

## Almaty City – Big Almaty Gorge – Big Almaty Lake – Zhusaly-Kezen Pass – Cosmo Station

### DAG 1

Ankomst till Almatys flygplats där ni möter upp Xtravelguiden. Lasta in bagaget i minibussarna, kort transfer till Kazzhol Park Hotel i Almaty där det blir information kring kommande dagarna. Middag tillsammans ute på stan på kvällen.

### DAG 2

Vi möter den lokala guiden i hotellets lobby kl. 06.00. Transfer till Zhusaly-Kezen-passet vid Cosmostationen med en bekväm SUV (40 km). Vi passerar en militär check point, där vi måste visa upp passen (gränzson mot Kirgizistan). Ankomst till Cosmo-stationen kl 07.00. Boende i fjällstugor med el och kaminvärme, dass finns utanför. Vi turar till den västra bergskammen av Tourist Peak och åker nord-nordostliga sluttningar. Det kommer att vara möjligt att göra två-fyra åk, beroende på väder, snöförhållanden och deltagarnas förmåga. Vi kommer tillbaka till stugan efter åkningen för lunch och vila. Lavinsäkerhetsträning, middag och övernattnig i stugan.

- Turlängd: 5-6 timmar.
- Höjdökning: 350-400 höjdmeter.
- Längd på nedfarter: upp till 1 km vardera.
- Lutning: 20 – 35 grader.

### DAG 3

Frukost kl. 06.30 och förberedelser för dagens tur. Klockan 7.30 börjar vi tura mot Tourist Peak. Åkning nedför nord-nordvästra sidan av toppen till halvvägs av den gamla skidliften. Det kommer att vara möjligt att göra en tur till, beroende på kondition, deltagarnas hälsa, väder och snöförhållanden. Åter tillbaks till fjällstugan för lunch, vila och fritid. Efter detta blir det en tur runt Cosmo-station där vi träffar forskare som studerar kosmiska partiklar i sina laboratorier. Middag och övernattnig i stugan.

- Turlängd: 5-6 timmar.
- Höjdökning: 1600 meter.
- Nedstigningens längd: 1,5 km.
- Lutning: 20 – 35 grader.

### DAG 4

Frukost kl. 6.30, förbereder för dagens tur. Start är senast 07:30. Vi tar oss till startpunkten för ruten mot Turan-Peak med bil. Turande till toppen och åkning längs nordostliga sidan.

- Turlängd: 6-7 timmar.
- Höjdökning: 715 meter.
- Nedstigningslängd: ~ 5 km.
- Lutning: 20 – 35 grader.

Tillbaks till startpunkten och transfer tillbaka till Cosmo-station. Lunch, packning av utrustning och avresa till spa-anläggningen. På vägen besöker vi utsiktspunkten och tittar på hisnande panoramautsikt över den stora Almatysjön omgiven av vita snöklädda toppar. Här stannar vi i 2 timmar och njuter av olika typer av ångbad, bastu, pooler med iskallt och varmt vatten, kopplar av i

solstolar och beundrar utsikten över Ile Alatau-bergen. Transfer mot Almaty med middag på en lokal restaurangen på vägen. Transfer tillbaka till hotellet i Almaty där sista natten spenderas.

DAG 5

Tidig utcheckning och transfer till flygplatsen för hemfärd.

### **Hälso- och sjukvård (Från UD)**

Hälsovården når generellt inte upp till västerländsk standard.

Om man reser till Kazakstan från en region där gula febern förekommer måste man vara vaccinerad mot sjukdomen. Dessutom rekommenderas att man är vaccinerad mot stelkramp, difteri, polio och hepatit A. Tuberkulos förekommer.