

KAZAKISTAN

Grandi trekking nel deserto del Mangystau: benvenuti sulla luna!



SPECIALE PERCHÈ

- Il deserto del Mangystau: un paesaggio sconfinato e selvaggio con scenari mozzafiato
- Le moschee sotterranee: antichi eremi e luoghi di pellegrinaggio immersi nel silenzio del deserto
- Canyon e formazioni rocciose: paesaggi surreali con pilastri di gesso, torri rocciose e concrezioni globulari

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Deserto del Mangystau
- Mar Caspio
- Canyon di Boshira e Valle Airakty



Il Kazakistan è una terra di contrasti e meraviglie naturali, dove la vastità degli spazi si unisce alla profondità di una cultura millenaria. Situato nel cuore dell'Asia Centrale, questo paese sorprende per la sua varietà di paesaggi, la ricchezza delle sue tradizioni e l'accoglienza calorosa del suo popolo. Un luogo ancora poco conosciuto dal turismo di massa, ma proprio per questo autentico e affascinante.

Partiamo alla scoperta del Mangystau e dell'altopiano di Ustyurt, un territorio dove il deserto incontra il Mar Caspio e la natura scolpisce panorami surreali. Il nostro viaggio ci porta tra città modello sovietiche, canyon imponenti, formazioni rocciose bizzarre e

moschee sotterranee che custodiscono antichi misteri.

Arrivando ad Aktau, ci immergiamo nella città progettata dai sovietici come esempio di urbanistica moderna sulle sponde del Mar Caspio, tra strade larghe, edifici funzionali e scorci sul mare turchese. Le prime giornate sono dedicate a esplorare

le formazioni geologiche più spettacolari del deserto: il Deserto del Mangystau, la Valle Airakty – con le sue torri rocciose che ricordano castelli incantati – e il canyon di Boszhira, punteggiato dai famosi pilastri detti “Zanne” e dalle case degli stambecchi.

Non mancano esperienze ricche di fascino mistico e storico: visitiamo le moschee sotterranee di Shakpak-Ata, Beket Ata e Shopan Ata, eremi di asceti e luoghi di pellegrinaggio dove il silenzio e la spiritualità si fondono con il paesaggio desertico. Camminiamo tra gole profonde, attraversiamo canyon e vallate salate, osserviamo concrezioni globulari nella Valle di Torysh, e ci stupiamo davanti ai colori stratificati di Kyzylkup, soprannominato il “Mangystau Tiramisù”.

Il viaggio unisce panorami naturali straordinari e testimonianze culturali uniche: dal monte Bokty, simbolo del Mangystau, alla cittadina di Janaozen, cuore dell’industria petrolifera, fino ai panorami mozzafiato di Tuzbaiyr, con specchi salini e archi naturali che riflettono il cielo. Ogni giorno è scandito da trekking leggeri, esplorazioni guidate e soste per assaporare la cucina locale, con pernottamenti tra campi tendati immersi nel deserto e hotel confortevoli a Aktau.

Questo itinerario ci permette di vivere un viaggio autentico e sorprendente, tra paesaggi extraterrestri, storia millenaria e la cultura profonda del Kazakistan occidentale, in un’esperienza che rimane impressa nella memoria e negli occhi dei viaggiatori. Oltre alla natura, il viaggio sarà un’immersione nella cultura kazaka: una tradizione fortemente legata alla vita nomade, con riti antichi, artigianato locale, musica a corde e piatti tipici come il beshbarmak e il kymyz, la bevanda fermentata di latte di giumenta. Scopriremo le influenze storiche della Via della Seta, l’eredità sovietica e l’identità moderna di un paese che oggi guarda al futuro con grande energia.

Un viaggio in Kazakistan è molto più di una semplice vacanza: è un’esperienza di scoperta, perfetta per chi ama i grandi spazi, la cultura autentica e le emozioni fuori dai percorsi battuti.




Deserto del Mangystau: il silenzio scolpito nella roccia

Il deserto del Mangystau è un paesaggio fuori dal tempo, dove l’orizzonte sembra infinito e ogni forma naturale racconta millenni di storia geologica. Dune dorate si alternano a scogliere bianche di gesso e pinnacoli scolpiti dal vento, creando scenari surreali che ricordano un mondo primordiale. Tra canyon nascosti, torri rocciose a forma di castello e saline che riflettono il cielo, il deserto regala la sensazione di totale isolamento, un silenzio interrotto solo dal fruscio del vento. Qui, camminando tra formazioni spettacolari come Zhygylgan, Tuzbaiyr e le vallate di Torysh e Boszhira, si percepisce la grandiosità e la potenza della natura in tutta la sua purezza. Un luogo dove ogni scorcio diventa un ricordo indelebile e ogni passo un’immersione in un mondo straordinario e incontaminato.

Punti più iconici del deserto del Mangystau:

- Zhygylgan: una gigantesca voragine circolare con fossili, impronte di dinosauri e il laghetto a forma di cuore.
- Tuzbaiyr: archi naturali, gradini argillosi-calcarei e saline che riflettono il cielo.
- Valle di Torysh: concrezioni rocciose globulari dalle forme uniche, frutto di erosione e leggende locali.
- Kyzylkup (“Mangystau Tiramisù”) – montagne stratificate dai colori sorprendenti
- Moschee sotterranee: antichi eremi scolpiti nel deserto, luoghi di pellegrinaggio e spiritualità

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 2 al 10 maggio; dal 3 al 11 ottobre 2026 (9 giorni, 8 notti)
COME	Viaggio di gruppo con guida ambientale escursionistica Four Seasons dall'Italia e guide locali parlanti italiano (minimo 4 massimo 14 partecipanti).
GUIDA	Andrea Giorgi (iscritto all'albo delle Guide Ambientali Escursionistiche LA287) <i>Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca QUI</i>
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà  ; visite ed escursioni ai borghi, ai paesini e ai siti Unesco; trekking nel Deserto del Mangystau; escursioni nella natura e nella cultura del Kazakistan, dal Mar Caspio alle moschee sotterranee, dai grandi canyon alle formazioni rocciose dall'aspetto lunare; enogastronomia locale. <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Hotel 5 stelle nella città di Aktau per due notti + un early check-in la prima notte: Renaissance Aktau Hotel. Pernottamento in tende durante i trekking nel deserto del Mangystau e nelle attività escursionistiche (le altre cinque notti).
PASTI INCLUSI	Tutti. Il tour è in pensione completa dalla colazione del giorno 2 alla cena del giorno 8. Bevande incluse.
PASTI NON INCLUSI	Nessuno. Le bevande oltre l'acqua.
DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
COME SI RAGGIUNGE	Volo A/R dall'Italia per Aktau (non incluso). La soluzione migliore è il volo della Pegasus Airlines via Istanbul, che parte il sabato e torna la domenica successiva, con il seguente operativo. VOLO DA ROMA Andata: sabato 2 maggio Pegasus Airlines PC1224 FCO Roma Fiumicino 14:50 - SAW Istanbul Sabiha 18:20 Pegasus Airlines PC232 SAW Istanbul Sabiha 22:15 - SCO Aktau 03:10 am (+1) Ritorno: domenica 10 maggio Pegasus Airlines PC233 SCO Aktau 04:15 - SAW Istanbul Sabiha 05:35 Pegasus Airlines PC1221 SAW Istanbul Sabiha 09:05 - FCO Roma Fiumicino 10:50 VOLO DA MILANO Andata: sabato 2 maggio Azerbaijan Airlines J236 MXP Milano Malpensa 11:25 - GYD Baku Heydar Aliyev 18:05 Azerbaijan Airlines J28215 GYD Baku Heydar Aliyev 23:50 - SCO Aktau 01:55 (+1) Ritorno: domenica 10 maggio Azerbaijan Airlines J28216 SCO Aktau 02:55 - GYD Baku Heydar Aliyev 03:00 Azerbaijan Airlines J235 GYD Baku Heydar Aliyev 07:10 - MXP Milano Malpensa 10:25
DOCUMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Passaporto valido per tutta la durata del viaggio • Tessera sanitaria • Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiasesicuri.it

TRASPORTI LOCALI	Trasporto in jeep 4x4 durante tutte le attività escursionistiche previste dal programma, condotte da autisti locali.
-------------------------	--

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO **ITALIA/AKTAU – Partenza dall'Italia e arrivo in Kazakistan nella notte**

Incontro dei partecipanti con la nostra guida e partenza per il Kazakistan. Pasti a bordo.
Arrivo di notte/primo mattino, disbrigo delle formalità doganali e incontro con la nostra guida locale.

Ci traferiremo poi in hotel dove potremo usufruire di un *early check-in* per riposare un po'.

NB Per regolamento internazionale le camere sono disponibili a partire dal primo pomeriggio, ma abbiamo previsto un accesso anticipato alle stanze proprio considerando il volo notturno.

2° GIORNO **AKTAU – Visita del gioiello del Mar Caspio**

Dopo colazione, in tarda mattinata iniziamo a esplorare i principali luoghi di interesse di Aktau, una delle città più sorprendenti e insolite dell'ex Unione Sovietica. La sua storia affascinante ci racconta di un territorio che, negli anni '50, attirò l'attenzione dei sovietici grazie ai ricchi depositi di uranio e ai giacimenti petroliferi nascosti sotto il deserto circostante.

Nel 1958 fu così progettata una città modello, con strade larghe e diritte, edifici funzionali e un'impronta urbana che rifletteva l'ideale architettonico dell'epoca. Passeggiando per le vie di Aktau, notiamo il contrasto tra il suo aspetto razionale e ordinato e la natura selvaggia che la circonda: il deserto dorato si fonde con le acque turchesi del Mar Caspio, creando panorami di grande suggestione.

Ci fermiamo ad ammirare i quartieri residenziali e i moderni edifici pubblici, mentre la nostra guida locale ci racconta curiosità sulla vita quotidiana e sulle ambizioni urbanistiche che segnarono la città.

Infine, concludiamo la giornata aspettando insieme il tramonto sulla nuova banchina fronte mare: il cielo si tinge di sfumature rosa e arancioni che si riflettono sull'acqua, e il Caspio sembra abbracciare la città con una luce magica, regalandoci un momento di autentica meraviglia.

3° GIORNO **ZHYGYLGAN/KAPAMSAI – Esplorazioni a piedi fra moschee sotterranee e impronte di dinosauri!**

Dopo la prima colazione, effettuiamo il check-out in albergo e ci imbarchiamo su comodi veicoli 4x4, pronti per partire alla scoperta di Zhygylgan, un'impressionante voragine circolare formatasi nel corso dei secoli per frane ed erosioni vicino al Mar Caspio.

Ci avventuriamo a piedi per circa due ore (dislivello moderato, fra i 150 e i 200 metri), attraversando particolari formazioni rocciose che custodiscono fossili e impronte di dinosauri, fino a raggiungere una sorgente che alimenta un laghetto a forma di cuore, conosciuto come Karakol.

Dopo un pranzo panoramica in cima a Zhygylgan, proseguiamo il nostro itinerario verso la tomba di Kenty Baba, un maestoso mazar che in kazako significa "città santa" dei defunti, e continuiamo con la visita alla moschea sotterranea del sultano Epe, risalente tra X e XII secolo, patrono dei marinai. La moschea si sviluppa in piccole stanze e bassi corridoi sul bordo di una profonda gola, offrendo un'esperienza suggestiva e immersiva.

Il viaggio ci conduce poi a Kapamsai, un canyon stretto le cui pareti ripide e uniformi raggiungono fino a 70 metri di altezza. Osserviamo le nicchie esposte alle intemperie e percepiamo l'eco dei venti che si perde tra le pareti.

Raggiungendo la foce del canyon, ci troviamo davanti a una vista spettacolare: nelle profondità si nasconde un'enorme grotta, il cui arco raccoglie acqua piovana che nutre un piccolo boschetto di gelsi e biancospini. Anche nelle giornate più calde, qui regna una piacevole frescura, creando un'oasi inattesa nel cuore del paesaggio selvaggio del Kazakistan.

Durata del trasferimento Aktau – Zhygylgan → 3h: tre ore

4° GIORNO **DESERTO DEL MANGYSTAU - Alla scoperta dei tesori nascosti del Mangystau**

Dopo la colazione al campo, ci muoviamo per un breve tragitto in auto fino al sito storico della moschea sotterranea Shakpak-Ata, dove iniziamo la nostra visita. Secondo la leggenda, nel nord della penisola di Tyub-Karagan, in una grotta sul pendio gessoso di un enorme burrone, visse nei tempi antichi lo straordinario guaritore barbaggia Shakpak-Ata. Ancora oggi, le persone vengono qui per trovare sollievo ai loro corpi e alle loro anime, credendo nel potere curativo dell'antico sufi. Gli studi archeologici indicano che la moschea fu costruita tra i secoli IX e X, e prende il nome dal suo famoso abitante, che qui visse con i discepoli durante le incursioni nemiche, trascorrendo gli ultimi anni della sua vita recluso nella sua dimora sotterranea.

Proseguiamo con un trekking nella suggestiva valle di Torysh, nota anche come "La Valle delle Palle". Passeggiamo tra le bizzarre formazioni rocciose, ammirando concrezioni globulari che raggiungono 3-4 metri di diametro, alcune ancora più imponenti. Secondo una leggenda locale, orde di nemici furono trasformate in pietra dai fulmini scesi dal cielo, dando origine a queste incredibili forme naturali che ricordano uova, funghi, cilindri e perfino animaletti scolpiti nella roccia.

Il nostro itinerario continua verso Sherkala, il "Leone della Roccia", un imponente sperone calcareo alto più di 300 metri che emerge misteriosamente dall'altopiano desertico. Da alcune angolazioni, la sua sagoma ricorda persino un'enorme yurta. Dedichiamo tempo a un trekking intorno alla formazione, immergendoci nell'atmosfera selvaggia e quasi surreale di questo angolo del Mangystau.

Concludiamo la giornata con il pernottamento in un campo tendato a Sherkala, circondati dal silenzio del deserto e dalle luci del cielo stellato, per un'esperienza autentica e indimenticabile.

Durata del trasferimento Aktau – Zhygylgan → 3h: tre ore

5° GIORNO **VALLE AIRAKTY/TUZBAIYR – Castelli scolpiti nella pietra**

Dopo la colazione ci dirigiamo verso la Valle Airakty, conosciuta anche come la Valle dei Castelli, dove suggestive torri di roccia colorata si ergono maestose, ricordando antichi castelli scolpiti nella pietra. Ammiriamo queste formazioni straordinarie e ci lasciamo sorprendere dalla varietà dei colori e delle forme, che rendono il paesaggio unico nel suo genere.

Proseguiamo in auto fino al villaggio di Shetpre, dove ci concediamo una pausa rigenerante per riposarci e fare una doccia. Successivamente ci trasferiamo al punto panoramico di Tuzbaiyr, uno dei luoghi più spettacolari della regione, per ammirare dall'alto questo incredibile capolavoro naturale.

Tuzbaiyr si presenta come una maestosa creazione di elementi geologici: l'altopiano di Ustyurt è interrotto da gradini argillosi, calcarei e gessosi che scendono fino a una vasta salina locale, chiamata «sor». I pennacchi del Cretaceo si susseguono tra burroni e canali profondi, formando file infinite di colonne intricate, mentre alla base si apre un gigantesco semiarco naturale scolpito dal vento. Nei periodi di pioggia o di scioglimento delle nevi, il fango si trasforma in un enorme specchio salino, dove il cielo e le torri cretacee si riflettono creando un effetto magico.

Dopo aver ammirato il «sor» dall'alto, scendiamo a piedi fino alla superficie salata di Tuzbaiyr, scegliamo il luogo ideale per il campeggio, ceniamo e ci godiamo del tempo libero immersi in questo paesaggio surreale, sotto il cielo aperto del deserto.

Durata del trasferimento Sherkala – Tuzbair: 5/6 ore

6° GIORNO **DESERTO DEL MANGYSTAU - Tra silenzi mistici e panorami surreali, la celebre valle di Boszhira**

Dopo la colazione al campo, ci dirigiamo verso l'antica moschea sotterranea di Beket Ata, scavata ai piedi di una spettacolare scogliera. Questa piccola moschea è una delle tante sparse nel deserto di Mangystau, antichi eremi di asceti musulmani affascinati dai silenzi e dagli spazi infiniti della regione.

Senza scendere nella moschea, ci lasciamo incantare dalla vastità e dalla bellezza del paesaggio che si apre davanti a noi dall'alto della scogliera: è facile comprendere perché tanti mistici abbiano scelto questi luoghi surreali per condurre vite ascetiche e contemplative.

Nota: per chi desidera visitare la moschea, la discesa a piedi lungo il sentiero asfaltato e le scalinate richiede circa 30 minuti, con un dislivello di 150 metri; il ritorno dura circa 45 minuti.

Dopo il pranzo a Beket Ata nella casa dei pellegrini, ci trasferiamo al panorama superiore di Boszhira, la celebre valle punteggiata di torri e pinnacoli calcarei bianchi. Qui i panorami straordinari ci permettono di vivere appieno la grandiosità della natura e di sentirci parte di un paesaggio unico al mondo.

Concludiamo la giornata con il pernottamento nel campo mobile, immersi nel silenzio del deserto e sotto un cielo stellato che sembra infinito.

Durata del trasferimento Tuzbair – Beket Ata: 4 ore

7° GIORNO **KYZYLKUP - Tra canyon, pilastri di gesso e il famoso "Mangystau Tiramisù"**

Dopo aver ammirato il canyon dall'alto e osservato le antiche trappole per stambecchi costruite dai popoli che un tempo abitavano questa regione, ci addentriamo nella valle di Bozhira. Qui, durante la visita, ci fermiamo per il pranzo ai piedi delle suggestive "Zanne": due imponenti cime alte 200 metri che emergono dal ghiaione di gesso come denti di un mostro gigante. Questi pilastri, modellati nel tempo dall'erosione e dagli agenti naturali, sono diventati il simbolo distintivo del paesaggio di Boszhira.

Proseguiamo lungo il canyon di Boszhira, osservando i nidi delle aquile che popolano le pareti rocciose, e camminiamo tra le strette gole, lasciandoci affascinare dai colori e dalle forme uniche delle rocce. La camminata durerà circa 3/4 ore, con un dislivello moderato.

Successivamente ci dirigiamo verso Kyzylkup, conosciuto come il "Mangystau Tiramisù": qui piccole montagne di sedimenti marini colorati si stratificano come il famoso dolce italiano, regalando panorami sorprendenti e perfetti per fotografie memorabili.

Concludiamo la giornata con il pernottamento nel campo mobile, immersi nel silenzio del deserto e circondati da un paesaggio straordinario.

Durata del trasferimento Bozhhyra – Kyzylkup: 4/5 ore

8° GIORNO **MANGYSTAU/AKTAU – Moschee costruite nella roccia, pranzi a casa dei locali e paesaggi iconici**

Dopo la colazione ci dirigiamo verso Kyzylkup. Qui, piccole montagne di sedimenti marini colorati si stratificano creando un paesaggio spettacolare lungo oltre 10 chilometri. A sud si staglia un'altra attrazione iconica del Mangystau: il monte Bokty, la cui immagine è stata raffigurata sulla vecchia banconota da 1000 tenge.

Proseguiamo il nostro itinerario verso la moschea sotterranea di Shopan Ata, situata accanto a una vasta necropoli. Risalente almeno al X secolo, la moschea, secondo la leggenda, era frequentata dal discepolo del grande poeta mistico kazako Khoza Akhmed Yasau, e conserva ancora un fascino mistico straordinario.

Dopo la visita, pranziamo nella casa dei pellegrini, assaporando la cucina locale in un ambiente tradizionale.

Nel pomeriggio ci spostiamo nella cittadina di Janaozen, situata ai margini del più importante giacimento petrolifero del Mangystau. Qui il paesaggio pianeggiante è dominato dai numerosi pozzi con pompe a traliccio, un panorama industriale che contrasta con le meraviglie naturali visitate nei giorni precedenti.

Raggiungiamo infine Aktau nel tardo pomeriggio, dove ceniamo in un ristorante locale e pernottiamo in hotel, pronti per il volo di ritorno al mattino presto.

Durata del trasferimento Kyzylkup – Aktau: 5/6 ore

9° GIORNO **KAZAKISTAN/ITALIA - Rientro verso i luoghi di provenienza**

A seconda degli orari dei voli, trasferimento di buon mattino in aeroporto e imbarco sul volo per l'Italia. Pasti a bordo.

Arrivo in Italia, saluti con i nostri compagni di viaggio e con la nostra guida e...arrivederci al prossimo viaggio!

ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatori... Scarponi da trekking, pile o maglione per le giornate più fresche, giacca antipioggia ("hard shell") o mantellina, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 20/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva.

Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

... e consigliati Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite e i momenti di relax. Coprizaino. Costume da bagno.

Bastoncini da trekking o da nordic-walking: sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili. Se desiderate portarli con voi, ricordate che in aereo NON possono essere imbarcati in cabina con il bagaglio a mano ma devono essere inseriti nel bagaglio in stiva, altrimenti... rassegnatevi, rischiate di doverli lasciare in aeroporto alla partenza!

Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

BAGAGLI Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando piccoli trolley o borsoni facilmente trasportabili. Evitare valigie rigide e molto ingombranti: il bagagliaio degli automezzi noleggiati ha una capienza limitata

SALVIAMO L'ORSO



ASSOCIAZIONE PER LA CONSERVAZIONE DELL'ORSO BRUNO MARSICANO

Devolviamo annualmente una parte dei ricavi all'Associazione "Salviamo l'Orso".

Biologi, naturalisti, dirigenti, studenti, operai, professionisti, insegnanti, veterinari, guardiaparco, impiegati...tutti, ma proprio tutti volontari appassionati di natura, che tengono fortemente al futuro dell'orso marsicano. e che hanno bisogno dell'aiuto di tutti per garantire un futuro a questo magnifico animale. Viaggiando con FSNC contribuisce anche tu, ma se vuoi partecipare in modo più diretto e attivo, fai una donazione personale su www.salviamolorso.it

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione:

€ 2.700,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 150,00

Sistemazione in singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel 5* nella città di Aktau, in camere doppie con servizi privati, per due notti; un early check-in per la prima notte, sempre in hotel 5* ad Aktau; pernottamento in tende durante i trekking nel deserto del Mangystau e nelle attività escursionistiche; tutta pensione completa con colazioni, pranzi e cene incluse, dalla colazione del giorno 2 alla cena del giorno 8; acqua minerale durante le giornate di escursioni; trasporto in jeep 4x4 durante tutte le attività escursionistiche previste dal programma, condotte da autisti locali; assistenza di guida locale specializzata parlante italiano per l'intera durata del viaggio; accompagnamento di guida ambientale escursionistica Four Seasons Natura e Cultura per l'intera durata del viaggio; le tasse di soggiorno; tutti gli ingressi ai monumenti e siti turistici citati nel programma; tutte le escursioni, come da programma.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica (vedi sotto); il volo internazionale A/R dall'Italia per Aktau; le bevande oltre l'acqua; le mance; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 40,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO₂ derivanti dalla partecipazione ai viaggi

NOTE: la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento). Per coloro che viaggiando da soli, richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione. Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento..

IMPORTANTE! ANNULLAMENTO VIAGGIO. In caso di annullamento, fare riferimento alle "Condizioni Generali" del catalogo, consultabili cliccando [QUI](#)

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI...

Facoltativa, non incluso nella quota, ma è possibile stipularla con un costo del **5% circa del totale dell'importo assicurato**. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio.

Richiedici l'opuscolo informativo completo o clicca [QUI](#)

PER VIAGGIARE IN TRANQUILLITA'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrai pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO N° 6001004547/F

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio.

Richiedi l'opuscolo informativo

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da pacchetto di viaggio

Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo"

PER SAPERNE DI PIÙ

LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere i **cellulari spenti durante le escursioni** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.

Per questioni di sicurezza l'uso di ombrelli in caso di pioggia non è consentito durante le escursioni.

In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca [QUI](#)

CLIMA NEL MANGYSTAU

Tipo di clima: desertico-continentale.

Estate (giugno-agosto): molto calda e secca; le temperature diurne possono superare i 35°C, con notti più fresche intorno ai 20°C. Il sole è forte, e le precipitazioni sono quasi assenti.

Inverno (dicembre-febbraio): freddo e ventoso; le temperature medie diurne si aggirano intorno a 0-5°C, con notti che possono scendere sotto lo zero. Le precipitazioni restano scarse.

Primavera e autunno: stagioni brevi e piacevoli, con temperature miti (15-25°C) e cieli generalmente sereni.

Precipitazioni: molto rare durante tutto l'anno, mediamente 100-200 mm/anno.

Vento: spesso presente, soprattutto in estate, che contribuisce a modellare le formazioni gessose e sabbiose del deserto.

Consiglio pratico per i viaggiatori: abbigliamento a strati, protezione solare e cappello in estate; giacca antivento e calze calde in inverno.

CUCINA

La cucina kazaka riflette le tradizioni nomadi e l'abbondanza di carne e latticini. Tra i piatti più iconici troviamo:

Beshbarmak – il piatto nazionale, a base di carne di montone o manzo bollita e servita con pasta fatta a mano, accompagnata da brodo aromatico.

Kazy e Shuzhuk – salsicce tradizionali di cavallo o manzo, tipiche dei banchetti e delle occasioni speciali.

Kumys – latte di cavalla fermentato, bevanda leggermente alcolica dalle proprietà digestive.

Boursaki – soffici frittelle di pasta, servite come snack o accompagnamento ai pasti principali.

Plov – riso con carne e verdure, influenzato dalla cucina uzbeka ma molto diffuso anche in Kazakistan.

Zuppa di montone e verdure – piatti semplici e nutrienti, perfetti per affrontare i climi estremi delle steppe e del deserto.

Nei ristoranti tradizionali e nelle case dei pellegrini si possono assaporare anche dolci locali, tè caldo aromatizzato e zuppe ricche, offrendo un'esperienza culinaria autentica che racconta la storia e la cultura del paese.

PER SAPERNE DI PIÙ

Guida: Asia centrale - Kazakistan

E' possibile scaricare la parte della guida della Lonely Planet che riguarda il Kazakistan direttamente da internet, in formato PDF.



METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

Ecco alcuni libri ambientati in Kazakistan disponibili in lingua italiana:

Il giorno dura più di cento anni – Chingiz Aitmatov

Romanzo che intreccia storie di vita quotidiana, leggende e riflessioni filosofiche nelle steppe kazake, raccontando anche la trasformazione della società sotto l'influenza sovietica. Tradotto in italiano, è considerato un classico della letteratura centro-asiatica.

La steppa silenziosa – Mukhamet Shayakhmetov (titolo tradotto dall'originale *The Silent Steppe*)

Memorie della vita nomade in Kazakistan durante l'era sovietica, tra dure condizioni naturali e pressioni politiche. Offre uno sguardo autentico sulla cultura kazaka e le sfide storiche del XX secolo.

LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITÀ: OGNI VOLTA CHE UNA LIBRERIA CHIUDE, DIVENTIAMO TUTTI UN PO' PIU' POVERI E PIU' SOLI.

Fai anche tu un piccolo passo: se ti è possibile, ordina e acquista i tuoi libri presso la tua libreria di fiducia evitando di acquistare on-line.

GLI ALIENI
SONO FRA NOI:
COMBATTIAMOLI
INSIEME!



Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto **Life ASAP** – **Alien Species Awareness Program** (programma di consapevolezza sulle specie aliene).

COSA SONO. Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva.

Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

PERCHÈ COMBATTERLE. Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA. I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

COSA POSSIAMO FARE A CASA.

1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.

2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO. Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.



VIAGGIA NATURALE



IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: **attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.**

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. **Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.**

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- **Proteggere l'ambiente** naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- **Cooperare con le comunità locali** assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- **Rispettare la natura** e le popolazioni dei luoghi visitati.
- **Conservare flora, fauna** e zone protette.
- **Rispettare l'integrità delle culture locali** e delle loro abitudini.
- **Seguire le leggi e le regole dei paesi** visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- **Dare sempre informazione**, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.



L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

**Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole.
Da sempre siamo impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla
passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.**

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- **Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:**

- » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
- » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
- » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
- » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente

- **Compensiamo la CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO₂”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contribuiti in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.



- Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi: www.aitr.org
- Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
 - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
 - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
 - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
 - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.



THE CODE Organizzazione mondiale contro il turismo sessuale e l'abuso sui minori



FIAVET, Associazione Italiana Agenti di Viaggio, aderendo al Fondo di Garanzia delle Imprese Turistiche



Four Seasons Natura e Cultura è socia di Interpret Europe



rete italiana di imprese per un turismo attivo e sostenibile

ANCHE IL VIAGGIO PIÙ LUNGO COMINCIA CON UN PASSO. IL TUO.

CURIOSI DI NATURA VIAGGIATORI PER CULTURA