtant de typique ou authentique nous semble incontournable... Chez Viamonts trekking, nous cultivons cet état d'esprit : vivre une fête traditionnelle ou autre évènement qui se déroule au village voisin de notre lieu d'hébergement, être invité chez l'habitant alors que nous devons passer notre chemin, observer un animal rare et le suivre un moment... Tous nos guides sont à l'affût de ces petits moments exceptionnels qui vous feront vivre encore plus intensément votre voyage... C'est aussi pour cela que vous aimez le trekking et la randonnée, que vous aimez sortir des « sentiers battus »!! ...

INFORMATIONS TECHNIQUES ET PRATIQUES

LE NIVEAU PHYSIQUE

En randonnée : 5 jours de marche à un niveau facile + ne présentant aucune difficulté technique, avec 3 à 6 heures par jour et des dénivelés positifs de 100 à 980 m à un rythme tranquille permettant les prises de photos et la découverte des paysages...

En visite : 9 jours de marche-découverte consacrés à la visite des oasis telles que Samarcande, Khiva et Boukhara.

Ce séjour est accessible à toute personne en bonne santé et en bonne condition physique. Pour mieux apprécier votre séjour, nous vous recommandons de marcher quelques week-ends à un rythme de 3,5 km/heure sur 14 km (durant 4 heures).

PETITS CONSEILS

Nous accueillons beaucoup de randonneurs qui n'ont pas eu le temps de s'entraîner avant de venir et beaucoup souffrent de courbatures, tendinites et autres petites misères qui gâchent un peu ou beaucoup leur séjour.

Vous n'avez pas le temps de faire du sport, alors sur votre trajet pour aller travailler, vous pouvez monter et descendre les escaliers à pied au lieu de prendre l'ascenseur.

Dès que les beaux jours arrivent, vous pouvez vous lever 1/2h plus tôt et descendre à la station précédente pour continuer à pied ou faire l'inverse le soir.

Mais surtout habituez-vous à boire au moins 1,5 l d'eau pendant votre journée de travail, en plus de ce que vous consommez pendant les repas. Progressivement vous passez à 2 litres, ainsi pendant la randonnée vous boirez 3 à 4 litres d'eau et vous n'aurez ni courbatures ni tendinites. Essayez, cela ne coûte rien et c'est tellement mieux que d'avalier des anti-inflammatoires et/ou des antalgiques !!

Pourquoi ne pas prévoir un ou 2 jours d'adaptation en moyenne montagne (1000 à 1500 m) avant votre séjour pour vous reposer et vous acclimater à l'altitude sans forcer. Vous profiteriez beaucoup plus de votre séjour.

LE NIVEAU PSYCHOLOGIQUE

Ce séjour s'adresse à tous ceux qui veulent découvrir l'Ouzbékistan avec ses villes les plus célèbres ... mais aussi le désert et les steppes de l'Asie Centrale, et les populations des petites et moyennes montagnes ouzbèkes.

Pour la partie trek dans le désert et dans les montagnes, nous ne dormons pas en hôtel mais en yourte ou chez l'habitant. Vous serez hébergés en chambrées communes de 4 à 6 personnes, sur des lits individuels (en yourte) ou sur d'épais matelas posés au sol (chez l'habitant). Les sanitaires sont communs et souvent situés à l'extérieur. Ils sont plutôt « rustiques ».

Ce type d'hébergement implique qu'il faudra savoir accepter des conditions de vie simples et parfois rustiques... mais vous savez tout cela, et comme vous recherchez l'authenticité près des populations locales, c'est un paramètre qui ne vous gêne pas...

La préparation psychologique fait aussi partie du voyage ; elle est peut-être plus importante que la préparation physique. Pensez-y, cela vous aidera à surmonter certaines situations et à relativiser les choses.

Vous allez vivre en communauté avec les autres membres du groupe. Vous pourriez être interpellés face à certaines réactions ou comportements. Vous devrez faire preuve de patience, de tolérance et parfois d'humour afin de faire « passer la pilule »...

Vous allez vivre dans un milieu différent du vôtre, vous allez découvrir d'autres populations avec une culture différente de la votre ; certaines situations ou comportements peuvent vous surprendre...

Enfin la météo est parfois capricieuse... ne faites pas chuter votre moral en même temps que la pluie... le trek et le voyage c'est aussi ça...

Pensez avant de partir à tous ces paramètres ; ils font peut-être sourire mais font bel et bien partie du voyage. Si vous y êtes préparés, vous aborderez ces situations avec plus de sérénité et vivrez bien mieux vos vacances.

L'HÉBERGEMENT

Dans les villes de Khiva, Boukhara, Samarcande et Tachkent, vous serez hébergés dans un hôtel local, non étoilé, mais en terme de confort, ils sont similaires à un 2* en France. Ces hôtels ont été choisis pour leur propreté, leur décoration locale, leur proximité avec les centres à visiter, et leur côté « décoration cosy » qui permet aussi de découvrir la culture ouzbek. Vous serez logés en chambre double ou twin (supplément single possible), avec sanitaires privatifs. Sur Boukhara vous serez logés en hôtel de charme avec terrasse, face aux coupoles de céramiques turquoise.

Il y aura 1 nuit dans un campement de yourtes dans le désert des Barkhans. Vous serez hébergés en yourtes communes de 4 à 6 places avec lits individuels. Des couvertures sont fournies (prévoir un drap-sac). Les sanitaires sont communs (type bloc sanitaires de camping).

Il y aura aussi 2 nuits chez l'habitant. Vous serez hébergés dans une des chambres de vos hôtes qui « pousseront leurs meubles » pour vous accueillir pour une nuit. Il y aura 4 à 6 personnes par pièce selon la taille du groupe. De gros matelas seront étalés au sol et des couvertures vous seront également fournies (prévoir un drap-sac). Les sanitaires sont communs (ce sont ceux de la maisonnée), parfois en extérieur (type « cabane au fond du jardin »), parfois en intérieur. La douche n'est pas toujours présente (à ce jour, elle est présente à Sentob, mais reste absente à Sob et Langar).

Il y aura également 1 nuit en train couchette, en compartiment de 4 places. Les sanitaires sont communs. Draps et couverture fournis.

1 nuit en bivouac sous tente 3 places pour 2 personnes avec matelas et couvertures.

Les repas du soir seront pris directement chez vos hôtes ou au restaurant de l'hôtel ou parfois en ville dans des restaurants typiques.

Suivant les horaires d'avion, il se peut qu'il y est aussi 1 ou 2 nuits dans l'avion.

Supplément chambre individuelle en hôtel : 150 € ; nous consulter.

LE PORTAGE DES BAGAGES

Vous n'avez rien à porter durant la journée, sauf votre petit sac à dos qui contient un lainage, un coupe-vent, une gourde, votre pharmacie et votre appareil photo. Pour votre sac de voyage, ce sont des véhicules qui assurent le transport d'un hébergement à l'autre ainsi que des ânes lors du trek dans les montagnes de Nourata.

LES TRANSFERTS

Durant tout votre séjour, de l'aéroport à l'hôtel et de l'hôtel au lieu de départ de la randonnée A/R, des véhicules privés agréés pour le transport touristique assurent les différentes liaisons et transferts. La taille de ces véhicules varie en fonction du nombre de participants. Dans tous les cas, il s'agira de véhicules disposant de davantage de places qu'il y a de participants. Par exemple, pour un groupe de 4 personnes + le guide + le chauffeur, ce sera un véhicule de 8 places minimum.

Il ne faut pas oublier qu'en Ouzbékistan « on doit manger beaucoup d'œufs » !!! Les nids de poule sont très présents et très nombreux sur toutes les routes y compris les grands axes routiers à 4 voies. Cela ralentie considérablement les temps de trajet. De manière générale, il faut compter faire une moyenne à 50 km/h sur un parcours entre 2 villes. Cet aléa est pris en compte dans le calcul des temps de transfert.

L'EAU

L'eau du robinet n'est pas potable. Il est donc impératif d'acheter de l'eau minérale embouteillée. Vous pouvez également faire le choix du traitement avec des pastilles d'Hydroclonazone ou de Micropur notamment sur les journées en montagne. Cela permet de réduire l'impact du recyclage des bouteilles en plastique.

LA NOURRITURE

La nourriture ouzbèke est délicieuse ! Elle est peu épicée ; vous goûterez à la cuisine ouzbèke lors des dîners dans les restaurants et lors des repas chez vos hôtes.

Si de nombreux repas s'effectuent en restaurant c'est en raison de leurs habitudes à cuisiner avec de l'huile de coton. Celle-ci n'est pas digeste et entraîne des complications intestinales.

Nos guides disposent d'une liste des restaurants qui se destinent à une clientèle touristique et qui ne cuisinent donc pas à l'huile de coton. Cette liste est agrémentée de commentaires sur la qualité des repas. Elle est révisée chaque année, n'hésitez pas à faire part à notre guide de votre ressenti si un restaurant vous avait particulièrement plu ou déplu.

Les tables d'hôtes retenues s'adaptent obligatoirement à cet impératif concernant l'huile de coton.

La gastronomie ressemble aux cuisines moyen-orientales et méditerranéennes : on y retrouve le riz cuisiné façon pilaf, les pâtes, les épices parfumées, des fruits et des légumes, du yaourt, des ragoûts et des viandes grillées de type Kebab... sans oublier les pâtisseries (la cuisine du sud se distingue par la finesse de ses sucreries).

Les samosas (prononcer « samsa ») et une grande variété de nans sont par ailleurs extrêmement courants. Les plats nationaux sont le plov dont il existe une infinité de variations (avec pour base de l'huile, du riz, des carottes et du mouton) et le shashlyk (brochettes de viandes et de gras servies avec beaucoup d'oignons). Le chou farci est aussi très populaire.

Le thé, généralement servi sans lait et sans sucre est omniprésent. Après un siècle d'influence russe, la vodka se trouve partout. Le fait d'être musulman n'empêche d'ailleurs pas la grande majorité des ouzbeks de boire, même pendant le ramadan !

L'ÉQUIPE QUI VOUS ACCOMPAGNE

Votre équipe sur le terrain sera composée d'un guide culturel ouzbek francophone, d'un chauffeur, pendant les randonnées, il y aura aussi un guide local connaissant parfaitement les sentiers de sa région.

LE PRIX

Le prix comprend

Le transport en avion.

Les transferts prévus au programme.

L'hébergement tel que mentionné dans le programme.

La pension complète durant tout le voyage sauf le déjeuner du jour 15 (si vous repartez en après-midi).

L'eau minérale lors des repas dans les restaurants.

L'encadrement par un guide culturel ouzbek francophone.

L'encadrement par un guide local pendant les randonnées.

Un chauffeur.

Les muletiers et la location des ânes.

Les entrées dans les musées, sites et monuments mentionnés dans le programme.

Les concerts folkloriques mentionnés dans le programme.

Il ne comprend pas

Les boissons alcoolisées.

L'eau minérale en dehors des repas.

Le visa (70 €/pers. A ce jour).

Les permis de photographier et de filmer sur certains sites (20 € à ce jour pour tout l'ensemble du voyage).

Les pourboires d'usage (20 €/personne/semaine).

Les frais de dossier (12 €).

L'assurance individuelle.

D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans « Le prix comprend ».

À PROPOS DES TAXES AÉRIENNES

La législation française nous oblige aujourd'hui d'inclure le montant des taxes aériennes dans le prix « tout compris » de votre séjour.

Les taxes d'aéroport sont établies sur les critères variables suivant :

- Le cours du baril de pétrole à la date de l'émission du billet.
- La politique économique des aéroports utilisés : aéroport de décollage, d'atterrissage, mais aussi des escales.
- Les contrats liant chaque compagnie aérienne avec tel ou tel aéroport.

De ce fait, nous pouvons être amenés à réajuster le montant de ces taxes d'aéroport entre le moment de votre inscription et moment de l'émission de vos billets. Dans tous les cas vous en serez informés au plus tard à la confirmation de départ de votre voyage.

DATES ET PRIX

Dates	Paris	Sans aérien
Du 03/06 au 17/06/18	2305	1620
Du 10/06 au 24/06/18	2255	1620
Du 17/06 au 01/07/18	2245	1620
Du 24/06 au 08/07/18	2355	1620
Du 01/07 au 15/07/18	2395	1620
Du 08/07 au 22/07/18	2395	1620
Du 15/07 au 29/07/18	2375	1620
Du 22/07 au 05/08/18	2375	1620
Du 29/07 au 12/08/18	2375	1620
Du 05/08 au 19/08/18	2395	1620
Du 12/08 au 26/08/18	2375	1620
Du 19/08 au 02/09/18	2375	1620
Du 26/08 au 09/09/18	2375	1620
Du 02/09 au 16/09/18	2395	1620
Du 09/09 au 23/09/18	2395	1620
Du 16/09 au 30/09/18	2375	1620
Du 23/09 au 07/10/18	2375	1620
Du 30/09 au 14/10/18	2375	1620
Du 07/10 au 21/10/18	2375	1620
Du 14/10 au 28/10/18	2375	1620
Du 21/10 au 04/11/18	2355	1620
Du 28/10 au 12/11/18	2355	1620
Du 04/11 au 18/11/18	2305	1620

DEPART ASSURE DE TOUTES LES GRANDES VILLES DE PROVINCE ; NOUS CONSULTER (compter environ 100 € de supplément).

Départ assuré à partir de 6 participants.

DÉPART POSSIBLE À PARTIR DE DEUX PERSONNES INSCRITES ; NOUS CONSULTER.

Prix sans aérien : 1620 €.

Prix pouvant varier suivant le cours du dollar.

Ajustements tarifaires

Les tarifs indiqués ci-dessus ne sont valables que pour certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui opèrent sur cette destination. Au moment de votre inscription et donc de la réservation de votre siège, ils seront donc susceptibles de modification si toutefois il n'y avait plus de places dans ces classes.

Supplément chambre individuelle pour les nuits en hôtel : 150 €.

Ce tarif est été établi à partir des informations que nous possédons à la date d'édition de la fiche technique (19/04/18). Taxes aériennes, changement de compagnies, hausses de carburant, peuvent intervenir. Vous en seriez avisés au plus tard lors de votre inscription. Seules les modifications prévues à l'article 19 de la loi du 13 juillet 92 pourront s'appliquer après votre inscription.

POUR VOTRE DÉPART

Vous trouverez sur votre convocation, l'heure de décollage ainsi que l'heure à laquelle vous devrez vous présenter au guichet d'enregistrement. En règle générale, vous devrez vous présenter à l'aéroport 2h00 avant le décollage.

ATTENTION ! Conformez-vous à la réglementation quand aux bagages à main car lors du contrôle de police, il pourrait vous être supprimé. Vous trouverez pour cela un petit dépliant qui accompagne votre billet d'avion. Mesdames, veillez à ne pas oublier vos ciseaux ou pince à épiler dans votre sac.

En cas de litige ou de perte de vos bagages : il faut établir obligatoirement et sur le moment une déclaration de perte auprès du bureau des réclamations qui se situe dans l'enceinte de l'aéroport. Si vous veniez à quitter l'aéroport, la compagnie refusera votre requête. Notre agence ne pourra en aucun cas intervenir.

Vous retrouverez votre guide à l'aéroport de Tachkent. Il tiendra un panneau marqué *VIAMONTS Trekking*.

VOS HORAIRES DE RETOUR

L'horaire figure sur votre billet d'avion.

Vous aurez confirmation, par votre guide, et en fin de séjour, du maintien ou du changement des horaires prévus pour le retour.

Comme à l'aller, vous serez convoqué 2 heures avant le départ.

LES FORMALITÉS DE POLICE ET DE DOUANE

Pour les français, un passeport en cours de validité est exigé, encore valable 6 mois après votre retour en France. Pour les autres nationalités, consultez votre consulat.

Si vous voyagez avec des enfants, il faut savoir qu'il est aujourd'hui impossible d'inscrire vos bouts de choux sur votre passeport ; il faut désormais que les mineurs aient leur propre passeport. Si vos enfants partent seuls sur la destination il leur faudra obligatoirement une autorisation de sortie du territoire.

ATTENTION : Lors des contrôles douaniers, tout participant n'étant pas muni d'un passeport valide sera refusé à l'embarquement et ne pourra pas participer au voyage. De plus aucune assurance ne tiendra compte de ce motif d'annulation et vous ne serez en aucun cas remboursé.

N'hésitez pas à consulter le site du Ministère des Affaires Etrangères :
www.diplomatie.gouv.fr

OBTENTION DU VISA

Le visa pour l'Ouzbékistan est à demander à l'ambassade d'Ouzbékistan en France qui se trouve au 22, rue d'Aguesseau 75 008 PARIS tel : 01 53 30 03 53 fax : 01 53 30 03 54 – contact@ouzbekistan.fr

La demande de visa peut-être envoyée par courrier à l'ambassade.

Après inscription, nous vous transmettrons toutes les informations et documents nécessaires à l'établissement de ce visa.

Si vous le souhaitez, nous pouvons effectuer les démarches pour vous moyennant un coût supplémentaire de 40 € de prestations + les frais d'envoi postaux de votre passeport.

Pour obtenir votre visa, vous devez déposer le dossier suivant :

- Le passeport valable 6 mois après votre retour en France.
- La demande de visa déclarée sur internet, imprimée et signée.
- 2 photos d'identité prises de face (ni scannées, ni photocopiées) de format 3,5 x 4,5 cm.
- Une attestation d'assistance rapatriement.
- Une attestation de l'agence mentionnant les dates d'aller/retour des participants.
- Une lettre d'invitation de notre réceptif local fournie par nos soins.

Pour gagner du temps et obtenir l'invitation de notre réceptif local qui vous sera indispensable pour l'obtention de votre visa, nous vous demandons de nous communiquer dès votre inscription, une copie des 2 pages principales de votre passeport, votre profession, et votre nationalité.

SANTÉ ET VACCINATION

Vaccins obligatoires : Aucun

Vaccins recommandés : Diphtérie – Tétanos – Polio ; Hépatite A si vous n’êtes pas immunisé (une analyse de sang détecte l’immunité) ; Hépatite B ; Typhoïde.

Il est recommandé de faire appel à votre médecin traitant pour établir avec lui une pharmacie de voyage adaptée à votre cas personnel et à votre destination.

Compte tenu que vous serez parfois éloigné des centres de secours, nous vous recommandons d’effectuer un bilan de santé et une visite chez le dentiste avant votre départ, notamment passé 45 ans.

N’hésitez pas à consulter le site du Centre d’Informations Médicales :

www.cimed.org

TROUSSE MÉDICALE DE VOYAGE

Cette liste est à adapter et à faire prescrire en fonction de vos besoins personnels et de votre destination par votre médecin traitant.

PETIT MATÉRIEL DE SOINS ET PANSEMENTS

Petits pansements, compresses stériles, sparadrap, stérstrip...

Antiseptique (type Septéal, Diaseptyl...).

Collyre (type Dacryoserum, Biocidan, Opticron...).

Pansements hémostatiques (type Coalgan).

Crème de protection solaire écran total et traitement des coups de soleil (type Biafine).

CALMER LA DOULEUR ET LUTTER CONTRE LA FIÈVRE

Paracétamol : Doliprane, Dafalgan, Efferalgan etc....

Anti-inflammatoires : Voltarène, Advil, Nureflex...

Antispasmodiques : Spasfon Lyoc, Débridat, Viscralgine...

Douleurs gastriques : Maalox, Gaviscon...

MÉDICAMENTS À VISÉE DIGESTIVE

Antidiarrhéiques : Lopéramide, Imodium, Arestal...

Pansements coliques : Smecta...

Contre les nausées et les vomissements : Primpéran, Vogalène, Motilium...

Sachets de réhydratation pour les enfants : Adiaril...

ANTIBIOTIQUES

Infection ORL ou respiratoire : Amoxicilline (Clamoxyl, Augmentin) ou Macrolides.

Infection urinaire ou diarrhée fébrile : Noroxine (mais risque de photosensibilisation).

TRAITEMENT DES ALLERGIES

Antihistaminiques : Clarityne, Zyrtec, Aérius...

Broncho dilatateurs : Ventoline.

Corticoïdes : Solupred, Cortancyl...

TRAITEMENT DE L'EAU

L'eau du robinet en Ouzbékistan n'est, en général, pas potable. Nous vous recommandons, pour éviter des désagréments, de ne la consommer qu'après l'avoir traitée (environ 1 heure avant de la boire suivant le médicament que vous utilisez). Vous devrez donc vous munir de pastilles pour purifier l'eau de type Hydroclonazone ou Micropur : les 2 sont très efficaces, mais le Micropur, bien qu'un peu plus cher, ne donne pas de goût à l'eau. Elles sont INDISPENSABLES. Vous pouvez également faire le choix d'acheter sur place des bouteilles d'eau minérale. Soyez quand même vigilant quant au recyclage (privilégier l'achat d'un bidon de 5 litres d'eau à reverser dans votre gourde plutôt que 5 bouteilles d'un litre, par exemple).

CONTRE LES MOUSTIQUES

Au printemps, il peut être recommandé aux peaux sensibles de prévoir un répulsif contre les moustiques : lotion répulsive, bracelets anti-moustiques, huiles essentielles,... et une crème apaisante en cas de piqûre.

De nombreuses solutions existent en pharmacie, n'hésitez pas à demander conseil.

VOS BAGAGES

Prévoir un grand sac de voyage ou une valise semi-rigide et un petit sac à dos (25 à 35 litres) pouvant contenir une gourde, un appareil photo, un linge et votre pharmacie.

Les papiers et documents à ne pas oublier

- La carte bleue, l'argent liquide.
- Le passeport.
- Les billets d'avion.
- Les photocopies de tous les papiers officiels (passeport, billet d'avion).
- Les numéros de contrat et de téléphone de votre compagnie d'assurance en assistance-rapatriement.
- Votre carnet de vaccination.
- Votre journal de bord avec stylos et crayon à papier (si vous avez envie).

Rangez les papiers et argent

- Voyagez de préférence avec peu de liquidité sur vous (ne pas mettre tout l'argent au même endroit sur vous).
- Sac « banane » ou tour de cou.
- Sac plastique pour l'étanchéité de vos papiers (on en trouve dans les magasins de sport spécialisés, sinon prévoir les sacs congélation à zip).

La trousse de toilette

- Une crème hydratante et un petit tube de crème pour les lèvres.
- Des lingettes pré-humidifiées pour les soirs chez l'habitant sans douche (attention, les lingettes sont particulièrement nocives pour l'environnement, il est impératif de les jeter dans une poubelle en ville).
- Tampons, serviettes périodiques pour les femmes (idem que ci-dessus concernant la préservation de l'environnement).
- Shampoing, savon. La montagne et le désert du Yangigazgan sont des environnements à l'équilibre fragile. Prévoyez donc une toilette rapide, avec un savon biodégradable. Vous pourrez prévoir de faire une lessive lors de vos séjours dans les villes plutôt que chez l'habitant.

Les vêtements

- Casquette ou chapeau.
- Un coupe vent de montagne.
- Un pantalon de toile léger et 1 short.
- Un pantalon (jean ou autre) ou un jogging pour les soirées.
- Quelques tee-shirts et sous vêtements à évaluer personnellement
- Un sweat-shirt ou polaire fine.
- Pull ou polaire chaud.
- Un maillot de bain.
- Des chaussures de marche légères à tige montantes pour le trek dans les montagnes.
- Sandales ou espadrilles ou tennis confortables lorsqu'on arrive à l'hébergement.

Les objets pratiques

- Un drap-sac pour les nuits en yourte et chez l'habitant.
- Des bâtons de marche (facultatif).
- Une lampe de poche (style frontale) avec piles de rechange.
- Du papier hygiénique et un briquet pour le faire brûler (attention à la végétation dans le désert et dans les steppes ; selon la période de départ, il peut être préférable d'emporter le papier sale et le jeter dans la 1^{ère} poubelle).
- Un couteau (de type Opinel et dans la soute lors du transport aérien !).
- Une gourde.
- Une paire de lacets de rechange.
- Sacs plastique pour protéger vos affaires d'un éventuel mauvais temps.
- Lunettes de soleil.
- Chapeau ou casquette de soleil.
- Crème solaire et stick à lèvres « écran total ».
- Un nécessaire à couture contenant des élastiques, des trombones, des épingles à nourrice, aiguille et fil, et quelques serflex.
- Chargeur pour l'appareil photo et le téléphone portable (possibilité de charger les appareils dans tous les hôtels sauf sous la yourte et chez l'habitant). Prévoir éventuellement des batteries de rechange.

VOTRE SÉCURITÉ

Il n'y a aucun problème de sécurité sur l'Ouzbékistan.

Comme dans tous les pays, les précautions d'usage concernant le pickpocket sont de mise.

La délinquance a toutefois tendance à augmenter dans les grandes villes.

En relation étroite avec notre équipe locale, en consultant chaque jour les infos du Ministère des Affaires Etrangères, nous restons vigilants sur les conditions de sécurité du pays.

Nous sommes à l'affût des risques liés aux voyages que nous proposons ; nous consultons régulièrement les différents sites gouvernementaux, nous sommes en relation permanente avec nos équipes locales ainsi qu'avec nos collègues voyageurs...

Aucun pays, aucune région du monde n'est à l'abri de risques : géophysiques, transports, état sanitaire, criminalités ordinaires et terrorisme.

Les précautions d'usage au cours d'un voyage :

Evitez d'emporter vos bijoux et des objets de valeur.

Lorsque vous vous promènerez en ville, faites attention à vos sacs en bandoulières, portefeuilles dans les poches, à vos appareils photos et caméras.

Ne transportez jamais tout votre argent au même endroit sur vous ou dans vos bagages.

Gardez tous vos papiers (passeports, permis de conduire etc....) toujours sur vous ou mieux lorsque vous en aurez l'occasion, au coffre de l'hôtel.

Lors des pauses évitez de vous déplacer pieds nus, mettez toujours des chaussures, et plus particulièrement sur le sable et les sols humides.

L'éloignement fréquent de tout centre de secours nous oblige à insister sur le fait qu'il faut que vous fassiez preuve d'une prudence particulière dans tous vos agissements entrepris au cours du voyage (baignade, escalade, monte d'animaux, etc....). De même, vous devez toujours éviter de vous isoler du groupe (baignades, déserts, forêts...).

Si au cours du voyage vous ressentez une fatigue ou une douleur particulière, parlez-en dès qu'elle se manifeste à votre guide ou accompagnateur en toute franchise. Ce dernier pourra ainsi prendre en temps voulu les dispositions nécessaires.

Veillez à un lavage régulier et soigneux des mains avant chaque repas (hygiène très stricte des mains notamment au sortir des toilettes).

Ne caressez pas les animaux que vous rencontrez, y compris les animaux domestiques, sans l'accord de leur propriétaire.

Restez toujours avec votre guide et laissez-le agir lorsqu'il s'agit de négocier une situation que lui seul est à même de résoudre.

RISQUES ET IMPRÉVUS

Des imprévus techniques, climatiques ou autres peuvent directement ou indirectement nous obliger à modifier le parcours, les horaires ou la succession des étapes d'un voyage, nous vous remercions par avance de la compréhension active dont vous ferez preuve auprès de nos guides, accompagnateurs et partenaires. En leur témoignant votre confiance, vous les aiderez à mieux réussir votre voyage.

Nous serons plongés parfois dans des lieux très sauvages et désertiques, loin de toute habitation, ou en contact avec une population offrant un confort et des conditions d'hygiène rudimentaires mais ô combien sincère et authentique. Naturellement, vous savez tout cela et que c'est aussi pour cela que vous avez choisi ce style de voyage et *VIAMONTS Trekking*.

POUR PLUS D'INFORMATIONS

Nous vous recommandons de lire la fiche OUZBEKISTAN du Ministère des Affaires Etrangères.

Elle peut être consultée sur le site : www.diplomatie.gouv.fr

LA « POLITIQUE » DE CHEZ VIAMONTS *Trekking* EN OUZBEKISTAN

LE RESPECT

Partout où nous allons dans le monde, nous faisons le choix de travailler avec les autochtones et privilégions les petits organismes de manière à faire profiter les gens du pays de notre passage.

Sur le continent asiatique notamment, il faudra savoir accepter une culture différente de la nôtre, la respecter. Il faudra, face à certaines situations, faire preuve de patience et prendre les choses avec respect et philosophie.

L'Ouzbékistan est un pays musulman mais il s'agit là d'un islam très laïc ; l'Etat et l'Eglise sont séparés, et la laïcité est inscrite dans la constitution.

C'est ainsi que la consommation d'alcool et de charcuterie sont autorisés ; les femmes ne portent pas le voile ; l'imam n'a pas de porte-voix pour appeler à la prière.

En Asie centrale, tellement de cultures se croisent que d'autres communautés font partie du paysage : bouddhistes (toutefois en petit nombre), juifs, luthériens évangélistes, catholiques romains, chrétiens orthodoxes.

Néanmoins, des règles de conduite s'appliquent en Ouzbékistan. Si vous les appliquez vous n'en serez que mieux considérés par les populations locales qui apprécieront votre respect de leur culture.

Il faudra se déchausser chaque fois qu'on entrera dans une maison ou dans un site religieux. Et de manière générale, à chaque fois qu'on nous le demandera.

Ne touchez pas la tête des gens, encore moins celle des enfants.

Ne serrez pas la main à une femme ; dites-lui simplement bonjour.

Adoptez en permanence (et plus particulièrement lorsque vous visiterez les monuments et lieux de culte) une tenue correcte, non moulante, recouvrant les épaules et les genoux.

Pour les dames, privilégier les maillots de bain 1 pièce.

Chez vos hôtes, ne jamais vous moucher à table, même en se détournant. Il est préférable de quitter la table et s'en éloigner le temps de se moucher.

Veillez à ne pas prendre les habitants en photo sans le leur avoir demandé. Si par hasard, vous voyez quelqu'un se cacher le visage ou qui s'éloigne un peu plus vite, ayez la présence d'esprit et surtout la courtoisie de détourner votre appareil.

Les ouzbèks sont en général très conciliants et ils adorent être pris en photos **MAIS AVEC VOUS** ... ils n'hésiteront d'ailleurs pas à vous demander de les prendre en photo.

LA MENDICITÉ ET L'ASSISTANAT

Afin de ne pas inciter les enfants à mendier puis plus tard à abandonner l'école pour pratiquer cette activité peut-être plus lucrative que les études, ne distribuez pas de bonbons, stylos, cahiers ou autre. Si vous souhaitez faire don de vêtements ou d'objets scolaires (stylos, cahiers, etc...), vous devez les remettre à une personnalité du village (chef du village, instituteur,...). Elle seule est habilitée à les remettre aux personnes nécessiteuses.

Toutefois, cette pratique étant difficilement compatible avec l'organisation d'un trek en groupe, nous vous recommandons de prévoir plutôt un envoi ultérieur à votre passage. Parlez-en à votre guide, il vous indiquera quels sont leurs véritables besoins et les coordonnées de la personne à qui faire les envois.

CÔTÉ ENVIRONNEMENT NATUREL

Ne laissez rien qui puisse trahir votre passage... Emportez tout : kleenex, papier toilette (que vous pourrez brûler) et déchets en tout genre. De plus en plus de guides ouzbek (et notamment notre équipe) sont sensibles à ce genre de problème.

Lorsque nous logerons chez l'habitant, il faudra économiser l'énergie ; c'est une chance lorsque nous pourrons bénéficier de l'électricité, et eux-mêmes la paye suffisamment cher. Essayer de vous organiser pour n'avoir pas à recharger vos batteries d'appareil photo durant ces nuitées.

Consommez autant que possible, de l'eau naturelle traitée avec des pastilles purifiantes (type Micropur ou Hydroclonazone), pour éviter les bouteilles plastique afin de minimiser la pollution. En effet, les usines de recyclage n'existent pas encore dans les campagnes isolées et même en ville, le tri sélectif n'est pas encore en place correctement. Les bouteilles que vous achetez sont donc brûlées avec les autres déchets et cela est très polluant.

Ne cueillez pas les fleurs ; elles doivent rester dans leur environnement naturel qui leur est propre.

SHOPPING

Le marchandage est de rigueur ; nous sommes en pays musulman. Cependant, ne pas en profiter pour tenter de faire baisser les prix toujours plus bas. Respecter une certaine marge. En règle générale on peut baisser le prix de 20 à 30 %.

Si vous souhaitez faire un achat particulier, n'hésitez pas à en parler à votre guide, il pourra vous conseiller un artisan ou un autre, notamment en fonction du programme.

Sachez qu'on ne marchandage pas ni dans les hôtels, ni dans les cafés, ni dans les restaurants, et encore moins dans les magasins où les prix sont affichés.

LES POURBOIRES

Il est de coutume de laisser un pourboire au personnel (guide culturel, chauffeur, guide local) qui vous a accompagné durant votre séjour mais aussi pour tous les menus services notamment le port des bagages dans les hôtels,

Ce n'est pas une obligation... Donne qui veut... Donne qui peut... et cela reste sous réserve de l'appréciation du service rendu.

Pour les menus pourboires (hôtels, restaurants, etc...), nous vous recommandons de constituer une cagnotte de 10 € par personne que vous remettrez au guide. Il gèrera cette répartition tout au long du séjour.

Pour le pourboire aux guides (culturel et locaux), celui-ci pourra être de l'ordre de 40 ou 50 €/personne (soit environ 20 €/personne/semaine).

Pour le pourboire au chauffeur, celui-ci pour être de l'ordre de 1 € par jour et par personne, soit environ 16 € par personne à répartir entre les différents chauffeurs (à Tashkent le jour 2 et 16 ; à Khiva le jour 3 ; à Boukhara du jour 4 au jour 15).

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

L'AÉRIEN

Sur vol régulier avec Turkish Airlines, Aéroflot, Usbekistan airways, ou une autre compagnie régulière.

Bon à savoir : Lorsque vous arriverez à Tachkent, il vous faudra obligatoirement récupérer votre bagage et passer à la douane avant de le faire ré-enregistrer pour le départ sur Ourgentch.

Les compagnies changent parfois leurs jours et horaires de départ/arrivée. Il est donc possible que vos dates de voyage et de ce fait le programme soient légèrement modifiés.

IMPORTANT : De nouvelles mesures de sécurité entrent en vigueur cet été dans les aéroports : les appareils électroniques (smartphones, tablettes, portable etc.) doivent être chargés et en bon état de fonctionnement pour tous les vols allant ou passant les Etats Unis et Londres. Les agents de contrôle doivent être en mesure de pouvoir les allumer. Par précaution, le chargeur de l'appareil doit être à portée de main. Si l'appareil est déchargé ou défectueux, il sera confisqué. Cette mesure est susceptible d'être étendue à d'autres aéroports.

VOTRE CONVOCATION

Dans les quinze jours à trois semaines précédant votre départ, vous recevrez votre convocation précisant l'heure de rendez-vous à l'aéroport. Seront joints également à cet envoi divers autres renseignements de dernières nécessités comme notamment les coordonnées de nos différents intervenants sur place.

LA MONNAIE

L'unité monétaire est le SOUM (UZS).

1 euro = 10052,43 UZS (au 15/03/18).

Le Soum n'est pas convertible en dehors du pays. Vous pourrez faire de l'échange à l'aéroport (le taux n'est pas intéressant) et dans les hôtels.

Très peu d'établissements changent les chèques de voyage. En raison des contrefaçons, les grosses coupures suscitent la méfiance. Prévoyez plutôt des liasses de billets de 10, 20 ou 50 €, en bon état de préférence.

Cette monnaie ne peut pas s'échanger en France et nous vous conseillons d'emporter des euros en petites coupures que vous pourrez échanger sur place sans problèmes. Vous pourrez faire quasiment tous vos achats en euros.

N'hésitez pas à en parler avec votre guide en arrivant, il vous conseillera au mieux.

Ne surtout pas faire le change à votre arrivée sur l'aéroport ; le taux de change n'est pas du tout intéressant.

Il y a des distributeurs automatiques de billets sur les villes de Tachkent, Samarcande et Boukhara.

LE DÉCALAGE HORAIRE

En hiver, lorsqu'il est 12 heures en France, il est 16 heures à Tachkent.

En été, lorsqu'il est 12 heures en France, il est 15 heures à Tachkent.

POUR TÉLÉPHONER

Dans les grandes villes, vous trouverez des cabines téléphoniques qui fonctionnent à pièces ou à cartes, que vous pourrez acheter dans les kiosques à journaux ou dans les commerces prévus à cet effet.

Les portables passent absolument partout.

Pour appeler en France depuis l'Ouzbékistan

Faire le +33 le n° de votre correspondant sans le premier 0.

Pour appeler l'Ouzbékistan depuis la France
Faire le 00 998 + le n° de votre correspondant

Pour appeler l'Ouzbékistan depuis l'Ouzbékistan.
Faire directement le numéro de votre correspondant, avec le code des provinces qui est mentionné.

ÉLECTRICITÉ

Dans les hôtels et chez l'habitant le courant est le 220 volts. Vous pourrez recharger vos téléphones portables ainsi que vos appareils photos. Pas besoin d'adaptateur, les prises sont aux normes européennes.

LE CLIMAT

C'est un climat excessivement continental où les écarts de températures peuvent aller du simple au double.

L'hiver est en général très froid mais les voyages sont possibles dans les régions de Khiva, Samarcande et Boukhara ; la luminosité est extraordinaire, les touristes ne sont plus là et laissent les sites pour nous tous seuls.

Le printemps et l'automne sont les périodes les plus favorables pour visiter l'ensemble des régions ; le ciel est presque toujours bien dégagé et les températures sont agréables en journée (fraîches le soir).

L'été est une saison où la chaleur est présente certes mais elle est sèche et bien supportable (30° à 35°C).

Les nuits commencent à se faire froides en plein désert courant novembre alors qu'à Tachkent, on peut encore se balader en tee-shirt.

La pluie est fréquente en mars mais elle ne dure jamais longtemps et se caractérise par de petites averses.

Les meilleures pour partir sur ce séjour sont les mois d'avril, mai, juin, septembre, octobre et novembre.

GÉOGRAPHIE

Le relief de l'Ouzbékistan est très varié, allant du désert plat (80% du territoire) aux pics situés à l'est qui avoisinent les 4 300 mètres d'altitude.

Les contreforts de la chaîne Tian Shan au sud-est du pays, débordent également sur les pays voisins tels que le Kirghizistan et le Tadjikistan ; ils forment une frontière naturelle entre l'Asie centrale et la République populaire de Chine.

Au nord du pays, c'est le désert du Kyzyl Kum (sables rouges) qui domine. La région la plus riche en matière de cultures est la vallée de Ferghana, à l'est du Kyzyl Kum. Le fleuve Syr Daria arrose cette vallée qui ne reçoit toutefois que 100 à 300 mm de pluie chaque année mais le désert n'occupe qu'une infime partie de cette région.

Les deux grands fleuves qui irriguent (inégalement) le pays sont l'Amou Daria et le Syr Daria. Ce sont les bassins fluviaux les plus importants de l'Asie centrale et sont très utilisés pour l'irrigation des cultures.

Les principales activités économiques du pays sont le textile, l'industrie agro-alimentaire, la construction de machine-outils, la métallurgie, le gaz naturel, le coton, les légumes, les fruits, les céréales et l'élevage.

L'Ouzbékistan possède aussi des ressources telles que : l'or (7^{ème} producteur mondial), l'uranium (4^{ème} exportateur mondial), un peu de pétrole (moins de 0,3% de la production mondiale), du gaz (environ 1,5% des réserves mondiales prouvées). L'Ouzbékistan possède également des mines d'argent et une large gamme de métaux rares.

L'Ouzbèke et le Russe sont les principales langues parlées ; elles côtoient le Persan. Ancienne plus grosse minorité linguistique, les russophones représentent aujourd'hui à peine 4% de la population, moins de la moitié de leur nombre à l'indépendance en 1991.

Les langues occidentales sont très peu connues.

La loi garantit à chaque citoyen la liberté linguistique et le choix de sa langue d'enseignement. Le réflexe de beaucoup de parents dans les grandes villes est d'inscrire leurs enfants dans des écoles russes, réputées pour leur prestige.

Les musulmans, essentiellement des sunnites, sont présents à 88% ; l'implantation musulmane date des invasions arabes des VIIème et VIIIème siècle. On compte également des catholiques orthodoxes (9%), religion issue de l'ancien empire russe.

Le pays est composé par les peuples Ouzbèkes à 80%, Tadjiks à 5%, Kazakhs à 3%, Karakalpaks à 2,5% et Tatars à 1,5%.

LA FAUNE ET LA FLORE

L'Ouzbékistan possède une faune très variée dont l'antilope Saïga qui est une espèce très rare et, en montagne, le léopard des neiges. La flore est essentiellement représentée par l'absinthe, le chiendent de Sibérie, le saxaoul (petit arbuste typique de la steppe aride).

EN SAVOIR UN PEU PLUS

Les femmes ne portent pas le voile ; elles arborent des vêtements chatoyants et utilisent leurs tresses pour dévoiler leur statut : une ou deux tresses indiquent qu'elles sont mariées ; s'il y en a davantage, c'est que leur cœur est à prendre. Les sourcils fournis et rapprochés sont, chez une femme, particulièrement appréciés par les hommes. Ainsi certaines coquettes utilisent-elles des crayons de maquillage afin que leurs sourcils se rejoignent.

Le symbole national de l'Ouzbékistan est le *Humo*, un oiseau divin qui puise ses origines dans les légendes iraniennes. L'armoirie d'Etat a été adoptée le 2 juillet 1992 ; le Humo symbolise la liberté ; le blé et le coton représentent les principales ressources économiques du pays.

Ami Timur (Tamerlan) est évidemment la figure légendaire de l'Ouzbékistan. Des statues, des rues, des squares, des musées portent son nom à travers tout le pays et ont remplacé les incontournables avenues Karl Marx ou Lénine de l'époque soviétique.

Le drapeau ouzbèke est composé de trois bandes horizontales : bleue, blanche, et verte, séparées de deux liserés rouges. Dans le coin gauche, sur la bande bleue, figurent un croissant de lune et douze étoiles pour les douze mois de l'année de l'indépendance. Le bleu rappelle la couleur de la bannière de Tamerlan. Le blanc symbolise la pureté et la paix, et la bande verte symbolise la nature qui nous entoure et aussi la couleur de l'islam. Les deux lisières rouges sont la source vitale de l'homme (couleur du sang) qui ranime tous les symboles cités ci-dessus.

L'Ouzbékistan compte parmi les plus belles et les plus audacieuses architectures islamiques du monde. Ces chefs-d'œuvre (mosquées monumentales, minarets, mausolées, medersas, dôme de céramique, mosaïques) se trouvent à Boukhara, Khiva, et en particulier à Samarkand, cité mythique de la route de la soie et grande métropole islamique, culturelle et intellectuelle à partir du XIV^e siècle, sous l'impulsion de Tamerlan qui en fit la capitale de son empire, et jusqu'au XVI^e siècle, époque à laquelle la capitale devint Boukhara (aujourd'hui c'est Tachkent).

L'islam interdisant les représentations du vivant, les arts traditionnels se sont tournés vers une forme de calligraphie combinant l'écriture islamique et les arabesques, les portes sculptées et les grilles ouvragées. L'époque soviétique à connu une expansion de la peinture dans un délicieux mélange de réalisme soviétique et d'imitation traditionaliste.

L'artisanat, enfin, est tourné vers des objets précieux mais transportables - vêtements brodés, bijoux, armes, tapis, en phase avec la vie de semi-nomade.

Artisanat, souvenirs :

Sur ce terrain, l'Ouzbékistan n'offre que l'embarras du choix.

Dans les grandes villes touristiques, vous pourrez vous rendre à l'intérieur des *madrasas* pour trouver toutes sortes d'étoffes, de foulards en soie, de céramiques...

Négociez hardiment les *suzanis*, ces tentures murales aux motifs traditionnels. Les anciennes, qui se reconnaissent aux couleurs moins vives sont faites à la main contrairement à la plupart des nouvelles, aux motifs moins attrayants. Chaque ville possède des motifs différents. On trouve également les *yourtas*, ces longs rubans en laine de chameau, couverts de motifs traditionnels kazakhs et qui servaient à décorer l'intérieur des yourtes en s'entrecroisant dans tous les sens.

Dans tous les bazars, les *douppés*, petites calottes traditionnelles noires ornées des motifs de la région d'appartenance s'étalent en quantité.

La *soie* se trouve dans tout le pays, mais est tissée dans la vallée de Ferghana, à Marguilan. Le plus fréquemment, on la trouve sur les bazars au mètre, décorée des couleurs vives des *ikats* traditionnels.

La *céramique* provient de Gijduvan, à quelques dizaines de kilomètres de Boukhara, ou de Rishtan, dans la vallée de Ferghana.

LA CARTE D'IDENTITÉ DU PAYS

Langue officielle : ouzbek

Capitale : Tachkent

Plus grande ville : Tachkent

Président : Islom Karimov

Superficie totale : 448 900 km²

Population totale : 29 559 100 habitants.

Densité : 60 hab/km²

Indépendance de l'URSS : 01 septembre 1991

Gentilé : Ouzbek

Monnaie : Sum ouzbek (UZS)

Fuseau horaire : UTC + 5

Domaine internet : .uz

Indicatif téléphonique : +998

BIBLIOGRAPHIE

« *L'Empire du vent* », Stanley Stewart et Béatrice Vierne, Hoëbeke, 2004

« *Des Monts Célestes aux Sables Rouges* », Ella Maillart Payot Poches, 2003

« *Au fil des routes de la Soie* », Chemins d'étoiles n°11, Transboréal, 2003

« *L'Empire des steppes : Attila, Gengis Khan, Tamerlan* », René Grousset, Payot, 2001

« *Le livre des merveilles de Marco Polo* », Frédéric Le Blay et Louis-Georges Tin (Poche-12 novembre 2009).

CARTOGRAPHIE

Central Asia, 1/1 750 000, Gizi Maps

Central Asia, 1/1 750 000 de Nelles, 2011

PHOTOS

Vous faites de belles ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien Dropbox ou Wetransfer de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

EXTENSION

Vous désirez prolonger votre séjour ?...

Vous souhaitez enchaîner avec un autre trek ?

Vous souhaitez modifier le circuit que nous vous proposons ?

Contactez nous, nous vous proposerons « bons plans » selon votre projet.

EN CE QUI CONCERNE L'ASSURANCE

Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant le séjour ou le voyage.

Afin d'éviter d'être, comme souvent, sur-assuré, il est indispensable de bien vous renseigner auprès de vos assurances personnelles (carte bancaire, automobile, familiale, mutuelle, ...) pour connaître vos réels besoins en assurance complémentaire.

Nous vous proposons ensuite plusieurs formules complémentaires, souscrites auprès de la compagnie d'assurance MAPFRE Assistance :

Option 1 : ANNULATION : elle permet le remboursement des frais conservés par l'agence en cas d'annulation par le voyageur entre la date de souscription du contrat et le départ du séjour. Elle est de **3,3 %** du prix du séjour avec un minimum de **12 € par personne**.

Option 2 : GOLD ou « tous risques » : elle couvre l'annulation, y compris « toutes causes », les bagages, l'interruption de séjour, l'assistance – rapatriement, le départ ou retour impossible, le retard d'avion ou de train, la responsabilité civile. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 3 : PLATINIUM « haut de gamme » : elle couvre les mêmes garanties que la formule GOLD mais sans franchise, et elle couvre en supplément la « garantie du prix » (en cas d'augmentation du cours du dollar US ou du baril de pétrole entre la date de souscription du contrat et la date de départ du séjour). Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 4 : BRONZE + ou «complémentaire CB » : elle vient en complément de l'assurance assistance des cartes bancaires classiques. Elle couvrira donc l'annulation, y compris « toutes causes », les bagages, l'interruption de séjour, le retard de train ou d'avion, la responsabilité civile. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 5 : CHROME CB : elle vient en complément d'une assurance carte bancaire haut de gamme pour augmenter les plafonds de couverture, et offrir certains services SANS FRANCHISE. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 6 : SPECIALE ASSISTANCE : elle couvre uniquement l'assistance médicale et le rapatriement durant le voyage. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon la durée et le lieu du séjour (voir tableau ci-dessous).

Durée	Age	EUROPE / BASSIN MEDITERRANEEN		AUTRES PAYS	
		- 65 ans	+ 65 ans	- 65 ans	+ 65 ans
8 jours		20 €	24 €	36 €	43 €
16 jours		37 €	45 €	67 €	81 €
1 mois		50 €	59 €	89 €	107 €

Montant du voyage par personne	GOLD	PLATINIUM	BRONZE +	CHROME CB	REDUCTION Famille
	Individuel	Individuel	Individuel	Individuel	
Jusqu'à 400 €	28 €	49 €	16 €	6 €	Réduction de 20 % sur le tarif « individuel » de la 4 ^{ème} à la 9 ^{ème} personne
De 401 à 700 €	37 €	54 €	24 €	9 €	
De 701 à 1500 €	49 €	66 €	39 €	19 €	
De 1501 à 2500 €	75 €	92 €	60 €	32 €	
De 2501 à 3500 €	98 €	129 €	89 €	48 €	
De 3501 à 5000 €	144 €	170 €	126 €	66 €	
De 5001 à 7000 €	206 €	235 €	177 €	92 €	

Formule FAMILLE : Il existe une formule qui peut être utilisée de 4 à 9 personnes inscrites sur le même contrat de voyage, et disposant d'un lien de parenté ou vivant sous le même toit.

La réduction de 20 % s'applique sur le prix du tarif individuel et uniquement de la 4^{ème} à la 9^{ème} personne. Un tarif globalisé et personnalisé sera donc appliqué individuellement.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information concernant les détails des garanties couvertes par ces assurances.

En cas de souscription à l'une d'elle, un document reprenant tous ces détails vous sera envoyé avec la confirmation de votre inscription.

POUR VOUS INSCRIRE

Vous disposez d'un bulletin d'inscription à la fin de notre brochure. Vous pouvez également le télécharger sur notre site internet ou nous demander de vous l'envoyer par mail, fax ou courrier.

Pour être pris en compte, le bulletin d'inscription doit être accompagné du versement d'un acompte de 30% (par chèque, virement bancaire ou carte bancaire).

Vous avez aussi la possibilité de réserver votre voyage par internet avec un paiement 100 % sécurisé. Pour vous inscrire :

- Choisissez votre voyage, aller sur la fenêtre « dates et tarifs », sélectionnez la date de votre départ et cliquer sur « réserver »
- Indiquez le nombre de participants
- Indiquez vos options complémentaires (si vous en prenez)
- Indiquez vos coordonnées bancaires pour régler les 30 % d'acompte ou la totalité du voyage.
- Vous recevrez, suite à votre inscription un accusé de réception de votre règlement ; nous vous répondrons que votre transaction a bien été prise en compte.

SUITE À VOTRE INSCRIPTION

Après inscription, nous envoyons une confirmation d'inscription avec toutes les informations et documents nécessaires pour l'obtention de votre visa.

Puis un carnet de voyage complet vous sera envoyé environ 3 semaines avant votre départ pour préparer votre séjour. Vous y retrouverez les formalités de police, de santé, la pharmacie, la liste des bagages nécessaires et d'autres menues informations indispensables à la préparation de votre séjour.

Dans tous les cas, n'hésitez pas à nous contacter si vous aviez encore une question à propos de ce séjour et de cette destination.

Certains d'entre vous (de plus en plus nombreux...) attendent que le départ sur une destination soit confirmé pour s'inscrire... ! Si vous attendez le dernier moment, 2 problèmes majeurs risquent de survenir :

- *Si tout le monde attend que le départ soit confirmé pour s'inscrire, il ne se confirmera jamais !!...*
- *Avec une inscription tardive celle-ci peut vous être refusée car l'hébergement ou l'aérien est complet. Si toutes les options que nous avons posées sont complètes et qu'il reste tout de même des places dans l'avion, vous risquez de voir le prix aérien grimper en flèche (parfois plus du triple !!...) et de ce fait, venir augmenter le prix du séjour.*

ALORS NE TARDEZ PAS ... POSEZ VOS VACANCES ET INSCRIVEZ-VOUS... AU MOINS TROIS MOIS AVANT LA DATE DE DÉPART.

LES OFFRES VIAMONTS

Nous vous rappelons que vous pouvez bénéficier d'une réduction pour inscription anticipée :

- avec 5 mois d'avance, réduction de - 50 € sur le prix du séjour.
- avec 4 mois d'avance, réduction de - 30 € sur le prix du séjour.
- avec 3 mois d'avance, frais de dossier gratuit.

Offres non valables sur un groupe constitué ou pour des personnes ayant pris l'aérien de leur côté et non cumulables avec une autre réduction.

Possibilité de payer votre voyage en plusieurs fois sans frais ; nous contacter.

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter absolument pendant ce séjour, faites appeler le numéro de téléphone que nous vous communiquerons sur votre carnet de voyage. Nous transmettrons les coordonnées pour vous joindre.

Nous espérons avoir répondu à toutes vos questions. Si ce n'était pas le cas, vous pouvez :

- Nous appeler au : **05 61 79 33 49**
- Nous envoyer un fax : **05 61 95 83 35**
- Nous demander par mail de vous rappeler sur votre téléphone
- Nous contacter par mail : info@viamonts.com
- Nous contacter via notre site internet : www.viamonts.fr
- Ou encore nous écrire à :



07, rue de Fossés
31800 SAINT-GAUDENS