



Kultur- und Rundreise • Kirgisistan • Bishkek, Issyk-Kul, Tash-Rabat

Eine Frauenreise in das Herz Zentralasiens

Begegnungen und Naturlandschaften auf der alten Seidenstraße

Tage
19

Gruppengröße
6 bis 12

Reiseleiterin
Mirzat Chormukova

Anforderung
☒ ☒ ☒ ☒ ☐

Hochalpine Seen, Jurten auf 3000 Metern, die alte Seidenstraße und Begegnungen mit kirgisischen Frauen, aus den unterschiedlichsten Bereichen machen das Programm dieser **19-tägigen Rundreise** durch Kirgisistan aus. Dünn besiedelt, wild, gastfreundlich und voller spannender Widersprüche ist Kirgisistan eines der schönsten und unbekanntesten Länder Zentralasiens. Nomadenfamilien auf Sommerweiden, feministische Künstlerinnen in Bishkek, Petroglyphen aus der Skythenzeit und heiße Quellen in wilden Alpentälern. Eine Reise zwischen zwei Welten und mitten ins Herz Zentralasiens.

Highlights im Programm

- Issyk-Kul – Hochgebirgssee
- Frauenbegegnungen & Handwerk
- Song-Kul – Jurtennacht auf 3.016 m
- Altyn-Arashan – Quellen & Jeepfahrt
- Tash-Rabat – Karawanserei & Reitausflug

Überblick zur Reise

Kirgisistan ist eines der am dünnsten besiedelten Länder der Welt – und gleichzeitig eines der landschaftlich dichtesten. Über 90 Prozent des Landes liegen höher als 1500 Meter, fast 8000 Gletscher speisen die viele Flüsse in der Region. Kein anderes

zentralasiatisches Land ist so sehr von seinen Bergen geprägt: Der Tian-Shan – „Himmelsgebirge“ auf Chinesisch – zieht sich quer durch das ganze Land und formt nicht nur die Landschaft, sondern auch die Lebensweise seiner Menschen.

Denn Kirgisistan ist das Land der Nomaden. Noch heute ziehen Familien im Sommer mit ihren Herden auf die Hochalmen, die sogenannten Dshailoos, bauen ihre Jurten auf 3000 Metern auf und leben nach Rhythmen, die sich seit Jahrhunderten kaum verändert haben. Gleichzeitig erlebt **Bischkek, die lebhafteste Hauptstadt**, seit einigen Jahren eine bemerkenswerte zivilgesellschaftliche Aufbruchsstimmung – mit feministischen Künstlerinnen, Umweltaktivistinnen und einer kreativen Kaffeehausszene, die man hier nicht erwartet hätte.

Zwischen diesen beiden Welten bewegen wir uns auf dieser 19-tägigen Frauenreise. Vom sowjetisch geprägten Bischkek über den Issyk-Kul – ein Binnenmeer auf 1600 Metern, das im Winter nicht zufriert, weil es so tief und so salzig ist – durch enge Schluchten und blühende Alpentäler hinauf zur Karawanserei Tash-Rabat auf 3200 Metern, einst Rastplatz für Händler auf der **Seidenstraße**. Wir reiten, wandern, kochen, lernen die Kunst des Shyrdak-Teppichwebens kennen und **übernachten in Jurten** unter einem Sternenhimmel, den man in Europa so selten sieht.

Die **Begegnungen mit lokalen Frauen** – Kunsthistorikerinnen, Kooperativengründerinnen, Dungan-Köchinnen – sind das Herzstück dieser Reise. Die überraschende und spektakuläre Naturlandschaft bietet den passenden Rahmen.

Du hast am meisten Freude an dieser Reise, wenn...

- **Dich ein Land reizt, das der Massentourismus noch nicht erreicht hat**
- **Du bereit bist, für atemberaubende Landschaften auch mal eine holprige Bergstraße in Kauf zu nehmen**
- **Jurte, Sowjetjeep und vergorene Stutenmilch dich eher neugierig machen als abschrecken**
- **Du gern wanderst, reitest oder beides – und dich körperlich fit genug fühlst für Höhen bis 4100 m**

Wichtig zu wissen:

Anforderung: Diese Reise ist nichts für Couchpotatoes. Wanderungen bis 12 km, Reitausflüge von vier Stunden und lange Fahrten auf Bergstraßen gehören dazu. Grundlegende körperliche Fitness ist Voraussetzung. Wer auf Höhen über 3000 Meter empfindlich reagiert, sollte das im Vorfeld checken – wir erreichen auf dieser Reise bis zu 4100 m. Reiterfahrung ist von Vorteil, aber **kein Muss** – Alternativprogramme sind eingeplant.

Wie wir unterwegs sind: Wir reisen im privaten Kleinbus, für schwer erreichbare Täler tauschen wir ihn gegen robuste Jeeps aus der Sowjet-Ära. Die Strecken sind manchmal lang – der letzte Tag zurück nach Bischkek dauert rund 7,5 Stunden – aber die Landschaft vor dem Fenster macht das meist vergessen. Unsere deutschsprachige lokale Reiseleiterin Mirzat begleitet uns durch die gesamte Reise.

Unterkunft: Wir übernachten in einfachen, aber sorgfältig ausgewählten Gästehäusern, einem Glamping-Camp mit Blick auf die Barskoon-Schlucht und – das Herzstück – mehreren Nächten in traditionellen Jurten. Jurten sind geräumig, warm und gemütlich. Sanitäranlagen sind auf dem Niveau des jeweiligen Standorts – auf 3000 Metern bedeutet das manchmal Latrine und Wasserkanne. Wer das weiß, kommt entspannt damit klar.

Verpflegung: Frühstück ist täglich dabei, Mittag- und Abendessen je nach Programm – die genaue Aufteilung findet sich im Tagesprogramm. Gegessen wird in lokalen Restaurants, bei Gastfamilien und im Jurtencamp. Kirgisische Küche ist herzhaft und fleischlastig – Lamm, Nudeln, Milchprodukte. Vegetarische Optionen sind möglich, aber die Auswahl ist meist begrenzter als in Europa. Getränke sind nicht im Reisepreis enthalten. Und wer neugierig ist, kann auch einmal Kumys probieren – vergorene Stutenmilch, das traditionelle Getränk der Nomaden.

Klima: Die Reise findet im Juli und August statt – der beste Zeitraum für Kirgisistan. In den Tälern und am Issyk-Kul ist es tagsüber warm bis heiß, auf den Hochlagen wie dem Song-Kul oder Tash-Rabat kann es auch im Sommer nachts empfindlich kalt werden. Lagen- und Zwiebelprinzip ist Pflicht. Sonnenschutz auf großer Höhe wird unterschätzt – bitte nicht vergessen einzupacken.

Flexibilität: Begegnungen mit Familien und Projekten lassen sich oft erst vor Ort endgültig festlegen. Änderungen im Ablauf sind daher möglich, bereichern die Reise aber meist um zusätzliche Erfahrungen.

Anreise: Die Anreise nach Bischkek erfolgt individuell. Direktflüge gibt es aktuell keine aus Deutschland – übliche Verbindungen laufen über Istanbul oder Zentralasien mit einer Gesamtreisezeit von ca. 8–12 Stunden. Wir helfen gerne bei der Flugbuchung. Für die Einreise ist ein Reisepass notwendig, der noch mindestens drei Monate nach Ausreise gültig ist. Deutsche Staatsangehörige benötigen kein Visum.

[Infos zur Buchung](#)

Was wir an dieser Reise lieben

- Die Milchstraße am Song-Kul See
- Zulfiya's Küche: Nudeln mit vier verschiedenen Suppen
- Gespräche mit Umweltaktivistin und Kunstkuratorin Bermet
- Der Jeep-Moment auf einer Piste, die keine ist

Tagesprogramm

1. Tag: Anreise nach Bischkek

Individuelle Anreise nach Bischkek. Wir sind gerne bei der Flugbuchung behilflich.

2. Tag: Ankunft in Bishkek

Mirzat holt uns am Flughafen Manas ab und bringt uns ins Hotel. Nach dem Einchecken und einer kurzen Verschnaufpause nach dem Flug starten wir direkt in eine **Stadtrundfahrt** durch Bischkek.

Die Hauptstadt Kirgisistans ist aus einer alten Karawanenstation an der Seidenstraße hervorgegangen – davon ist heute wenig zu sehen, dafür umso mehr sowjetische Architektur, breite Alleen und überraschend viel Grün. Bischkek gilt als eine der **grünsten Städte Zentralasiens**, und im Süden rahmen die ewig weißen Gipfel der Kirgisischen Ala Too die Stadt ein. Ein erster Vorgeschmack auf das, was uns in den nächsten Wochen erwartet.

Den Abend lassen wir bei einem gemeinsamen Abendessen in einem traditionellen kirgisischen Restaurant ausklingen.

- **Verpflegung:** F, -, A
- **Unterkunft:**

3. Tag: Frauenbegegnungen in Bishkek

Nach dem Frühstück gehen wir auf eine Tour mit Bermet, die als Umweltaktivistin und Kuratorin für moderne Kunst in Bischkek arbeitet. Wir besuchen das Museum für bildende Kunst, wo uns Alima – ebenfalls Kuratorin und Kunsthistorikerin – eine private Führung durch die Werke kirgisischer Künstlerinnen gibt. Mittagessen gibt es in einem kleinen Restaurant.

Am Nachmittag besuchen wir Zulfiya und ihre Familie. Sie gehören zu der Gruppe der Dungans und damit zu einer muslimisch-chinesische Minderheit, die hauptsächlich in Kirgisistan und Kasachstan lebt – und deren Küche die meisten von uns noch nicht kennen. Zulfiya ist eine außergewöhnliche Köchin, die das kulinarische Erbe ihrer Gemeinschaft in Kochworkshops weitergibt. Heute lernen wir, wie man traditionelle Dungan-Nudeln mit vier verschiedenen Soßen zubereitet, kochen gemeinsam mit der Familie und essen zusammen. Beim abendlichen Tee mit dunganischen Süßspeisen – die wirklich niemand stehen lässt – klingt der Tag aus.

- **Verpflegung:** F, -, A
- **Unterkunft:**



4. Tag: Cholpon-Ata und der Issyk-Kul-See

Direkt nach dem Frühstück fahren wir Richtung Cholpon-Ata.

Unterwegs besichtigen wir den Burana-Turm, der an der alten Seidenstraße gelegen ist. Das Minarett wurde bereits im 11. Jh. errichtet und gilt als eines der ältesten Bauwerke dieser Art in Zentralasien.

Weiter geht es zum atemberaubenden, türkisgrünen Issyk-Kul-See (warmer See), der nach dem Titicaca-See in Südamerika der zweitgrößte Hochgebirgssee der Welt ist! Von hier aus besuchen wir den Ort Cholpon Ata ("Hüter des Morgensterns"), bekannt für seine spannenden Felszeichnungen, die zum großen Teil aus der Skytenzeit stammen - dem 9-8 Jh. v.u.Z. Dargestellt sind größtenteils Tiere – Steinböcke, Pferde, Kamele – und manche Zeichnungen zeigen verschiedene Szenen aus dem Nomadenleben. Außerdem gibt es dort Steinkreise, Grabhügel, Mauerreste und Steinskulpturen zu sehen. Das 42km² große Areal mit den Petroglyphen liegt am Fuße der Kungey Alatau Gebirgskette.

Im Anschluss an den kleinen Ausflug in die Vergangenheit erfolgt der Transfer zum Gästehaus - wunderschön gelegen in der Nähe des Sees. Der Rest des Tages steht uns zur freien Verfügung.

Fahrzeit: ca. 285 km / ca. 4,5 Stunden

- **Verpflegung:** F, -, -
- **Unterkunft:**

5. Tag: Grigoriev-Schlucht und Karakol

Nach dem Frühstück fahren wir entlang des Nordufers des Issyk-Kul-Sees weiter Richtung Karakol. Unterwegs legen wir einen Stopp in der Grigoriev-Schlucht ein und unternehmen einen kurzen Spaziergang durch die Berglandschaft mit Flüssen und kleinen Wasserfällen. Die Umgebung ist weit und ruhig – ein guter Ort, um sich ein wenig die Beine zu vertreten.

Am Nachmittag erreichen wir Karakol, eine beschauliche Stadt im Osten des Issyk-Kul-Beckens auf etwa 1.760 Metern Höhe. Wir besichtigen die Dungan-Moschee, ein kunstvoller Holzbau im chinesischen Stil, der ganz ohne Nägel errichtet wurde, sowie eine orthodoxe Holzkirche aus dem 19. Jahrhundert. Zum Mittagessen kehren wir in ein lokales Café ein und probieren – wer mag – eine typische kalte Nudelsuppe der Dungan-Küche. Den Abend lassen wir entspannt ausklingen. Übernachtung in einem Gästehaus in Karakol.

Fahrzeit: ca 150km/ ca 3 Stunden

- **Verpflegung:** F, M, -
- **Unterkunft:** Gästehaus in Karakol

6. Tag: Karakol – Altyn-Arashan und heiße Quellen

Nach dem Frühstück tauschen wir unseren Bus gegen ein geländegängiges Fahrzeug und fahren hinauf ins Altyn-Arashan-Tal. Die Strecke ist kurz, aber holprig und ein Teil des Erlebnisses.

Der Ort Altyn Arashan liegt wunderschön idyllisch: nur eine Handvoll Häuser und ein Fluss, der durch die kleine Siedlung rauscht, alles eingerahmt von kirgisischen Bergriesen unter weitem Himmel...

Von hier aus starten wir unsere Wanderung durch das Tal. Besonders reizvoll dabei sind die zahlreichen heißen Quellen – darunter auch naturbelassene, etwas abgelegene Becken inmitten der alpinen Landschaft. Ein Bad im warmen Wasser mit Blick auf die Berge ist ein ganz besonderes Erlebnis.

Wir übernachten in einem einfachen, gemütlichen Berggästehaus in Altyn Arashan.

Fahrzeit: ca. 1 Stunde

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Gästehaus in Altyn-Arashan

7. Tag: Zurück nach Karakol

Nach dem Frühstück fahren wir zurück nach Karakol. Die Strecke ist überschaubar, sodass wir entspannt im Laufe des Vormittags ankommen. Der restliche Tag steht im Zeichen von etwas mehr Ruhe und eigenem Tempo.

Wir haben die Möglichkeit, das Museum von Karakol zu besuchen und mehr über die Geschichte und Kultur der Region zu erfahren. Alternativ bleibt Zeit für einen Bummel über den Basar oder eine Kaffeepause in einem der kleinen Cafés. Karakol wirkt angenehm unaufgeregt und lässt sich gut zu Fuß erkunden. Am Abend kehren wir in unser bereits bekanntes Gästehaus zurück.

Fahrzeit: ca. 1 Stunde

- **Verpflegung:** F, -, A
- **Unterkunft:** Gästehaus in Karakol

8. Tag: Jyrgalan-Tal: Ankommen und Durchatmen

Nach dem Frühstück fahren wir eine kurze Strecke in das Jyrgalan-Tal im Osten des Issyk-Kul-Gebiets. Die Fahrt dauert nicht lange, und schon unterwegs merken wir, dass es deutlich ruhiger und ursprünglicher wird. Auf rund 2.400 Metern Höhe erreichen wir das kleine Dorf Jyrgalan, eingebettet in eine weite Berglandschaft.

Der restliche Tag steht uns zur freien Verfügung, um die Umgebung zu erkunden. Direkt vor der Tür liegen Flüsse, Wälder und sanfte Hügel – ideal für einen Spaziergang ohne festes Ziel. Wer mag, probiert das Nationalgetränk Kymyz – fermentierte Stutenmilch, die in Kirgistan zum Alltag gehört. Am Abend sind wir zurück in unserem Gästehaus und genießen die Ruhe des Tals.

Fahrzeit: ca. 1,5 Stunden

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Gästehaus im Jyrgalan-Tal

9. Tag: Wandern im Jyrgalan-Tal

Heute sind wir den ganzen Tag zu Fuß unterwegs. Unsere Wanderung führt uns zum Kök-Bel-Wasserfall und durch die weite Landschaft des Jyrgalan-Tals. Die Strecke umfasst etwa 12 Kilometer und verläuft durch grüne Hügel, entlang kleiner Flüsse und über offene Weideflächen.

Unterwegs begegnen wir mit etwas Glück Hirten mit ihren Herden, die hier den Sommer auf den Hochweiden verbringen. Immer wieder eröffnen sich weite Ausblicke über das Tal und die umliegenden Berge. Bevor wir am Nachmittag zu unserem Gästehaus zurückkehren, genießen wir noch einmal den Panoramablick über das Jyrgalan-Tal – und wahrscheinlich auch das gute Gefühl, heute ordentlich draußen gewesen zu sein.

Wanderung: ca. 12 km

Max. Höhe: ca. 2.570 m

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Gästehaus im Jyrgalan-Tal

10. Tag: Sieben Stiere und ein gebrochenes Herz

Nach dem Frühstück verlassen wir das Jyrgalan-Tal und fahren entlang des südlichen Issyk-Kul-Sees weiter Richtung Barskoon. Die Strecke gehört definitiv zu den schönen Panoramastraßen der Reise: Berge, Wasser, grüne Weiden und immer wieder kleine Jurtenlager am Wegesrand. Unterwegs halten wir bei den berühmten roten Felsformationen von Jeti-Ögüz – den „Sieben Stieren“. Gegenüber liegt das sogenannte „Gebrochene Herz“, und wie so oft in Zentralasien gibt es natürlich auch dazu eine tragische Liebesgeschichte.

Auf der Weiterfahrt begegnen wir immer wieder Hirten mit ihren Herden, Pferden und Jurten. Anschließend besuchen wir die Barskoon-Schlucht mit ihren Wasserfällen und einer in den Fels gearbeiteten Statue von Juri Gagarin, der hier einst für seine Weltraummissionen trainierte. Wer mag, unternimmt noch eine kleine Wanderung zu den Wasserfällen.

Am Abend erreichen wir unser Glamping-Camp inmitten der Natur. Zwischen Flussrauschen, Bergkulisse und klarer Luft lässt sich der Tag hier ziemlich gut ausklingen.

Fahrzeit: ca. 3,5 Stunden

Strecke: ca. 200 km

- **Verpflegung:** F, -, A
- **Unterkunft:** Glamping-Camp bei Barskoon

11. Tag: Weiter nach Tosor

Nach dem Frühstück fahren wir entlang des Südufers des Issyk-Kul-Sees weiter nach Tosor. Die Strecke ist heute angenehm kurz – eine gute Gelegenheit, den Tag etwas ruhiger anzugehen. Unterwegs halten wir an einem kleinen lokalen Markt und schauen, was gerade Saison hat: Obst, Gemüse, manchmal Honig, manchmal einfach nur sehr viele Aprikosen.

In Tosor beziehen wir unser gemütliches Gästehaus, in dem wir die nächsten Nächte verbringen werden. Danach bleibt Zeit für alles, was am See guttut: baden, lesen, spazieren gehen oder einfach in der Sonne sitzen und nichts Besonderes tun. Der Issyk-Kul-See liegt auf über 1.600 Metern Höhe – entsprechend klar ist die Luft und entsprechend frisch kann das Wasser sein. Am Abend essen wir gemeinsam in unserer Unterkunft.

Fahrzeit: ca. 45 Minuten

Strecke: ca. 50 km

- **Verpflegung:** F, -, A
- **Unterkunft:** Gästehaus in Tosor

12. Tag: Filzkunst, Adlerjäger und Märchenlandschaften

Heute unternehmen wir einen abwechslungsreichen Tagesausflug rund um das Südufer des Issyk-Kul-Sees. Unser erster Stopp ist eine Frauenkooperative in Bokonbaevo, die traditionelle Filzteppiche herstellt. Die sogenannten Shyrdak- und Ala-Kiyiz-Teppiche gehören bis heute zum Alltag vieler Familien und werden in Jurten als Bodenbelag, Wandbehang und Wärmeschutz genutzt.

Wir lernen Kunduz kennen, eine der Gründerinnen der Kooperative, und erfahren mehr über die Arbeit der Frauen und die Bedeutung dieses Handwerks. Anschließend schauen wir den Handwerkerinnen bei der Herstellung über die Schulter und können selbst kleine Muster ausprobieren. Wer möchte, findet im kleinen Laden der Kooperative hochwertige handgemachte Souvenirs – und vermutlich spätestens hier die Erkenntnis, dass ein Teppich im Koffer logistisch doch schwieriger ist als gedacht.

Danach besuchen wir die Familie eines Adlerjägers. Arstan gehört zu den wenigen Menschen in Kirgistan, die diese alte Tradition noch aktiv ausüben. Er erzählt uns von der Ausbildung der Tiere und der besonderen Beziehung zwischen Mensch und Adler. Gemeinsam mit seiner Familie essen wir zu Mittag und trinken Tee.

Auf dem Rückweg stoppen wir im sogenannten Fairytale Canyon. Wind und Wasser haben hier eine farbenreiche Landschaft aus roten, gelben und orangefarbenen Sandsteinformationen geschaffen. Die bizarre Kulisse wirkt fast ein wenig unwirklich – und unterscheidet sich deutlich von den grünen Tälern und Berglandschaften der vergangenen Tage.

Fahrzeit: ca. 1 Stunde

Strecke: ca. 80 km

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Gästehaus in Tosor

13. Tag: Freier Tag am Issyk-Kul-See

Heute lassen wir es ruhiger angehen. Der Tag steht zur freien Verfügung – zum Baden im Issyk-Kul-See, Lesen, Spaziergehen oder einfach dafür, einmal nichts auf dem Programm stehen zu haben. Nach den vielen Eindrücken und Begegnungen der letzten Tage tut ein bisschen Leerlauf zwischendurch ziemlich gut.

Wer Lust hat, kann an einem kleinen Workshop zur Herstellung von Boorsok teilnehmen. Das traditionelle kirgisische Gebäck wird in heißem Öl ausgebacken und gehört bei vielen Familien zu Festen, Feiern oder einfach zum Tee dazu.

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Gästehaus in Tosor

14. Tag: Jurten-Feeling am Song Kul See

Heute werden wir auf die Hochebene des Song-Kul-Sees gefahren. Auf dem Weg, halten wir im Dorf Kyzyl-Tuu, das insbesondere für den Bau und die Herstellung von Jurten landesweit berühmt ist. Jurten aus Kysyl-Tuu sind in Kirgisistan weit verbreitet und werden auch ins Ausland exportiert. Aufgrund dieser handwerklichen Spezialisierung trägt Kysyl-Tuu den Namen Dorf der Jurtenmacher. Wie genau eine Jurte gebaut wird, können wir vor Ort beobachten und uns danach selbst daran versuchen.

Der idyllisch gelegene Song-Kul-See liegt 3016 Meter über dem Meeresspiegel und gilt als die Perle des kirgisischen Dshailoos. Der Weg zum Son Kul (Übersetzung aus dem Kirgisischen: "der letzte See, bevor alles im Himmel verschwindet...") schlängelt sich durch bergiges Gelände. Die fruchtbare Landschaft hoch oben wird traditionell als Sommerwiese für die Viehherden genutzt. Die Hirten haben hier mit ihren Familien ihre Jurten aufgestellt und wir können Kontakte knüpfen mit den gastfreundlichen kirgisischen Familien, die vergorene Stutenmilch (Kumys) probieren und einfach Dasein, denn auch wir verbringen eine Nacht in einer Jurte, von Edelweiß und Glitzersternen umgeben! Da es kaum Lichtverschmutzung gibt, ist von hier aus die Milchstrasse mit bloßen Auge zu sehen.

Fahrzeit: ca. 4 Stunden

Strecke: ca. 250 km

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Jurtenlager am Song-Kul-See

15. Tag: Reiten am Song-Kul-See

Nach dem Frühstück brechen wir zu einem etwa vierstündigen Reitausflug rund um den Song-Kul-See auf. Jede von uns bekommt ihr eigenes Pferd, begleitet werden wir von lokalen Pferdeführern. In gemächlichem Tempo reiten wir durch die weite Hochgebirgslandschaft, vorbei an Weiden, kleinen Jurtenlagern und Herden von Pferden und Schafen.

Unterwegs begegnen wir immer wieder Nomadenfamilien, die den Sommer hier oben verbringen. Schließlich erreichen wir einen Höhenrücken mit weitem Blick über den Song-Kul-See und die umliegenden Berge. Nach unserer Rückkehr bleibt Zeit zum Ausruhen, Spaziergehen oder einfach zum Genießen der besonderen Atmosphäre am See.

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Jurtenlager am Song-Kul-See

16. Tag: Die Karawanserei von Tash Rabat

Heute fahren wir weiter nach Tash Rabat, einer historischen Karawanserei auf etwa 3.200 Metern Höhe. Die gut erhaltene Anlage stammt aus dem 15. Jahrhundert und liegt abgelegen inmitten einer weiten Hochgebirgslandschaft. Früher diente sie Händler:innen und Reisenden entlang der Seidenstraße als Unterkunft und Schutzort.

Am Nachmittag erreichen wir unser Ziel und besichtigen die Karawanserei. Dabei erfahren wir mehr über ihre Geschichte und die Bedeutung dieser alten Handelsroute. Anschließend beziehen wir unser Jurtenlager für die Nacht und genießen noch einmal die besondere Ruhe der Bergwelt.

Fahrzeit: ca. 4 Stunden

Strecke: ca. 240 km

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Jurtenlager bei Tash Rabat

17. Tag: Hoch hinaus zum Panda-Pass

Heute unternehmen wir einen weiteren Ausflug in die umliegende Bergwelt. Welche möchte, steigt erneut aufs Pferd und reitet gemeinsam mit den lokalen Guides hinauf zum Panda-Pass auf etwa 4.100 Metern Höhe. Inzwischen sitzen wir vermutlich alle deutlich entspannter im Sattel als noch vor ein paar Tagen. Unterwegs genießen wir die weite Landschaft und die beeindruckenden Ausblicke über das Ak-Sai-Tal.

Vom Pass aus können wir bei guter Sicht den Hochgebirgssee Chatyr-Kol sehen, der einen Großteil des Jahres unter einer Eisdecke liegt. Oben angekommen machen wir ein Picknick, bevor wir gemütlich zu unserem Jurtenlager zurückkehren. Für Frauen, die lieber wandern möchten oder sich auf dem Pferd nicht ganz so wohlfühlen, gibt es eine kürzere oder alternative Tour zu Fuß. Am Abend essen wir gemeinsam und verbringen eine weitere Nacht in den Jurten.

- **Verpflegung:** F, M, A
- **Unterkunft:** Jurtenlager bei Tash Rabat

18. Tag: Zurück nach Bishkek

Heute heißt es Abschied nehmen von den Bergen und weiten Landschaften Kirgisistans. Früh am Morgen machen wir uns auf den Weg zurück nach Bishkek. Die Fahrt ist lang, führt aber noch einmal durch sehr unterschiedliche Landschaften und gibt Gelegenheit, die vergangenen Tage Revue passieren zu lassen – oder einfach aus dem Fenster zu schauen, was hier ohnehin selten langweilig wird.

Am späten Nachmittag erreichen wir die Hauptstadt. Danach bleibt noch etwas Zeit für einen letzten Kaffee, einen kleinen Bummel oder den Kauf der letzten Mitbringsel. Und wie immer kennt unsere Reiseleiterin natürlich die besten Orte für gutes Essen, hübsche Handarbeiten oder unkompliziertes Menschenbeobachten.

Am Abend treffen wir uns zu einem gemeinsamen Abschiedsessen im beliebten Ethno-Restaurant Supara. Oft wird dort traditionelle kirgisische Musik gespielt – ein schöner Rahmen für unseren letzten Abend in Kirgistan.

Fahrzeit: ca. 7,5 Stunden

Strecke: ca. 430 km

- **Verpflegung:** F, -, A
- **Unterkunft:** Hotel in Bishkek

19. Tag: Abschied von Kirgisistan

Je nach Abflugzeit werden wir vom Hotel abgeholt und zum Flughafen gebracht. Damit endet unsere gemeinsame Reise durch Kirgisistan – mit vielen Eindrücken von Bergen, Seen, Jurten, Pferden und wahrscheinlich auch einigen deutlich holprigeren Straßen als zuhause.

Wir hoffen, Ihr nehmt nicht nur schöne Fotos, sondern auch viele besondere Begegnungen und Erinnerungen mit nach Hause. Gute Reise und bis vielleicht irgendwann wieder unterwegs mit WomenFairTravel.

Transferzeit zum Flughafen: ca. 40 Minuten

- **Verpflegung:** F, -, -

Enthaltene Leistungen

- 17 x Unterkünfte, wie ausgeschrieben, in Hotels, Gästehäusern und 4er-Jurten
- Alle Mahlzeiten, wie im Tagesprogramm ausgeschrieben
- Alle Wanderungen wie im Programm ausgeschrieben
- Pferde und Guides für die Ausritte
- Programm wie beschrieben inkl. Eintritte
- Deutschsprachige lokale Reiseleiterin
- Klimaschutzbeitrag, mit dem wir CDM Gold Standard zertifizierte Klimaschutzprojekte von Atmosfair unterstützen

Nicht enthaltene Leistungen

- Internationaler Flug
- Reiserücktritts- und Reiseabbruchsversicherung
- Auslandskrankenversicherung
- Optionale Ausflüge und Eintritte
- Getränke / weitere Verpflegung
- Persönliche Ausgaben
- Trinkgelder für Reiseleiterin, lokale Guides, Fahrer und Hotelpersonal