

ÁSIA

# TAJIQUISTÃO E MONTANHAS PAMIR

Montanhas Pamir

11 DIAS

10 NOITES DE ALOJAMENTO  
18 REFEIÇÕES | TUDO INCLuíDO

Não obstante ser o menor país da Ásia Central, o Tajiquistão encerra indescritíveis tesouros em termos paisagísticos e culturais, incluindo locais que pertenceram à mítica Rota da Seda. Sem contacto com o mar, trata-se de um país montanhoso na sua essência, destacando-se entre as suas muitas cordilheiras as grandiosas Pamir, das mais altas do mundo, cobertas de neve na maior parte do ano. O rio Panj marca a fronteira com o Afeganistão, onde faremos uma pequena incursão, atravessando a Ponte da Amizade Tajiquistão-Afeganistão, para testemunhar os hábitos afegãos na aldeia de Barpanjakala (sujeito à reabertura da fronteira do Afeganistão). Aventure-se por estes caminhos ainda muito pouco percorridos, que começam agora a ser descobertos pelo turismo.

## RAZÕES PARA FAZER ESTA VIAGEM:

- Visita a Bishkek, capital do Quirguistão;
- Visita a Osh, outrora um grande centro de produção de seda, com destaque para o Mercado;
- Paragem no Lago Karakul, que deve a sua particularidade à alta salinidade e apetência para mudar de cor ao longo do dia, atingindo vários tons de turquesa, esmeralda e até azul-cobalto;
- Paragem nos Lagos Bulunkul e Yashikul, diamantes raros na robustez das montanhas Pamir, cujos picos refletidos na superfície de vidro dos lagos criam deslumbrantes paisagens naturais;
- Visita à Fortaleza de Yamchun, uma das mais espetaculares estruturas militares da região, que desempenhou um importante papel na grande Rota da Seda;
- Visita a Khorog, com destaque para o seu Centro Ismaelita e Universidade;
- Possibilidade de incursão no Afeganistão (caso a situação da fronteira o permita) para visita à aldeia de Barpanjakala, incluindo almoço em casa de habitantes locais;
- Dia completo de visitas em Dushanbe, capital do Tajiquistão.

DATA DA VIAGEM: 3 A 13 DE SETEMBRO DE 2026

## INCLUI

- Assistência nas formalidades de embarque;
- Passagem aérea em classe económica Porto ou Lisboa / Bishkek e Dushanbe / Porto ou Lisboa, em voo regular Turkish Airlines, com direito a uma peça de bagagem até 30 kg e respetivas taxas de aeroporto, segurança e combustível (80 €\*):  
Porto – Istambul (duração aprox. 04h45)  
OU  
Lisboa – Istambul (duração aprox. 04h40)  
Istambul – Bishkek (duração aprox. 05h05)  
Dushanbe – Istambul (duração aprox. 05h30)  
Istambul – Porto (duração aprox. 04h55),  
OU  
Istambul – Lisboa (duração aprox. 05h05),
- Voo interno em classe económica Bishkek / Osh, com direito a 15 kg de bagagem e respetivas taxas de aeroporto, segurança e combustível (20€\*):  
Bishkek / Osh (duração aprox. 00h40);
- Circuito em jipes 4x4 durante todo o percurso exceto no 7º dia de viagem (carro Sedan ou similar) e no 10º dia de viagem (autocarro em Dushanbe);
- Alojamento e pequeno-almoço nos alojamentos mencionados ou similares;
- Pensão completa, desde o almoço do 2º dia ao jantar do 10º (9 almoços e 9 jantares);
- Acompanhamento por guia Pinto Lopes Viagens durante todo o circuito, desde e até um dos aeroportos de partida (Porto ou Lisboa);
- Guia local falando espanhol em Bishkek;
- Guia local falando inglês desde Osh até Dushanbe;
- Entradas nos monumentos e museus assinalados no programa;
- Autorização GBAO – Região Pamir (30 €);
- Gratificações a guias e motoristas;
- Taxas hoteleiras, serviços e IVA;
- Seguro Multiviagens PLUS.

\*O valor das taxas de aeroporto, segurança e combustível acima indicado refere-se à data de elaboração deste programa. Este valor está sujeito a alteração até 20 dias antes da data de partida.

## EXCLUI

- Bebidas às refeições;
- Opcionais, extras de carácter particular e tudo o que não estiver mencionado como incluído.

## DOCUMENTAÇÃO

- Obrigatório Passaporte, com validade mínima de 6 meses após a data de regresso, cuja fotocópia deve enviar previamente para a agência.

## NOTAS

- \*\* A fronteira do Tajiquistão para o Afeganistão encontra-se atualmente encerrada e ainda sem previsão de abertura. Se, na data da viagem, for possível visitar a mesma, será necessário visto de entrada no Afeganistão, no valor de 150 USD por pessoa (valor não incluído na viagem). Caso não seja possível visitar, faremos visitas alternativas a informar em data mais próxima da partida.
- No alojamento do 4º dia de viagem, no Hotel Pamir ou similar, as casas de banho serão partilhadas.
  - A dormida do 5º dia de viagem, na Guest House ou similar, será feita em quartos múltiplos e com casas de banho partilhadas.
  - Preço da viagem sujeito a flutuações cambiais.
  - Programa elaborado a 26 novembro de 2025.



## PERCURSO



## PREÇO POR PESSOA

Em quarto duplo

3 A 13 DE SETEMBRO DE 2026

VALOR FINAL: 3.995€

Suplemento Quarto Individual: 600€

SINAL 1.200€

## 1º DIA · PORTO OU LISBOA (AVIÃO) ...

Comparência no aeroporto escolhido para embarque em voo com destino a Bishkek, via Istambul. Noite a bordo.

## 2º DIA · ... – BISHKEK

Chegada à capital do Quirguistão, fundada pelos uzbeques em meados do século XIX, designada Bishkek até 1926 e Frunze entre 1926 e 1991. Assistência nas formalidades de desembarque e transfer para o hotel. Distribuição dos quartos, check-in e tempo para descanso. Ao final da manhã, passeio, a pé, pela área central de Bishkek. **Almoço.** Visita com destaque para o Monumento a Manas, herói nacional, a estátua de Kurmanjan Datka, mulher estadista envolvida na integração desta região na Rússia, e o Monumento a Lenine. Passagem pela Praça principal (Ala Too) e pela Praça da Vitória, destinada a homenagear a vitória na II Guerra Mundial. Visita à nova Mesquita de Bishkek, uma réplica da Mesquita Azul de Istambul. **Jantar.** Alojamento no Hotel Ramada Ambassador 4\* ou similar.

## 3º DIA · BISHKEK (AVIÃO) – OSH

Transfer ao aeroporto para embarque em voo com destino a Osh, a segunda maior cidade do Quirguistão que, no séc. VIII, era um grande centro de produção de seda. Visita à Montanha de Suleiman, um dos principais santuários do mundo islâmico na Ásia Central e classificado como Património da Humanidade pela UNESCO desde 2009. Aqui, visitaremos o Museu Histórico situado na gruta principal, tendo sido completado em 1978 durante a era soviética, para celebrar os 3.000 anos da cidade de Osh. Após um sinuoso percurso, a pé, até ao topo da colina, para apreciar a vista panorâmica que se obtém desde a Mesquita de Babur, o fundador da Dinastia Mughal. **Almoço** entre as visitas. Visita ainda ao tradicional Mercado de Osh, o

mais importante da região. Prosseguimento para a Praça Principal de Osh. Tempo livre para atividades de carácter pessoal. **Jantar.** Alojamento no Hotel Classic 4\* ou similar.

## 4º DIA · OSH – SARY-TASH – LAGO KARAKUL – MURGHAB

Saída em direção a Sary-Tash num percurso em que se testemunha a imponência das montanhas e a riqueza paisagística. Entrada em pistas de terras e cascalho, uma constante durante os próximos dias. **Almoço** no percurso. Em plena montanha, a 4.282 metros de altitude, entrada no Tajiquistão. Continuação até ao Lago Karakul, inicialmente batizado com o nome “Lago Victoria” pelos cartógrafos britânicos, mais tarde alterado para “Kara Kul” ou “Lago Negro” pelos soviéticos. A sua alta salinidade e apetência para mudar de cor ao longo do dia, atingindo desde vários tons de turquesa e esmeralda a um profundo azul-cobalto, tornam este lago um ponto de passagem obrigatório. Por entre altas montanhas e vales profundos, passagem pelo Passo Ak-Baikal, a 4.655 metros de altitude. Continuação para Murghab, a mais alta cidade do Tajiquistão, mais de 3.600 metros acima do nível do mar e perto das fronteiras com o Afeganistão e a China. **Jantar** e alojamento no Hotel Pamir ou similar.

## 5º DIA · MURGHAB – LAGOS BULUNKUL E YASHIKUL – LANGAR

Saída pelo Vale de Murghab. Passagem pelo Passo Naizatosh, a 4.137 metros de altitude, e pelo pequeno lago sagrado Ak-Balik. Paragem para fotos. Continuação pela pequena aldeia de Alichur e Lago Sasykul, após passagem pelo Passo Khargushi, a 4.344 metros. Continuação para os Lagos Bulunkul e Yashikul. Ligados por um pequeno estreito e cercados por uma densa vegetação, pântanos, areia e planícies de seixos, os dois lagos de água doce são um diamante raro no meio da robustez das

montanhas Pamir. Os picos das montanhas, que em algumas épocas do ano estão cobertos de neve, refletem-se na superfície de vidro dos lagos e criam deslumbrantes paisagens naturais. **Almoço** picnic. Continuação por uma estrada rudimentar, num percurso de paisagens de natureza árida a perder de vista. Nesta fase, deixamos a fronteira com a China. Encontro com o rio Pamir e, na outra margem, o Afeganistão. Lenta descida, entre penhascos e paisagens de cortar a respiração até Langar, situada na parte alta do Corredor Wakhan e localizada entre o rio Pamir e o rio Wakhandarya, que formam o rio Panj, num imenso e deslumbrante vale ladeado de montanhas, a mais de 3.000 metros de altitude. **Jantar.** Alojamento em Guest House.

## 6º DIA · LANGAR – VRANG – BIBI FATIMA – KHOROG

Pela manhã, saída em direção a Vrang, num percurso serpenteando sempre o Vale do Panj, entre pequenas aldeias perdidas no Corredor de Wakhan e as encostas das montanhas tajiquestas e afegãs. Visita à Casa-Museu Muboraki Vakhoni, um excelente local para conhecer o estilo de vida do povo de Pamir. Continuação para a Fortaleza de Yamchun construída no século XII, e uma das mais espetaculares estruturas militares que existem na região de Wakhan. Com vistas impressionantes, esta fortaleza desempenhou um importante papel na grande Rota da Seda, controlando o tráfego, carga e segurança na região. Destaque ainda para as Termas de Bibi Fatima, nome dado em honra da filha do profeta Maomé. Possibilidade de banho de imersão nas termas, com as suas águas terapêuticas a aproximadamente 45º de temperatura. Continuação por Ishkashim, povoado situado no vale, cercado pelas montanhas Pamir e Gindukush, sempre na fronteira com o Afeganistão. **Almoço.** De tarde, continuação da viagem pelo Vale do Panj até Khorog, o centro administrativo de Gorno



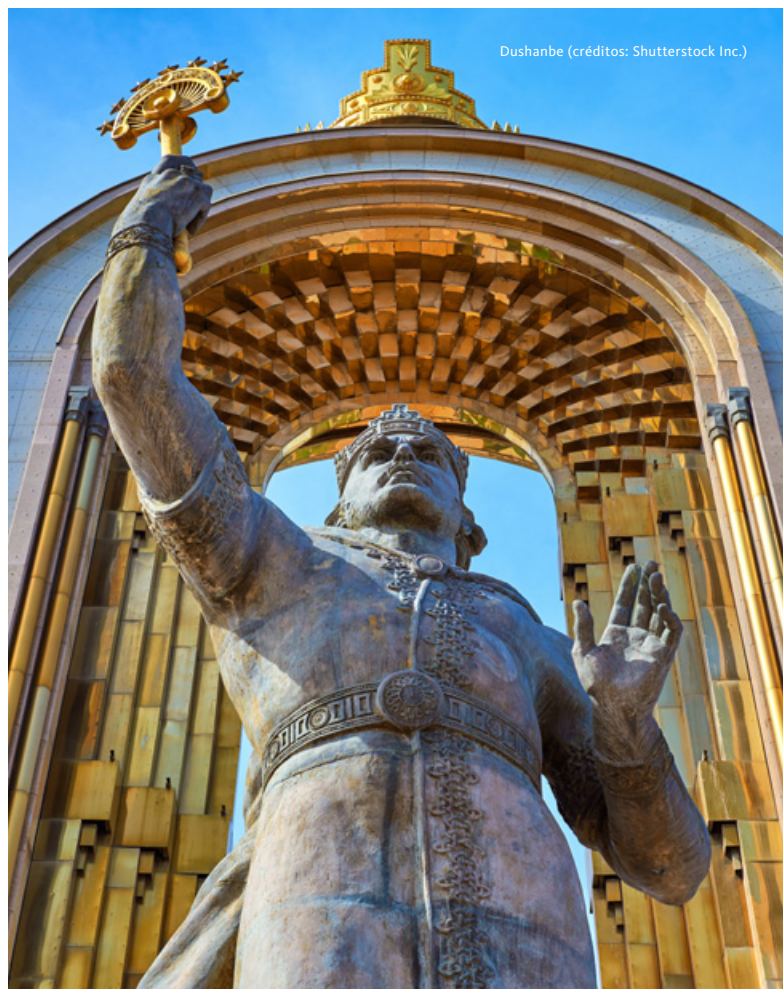




Mercado de Osh (créditos: Shutterstock Inc.)



Lago Karakul



Dushanbe (créditos: Shutterstock Inc.)

Badakhshan e a maior cidade das Pamir. **Jantar.** Alojamento no Hotel Lal ou similar.

#### 7º DIA · KHOROG – AFGANISTÃO\*\* – KHOROG

Início das visitas em Khorog. Visita ao Centro Ismaelita, um dos seis centros Ismaelitas existentes no mundo, projetado como espaço religioso e cultural, oferecendo instalações para o culto, mas também para conferências e palestras. Possibilidade de visita à Universidade de Kharog, que pertence à Fundação Aga Khan, onde se reúne um conjunto de organizações que coopera para a melhoria das condições e da qualidade de vida das populações mais vulneráveis. Khorog tem uma das comunidades com melhor educação na Ásia Central, sendo a língua inglesa amplamente falada entre os mais jovens. Ao fim da manhã, saída para o Afeganistão\*\*, a pé, através da Ponte da Amizade Tadjiquistão-Afeganistão. Formalidades de fronteira. Visita à aldeia afegã de Barpanjakala. Destaque para o mercado local, para o hospital e para a escola, também apoiada pela Fundação Aga Khan. **Almoço** em casa de habitantes locais. Regresso a Khorog, no Tadjiquistão. **Jantar.** Alojamento.

#### 8º DIA · KHOROG – KALAI-KHUMB

Viagem entre desfiladeiros e surpreendentes vales agrícolas, sempre com o Afeganistão presente na margem contrária. Chegada a Kalai-Khum, cidade também conhecida como Darvaz. Com uma mesquita e vários edifícios civis, Kalai-Khum é a primeira comunidade com alguma importância e dimensão entre Kulob e Khorog.

**Almoço** no percurso. **Jantar.** Alojamento no Hotel Karon Palace ou similar.

#### 9º DIA · KALAI-KHUMB – DUSHANBE

Início do percurso junto ao rio Panj, acompanhando o cenário das pequenas aldeias afegãs na margem contrária. Regresso à estrada alcatroada, deixando o Panj e a visualização do Afeganistão, após mais de 600 quilómetros de proximidade. A paisagem muda radicalmente, especialmente após Kulob. As altas montanhas dão lugar a colinas, zonas de culturas de cereais e a localidades de maior dimensão, até atingirmos a fantástica albufeira da barragem de Nurek. **Almoço** no percurso. Paragem em Nurek, uma das barragens mais altas do mundo, localizada no rio Vakhsh, com uma barreira de 300 metros de altura entre duas elevações. Continuação para Dushanbe. **Jantar.** Alojamento no Hotel Hyatt 4\* ou similar.

#### 10º DIA · DUSHANBE (AVIÃO) ...

Dia de visitas à capital do Tadjiquistão. Apesar de descobertas arqueológicas sugerirem uma herança antiga, a cidade moderna conta apenas com 90 anos. Dushanbe, que até ao início do século XX era apenas uma pequena cidade, assistiu a um rápido desenvolvimento a partir da terceira década do mesmo século. Hoje, a cidade apresenta-se com uma nova identidade cultural inspirada na visão do presidente. Visita ao Centro Ismaelita de Dushanbe que, à semelhança do centro de Khorog, constitui um importante centro cultural e religioso para a comunidade local. Visita ao

Palácio Navruz, idealizado para ser a maior casa de chá no mundo, mas que acabou por se tornar um palácio pela sua impressionante construção interior. Atualmente, é utilizado para conferências estatais e internacionais ou alguns eventos públicos. **Almoço.** À tarde, visita ao Mercado Central de Mehrigon. Tempo livre para atividades de carácter pessoal. **Jantar.** Alojamento até à hora do transfer ao aeroporto para embarque em voo com destino a Portugal, via Istambul. Resto de noite a bordo.

#### 11º DIA · ... – PORTO OU LISBOA

Chegada a Portugal. Fim da viagem.

### CONDIÇÕES DE CANCELAMENTO

- Até aos 75 dias antes da partida – 0
- De 74 a 45 dias antes da partida – 30% do custo total da viagem;
- De 44 a 30 dias antes da partida – 50% do custo total da viagem;
- De 29 a 15 dias antes da partida – 75% do custo total da viagem;
- De 14 a 0 dias antes da partida – 100% do custo total da viagem.

Salvaguardam-se as situações cobertas ao abrigo da nossa apólice de seguro de viagem no capítulo Cancelamento Antecipado.