

AVVENTURA NEL CAUCASO RUSSO

21 Settembre – 12 Ottobre 2019

Partenza speciale in esclusiva per il nostro gruppo, 15 persone massimo. Un grande viaggio in anteprima, andremo dove pochi occidentali si sono avventurati, dal Mar Nero al Mar Caspio alla scoperta di ben 9 repubbliche a cavallo delle montagne del Caucaso. Da Sochi a Makhachkala oltre 2000 chilometri attraverso Abkhazia, Adygea, Karachay-Cherkessia, Kabardino-Balkaria, Ossezia del nord e Ossezia del Sud, Ingushetia, Chechnya e Dagestan. Incontreremo una dozzina di etnie diverse, proveremo decine di piatti tipici, faremo visita ad artigiani, musicisti, scienziati e semplici contadini. Alcuni spettacolari passi montani, il monte Elbrus e diversi parchi nazionali ci permetteranno di sperimentare una natura ancora primordiale e scarsamente intaccata dall'uomo. Al termine di questa avventura potremo affermare di conoscere il Caucaso! Il tutto accompagnati da un'esperta guida, Piero Bosco.

PRIMA PARTE

21-28 SETTEMBRE

ABKHAZIA, ADYGEA E KARACHAY CHERKESSIA

PROGRAMMA DI VIAGGIO

21 Settembre

Volo Milano/Roma – Sochi.

Appena arrivati a Sochi attraverseremo il confine con l'**Abkhazia**, una piccola e fiorita repubblica affacciata lungo la dolce costa del Mar Nero, proclamatasi indipendente nel 2008 ma il cui territorio viene rivendicato dalla Georgia a cui essa apparteneva.

Trascorreremo la serata a **Gagra**, famosa località turistica fondata prima della rivoluzione russa del 1917. Durante l'era sovietica, questo era un luogo di vacanza molto prestigioso. Qui ceneremo e esploreremo per la prima volta la cucina nazionale.

Pernottamento presso Hotel 3***.

22 Settembre

Giornata dedicata alla scoperta del **Ritsa Relict National Park** interamente situato tra le montagne dell'Abkhazia. Visiteremo il pittoresco **lago Ritsa**, che si trova a circa 950 metri sul livello del mare all'interno di una **foresta primordiale di abeti**. Faremo poi sosta anche alla **dacia di Stalin** che si trova lungo il lago prima di salire di quota sui prati alpini per una piacevole e facile **passeggiata a cavallo tra le montagne** cui seguirà una **degustazione di formaggi caprini** di produzione locale.

Faremo ritorno a Gagra in serata.

Pernottamento presso Hotel 3***.

23 Settembre

Oggi ci aspetta la costa dell'Abkhazia disseminata di testimonianze lasciate da vari imperi. Romani, Bizantini, Ottomani, Russi e Sovietici hanno tutti frequentato questa regione ma sebbene ogni impero abbia lasciato il segno, nessuno è stato in grado di piegare questa terra antica alla propria volontà.

In mattinata visiteremo a piedi **Gagra e Pitsunda**. Il pranzo sarà servito nel villaggio di **Achandara**, e poi andremo a **Nuova Athos**, sede delle rovine della prima capitale del Regno di Abkhazia. Qui troveremo un bellissimo **monastero** fondato dai monaci dell'isola di Athos nel 1864 e una delle più grandi **grotte carsiche** del mondo.

Termineremo la nostra giornata a **Sukhum**, la capitale dell'Abkhazia, che è riuscita a preservare lo spirito di una vecchia città portuale nonostante la devastazione degli anni del dopoguerra.

Pernottamento presso Hotel 3***.

24 Settembre

Inizieremo la giornata con una passeggiata nel centro di Sukhum, quindi visiteremo il **Museo Nazionale e il Giardino Botanico**, prima di tornare verso la Russia.

In serata, faremo una passeggiata a **Sochi** dove ci godremo una cena al tramonto vicino alla **Stazione Marittima**, uno degli edifici più affascinanti della città.

Pernottamento presso Hotel 3***.

25 Settembre

Dopo la colazione a bordo del treno ad alta velocità Lastochka ci sposteremo nella città di **Khadyzhensk**, famosa a livello regionale per la produzione di birra. Raggiunta la città ci sposteremo a bordo di un minibus, e un paio d'ore più tardi ci troveremo nel villaggio di **Mezmay**, il luogo più remoto della regione di Krasnodar, situato nei pressi dell'altopiano di **Lagonaki** (patrimonio dell'UNESCO). A Mezmay attraverseremo il **canyon del fiume Kurdzhips**, con le sue pittoresche cascate e i boschi di bosso che danno al luogo le sembianze di una foresta da fiaba incantata. La sera, esploreremo la vera banya "nera", **sauna tradizionale** all'interno della quale le pietre vengono riscaldate emettendo fumo che annerisce le pareti interne del locale. Il rituale sarà supervisionato da assistenti professionali.

La **cena tradizionale** sarà servita presso una delle famiglie locali.

Pernottamento presso Hotel 3***.

26 Settembre

Oggi visiteremo il **museo di Zamudin Guchev**, situato nel sobborgo di **Maykop**, la capitale dell'**Adygea**. Qui avremo l'opportunità di conoscere la cultura degli Adygh, gli indigeni delle colline e delle steppe del Caucaso occidentale. Dopo un lungo viaggio attraverso le pianure, arriveremo alla Repubblica di **Karachay-Cherkessia**. Da lì ci recheremo a **Stanitsa Zelenchukskaya**, un ex villaggio cosacco, per vedere **il più grande radiotelescopio del mondo**, un'eredità lasciata dalla scienza sovietica che

opera ancora oggi. Visiteremo anche uno dei più **antichi templi cristiani della Russia**, costruito nell'antica Alania durante il decimo secolo.
Pernottamento presso Hotel 4****.

27 Settembre

In mattinata attraverseremo il **passo Gumbashi** per raggiungere il gruppo di **resort imperiali caucasici** delle acque minerali, che fanno parte della regione di Stavropol, nella maestosa calma del Caucaso centrale. Il passo Gumashi è sicuramente uno dei luoghi più spettacolari del Caucaso. Lo stretto nastro stradale è circondato su tutti i lati da montagne e da creste rocciose con contorni incredibili. L'ultima parte del percorso ha la forma di una serpentina e dalla cima, che si trova ad oltre 2000 metri sul livello del mare, si aprono incredibili panorami della catena principale del Caucaso, nonché una vista indimenticabile del **Monte Elbrus**. Passeremo la maggior parte del giorno a passeggiare tra alcune delle prime località termali della Russia che sono state costruite come alternativa al Baden-Baden tedesco e ai bagni inglesi. In questi luoghi riposavano ufficiali feriti e la crema dell'aristocrazia russa si riuniva nelle eleganti strade delle città termali. Ancora oggi, **Kislovodsk, Yessentuki e Pyatigorsk** sono considerati i migliori resort termali della Russia. La giornata si concluderà con i **bagni di fango** in un centro termale di epoca sovietica.

* ESCURSIONE FACOLTATIVA NON INCLUSA NELLA QUOTA

Se le condizioni meteo lo permetteranno ci imbarcheremo sull'elicottero ad uso esclusivo del nostro piccolo gruppo di massimo 5 persone, volo di circa due ore e mezza alla scoperta delle vedute aeree più grandiose che il Monte Elbrus ha da offrire. Oltre al volo è inclusa una sosta di almeno un'ora in un luogo spettacolare tra le montagne.
Pernottamento presso Boutique Hotel 4****.

28 Settembre

Dopo la colazione trasferimento all'aeroporto di Mineralniye Vodi in tempo per il volo di rientro.

SECONDA PARTE
27 SETTEMBRE – 12 OTTOBRE
KABARDINO-BALKARIA, OSSEZIA DEL NORD, OSSEZIA DEL SUD,
INGUSHETIA, CHECHNYA E DAGESTAN

PROGRAMMA DI VIAGGIO

27 Settembre

Volo Milano/Roma - Mineralniye Vodi.

Trasferimento a Pyatigorsk.

Pernottamento presso Boutique Hotel 4****.

28 Settembre

Oggi utilizzeremo *mezzi fuoristrada* a bordo dei quali potremo affrontare i passi di alta quota, tra i quali spicca lo Shaukam che raggiunge i 2950 metri di quota, della **Kabardino Balkaria** che ci sveleranno le incredibili bellezze delle selvagge e incontaminate **montagne Balkar**, la montagna più alta d'Europa, il monte Elbrus, sarà a soli 15 km da noi!

Concluderemo la giornata di viaggio a **Nalchik**.

Pernottamento presso Hotel 3***.

29 Settembre

A Nalchik, concluderemo la nostra introduzione alla cultura degli **Adyghè** incontrando Felix Nakov, un *abile maestro dello shashka*, la lama Cherkessiana che fu l'arma più efficace del XIX secolo, alla fine adottata anche dalla cavalleria russa.

Successivamente, ci dirigeremo verso gli antichi villaggi di montagna **dell'Ossezia settentrionale**. Oggi i nostri fuoristrada saranno messi a dura prova per superare il **passo Zdinsky** ma di sera ci ritroveremo nella spettacolare **gola di Tsey**, la valle sacra degli osseti, situata ai piedi del maestoso monte Monk e sulle rive del bellissimo fiume Skazdon.

Pernottamento presso Hotel 3***.

30 Settembre

Oggi esploreremo **l'Ossezia del Sud**, una repubblica parzialmente riconosciuta che ha resistito all'aggressione georgiana dal 1991 al 2008, prima di essere finalmente riconosciuta come uno stato indipendente ma solamente da quattro stati membri delle Nazioni Unite: Russia, Venezuela, Nicaragua e Nauru. La sua storia militare, tuttavia, non è l'unica ragione per visitare questo piccolo paese. Qui troveremo il mix più interessante della cultura georgiana e osseta, oltre a una peculiare fede popolare, un sincretismo dell'ortodossia cristiana e delle tradizioni pre-cristiane degli osseti.

Visiteremo anche il luogo sacro più importante degli osseti, **Dzhery Dzuar**, e poi passeggiare per le strade della capitale della repubblica, **Tskhinval**, accompagnati da

un veterano della guerra di indipendenza, concludendo la visita con una **tradizionale festa osseta**.

A tarda sera torneremo a Tsey.

Pernottamento presso Hotel 3***.

01 Ottobre

Percorreremo oggi varie strade di montagna attraverso quasi tutta l'Ossezia storica per vederne i suoi monumenti più famosi: il **Santuario di Rekom**, misteriosa struttura dedicata alla divinità protettrice dell'antico popolo osseto; le **fortezze rocciose di Ursdon** scavate nella roccia della gola omonima; le spettacolari **cascate di Midagrabin** alte ben 750 metri e la **città morta dei Dargavs**, oscura necropoli Alana, antica etnia iranica.

In serata raggiungeremo **Vladikavkaz**.

Pernottamento presso Hotel 4****.

02 Ottobre

Molti chiamano Vladikavkaz la San Pietroburgo del Caucaso. Per anni questa città è stata uno dei più importanti centri culturali e commerciali della regione, e in molti casi lo è ancora oggi. Sulle strade della **Città Vecchia** si affacciano le case della fine del XIX secolo e degli inizi del XX secolo costruite dagli ufficiali e dai mercanti dell'esercito russo. Camminando lungo la strada centrale della città, Prospekt Mira (Viale della Pace), che offre viste mozzafiato delle cime innevate delle montagne circostanti, si ha la percezione del ritmo tranquillo della vita di provincia, tutt'intorno troveremo invitanti caffè e locali allegri che non sembrano mai avere fretta.

Trascorreremo l'intera giornata esplorando lentamente la città, **imparando a cucinare le famose torte e godendoci le danze tradizionali degli osseti**. La sera incontreremo **Taymuraz Berozty**, un giovane polistrumentista che sta riportando in auge le tradizioni musicali della sua terra.

Pernottamento presso Hotel 4****.

03 Ottobre

Oggi andremo alla scoperta delle montagne dell'**Ingushetia**. Avremo la prima metà della giornata a disposizione senza alcuna attività, dopodiché andremo al mercato per comprare frutta e verdura fresca per un picnic e raggiungere le montagne.

Gli ingusci si riferiscono a se stessi come Galgay, che si traduce approssimativamente in "rami delle torri". Visiteremo diversi **villaggi medievali** per capire da soli le origini di questo nome. Sembra che la cultura caucasica dell'edificio a torre sia nata e abbia raggiunto il suo apice proprio qui, in queste valli.

Per cena siamo invitati a casa di una famiglia di Ingusci. Questa è la nostra occasione per una deliziosa cena tradizionale e per imparare dagli ospiti la loro vita unica e speciale nella valle di montagna.

In serata raggiungeremo il villaggio di **Armkhi**.

Pernottamento presso Hotel 3***.

04 Ottobre

Trascorreremo la mattinata esplorando le più interessanti *torri di difesa Ingusite*, quindi andremo nelle pianure della *Chechnya*, per visitare un museo privato a cielo aperto, *Dondi Yurt*. Pranziamo con il creatore del museo.

In serata arriveremo nella capitale della Cecenia, a *Grozny*, e potremo ammirare i moderni grattacieli della città rinnovata di recente.

Pernottamento presso Hotel 5*****.

05 Ottobre

Dopo la colazione andremo alla scoperta della città, visitando la *moschea Heart of Chechnya* e il *museo del primo presidente della repubblica*, Akhmad Kadyrov, seguito da un *pranzo tradizionale* in un ristorante specializzato in cucina nazionale. Successivamente ci inoltreremo nuovamente tra le montagne, verso il pittoresco *lago Kezenoy-am*, il più grande specchio d'acqua delle montagne del Caucaso settentrionale.

Pernottamento presso Hotel 3***.

06 Ottobre

Sempre a bordo dei nostri fuoristrada affronteremo un facile passo che ci porterà nelle montagne del *Daghestan*. Oggi visiteremo un *antico mulino ad acqua*, dove la gente del posto prepara l'urbech, una prelibatezza daghestana fatta con semi di lino o noccioli di albicocca, seguita da una visita ad una manifattura per il confezionamento di burkas, i mantelli tradizionali di feltro.

Successivamente, visiteremo *Akhulgo*, il luogo in cui si svolse la più sanguinosa battaglia della guerra caucasica nel XIX secolo. Sosteremo inoltre presso il *laboratorio di un artigiano di Untsukul*, che ci illustrerà i suoi sofisticati lavori in legno.

Alla fine della giornata giungeremo al *villaggio di Gunib*, divenuto famoso a causa di uno degli eventi più significativi della storia russa del XIX secolo, la resa dell'Imam Shamil all'esercito imperiale russo.

Nel 1834, l'Imam Shamil guidò la lotta dei montanari per l'istituzione della legge della Sharia e l'indipendenza dall'impero russo. Il risultato di questa insurrezione fu l'istituzione della teocrazia nella regione, che sopravvisse per 25 anni. Nel 1859, l'ultima battaglia di Shamil ebbe luogo nel villaggio di Gunib.

Pernottamento presso Hotel 3***.

07 Ottobre

In mattinata ci sposteremo al *villaggio di Chokh*, famoso per la sua architettura unica che risale al XIX secolo. Successivamente andremo a *Sogratl*, un antico villaggio che un tempo aveva una reputazione per i suoi scienziati e per la *magnifica madrasa*, una scuola coranica. Ancora oggi, la scuola del villaggio di Sogratl è unica: molti dei suoi diplomati continuano a studiare nelle migliori università della Russia. Visiteremo la scuola e parleremo con studenti e insegnanti.

A seconda del grado di forma fisica del gruppo, faremo un'escursione alla Machu Picchu

del Dagestan, il **villaggio abbandonato di Gamsutl** che offre splendide vedute sulle montagne circostanti e un esempio unico della tradizionale architettura Avar. Se l'escursione non fosse possibile, avremo più tempo per esplorare i **villaggi Andalal**, la minoranza etnica musulmana .

Torneremo a Gunib per passare la notte.

Pernottamento presso Hotel 3***.

08 Ottobre

Dopo aver salutato gli ospitali Avar andremo più in alto sulle montagne. Lungo la strada, visiteremo una particolare **cascata sotterranea** vicino al **villaggio di Salta**.

All'ora di pranzo, saremo nel **villaggio di Balkhar**, noto per la sua **produzione di ceramiche antiche** che continua ancora oggi. Oltre al pranzo, avremo un **breve corso base di lavorazione della ceramica!** Questo villaggio è abitato dall'etnia Lak, conosciuta per la sua ingenuità.

Nel tardo pomeriggio arriveremo a **Kubachi**, che è **nota per i suoi artigiani**. Ai vecchi tempi facevano incisioni su pietra, cotte di maglia e sciabole, e in epoca sovietica il villaggio divenne famoso per i suoi orafi. I residenti di Kubachi fanno parte di un piccolo gruppo etnico che parla un dialetto della lingua Dargin.

Passeremo la notte nella casa di un orafo locale.

09 Ottobre

In mattinata visiteremo il **Qala-Quraysh, un villaggio deserto**, che nel Medioevo è stato la capitale del Kaytag ustmystvo (regno). Secondo la leggenda, questo stato era governato dagli arabi della tribù dei Quraysh, a cui apparteneva anche il profeta Maometto. Nel villaggio si può ancora trovare una moschea e un mausoleo del XII secolo. Molti considerano il Qala-Quraysh un luogo sacro.

Pranzeremo a **Derbent**, una delle città più meridionali e antiche della Russia.

Gli ultimi giorni sono stati pieni di esperienze diverse e di trasferimenti in fuoristrada quindi dopo pranzo avremo un po' di tempo libero. Fortunatamente, il nostro hotel è a soli 50 metri dalla spiaggia!

Pernottamento presso Hotel 3***.

10 Ottobre

Oggi passeremo per le strette e antiche vie della centro, ammireremo la **fortezza medievale di Naryn-Kala** (patrimonio mondiale dell'UNESCO), la **più antica moschea russa, antichi stabilimenti balneari e il cimitero di Kyrhlyar**, che, secondo la leggenda, è il luogo di sepoltura di quaranta Sahabah, i compagni del Profeta. Persone di diverse fedi convivono pacificamente a Derbent. Musulmani sciiti e sunniti pregano nella stessa moschea, che è vicina a un tempio armeno, a una chiesa cristiana ortodossa e a una sinagoga. Faremo in modo di visitare tutti questi luoghi e di incontrare i residenti in modo da poter capire da soli che, indipendentemente dalla loro nazionalità, i residenti di Derbent sono una tribù speciale con una propria cultura unica.

In serata torneremo al nostro hotel sulla spiaggia!

Pernottamento presso Hotel 3***.

11 Ottobre

Dopo la colazione andremo a **Makhachkala** e ci recheremo direttamente al **secondo mercato**, una vera e propria città nella città. Troveremo qui tutta la generosità di questa terra: formaggi di pecora stagionati, erbe alpine, miele e urbech, carne secca delle montagne, pesce fresco del Mar Caspio e persino caviale nero (venduto di nascosto).

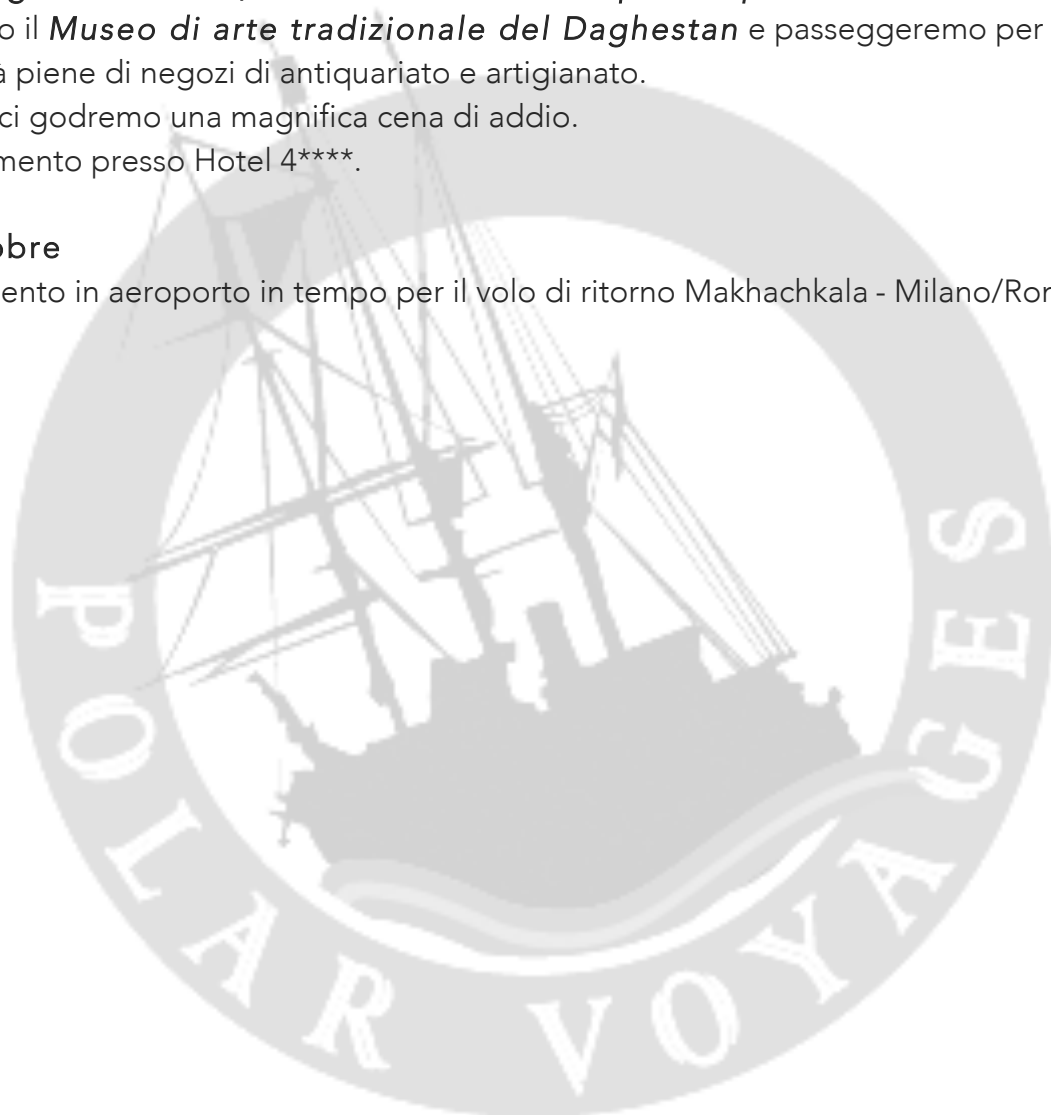
A pranzo andremo in un **autentico ristorante Dagestani** dove **impareremo a fare i khinkal, gnocchi locali, le torte chudu e altri piatti tipici**. Successivamente, visiteremo il **Museo di arte tradizionale del Daghestan** e passeggeremo per le vie della città piene di negozi di antiquariato e artigianato.

In serata ci godremo una magnifica cena di addio.

Pernottamento presso Hotel 4****.

12 Ottobre

Trasferimento in aeroporto in tempo per il volo di ritorno Makhachkala - Milano/Roma.



MAPPA DEL VIAGGIO



Il viaggio comprende:

- Tutti i pernottamenti come descritto nel programma con prima colazione inclusa.
- Tutte le escursioni indicate nel programma.
- Tutti i pasti in Caucaso.
- Guida dall'Italia.

Non incluso:

- I pasti non indicati sopra.
- I voli.
- Le spese per la pratica di ottenimento del visto.
- Il volo in elicottero del 27 settembre al monte Elbrus Euro 1150,00, cambio 1 Euro = 71 Rubli, i prezzi andranno confermati sul posto in base al cambio del momento.

N.B.: il volo va prenotato contestualmente al viaggio e potrà essere pagato sul posto.

PREZZO PER PERSONA PRIMA PARTE Euro 1900,00
PREZZO PER PERSONA SECONDA PARTE Euro 4200,00
PREZZO PER PERSONA PROGRAMMA INTERO Euro 5800,00

* Cambio 1 Dollaro Americano (USD) = 0,86 Euro