

# Kirguistán

## Trekking al Pico Yukhin - 5130 m

Salidas en grupo internacional verano 2026



El Pico Yukhin se alza en la majestuosa cordillera Zaalayskiy, al norte del legendario Pico Lenin, dominando el horizonte del Pamir kirguís. Desde su cumbre, las vistas son sobrecogedoras: la cara norte del Pico Lenin se eleva imponente mientras el valle de Alay se extiende inmenso y silencioso a tus pies. Esta ruta es una experiencia de montaña auténtica, sin pasos técnicos ni tramos de roca o hielo, perfecta para quienes sueñan con alcanzar los 5.000 metros sin necesidad de equipo de alpinismo. Solo hacen falta buena forma física, resistencia y la motivación.



### Lo más destacado

#### Osh

Su bazar diario es uno de los mejores de Asia central.

#### Campo Base Achik Tash

Situado a 3600 m de altitud en la falda del Pico Lenin.

#### Pico Yukhina

Situado en la cordillera Zaalayskiy, al norte del pico Lenin, nos espera con sus 5.130 msnm.

## Fechas salida

Inicio en Osh

## Grupo Mínimo



1 viajeros

## Itinerario

DÍA	RUTA	COMIDAS	ALOJAMIENTOS
1	Osh > Traslado al C.B. Achyk-Tash	C	Tent Camp
2	C.B. Achik-Tash   Cresta del Pico Petrovski	D - A - C	Tent Camp
3	C.B. Achyk-Tash   Paso Puteshestvennikov   Camp 1	D - A - C	Tent Camp
4	Camp 1   Pico Yukhin   Camp 1	D - A - C	Tent Camp
5	Camp 1   C.B. Achik-Tas	D - A - C	Tent Camp
6	C.B. Achik-Tas > Osh	D - A - C	Hotel local
7	Vuelo de regreso	D	-

COMIDAS: Desayuno **D** Almuerzo **A** Cena **C**

## Precio del viaje

Por persona	Precio base
En base a grupo de 3 a 14 personas	980,00 €
Suplementos y tasas por persona	Precio base
Suplemento Hab. Individual en el hotel de Osh	110,00 €
Suplemento Hab. Individual en las tiendas Campo Base y Camp 1	180,00 €

### Notas salidas y precios

Este programa **NO** incluye vuelos internacionales.

## Servicios incluidos

- Servicios de guía profesional de habla inglesa: 1 guía por cada 3 personas como máximo.
- Traslado desde/hasta el aeropuerto, traslado desde/hasta el hotel.
- Traslado Osh - Campamento Base Achyk-Tash - Osh (según el horario).
- Traslado Campamento Base - Lukovaya Polyana - Campamento Base (según el programa).
- Alojamiento en hotel con desayuno en Osh - 1 noche (el registro de entrada anticipado/salida tardía tiene un costo adicional).
- Alojamiento en el Campamento Base y el Campamento 1 (según el programa) en tiendas de campaña (2 personas por tienda). Cada tienda cuenta con plataformas de madera con colchones. Hay electricidad disponible en cada tienda del Campamento Base
- Almuerzo para llevar ( lunch box) durante el trayecto Osh - Achyk-Tash - Osh.
- Tres comidas diarias tipo bufé en el Campamento Base y el Campamento 1. Se ofrece desayuno temprano en el Campamento 1 de 3:00 a 4:00 h previa solicitud. • Uso del comedor, los baños y las taquillas.
- Duchas de agua caliente y baños en el Campamento 1.
- Suministro eléctrico de 220 V en el Campamento 1 y suministro eléctrico de 220 V y 50 Hz mediante un generador en el Campamento 1 de 18:00 a 22:00.
- Primeros auxilios y consulta médica en el Campamento Base y el Campamento 1.
- Servicios de caballos para el transporte de equipaje (no más de 12 kg). Por cada kilogramo adicional: recargo de USD 20 para todo el recorrido.
- Registro de los documentos necesarios (pase fronterizo). Inscripción en el escuadrón de rescate.
- Seguro de asistencia en viaje de 9 días; [ver condiciones de la póliza](#). Opcionalmente pueden ampliarse las coberturas de gastos de anulación; consulta

## Servicios NO incluidos

- Vuelos internacionales a Bishkek/Osh
- Alojamiento individual en tiendas de campaña.
- Comidas no incluidas en el programa, bebidas alcohólicas.
- Sacos de dormir. (recomendado 4 estaciones)
- Gastos personales, propinas, servicio de maleteros en los hoteles. Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.
- [Ampliación de coberturas](#) del seguro de asistencia y anulación (recomendado)

## Itinerario detallado

# Trekking al Pico Yukhin - 5130 m



7 días

DÍA

1

Comidas  
Cena

### Osh > Traslado al C.B. Achyk-Tash

Llegada al aeropuerto de Osh (vuelo NO incluido). Al llegar al aeropuerto de Osh, pasaremos el control de aduanas y recogeremos el equipaje. En la zona de llegadas nos estará esperando para darnos la bienvenida y entregarnos toda la documentación y los permisos necesarios para la ascensión.

**Actividades:** Desde el aeropuerto, comenzaremos el viaje hacia el **Campamento Base de Achik-Tash**, situado a los pies del majestuoso Pico Lenin a 3.600 metros de altura. Durante el trayecto, el paisaje irá transformándose: las fértiles llanuras del valle darán paso a montañas cada vez más abruptas, hasta alcanzar la altitud del Pamir. Al llegar al campamento, podremos instalarnos y tomar nuestro primer contacto con la vida de alta montaña. El aire es puro, las vistas son infinitas y la emoción de estar en el corazón del Pamir se siente en cada respiración. Será el momento de descansar, aclimatarnos y dejar que la emoción del viaje empiece a hacerse realidad.

*Traslado por carretera: 300 km / 5 hrs*

*Desnivel: + 2.600m*

*Noche en tienda (3.600 m)*

DÍA

2

Comidas  
Desayuno  
Almuerzo  
Cena

### C.B. Achik-Tash | Cresta del Pico Petrovski

Hoy es un día para empezar a aclimatarse y disfrutar de la grandeza del Pamir.

**Actividades:** Desde el campamento base, iniciaremos una **caminata hacia la cresta del cercano Pico Petrovsky**, que se alza a 4.200 metros. El ascenso no es técnico, pero sí exigente: la recompensa llega al alcanzar la cima, donde se despliega ante nosotros una vista impresionante del valle de **Achyk-Tash**, el campamento y las montañas que nos rodean. Quienes prefieran tomárselo con más calma pueden quedarse en el campamento, descansar, preparar el equipo para la ascensión al Campo 1 o incluso disfrutar del entorno a un ritmo más tranquilo —hay quien se anima a remar en las pequeñas lagunas cercanas con paddle boards. Al caer la tarde, el aire se enfría y el cielo se llena de estrellas: una noche perfecta para recargar energías antes de continuar la aventura.

*Caminata: 8 km / 4 hrs*

*Desnivel: + 600m / - 600m*

*Noche en tienda (3.600 m)*



Camp Base Achyk-Tash



Día 2 Paso Puteshestvennikov

DÍA

3

Comidas  
Desayuno  
Almuerzo  
Cena

### C.B. Achyk-Tash | Paso Puteshestvennikov | Camp 1

Hoy comienza la verdadera aproximación al Pico Lenin.

**Actividades:** Tras el desayuno, iniciaremos la **subida hacia el Paso Puteshestvennikov, situado a 4.150 metros**. El ascenso, de poco más de una hora, sigue un sendero bien marcado que se eleva entre colinas pedregosas y praderas de altura. Desde la cima del paso, las vistas son simplemente sobrecogedoras: el imponente **Pico Lenin aparece por primera vez en todo su esplendor**, junto con el vasto glaciar que lleva su nombre. Desde allí descenderemos hasta la morrena izquierda del **glaciar Lenin** y continuaremos la marcha unas tres horas más, siguiendo el cauce de un río que deberemos cruzar con precaución. Lo mejor es hacerlo temprano, antes de que el deshielo aumente su caudal. Finalmente, alcanzaremos el **Campo 1, enclavado a 4.400 metros**, un lugar espectacular rodeado de hielo y silencio, donde el aire es más puro y el horizonte parece infinito. Aquí pasaremos la noche en tiendas, bajo un cielo que se enciende de estrellas.

*Caminata: 10 km / 4 hrs*

*Desnivel: + 900m*

*Noche en tienda (4.400 m)*

DÍA

4

Comidas  
Desayuno  
Almuerzo  
Cena

### Camp 1 | Pico Yukhin | Camp 1

Hoy es el gran día.

**Actividades:** Tras el desayuno, **comenzaremos la ascensión al Pico Yukhin, de 5.130 metros de altitud.** La ruta sigue una pendiente suave y constante sobre terreno rocoso y nevado, sin pasos técnicos ni necesidad de material especial, más allá de unas buenas botas de montaña y una dosis de determinación. A medida que ganamos altura, el paisaje se transforma: el aire se vuelve más nítido, el silencio más profundo, y el horizonte se abre hacia el infinito. Desde la cima, el espectáculo es inolvidable: frente a ti se eleva la imponente **cara norte del Pico Lenin**, y a tus pies se extiende el vasto **Valle de Alay**, bañado por la luz cambiante del **Pamir**. Después de disfrutar de un merecido descanso en la cumbre y tomar las mejores fotos del viaje, emprenderemos el descenso de regreso al Campo 1, donde nos esperará una reconfortante comida caliente y el placer de compartir la emoción de haber alcanzado los 5.000 metros.

*Caminata: 8 km / 5-7 hrs*  
*Desnivel: + 730m / - 730m*  
*Noche en tienda (4.400 m)*



Día 3 Pico Yukhin



Día 4 - Pico Yukhin

DÍA

5

Comidas  
Desayuno  
Almuerzo  
Cena

### Camp 1 | C.B. Achik-Tas

Tras el desayuno, iniciaremos el regreso hacia el Campamento Base, dejando atrás las nieves del Yukhin y los ecos del glaciar.

**Actividades:** El camino comienza con una breve subida antes de descender suavemente durante unas cuatro horas por el mismo sendero que nos trajo hasta aquí, con el Pico Lenin despidiéndose a nuestras espaldas. A medida que bajamos, el aire se vuelve más templado y el paisaje recupera los tonos verdes del **valle de Achyk-Tash**. Al llegar al campamento, nos esperará una bebida caliente y la satisfacción de haber completado una aventura en el corazón del Pamir. Después, nada mejor que una ducha y un merecido descanso mientras el sol se oculta tras las cumbres nevadas.

*Caminata: 8 km / 4 hrs*  
*Desnivel: + 100m / - 800m*  
*Noche en tienda (3.600 m)*

DÍA

6

Comidas  
Desayuno  
Almuerzo  
Cena

### C.B. Achik-Tas > Osh

Tras el desayuno, dejaremos atrás las montañas que nos han acompañado durante estos días de aventura.

**Actividades:** El camino de **vuelta a Osh** nos permitirá disfrutar una vez más de los amplios paisajes del valle y las vistas del Pamir que se van difuminando en la distancia. Al llegar a la ciudad, nos instalaremos en el hotel y dispondremos del resto del día libre para descansar, explorar el bazar local o simplemente relajarnos con una cerveza fría recordando los momentos vividos en las alturas.

*Traslado por carretera: 300 km / 6 hrs*

*Desnivel: - 2.600m*

*Hotel (950 m)*



Día 5 - C.B.



Caballos Kirguistán

DÍA

7

Comidas  
Desayuno

### Vuelo de regreso

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a casa en función del horario de nuestro vuelo (NO incluido)

*Traslado: 20 km / 30 min*

## Alojamientos previstos o similares

### ¿Qué incluye el equipamiento de cada campamento fijo?

Desde 2010, hemos instalado campamentos permanentes a lo largo de toda la ruta. Cada año, mejoramos la infraestructura y aumentamos la comodidad para los participantes. Si reservas esta ruta, tendrás acceso a todas las comodidades de nuestros campamentos durante todo el recorrido.

Las tiendas RED FOX tienen capacidad para hasta 4 personas, pero están diseñadas para 2 personas por tienda. Las tiendas están equipadas con colchones de 5 cm y esterillas para dormir cómodamente.

Tienda comedor TEAM FOX: capacidad para 10-20 personas.

Té, café, dulces y galletas gratis.

Bar con bebidas alcohólicas y refrescos (vodka, vino, coñac, zumos, etc.) – con cargo adicional.

Utensilios de cocina, mesas y sillas para mayor comodidad de los huéspedes.

Hay una tienda con inodoro y otra con ducha. Para ducharse, se proporciona un pequeño lavabo, un cubo y agua caliente (tenga en cuenta que, en caso de mal tiempo, puede ser difícil proporcionar agua caliente).

Hay electricidad (generada por un generador) disponible de 19:00 a 22:00 para cargar teléfonos, tabletas y otros dispositivos.

LOCALIDAD	HOTEL
Camp 1 (4400 m)	<a href="#">Tent Camp</a>
Base camp Achik-Tash	<a href="#">Tent Camp</a>
Osh	<a href="#">Sunrise Osh</a>



Campo Base 2



Campo Base 3

## Transporte

Transporte en los cruces fronterizos:

Para 3 a 9 personas: 1 minibús Mercedes Sprinter (17 plazas, con aire acondicionado)

Para 10 a 14 personas: 2 minibuses Mercedes Sprinter (17 plazas, con aire acondicionado)



## IMPORTANTE SABER:

El ascenso al Pico Yukhin (5.130 m) es una invitación a tocar el cielo del Pamir y contemplar, desde sus alturas, la imponente silueta del legendario Pico Lenin (7.134 m) y la inmensidad del Valle de Alay. Situado en las estribaciones septentrionales de la cordillera Trans-Alay, este ascenso ofrece una experiencia auténtica de alta montaña sin necesidad de contar con formación técnica ni equipo complejo. La ruta sigue un sendero clásico, libre de tramos escarpados de roca o hielo, y es accesible para senderistas con buena condición física y espíritu aventurero. Durante la progresión, el paisaje se transforma paso a paso: desde los pastos verdes y las aldeas nómadas del valle hasta las nieves eternas que coronan las montañas. Desde la cima, las vistas panorámicas son sobrecogedoras: el glaciar que desciende del Pico Lenin, las crestas nevadas del Trans-Alay, y el vasto horizonte del Valle de Alay, que se extiende como un océano de tierra y luz.

Más que un desafío físico, este trekking es una inmersión en la grandeza del Pamir, una oportunidad de sentir la pureza del aire de alta montaña y descubrir la magia del silencio absoluto a más de cinco mil metros de altitud. Algunos días pueden estar sujetos a cambios por motivos de seguridad/clima.

Los tiempos de traslado son aproximados ya que dependen de las condiciones de la carretera/el tiempo así como los tiempos de las caminatas que dependen de las condiciones meteorológicas y físicas de los participantes. La altitud máxima del recorrido es de 5130 m.

Se recomienda encarecidamente llevar una cantimplora personal, ya que proporcionamos agua hervida durante todo el recorrido.



Paso Viajeros

## Dificultad / condiciones de viaje

### Obligatorio tener durante el trekking:

Botas de trekking impermeables con sujeción en los tobillos

Chaqueta impermeable o capa para la lluvia / Chaqueta polar o jersey de abrigo / Pantalones de trekking / Ropa interior térmica

Sombrero para el sol o gorra con tapa para las orejas y el cuello / Gafas de sol de buena calidad

Mochila de 30 a 40 litros con funda para la lluvia

Gorro / Guantes de abrigo

Saco de dormir (confort -5°C, consultar temperatura)

Bastones de trekking (muy recomendables para cruzar arroyos o en pendientes pronunciadas)

Botiquín básico que incluya: crema antiséptica y antihistamínica, pastillas para la garganta, tratamiento para la diarrea (Imodium), analgésicos, tiritas y tratamiento de ampollas, repelente de insectos y sales de rehidratación. Protección solar (incluido bloqueador total para orejas, nariz, etc.) / Barras de labios  
Botellas de agua de 1 litro (x2) (recomendamos rellenar las botellas de agua en lugar de las de plástico de un solo uso) / Pastillas potabilizadoras  
Bolsas secas (para mantener secos el contenido de la mochila, los portátiles y los teléfonos durante la caminata)  
Linterna frontal y pilas de repuesto  
Se recomienda llevar una chaqueta de plumas de entretiempo

#### **Opcional para tener durante la caminata:**

1 par de deportivas o zapatos para caminar por la ciudad  
Deportivas / sandalias para cruzar ríos  
Calcetines (1 par para 2 -3 días de trekking)  
1 sobrepantalón impermeable  
1 pañuelo para cubrirse el pelo (durante las visitas a mezquitas e iglesias)  
Pantalones cortos y/o bañador (campamentos cerca de lagos, aguas termales o ríos)  
Buff/bufanda (para protegerse del polvo y el frío)  
Neceser y artículos de aseo / Jabón de manos antibacteriano  
Toalla pequeña (material de secado rápido)  
Colchoneta Thermarest o similar (tenga en cuenta que durante los 3 trekkings clásicos de Ak-Sai Travel se proporcionan colchonetas de 5 cm con una fina almohadilla).  
Navaja (recuerde guardar los objetos punzantes en el equipaje de bodega)  
Kit de reparación (aguja, hilo, cinta adhesiva)  
Tapones para los oídos contra los ruidos del río y los ronquidos de los vecinos

## **Documentación**

Ciudadanos con pasaporte español: Pasaporte en vigor con una validez mínima de 6 meses posteriores a la fecha de entrada en el país de destino.

Desde el año 2012 ya no hace falta visado para entrar a Kirguistán. Es responsabilidad del viajero confirmar esta información con la facilitada por el [Ministerio de Asuntos Exteriores](#) en su página web. Ciudadanos con pasaporte de otra nacionalidad (no español): Contactar con los respectivos Consulados y/o Embajadas para conocer las formalidades de entrada que exigen los países visitados en el viaje. Situación social y política del país de destino: Viatges Tuareg se remite a los avisos y recomendaciones facilitados por el [Ministerio de Asuntos Exteriores](#) en su página web.

**Los servicios aduaneros pueden negar la entrada a visitantes que presenten pasaportes en mal estado o con páginas sueltas o mal pegadas. Para esta ruta hace falta el permiso fronterizo, se tarda 2-3 semanas en hacerlo.**

## **Sanidad**

No hay vacunas obligatorias ni recomendaciones sanitarias específicas. Viatges Tuareg puede informar únicamente sobre los requisitos sanitarios obligatorios exigidos por el país de destino, y añadir alguna recomendación en base a experiencias propias. Las recomendaciones sanitarias y profilaxis deben de consultarse con un profesional médico, o dirigirse a los avisos de los organismos sanitarios oficiales. La información oficial sobre precauciones sanitarias y vacunas puede encontrarse en la web del [Ministerio de Sanidad y Consumo](#).

## Información General

Importante evitar el uso de bolsas de plástico y contenedores de un solo uso. #stopplastic

### Moneda y divisas

En Kirguistán la unidad monetaria es el SOM (COM en lengua kyrgyz). El cambio de divisas se efectúa en bancos y casas de cambio (mejor llevar billetes nuevos de 50 €). Guardar los recibos/justificantes, pero no hay control de divisas a la salida del país. El sistema de pagos por vía electrónica no está demasiado extendido en la República Kirguisa. La mayor parte de los intercambios comerciales se deben abonar en efectivo.

[Información sobre moneda y cambio de divisas](#)

### Clima

Hay que tener en cuenta que, en las zonas montañosas, el clima es más extremo. Hay grandes diferencias de temperatura, entre las estaciones y también entre el día (las horas de sol) y la noche (especialmente de madrugada). Habrá que asegurarse bien en este sentido, en función de las fechas en las que se realice el viaje.

[Información sobre el clima](#)

### Horario y corriente eléctrica:

[Información sobre zonas horarias](#)

[Información sobre enchufes y corriente eléctrica](#)

### Propinas y agradecimiento

En Kirguistán, las propinas no son obligatorias, pero el personal de servicio siempre las agradece. Generalmente, no están incluidas en el precio de los servicios. En cafeterías y restaurantes, es posible que vea un cargo adicional del 10-15% en su cuenta, pero esto no es una propina, sino parte del salario del personal. También sería un buen gesto dar propina al guía, al conductor y a los porteadores. Esta es una excelente manera de expresar su gratitud por su trabajo y atención. Como referencia, la propina promedio es de aproximadamente 7-10 USD por persona por día, que se distribuye entre todo el personal: conductores, guías y porteadores. Sin embargo, la cantidad de la propina siempre queda a su criterio y depende de la calidad del servicio y de sus posibilidades.



10378|20260423MGM