Kilimanjaro Besteigung - Umbwe Route (8 Tage Reise)

Umbwe Route individuell- 8 Tage Reise

8 Tage

AFTZIN016

Afrika
Tansania







Weitere Bilder auf unserer Website

Reisebeschreibung

Karibu! Unweit des Äquators wächst er steil aus der Savanne, der Kilimanjaro, der leuchtende Berg, das Wahrzeichen Afrikas. Erleben Sie bei einer Kilimanjaro Besteigung eines der letzten Abenteuer und eines der größten Naturwunder dieser Erde. Die Natur und Kultur wird Sie ebenso begeistern wie die Gastfreundschaft der Afrikaner. Diese Reise führt Sie über die Südroute auf den Kilimanjaro. Dieser Weg ist anfangs steiler als die anderen Routen, trifft aber am zweiten tag auf die Machame Route. Übernachtet wird auf dieser Route in Zelten. Der Abstieg erfolgt über die Mweka-Route. Erholung finden Sie bei der Möglichkeit einer 2 oder 3 Tage Kurz-Safari im Tarangire Nationalpark und Ngorongoro Krater oder/und bei einem Ausflug über 3-5 Tage zur Trauminsel Sansibar.

Fragen zur Reise?
Peter Kiefer 0341 / 55 00 94-20 peter.kiefer@at-reisen.de

Charakter und Anforderungen der Reise

Die Besteigung des Kilimanjaro verlangt kein bergsteigerisches Können, dafür aber ein gutes Maß an Ausdauer und körperlicher Fitness. Bei den Gehzeiten von ca. 5 – 7 Stunden pro Tag und am Gipfeltag von ca. 14 Stunden, ist es für eine gute Akklimatisation sehr wichtig, langsam und gleichmäßig zu laufen und zu atmen. Die Machame Route setzt trittsicheres Laufen voraus. Auf Grund der hohen Belastung für Herz und Kreislauf empfehlen wir, vorher einen Arzt zu konsultieren. Die Überlandfahrten setzen gutes „Sitzfleisch" voraus, bedingt durch teils lange Fahrzeiten und den schlechten Straßenzustand. Für Personen mit Rückenbeschwerden (z.B. Bandscheibenleiden) sind diese Fahrten nicht geeignet. Pannen sind dabei zu entschuldigen. Es werden landestypische, zugelassene Verkehrsmittel benutzt.

Mittel

Dieser Schwierigkeitsgrad erfordert eine moderate körperliche Belastbarkeit über mehrere Tage hinweg. Die Tagesprogramme können länger sein und eine gewisse Grundausdauer voraussetzen. Pausen sind eingeplant, dennoch kann die Abfolge der Aktivitäten fordernd wirken. Mentale Flexibilität bei Zeitplänen oder äußeren Einflüssen ist hilfreich.

Fitness	Training	Psychische Belastung
Solide Grundausdauer empfohlen	2–3x pro Woche Ausdauertraining (z.B. Gehen, Radfahren, Schwimmen)	Mittel – Offenheit und Anpassungsfähigkeit sinnvoll

Reiseverlauf

Tag 1

Ankunft in Tansania – Hotel am Fuße des Kili

Nach Ihrem individuellen Flug von Europa nach Afrika, landen Sie am Fuße des Kilimanjaro auf dem Kilimanjaro International Airport. Nach Erledigung Ihrer Grenzformalitäten und der Gepäckaufnahme werden Sie von unserer Vorortagentur in Empfang genommen. Es folgt eine kurze ca. 45 minütige Fahrt mit einem Kleinbus/Geländewagen in die Nähe von Moshi in die Kilemakyaro Lodge. Dies ist eine kleine gemütliche Lodge mit Pool, offenen Restaurant und traumhaften Blick auf den höchsten Berg von Afrika. Hier beginnt nun Ihr wohlverdienter Urlaub. Am Abend treffen Sie Ihren Bergführer und erhalten ein Briefing zur morgen startenden Tour. Übernachtung: Kilemakyaro Lodge.

Verpflegung

Abendbrot

Tag 2

Start der 6 Tage Kilimanjaro Besteigung – Umbwe Cave 3000 m

Heute startet die Kilimanjaro Tour. Sie werden von Ihrem Bergführer abgeholt und die Fahrt geht von der Unterkunft auf der Kibosho Road vorbei an Bananen- und Kaffeeplantagen zum Umbwe Village. Hier befindet sich der Parkeingang mit dem Umbwe Gate (ca. 1800m). Es erfolgt die Registrierung und Sie treffen Ihre einheimischen Träger, Köche und Assistentguides,welche Sie die nächsten 6 Tage begleiten werden. Der heutige schöne Weg führt die ersten 3 –4 Std. auf einer kleinen Strasse durch dichten Regenwald (Montana Rainforest) und weitere 3 Std. auf einem etwas steileren Pfad durch Heidekraut bis zum Umbwe Cave, einem Campingplatz auf ca. 3000m. Wichtig ist dabei vom ersten Tag an, dass Sie ein langsames und gleichmäßiges Lauftempo anschlagen, damit Ihr Körper sich langsam an die Höhe anpasst. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 6 - 7h

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

Tag 3

Umbwe Cave – Barranco Hut 3950 m

Nach dem Frühstück steigen Sie entlang des Great Barranco Valley weiter auf bis Barranco Camp. Über einen Bergrücken geht es relativ steil bergauf, entlang eines tief eingeschnittenen Tals. Von hier ist der Kibo Gipfel gut zu sehen. Nach der Mittagspause weiterer Aufstieg bis zum Barranco Hut auf dem sich der Campingplatz befindet. Das Camp liegt eingebettet in einem traumhaft schönen Tal von wo Sie einen fantastischen Blick auf die Südseite (Breach Wall, Baletto und Heim Gletscher) des Kilimanjaro haben. In der Abendsonne klärt sich meistens das Wetter auf, so dass Sie einen traumhaften Blick auf den rot leuchtenden Kilimanjaro haben. Dies ist ein anstrengender Tag. Ihr Körper benötigt nun Kohlenhydrate, ein gutes Essen und viel Schlaf und Sie werden am nächsten Tag vor Energie strotzen. Übernachtung in Zelten. Gehzeit ca. 4 - 5h

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

Tag 4

Barranco Hut – Karanga Hut (4.050 m)

Genussvoll dürfen Sie heute ausschlafen und erst gegen 9 Uhr das Frühstück genießen. In der Sonne nehmen Sie dieses ein und beobachten die anderen Gruppen auf dem gut einsehbaren Weg. Start für Sie ca. 10 Uhr und gleich geht es durch die steile Barranco Wand erst einmal bergauf (250 m hoch – ohne Kletterei, kann von jedem trittsichern Bergwanderer durchstiegen werden!). Oben angekommen, kann man das herrliche Panorama und den atemberaubenden Blick auf die Südflanke des Kilimanjaro genießen. Nach einem Ab- und Aufstieg geht es hinunter in das tief eingeschnittene Karanga Tal (letzte Wasserstelle auf dem Weg zum Gipfel). Hier wartet jetzt ein kurzer, aber knackiger Aufstieg zum Karanga Camp (4.050 m). Dabei mahnt der Führer mit Pole, Pole (langsam, langsam). Im Karanga Camp erwartet Sie Ihr Team mit einem schmackhaften Mittagessen. Danach können Sie sich ausruhen, Karten spielen oder lesen. Übernachtung in Zelten. Gehzeit ca. 3-4 Std.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

Tag 5

Karanga Hut – Barafu Hut (4.650 m)

Ein weiterer kurzer Trekkingtag steht bevor. Spätes Frühstück und langsamer Start. Ihre Bewegungen werden langsamer, alles sollte mit großer Ruhe getan werden. Heute steigen Sie durch eine spektakuläre Steinwüste stetig bergan bis zum Camp Barafu Hut auf 4.650 m. Unterwegs haben Sie einen fantastischen Blick auf den Kibo. Im Camp angekommen befinden Sie sich fast auf Höhe des Mont Blanc, eine stattliche Höhe haben Sie schon erreicht. Nach dem Mittagessen ist es nun sehr sehr wichtig, dass sich Ihr Körper gut ausruht und das Sie ihm Energie zuführen. Vor dem Abendbrot erfolgt noch das Briefing für den nächsten Tag. Übernachtung in Zelten. Gehzeit ca. 3-4 h.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

Tag 6

Gipfeltag ! Barafu Hut – Uhuru Peak (5.895 m) – Mweka Hut (3.100 m)

Nun geht es los! Sie bereiten sich auf den Gipfelsturm vor. Gegen 23:30 Uhr bekommen noch eine Kleinigkeit als Energie (Gebäck und Tee) und danach starten Sie gut gegen die Kälte geschützt von der Barafu Hut in die Nacht. Über einen leicht ansteigenden Geröllweg geht es zum Stella Point (ca. 5.770 m). Ihr Bergführer gibt das sehr langsame Tempo vor, Sie folgen im Gänsemarsch. Ganz kleine Schritte und immer an die Atmung denken. Dazwischen immer kleine Schlucke trinken und Energie Gels/ Riegel essen. Unterwegs erleben Sie hoch über den Wolken einen faszinierenden Sonnenaufgang. Diese Etappe ist auf Grund des Gerölls und der großen Höhe sehr mühsam, aber mit einem starken Willen erreichen Sie den Uhuru Peak (5.895 m). Endlich ist es geschafft! Alle Anstrengung fällt von einem ab und Sie genießen den fantastischen Rundblick zum Mawenzi, Mt. Meru und in den riesigen Krater. (AT REISEN empfiehlt den späteren Aufstieg ab 02:30 Uhr, da weniger Kälte und andere Gruppen auf dem Weg) Nach einer kurzen Pause und den Gipfelfotos machen Sie sich an den langen und anstrengenden Abstieg über Barafu Hut. Wichtig ist nun, eine weiterhin hohe Konzentration und Spannung im Körper sowie die Benutzung der Stöcke. Der Berg ist erst erfolgreich bestiegen, wenn man gesund wieder unten ist. Im Camp Barafu bekommen Sie eine kräftige Suppe und zu Trinken. Dann erfolgt der weitere Abstieg bis zum Mweka Camp (3.100 m), welches sich in einem schönen Erikawald befindet. Geschafft, aber überglücklich erreichten Sie das Camp. Übernachtung in Zelten. Gehzeit 14-17 Stunden.

Verpflegung

Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Mweka Hut – Parkausgang – Moshi

Wir empfehlen Ihnen auf der letzten Etappe zu einem ganz frühen Start gegen 6 Uhr. Dadurch erleben Sie in Ruhe den Regenwald. Haben noch angenehme Temperaturen und die Möglichkeit Affen zu sehen). Steil geht es bergab bis zum Parkausgang Mweka auf 1700 m. Hier wartet ein kühles Bier auf Sie. Nach dem Austragen aus dem Nationalpark-Buch geht es anschließend mit den Autos zurück zur Chanya Lodge in Moshi. Im idyllischen Garten genießen Sie eine kleine Abschlussfeier mit Ihrem Bergführer und seiner Mannschaft. Wer den Gipfel erklommen hat, erhält eine von der Parkverwaltung ausgestellte und vom Bergführer unterschriebene Urkunde. Des Weiteren wird das obligatorische Trinkgeld an den Chef Guide überreicht. Der Rest des Tages steht zur Entspannung in der Lodge mit Pool zur Verfügung. Übernachtung Chanya Lodge. Gehzeit ca. 3-4 Stunden.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

indiv. Rückflug nach Europa

Leistungen

Das ist inbegriffen

- [x] Komplette Organisation von AT REISEN
- [x] Airport Transfers, alle Transfers, Ausflüge und Besichtigungen lt. Programm
- [x] 6 Tage Kilimanjaro Besteigung über die Umbwe Route
- [x] Vollpension während der Kilimanjaro Besteigung
- [x] Abgekochtes Wasser, schwarzer Tee, Kaffee und Milchpulver bei der Besteigung
- [x] Übernachtung bei der Kili- Besteigung in 2 (Einzelbelegung) bzw. 3 Personen (Zweierbelegung) Zelten
- [x] alle Park- und Campgebühren, Bergrettung (nur mit Trage),
- [x] Pulsmesser, Notfallapotheke
- [x] Einfache Matratze als Unterlage am Kili
- [x] alle Guides, Koch und Träger und deren Bezahlung
- [x] komplettes Küchen- Equipment, Esszelt, Stühle, Tische
- [x] Erfahrener, tansanischer, englischsprechender AT- Bergführer, ab 4 Personen deutsch sprechender tansanischer Assistent-Bergführer,
- [x] 2 Übernachtungen im ½ DZ mit DU/WC in der Chanya Lodge,

- [x] Vorbereitungsgespräch am Telefon/ Video

Nicht enthalten

- [ ] Visakosten (Tansania z.Z. 50,- USD)
- [ ] Flüge z.B. mit Ethiopian Airlines, KLM, Turkisch Airlines- gerne sind wir Ihnen bei der Auswahl behilflich
- [ ] fehlende Mahlzeiten, Getränke / Softdrinks, alkoholische Getränke
- [ ] 3 Tage Safari mit 2 ÜN in der Endoro Lodge im ½ DZ mit DU/WC, alle Kilometer, alle Parkeintritte, Vollpension, 1 x Übern. Meru View oder Planet Lodge inkl. Halbpension (nach Verfügbarkeit oder gleichwertiges Hotel),englisch- teilweise deutschspr. Fahrerguide
- [ ] Trinkgelder Empfehlung (ca. 160,- USD auf Kilitour, Safari: 35,- USD, je Hotel/Tag 2-3 USD)
- [ ] Individuelle Verlängerungsprogramme, Besichtigungen und Ausflüge
- [ ] Versicherung (Krankenvers., Gepäckvers., Reiserücktrittsvers., Covidvers.)
- [ ] Einzelzimmerzuschlag
- [ ] Eventl. Covidtest bei Ein- Ausreise
- [ ] Rail & Fly (85,- EUR bei Buchung; 105,- EUR nach Ticketausstellung)

Wichtige Informationen zur Reise

Zum Land

Einreisedokumente / Visum

Für die Einreise nach Tansania ist ein gültiger Reisepass (mind. 6 Monate Gültigkeit ab Einreise) + Touristen-Visum erforderlich. Das Tansania-Visum ist online unter **www.immigration.go.tz** zu beantragen. (Dafür benötigen Sie die Flugbestätigung, ein Passbild und Ihren Reisepass zum Hochladen- je Anhang max. 300 kB Große). Das Visum kann ab 3 Monate vorher beantragt werden. Dies Ausstellung beträgt ca. 5-10 Tage und wird Ihnen per Mail (bitte Spam kontrollieren) zugestellt (Gilt für Staatsbürger DE, A, CH. Bei anderer Nationalität informieren Sie sich bitte über die jeweiligen Einreisebestimmungen.)

Bitte informieren Sie sich darüber hinaus stets über die aktuell gültigen Einreisebestimmungen Ihres Landes.

Impfungen

Gelbfieberimpfung nur erforderlich bei Einreise aus Infektionsländern. Kommen Sie also auf direktem Wege (auch mit Umsteigen in Addis oder Qatar) aus Europa, ist keine Gelbfieberimpfung vorgeschrieben, auch nicht für Sansibar. Malaria - Prophylaxe wird für Tansania dringend empfohlen (z.B. Malarone oder Doxi 100). Die Übertragung erfolgt über die nachtaktive Anopheles Mücke. Alle Zimmer in den Hotels und Lodges auf Ihrer Reise sind mit Moskitonetzen ausgestattet. Sansibar wird zurzeit als Malaria frei geführt. Sollten Sie während oder nach Ihrer Reise Fieber, Schüttelfrost in Verbindung mit Muskelschmerzen bekommen, dann suchen Sie bitte sofort einen Arzt auf. Eine Malaria-Infektion, welche rechtzeitig erkannt wird, wird in der Regel problemlos ausgeheilt! Außerdem raten wir Ihnen, die Standardimpfungen aufzufrischen, Hepatitis A/B, Tetanus und Polio. Weitere Infos finden Sie auf unserer Webseite: **www.at-reisen.de** der Webseite von Centrum Reisemedizin **www.crm.de** - oder bekommen sie von den Tropenärzten / Tropeninstituten.

Pflichtversicherung für Sansibar

Alle Gäste die ab dem 01.10.2024 per Flug oder Fähre auf die Insel Sansibar möchten, müssen eine zusätzliche Reiseschutzversicherung abschließen. Diese kostet aktuell 44 US$ pro Person. Andere Reiseschutzversicherungen, werden dabei nicht akzeptiert. Um Wartezeiten am Flughafen zu vermeiden, sollten Sie die Versicherung vorher online abschließen. Weitere Informationen erhalten Sie über die offizielle Website unter: **https://visitzanzibar.go.tz/#de** (Auf Deutsch umstellbar - Globus-Symbol oben rechts).

Zusätzlich ist auf Sansibar eine Infrastruktur Steuer in Höhe von 3-5 US$ pro Tag, pro Person zu bezahlen.

Sprache

Swahili und Englisch

Trinkgelder

Unsere Empfehlung dazu liegt im moderaten Level und sind von Ihnen aus dem Herzen zu bezahlen. Es ist in Afrika ein „ungeschriebenes Gesetz', für Leistungen ein Trinkgeld zu zahlen. Damit bessern sich Alle Ihren landestypischen Lohn auf. Aber Achtung, das Geld ist nicht wie bei anderen Veranstaltern, für die Bezahlung der Fahrer bestimmt. Die Trinkgelder bei AT REISEN dienen eher als kleine Anerkennung für die gute und harte Arbeit! Sie erleben deshalb bei uns hochmotivierte Fahrer Guides. Die Trinkgeldempfehlung finden Sie bei „nicht im Reisepreis eingeschlossen". Bitte bezahlen Sie das Trinkgeld am Ende Ihrer Tour.

Klima & Reisezeit

Das Klima des ostafrikanischen Hochlands ist sehr gut verträglich. Nachts 9-16°C, tagsüber bis 32-35°C. Die Nächte sind relativ kühl. Die kälteste Zeit liegt im Juli und August mit etwa 10 °C täglichem Minimum. Die warme Periode liegt im Januar und Februar mit etwa 25 bis 26 °C täglichem Maximum. Der meiste Niederschlag fällt von April bis Juni. Die trockensten Monate sind Januar und Februar. Das Klima an der Küste Kenias sowie auf Sansibar ist feucht. Die Temperaturen schwanken von 22 u. 32°C je nach Monat und Tageszeit.

Währung

Wir empfehlen den Umtausch von ca. 50-100 Euro bei Einreise am Flughafen Kilimanjaro am Wechselschalter von Euro in Tansania Schilling zu tätigen. Nehmen Sie auch als extra Reserve etwas USD in kleinen Noten mit. Sie können mit USD auch in allen Hotels bezahlen. Mit Kreditkarten oder EC- Karten kann in Moshi, Arusha, Dar es Salaam und Stone Town Bargeld an Geldautomaten abgehoben werden. Wir raten aber trotzdem zur Barzahlung, da man sich auf die Geräte nicht immer verlassen kann. In einigen Hotels kann mit der Kredit- Karte bezahlt werden. Aber teilweise besteht keine Verbindung. Unser Tipp: Bargeld, Kreditkarte nur als Notfall. Bitte beachten Sie, dass in Tansania keine USD Noten, welche vor 2006 gedruckt wurden, akzeptiert werden!

Strom / Foto/ Fernglas

Die Stromversorgung in Ost- Afrika ist für 220/240 V 50 Hz Wechselstrom ausgelegt. Die derzeitige Stromversorgung in Tansania / Sansibar ist sehr schlecht, länger dauernde Stromausfälle sind an der Tagesordnung. In den meisten Hotels wird in diesem Fall die Stromversorgung über einen Generator sichergestellt. Die Stecker sind dreipolig. Bitte einen Adapter von zu Hause mitbringen. Bringen Sie auf alle Fälle ausreichend Speichermedien mit. In abgelegenen Gebieten ist dies jedoch nur eingeschränkt möglich.

Außerdem ist die Mitnahme eines guten Fernglases empfehlenswert, um wilde Tiere zu beobachten und gute Fotomotive auszumachen.

Telekommunikation und Internet

Ost-Afrika verfügt über ein relativ gut ausgebautes Netz an Mobiltelefon- und Satellitenverbindungen. Sie können die Mobilfunknetze über internationale Roaming- Partner nutzen. In den meisten größeren Städten funktioniert dies problemlos. Bei Telefonanrufen aus dem Ausland nach Tansania und Kenia ist die internationale Vorwahl, für Tansania +255 (00255), für Kenia +254 (00254), gefolgt von der Ortsvorwahl zu verwenden. Bei Telefonanrufen von Ost- Afrika nach Deutschland wählen Sie bitte +49 (0049) vor!

Für Internet empfehlen wir Ihnen die E-SIM Karte über z.B. Airalo (30 Tage, 5 GB ca. 15,50 USD). Damit sind Sie in den Gebieten mit Empfang auch ONLINE.

In fast allen Hotels und Lodges steht WLAN kostenfrei zur Verfügung. Die Verbindung ist meistens schwach.

Plastik

Die tansanische Regierung hat entschieden, dass für einreisende Touristen das Mitbringen von Plastiktüten verboten ist. Ausgeschlossen sind Zipp- und Kosmetiktaschen und Medizintransporttaschen.

Zeitverschiebung

Sommerzeit 1 Std. nach MEZ. Winterzeit 2 Std. nach MEZ.