

ВСТРЕЧАЙ РАССВЕТ С НАМИ!

ОТ ОЗЕР К ГОРНЫМ ВЕРШИНАМ



- ✓ Продолжительность тура: 11 дней;
 ✓ Наилучшее время: июль-август;
 ✓ Тип тура: комбинированный авто, треки.

Тур на юге нашей страны проходит по знаменитому «Памирскому тракту».

- Бишкек столица Кыргызстана, расположенная у подножия гор Тянь-Шаня в Центральной Азии.
- Иссык-Куль с его кристально чистой водой, минеральными источниками, великолепными песчаными пляжами и сочетанием морского и горного климата является прекрасной курортной зоной.
- Ущелье Чичкан здесь до сих пор сохраняется уникальная первозданность природы, над которой ни человек, ни время не властны.
- Горы Западного Тянь-Шаня прячут в своих высотах россыпь красивейших озер, самое великолепное из которых – озеро Сары-Челек.
- Г.Узген столица династии Караханидов (XXII в.)
- Археологические находки уносят основание города Ош на 3 тысячи лет назад.
- И, наконец, мы отправимся на Памир к озеру Тулпар-Куль, которое находится под пиком Ленина (7134м.) на высоте 3500 м. над уровнем моря.

Памир – это огромный и непривычный горный мир. Здесь все иначе: захватывающие дух панорамы, масштабы, высоты, просторы. Другой воздух, погода, природа и люди. Сюда едут за перезагрузкой, вдохновением и отдыхом для души. Замедлиться и напитаться от первозданной энергетики величественных гор.

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ ТУРА:

- ✓ Столица Кыргызстана;
- ✓ Высокогорное озеро Иссык-Куль;
- ✓ Живописное ущелье Чичкан;
- ✓ Жемчужина Кыргызстана озеро Сары-Челек;
 ✓ Древний Узген;
- ✓ Город на Великом Шелковом Пути г.Ош;
- ✓ Культура кочевников;
- ✓ Незабываемые ночи в юртах;
- ✓ Завораживающая природа;
- ✓ Невероятный Памир.

МАРШРУТ ТУРА:

г. Бишкек – г. Чолпон-Ата – г. Бишкек – ущелье Чичкан – озеро Сары-Челек – г. Узген – г. Ош – юрточный лагерь на озере Тулпар-Куль – Ачик-Таш (международный лагерь под пиком Ленина) - г. Ош

ПРОГРАММА ТУРА:

1 день

Встреча в аэропорту Манас, трансфер на озеро Иссык-Куль (1610 м.) в г. Чолпон-Ата. Завтрак в кафе по дороге. Заселение в пансионат. Свободное время. Отдых на пляже.

265 км.

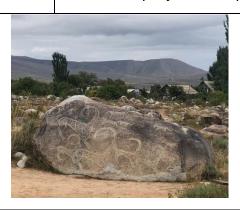




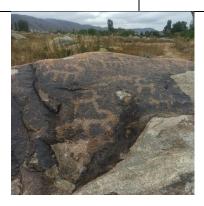


2 день После завтрака переезд в музей петроглифов, который находится под открытым небом и который еще называют «Каменным садом». Отдых на пляже. Прогулка на кораблике за дополнительную плату.

15+15 км.

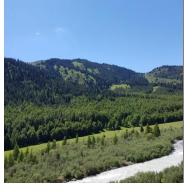






3 день Завтрак, экскурсия в Григорьевское ущелье. Сладкий запах сосен, зеленые горные склоны, шум горной реки, высокогорные озера заманивают туристов отдыхающих на Иссык-Куле. Обед в юртах.

60+60 км.







4 день Завтрак, переезд в г. Бишкек. Остановка у Башни «Бурана» эпохи Караханидов. (XIIв.) Остановка для дегустации каттамы — национальной слоеной лепешки. В Бишкеке ознакомительная экскурсия

290+50 (cumuтур) км. по городу. Ночь в отеле.







5 день Завтрак, переезд в ущелье Чичкан (2200 м.). Склоны в ущелье Чичкан покрывают Тянь-Шаньские ели, арча, дикие заросли барбариса, ежевики. По дну ущелья Чичкан протекает бурная горная река с одноименным названием над которой нависают два хребта: Таласский и Суусамырский. После обеда прогулка по местности. Ночь в гостевом доме «Чичкан»

250 км.







6 день Завтрак, переезд в заповедник Сары-Челек. Биосферный заповедник Сары-Челек - особо охраняемая территория, огромный природный парк. Обед на Токтогульском водохранилище. Ночь в гостевом доме в селе Аркит.







7 день



доме в селе Аркит.

Завтрак. Отдых на озере Сары-Челек (1874 м.). Трек к Здесь раскинулись огромные массивы озерам. *Пикник*. реликтовых лесов грецкого ореха, арчовые леса и разноцветные луга - и все это, как в зеркале, отражается небесно голубой водной глади восхитительного высокогорного озера Сары-Челек. Ночь в гостевом

20+20







8 день

Завтрак. Переезд в г. Узген. Обед в г. Дж-Абад. Посещение историкокультурного и архитектурно-археологического комплекса XII в. (минарет и мавзолеи эпохи Караханидов) в г. Узген. Посещение водяной рисорушки. Переезд в Ош. Ужин в местном кафе (не входит в стоимость тура). Ночь в отеле «Sunrise».

330 км.







9 день

Завтрак, сити-тур по священной горе Сулейман-Тоо, посещение музея «Духовной культуры», который находится в пещере, посещение Восточного базара. Обед в ущелье Аю-Тапан в юрте. Мастер класс по изготовлению лепешек в казане + фолк.шоу. Переезд на озеро Тулпар-Куль в юрточный лагерь. Ночь в юртах (размещение — 4 чел./юрта). За дополнительную плату: Ширдак шоу - изготовление национального ковра. (Аю-Тапан); Як шоу и Каляк шоу (Тулпар-Куль).

30 км. 110+190 км.







10 день

Завтрак, трек к базовому лагерю Ачык-Таш (3600 м) — подножие пика Ленина. Пик Ленина (7134.3 м) - один из самых известных, доступных и наиболее посещаемых семитысячников Памира, расположен на границе между Кыргызстаном и Таджикистаном. Обед в международном лагере. Переезд в г. Ош. Ночь в отеле «Sunrise».

355 км







11	Завтрак. Проводы в аэропорт или на КПП Дуслик.
день	

15 км.

УРОВЕНЬ СЛОЖНОСТИ:

Требуется средний уровень физической подготовки. Самый продолжительный трек – 4 км.

Высоты во время тура от 700 до 3600 метров над уровнем моря.

ТУР ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ СЛЕДУЮЩЕЕ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Г.Ош	Отель «SUNRISE» 3*, (сертификация: «Safe», « Travelife Partner») , https://www.sunrise-osh.kg
Г.Чолпон-Ата	Пансионат «Радуга» или аналогичный
Г.Бишкек	«В отель» или аналогичный
Чичкан	ГД «Чичкакн»
Сары-Челек	ГД Эдельвейс или аналогичный
Тулпар-Куль	Юрточный лагерь « Кыргыз Алай КЕМП»

Для посещения международного альп. лагеря Ачик-Таш необходимо оформить пропуск.

Для этого за две недели нужно предоставить копию паспорта.

МЕНЮ ПИТАНИЯ НА ВЕСЬ ТУР:

Примеры питания, которое будет предоставлено во время тура:

Шорпо (отварной суп из картофеля и мяса); Куриный суп;

Овощной суп;

Озгочо (суп из бобов);

Плов (Узгенский, Баткенский) (рис с мясом и морковью);

Куурдак (жареная говядина (баранина, мясо яка) с картофелем);

Дымдама (овощи с мясом)
Шашлык (Жареное на углях мясо)
Манты (мясо в тесте на пару)
Самсы (мясо в тесте в тандыре)
Жареная рыба

Свежие овощные салаты;

Десерт:

Свежие фрукты;

Напитки:

Черный чай; Зеленый чай; Растворимый кофе.





ТУР ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ СЛЕДУЮЩИЙ ТРАНСПОРТ:

Джип Toyota Land Cruiser 200

Транспорт в хорошем состоянии с кондиционером, водитель имеет большой опыт вождения.







PACЧЕТ ВЫБРОСОВ CO2 (https://www.myclimate.org)

Зачет пробега 2350 км, Топливо: Бензин

Количество CO $_2$ – 1,9 m

В СТОИМОСТЬ ВХОДИТ:

- трансфер на джипе Toyota Land Cruiser 200 на весь тур;
- проживание по программе (2-х местное размещение в Бишкеке, Чолпон-Ате, Чичкане, Арките, Оше, 4-х местное размещение в юрточном лагере);
- питание по программе, кроме, выделенного красным (т.е. в Оше питание не входит, здесь вы сами можете поесть в местном кафе);
- вода 1л. на человека в день;
- тур лидер;
- входные билеты.

В СТОИМОСТЬ НЕ ВХОДИТ:

- √ визовая поддержка;
- ✓ медицинская страховка и издержки;
- ✓ пропуск в пограничную зону

СТОИМОСТЬ ТУРА:

Кол-во, чел.	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Цена с чел. в дол.	1985	1560	1265	1155	1026	1030	950	925	870
%, остающиеся в местных сообществах	54	53	52	51	51	50	50	49	49

ЗА ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПЛАТУ:

- ✓ Прогулка на корабле по озеру Иссык-Куль
- ✓ Ширдак-шоу изготовление национального ковра из войлока 50\$/группа
- ✓ Каляк-шоу национальная одежда Памирских кыргызов 100 \$/группа
- ✓ Як-шоу плетение веревок (которые используются при установке юрты) из шерсти яка 100 \$/группа
- ✓ Одноместное размещение в г. Ош +15 \$/чел

Сопровождать в туре вас будет сертифицированный опытный гид (хотя в нашей стране сертификация гидов необязательна).

Наши гиды регулярно проходят тренинги и обучающие курсы, чтобы повысить уровень предоставляемых нами услуг.

ВИЗОВЫЙ РЕЖИМ В КЫРГЫЗСТАНЕ:

Кыргызстан – одна из самых простых для посещения стран Центральной Азии. Безвизовый режим на срок до 60 дней действует для граждан более 50 стран. Для получения более подробной информации о визе в Кыргызстан посетите, пожалуйста https://evisa.e-gov.kg/get_information.php?lng=en

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В КЫРГЫЗСТАНЕ:

Кыргызстан, как правило, безопасная страна для посещения, хотя путешественникам все же следует проявлять осторожность в приграничных районах. Хотя в этих районах происходили ожесточенные ссоры, они случаются редко.

Остерегайтесь мелких краж, особенно поздно ночью и в многолюдных или туристических местах, таких как базары. Насильственные преступления случаются редко, но путешественникам следует быть особенно бдительными ночью или при путешествии в одиночку.

Если вы планируете поход в горы, имейте в виду возможность высотной болезни и примите необходимые меры предосторожности. собрав необходимые припасы и теплую одежду.

ПОСТКОВИДНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ:

Для граждан Кыргызской Республики и иностранных граждан, пересекающих государственную границу республики, с 1 мая 2022 года отменено обязательное наличие отрицательного результата ПЦР-теста или справки о вакцинации против COVID-19. Тем не менее, пассажиры будут проходить медосмотр по прибытии, и в случае обнаружения симптомов от них может потребоваться сдать ПЦР-тест, а в случае положительных результатов гостям будет предложено пройти карантин.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

- 1. Часто мойте руки с мылом. Гигиена рук это важная мера профилактики распространения коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Руки необходимо мыть не менее 20 секунд. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими средствами и салфетками.
- 2. Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства. Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.
- 3. Соблюдайте расстояние и этикет социального дистанцирования. Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем при чихании, кашле, поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 -2 метра от другого человека (социальная дистанция). Избегайте прямого контакта с другим человеком (рукопожатие, объятия и т.п.). Избегайте тесного контакта и держитесь на расстоянии не менее 1,5 2 метров от человека с видимыми симптомами. Помните: некоторые люди без симптомов могут распространять вирус, поэтому старайтесь всегда сохранять социальную дистанцию.
- 4. Избегайте трогать руками глаза, нос или рот.
- 5. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования необходимо выбросить и тщательно вымыть руки с мылом или обработать дезинфицирующим средством. Если нет салфеток, то кашляйте или чихайте во внутреннюю часть локтя.
- 6. Снимите обувь, когда вы входите в свой дом и смените одежду на чистую, когда вы возвращаетесь домой после того, как вы находились в местах скопления людей.
- 7. Рекомендовано ведение здорового образа жизни. Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.
- 8. Избегая излишних поездок, посещения многолюдных мест и нахождения в замкнутом пространстве, можно уменьшить риск заболевания.

ТЕЛЕФОНЫ компании, отвечающей за тур:

Тур компания SunriseOsh	+996 555 60 50 48 Татьяна менеджер				
	+ 996 558 79 79 67 Зумурат директор				
ГИД ТУРА	+996				
ВОДИТЕЛЬ ТУРА	+996				

В случае если вы попали в экстренную ситуацию, или стали свидетелем аварии, пожара, кражи с взломом, вы можете позвонить по номеру 112, чтобы сообщить о проблеме.

112 - Единый номер вызова служб экстренного реагирования.

Номер 112 доступен бесплатно как с фиксированных, так и мобильных телефонов.

Отдел по рассмотрению преступлений, совершенных в отношении иностранных граждан

МВД КР: +996 312 26-62-61

Дежурный УВД: +996 312 22-97-78, 102

Туристическая полиция +996 500 17 07 93

101 - Пожарная служба

102 - Полиция

103 - Скорая медицинская помощь

104 - Аварийная служба газа

ОПРОСНИК ДЛЯ ТУРИСТА

На нашем сайте есть опросник для туристов для мониторинга удовлетворенности гостей во время тура, который вы можете заполнить в любое удобное для вас время. Ниже ссылка на страницу нашего сайта с формой опросника: http://www.sunrise-osh.kg/

ТРЕБУЕМАЯ ОСНАСТКА ДЛЯ ТУРИСТА:

- * Удобная обувь
- * Индивидуальная аптечка
- * Теплая одежда
- * Средства личной гигиены
- * Крем от загара, головной убор
- * Бутылка для воды
- * Солнцезащитные очки
- * Удобный рюкзак

КАК БЫТЬ ОТВЕТСТВЕННЫМ ТУРИСТОМ

Одной из целей нашей компании является развитие устойчивого туризма в Кыргызстане.

- Старайтесь не вредить природе и местам где вы путешествуете. Не оставляйте за собой мусор и относитесь бережливо к природе и архитектуре посещаемых мест. По возможности, уносите чужой мусор с собой. Пользуйтесь индивидуальными многоразовыми бутылками для воды.
- Старайтесь пользоваться услугами местных жителей, покупайте местные продукты и сувениры. Вкладывая деньги в местную экономику, вы поддерживаете средства к существованию, культуру и самообеспеченность людей.
- Уважайте культуру и традиции местных жителей.

ГДЕ МОЖНО ПРИОБРЕСТИ ПОЛЕЗНЫЕ МЕСТНЫЕ ПРОДУКТЫ

ЮЛ в долине АЮ-ТАПАН - Местное село Жошолу славится изготовлением национальных ковров из войлока – ширдак. Также можно приобрести разнообразные сидушки, тапки, сумки, сувениры из войлока.

ЮЛ на озере ТУЛПАР-КУЛЬ – Можно приобрести лекарственные травы, тканые коврики, сумки.

Все эти вещи делаются местными жителями, покупая эти продукты местного производства, вы улучшаете благосостояние местного населения.

МЕРЫ, ПРИНЯТЫЕ ДЛЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ВЛИЯНИЯ НА МЕСТНОЕ НАСЕЛЕНИЕ:

Мы включили в наш тур посещение двух юрточных лагерей, которые открыли женщины, живущие в отдаленных районах.

- В ЮЛ в долине Аю-Тапан хозяйка юрточного лагеря Гульбарчын воспитывает одна пятерых детей. Зимой вместе с женщинами со своего села (Жошолу) она занимается изготовлением национальных войлочных ковров ширдак. Летом 2021 года мы вместе с ней поставили 4 юрты рядом с её селом в долине Аю-Тапан. Включили ее ЮЛ в программы инфо-туров для местных и зарубежных туроператоров. В этом году помогли оборудованием для ЮЛ (кровати, постель, дорожки и т.д.), чтобы туристы могли оставаться в ЮЛ на ночь. Гульбарчын стала принимать туристов, привлекать других женщин со своего села для показа мастер классов, для работы в юрточном лагере. Все это помогло улучшить благосостояние местного населения за счет привлечения туристов.
- В ЮЛ на озере Тулпар-Куль хозяйка Зурра. Её юрточный лагерь находится на высоте 3500 м. над уровнем моря, рядом с пиком Ленина, поэтому туристический сезон там короткий всего два месяца. В 2018 году мы вместе с ней поставили 4 юрты, в 2019 году 5 юрт. Помогли ей оборудованием: кровати, постель, печки для юрт и т.д. В этом году она самостоятельно поставила 5 юрт. Мы помогли ей в приобретении большой юрты. Также принимает туристов, привлекает для мастер классов местных жительниц, что отражается на их благосостоянии.

ДЛЯ УПРАВЛЕНИЯ ОТХОДАМИ:

Мы в наших турах предлагаем туристам привозить свои многоразовые бутылки для воды (берем в тур воду в больших бутылях), по возможности отказываемся от пластика в ланч-боксах.

На нашем сайте вы можете ознакомиться с другими нашими турами по Кыргызстану: http://www.sunrise-osh.kg/

- 1. Тур «От озер к горным вершинам» начинается в Бишкеке, продолжается на нашем высокогорном озере Иссык-Куль в г. Чолпон-Ате. Затем мы едем на юг нашей страны через самые красивые места нашего Кыргызстана: ущелье Чичкан, озеро Сары-Челек, водохранилище Токтогул. Потом из г.Ош мы направляемся к пику Ленина (7134 м.) по знаменитому Памирскому тракту.
- 2. Тур «Жемчужина юга Кыргызстана высокогорное озеро Сары-Челек». Это озеро по праву считается одним из самых красивых мест Кыргызстана. Заповедник Сары-Челек место вечного блаженства и наслаждения. Первозданная природа, горный воздух и удаленность от цивилизации подарит вам чувство радости и умиротворения.
- 3. Тур « Реликтовые ореховые леса Арсланбоба». Арсланбоб это уникальное творение природы, цветущий оазис на высоте 1600 м. Есть версия, что Александр Македонский увез грецкие орехи их Арсланбоба и распространил их в Греции.
- 4. Тур «Один день из жизни кочевников». В этот день вы познакомитесь с Кыргызским фольклором, пообедаете в национальной юрте, поучаствуете в национальных играх и увидите конную игру Кыргызов Кок-Бору.

ПАМЯТКА ДЛЯ ТУРИСТА

На нашем сайте есть памятка для туристов с полезной информацией. Ниже ссылка на страницу нашего сайта с Памяткой для туриста: http://www.sunrise-osh.kg/

ССЫЛКА НА ВИДЕО ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ:

Информация о Кыргызстане:

https://www.youtube.com/watch?v=uK 73MAkLH8

Национальная игра «Кок-Бору» https://www.youtube.com/watch?v=Dc8bbFDX6pU

Фольклорное шоу:

https://www.youtube.com/watch?v=IPXhwTb9WU

НАШИ КОНТАКТЫ:

г. Ош, проспект А. Масалиева 25а Mo6: +996 772 55 22 70 +996 555 55 22 70 WhatsApp E-mail: sunrise.osh@mail.ru
Instagram: @sunrise_pool_hotel_osh
www.sunrise-osh.kg



