



La Pamir du Kirghizistan au Tadjikistan

20 jours / 19 nuits

Ce voyage à moto au cœur de l'Asie centrale vous mènera des chemins moins connus du monde. De véritables pistes chaotiques, qui vous feront découvrir une nature aux contrastes étonnantes. Un road trip entre plaines fertiles et verdoyantes, plateaux lunaires avec des vues sur des sommets spectaculaires, villages abandonnés et villages perdus, vous vivrez une expérience hors du temps.

VOTRE PROGRAMME

Jour 1 - Jour 1. Arrivée à Bishkek

Rencontre avec votre guide local anglophone à l'aéroport Manas de Bishkek dans la matinée.

Transfert à l'hôtel pour l'enregistrement.

Repos après le vol. Nous commençons notre visite de la ville de Bishkek. Nous visiterons le cœur de la ville, la place Ala-Too.

Ensuite, nous nous promènerons dans le parc Oak, l'un des endroits préférés de la population locale.

Bichkek est connue comme la ville la plus verte d'Asie centrale grâce à ses innombrables parcs et allées.

Dîner dans un restaurant local et nuit à l'hôtel.

Hébergement : Hôtel 3*



Jour 2 - Jour 2. Bichkek – Koy tash – Burana – Tokmok – Chon-kemin (environ 181 km , 3 h) 100 % goudronné

Après le petit-déjeuner, nous nous dirigerons vers Chon Kemin.

En chemin, nous nous arrêterons à Burana, un monument historique construit aux Xe et XIe siècles. La Grande Route de la Soie passait par cette région, et les caravanes de chameaux traversaient la ville de Balasaguni, où les marchands vendaient et échangeaient leurs marchandises.

La route menant à Chon Kemin est goudronnée.

Déjeuner en cours de route dans le village d'Iskra, chez une famille dungan (un peuple musulman descendant de l'éthnie chinoise Hui. Ils ont émigré en Asie centrale (principalement au Kazakhstan, au Kirghizistan et en Ouzbékistan) après la



répression de la révolte dungan en Chine en 1877. Les Dungans parlent la langue dungan, qui appartient à la famille sino-tibétaine, et pratiquent l'islam sunnite).

Enregistrement et dîner à la maison d'hôtes.

Repas inclus : petit-déjeuner, déjeuner, dîner

Jour 3 - Jour 3. Chon Kemin – Kalmak Ashuu – Song kol (environ 310 km, 4 h) 60 % sur route / 40 % hors route

L'itinéraire d'aujourd'hui nous emmène à travers le lac Song Kol.

La route traverse des collines semi-désertiques et des vallées ouvertes, idéales pour la conduite hors route.

Pour atteindre Son Kol, nous passerons par le col Kalmak Ashuu (3 400 m).

Nous traverserons des cols de montagne, des pâturages à perte de vue et des camps d'été nomades. À l'approche du lac, le panorama de l'eau bleue entourée de collines verdoyantes s'ouvre de manière spectaculaire. Ici, l'esprit de la véritable vie nomade est omniprésent.

En cours de route, nous déjeunerons dans le village de Kochkor.

Nous nous dirigerons ensuite vers la partie sud du lac pour dîner et passer la nuit dans un camp de yourtes.

Repas inclus : petit-déjeuner, déjeuner, dîner



Jour 4 - Jour 4. Lac Song Kul 100 % hors route

Notre aventure commence sur la rive sud du Son-Kol, l'un des plus beaux lacs alpins du Kirghizistan. Le lac mesure environ 29 km de long, 18 km de large et atteint une profondeur maximale de 13 mètres.

Nous commençons notre périple en direction du nord, en suivant les chemins de terre qui longent le lac et offrent une vue imprenable sur la steppe infinie et les chevaux qui paissent. Vers midi, nous nous arrêtons sur la rive nord pour déjeuner dans une yourte traditionnelle, où nous dégustons des plats locaux et du thé tout en admirant la vue sur le lac. Après le déjeuner, nous poursuivons notre route vers la rive ouest du lac, où le paysage devient plus sauvage et plus isolé. La route nous ramène à la rive sud, bouclant ainsi la boucle autour du Son-Kol.

La distance totale autour du lac est d'environ 70 à 100 km, selon les chemins empruntés. Le terrain varie entre des vallées lisses et des sections rocheuses, offrant des conditions parfaites pour une véritable expérience hors route.

En soirée, nous arrivons à notre campement sur la rive sud, entourés par le silence, l'air frais de la montagne et un sentiment de liberté que seul Son-Kol peut procurer.

Repas inclus : petit-déjeuner, déjeuner, dîner.

Hébergement : camping de yourtes.

Remarque : hébergement pour 5 personnes dans une yourte, toilettes et sauna à l'extérieur.



Page 3 de 17 - Copyright Europe Active - 12 Janvier 2026



Jour 5 - Jour 5. Song Kol – Karakeoche – Kazarman (environ 220 km, 5 h) 40 % sur route goudronnée / 60 % hors route

Après le petit-déjeuner, nous nous dirigeons vers les en direction du col de Kara-Keche. C'est l'un des cols les plus élevés et les plus escarpés du Kirghizistan, culminant à environ 3 400 mètres. La région est connue pour ses mines de charbon, exploitées depuis l'époque soviétique.

La route est caillouteuse et difficile, parfaite pour les motards aventuriers. Le paysage passe de larges vallées montagneuses à des sections rocheuses escarpées à mesure que nous approchons du sommet du col. Après avoir traversé Kara-Keche, nous descendons à travers des paysages montagneux spectaculaires vers le nouveau pont qui relie la route menant à Kazarman.

En chemin, nous nous arrêtons pour un pique-nique avec vue sur les montagnes et les vallées en contrebas.

En fin de journée, nous arrivons à Kazarman, une ville de montagne isolée où nous passons la nuit dans une maison d'hôtes locale. Cet itinéraire combine une véritable conduite tout-terrain, des paysages de haute altitude et la beauté sauvage de la nature kirghize, idéal pour les motards qui aiment les défis et l'aventure pure.

Repas inclus : petit-déjeuner, déjeuner, dîner.

Hébergement : maison d'hôtes



Jour 6 - Jour 6. Kazarman – Osh (environ 310 km, 8 h) 50 % route goudronnée / 50 % hors route

Après le petit-déjeuner, nous quittons Kazarman et entamons notre long trajet vers Osh. Aujourd'hui, vous ressentirez toute l'intensité du circuit, car nous roulerons presque toute la journée, du matin au soir.

L'itinéraire traverse les montagnes et les vallées du sud du Kirghizistan.

Déjeuner pique-nique en cours de route.

En soirée, nous arrivons à Och, la deuxième plus grande ville du Kirghizistan. Le dîner est servi dans un restaurant local, puis nous nous enregistrons à l'hôtel pour un repos bien mérité après une journée bien remplie.

Repas inclus : petit-déjeuner, déjeuner



Hébergement : hôtel 3*

Jour 7 - Day 7. Osh city tour

Après le petit-déjeuner à l'hôtel, la matinée est réservée au repos et à la récupération après le long trajet.

Après le déjeuner dans un restaurant local, nous commençons une visite à pied d'Osh, à la découverte des rues, des marchés et des sites historiques de la ville. Le clou de la journée est la visite de Sulaiman-Too, la montagne sacrée classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, et de son musée.

Le soir, nous dînons dans un restaurant local, puis passons la nuit à l'hôtel.

Cette journée est plus détendue que les précédentes, ce qui vous permet de découvrir la culture, l'histoire et la vie quotidienne d'Osh tout en profitant d'une bonne cuisine et d'un hébergement confortable.

Repas inclus : petit-déjeuner.

Hébergement : hôtel 3*.





Jour 8 - Jour 8. Osh – Batken – Khudgant (env. 355 km, 4/5 h) 100 % goudronné

After breakfast in Osh, we begin our exciting ride toward Batken — a remote and scenic region in the Southwest of Kyrgyzstan. The road takes us through winding mountain passes, rocky canyons, and peaceful valleys dotted with small villages.

We continue our journey along this beautiful route that showcases the raw nature of southern Kyrgyzstan. Lunch will be on the way in a local cafe, where we'll enjoy authentic Kyrgyz dishes and take a short rest before approaching the border.

In the afternoon, we reach the Kyrgyz-Tajik border and cross into Tajikistan. From there, the landscape gradually changes — the mountains open up into wide valleys leading us toward the historic city of Khujand, one of the oldest cities in Central Asia. By evening, we arrive in Khujand, where we'll have dinner at a local restaurant.

A well-deserved rest after a full day of adventure on the road through two countries.

Meals included: breakfast

Accommodation: Hotel 3*



Jour 9 - Jour 9. Khudgant – Douchanbé (env. 310 km, 3/4 h) 100 % goudronné

Après le petit-déjeuner à Khujand, nous prendrons la route vers la capitale du Tadjikistan, Douchanbé. Cet itinéraire est l'un des plus impressionnantes du pays, nous faisant traverser des cols de haute montagne, des gorges profondes et des vallées à couper le souffle.

La route serpente à travers les montagnes de Fann, offrant des vues spectaculaires à chaque virage. Nous emprunterons le légendaire col d'Anzob, l'un des moments forts de la journée, où le paysage change radicalement, passant de collines verdoyantes à des falaises rocheuses.

Nous déjeunerons en cours de route dans un café local, où nous pourrons nous reposer et déguster des plats traditionnels tadjiks. Après la pause, nous poursuivrons notre descente vers Douchanbé, en passant par des tunnels et des routes de montagne qui s'ouvrent progressivement sur la large vallée de la capitale.



Nous arriverons à Douchanbé dans la soirée. Dîner et nuit à l'hôtel, où vous pourrez vous détendre après une journée inoubliable à traverser les montagnes du Tadjikistan.

Repas inclus : petit-déjeuner.

Hébergement - hôtel 4*

Jour 10 - Jour 10. Visite guidée de la ville de Douchanbé

Aujourd'hui, nous passerons la journée à explorer Douchanbé et ses environs.

Douchanbé (qui signifie « lundi ») est une ville relativement récente, fondée en 1925 sur le site d'un petit village du même nom, où se tenait un grand bazar le lundi. Pendant la période soviétique, la ville s'appelait Stalineabad (1929-1961) et était le centre politique, culturel, éducatif et financier de la République du Tadjikistan.

Déjeuner.

Visites : Musée national du Tadjikistan, mât du drapeau, complexe Kokhi Nawruz, marché Mehrgon.

Dîner au restaurant.

Repas inclus : petit-déjeuner



Jour 11 - Jour 11. Douchanbé – Khalaikum (env. 365 km, 5/6 h) 100 % goudronné

Après le petit-déjeuner à Douchanbé, nous prenons la route vers Khalaikum, une petite ville nichée au cœur des montagnes du Pamir. Cette journée est l'une des plus pittoresques et des plus aventureuses du voyage, car la route nous fait traverser des paysages montagneux spectaculaires, longer des vallées sinuées et passer devant des villages tadjiks isolés.

L'itinéraire suit la légendaire route du Pamir, connue pour être l'une des routes les plus hautes et les plus spectaculaires au monde. Nous traverserons des cols de montagne et longerons les rives de la rivière Panj, qui marque la frontière naturelle entre le Tadjikistan et l'Afghanistan.

Nous déjeunerons dans un café local en cours de route, où nous pourrons nous reposer et déguster un repas tadjik simple et copieux, entourés d'une vue imprenable sur les montagnes.

En soirée, nous arriverons à Khalaikum, où nous dînerons et nous installerons dans une maison d'hôtes. Une nuit paisible nous attend dans cette ville de montagne, bercés par le murmure de la rivière qui coule à proximité — une fin parfaite pour une journée bien remplie d'aventures sur la route du Pamir.

Repas inclus : petit-déjeuner

Hébergement : hôtel 4*



Page 8 de 17 - Copyright Europe Active 2022/5/12 07:32:2026



Jour 12 - Jour 12. Khaïkum – Khorog (env. 250 km, 3/4 h) 40 % sur route goudronnée / 60 % hors route

Après le petit-déjeuner à Khalaikum, nous poursuivons notre voyage le long de la légendaire route du Pamir en direction de Khorog, la capitale de la région du Gorno-Badakhshan. Cette partie de l'itinéraire offre certains des paysages montagneux les plus époustouflants de toute l'Asie centrale.

La route suit le cours de la rivière Panj, en longeant la frontière avec l'Afghanistan, nous offrant une vue imprenable sur les villages afghans situés de l'autre côté. Le trajet est sauvage avec des falaises escarpées, des eaux turquoise et de petits villages nichés entre les montagnes.

Nous déjeunerons en cours de route dans un café local, où nous dégusterons des plats traditionnels et profiterons de la chaleureuse hospitalité tadjike. Après la pause, nous continuerons à rouler à travers des vallées étroites et des paysages rocheux jusqu'à atteindre Khorog en fin d'après-midi.

Dîner et nuit à Khorog, une charmante ville de montagne entourée de sommets imposants, où les voyageurs se réunissent souvent pour partager leurs anecdotes sur la route du Pamir.

Repas inclus : petit-déjeuner.

Hébergement : hôtel 3*.



Jour 13 - Jour 13. Khorog – Langar (env. 270 km, 6/7 h) 100 % hors route

Après le petit-déjeuner, vous quitterez Khorog pour vous rendre à Langar. Aujourd'hui sera l'une des journées les plus pittoresques et mémorables du circuit. La route serpente le long de la rivière Panj, à la lisière du Pamir, avec l'Afghanistan juste de l'autre côté de la rivière.

En chemin, vous arrêterez dans de petits villages tels que Roshov, Namadgut et Yamchun, et vous visitez la forteresse de Yamchun et les sources chaudes de Bibi Fatima. Cette journée vous permettra de ressentir véritablement l'esprit du Pamir : des montagnes imposantes, des vallées profondes et un sentiment de liberté totale.

Arrivée à Langar, dîner et nuit dans une maison d'hôtes.



Jour 14 - Jour 14. Langar – Murghab (env. 190 km, 6/7 h) 10 % sur route goudronnée / 90 % hors route

Après le petit-déjeuner à Langar, vous commencerez votre voyage à moto le long de la spectaculaire route du Pamir, en direction de Murghab. L'itinéraire vous fera traverser des vallées d'altitude à couper le souffle, longer des rivières et passer par des villages pamiris isolés. Vous vivrez la véritable aventure du Pamir, en roulant à travers de vastes paysages encadrés par des sommets enneigés.

Le trajet se fait principalement sur des routes de gravier et de terre, avec seulement quelques courts tronçons asphaltés à proximité des habitations. En chemin, vous pourrez vous arrêter pour prendre des photos, déguster du thé local et admirer les paysages montagneux uniques.

En soirée, vous arriverez à Murghab, où vous pourrez vous reposer, dîner et passer la nuit dans une maison d'hôtes ou un hôtel local.

Repas inclus : petit-déjeuner.

Hébergement : hôtel simple

Remarque : nombre limité de chambres avec douche.



Page 10 de 17 - Copyright Europe Active - 12 Janvier 2020



Jour 15 - Jour 15. Murghab – Tulparkol – Pic Lénine (env. 320 km, 6 h) 40 % ancienne route goudronnée / 90 % hors route

Après un petit-déjeuner matinal, vous quitterez Murghab en direction de la frontière kirghize, en passant par le poste-frontière de Kyzyart-Bordobo. Une fois les formalités douanières accomplies, vous entrerez au Kirghizistan et pourrez poursuivre votre route vers le légendaire pic Lénine (7 014 m), l'un des sommets les plus célèbres du Pamir.

La route traverse de magnifiques vallées montagneuses et de vastes plateaux, offrant une vue imprenable sur les sommets enneigés. En fin de journée, vous arriverez au camp de base près du pic Lénine (3 600 m), situé juste au pied de cette montagne majestueuse.

Dîner et nuit au camp près du pic Lénine à Tulparkol.

(Cette journée sera riche en émotions : passage de la frontière, changement de paysages et découverte de l'une des plus belles montagnes d'Asie centrale).

Repas inclus : petit-déjeuner, dîner

Hébergement : campement de yourtes

*Remarque : capacité des yourtes : 4-5 personnes. Mais pendant la basse saison, vous pouvez être hébergés à 2 par yourte, selon les disponibilités. Les toilettes et le sauna se trouvent à l'extérieur.



Jour 16 - Jour 16. Pic Lénine – Sary Mogol – Och (env. 310 km, 4 h) 90 % sur route goudronnée / 10 % hors route

Petit-déjeuner au campement de yourtes. Départ pour la ville d'Osh.

Déjeuner en cours de route.

À votre arrivée à Osh, vous pourrez prendre une douche et vous reposer.

Dîner au restaurant.



Jour 17 - Jour 17. Osh – Toktogul (env. 300 km, 5/6 h) 100 % goudronné

Après le petit-déjeuner à Osh, nous prenons la route vers Toktogul. L'itinéraire d'aujourd'hui nous fait traverser l'une des régions les plus pittoresques du sud du Kirghizistan, avec ses routes de montagne sinuées, ses vallées verdoyantes et ses vues imprenables sur les rivières.

Dans la matinée, nous faisons notre premier arrêt à Uzgen, où nous visitons le minaret et le complexe historique d'Uzgen, un monument architectural bien conservé de la dynastie des Karakhanides datant du XIe siècle.

Le déjeuner sera servi dans un restaurant local en cours de route, où vous pourrez déguster des plats traditionnels kirghizes et ouzbeks.

Après le déjeuner, nous poursuivons notre voyage à travers des paysages montagneux pittoresques et les routes sinuées menant à Toktogul.

En fin d'après-midi, nous atteignons le réservoir de Toktogul, l'un des plus grands d'Asie centrale, situé sur la rivière Naryn. Le réservoir s'étend sur plus de 60 km de long, avec une eau turquoise cristalline entourée de montagnes majestueuses.

Dîner et nuit à l'hôtel à Toktogul, avec une vue magnifique sur le lac - une fin parfaite pour une journée de randonnée enrichissante.

Repas inclus : petit-déjeuner, dîner.

Hébergement : hôtel 3*.



Jour 18 - Jour 18. Toktogul – Bichkek (env. 290 km, 4/5 h) 100 % goudronné

Après le petit-déjeuner à Toktogul, nous prenons la route vers Bichkek. C'est l'une des journées les plus impressionnantes de tout le circuit.

Le matin, nous suivons la route sinuuse qui traverse les gorges de Chychkan, célèbres pour leur rivière cristalline, leurs hautes forêts de pins et leurs falaises spectaculaires. Cette partie du trajet offre de nombreuses occasions de prendre des photos et de faire de courtes pauses.

Nous déjeunerons dans un café local au bord de la route, où vous pourrez déguster des plats traditionnels kirghizes faits maison et du thé des montagnes.

Après le déjeuner, nous continuons à travers la large vallée de Suusamyr, un plateau de haute montagne entouré de sommets enneigés et de pâturages estivaux remplis de yourtes et de troupeaux en train de paître.

Nous monterons ensuite jusqu'au col de Too-Ashuu (3 200 m), où nous traverserons le tunnel et descendrons vers les plaines du nord menant à Bichkek.

En soirée, nous arriverons à Bichkek, la capitale du Kirghizistan.

Le dîner sera servi dans un restaurant local.

Repas inclus : petit-déjeuner, dîner.

Hébergement : hôtel 3*.



Jour 19 - Jour 19. Bichkek (journée libre)

Petit-déjeuner à l'hôtel. Journée libre.



Jour 20 - Dernier jour, retour vers la France

Après le petit déjeuner transfert vers l'aéroport vol pour Istanbul départ autour de 10h. Puis Nice ou Genève



Nous vous rappelons qu'à tout moment nous pouvons être amenés à modifier des étapes de votre séjour en raisons

Page 14 de 17 - Copyright Europe Active - 12 Janvier 2026



d'événements indépendants de notre volonté. Nous dépendons notamment des événements climatiques et naturels.

Informations contractuelles

TARIFS

A partir de 6680 euros par personne

OPTIONS

Les Vols A/R Paris-Bichkek (via Istanbul) par personne avec bagage (prix révisé à la réservation) : 950 euros par personne.

Upgrade KTM 790 adventure (3 de disponibles, idéal duo) : 1400 euros par personne.

Assurance annulation et rapatriement (jusqu'à 8000€ au-delà nous demander) : 349 euros par personne.

LE PRIX COMPREND

La moto Honda 250 CRF

L'accompagnement à la préparation du séjour

Les transferts de l'aéroport à l'hôtel

Guide local anglophone à moto

L'accompagnateur francophone de notre équipe à moto

Hébergement en hôtel / guest house en chambre de 2 personnes

Eau séjour

La pension complète (sauf jour mentionné)

Véhicule d'assistance

Mécanicien Support technique

Transport de vos bagages

Visites mentionnées dans le programme

Assemblage de yourtes (Kyzyl Tuu)

Chasse à l'aigle (Bokonbaevo)

Spectacle folklorique (Kochkor)

Match de Kok-Boru

Les procédures de douane aux frontières

Une carte papier des pays traversés

Frontière – Permis pour le pic Lénine

Sources chaudes dans le village de Langar

Les traces GPX du voyage

LE PRIX NE COMPREND PAS

Caution moto 500\$

Assurance personnelle

L'essence (environ 5€/plein)

Tout ce qui n'est pas mentionné dans "Le prix comprend"

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



Moyenne de 300 km par jour.

PORTAGE DE VOS AFFAIRES

Transferi des bagages dans le véhicule suivant

HÉBERGEMENT

En hôtels, yourtes et chambres d'hôtes

TAILLE DU GROUPE

A partir de 8

DÉPARTS

Mai à Septembre

DÉPART

Aéroport de Bichkek

DISPERSION

Aéroport de Bichkek

ÉQUIPEMENT À EMPORTER

Le climat au Kirghizistan est fortement continental et tout au long de la journée la température dans les montagnes peut aller de + 30 à 0 degrés c'est pourquoi nous vous recommandons d'emporter des chaussures chaudes des vêtements chauds de la crème solaire et des lunettes de soleil, liste des indispensables :

- veste chaude et imperméable / pantalon moto
- casque enduro ou casque intégral
- bottes d'enduro
- sous-vêtement thermique
- bonnet
- des gants
- genouillère coudière et plastron
- sac à dos, thermos

INFORMATION IMPORTANTE

Les documents à fournir :

Passeport valable au moins 6 mois après le voyage (pas besoin de VISA)

Permis de conduire français (ou européen) accompagné d'un permis de conduite international.

Ce séjour s'adresse à des personnes ayant l'habitude de voyager à moto et prêtes à s'adapter à toutes les situations. C'est l'aventure!

Caution de 500 \$ sera demandée par moto.



CONSIGNES DE SÉCURITÉ