269 KYRGYZSTAN-UZBEKISTAN

Obě navštívené země se nachází ve Střední Asii. Kyrgyzstán je zemí mezi nebem a zemí, které vládnou horské masívy, nedozírné pláně a jedno z největších horských jezer světa Issyk-kul. Až 90% území leží ve výšce víc než 2000 metrů nad mořem! Území protkané útulnými bílými jurtami a stády pasoucího se dobytka, území svobody, které si vychutnáme společně. Nomádská tradice a život v jurtě je zde a v Mongolsku nejzachovalejší. Uzbekistán je prastarou kulturní krajinou, které vzdávali hold středověcí básníci, učenci i vladaři, země s překrásnými barevnými stavbami patřícími nádherným a bohatým městům. Drahokamy ležící na Hedvábné stezce, kterou budeme po dobu zájezdu kopírovat, vyráží dech návštěvníkům dodnes. Desítky mešit a medres, fascinující mauzolea, ale i útulné lázně, hammamy a nekonečná poušť Kyzylkum.

CHARAKTERISTIKA AKCE

Jedná se o poznávací zájezd. Časový harmonogram akce se skládá z poznávacího okruhu v Kyrgyzstánu, kde se hlavní důraz klade na přírodní krásy a poznání života a tradic místních obyvatel. Druhou část zájezdu tvoří poznávací okruh v Uzbekistánu. Hlavním cílem této části jsou jedinečné památky hlavních křižovatek hedvábné stezky a oblast vysychajícího Aralské moře. Na přesuny budeme většinou používat vlastní mikrobusy, na trase Taškent – Samarkand využijeme vlakové spojení a z Biškeku do Taškentu a z Nukusu do Taškentu se přesuneme letecky. Do časového harmonogramu akce nejsou zařazeny žádné noční přesuny. Ubytováni budeme převážně v hotelech střední turistické kategorie se snídaní – dvoulůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením. Dvakrát budeme trávit noc v domorodých jurtách.

CESTOVNÍ DOKLADY

Budete potřebovat platný cestovní pas (platnost minimálně 6 měsíců po návratu zpět do České republiky) s minimálně 3 volnými dvojstránkami (pozor, na stránce by nemělo být ani propité razítko z předchozích stránek). Je vhodné vzít si s sebou i fotokopie dvoustrany pasu s osobními údaji a 2 pasové fotografie (pro případ ztráty nebo krádeže pasu), případně si zaslat naskenovanou kopii pasu s osobními údaji na vlastní e-mail.

VÍZOVÁ POVINNOST

Pro občany ČR i SR:

- **Kyrgyzstán:** bezvízový styk do 60 dní pobytu
- **Uzbekistán:** bezvízový styk do 30 dní pobytu

Pokud cestujete s pasem jiného státu, je nutné si před cestou samostatně ověřit vízovou povinnost do navštívených zemí.

CO VZÍT S SEBOU

Vzhledem k charakteru akce doporučujeme jako hlavní zavazadlo kufr nebo cestovní tašku na kolečkách, ale cestu zvládnete i s kufrem na kolečkách. Dále doporučujeme menší lehký batoh jako příruční zavazadlo, který využijete při procházkách městem a na výletech.

Většinu pobytu strávíme v letním oblečení – kraťasy, trička s krátkým rukávem. Nechcete-li přijít o možnost koupele ve slaném jezeře Issyk-kul, nezapomeňte také na plavky. V Kyrgyzstánu v horách se dva dny budeme pohybovat ve výškách kolem 3000 m n.m. a zejména noci mohou být chladné, proto je nezbytné přibalit si i **teplé oblečení** – tričko s dlouhým rukávem, mikinu, dlouhé kalhoty, čepice, rukavice, termoprádlo bunda proti větru/dešti, příp. pláštěnka. V Uzbekistánu bude teplo, ideální jsou dlouhé lehké kalhoty/dlouhé sukně, lehká trika – chrání před sluníčkem, a navíc v muslimské zemi nebudí zbytečnou pozornost (při vstupu do některých památek nesmí být odhaleny ruce a nohy, dámám může dobře posloužit velký šátek, hodí se i v Kyrgyzstánu při vstupu do chrámu). Sandály a jedny pevnější boty (nízké trekovky). Také doporučujeme trekkingové hole.

Z dalšího vybavení na cestu pokrývku hlavy, sluneční brýle, opalovací krém s vysokým ochranným faktorem. Repelent proti komárům a dezinfekční gel. Doporučujeme přibalit také vložku do spacáku (lze dobře nahradit

povlakem na peřinu, nemáte-li přímo vložku do spacáku), příp. lehký spacák - bude se vám hodit při noclehu v jurtě. Na místě budou k dispozici deky, vložka nebo její alternativa jsou otázkou Vašeho většího komfortu. Do jurty se hodí také lehké pantofle nebo jiné přezůvky (v jurtách se nechodí v botech) a čelová svítilna.

K elektronickému vybavení (foťáky, kamery, tablety…) doporučujeme přibalit i kvalitní a odolný obal (proti prachu, vodě, oděru). Předejte tak jejich případnému poškození. Před vlastním letem je vhodné mít všechny nejdůležitější věci (kameru, fotoaparáty, finance, cennosti, apod.) v příručním zavazadle, které si berete s sebou do letadla.

ZDRAVÍ

S cestami do exotických zemí často souvisí i zvláštní zdravotní opatření. V tabulce níže jsou uvedena pouze nejčastější očkování pro cesty do exotických zemí. Upozorňujeme, že se tento stav může měnit. Pro cesty do Kyrgyzstánu a Uzbekistánu není povinné žádné speciální očkování a není vyžadován mezinárodní očkovací průkaz.

Vakcinaci a užívání léků je potřeba konzultovat s odborným lékařem.

- Hepatitida A+B Doporučené
- Břišní tyfus Doporučené

Se žádostí o odbornou konzultaci se obraťte na specializovaná centra cestovní medicíny. Jejich síť najdete po celé České republice - Praha, Brno, Ostrava, Olomouc, Plzeň, Zlín, Hradec Králové, Pardubice a další. Adresy a kontakty jsou uvedeny na www.ockovacicentrum.cz.

Mimo tato pracoviště se můžete v BRNĚ obrátit na ambulanci cestovní medicíny MUDr. Vladimír Strakrle, Údolní 16 (vchodem lékárny do 1.patra), Brno tel. 545 240 743, www.strakrle.com, v PRAZE na Centrum cestovní medicíny, Havelská 14, Praha 1, tel. 222 094 121, www.medpharm.cz .

Vezměte s sebou platný mezinárodní očkovací průkaz. Doporučujeme, abyste s sebou měli kromě dostatečné zásoby léků, které pravidelně užíváte, také příruční lékárničku s léky a potřebami na případné zdravotní obtíže (střevní potíže, bolest, horečka apod.). Nezapomeňte před odjezdem navštívit kromě svého lékaře i zubaře.

POJIŠTĚNÍ

Cestovat do vzdálených končin bez cestovního pojištění je velké riziko. Pro kvalitu servisu, spolehlivost a rozsah plnění i nadále zůstáváme u ERV Evropské pojišťovny a.s. V rámci vaší cesty jste informace o možnostech pojištění obdrželi od pracovníků CK již dříve a v případě zájmu bylo pojištění léčebných výloh i případné pojištění storna uzavřeno.

V případě, že se během zájezdu plánujete zúčastnit některé z aktivit jako je rafting, lezení, slaňování, výstup na vrchol vyšší než 3 000 m, potápění, bungee jumping, jízda na koni, apod. NEZAPOMEŇTE si sjednat patřičné připojištění na tyto aktivity!

Více informací o pojištění a pojistné podmínky naleznete v tištěném katalogu, u pracovníků CK nebo na webových stránkách www.livingstone.cz/prakticke-informace/cestovni-pojisteni Pokud se rozhodnete si cestovní pojištění sjednat samostatně, prosíme o sdělení názvu pojišťovacího ústavu a čísla pojistné smlouvy garantovi zájezdu před vaším odletem.

Pojištění proti ztrátě likvidity, čili proti úpadku CK, je nutnou samozřejmostí. My jsme pojištěni u ERV Evropské pojišťovny a. s. Tato pojistka je zahrnuta v cenách našich zájezdů. Doklad o pojištění proti ztrátě likvidity od nás obdržíte na vyžádání. Další informace naleznete na www.livingstone.cz/o-nas/pojisteni-ck

VALUTOVÉ VYBAVENÍ

Místní měna:

- Kyrgyzstán: 1 USD = 69,5 KGS; EUR = 83,8 KGS (kyrgyzský som)
- Uzbekistán: 1 USD = 8 130 UZS; 1 EUR = 9 935 UZS (uzbecký som)

Kurzy místní měny lze orientačně zjistit na https://www.oanda.com/currency/converter/

Na tržištích jsou ceny nižší než u nás, v supermarketech a běžných restauracích obdobné jako u nás. Nejvhodnější měnou jsou EUR, případně USD. V bance si vyměňte pokud možno nové nepoškozené bankovky. Peníze lze směnit na mnoha místech (banky, pouliční směnárny), vždy jsou však nutné bankovky, nikoliv mince. Průvodce Vám bude s výměnou peněz na místě nápomocen.

Vezená suma záleží na tom, zda Vás pohltí množství nabízených suvenýrů (keramika, hedvábí, vyšívané látky, ozdobné šperky, dřevěné předměty) a výše spropitného pro místní průvodce a řidiče.

Na nezbytné výdaje doporučujeme částku od 400 EUR výše. Na vstupy do památek a jiné fakultativní aktivity budete potřebovat cca 90 USD. Přestože se v poslední době rozšiřuje používání platebních karet, ne všude je tato služba dostupná, proto doporučujeme spíše hotovost.

PLATEBNÍ KARTY:

Platební karty VISA, Master Card a Američan Express jsou akceptovatelné v drahých hotelech, restauracích a některých obchodech se suvenýry. Bankomaty najdete ve velkých městech a turistických centrech. Poplatky za výběr záleží na Vaší bance, doporučujeme si jejich výšku zjistit předem a zároveň Vaší bance nahlásit, že budete kartu používat v těchto destinacích. Kartu je dobré vzít si jako pojistku, uvedené kapesné se doporučuje v hotovosti.

SPROPITNÉ

Spropitné není povinné. Dražší restaurace a hotely mohou mít spropitné zahrnuté do ceny. V levnějších hotelích a restauracích není nutné dávat spropitné, ale nic vám nebrání, když jste byli spokojení. Jestliže využijete služeb nosiče zavazadel na letišti, je slušné dát mu malé spropitné. Restaurace a hotely střední cenové kategorie přidávají k cenám na účtu 15% vládní daně. Na konci pobytu se vybírá spropitné pro řidiče a místního průvodce cca 30 EUR, které není povinné.

CENA ZÁJEZDU

Cena zájezdu zahrnuje:

- mezinárodní letenka včetně letištních tax
- veškerá doprava: pronajatý mikrobus, terénní auta, vlak Taškent - Samarkand, místní přelety Biškek – Taškent
- veškeré ubytování (v hotelích střední turistické kategorie, po dobu pobytu v horách 2x v jurtě, 1x u místních)
- snídaně po dobu zájezdu, 3x polopenze
- vstupné do národních parků
- místní průvodce dle potřeby
- český průvodce
- pojištění cestovní kanceláře proti úpadku

Cena zájezdu nezahrnuje:

- vstupné do památek a muzeí
- vstupné do lázní a na kulturní vystoupení
- strava nad rámec programu
- fakultativní výlety
- spropitné pro místní průvodce a řidiče (30 EUR)
- příplatek za jednolůžkový pokoj
- cestovní pojištění (rádi vám připravíme nabídku od ERV Evropské pojišťovny

FAKULTATIVNÍ AKTIVITY

Příklady vstupů a fakultativních aktivit, které nejsou zahrnuty do ceny zájezdu:

Kyrgyzstán:

- věž Burana: 60 som/ osoba
- muzeum petroglyfů pod širým nebem v Cholpon Ata: 80 som/ osoba
- muzeum cestovatele Przevalského: 70 som/ osoba
- čínská mešity v Karakolu: 20 som/ osoba
- termální koupel v Altzn Arašanu: 200 som/ osoba / 1h
- výlet na koních v Džety Oguz: 500 som/ osoba
- kaňon Skazka: vstup 50 som/ osoba
- představení s orly cca 400 som/ osoba

Uzbekistán:

- muzeum manuskriptů – starý korán: 9tis. som /os
- mauzoleum Amira Timura: 21tis som/os + 5tis foto
- náměstí Registan se třemi medresami: 30tis som/os
- observatoř Ulugbega: 21tis som/os + 5tis foto
- Danielova hrobka: 18tis. som/os + 5tis foto
- nekropole Shakhi Zinda: 10tis som/os + 6tis foto
- Šachrizabz – brána paláce Oksaroj: 5tis/ os, socha Amira Timura, mešita + mauzoleum: 6tis/os
- folklórní šou v Buchaře: 33tis som/os
- voucher na vstupy do památek v Chivě: 51 tis/ os + 13tis foto, výstup na vyhlídku na hradby: 12 tis/ os, minaret: 12 tis/os a mazoleum Pachlavona Muhmada: 6tis/ os

Ceny jsou orientační a mohou se měnit.

UBYTOVÁNÍ

Hotely střední turistické kategorie, dvoulůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím. 2 noci v domorodých jurtách, 1 noc ubytování v místních rodinách.

DOPRAVA

V ceně zájezdu je zahrnutá veškerá doprava: mezinárodní letenka včetně letištních tax, pronajatý mikrobus a terénní auta, komfortní vlak při přepravě Taškent – Samarkand, mezinárodní přelet Biškek – Taškent a vnitrostátní přelet Nukus – Taškent.

STRAVA A NÁPOJE

Většinou se stravujeme společně v místních restauracích. V ceně zájezdu jsou zahrnuty snídaně a 3 x polopenze (nocleh v jurtách a u místních).

Středoasijská kuchyně je založená na masitých pokrmech, především ze skopového a hovězího masa. Základem jídelníčku je pilaf, rizoto ze skopového/hovězího masa a zeleniny, populární jsou i manty – polévka s vařenými taštičkami plněnými masem, lagman – široké nudle ve vývaru, či samsy, populární pouliční jídlo (taštičky z lístkového těsta plněné masem nebo bramborami). Neodmyslitelnou součástí kuchyně je grilovaný šašlik. Nejpopulárnějším dezertem jsou melouny. Na trhu je možné koupit i jiné ovoce a chutné uzbecké sladkosti. Jídlo je levnější než u nás. Zelený/černý čaj je přirozenou součástí každého jídla. Běžně dostupné jsou také Coca Cola, Fanta a ostatní nealkoholické nápoje tohoto typu, jako i místní speciality – především kyrgyzský národní nápoj kumys, který se vyrábí z fermentovaného kobylího mléka. Poměrně populárním nápojem je i pivo, v Uzbekistánu též víno a v Kyrgyzstánu koňak.

Orientační ceny jídel a nápojů: Šašlik 0,40 USD/ks, lagman 1 USD, 1 l pitné vody 0,60 USD, pivo 1 USD. Po celé trase vašeho zájezdu je možné dokupovat pitnou vodu v originál uzavřených plastových lahvích.

KLIMATICKÉ PODMÍNKY

Kyrgyzstán je vnitrozemská země se čtyřmi ročními obdobími. Září patří mezi teplejší měsíce, teploty v navštívených oblastech se pohybují okolo 22°C, po dobu pobytu v horách ve vysokých nadmořských výškách teplota klesá na 16 – 20°C, v noci se již citlivě ochlazuje. V Uzbekistánu bude v navštívených obdobích velmi teplo, průměrná teplota se drží mezi okolo 26 – 30°C, na poušti Kyzylkum se teploty i na konci léta mohou dostat i nad 30°C. V září jsou dešťové srážky minimální.

VAŠE PŘÍPADNÉ DOTAZY RÁDI ZODPOVÍME:

V Brně:

písemně:	LIVINGSTONE, s.r.o., Marešova 14, 602 00 BRNO
telefonicky:	542 214 645
e-mailem:	info@livingstone.cz
osobně:	po – pá 9.00 – 16.00 hodin

Naši nabídku zájezdů najdete na www.livingstone.cz