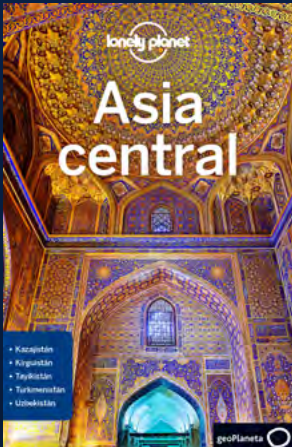




# Asia central

## Tayikistán

Jenny Walker



PDF

Capítulos incluidos en la guía  
*Asia central 1*





# Tayikistán

## Incluye »

Dushanbé .....	148
Valle de Ferganá.....	157
Juyand .....	158
Montes Fann .....	166
Cordillera del Pamir.....	170
Khorog .....	179
Comprender Tayikistán.....	190
Guía práctica.....	196

## Los mejores restaurantes

- ➔ Chaykhona Rokhat (p. 151)
- ➔ Davlatkhon Homestay (p. 186)
- ➔ Villa de Dilovar (p. 167)
- ➔ Delhi Darbar (p. 182)
- ➔ Darvaz Sangakov Bahrom (p. 177)
- ➔ Sayokhat (p. 164)

## Los mejores alojamientos

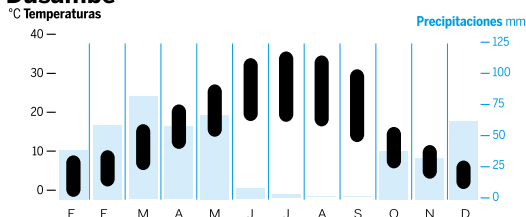
- ➔ Marian's Guesthouse (p. 150)
- ➔ Serena Hotel (p. 151)
- ➔ Karon Palace (p. 177)
- ➔ Guesthouse Shahboz (p. 167)

## Por qué ir

La definición “principalmente montañoso” no hace justicia a un país cuyo 90% del territorio es una meseta. Este rasgo de la naturaleza ha concedido a Tayikistán una valiosa ventaja frente a sus vecinos, en concreto algunos de los paisajes escarpados más sugerentes del mundo. A 1 h de Dusambé hay lagos de distintas tonalidades, picos que piden a gritos ser escalados y pasos de montaña que entusiasman incluso a los viajeros más sedentarios. Un esplendor natural salpicado de pueblos y ciudades que sobreviven a una climatología extrema. Para estas comunidades tradicionales no ha sido fácil adaptarse al mundo cambiante más allá de sus bastiones montañosos, y aun así siempre son hospitalarios con los forasteros y perdonan tranquilamente cualquier desliz cultural como parte inherente de su orgullosa democracia. A quienes toleren alguna que otra dificultad durante el viaje (como habitaciones sin baño o agua caliente, o malas carreteras), el país les premiará con una insólita visión de la vida en el techo del mundo.

## Cuándo ir

### Dusambé



### Medios jun-sep

Calor abrasador en las ciudades; único período para hacer senderismo por el Pamir.

### Abr-may

Clima templado en las llanuras; fuertes lluvias y carreteras de montaña.

### Nov-feb

Las temperaturas bajan en el Pamir, se registran entre -20°C y -45°C.

## Visados y permisos

La mayoría de los extranjeros deben solicitar visado, entre ellos los españoles. Está disponible en el aeropuerto internacional de Dusambé. Tienen una validez de 45 días e incluyen el permiso para entrar en la Provincia Autónoma del Alto Badajshán.

### PRECIOS

#### Coste relativo

Más caro que Kirguistán, pero más barato que Uzbekistán (si no se alquila un todoterreno).

#### Presupuesto diario

- ➔ Colchón en casa particular: 10 US\$
- ➔ Habitación doble con baño: 50-100 US\$
- ➔ Compra de comida: 5 US\$
- ➔ Tres comidas en casa particular: 15 US\$
- ➔ Excursión guiada haciendo noche: 100-150 US\$
- ➔ Plaza en taxi compartido: 45 US\$
- ➔ Alquilar un pequeño todoterreno con conductor: 80 US\$ diarios

#### Guía de precios

**Alojamiento** (habitación doble con baño, desayuno incl.): **\$** <40 US\$, **\$\$** 40-150 US\$, **\$\$\$** >150 US\$

**Comida** (plato principal): **\$** <5 US\$, **\$\$** 5-30 US\$, **\$\$\$** >30 US\$

### CONSEJO

- ➔ En un país donde escasea el transporte público, se impone alquilar un todoterreno. Disponer de un vehículo con conductor mejora notablemente el viaje, sobre todo en el Pamir.

## Datos básicos

- ➔ **Superficie** 143100 km<sup>2</sup>
- ➔ **Capital** Dusambé
- ➔ **Moneda** dólar estadounidense, somoni tayiko (TJS)
- ➔ **Idiomas** tayiko, ruso, uzbeko, sogdiano, varias lenguas pamiris, kirguiso

## Tipos de cambio

<b>EE UU</b>	1 US\$	8,82 TJS
<b>Zona euro</b>	1 €	10,84 TJS

Para conocer los tipos de cambio actualizados, véase [www.xe.com](http://www.xe.com).

## Itinerarios

- ➔ **Una semana** Después de dos noches en Dusambé, se viaja al norte a Juyand. De camino, se pernocta dos noches en Iskander-Kul y Sarytag para dedicar un día a los montes Fann. Se duerme en Juyand y se pasa la mañana disfrutando de la fortaleza y el bazar. Luego, se vuelve a la capital o se continúa hasta las fronteras de Uzbekistán o Kirguistán.
- ➔ **Dos semanas** Hay que reservar cinco días para viajar de Dusambé a Osh por la carretera del Pamir, con escala en las agradables localidades de Kalai-Kum y Khorog, y dedicando un día a Murgab. Con 10 días se puede añadir la ruta sur entre Khorog y Murgab, por el valle del Wakhan y sus antiguos santuarios y su cultura tradicional.
- ➔ **Tres semanas** Combinense los itinerarios anteriores (con el visado para entradas múltiples) para crear un circuito por el país con inicio en Dusambé u Osh. Viajar en sentido contrario a las agujas del reloj comporta una ligera ventaja.

## Webs

- ➔ **Asia Plus** ([www.asiaplus.tj/en](http://www.asiaplus.tj/en))
- ➔ **Pamirs** ([www.pamirs.org](http://www.pamirs.org))
- ➔ **PECTA** ([www.visitpamirs.com](http://www.visitpamirs.com))
- ➔ **Tajik Tourism** (<http://tajiktourism.com>)
- ➔ **Trekking in the Pamirs** ([www.trekkinginthepamirs.com](http://www.trekkinginthepamirs.com))



## Imprescindible

**1 Carretera del Pamir** (p. 171) Viajar por unas de las carreteras más famosas del mundo, con vistas de altura y excelentes casas particulares en las comunidades.

**2 Valle del Wakhan** (p. 184) Observar la vida rural por el estrecho corredor del río Pjanj, fronterizo con Afganistán, con fuertes de la Ruta de la Seda y espectaculares vistas del Hindu Kush nevado.

**3 Jizeu** (p. 180) Brincar por un puente colgante sobre aguas bravas antes de aventurarse por este valle del Pamir sin vehículos.



## DUSAMBÉ

## ДУШАНБЕ

📍372 / 679 400 HAB. / ALT. 800 M

Con una periferia rural de pastos herbosos y montañas nevadas visibles desde el centro urbano, Dusambé es una ciudad encantadora construida en torno a parques, lagos y fuentes. Parece que, tras acabar el frenético proyecto de urbanismo de la última década, se respira un aire de satisfacción por el nuevo centro. Su gran avenida arbolada, Rudaki, se abre paso entre los restos de tono pastel de la época soviética y los iconos modernos de su independencia. Entre estos destaca la estatua dorada del emir del s. x Ismail Samani en la plaza de la Amistad, como símbolo del actual renacimiento, tanto de Dusambé como de Tayikistán en general.

En los meses más cálidos, es fácil matar el tiempo paseando por los parques, visitando museos y relajándose en el ambiente tranquilo de la ciudad. Como tal, es un refugio de comodidades en un país emocionante, pero desafiante para los viajeros.

## Historia

Al recorrer los majestuosos bulevares de la moderna Dusambé (palabra que significa “lunes”), cuesta imaginar que hace menos de 100 años aquí había poco más que una aldea que tomaba el nombre del día en que se celebraba su bazar semanal.

Pese a los indicios de un asentamiento ya en el s. v a.C., la ciudad no empezó a desarrollarse hasta la inauguración del ferrocarril en 1929, cuando, llamada entonces Stalinabad, fue nombrada capital de la nueva república soviética tayika. En la década de 1950, cuando recuperó su antiguo nombre, la poblaban emigrantes tayikos procedentes de Bujará y Samarcanda, así como 50 000 alemanes, tanto prisioneros de guerra como exiliados alemanes soviéticos de Rusia, y funcionó como centro productivo y administrativo de las industrias de la seda y el algodón del país.

Durante la última década del s. xx, con la caída de la Unión Soviética, Dusambé quedó muy deteriorada por las violentas luchas de la guerra civil. Sin embargo, para el 2002 la paz se había asentado y la ciudad se había transformado en un próspero y tranquilo núcleo comercial, con un creciente número de símbolos culturales e instituciones.

## 📍 Puntos de interés

### ★ Museo de Etnografía

MUSEO

(Museo Nacional de Antigüedades de Tayikistán; 📍372 27 1350; Ak Rajabov 7; entrada 10 TJS; 🕒10.00-17.00 ma-do) En el complejo del Museo Nacional de Antigüedades, este pequeño museo alberga una exquisita colección de trajes tradicionales tayikos (incluido un gran conjunto de calcetines y guantes de lana de

## ACTIVIDADES CERCA DE DUSAMBÉ

Dusambé es una de las pocas capitales en las que la periferia rural se divisa desde el centro. En 30 min se puede escapar del calor estival de la urbe y refugiarse en la maravillosa campiña. Los lugares de interés cercanos invitan a participar en distintas actividades, como pasear o montar en moto acuática, y en ocasiones hay alojamiento por si se quiere pasar el fin de semana.

Al norte, el río Varzob fluye junto a la M34, salpicado en gran parte de su recorrido por villas, dachas y *chaikhanas*, y permite realizar fáciles excursiones. En concreto, hay dos agradables paseos: uno por el perímetro del **embalse del río Varzob** (M34, Varzob), y el otro por un sendero hasta la **cascada de Gusgarf** (valle del Varzob), de 30 m de altura. En Takob, un poco más arriba del valle, se pueden practicar deportes de invierno en la **estación de esquí de Safed-Dara** (📍935 71 0114; Takob; entrada 120 TJS, alquiler de esquís 90 TJS, alquiler de equipo completo 150 TJS; 🏠).

Al sur de Dusambé, tras 30 min en coche se llega al **fuerte de Hissar** (Hisor; fuerte y madraza 5 TJS, guía 20 TJS; 🕒8.00-17.00), principalmente una atracción cultural, aunque los niños pueden montar a caballo. Un poco más adelante, al sureste, está el embalse de Nurek, donde practicar deportes como remo, esquí acuático o moto acuática en el **AquaClub** (📍937 32 7777; <http://aquaclub.tj/en>; Reserva de Nurek; todo incluido por persona lu-ju 360 TJS, vi-do 410 TJS).

**Hash House Harriers** (📍939 99 9160) es un grupo internacional de *footing* que se reúne los sábados a las 17.00; los domingos, **Hike Tajikistan** ([www.facebook.com/hike.tajikistan](http://www.facebook.com/hike.tajikistan); 📍do) organiza excursiones de un día y salidas a esquiar si el tiempo lo permite. Más información en su página de Facebook.

talla aparentemente desproporcionada para el ciudadano medio) y algunas hermosas joyas esmaltadas, como amuletos y pendientes. Sin embargo, lo más interesante son las telas de seda con rayas verticales, los “atlas”, un tejido que las mujeres tayikas visten aún hoy en ocasiones especiales.

### Museo Nacional de Antigüedades de Tayikistán

MUSEO  
(☎372 27 1350; [www.afc.ryukoku.ac.jp/tj](http://www.afc.ryukoku.ac.jp/tj); Ak Rajabov 7; entrada 50 TJS; ☉9.00-17.00 ma-sa, hasta 13.00 do) Con un aspecto casi tan anticuado como algunas de sus exposiciones, este viejo y polvoriento museo de alfombras deshilachadas y suelos irregulares tiene un cierto encanto, en particular por la calidad de su colección y por el entusiasmo de sus simpáticos conserjes. Muchas de las exposiciones, centradas en su mayoría en hallazgos arqueológicos, representan piezas clave de la historia de Asia central y superan las reproducciones expuestas en el Museo Nacional.

### ★Parque Rudaki

PARQUE  
(Rudaki; ☉24 h) Este amplio parque, con su hermoso dosel de vetustos árboles, ofrece un conjunto de senderos entre jardines de flores, lagos y fuentes. Es hogar de un asta gigante y de la fotografiadísima estatua de Rudaki, brinda unas fantásticas vistas de los emblemáticos nuevos edificios y monumentos de la ciudad, y constituye un lugar perfecto para un picnic en verano o para contemplar el paisaje nevado en invierno.

En el recinto hay varios edificios notables. El moderno e imponente **Palacio de las Naciones** (Kohi Millat; entre Shotemur y Tehran), al sur, apodado la Casa Blanca, es la sede oficial del presidente de Tayikistán. Más allá están el monumento del Parchan, una esbelta columna de mármol blanco con una versión dorada del emblema nacional, y la **estatua de Ismail Samani** (Maydoni Dusti/plaza de la Amistad), construida en homenaje al fundador de la dinastía de los samánidas en el s. x. En el extremo sur del parque está la **Biblioteca Nacional** (☎929 35 5554; Tehran; ☉8.00-17.00), un edificio de 40 millones de dólares con forma de libro abierto, según dicen la mayor biblioteca de Asia central.

Al oeste de la parte central del parque está la **tetería más grande del mundo** (palacio de Navruz, Kohi Navruz; Somoni; entrada 25 TJS), con un diseño arquitectónico tradicional y preciosos motivos tayikos, aunque hoy hace las veces de centro de convenciones y salón

de banquetes. De vez en cuando se organizan visitas por el interior, con taraceas de mármol, trabajos de marquetería y baldosas de artesanos locales; se recomienda llamar por si es el caso. Al otro lado del lago Komsomol está el **auditorio Borbat** (Somoni 26), que acoge esporádicos conciertos de música tayika.

Al norte del parque, cruzando Ismail Samani en diagonal desde el Museo Nacional, la fachada del **edificio del Gremio de Escritores** (Somoni) refleja lo mucho que aún se valora el pasado persa de Tayikistán en su decoración con esculturas de piedra de Sadriddin Aini, Omar Jayam, Ferdousí y otros escritores del panteón persa. Cerca, en el cruce con Rudaki, el atractivo Palacio Presidencial, de estilo soviético, es un útil punto de referencia para orientarse en el centro. Construido en un principio como sede central del Partido Comunista tayiko, hoy el palacio y la plaza contigua (Shahidan) están vallados, un recordatorio del lugar donde se produjeron las grandes manifestaciones de la década de 1990, preludio de la posterior guerra civil.

### Museo Nacional

MUSEO  
(Osorkhonai Milli; ☎372 27 8561; [www.newnmt.tj](http://www.newnmt.tj); Ismail Samani; entrada/cámara 25/10 TJS; ☉10.00-17.00 ma-sa, 11.00-16.00 do, la taquilla cierra 1 h antes) Ocupa un impresionante edificio moderno con techo elíptico y un enorme vestíbulo. La colección abarca tres secciones principales (historia natural, arqueología y bellas artes contemporáneas) y expone minerales (incluido un gigantesco árbol petrificado), dioramas de leopardos de las nieves y carneros de Marco Polo, armaduras e instrumentos musicales. Entre los elementos más importantes están los murales de la antigua Penjikent y un maravilloso mihrab de madera del s. x hallado cerca de Ayni.

### Museo Gurminj

MUSEO  
(☎935 731 076; [www.gurminj.tj](http://www.gurminj.tj); Bokhtar 23; entrada/concierto 10/20 TJS; ☉8.00-17.00) Escondido en el recinto de una propiedad particular, detrás de unas puertas verdes no señalizadas, se halla una preciosa colección de instrumentos musicales antiguos procedentes de toda Asia central. Se tardó más de 20 años en reunir las piezas, gracias a la ayuda del Ministerio de Cultura. Si bien el propietario original (un famoso músico) murió en el 2003, la familia ha mantenido las tres oscuras salas del museo.

### Parque de la Victoria

PARQUE  
(parque Pobedy; Anzobskya; ☉24 h) Situado en lo alto de una colina, es un lugar tranquilo

donde dar un paseo a la sombra disfrutando de las mejores vistas de la ciudad. Tiene un monumento conmemorativo a los caídos en la II Guerra Mundial bien conservado y una tetería donde sirven todo tipo de bebidas (también cerveza). Un pasatiempo clásico es sentarse en los frondosos cenadores a contemplar el atardecer. Como aún no se ha reparado el funicular, lo más práctico para llegar es tomar un taxi (20 TJS desde el centro).

### Bazar de Shah Mansur

MERCADO

(bazar Verde; Lokhuti esq. Nissor Muhammed; ☎6.00-21.00, cerrado 1<sup>er</sup> lu de mes) El bazar de Shah Mansur, o bazar Verde, es el motor comercial de Dusambé y un lugar excelente donde empaparse de la vida cotidiana de la ciudad. Las carretillas con pan dorado, los carritos con melones, albaricoques y melocotones, y los enormes platos de aluminio donde revuelven el yogur con cucharas de madera contribuyen al colorido caos de este céntrico punto de encuentro.

### Jardín botánico

PARQUE

(Samadi Gani; entrada 5 TJS; ☎7.00-19.30) Este amplio parque, con su entrada inspirada en Persépolis, alberga una excelente colección de árboles caducifolios (catalogados en latín) y ofrece un sombreado refugio cuando aprieta el calor en verano. Lugar predilecto de parejitas y familias de paseo, cuenta con varias zonas donde hacer ejercicio y muchas pensadas para niños. Se anima los sábados por la tarde cuando uno de sus muchos pabellones de madera se convierte en escena-

rio de los talentos musicales de la zona. Si se llega desde el centro, hay que buscar la fachada neoclásica azul claro de la **Universidad Pedagógica del Estado Tayiko** (Rudaki 121), una de las instituciones educativas más prestigiosas del país.

## Dónde dormir

Dusambé tiene uno o dos hoteles internacionales de cinco estrellas y algunos alojamientos nuevos orientados a quienes viajan por negocios, pero las alternativas con más personalidad son, de lejos, las residencias modernas de precio medio, muchas escondidas en calles de las afueras. Este tipo de hoteles, a menudo de gestión familiar, suelen tener jardín, ofrecen pantuflas a la entrada para cambiarse los zapatos y proponen desayunos caseros. El alojamiento económico escasea y la relación calidad-precio no es buena.

### Zebo's Homestay

CASA PARTICULAR \$

(☎372 24 5781, Nidora 934 803300; Mirzo Tursunzoda 178; h 20 US\$ por persona, desayuno 5 US\$) 🍃

Esta sencilla y agradable casa particular de planta única está rodeada por un jardín de árboles frutales. Cuenta con tres camas repartidas en dos pequeñas (y poco ventiladas) habitaciones, con acceso a ducha con agua caliente, retrete occidental y cocina moderna con lavadora. De estar llena, ofrecen dormir en el suelo del salón. Con posibilidad de descuento. Sin wifi.

### Makhbuba Mansurova's Homestay

CASA PARTICULAR \$

(☎378 56 9166, 372 21 2083; Zekhni 1<sup>a</sup> calle lateral, 11; dc 20 US\$, desayuno incl.; 🍳) Ofrece cómodos colchones en habitaciones recién decoradas del piso de arriba y tiene un delicioso jardín con una gran parra. Hay un baño con agua caliente y retrete occidental y los huéspedes pueden tomar té mientras se relajan en el jardín. Está al sureste del repetidor de televisión.

### ★ Marian's Guesthouse

PENSIÓN \$\$

(☎372 23 0191; www.marianguesthouse.com; Shotemur 67/1; i/d 85/95 US\$; 🍷🍳🍷🍷) 🍃 Este alojamiento de estilo marroquí con piscina, propiedad de una australiana de 70 años, ofrece seis habitaciones con personalidad, decoradas con gusto con muebles antiguos. El gran jardín, con su estanque de lirios y la fuente del león, sauces, álamos, malvarrosas y pérgolas con rosas, lo convierte en una elección de primera para quienes buscan paz y

## DE PRIMERA MANO

### 'KURUTOB'

La aportación tayika a la cocina vegetariana es el *kurutob*, un plato de trozos de pan plano con una salsa de yogur caliente, coronado por una ensalada de tomates, cebolla, hierbas frescas y, quizá, un chile picante. En Dusambé, el mejor suelen servirlo los pequeños cafés apenas señalizados, como el del patio familiar de **Oshi Abdurahman** (Loik Sherali 25; *kurutob/sambusa*/té 15/6/3 TJS; ☎10.00-19.00). Más céntrico es el **Puppet Kurutob** (cerca de Shotemur; *kurutob* 12 TJS; ☎8.00-22.00), al girar por el *kukli teatr* (teatro de marionetas) con mosaicos.

tranquilidad en pleno centro urbano. Traslados al aeropuerto incluidos.

**Lotte Palace Dushanbe** HOTEL-BOUIQUE \$\$  
(☎372 24 3030; www.lottepalace.tj; Gagrin 19A; h desde 100 US\$; 🍷🍷🍷) Situada unos 8 km al norte del centro, esta moderna residencia con jardines cuidados, doble escalinata, suelos de mármol y flores doradas proporciona todos los servicios de un hotel con la esencia de una casa particular. A la entrada se dan pantuflas y en el sótano sirven el desayuno casero. Las habitaciones y los modernos baños son enormes y el agradable servicio, excelente.

**Hotel Lotus** HOTEL \$\$\$  
(☎918 84 7777, 487 01 8800; www.hotel-lotustj.com; Pervii Proezd Lohuti 5; i/d desde 80/100 US\$; 🍷🍷🍷) Este elegante hotel de negocios, cual bloque de apartamentos con vistas panorámicas, parece más bien un complejo de montaña. Las cómodas y modernas habitaciones, el gimnasio, la piscina, los traslados al aeropuerto, las bicicletas gratis y el personal servicial son puntos a favor; solo le falta un bar.

**Hotel Twins** HOTEL-BOUIQUE \$\$  
(☎908 99 9998, 372 21 4414; www.hoteltwins.tj; Adkhamova 21; i/d desde 80/90 US\$; 🍷🍷🍷) Este agradable hotel de gestión familiar cuenta con dos propiedades gemelas comunicadas por una escalera. Cada ala tiene su propia personalidad; la oeste está decorada con lámparas de araña, macetas con plantas, centros de flores y alfombras persas. Tiene chimenea, piscina y sauna (30 US\$/h). El jardín, con cenadores, es ideal para conocer a otros viajeros. Traslados al aeropuerto disponibles (10 US\$).

**Hotel Meridian** PENSIÓN \$\$  
(☎550 45 0145, 446 20 3399; www.meridian.tj; Kharullo Mirzoev; i/d/ste 80/100/120 US\$; 🍷🍷🍷) Oculta en una calle secundaria tras un jardín vallado con dos pabellones de té, esta moderna pensión ofrece una buena relación calidad-precio, con amplias habitaciones totalmente equipadas, ordenador y nevera incluidos. Tiene piscina, sauna (se cobra aparte) y gimnasio en el sótano, y además ofrece traslados al aeropuerto gratis y servicio de lavandería.

**Hotel Tajikmatlubot** HOTEL \$\$\$  
(☎372 24 6487; Rudaki 137; i/d 30/50 US\$; 🍷🍷) Este hotel con buena relación calidad-precio dispone de 11 habitaciones que son verdaderas suites. El parque y el papel de pared

estampado en relieve le confieren cierto aire anticuado, que también se percibe en el comedor. Pese estar en una manzana poco atractiva, consigue crear un ambiente agradable, con un bonito jardín.

★ **Serena Hotel** HOTEL \$\$\$  
(☎487 01 4000; www.serenahotels.com; Rudaki 14; h desde 120 US\$; 🍷🍷🍷) Aunque no es el alojamiento más nuevo de la ciudad, quizá sea el mejor; e incorpora los colores, los tejidos y la marquertería tradicionales en una estructura del s. XXI coronada por una piscina en la azotea. Las amplias habitaciones con vistas de las montañas tienen alfombras tribales y cerámicas de la zona, objetos que se venden en su excelente tienda. Gracias a su jardín y al generoso bufé nocturno, es una apuesta ganadora. Su **Suzani Lobby Bar** (cerveza 22 TJS, cócteles desde 35 TJS; ☎7.00-1.00) es un elegante lugar donde tomar una copa antes o después de cenar.

## 🍴 Dónde comer

Dusambé es relativamente pequeña y ello se refleja en el estilo y la variedad de sus restaurantes. La mejor experiencia culinaria local se vive en los modestos locales de *laghman* y *kurutob* (p. 150); la mejor relación calidad-precio se halla en los *brunches* y bufés de cena de los hoteles de cinco estrellas, que sirven platos típicos tayikos con ingredientes excelentes, con un recargo del 10% por el cubierto. Para comer en las residencias suele pedirse reserva previa. Quienes opten por hacer la compra agradecerán el surtido **supermercado Poitakht** (Mirzo Tursunzoda 45; ☎8.00-24.00).

★ **Ghalaba** DE ASIA CENTRAL \$  
(parque de la Victoria, parque Pobedy; principales 25-70 TJS, cerveza 18 TJS; ☎16.00-2.00) Si se buscan vistas panorámicas, las del Ghalaba, con sus rústicos bancos al aire libre con parras y *charpoy* (una especie de somier) cubiertos de paja, son insuperables. Con té, cervezas y cócteles, es perfecto para relajarse al atardecer. La forma más fácil de llegar es en taxi desde el centro (10 min, 20 TJS); el cercano teleférico no funciona.

★ **Chaykhona Rokhat** DE ASIA CENTRAL \$  
(Rudaki 84; principales 15-25 TJS, ensalada/*laghman*/cerveza 12/15/16 TJS; ☎6.00-23.00; 🍷) Esta majestuosa *chaikhona* (tetería) de la época soviética, abierto por los lados y de estilo persa, es todo un clásico de Dusambé, un lugar ideal para degustar un té, un cuen-

## Dusambé

TAVIKISTAN DUSAMBÉ

