

Olympus Alpine Guiding



KYRGYZSTAN

PAMIR – LENIN BASE CAMP

YUKHINA 5.130m



Η διάσχιση των βουνών της περιοχής Alay του Kyrgyzstan, αποτελεί έναν υπέροχο ορειβατικό στόχο, σε μια χώρα εξωτική και γεμάτη αντιθέσεις. Στο ταξίδι αυτό, θα ανέβουμε σε κορυφές των 5.000, θα διασχίσουμε ορεινά περάσματα στα υψίπεδα του Όρους Παμίρ, θα διανυκτερεύσουμε στην ύπαιθρο και σε παραδοσιακά Yurt, βιώνοντας μια αυθεντική ορειβατική και πολιτισμική εμπειρία.

Πρόγραμμα

ΗΜΕΡΑ 1 1/8/2026	Ελλάδα - Μπίσκεκ Αναχώρηση από Ελλάδα και άφιξη στο Μπίσκεκ στις 2/8/2026 (00:40) Μεταφορά σε ξενοδοχείο – ενημέρωση για το πρόγραμμα – διανυκτέρευση στο Μπίσκεκ .
(1 Local) ΗΜΕΡΑ 2 2/8/2026	Πεζοπορία στον Εθνικό Δρυμό Ala Archa Μετά την πεζοπορία, επιστροφή στο Μπίσκεκ – τακτοποίηση στο ξενοδοχείο και διανυκτέρευση. ΠΡΩΙΝΟ – ΓΕΥΜΑ – ΔΕΙΠΝΟ
(2) ΗΜΕΡΑ 3 3/8/2026	Μετάβαση στο Osh Osh – Kojokelen (2.200m) - Jiptick ass Άφιξη στο Osh με εσωτερική πτήση και στην συνέχεια οδικώς στο χωριό Kojokelen (3hr). Άφιξη και γεύμα στην όχθη του ποταμού. Πεζοπορία προς το Jiptick Pass (4hr) μέσω ενός υπέροχου μονοπατιού δίπλα σε ποτάμι και φαράγγι, μέχρι την κατασκήνωση σε παραδοσιακά Yurt όπου θα έχουμε δείπνο και διανυκτέρευση. ΠΡΩΙΝΟ – ΓΕΥΜΑ – ΔΕΙΠΝΟ
(3) ΗΜΕΡΑ 4 4/8/2026	Jiptick pass – Darbazatash Valley Πρωινό και αναχώρηση στις 09:00 για ανάβαση Jiptick 4.185 m (4hr) ΥΔ : 700μ Η θέα προς τις κοιλάδες του Παμίρ μας ακολουθεί σε όλη την διαδρομή και θα γίνει ακόμη πιο απολαυστική στην κορυφή του Jiptick όπου και θα απολαύσουμε το μεσημεριανό μας. Συνέχεια της πεζοπορίας μας προς την κοιλάδα Darbazatash (3hr), όπου θα φτάσουμε το απόγευμα. Άφιξη στο camp δίπλα στο ποτάμι, δείπνο και διανυκτέρευση στα yurts. ΠΡΩΙΝΟ – ΓΕΥΜΑ – ΔΕΙΠΝΟ
(4) ΗΜΕΡΑ 5 5/8/2026	Darbazatash Valley – Sarymogol – Αλπική Λίμνη Tulparkol Πρωινό και πεζοπορία προς το χωριό Sarymogol (3hr). Γεύμα σε ξενώνα του χωριού και στην συνέχεια μετάβαση στο Yurt Camp της Λίμνης Tulparkol στην βάση του Lenin Peak Base Camp (1hr). Εγκατάσταση σε Yurt και προαιρετική πεζοπορία στην λίμνη. ΠΡΩΙΝΟ -ΓΕΥΜΑ – ΔΕΙΠΝΟ
(5) ΗΜΕΡΑ 6	Lenin Peak Camp (1)

6/8/2026	Η πιο απαιτητική ημέρα της διαδρομής μας... Ξύπνημα νωρίς, πρωινό, και πεζοπορία προς το Camp (1) 4.400μ στην βάση της Κορυφής Lenin. Η ανάβαση προς το Camp είναι ιδιαίτερα απαιτητική, αλλά η θέα της κορυφής Lenin και των παγετώνων αποζημιώνει τους πάντες. Εγκατάσταση στο Base Camp – δείπνο και διανυκτέρευση. Στο Base Camp υπάρχει Mini Market ΠΡΩΙΝΟ -ΓΕΥΜΑ – ΔΕΙΠΝΟ
(6) ΗΜΕΡΑ 7 7/8/2026	Yukhina Peak 5.130 m Ανάβαση στην κορυφή Yukhina Peak at 5.130m (4hours). Η θέα προς το συγκρότημα του Παμίρ είμαι συγκλονιστική... Εκατοντάδες παγετώνες και κορυφές που ξεπερνούν τα 7.000μ Γρήγορο φαγητό και φωτογραφίες στην Yukhina και κατάβαση στο Camp (1) για δείπνο (2 hours). ΠΡΩΙΝΟ - ΓΕΥΜΑ – ΔΕΙΠΝΟ
(7) ΗΜΕΡΑ 8 8/8/2026	Λίμνη Tulpar Kul - Osh Πρωινό και πεζοπορία προς το Yurt Camp Tulpar, από όπου θα μας παραλάβει το όχημα της μεταφοράς μας. Γεύμα στην Λίμνη Tulparkol και μεταφορά στο χωριό Gulcha, και στην συνέχεια στη πόλη Osh. Εγκατάσταση σε ξενοδοχείο και διανυκτέρευση ΠΡΩΙΝΟ - ΓΕΥΜΑ
(8) ΗΜΕΡΑ 9 9/8/2026	Πτήση προς το Bishkek Πρωινή πτήση προς το Bishkek – ελεύθερο απόγευμα στην πόλη – διανυκτέρευση. ΠΡΩΙΝΟ - ΔΕΙΠΝΟ
(9) ΗΜΕΡΑ 10 10/8/2026	Μεταφορά στο αεροδρόμιο – Πτήση προς Ελλάδα ΠΡΩΙΝΟ

Ατομικός εξοπλισμός :

- Ορειβατικές μπότες, πεζοπορικά άρβυλα ή ημιάκαμπτες μπότες
- Θερμοεσώρουχα πάνω και κάτω
- 2 ζεύγη γάντια – 1 λεπτό κι ένα του σκι

- Καπέλο, γυαλιά ηλίου, αντιηλιακό
- Ορειβατικό παντελόνι soft shell
- Αδιάβροχο παντελόνι και τζάκετ
- Ελαφρύ συνθετικό ή πουπουλένιο jacket
- Μπατόν
- Crampon (ανάλογα με τις τρέχουσες συνθήκες, θα υπάρξει ενημέρωση)
- Σακίδιο 35 – 50 λιτ
- Σκούφος
- Υπνόσακος (τουλάχιστον για θερμοκρασία comfort -5C)
- Φακός κεφαλής

Όροι συμμετοχής

Ο υπεύθυνος του προγράμματος – Οδηγός Βουνού, έχει το δικαίωμα να μεταβάλλει μέρος του προγράμματος, πάντα σε συνεννόηση με την ομάδα, εάν υπάρχουν άσχημες καιρικές συνθήκες και με γνώμονα την ασφάλεια των ατόμων που οδηγεί.

Επίσης, μπορεί να μεταβάλλει τη διαδρομή ή μέρος αυτής, εάν το επιβάλουν ξαφνικοί λόγοι υγείας κάποιου μέλους της ομάδας ή να τη διακόψει, σε περίπτωση που μέλος της ομάδας δεν τηρεί τους κανόνες ασφαλείας που θέτει ο Οδηγός Βουνού.

Ο Οδηγός Βουνού δεν ευθύνεται για ατύχημα που δεν οφείλεται σε δική του υπαιτιότητα.

Akis Parousis

Mountain Guide HMGA



Olympus Alpine Guiding

www.olympus-guiding.gr

olympusguiding@gmail.com

Katerini – Litochoro – Greece / +30 6976 695869

ΣΧΕΔΙΟ ΠΤΗΣΕΩΝ – Turkish Airlines

Aug 1st – Aug 10th

GREECE TO KIRGIZSTAN – Aug 1st

Flight details

1h 35m

10:30

ATHENS

Athens Elefterios Venizelos International Airport (ATH)

Airline - Flight number:

 **Turkish Airlines - TK1844**

Aircraft type:

Boeing 777-300ER - Wide-body

12:05

ISTANBUL

Istanbul Airport (IST)

4h 40m

Transfer and flight change

Istanbul Airport

4h 55m

16:45

ISTANBUL

Istanbul Airport (IST)

Airline - Flight number:

 **Turkish Airlines - TK346**

Aircraft type:

Airbus A330-203 - Wide-body

00:40 (2 AYΓ)

BISHKEK

Manas International Airport (BSZ)

KIRGIZSTAN TO GREECE - Aug 10th

Flight details

6h 5m

10:10

BISHKEK

Manas International Airport (BSZ)

Airline - Flight number:

 **Turkish Airlines - TK345**

Aircraft type:

Airbus A321-200neo - Narrow body

13:15

ISTANBUL

Istanbul Airport (IST)

5h 40m

Transfer and flight change

Istanbul Airport

1h 35m

18:55

ISTANBUL

Istanbul Airport (IST)

Airline - Flight number:

 **Turkish Airlines - TK1845**

Aircraft type:

Boeing 777-300ER - Wide-body

20:30

ATHENS

Athens Elefterios Venizelos International Airport (ATH)

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

NEPO

Κατά την διάρκεια του trekking υπάρχουνε πηγές με καθαρό πόσιμο νερό, ειδικά κατά τις πρώτες ημέρες.

Ξεκινάμε από το πρώτο χωριό με παγούρια γεμάτα και ανανεώνουμε στις πηγές.

Στα yurt υπάρχει επίσης καθαρό πόσιμο βρασμένο νερό.

Για κάποιον που επιθυμεί περισσότερη σχολαστικότητα στο νερό :

- Ταμπλέτες ή σταγόνες αποστείρωσης
- Παγούρι με φίλτρο

Μετά το Tulpar Kol Lake, στο Peak Lenin Base Camp και στην Yuhina Peak, υπάρχουνε λιγότερες πηγές. Στο σκέλος αυτό θα υπάρχει πόσιμο βρασμένο νερό τόσο στο yurt camp όσο και στο Base Camp.

ΔΙΑΜΟΝΗ

Στο Lenin Peak Base Camp (4,400 meters) :

- Παρέχονται αντίσκηνα 2 ατόμων και υπόστρωμα ύπνου – απαραίτητος δικός σας υπνόσακος.
- Κοινές τουαλέτες – ανδρών / γυναικών.
- Φαγητό στο μεγάλο αντίσκηνο – εστιατόριο.

YURT

- Τα Yurt, φιλοξενούνε 5-6 άτομα με κοινές εξωτερικές τουαλέτες.
- Παρέχονται υποστρώματα ύπνου, σε κάποιες περιπτώσεις κρεβάτια, και υπάρχουν επίσης κουβέρτες.
- Ντους : Διαθέσιμο την τρίτη ημέρα της διαδρομής.
- Η διαμονή είναι απλή, καθαρή και βουνήσια, σε Yurt τοπικών οικογενειών και νομάδων και αντιπροσωπεύει την πιο αγνή μορφή του trek

GALLERY









