



Werde eine Vision von Dir selbst

Bade- und Wanderurlaub





Ala-Kol Travel • Hepkeplatz 5 • 01309 Dresden

Ala-Kol Travel
Jazgul Rönsch
Hepkeplatz 5
01309 Dresden (Germany)

Telefon +49 (0)351-27579794
Email info@kirgistan.travel

www.kirgistan.travel

Dresden, 01.06.2025

Angebot: **Werde eine Vision von Dir selbst**

Highlights der Tour:

- Yoga im Tien-Schan Gebirge
- Yoga am Yssyk-Kol-See
- Hauptstadt Bischkek
- Kunstmuseum
- Ruh-Ordo Kulturzentrum
- Skazka-Canyon
- Burana Turm
- Wandern und Baden





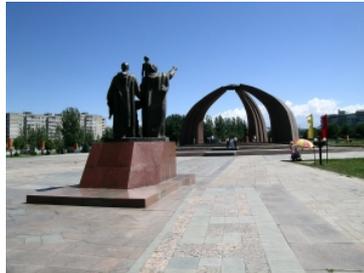
REISEABLAUF

Tag 1. Einreise

Flug nach Kirgistan, in die Hauptstadt Bischkek

Tag 2. Ankunft in Bischkek

In der Hauptstadt angekommen erholen Sie sich ein bisschen. Danach unternehmen wir eine Stadtbesichtigung und besuchen das Kunstmuseum. Die Abrundung erfolgt mit einem Abendspaziergang und anschließend laden wir Sie zum Abschiedsessen ein! **Übernachtung im Hotel.**



Tag 3. Tscholpon-Ata - Kultur erleben

Die Fahrt (3.5 Std.) führt Sie nach Tscholpon-Ata. Diesen Ort nutzen wir als Zwischenstopp. Nach der Mahlzeit besuchen Sie das Ruh-Ordo-Kulturzentrum (englischsprachige Führung). Das Ruh-Ordo-Kulturzentrum wurde im Jahr 2002 erbaut und bedeutet so viel wie „Spirituelles Zentrum“. Dieser Komplex wurde nach dem legendären kirgisischen Schriftsteller Tschingis Aitmatow benannt, der am 12. Dezember 1928 in Talas in Kirgistan geborgen wurde und am 10. Juni 2008 in Nürnberg verstarb. Das Kulturzentrum ist nicht nur ein Museum, sondern dient als ein Treffpunkt für internationale Gäste. Danach gehen Sie bei meist strahlend schönem Wetter im kristallklaren Issyk-Köl-See baden und sonnen sich auf dem weichen, weißen Strand. Dabei haben Sie einen herrlichen Ausblick auf die Gletscher der Küngöi- und Teskei Ala-Too (kirgisische Benennung: Berge der Tian-Shan Gebirgskette). Der Issyk-Köl wird auch Perle Kirgistans genannt und ist der zweitgrößte Hochgebirgssee der Welt. Aufgrund seines hohen Salzgehaltes friert er auch im Winter nicht zu. **Übernachtung im Gasthaus.**





Tag 4. - Tag 10. Die Kraft des Tien-Schan Gebirges

Angekommen in dieser unberührten Natur umgeben von imposanten Bergen, die zum Himmel ragen, entfernt von Hektik und Lärm fangen wir an unseren Körper und Geist mit der Natur zu verbinden. Denn die Natur ist für die Menschen Sehnsuchtsort und Lebensgrundlage gleichermaßen. Je mehr wir uns mit unserer inneren Natur verbinden, desto klarer wird auch die äußere Natur um uns herum.

Frühs und abends widmen wir uns dem Yoga und der Meditation. Dazu üben wir mehr Achtsamkeit, bewusstes Essen und Dankbarkeit. Die Mahlzeiten sind ebenso dem Programm angepasst, wobei wir eher vegetarische und Low Carb Gerichte servieren.

Zwischen den Mahlzeiten und Yogastunden können Sie zu Pferd die Umgebung erkunden oder den Tag einfach mit einem spannenden Buch verbringen. Ansonsten gehen Sie viel wandern, wo Sie die Natur mit all Ihren Sinnen wahrnehmen und wieder Kraft und Energie tanken. **Übernachtung in der traditionellen Jurte.**



Tag 11. - Tag 13. Kraft des Wassers

Die Fahrt führt uns heute zu einem Ort namens „Kadschysai“, welcher sich am zweitgrößten See, dem „Yssyk Köl“, befindet. Die Fahrt dauert ca. 3 Stunden und auf dem Weg machen wir einen kleinen Abstecher zum Skazka-Canyon. Im Skazka-Canyon wandern wir durch märchenhafte Felsen, die in verschiedenen Farben leuchten und bestaunen die Laune der Natur. Über Jahrtausende wurden die Felsen geformt und nahmen so beispielsweise Gestalten wie die der Chinesischen Mauer oder Menschengestalten an. Danach fahren wir weiter. Angekommen im Gasthaus lernen Sie Ihre zweite Yogalehrerin und das Programm kennen. Danach können Sie sich erholen und einfach die Natur genießen. Die Yogastunden finden entweder am Strand oder im Saal statt. Zwischen den Yogaeinheiten und Mahlzeiten können Sie gern baden oder wandern gehen. **Übernachtung im**





Gasthaus.



Tag 14. Fahrt nach Bischkek

Getankt mit Energie und gestärkt für den Tag fahren wir nach Bischkek. Auf dem Weg machen wir einen Abstecher zum Burana Turm. Er wurde bereits im 11. Jahrhundert errichtet und ist 21,7 m hoch. Dieses faszinierende Bauwerk bietet einen herrlichen Blick in die weiten Täler des Tschui Gebiets. Außerdem sehen Sie in der Urzeit geritzte Steine mit verschiedenen Gesichtsausdrücken. Danach fahren wir weiter nach Bischkek. **Übernachtung im Hotel.**

Tag 15. Abschied nehmen

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Rückreise und hoffen, Sie konnten unser schönes Land genauso in Ihr Herz schließen, wie wir es tun. Wir würden uns natürlich sehr freuen, wenn Sie eines Tages zurückkehren.





Reiseart		
Zeitraum	Personenzahl	Leistungen
15 Tage	Für 4-8 Erwachsene	<ul style="list-style-type: none"> • Deutsch- oder englischsprachige Reiseleitung ab/an Bischkek • Yogalehrerin • Alle Transfers entsprechend Programm • Verpflegung entsprechend Programm (Frühstück, Mittag- und Abendessen) • 2 x Übernachtungen im Hotel • 4 x Übernachtungen in den Gasthäusern   • 7 x Übernachtungen in der traditionellen Jurte   • Eintrittsgelder für Naturschutzgebiete • Eintrittsgelder für Museen
Preis p. P. Erwachsener	2090 €	
Preis p. P. Kind	Bitte fragen Sie nochmal nach.	
Preis p. P. Kleinkind	Bitte fragen Sie nochmal nach.	

Wir hoffen, Ihnen sagt dieses Angebot zu und freuen uns Sie bald in Kirgistan willkommen zu heißen!





Weitere Infos

1. Die Organisation und die Gegebenheiten vor Ort

Es sind 3 Mahlzeiten am Tag im Programm enthalten. Wenn wir auch unterwegs sind, je nach Tourablauf, essen wir im Restaurant oder picknicken im Freien. Bitte geben Sie uns hierzu Bescheid, ob Sie irgendeine Essensunverträglichkeit haben.

Der Reiseleiter/ die Reiseleiterin vor Ort ist Ihr/e erste/r Ansprechpartner/in und er/sie spricht mit Ihnen jeden Tag ab, um wieviel Uhr gestartet wird und wohin es geht.

Für diese Reise sollten Sie Flexibilität und Offenheit gegenüber einer anderen Kultur mitbringen.

Falls die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, teilen wir dies bis spätestens 6 Wochen vor dem Reisebeginn mit. (Siehe AGB) Diese Reise kann gegen Aufpreis als Individualtour gebucht werden!

2. Unterbringung

Wir versuchen in allen Gasthäusern 2 Personen in einem Zimmer unterzubringen. Am Song-Köl, in der Jurte werden JEDOCH 4 Personen in einer Jurte unterbracht. Für Soloreisende können wir leider kein Einzelzimmer in den Jurten gewährleisten. Wenn es nicht anders geht, stellen wir gemütliche Zelte zur Verfügung!

3. Nicht im Preis enthalten:

- Flug nach/ von Bischkek (Wir helfen Ihnen gerne bei der Suche und Buchung Ihrer Flugtickets)
- EZ-Zimmer-Zuschlag
- nicht genannte Mahlzeiten
- Trinkgelder
- Persönliches
- alkoholische Getränke

