LATITUD 37
Adventures

VIAJE EN GRUPO REDUCIDO · ASIA CENTRAL

Kirguistán aventura

Trekking, yurtas y aventura entre los lagos del Tian Shan



LAGO SAY-KOL · TERSKEY ALA-TOO

SALIDAS	DURACIÓN	GRUPO	PRECIO
Julio y agosto 2027	**13 días**	**6 a 10 personas**	**2.400 €**

Seguro de viaje y anulación incluido

latitud37.com

EL VIAJE

¿Cómo es este viaje?

Un viaje activo por Kirguistán que combina un trekking de cuatro jornadas por las montañas de Terskey Ala-Too —durmiendo junto al lago Ala-Kol—, cultura nómada y rafting.

Empezaremos junto al lago **Issyk-Kul** y los valles de **Jety-Oguz**. A pie cruzaremos el paso Telety, llegaremos al lago Ala-Kol y descenderemos a las aguas termales de **Altyn-Arashan**. Dormiremos en yurtas y en tiendas de campaña, compartiendo el día a día de la ruta.

Después cambiaremos las botas por unos días junto al lago **Son-Kul**, a 3.016 m, entre familias de pastores y sus rebaños, antes de continuar hacia **Chon-Kemin** y terminar con un descenso de rafting por el **río Chu**.

Lo más representativo y salvaje del país y de su gente, acogedora y dispuesta a compartir sus alojamientos tradicionales y su gastronomía más auténtica. Si estás dispuesto a probar cosas nuevas y compartir 13 días increíbles con un grupo reducido, este es tu destino.

¿Qué te aporta?

- Trekking por Terskey Ala-Too
- Lago Ala-Kol y pasos de casi 3.900 m
- Noches en yurtas y tiendas
- Vida nómada junto al lago Son-Kul
- Cetrería tradicional con un berkutchi
- Termas de Altyn-Arashan
- Rafting en el río Chu



Campamento de yurtas



Grupo Latitud37

NIVEL FÍSICO

●●●●○

Medio-alto. Cuatro jornadas seguidas de trekking con mochila.

ALTITUD MÁXIMA

3.860 m

Paso Ala-Kol. Noche en tienda a ~3.600 m.

ETAPAS DE TREKKING

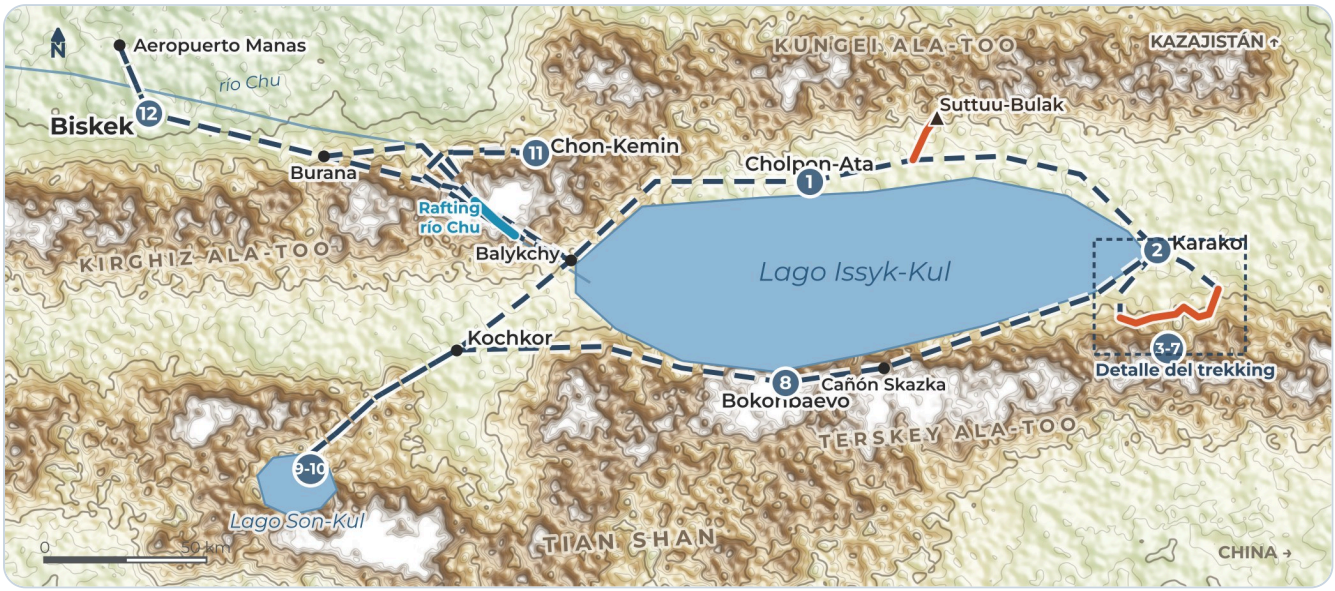
9–18 km

Hasta 6–8 h de marcha por jornada.

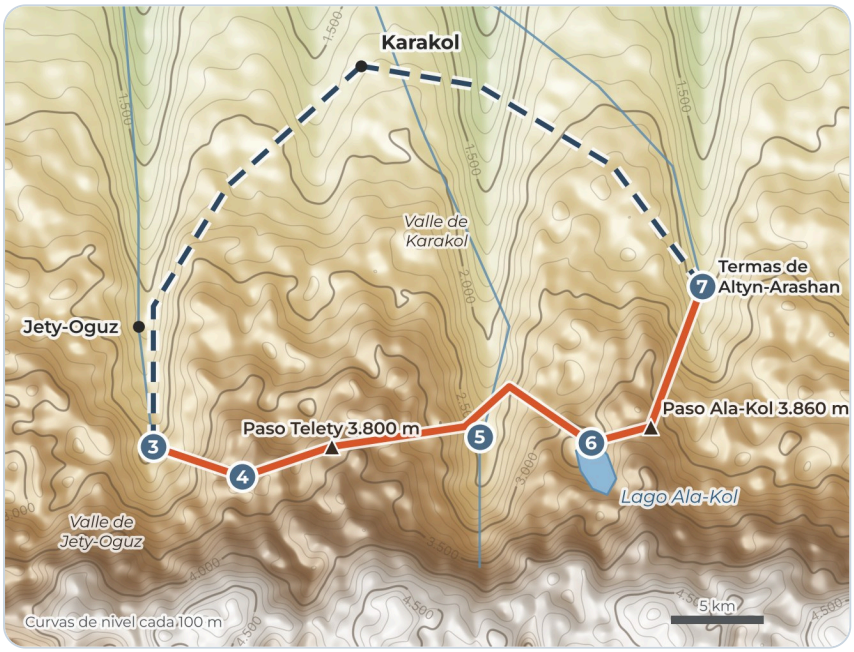
El programa ocupa 13 días desde la llegada a Kirguistán hasta el vuelo de regreso a España; la salida desde España dependerá de los horarios de los vuelos.

EL RECORRIDO

Mapa del viaje



DETALLE DEL TREKKING · DÍAS 3 A 7



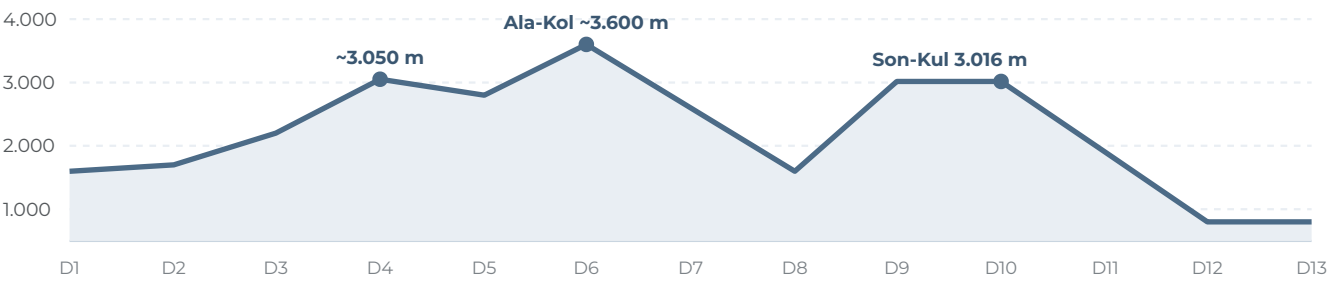
Leyenda

- Trekking y caminatas
- Traslado en vehículo
- Rafting en el río Chu
- Noche del día indicado
- Paso de montaña / cumbre
- Lagos y ríos

500 m — 2.500 — 5.000 m
Altitud · curvas de nivel

1	Cholpon-Ata
2	Karakol
3–7	Trekking Terskey Ala-Too
8	Bokonbaevo / Tong
9–10	Lago Son-Kul
11	Chon-Kemin
12	Biskek

PERFIL DE ALTITUD · NOCHES DEL VIAJE



ITINERARIO

Plan de viaje día a día

DÍA 1

Llegada a Biskek y traslado a Cholpon-Ata

Llegada al aeropuerto de Manas, encuentro con el guía y traslado para desayunar. Continuaremos hacia Cholpon-Ata, junto al lago Issyk-Kul, a unos 1.600 m. Por el camino se podrán visitar, de forma opcional, los petroglifos y la torre de Burana.

≈ 250–270 km · Hotel 3* · Desayuno · almuerzo · cena

DÍA 2

Cholpon-Ata · lago Suttuu-Bulak · Karakol

Por el desfiladero de Grigoryevskoye cruzaremos el paso Kok-Bel (2.375 m) hacia el de Semenovskoye. Desde el collado contemplaremos ambos valles antes de caminar hasta el lago Suttuu-Bulak (unas 3 h hasta el lago). Pícnic y continuación a Karakol.

≈ 170 km / 3 h + caminata · Hotel 3* · Desayuno · almuerzo · cena



¡Bienvenidos a Kirguistán!



Valles del Terskey Ala-Too

DÍA 3

Karakol y el valle de Jety-Oguz

Visita de Karakol y traslado al desfiladero de Jety-Oguz: rocas rojas del Corazón Roto y los Siete Toros y un cañón de la zona. Almuerzo en el campamento y, por la tarde, caminata hasta una cascada.

≈ 60 km · Yurta compartida (4 pers.) · Desayuno · almuerzo · cena

DÍA 4

Comienza el trekking: hacia el paso Telety

Remontamos el desfiladero de Jety-Oguz hacia la base del paso Telety, con paradas para descansar y almorzar. Noche en campamento de yurtas a unos 3.050 m.

Trekking · 16 km · 5–6 h · +450 m · Yurta (6–8 pers.) · Desayuno · pícnic · cena

DÍA 5

Paso Telety (3.800 m) y descenso al valle de Karakol

Ascenso al paso Telety; cambiamos de vertiente y descendemos al desfiladero de Karakol por el sendero de la travesía. Noche en campamento de yurtas.

Trekking · 18 km · 6–8 h · +750 / −1.300 m · Yurta · Desayuno · pícnic · cena

ITINERARIO · TREKKING

Hacia el lago Ala-Kol


Remontando el valle


Cascadas en ruta


Hacia los pasos

DÍA 6

Ascenso al lago Ala-Kol

Bajamos ligeramente por el valle de Karakol, cruzamos un puente y subimos hacia el lago Ala-Kol, primero entre bosque y después ganando altura. Acampada junto al lago, a unos 3.600 m.

Trekking · 9 km · 6–8 h · +1.100 m · Tienda de 2 pers. · Desayuno · pícnic · cena

DÍA 7

Paso Ala-Kol (3.860 m) y termas de Altyn-Arashan

Vistas sobre el lago y la cordillera de Terskey Ala-Too; con buena visibilidad, picos como Ak-Suu, Dzhygit, Karakol y Oguz-Bashi. Descenso por pedrera y por el amplio valle de Keldike, entre pastos y rebaños, hasta las aguas termales de Altyn-Arashan para bañarnos y descansar.

Trekking · 18 km · 6–8 h · +200 / −1.200 m · Yurta (4 pers.) · Desayuno · pícnic · cena


Lago Ala-Kol


Almuerzo en ruta

ITINERARIO · VIDA NÓMADA

Issyk-Kul y Son-Kul

DÍA 8

Regreso a Issyk-Kul: Bokonbaevo o Tong

Bajamos de Altyn-Arashan a Karakol en un vehículo de montaña tipo Kamaz o Gaz 66. Tras el almuerzo, continuación a la orilla sur del Issyk-Kul. Opcional: el cañón Skazka, «Cuento de Hadas» (1–1,5 h de paseo). Tarde de descanso junto al lago.

Casa de huéspedes u hotel · hab. doble | Desayuno · almuerzo · cena

DÍA 9

Tradición de cetrería y traslado a Son-Kul

Por la mañana conoceremos a un berkutchi, un cetrero local que nos hablará de sus aves y hará una demostración tradicional. Almuerzo en Kochkor, con posibilidad de visitar una tienda de artesanía, y llegada al lago Son-Kul al final de la tarde.

Yurta compartida (2–4 pers.) | Desayuno · almuerzo · cena



Pastos de Son-Kul



Vida en el jailoo

DÍA 10

Un día junto al lago Son-Kul (3.016 m)

Rodeado de pastos de montaña o *jailoo*, donde en verano las familias de pastores viven en yurtas con sus rebaños. Pasearemos, conoceremos a los pastores y sus costumbres, la elaboración de platos locales y los petroglifos de la zona. Opcional: excursión a caballo (coste adicional).

Yurta compartida | Desayuno · almuerzo · cena



Excursión opcional a caballo





Campamento en Son-Kul

ITINERARIO · FINAL

Chon-Kemin y el río Chu

DÍA 11

Son-Kul · Kochkor · Chon-Kemin

Traslado al parque natural de Chon-Kemin, con almuerzo en Kochkor. Paisajes que van del semidesierto a los bosques, las cumbres nevadas y los glaciares.

≈ 250 km / 4,5 h · Casa de huéspedes u hotel · Desayuno · almuerzo · cena

DÍA 12

Rafting en el río Chu y regreso a Biskek

En el desfiladero de Boom nos esperan los instructores: unos 15 km y una hora de descenso, con rápidos de clase II–III, desde poco antes de la zona «Cold Water» hasta el puente Burulday. Incluye neopreno, calzado, chaleco, casco y pala; lleva bañador y toalla. Almuerzo típico kirguís y regreso a Biskek.

Rafting · ≈ 150 km / 2 h · Hotel 3* · Desayuno · almuerzo · cena



Rápidos de clase II–III



Desfiladero de Boom

DÍA 13

Vuelo de regreso a España

Desayuno y traslado al aeropuerto. Vuelo de regreso según los horarios elegidos.

Desayuno



Buen ambiente en cada traslado

El recorrido podrá adaptarse a la meteorología, al estado de los senderos y a la evolución del grupo. Distancias, tiempos y desniveles son orientativos.

PRECIO Y CONDICIONES

Precio y forma de pago

PRECIO POR PERSONA

2.400 €

Grupo de 6 a 10 personas · salidas en julio y agosto de 2027. Vuelos internacionales no incluidos.

Forma de pago

600 €	Reserva de plaza
700 €	90 días antes del viaje
700 €	60 días antes del viaje
400 €	En efectivo en destino, a entregar al guía

✓ Incluye

Seguro de viaje y anulación incluido
Además, seguro de accidentes y responsabilidad civil. Coberturas sujetas a las condiciones de la póliza: pídenoslas antes de reservar.

- Recepción y despedida en el aeropuerto; traslados de llegada y salida.
- Hoteles de 3* en Cholpon-Ata, Karakol y Biskek, en habitación doble (cama de matrimonio o dos camas, según disponibilidad).
- Casa de huéspedes u hotel en Bokonbaevo/Tong y Chon-Kemin.
- Yurtas compartidas: Jety-Oguz y Altyn-Arashan, 4 personas; jornadas de trekking, 6–8; Son-Kul, 2–4. Tiendas de 2 personas en el lago Ala-Kol.
- Pensión completa desde el desayuno del día 1 hasta el desayuno del día 13, con almuerzos para llevar cuando se indica.
- Transporte según itinerario y vehículo de montaña Kamaz o Gaz 66 entre Altyn-Arashan y Karakol.
- Guía de trekking.
- Entradas a las excursiones del programa (las opcionales, pendientes de confirmar).
- Rafting en el río Chu con instructores y equipo.
- Demostración de cetrería con un berkutchi.
- Botiquín de primeros auxilios.

✕ No incluye

- Vuelos internacionales de ida y vuelta a Biskek.
- Material personal. Necesitarás saco de dormir para el trekking de Ala-Kol.
- Gastos personales en los alojamientos (bar, wifi, llamadas internacionales).
- Porteadores en la travesía Jety-Oguz–Altyn-Arashan (días 4–8): tarifa orientativa de 4.000 som (≈ 46 USD) por porteador y día; carga máxima de 17 kg.
- Excursión a caballo en Son-Kul: ≈ 2.500–3.000 som (29–35 USD) por 3–4 h.
- Guía de la excursión a caballo: ≈ 3.000–3.500 som (35–40 USD) por 3–4 h.
- Abandono de la expedición por causas personales.
- Cambios ocasionados por meteorología adversa.

ANTES DE RESERVAR

Información práctica

Preparación física
Esfuerzo medio-alto: cuatro jornadas seguidas de trekking, de 9 a 18 km y hasta 6–8 h de marcha. Conviene estar acostumbrado a caminar varios días por montaña, con desnivel y mochila. Antes de reservar hablaremos de tu experiencia.

Alojamientos
Hoteles y casas de huéspedes en habitación doble, yurtas compartidas y una noche en tienda de dos personas. Son alojamientos compartidos y sus comodidades varían.

Mochila y porteadores
Prepara el equipaje contando con llevarlo tú. Si quieres porteador, consúltalo antes de la salida para confirmar disponibilidad y coste.

Vuelos
No incluidos. Consúltanos los horarios previstos antes de comprar los billetes, para coordinar llegadas y traslados.

Altitud
Cruzamos el paso Ala-Kol (≈ 3.860 m), dormimos una noche junto al lago, a unos 3.600 m, y dos en Son-Kul (3.016 m). Tenlo en cuenta y consulta tus circunstancias personales.

Comidas
Pensión completa durante todo el programa. Si tienes alguna necesidad alimentaria, coméntala antes de reservar.

Material
Equipo personal de trekking, ropa de abrigo e impermeable, calzado de montaña y saco de dormir. Te enviamos la lista de material antes de comprar o alquilar.

¿Viajas solo o sola?
Puedes reservar tu plaza sin acompañante y compartir la experiencia con el grupo.

¿Te vienes a Kirguistán?

Escríbenos o concertamos una llamada para comentar tu experiencia, el material y lo que esperas del viaje. Cada viaje es una historia nueva; la tuya empieza aquí.

TELÉFONO
672 402 041

EMAIL
aventuras@latitud37.com

WEB
latitud37.com/viajes/kirguistan-aventura

Latitud37 Trekking S.L. · Agencia de viajes CIAN 187616-2 · Viaje sujeto a las Condiciones de Contratación publicadas en latitud37.com