

UZBEKISTAN KAZAKHSTAN KYRGYZSTAN



DA TENERE PRESENTE

I programmi in Asia Centrale sono ricchi di interesse storico e culturale. È richiesto tuttavia un certo spirito di adattamento alla realtà locale: i voli potrebbero subire improvvise variazioni di orario costringendo a riprogrammare l'ordine delle visite.

- In **UZBEKISTAN**, il trasferimento da Urgench a Bukhara, quando fatto in pullman attraverso il deserto, pur essendo lungo e un po' pesante, rappresenta l'occasione per vedere il famoso "Deserto Rosso" (il "Kizil Kum"). **Medicine:** si raccomanda la massima cautela nella introduzione di medicinali di tipo ansiolitico poiché vengono equiparati a vere e proprie droghe. Qualora si tratti di ansiolitici salvavita (a titolo di esempio "Xanax" e "Orfidal" che contengono Alprazolam), i medicinali devono essere dichiarati al momento dell'ingresso nel Paese e accompagnati dalla prescrizione medica. Altrettanto importante è limitare il quantitativo solo allo stretto necessario per affrontare il viaggio. Per essere certi che il farmaco possa essere introdotto nel Paese, si suggerisce di contattare prima della partenza le ambasciate dei rispettivi paesi a Roma.

- In **KAZAKHSTAN** e **KYRGYZSTAN** Si raggiungeranno altitudini sopra i 3.000 metri, previsto pernottamento in Guest house, e campi tendati. I programmi sono ricchi di interesse storico e naturalistico. È richiesto tuttavia un certo spirito di adattamento alla realtà locale. Vista la situazione climatica e ambientale è necessario rispettare alcune cautele igieniche come non mangiare verdure crude e bere acqua solo da bottiglie sigillate. Le guide locali parlanti italiano sono di numero esiguo; è quindi necessario provvedere alla conferma del viaggio con molto anticipo per poter assicurare l'assistenza di guida parlante italiano. La rete stradale è in via di ammodernamento. Sono previsti percorsi su strade sterrate.



UZBEKISTAN

documenti: passaporto con validità residua 3 mesi.

moneta: Sum, 1 € equivale a circa 13.750 Sum.

fuso orario: ora solare +3 ore, ora legale +2 ore rispetto all'Italia.

KAZAKHSTAN

documenti: passaporto con validità residua 3 mesi.

moneta: Tenge (KZT), 1 € equivale a circa 541 KZT.

fuso orario: ora solare +4/5 ore, ora legale +3/4 ore rispetto all'Italia.

KYRGYZSTAN

documenti: passaporto con validità residua 6 mesi.

moneta: Som, 1 € equivale a circa 101 Som.

fuso orario: ora solare +5 ore, ora legale +4 ore rispetto all'Italia.