

# PAMIR HIGHWAY



# Caratteristiche del viaggio

Di seguito le caratteristiche di questo tour per permettere al viaggiatore di auto selezionarsi, scegliendo l'itinerario che più gli si addice, ma anche per avere info essenziali prima della partenza.

L'itinerario è una linea guida, ben calibrato e frutto di esperienze precedenti. Talvolta, le circostanze possono cambiare, come le condizioni meteorologiche pertanto le tappe possono essere riequilibrate.

## QUALI SONO I REQUISITI PER QUESTO VIAGGIO?

**Spirito d'adattamento** e **buona condizione fisica** sono due prerogative di ogni esplorazione targata Viaggia con Carlo. L'itinerario prevede altitudini elevate, fino a **4.655 metri**, dove sarà possibile avvertire i sintomi del mal di montagna. È consigliato consultare un medico prima di partire se si soffre di problemi cardiaci, respiratori o di pressione.

Pernotteremo, poi, in hotel semplici, guest house, homestay e una notte in yurt. È quindi fondamentale essere preparati ad affrontare condizioni essenziali, con possibili piccoli disagi, come bagni condivisi, possibile assenza di acqua calda, e in alcuni casi mancanza di riscaldamento. Le giornate prevedono lunghi spostamenti, dalle 6 alle 8 ore, su strade montane e sterrate, con tempi di percorrenza che possono variare a causa delle condizioni del terreno e del meteo. Le escursioni a piedi (fino a 5 ore in alcune giornate) si svolgono su terreni irregolari e richiedono un buon livello di energia. Inoltre, **ci potranno essere piccoli contrattempi**, come i ritardi ai confini, e le tappe possono essere lunghe per le condizioni del terreno precarie, soprattutto con condizioni meteo avverse.

## DOVE DORMIREMO?

Dormiremo principalmente in **hotel standard semplici**, sempre con servizi privati. Passeremo alcune notti in **guest house** e **homestay**, strutture locali con standard inferiori a quelli a cui siamo abituati e servizi in comune. Infine, a Jety-Oguz avremo modo di pernottare in una **Yurta**, una struttura spartane, molto semplice, in tende da 4 letti singoli.

## COME CI SPOSTEREMO?

Utilizzeremo **Jeep 4x4** lungo la Pamir Highway fino a Osh, e **pulmini privati** per il resto del viaggio. Entrambi i mezzi saranno super accessoriati con guidatore locale parlante inglese.

## QUANTI E QUALI PASTI SONO INCLUSI?

Durante il viaggio, ad eccezione di qualche giorno, sono **compresi tutti i pasti**. Non ci sono casse comuni quindi ognuno si gestirà in maniera autonoma per quanto riguarda il pagamento dei pasti non inclusi.

## È PREVISTA UNA GUIDA E/O ASSISTENZA LOCALE?

Avremo a disposizione una **guida locale parlante inglese** che ci mostrerà le bellezze di questo Paese. Ci sarà comunque un **assistente Viaggia con Carlo** che partirà dall'Italia per rendere il viaggio ancora più piacevole.

## QUALI SONO LE TEMPERATURE E COME DOVREMO VESTIRCI?

Il viaggio attraverserà tre paesi con climi molto diversi, influenzati soprattutto dalle altitudini elevate e dalle differenze geografiche. In **Tagikistan** il clima è tipicamente **continentale con estati calde**: durante il giorno le temperature possono raggiungere i 35°C, mentre nelle aree montuose della **Pamir Highway** il clima è **più fresco**. A queste altitudini, che superano i 4.000 metri, le temperature diurne possono oscillare tra i 15°C e i 20°C, mentre di notte scendono spesso vicino 0°C, con possibili venti freddi.

In **Kirghizistan**, le temperature variano in base alla zona: nelle valli si registrano valori di 30 °C-35°C durante il giorno, ma nei passi montani, come il Passo Ak-Baital e il Kyzylart, **le temperature possono calare drasticamente**, specie al mattino presto e di sera. Infine, in **Kazakistan** il clima è **più mite**, con temperature diurne che si aggirano intorno ai 30°C, ma il caldo può essere più intenso rispetto alle altre aree.

Consigliamo cappelli, occhiali da sole, crema solare e di **vestirsi stratificati** (abbigliamento a cipolla) in modo da possedere capi sia per temperature calde, che per ambienti più freddi. È importante portare con sé uno scarponcino alto e robusto per affrontare le camminate in serenità.

## COSA PORTARE

Consigliamo di cercare di portare l'indispensabile in modo da non avere un bagaglio che pesi eccessivamente perché renderebbe scomodi i continui spostamenti. Per questo tour sono ideali indumenti leggeri, pratici e comodi. Come sempre sconsigliamo le valigie rigide. Di seguito i consigli di Viaggia con Carlo.

### DOCUMENTI DI VIAGGIO

- Passaporto
- Assicurazione di Viaggio con contatto telefonico 24h e numero polizza
- Biglietti aerei elettronici (e-ticket)
- Biglietto del treno
- Fotocopia dei documenti importanti, da tenere separati (raccomandiamo di tenerne una copia a casa)
- Numeri di emergenza

### FACCENDE MONETARIE

- Contanti: € da cambiare in loco
- Carta di credito/Bancomat

### SALUTE PERSONALE

- Kit primo soccorso (disinfettanti, cerotti, garza, ovatta, termometro)
- Medicinali personali
- Occhiali / Lenti a contatto e liquido per lenti
- Occhiali da sole

- Burro cacao e crema solare 50+
- Biorepellente per insetti
- Antispastico
- Antidiarroici e digestivo
- Fermenti lattici, vitamine, sali minerali, magnesio e potassio
- Antidolorifico/Antinfiammatorio
- Antibiotico ad ampio spettro
- Prodotti toilette (tra cui salviette organiche, carta igienica)
- Cerotti per vesciche (Compeed)
- Crema/pomata per traumi
- Creme per muscolatura (pre/post attività)
- Barrette energetiche

### ACCESSORI

- Cuffie/Auricolari
- Libri/E-reader
- Batterie e memory card
- Video/fotocamera con custodia
- Powerbank (da mettere nel bagaglio a mano)
- Zainetto comodo per le escursioni diurne (25/30 lt)
- Sacca idrica/Borraccia (da almeno 1/1,5 lt)
- Torcia o frontalino (con batterie di riserva)
- Sacchetti/buste in n nylon
- Sacca impermeabile copri zaino

- Asciugamano e/o accappatoio in microfibra
- Cuscino gonfiabile
- Sacco a pelo (temperatura 15°C comfort)

## ABBIGLIAMENTO

- Cappellino/Berrettino/Buff per collo
- Guscio antivento e impermeabile
- Piumino compatto
- Pile leggero e di media pesantezza
- Maglia fleece manica lunga
- T-Shirts sintetiche e di cotone
- Pantaloni casual
- Pantaloni trek medio-leggeri (adatti a camminare)
- Biancheria intima (possibilmente tecnica per il trek)
- Calze/calzettoni
- Scarpe/Scarponcini da avvicinamento con buona suola
- Sandali/Ciabatte

*Manca qualcosa nel tuo zaino? Rivolgiti ai nostri partner di fiducia!*



# Penali di annullamento

Al Turista che receda dal contratto per casi diversi da quelli previsti dall' art. 7 delle condizioni generali, saranno addebitate le seguenti penali (calcolate sull'importo totale del pacchetto prenotato):

- ✓ **fino a 30 giorni** prima della partenza: **25% del costo** del viaggio
- ✓ **da 29 a 21 giorni** prima della partenza: **50% del costo** del viaggio
- ✓ **da 20 a 14 giorni** prima della partenza: **75% del costo** del viaggio
- ✓ **da 13 a 5 giorni** prima della partenza: **90% del costo** del viaggio
- ✓ **oltre tale termine: 100% del costo** del viaggio

Si precisa che:

- ✓ se l'assicurazione "All Inclusive" è compresa nella quota di partecipazione, questa non è rimborsabile;
- ✓ nessun rimborso sarà accordato a chi non si presenterà alla partenza o rinuncerà durante lo svolgimento del viaggio;
- ✓ nessun rimborso spetterà a chi non potesse effettuare il viaggio per mancanza o invalidità o insufficienza dei previsti documenti personali di identità e espatrio.

L'Organizzatore si riserva, senza impegno né responsabilità di:

- ✓ rimborsare eventuali somme recuperate relative a servizi non usufruiti a seguito di rinunce;
- ✓ rimborsare eventuali somme recuperate relative a servizi non usufruiti in corso di viaggio o per diverse prestazioni ottenute, sempre che il Turista fornisca documentazione scritta.

# VIAGGIA CON CARLO

Carlo: +39 349 2970535

Info line: +39 0461 1923457

Website: [www.viaggiaconcarlo.com](http://www.viaggiaconcarlo.com)

Email: [info@viaggiaconcarlo.com](mailto:info@viaggiaconcarlo.com)

Organizzazione Tecnica

**VIAGGIGIOVANI.IT**

Via Milano 17, 38122, Trento (TN)

P. IVA 02092650221

*#viaggiaconcarlo*

*#nomadimoderni*

