

Тур с программой

# "Курортный Памир", треккинг тур на 7 дней

## Программа тура

**Ош** "Sunrise Osh Hotel" 3\* или подобная.

**Юртовый лагерь** «Поляна Эдельвейсов».

Стандарт – размещение в кемпинговых палатках.

Комфорт – размещение в киргизской юрте.

---

### 1-й день

#### **Прибытие в Ош. Национальный парк «Кыргыз-Ата».**

Встреча в аэропорту, размещение в гостинице.

Завтрак.

**Переезд в национальный парк «Кыргыз-Ата».** Прогулка по живописному урочищу в предгорьях Алайского хребта, знакомство с бытом и традициями кочевых кыргызов. Дегустация кумыса и обед в юрте кочевников.

По желанию – катание на лошадях.

Возвращение в Ош.

**Время в пути: 3 часа;** перепад высот: +400 м, -400 м.

Ночь в гостинице.

**Ош** (его называют «южная столица») – второй по величине город Кыргызстана с оживлёнными зелёными улицами, колоритным восточным базаром и главной достопримечательностью - Сулейман-Горой, возвышающейся в центре города.

**Национальный парк «Кыргыз-Ата»** расположен в 40 км от города Ош, на северных склонах Алайского хребта, на высотах 2000-2400 м, и занимает территорию в 11 172 га. Ландшафт парка очень живописен: долину реки Кыргыз-Ата со всех сторон окружают молодые остроконечные вершины и отвесные скалы с вкраплениями разноцветного мрамора. Территория национального парка богата природными красотами и историческими достопримечательностями: огромные массивы арчовых лесов, узкие глубокие каньоны, колоритные ущелья, минеральные источники, пещеры, древние городища, могильники и Ноокатские наскальные рисунки. Здесь мы совершим увлекательную пешую прогулку по красивейшему урочищу, а также посетим юрту местных кочевников, где для нас будет накрыт обед. Легкий хайкинг в Кыргыз-Ате – это прекрасное начало знакомства с Памиром, способствующее плавной акклиматизации перед завтрашней поездкой в высокогорье.

**Питание:** Завтрак, обед.

**Города:** Ош

**Достопримечательности:** Национальный парк «Кыргыз-Ата»

---

### 2-й день

---

### **Переезд на Памир в лагерь «Поляна Эдельвейсов».**

**Переезд по Большому Памирскому тракту** в туристический юртовый лагерь, расположенный на поляне Эдельвейсов (3600 м) с прекрасным видом на семитысячник – пик Ленина.

Прибытие в лагерь, размещение, обед.

Прогулка на Луковую поляну (3800 м) – заповедный луг, где растет дикий зеленый лук, и обитают десятки сурков. В разгар памирского лета поверхность поляны превращается в пестрый цветочный ковер.

Время в пути: 3 часа; перепад высот: +200 м, -200 м.

**Ночь в лагере «Поляна Эдельвейсов»** (3600 м).

Переезд в лагерь «Поляна Эдельвейсов» по знаменитому Памирскому тракту займет всего 5-6 часов на комфортабельном автотранспорте. Памирский тракт – это уникальная автомагистраль, одна из двух самых высокогорных и протяженных дорог в мире. По прибытии в лагерь «Поляна Эдельвейсов», расположенный на одноименной поляне на высоте 3600 м над уровнем моря, размещение в просторных кемпинговых палатках или национальных юртах (в зависимости от выбранной опции).

После прогулки далее знакомство с гидом и прогулка на Луковую поляну. Там произрастает настоящий дикий лук и обитают сурки! Подъем на смотровую площадку, с которой открывается прекрасный вид на долину Ачик-Таш (в переводе «Открытый камень»).

Возвращение в лагерь. Ужин в национальных юртах.

**Питание:** Завтрак, обед, ужин.

**Достопримечательности:** Луковая поляна

---

## **3-й день**

---

### **Прогулка к озерам долины Ачик-Таш.**

**Время в пути: 5 ч.; перепад высот: -200 м, +200 м.**

Легкая прогулка по долине **Ачик-Таш** с россыпью чудесных разноцветных озер. Озер множество, некоторые соединяются друг с другом, ежегодно меняя формы. В их кристально бирюзовой глади отражаются грандиозные вершины Памира, а по берегам частенько пасутся стада пугливых яков.

Возвращение в лагерь.

**Кулинарный мастер-класс** по приготовлению узгенского плова.

Ночь в лагере «Поляна Эдельвейсов» (3600 м).

**Узгенский плов** - уникальнейшее блюдо, поскольку при его приготовлении используется узгенский рис - самый элитный сорт риса в Кыргызстане, который произрастает только в одном регионе. Характерной особенностью этого сорта риса является его темный красно-коричневый цвет. Он растет в экологически чистой зоне и обильно поливается горной водой. Узгенский рис не разваривается во время готовки, получается очень вкусным, полезным и рассыпчатым. Опытный ошпаз (мастер по приготовлению плова) подробно расскажет обо всех хитростях процесса приготовления идеального плова, а все желающие в нем поучаствовать могут воспользоваться такой редкой возможностью.

**Питание:** Завтрак, обед, ужин.

**Достопримечательности:** Ачик-таш

---

## **4-й день**

---

### **Поход к священному озеру Тулпар-Кёль.**

**Время в пути: 6 ч.; перепад высот: -100 м, +100 м.**

Главная достопримечательность сегодняшнего дня – **озеро Тулпар-Кёль**. Озеро священно. Местное население считает, что нельзя жить на его берегах, нельзя брать воду, купаться, поить скот и ловить рыбу. По словам местных чабанов, приходиться к озеру желательно со светлыми мыслями, можно молиться на берегу, можно окунать больные части тела или окроплять их водой – обязательно получишь дар исцеления.

Знакомство с бытом и традициями кочевых кыргызов. Демонстрация национальных нарядов, фотосессия.

Катание на яках.

Возвращение в лагерь.

Ночь в лагере «Поляна Эдельвейсов» (3600 м).

Священное **озеро Тулпар-Кёль** раскинулось среди россыпи бирюзовых и изумрудных озер на фоне высоких заснеженных вершин. Местные говорят, что к этому озеру можно приходиться только со светлыми помыслами. Согласно легенде, во времена нашествий здесь жило одно непокорное племя, которое оказывало отчаянное сопротивление захватчикам. Когда не осталось тех, кто был способен воевать, оставшиеся женщины, дети и старики утопили в озере все свое имущество, а после отдали свои жизни его водам. Озеро стало священным.

**Питание:** Завтрак, обед, ужин.

---

## 5-й день

---

### **Поход на перевал Путешественников (4100 м).**

**Время в пути: 6-7 ч.; перепад высот: +600 м, - 600 м.**

Маршрут пролегает через уже знакомую Луковую поляну, красивый каньон левого притока реки Ачик-Таш и небольшой живописный водопад. С перевала открывается необыкновенный вид на вершину XIX Партсъезда (5920 м), пик Спартак (6183 м), грандиозный снежный семитысячник – пик Ленина (7134 м) и его одноименный ледник.

Возвращение в лагерь.

Ночь в лагере «Поляна Эдельвейсов» (3600 м).

**Питание:** Завтрак, обед, ужин.

---

## 6-й день

---

### **Подъем на обзорную площадку на гребне пика Петровского.**

**Время в пути: 4-5 ч.; перепад высот: +500 м, -500 м.**

Подъем до высоты 4100 м, откуда открывается потрясающая круговая панорама на живописную Алайскую долину, величественный Заалайский хребет и его главную вершину – пик Ленина (7134 м).

После обеда – переезд в Ош через знаменитую Алайскую долину и высокогорные перевалы Талдык (3615 м) и Чиирчик (2408 м).

### **Прибытие в Ош.**

Размещение в гостинице.

Ночь в гостинице.

**Пик Петровского (4730 м)** находится неподалеку от лагеря «Поляна Эдельвейсов». Подъем на него технически не сложный. С высоты 4100 м открывается величественная панорама: захватывающие дух виды на **Алайскую долину**, разноцветные склоны и громадный ледник пика Ленина.

**Питание:** Завтрак, обед.

---

## 7-й день

---

### **Убытие из Оша.**

Переезд в аэропорт Оша.

Завершение программы тура.

**Питание:** Завтрак.

**Города:** Ош

---

Программа тура актуальна на 15.05.2026