altaï DMC Tanzania

+33 4 81 68 55 93

OBJECTIF KILIMANDJARO PAR LE CIRCUIT NORD

Cet itinéraire avec Altaï Tanzania permet de partir à **l'assaut du plus haut sommet d'Afrique par le circuit Nord** qui offre la meilleure acclimatation et le plus haut taux de réussite au **sommet du Kilimandjaro (5 895 m)**, un des ***Seven Summits***. grâce aux 9 jours de trek. Le **circuit Nord** propose l'itinéraire le plus sauvage et les sentiers les moins fréquentés du massif. Ce parcours ravira les amateurs de grands espaces sauvages. Vous sillonnez toutes les voies ou presque : **Lemosho, Shira, Rongai et Mweka**. De la **forêt équatoriale** jusqu'aux **glaciers du Kibo**, des steppes à séneçons au minéral et lunaire désert alpin, vous évoluez au cœur de paysage extrêmement variés. L'ascension finale dans **les neiges du Kilimandjaro** s'effectue depuis le camp de **School Hut** après 6 nuits déjà passées autour de 4 000 mètres d'altitude. La meilleure façon de mettre toutes les chances de votre côté pour atteindre le Graal : le prestigieux **toit de l'Afrique**. Une expérience unique à vivre avec Altaï Tanzania. Un vrai gage de qualité en termes de logistique, sécurité et respect des conditions de travail des équipes. Cette ascension est un **trekking peak non technique** à 5 895 mètres d'altitude.
Forts de plus de 30 ans d'expérience sur cette voie, nous vous faisons bénéficier d'un niveau de sécurité maximal et d'une logistique sans faille pour vous offrir toutes les chances de réussir le sommet. L'engagement fort auprès de nos équipes de porteurs en tant que membre de leur association (KPAP) est pour nous une priorité.

Si vous souhaitez effectuer l'ascension en départ privatif en individuel, notamment pour plus de souplesse au niveau des dates, cela est tout à fait possible. Pour cela, sur une base de deux participants, il faut prévoir un budget de 3 555 euros par personne (entrées des parcs incluses). Si vous êtes plus nombreux : nous consulter.

Région	Le massif du Kilimandjaro
Activité	Treks & Ascensions
Durée	10 jours
Groupe	1 à 12 personnes
Code	KILITOUR
Prix	A partir de 1 490 €
Niveau	4/5
Confort	2/5
Langue(s)	français

PROGRAMME

Jour 1 KILIMANJARO AIRPORT - DÉTENTE ET PRÉPARATION AU LODGE

Vous êtes accueillis par votre guide et conduits à votre lodge. Vous bénéficiez d'un temps de détente et de préparation avant de partir pour l'ascension. Dans l'après-midi vers 16 heures, votre guide fait un briefing détaillé et vous aide à préparer votre sac dont le poids est limité à 15 kg par personne. Nuit au lodge et repas libres.

Transport : 1 heure
Hébergement : Lodge / Hôtel
Repas : Libres

Jour 2 LONDOROSSI GATE (2 350 M) - MTI MKUBWA (2 900 M)

Départ à 8 heures du matin en véhicule 4x4 tout terrain pour la Londorossi Gate (1 800 mètres). Sur la route, par beau temps, vous observez le Mont Meru et déjà le Kilimandjaro face à vous. Vous traversez les cultures de l'ethnie Chagga avant de rejoindre l'ouest du massif. Vous êtes encore à l'étage de la forêt équatoriale humide, dense et inextricable. Cette forêt se compose notamment de podocarpus, caoutchoutiers, manguiers sauvages, fougères géantes, bégonias et autres figuiers étrangleurs. Avec un peu de chance vous observez le singe colobe guéréza. La montée est régulière. Nuit au campement de Mti Mkubwa , qui signifie « le gros arbre » flanqué à 2 900 mètres d'altitude.

Transport :1 heure
Marche : 3 à 4 heures
Dénivelé positif : 550 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 3 MTI MKUBWA - SHIRA 1 CAMP (3 500 M)

Votre trek se poursuit en direction de l'est, le long du plateau de Shira et de sa montagne « cathédrale ». Vous évoluez au cœur d'une lande à bruyères arborescentes, séneçons et autres lobélies. Vous atteignez le camp de Shira 1 et ses 3 500 mètres d'altitude. Dès lors vous apercevez le Kibo, votre objectif, la fameuse brèche de l'ouest et les toujours impressionnants glaciers qui l'entourent.

Marche : 5 à 6 heures
Dénivelé positif : 600 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 4 SHIRA 1 - SHIRA CATHEDRAL (3 870 M) - SHIRA 2 CAMP (3 850 M)

Réveil sous la tente avec un thé ou un café bien chaud et une jolie vue sur le volcan Kibo avant de prendre votre petit-déjeuner. Aujourd'hui vous prenez la direction du sommet de la cathédrale du Shira et ses 3 870 mètres. Ce sommet est un des trois volcans qui forment le massif du Kilimandjaro. La montagne porte le nom de « cathédrale » du fait de sa forme impressionnante. On comprend mieux face à elle ce que nature sauvage signifie. Vous prenez enfin la direction du campement Shira 2 où vous passez la nuit à 3 850 mètres d'altitude.

Marche : 3 à 4 heures
Dénivelé positif : 550 mètres
Dénivelé négatif : 200 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 5 SHIRA 2 - MOIR CAMP (4 205 M)

Vous poursuivez votre trek à travers le fameux plateau de Shira, qui, oscillant entre 3 800 et 4 000 mètres, est un des plus hauts plateaux au monde. Petit à petit, vous arrivez dans le désert alpin mais la flore est toujours présente dans quelques recoins. A votre droite, en surplomb, les glaciers du Kibo et notamment le glacier Arrow se laissent admirer. Vous quittez ensuite la voie Shira pour pénétrer sur le confidentiel et plus récent circuit nord. Après 4 heures de marche sur terrain facile, vous arrivez au Moir Camp, un

campement isolé, très peu utilisé. Le soir, vous bénéficiez encore de splendides vues sur le plateau de Shira et êtes au pied du Kibo , le plus haut volcan du Kilimandjaro.

Marche : 6 à 7 heures
Dénivelé positif : 400 mètres
Dénivelé négatif : 50 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 6 MOIR CAMP - LENT HILLS (4 700 m) - POFU CAMP (4 025 M)

Vous voici vraiment dans le circuit Nord. Vous commencez la journée par un petit détour qui vous amène aux Lent Hills, des « collines » en forme de lentilles situées à 4 700 mètres tout de même. Vous évoluez sur les pentes du massif face au Kenya. Durant votre avancée, au gré des montées et des descentes, vous oscillez entre l'étage steppique ponctué de plantes endémiques, ses célèbres lobélies et séneçons et le désert alpin, bien plus aride encore. A votre arrivée au campement de Pofu, vous jouissez d'une vue magnifique sur la savane et les terres sauvages du Kenya au nord et en contrebas.

Marche : 7 à 8 heures
Dénivelé positif : 250 mètres
Dénivelé négatif : 450 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 7 POFU CAMP - RONGAÏ 3 CAMP (3 950 M)

Vous poursuivez ce circuit nord en direction de l'Est et traversez de nombreuses petites vallées. Les versants nord sont vastes un sentiment intense de liberté vous envahie au cœur de cette nature sauvage. Ce trek est un peu plus court que celui de la veille et vous commencez à vous sentir mieux acclimatés à force de flirter avec les 4 000. Vous arrivez à l'intersection de la fameuse voie Rongaï. Celle qui vient du Kenya, et quittez alors le circuit nord. Nuit au Rongaï 3 Camp.

Marche : 6 heures
Dénivelé positif : 150 mètres
Dénivelé négatif : 225 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 8 RONGAÏ 3 CAMP - SCHOOL HUT CAMPSITE (4 750 M)

Montée régulière au beau milieu d'un paysage de montagnes spectaculaires, déchiquetées et clairsemées. Les températures rafraîchissent en s'approchant des pieds du Kibo et avoisinent le soir 0°C. L'isotherme se situe d'ailleurs souvent autour de cette altitude. Vous évoluez dans une zone qu'on appelle "the saddle" (la selle). Elle se situe entre les deux sous-massifs du Kibo et du Mawenzi qui vous entourent. Ce col, très ouvert, a en effet de loin une forme de selle. Une fois arrivés, dans l'après-midi, vous préparez votre matériel avant de vous reposer. Vous prenez le dîner tôt. Il s'agit de bien boire et manger pour prendre des forces. Le soir, vous vous couchez tôt pour partir en meilleure forme possible le « lendemain » autour de minuit pour le grand jour du sommet !

Marche : 5 heures
Dénivelé positif : 800 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 9 SCHOOL HUT CAMPSITE - UHURU PEAK (5 895 M) - MILLENIUM (3 810 M)

Réveil à 23 heures pour un « petit déjeuner » avant le départ vers minuit. Montée en lacets et à la frontale. Vous serpentez jusqu'aux glaciers Ratzel et Rebman, près desquels vous passez pour déboucher à l'aube sur le bord du cratère à Gillman's Point, situé à 5 700 mètres. Encore 1,5 heures sur la crête douce du volcan pour atteindre Uhuru Peak à 5 895 mètres, sommet du Kilimandjaro et toit de l'Afrique. Descente par Stella Point en direction du campement Barafu. Vous retrouvez nos équipes à Barafu pour le déjeuner. Vous poursuivez et terminez cette belle et longue journée de marche après le déjeuner pour atteindre le Millenium Camp à 3 810 mètres.

Marche : 12 à 15 heures

Dénivelé positif : 1195 mètres
Dénivelé négatif : 2085 mètres
Hébergement : Bivouac

Jour 10 MILLENIUM CAMP - MOSHI - VOL RETOUR

Descente régulière sur cette voie Mweka dans un superbe décor qui n'est pas sans rappeler le maquis. Passé cet étage où les arbres "protea" règnent en maître, vous arrivez rapidement en forêt humide jusqu'à la sortie du parc. L'occasion de peut-être à nouveau observer des singes et de vous faire expliquer toutes les vertus médicinales des arbres de la forêt équatoriale. Vous déjeunez et recevez votre diplôme d'ascension avant de dire au revoir à notre équipe. Un véhicule 4x4 tout terrain vous emmène à travers des cultures de sisal, des plantations de caféiers et de bananiers en direction de Moshi. Suivant vos horaires de vol, transfert à l'aéroport ou possibilité de passer une nuit supplémentaire à Moshi (pas de supplément à prévoir).

Transport : 2 heures
Marche : 3 à 4 heures
Dénivelé négatif : 1 600 mètres
Dîner : Libre

Notes sur le voyage :Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, l'équipe Altaï Tanzania se réserve le droit de modifier cet itinéraire de façon à assurer au mieux le déroulement du séjour et votre sécurité. Toujours pour des raisons de sécurité, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

DATES & PRIX

Départs pour les groupes parlant français :

Pas de départ pour l'instant

Code voyage: KILITOUR

Le prix comprend

- L'encadrement par un guide francophone au sein d'un groupe international, un guide anglophone spécialiste du massif et des assistants guides anglophones [tous certifiés par la Kilimandjaro National Park Association (KINAPA) et formés par le label américain WFR de secours en montagne] ;
- La logistique des porteurs, un cuisinier et un serveur ;
- Les équipements de sécurité nécessaires pendant le trek : trousse de secours, oxymètre, bouteilles d'oxygène et radios ;
- Les frais de transferts aéroport sur place (en cas de vols différents prévoir un supplément) ;
- Les transports terrestres ;
- Les hébergements comme indiqués dans le fil des jours ;
- La pension complète sauf les repas mentionnés comme « libres » dans le fil des jours ;
- Les excursions détaillées dans le programme ;

Le prix ne comprend pas

- **Les taxes d'entrée dans le parc du Kilimandjaro pour les 9 jours d'ascension d'une valeur de : 1 300 euros**. Ces montants vous sont facturés lors de votre inscription. Ils peuvent être réajustés jusqu'à 30 jours avant le départ ;
- Les vols internationaux ;
- Les frais de visa. Pour plus de détails, reportez-vous à la rubrique « Formalités » ;
- Les pourboires institutionnels aux équipes locales. Pour plus de détails, reportez-vous à la rubrique « Pourboires ».
- Les boissons et l'eau minérale (hormis durant le trek bien-sûr où de l'eau purifiée vous est fournie) ;
- L'assurance voyage ;

Conditions de paiement et d'annulation

Inscription

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n' est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 30% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 30 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site. Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.

Facturation

Une fois votre réservation enregistrée, nous vous envoyons par mail votre facture. Le solde doit nous parvenir au moins 30 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Altaï Tanzania se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.

Annulation

Conditions et frais d'annulation :
Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Si le désistement a lieu :

- Plus de 30 jours avant le départ, une somme forfaitaire de 50€ par personne sera retenue
- De 30 à 21 jours avant le départ, le montant de l'acompte versé sera retenu (soit 30% du montant total du dossier)
- De 20 à 14 jours avant le départ, 50% du montant total du dossier sera retenu
- De 13 à 7 jours avant le départ, 75% du montant total du dossier sera retenu
- Moins de 7 jours avant le départ, 100% du montant total du dossier sera retenu

Cas particuliers:

Quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat, les frais suivants s'ajoutent au barème ci-dessus :

- Frais fixes aériens : si votre billet d'avion doit être émis longtemps à l'avance, souvent pour vous éviter des suppléments importants, 100% des frais non remboursables en cas d'annulation ou de modification de votre plan de vol vous seront facturés. Dans ce cas le barème ci-dessus ne s'applique que sur le prix du voyage sans le vol.
- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation.
- Frais d'assurance : que vous ayez souscrit une assurance multirisques ou une assurance annulation, le montant de l'assurance est dû et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement.

Ces conditions spécifiques vous seront signifiées sur votre confirmation d'inscription. Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Altaï Tanzania et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception.

C'est la date de réception de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation.

Si Altaï Tanzania se trouve dans l'obligation d'annuler un départ en groupe, en raison du nombre insuffisant de participants, la décision sera prise et les clients informés au plus tard 21 jours avant le départ. Altaï Tanzania peut également annuler un départ suite à des événements exceptionnels, relevant notamment des cas de force majeure (événements sociaux, grèves, intempéries) pouvant porter atteinte à la sécurité des participants. Dans ces cas, les participants seront remboursés intégralement des sommes qu'ils ont versées sans toutefois pouvoir prétendre à aucune indemnité.

Modification du contrat

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Altaï Tanzania, ces frais seront à la charge du client. Dans tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit. Altaï Tanzania pourrait modifier des éléments au contrat de voyage, si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient. Nos clients en seraient informés par écrit dans les plus brefs délais.

Prix et révision des prix

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage. Les tarifs sont confirmés lors de l'inscription. Si le nombre de participants est inférieur au minimum requis, un supplément « petit groupe » peut être appliqué. Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses dans ce prix. Toute modification des taux de change, des prix des différents éléments composant un voyage et en particulier le prix des carburants peut entraîner un réajustement tarifaire.

Cession du contrat

En cas de cession du contrat par le client à un cessionnaire, les conditions de modification et d'annulation s'appliquent.

Assurance

Nous vous invitons à souscrire une assurance avant votre départ garantissant les activités pratiquées avec Altaï Tanzania. Le détail des assurances proposées est disponible sur cette page: https://tanzania.altaibasecamp.com/fr/assurance

Dans le cas où vous ne souscrivez pas d'assurance avec nous, nous vous demandons de bien vouloir nous communiquer par mail les informations de votre contrat d'assurance (nom de la compagnie, nom du contrat, n° de police d'assurance, n° de téléphone) et d'emporter ces informations avec vous lors de votre séjour.

INFOS PRATIQUES

Encadrement

Cette ascension est encadrée par un guide de haute-montagne Tanzanien faisant partie de l'équipe Altai Tanzania. L'équipe d'encadrement est composée de :

- Un guide de haute-montagne Tanzanien anglophone expérimenté ayant réalisé maintes fois l'ascension ;
- Un guide et traducteur francophone ;
- Plusieurs assistants guides anglophones (un encadrant pour 2 à 4 participants) ;
- Un cuisinier ;
- 2 aides cuisiniers ;
- 3 porteurs par participant (en moyenne) en fonction de la taille du groupe.

Ci-dessous la composition de l'équipe en fonction du nombre de participants :

- Guide principal : 1 de 1 à 10 participants, 2 ensuite ;
- Assistants : 1 de 2 à 4 participants / 2 de 5 à 7 / 3 de 8 à 11 et 4 à 12 participants ;
- Cuisinier : 1 cuisinier de 1 à 10 participants, 2 ensuite ;
- Serveur : 1 serveur de 1 à 10 participants, 2 ensuite ;
- Porteurs : 8 pour 2 participants / 10 pour 3 / 12 pour 4 / 15 pour 5 / 19 pour 6 / 21 pour 7 / 22 pour 8 / 25 pour 9 / 29 pour 10 / 32 pour 11 et 34 pour 12 participants.

Alimentation

Repas

Variés et abondants, les repas sont préparés par un chef cuisinier et composés de produits frais locaux complétés par des produits en conserve importés. Vous mangerez de façon équilibrée pendant toute la durée de votre trek !

Apportez des vivres de courses de votre choix, du type barres énergétiques ou fruits secs. Soucieux de la protection de l'environnement et luttant contre la déforestation, nous utilisons depuis longtemps du gaz pour la préparation des repas dans le parc du Kilimandjaro.

Eau

Durant le trek l'équipe vous fournit de l'eau de rivière de montagne filtrée et purifiée. Les bouteilles d'eau minérale sont interdites par le parc national. Le reste du séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont à votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau du robinet mais il est indispensable de la traiter avec des pastilles purifiantes (Micropur ou Hydrochlonazone).

Hébergement

En ville à Moshi : en hôtel ou lodge avant l'ascension. Chambre double (individuelle sur demande) avec literie confortable. Piscine selon les lieux.

Sur les campements du Kili :

- Tente 3 places Mountain Hardwear Trango 3 pour 2 personnes, matelas isolants de 5 centimètres d'épaisseur fournis en mousses condensées (prévoir votre sac de couchage et un éventuel matelas gonflable complémentaire à celui fourni pour plus de confort) ;
- Sanitaires : Vous disposez d'une tente avec des toilettes privatifs pour le groupe, ce qui est très appréciable car les sanitaires sur le Kilimandjaro sont « en l'état ». Nous fournissons aussi de l'eau chaude pour effectuer un brin de toilette matin et soir ;
- Logistique : tente mess de type Himalaya dans laquelle vous prenez tous vos repas (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) avec une table et des fauteuils à dossier. Lampes solaires pour le dîner.

Déplacement et portage

Transferts en véhicule 4x4 jusqu'aux portes du Kilimandjaro.

Durant l'ascension du Kilimandjaro vos bagages (limités à 15kg) sont acheminés par l'équipe de porteurs. Vous portez juste votre sac à la journée.

Budget et change

La monnaie officielle est le shilling Tanzanien. Pour connaitre le taux de change en temps réel, nous vous conseillons de vous

rendre sur le site www.xe.com.

A votre arrivée à l'aéroport, vous pouvez changer vos euros en dollars ou en shillings pour vos dépenses personnelles. Les pourboires sont payés en dollars.

La carte bancaire est très peu acceptée ou à des taux exorbitants et les banques sont souvent fermées, sauf à Arusha. Commission d'environ 5% pour tout les retraits ou paiements avec carte.

En ce qui concerne les dollars, les coupures de plus de 5 ans sont systématiquement refusées par crainte de faux billets : vérifiez bien les dates d'émission de vos dollars au moment du change en France.

Pourboires

L'usage souhaite que l'on donne un pourboire aux guides et porteurs. Cela reste à votre discrétion et doit être fourni en fin de trek. Nous recommandons d'emporter avec vous plusieurs enveloppes pour répartir les pourboires.

Vous pouvez regrouper tous les pourboires destinés aux porteurs et les mettre dans une seule et même enveloppe en notant dessus le montant total et par porteur (pour éviter les fraudes). Ne mélangez pas les pourboires des guides, cuisinier ou serveurs, qui sont donnés en enveloppes individuelles. La remise des pourboires s'effectue en fin de séjour.

Pour cette ascension du Kilimandjaro, le coût des pourboires par personne se situe si vous le souhaitez et selon votre satisfaction :
Entre $165 et 175 USD sur la base de 8 à 12 participants.
Entre $170 et 200 USD sur la base de 5 à 7 participants.
N.B. Nous avons une moyenne de 9 à 10 participants par groupe.

Sur place, le montant par enveloppe se calcule comme suit et se divise ensuite bien sûr par le nombre de participants :

KILIMANDJARO :
- $20 USD / guide principal par jour
- $12 USD / assistant guide par jour
- $12 USD / cuisinier et par assistant cuisinier par jour
- $6 USD / porteur x nombre de porteurs par jour

Vous pouvez également exprimer votre reconnaissance en donnant à l'équipe du matériel et/ou des vêtements de randonnée.

Equipement fourni sur place

- Tentes
- Matelas
- Tente mess, tables et chaises
- Pharmacie collective
- Bouteilles d'oxygène, oxymètre
- Téléphones radios VHF
- Un sac pour l 'ascension (ce sac se veut imperméable mais nous conseillons de prendre également votre sac et de le mettre à l'intérieur de celui que nous fournissons pour une meilleure protection encore)

Equipement indispensable

Cette liste d'équipement se veut exhaustive et adaptée à l'ascension d'un haut sommet. **Nous vous donnons quelques exemples concrets, issus de la gamme trekking de notre partenaire Forclaz.**

Attention, le jour de l'ascension finale et la nuit qui la précède, les températures peuvent être largement négatives. Il est primordial de prévoir un équipement adapté pour ces températures parfois proches de -20°C. C'est un point clé de votre réussite.

FORCLAZ

- 1 casquette ou chapeau pour le soleil

- 1 bonnet couvrant les oreilles
- 1 foulard pour protéger le cou type "Buff"
- 1 passe-montagne recouvrant le visage
- 2 ou 3 sous-vêtements thermiques (T-shirts manches courtes ou longues) comme le T-shirt en laine mérinos Trek500, modèle femme ou homme
- 2 T-shirts de préférence en matière technique (manches courtes et longues)
- 1 polaire légère ou équivalent
- 1 polaire chaude ou équivalent
- 1 veste imperméable respirante à capuche de type Gore-Tex comme la veste imperméable Trek 500, modèle femme ou homme
- 1 doudoune en duvet ou matériau synthétique équivalent
- 1/2 shorts ou bermudas
- 1 collant chaud
- 1 pantalon de randonnée confortable comme le pantalon Trek 500, modèle femme ou homme
- 1 pantalon de rechange
- 1 surpantalon en nylon ou Goretex
- 1 paire de baskets ou chaussures légères pour le soir
- 1 paire de chaussures de trekking chaudes, imperméables, confortables, à tige basse
- Plusieurs paires de chaussettes de marche avec au moins 2 paires en synthétique
- 1 paire de sandales
- 1 paire de guêtres
- 1 paire de gants chauds
- 1 paire de sous-gants

Nous vous conseillons de prendre avec vous dans l'avion les vêtements importants pour le début du voyage : chaussures, veste, sac de couchage éventuel ... en cas de retard de votre bagage.

Matériel

- 1 drap de sac
- 1 sac de couchage (température confort -10°C)
- Éventuel matelas gonflable complémentaire à celui fourni
- Nécessaire de toilette (privilégiez les produits biodégradables, savon de Marseille par exemple)
- 1 serviette de toilette à séchage rapide
- Gourde isotherme, Camel back ou thermos pouvant contenir 2 à 3 Litres d'eau au total (N.B. Pas de bouteilles en plastique, elles ne sont pas acceptées dans le Parc du Kilimandjaro)
- 1 paire de lunettes de soleil, indice de protection élevé
- 1 lampe frontale (piles et ampoules de rechange)
- 1 couteau suisse ou équivalent (en soute !)
- Crème solaire haute protection
- Papier toilette
- 1 cape de pluie ou un poncho pour vous protéger ainsi que votre sac à dos
- 1 paire de bâtons de randonnée télescopiques (recommandés)
- Appareil photo avec câble de recharge et carte mémoire supplémentaire si besoin

Bagages

Il est conseiller de voyager avec deux sacs. Prendre un grand sac à dos de voyage ou sac souple de 60 à 80 Litres et le mettre en bagage en soute. Puis un sac à dos de 30 à 40 Litres maximum que vous pouvez prendre en cabine et porter durant le trek.

Sur l'ascension, le poids de votre sac de voyage est limité à 15 kg car il sera porté à dos d'homme. Votre guide vous aide à le remplir pour ne pas dépasser les 15 kg. Vous récupérez ce sac tous les soirs en fin de trek. S'il n'est pas complètement imperméable, nous vous conseillons d'emporter une housse imperméable en complément. Nous vous prêtons un autre sac pour ranger le reste de votre matériel qui sera stocké à Arusha en toute sécurité. Vous y laissez vos affaires de rechange utilisées pour l'avion (ou pour le safari qui suivra) par exemple.

Votre sac de cabine (sac à dos 35 45 Litres max est conseillé), vous le portez durant le trek avec vos affaires à la journée (eau,

nourriture, affaires de rechange etc.).

Note importante : depuis le 1er juin 2019, l'utilisation, la fabrication ou l'importation de sacs en plastique, y compris les sacs à ordures et les sacs à provisions, sera considéré comme illégale en Tanzanie. Les contrevenants condamnés, y compris les touristes, risquent des amendes très lourdes, et/ou une peine d'emprisonnement pouvant aller jusqu'à deux ans. Il est conseillé aux visiteurs d'éviter de mettre des sacs en plastique dans leurs valises ou dans leurs bagages à main avant de s'envoler pour la Tanzanie. Les articles achetés à l'aéroport avant d'embarquer dans l'avion doivent être retirés des sacs en plastique. Veuillez vérifier les bagages à main avant de débarquer aux points d'entrée dans le pays et laisser les sacs en plastique dans l'avion. De même, les sacs en plastique transparents « à fermetures à glissière » que certaines compagnies aériennes demandent d'utiliser pour garder les liquides, produits cosmétiques, articles de toilette, etc. ne sont également plus autorisés. Nous préconisons de vous munir à la place de sacs étanches réutilisables (en nylon le plus souvent). On les trouve dans tous les magasins de sport.

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (Ministère des Affaires Etrangères, Ambassade, Consulat) avant votre départ.

Pharmacie

Vos guides disposent d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit. Toutefois, nous vous recommandons d'apporter vos médicaments personnels. La liste ci-dessous est non exhaustive :

- Anti douleur type Paracétamol
- Anti diarrhéiques
- Traitement antibiotique à large spectre
- Pansement intestinal
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre pour les yeux
- Crème hydratante pour le traitement des brûlures superficielles (ampoules et coups de soleil)
- Une bande élastique adhésive, une boîte de pansements adhésifs et compresses désinfectantes
- Pastilles purifiantes pour désinfecter l'eau
- Un répulsif anti-moustique
- Double peau pour les ampoules

Attention ! Comme évoqué en rubrique équipement ; les sacs en plastique sont désormais interdits d'entrée en Tanzanie ; les voyageurs qui, volontairement ou non, contreviennent à cela s'exposent à des amendes. informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

Passeport

Il faut être en possession d'un passeport valable 6 mois après la date de retour, avec au moins 2 pages vierges.

Nous vous conseillons de voyager avec des photocopies de vos papiers d'identité en permanence sur vous (en cas de perte ou de vol des papiers). Attention : les enfants doivent posséder un passeport individuel et ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents.

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

Visa

Pour les citoyens français, belges, luxembourgeois et suisses, un visa est obligatoire. Il s'agit d'un visa individuel et son obtention est sous votre responsabilité.

Vous pouvez obtenir votre visa à votre arrivée en Tanzanie, aux aéroports internationaux de Dar-Es-Salaam, Zanzibar et Kilimandjaro. Le coût du visa est de $50 USD ou 50 euros en espèces.

Toutefois , suite à la mise en place d'une nouvelle procédure en août 2019, le temps d'attente peut être long (jusqu'à 2 heures).

Nous préconisons donc désormais de faire un e-visa avant le départ. La demande en ligne s'obtient sur le site : https://eservices.immigration.go.tz/visa. Le site est en anglais. Les informations suivantes sont demandées et vous pouvez noter ceci :

- Coordonnées de l'agence locale

ALTAI TANZANIA
Trek DMC - PO BOX 6945 Moshi - Tanzania
Tel : 00 255 757 547 179
Mail : e.nguma@trekdmc.com

- Premier hébergement

Bristol Cottages - 98 Rindi Lane Moshi -Tanzania

- Billet électronique

Nous sommes en mesure de vous faire parvenir le billet 3 à 4 semaines avant le départ sur votre convocation.

Vaccins obligatoires

Un test PCR s'effectue à l'aéroport d'arrivée. Il faut prévoir $10 USD par personne. Et ce jusqu'à nouvel ordre.

Selon l'OMS et le Ministère français des Affaires Etrangères, la vaccination contre la fièvre jaune est obligatoire uniquement si vous avez séjourné ou effectué un transit de plus de 12 heures dans l'une des destinations suivantes : Angola, Argentine, Benin, Bolivie, Brésil, Burkina Faso, Burundi, Cameroun, Central Africa Republic, Colombie, Congo, Congo RDC, Côte d'Ivoire, Equateur, Ethiopie, Gabon, Gambie, Ghana, Guinée et Guinée Bissau, Guyane et Guyane Française, Kenya, Panama, Paraguay, Pérou, Surinam, Tchad, Trinité et Tobago, Venezuela. Or, dans la pratique, cette réglementation est diversement suivie et la preuve de vaccination vous sera exigée à l'entrée du pays. Nous vous recommandons donc fortement de vous faire vacciner. Votre carnet de vaccination vous sera demandé par les douaniers à l'entrée en Tanzanie ainsi qu'à Zanzibar. Si vous ne le présentez pas avec le tampon du vaccin, vous ne pourrez pas rentrer dans le pays ou serez vacciné sur place pour un tarif de $50 USD.

Même si les autres vaccins ne sont pas obligatoires, vous vous assurerez cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Les vaccins hépatite A et B sont également recommandés. Le paludisme sévit dans le pays en dessous de 1 500 mètres d'altitude. Un traitement antipaludéen est recommandé. Consulter votre médecin traitant. Prévoir en complément à titre préventif une protection individuelle contre les piqûres de moustiques (répulsif, vêtements amples et couvrants).

Santé / recommandations sanitaires

Vous trouverez des conseils à suivre concernant les vaccins et le traitement contre le paludisme sur le site de l'Institut Pasteur : www.pasteur.fr/fr/map. Avant votre départ, nous vous conseillons de consulter votre médecin, qui seul pourra vous fournir des indications fiables sur votre état de santé général, et qui fera un point sur vos vaccinations habituelles ainsi que sur les vaccinations recommandées pour votre destination.

La responsabilité d'ALTAI ne saurait être engagée dans le cas où vous devriez rentrer en France à cause du non respect de ces obligations personnelles de santé.

CAS SPÉCIFIQUE DES VOYAGES EN HAUTE ALTITUDE
Les voyages comprenant des nuits au-dessus de 3 000 mètres d'altitude s'adressent à des personnes en très bonne santé, avec une condition physique appropriée.

La haute montagne est un milieu particulier, souvent rude pour les organismes (froid, sécheresse, soleil, hypoxie…). Parmi les différentes pathologies d'altitude, les symptômes liés au Mal Aigu des Montagnes (MAM) doivent être connus et ne jamais être sous-estimés. Ce sont les signaux d'une montée en altitude trop rapide car votre corps n'a pas eu le temps de s'adapter au manque d'oxygène (hypoxie). Maux de tête, insomnies, perte d'appétit, œdèmes et nausées sont les troubles les plus fréquents. Ces symptômes sont courants et relativement bénins lorsqu'ils restent modérés. Ils disparaissent avec le temps, à condition de ralentir ou de stopper l'ascension. Dans le cas contraire, le MAM peut conduire à des pathologies graves, tels que l'œdème cérébral et l'œdème pulmonaire.

Avant de partir optez pour une préparation physique adaptée à votre voyage et munissez-vous de l'équipement adéquat. Nous vous conseillons aussi de faire un test d'effort à l'hypoxie, cela vous permettra de connaître la réaction de votre corps face au

manque d'oxygène. Ceci est d'autant plus important si vous êtes sédentaire, si vous n'avez pas d'expérience de la haute altitude, ou si vous avez plus de 50 ans sans expérience récente de la haute altitude. Enfin, prévoyez une pharmacie personnelle complète et adaptée (antalgiques et Diamox peuvent notamment être prescrits par votre médecin).

Pendant le voyage sachez que nos programmes sont étudiés pour proposer une acclimatation la plus progressive possible, en fonction des contraintes géographiques et de la durée du voyage. Il convient malgré tout d'éviter les efforts intenses, de boire beaucoup d'eau (évitez l'alcool), et de rester bien couvert. Nos équipes locales sont régulièrement formées à la sécurité en altitude. N'hésitez donc jamais à faire part de vos soucis de santé à votre guide, même en cas de troubles légers. Il connait parfaitement le sujet et saura vous apporter des solutions. En cas de problème, il dispose des équipements de prévention et de sécurité que sont les oxymètres et les bouteilles d'oxygène. Il pourra aussi vous mettre en relation avec un médecin spécialiste via notre plateau d'assistance médicale téléphonique disponible 24H/24 et 7j/7 pour tous nos voyageurs, lorsqu'une communication peut être établie.

Climat

Ce voyage est possible de mi-décembre à mi-mars et de juin à mi-octobre car le climat est chaud et sec en saison sèche.
Les journées sont tempérées et généralement ensoleillées avec des températures agréables sauf parfois en dessous de 3 000 mètres. Vous randonnez en t-shirt ou en petite polaire. Il faut savoir que notre saison d'été est plus fraîche que celle d'hiver en Tanzanie.
Sur le Kilimandjaro les nuits sont froides et humides avec des températures autour de 0/5°C à 3 000 mètres d'altitude et entre –5/–15°C la nuit de l'ascension finale.
Des chutes de neige sont possibles la nuit en janvier et février et les nuits sont très froides sur les mois de juillet et août.

Electricité

Les prises électriques sont au standard britannique (230 V / 50 Hz). Prévoir un adaptateur multiprise universel ou spécifique à la Tanzanie.

Heure locale

Il existe un décalage horaire de +2 heures en hiver et +1 heure en été.
L'hiver, lorsqu'il est 13 heures en France, il est 15 heures en Tanzanie.
L'été, lorsqu'il est 13 en France, il est 14 heures en Tanzanie.

L'indicatif téléphonique est +255.

Géographie

GENERAL
Pays de plaines, de lacs et de montagnes bordé d'une étroite bande côtière, la Tanzanie est le plus grand pays d'Afrique orientale. Elle est formée d'un plateau montagneux semi-désertique, en partie couvert de savane et de bush clairsemé. C'est au-delà des champs d'immortelles aux fleurs nacrées, passé les 4 000 mètres d'altitude, que nous foulons un sol noir de cendres volcaniques. Le contraste est saisissant entre les roches sombres colorées de lichens et les glaciers qui nous dominent et nous attirent vers le **sommet Uruhu Peak**. Ses plus hautes montagnes, le **Mont Meru (4 556 m)** et le **Kilimandjaro (le plus haut sommet d'Afrique, culminant à 5 895 m)** se dressent au nord-est, à la frontière avec le Kenya.

FAUNE ET FLORE
Dotée de quelques-unes des plus grandes réserves naturelles du monde, la Tanzanie regroupe en outre de très importantes populations d'éléphants, de buffles, de crocodiles, d'hippopotames, de chacals et de chimpanzés. Pendant la grande migration, nulle part ailleurs qu'en Tanzanie on ne voit de si importants troupeaux de gnous, de gazelles, de zèbres et d'antilopes.

Les Parcs Nationaux ont été mis en place pour préserver ce riche héritage naturel du pays, et pour conserver intacts des territoires où la faune et la flore peuvent prospérer, protégés d'une population humaine toujours croissante. L'accès à ces parcs est réglementé et payant. Les sommes ainsi collectées permettent la conservation et la protection de la nature, ainsi que le financement de travaux de recherche sur la faune et la flore. Le tourisme fournit d'importants revenus utilisés pour soutenir le travail de protection des Parcs Nationaux. Il permet aussi l'éducation et le bien être des communautés locales. En outre, le tourisme permet une prise de conscience internationale des problèmes de protection, et la présence physique des touristes décourage les activités illégales de braconnage, aidant ainsi les guides des parcs dans leur travail de gestion de la nature. Au cours

de votre visite dans ces parcs, nous vous rappelons qu'il est interdit de ramasser quoi que ce soit (os, restes d'animaux, cueillir des fleurs, plantes,...). Les feux ne sont autorisés que dans les lieux de campement, et doivent être éteints avec grand soin avant votre départ. Et nous vous demandons de veiller attentivement à ne rien laisser derrière vous après votre départ (mégots de cigarettes, déchets divers, restes du pique-nique...).

Tourisme responsable

Les conditions de travail des porteurs représentent un enjeu important sur le Kilimandjaro. Notre agence locale travaille en partenariat avec la Kilimanjaro Porters Assistance Project (KPAP) http://www.kiliporters.org/ et respecte leurs consignes point par point.

- Les porteurs sont désignés grâce un système informatique qui assure une répartition plus équitable en donnant l'opportunité à tous de travailler un minimum chaque mois. Les porteurs sont informés du planning mensuel tous les 10 du mois.
- Garantir un minimum de 3 repas par jour par porteur.
- Salaire garanti à tous les porteurs, même quand l'un d'eux ne peut pas accomplir l'ascension (peu importe la raison : maladie, accident...). Un compte bancaire a été ouvert à chacun des porteurs référencés afin de leur verser leur salaire et d'éviter les tentations de fraudes. Les paiements se font au plus tard deux jours après la descente.
- En cas des dommages pouvant être causés pendant l'ascension (maladies ou blessures) il y a une prise en charge des dépenses médicales. Nous nous assurons que le responsable des porteurs se présente à l'hôpital (Hôpital Médical Saint Joseph de Moshi) pour certifier la maladie et collecter toutes les factures pour le paiement.
- Fourniture de tentes, matelas et sacs de couchage pour l'équipe. Inspection préalable à chaque ascension de l'équipement des porteurs pour garantir le port de chaussures adéquates, de vêtements chauds et de lunettes. Les mêmes règles de sécurité que celles requises pour les voyageurs sont appliquées aux porteurs.
- Limitation du poids autorisé pour les charges de porteur (20 kg pour les porteurs KPAP). Le poids des bagages des voyageurs est limité (à 15 kg) pour respecter cette consigne et une pesée systématique des charges portées par chaque porteur est réalisée.

Encadrement / Qualité prestation

- En moyenne 3 porteurs par voyageur avec Altaï, et ce afin de respecter les recommandations de la KPAP ;
- Nous travaillons régulièrement avec notre équipe principale de porteurs fidélisés, nous prenons en charge le transfert en minibus depuis et vers leur village pour venir faire l'ascension avec un groupe.

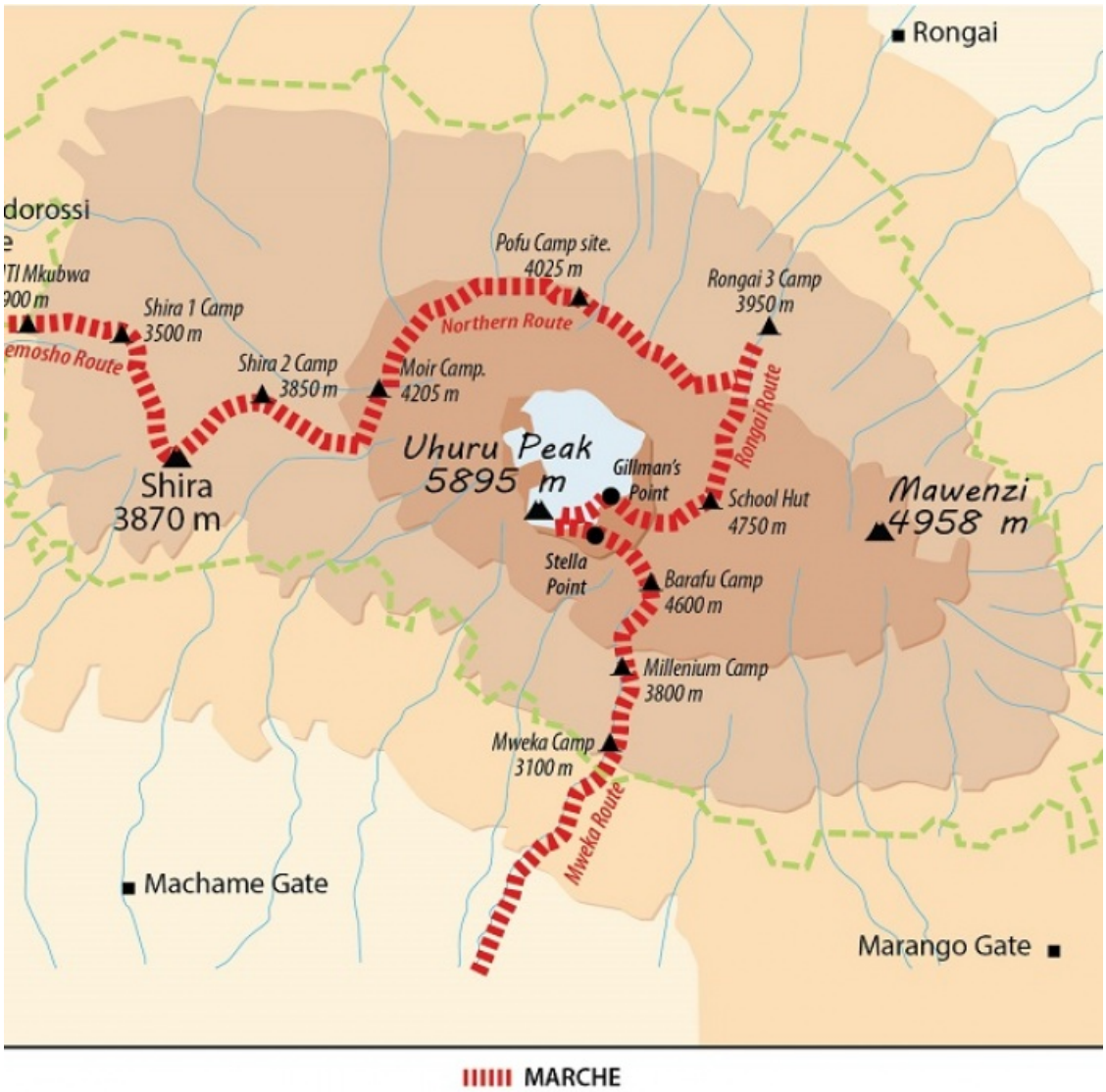
Avantages d'une équipe de porteurs fidélisés et raisons pour lesquelles nous ne travaillons pas avec les porteurs qui attendent aux "gates" :

- Connaître les porteurs permet de compter sur eux ;
- Ils se connaissent tous et se font confiance.

Dans un souci de respect de l'environnement, Altaï s'engage pour un impact minimum sur l'environnement. Altaï œuvre depuis toujours pour un tourisme plus responsable et s'inscrit dans une démarche d'organisation de voyages respectant des principes équitables et durables. L'harmonisation des pratiques assure une juste répartition des retombées économiques et l'amélioration des conditions de travail des équipes locales et leur sensibilisation à la protection de l'environnement. Adoptez, vous aussi, des gestes simples lors de vos voyages et agissez ainsi en faveur d'un tourisme responsable.

- Évitez de laisser des déchets derrière vous : déposez les dans des poubelles ou ramenez les avec vous ;
- Utilisez l'eau potable avec parcimonie (préférez les douches aux bains et signalez les fuites) et évitez de la gaspiller (préférez les savons biodégradables pour vous laver etc.) ;
- Évitez de dégrader des sites culturels. Ne touchez pas les statues, ne déplacez pas pierres et objets etc. ;
- Préférez les échanges aux dons (des cadeaux trop importants au vu du niveau de vie du pays peuvent déstabiliser l'équilibre économique local) ;
- En balade, notamment dans certains écosystèmes fragiles, observez la faune à distance, ne sortez pas des sentiers, limitez le piétinement et ne rapportez pas de « souvenirs ». Renoncez à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles etc. ;
- Dans certains hôtels, vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé pour éviter la surconsommation énergétique et les émissions de gaz à effet de serre de la couper systématiquement lorsque vous n'êtes pas présent dans la chambre.

CARTE


Rongai
dorossi
TI Mkubwa
900 m
Shira 1 Camp
3500 m
emosho Route
Shira 2 Camp
3850 m
Moir Camp.
4205 m
Pofu Camp site.
4025 m
Northern Route
Rongai 3 Camp
3950 m
Rongai Route
Uhuru Peak
5895 m
Gillman's
Point
School Hut
4750 m
Mawenzi
4958 m
Shira
3870 m
Stella
Point
Barafu Camp
4600 m
Millenium Camp
3800 m
Mweka Camp
3100 m
Mweka Route
Machame Gate
Marango Gate

MARCHE