Sun Rise

ВСТРЕЧАЙ РАССВЕТ С НАМИ!

СКАЗОЧНОЕ ОЗЕРО КАРА-КАМЫШ

- ✓ ***Продолжительность тура: 3 дня;***
- ✓ ***Наилучшее время: июнь-август;***
- ✓ ***Тип тура: комбинированный – авто, треки.***

Озеро невероятно красиво и находится в очень живописном ущелье. Одна из многочисленных изюминок озера – это потрясающий вид с берегов озера на горный массив Мин-Теке.

- ✓ *Озеро Кара-Камыш (Кара-Суу) - питается водами реки Кара-Суу.*
- ✓ *Длина озера Кара-Камыш составляет 2 км, ширина 800 м, глубина 60 м.*
- ✓ *Летом вода в озере прогревается до 17-19 градусов.*
- ✓ *Здесь встречаются изумрудно-зеленые пихты Семенова и голубые тянь-шаньские ели.*
- ✓ *Под водой можно увидеть скальные стены и косяки рыб (пелядь, маринка)*

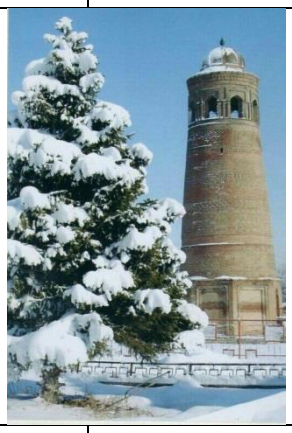
ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ ТУРА:

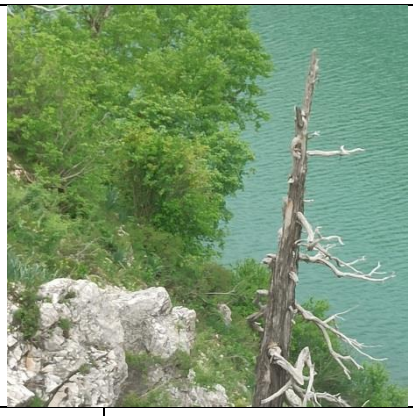
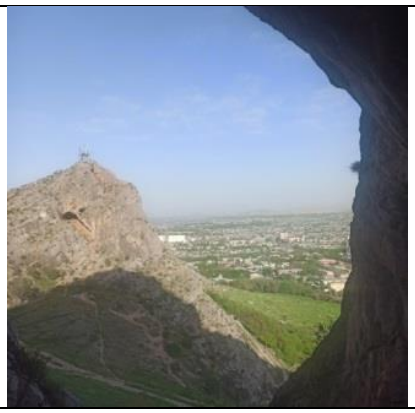
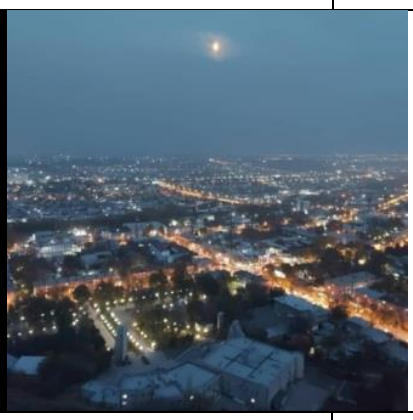
- ✓ *Священная гора с 3000-летней историей;*
- ✓ *Столица плова – г. Узген;*
- ✓ *Незабываемые ночи в юртах;*
- ✓ *Завораживающая природа;*

МАРШРУТ ТУРА:

Г.Ош – г. Узген – село Кара-Су - озеро Кара-Камыш - г.Ош

ПРОГРАММА ТУРА:

1 день	*Встреча в аэропорту г.Ош, переезд в отель, завтрак. Переезд в г.Узген. Посещение историко-культурного и архитектурно-археологического комплекса XII в. (минарет и мавзолеи эпохи Караханидов). Посещение водяной рисорушки. Обед в местной семье – дегустация плова из Узгенского риса. Переезд в село Кара-Су. Ужин. Ночь в гостевом доме.*	*315 км.*
		
2 день	*Завтрак, переезд на озеро Кара-Камыш. Обед. Свободное время. Катание на лодках (за дополнительную плату). Ужин. Ночь в юртах.*	*15 км.*

		
3 день	*Завтрак, переезд в г. Ош. Обед в отеле. Отдых на бассейне. Ближе к вечеру - экскурсия по городу (включая священную гору Сулайман-Тоо). Ночь в отеле.*	*325 км.*
 		
4 день	*Завтрак, проводы в аэропорт или до границ с Узбекистаном (12 км.) Таджикистаном (245 км.) или Китаем (265 км.)*	*15 км.*

УРОВЕНЬ СЛОЖНОСТИ:

Требуется средний уровень физической подготовки.
Высоты во время тура от 900 до 1800 метров над уровнем моря.

ТУР ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ СЛЕДУЮЩЕЕ РАЗМЕЩЕНИЕ:

ОШ	*Отель «SUNRISE» 3*,* ***(сертификация: «Safe», « Travelife Partner»)****, https://www.sunrise-osh.kg*
Село Кара-Су	*Гостевой дом «У Базаркула»*
Озеро Кара-Камыш	*Юрты*

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)
Рыба

Свежие овощные салаты;

Десерт:
Свежие фрукты;

Напитки:
Черный чай;
Зеленый чай;
Растворимый кофе.

ТУР ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ СЛЕДУЮЩИЙ ТРАНСПОРТ:

Джип Toyota Land Cruiser 80, 100 или 200
Транспорт в хорошем состоянии с кондиционером, водитель имеет большой опыт вождения.

РАСЧЕТ ВЫБРОСОВ CO2 *(https://www.myclimate.org)*

Зачет пробега 765 км, Топливо: Бензин
Количество CO_2 - 0,622 т

В СТОИМОСТЬ ВХОДИТ:

- *трансфер на джипе Toyota Land Cruiser на весь тур;*
- *проживание по программе (2-х местное размещение в Оше, 4-х местное размещение в гостевом доме и в юртах);*
- *питание по программе;*
- *вода 1л. на человека в день;*
- *гид на сити тур по Ошу;*
- *входные билеты (Узген, Ош);*
- *Гид-сопровождающий на весь тур*

В СТОИМОСТЬ НЕ ВХОДИТ:

- ✓ *визовая поддержка;*
- ✓ *медицинская страховка и издержки;*

СТОИМОСТЬ ТУРА:

Кол-во, чел.	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*
Стоимость, $ с чел	*560*	*420*	*450*	*390*	*345*	*315*
%, остающиеся в местных сообществах	*53*	*54*	*54*	*55*	*56*	*57*

ЗА ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПЛАТУ:

- ✓ *Катание на надувной лодке;*
- ✓ *Катание на лошади в селе Кара-Су;*
- ✓ *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 и мест размещения по программе:

Тур компания SunriseOsh	*+996 555 60 50 48 Татьяна менеджер* *+ 996 558 79 79 67 Зумурат директор*
Гостевой дом в селе Кара-Су	*+996* *(плохая связь)*
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

В отеле «SunriseOsh» можно приобрести разнообразные сидушки, тапки, сумки, сувениры из войлока, которые были изготовлены в селе Жошолу местными мастерицами.

В г. Узген у местных жителей можно приобрести знаменитый Узгенский рис, который растет только в этом районе Кыргызстана.

Все эти вещи и продукты 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 водяной рисорушки в г. Узген. Рисорушка – это старинные приспособления для очищения зерен риса. Рисорушка находится в управлении одной семьей на протяжении нескольких поколений. И именно здесь вы сможете приобрести настоящий Узгенский рис.

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
Моб: +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