

## **PROGETTO LE VIE DELLA SETA**

# **UZBEKISTAN TRA NARRAZIONE E LEGGENDA**

**DAL 20 APRILE AL 2 MAGGIO 2024**

**ITINERARIO WORK IN PROGRESS**

### **SABATO 20/DOMENICA 21 APRILE ROMA TASHKENT**

Partenza da Roma Fiumicino il 20 Aprile, volo con scalo. Arrivo a Tashkent, primo approccio con la capitale. Attività in autonomia da definire in relazione all'orario di arrivo.

### **LUNEDÌ 22 APRILE DA TASHKENT A SAMARCANDA**

Tashkent – Samarcanda con treno veloce. Visita di Samarcanda. Cena e serata libera.

### **MARTEDÌ 23 APRILE SAMARCANDA**

In mattinata prosecuzione della visita della città. A seguire visita del villaggio di Kunigil, centro dell'arte di produzione della carta di seta. Possibilità di visita in autonomia dell'Hovrenko Wine Factory . Cena e serata libera.

### **MERCOLEDÌ 24 APRILE DA SAMARCANDA AI MONTI NURATAU**

In bus verso la Riserva Naturale dei Monti Nuratau per un'esperienza di vita locale a stretto contatto con la popolazione apprendendo usi e costumi in un remoto villaggio di montagna. Escursione alla scoperta della Nature Reserve Pernotto e cena in homestay nel villaggio di Uhum pranzo e sistemazione nelle homestay locali.

### **GIOVEDÌ 25 APRILE DAI MONTI NURATAU A BUKHARA**

Svegliandosi presto si potrà prendere parte alla cottura del pane nel tradizionale forno di argilla tandir e alle prime attività quotidiane del villaggio. Sosta per assistere al tradizionale gioco Kupkari (Buzkashi) in uno dei villaggi tra i monti Nuratau. Arrivo a Bukhara nel pomeriggio. Visita libera di Bukhara. Alcune possibili alternative in autonomia: spettacolo di marionette in un antico caravanserraglio o relax in Hammam medievale. Cena e serata libera.

### **VENERDÌ 26 APRILE BUKHARA**

Visita della città intera giornata. Possibilità in autonomia di assistere a uno spettacolo nella Madrassa Nadir Devon Begi. Cena e serata libera.

### **SABATO 27 APRILE DA BUKHARA A KHIVA**

In bus attraversando il il Kyzyl-Kum, il più grande deserto dell'Asia centrale. Primo approccio alla città in base all'ora di arrivo. Spettacolo circense tradizionale uzbeko. Cena e serata libera.

### **DOMENICA 28 APRILE KHIVA**

Intera giornata dedicata alla visita della città. Cena e serata libera.

### **LUNEDÌ 29 APRILE DA KHIVA A NUKUS**

Partenza per Nukus, capitale del Karakalpakstan, regione autonoma dell'Uzbekistan. Nel tragitto visita delle fortezze del deserto e della Riserva naturale di Baday Tugay. Arrivo a Nukus tardo pomeriggio. Cena e serata libera.

### **MARTEDÌ 30 APRILE DA NUKUS A TASHKENT**

Visita della città a Nukus e del Museo d'arte Savitskiy, il Louvre delle steppe in mattinata con la vasta collezione di dipinti d'avanguardia russi e di arte popolare del Karakalpak. Spostamento in bus per escursione al complesso archeologico di Mizdakhan e alla fortezza di Gaur Qala. Volo da Nukus a Tashkent. Arrivo a Tashkent in tarda serata.

### **MERCOLEDÌ 1° MAGGIO TASHKENT**

Visita della città intera giornata. Cena e serata libera.

### **GIOVEDÌ 2 MAGGIO RIENTRO IN ITALIA**

*Tutti i giorni saranno proposte attività di pratica corporea come camminata, camminata veloce e stretching posturale.*

**QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE:** 2.500€

**ISCRIZIONE ENTRO IL 31 GENNAIO:** - 500€

**SECONDA QUOTA ENTRO IL 29 FEBBRAIO** - 1000€;

**SALDO ENTRO IL 30 MARZO** - 1000€

**A PARTIRE DAL 1° FEBBRAIO OGNI SETTIMANA LA QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE VERRÀ ADEGUATA ALLE PROGRESSIVE VALUTAZIONI DEI VOLI**

É possibile versare le quote solo tramite bonifico bancario alle seguenti coordinate, specificando la causale  
Viaggio Uzbekistan 2024

ASD Università Popolare dello Sport – IBAN IT76W0306909606100000003952

**Per le modalità di recesso dal viaggio informarsi presso le segreterie.**

#### **LA QUOTA COMPRENDE:**

- Tessera associativa UPS-LAR
- Presenza di un referente organizzazione UPS LAR per tutto il viaggio
- Volo internazionale con bagaglio da stiva
- Tutti i pernottamenti con colazione in camera doppia/condivisa
- Trasporto durante il tour, compresi transfer aeroporto/stazioni ferroviarie
- Treno Tashkent-Samarcanda
- Volo Nukus – Tashkent
- Tutti i pasti sui Monti Nuratau
- Guida locale in ogni città come da itinerario
- Tutti i biglietti d'ingresso ai siti come da itinerario
- Organizzazione del gioco Kupkari e ingressi per lo spettacolo del circo uzbeko
- Assicurazione medica (fino a 100.000€)

#### **LA QUOTA NON COMPRENDE**

- Assicurazione annullamento partecipazione (7% del costo del viaggio) da stipulare all'atto dell'iscrizione
- Extra, spese personali
- Ingressi a siti e musei definiti "in autonomia" o non citati nel programma
- Mance in generale
- I pranzi e le cene definiti "liberi"
- Tutto quanto non espressamente indicato alla voce "La quota comprende"

**CONTATTI:** Rita Ricci 3296747512 • Francesco Savastano 3355358137 • Giuseppe D'Agostino 3478019678

**INFO E ADESIONI** A.S.D. Università Popolare dello Sport • 06.99702866 • [info@universitapopolaredellosport.it](mailto:info@universitapopolaredellosport.it)