Mt. Kenya, Safari und Kilimandscharo

Individueller Wunschtermin | 14 Tage | AFKE007







Weitere Bilder auf unserer Website ↗

Preis p. P.
ab 3.570 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

Die beiden höchsten Berge Afrikas auf einen Streich – eine Traumkombination für Trekking Enthusiasten Erleben Sie bei einer Mt. Kenya + Kilimandscharo Besteigung (auch Kilimanjaro geschrieben) eines der letzten Abenteuer Afrikas. Diese Reise führt Sie zuerst nach Kenia, wo Sie eine Wanderung am Mt. Kenya mit dem höchsten Punkt Point Lenana 4.985 m erleben. Der Hauptgipfel Batian ist nur den Kletterern vorbehalten. Nach diesem fünftägigen Abenteuer geht es weiter zu einer Traumsafari im Amboseli Nationalpark. Erleben Sie hier die Großtiere Afrikas mit dem Kilimandscharo als Hintergrund. Danach fahren Sie nach Tansania zur Besteigung des 5.895 m hohen Kilimanjaro über die Rongai Route. Durch die Akklimatisierung am Mt. Kenya, ist der Kilimanjaro in 5 Tagen gut zu bezwingen! Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit zu einem individueller Badeaufenthalt am Indischen Ozean auf der Trauminsel Sansibar.

Charakter und Anforderungen der Reise

Die Besteigung des Mt. Kenya (Point Lenana) & Kilimandscharo verlangt kein bergsteigerisches Können! Dafür aber ein gutes Maß an Ausdauer und körperliche Fitness. Bei den Gehzeiten von ca. 5-7 Stunden pro Tag und am Gipfeltag von ca. 14-16 Stunden, ist es für eine gute Akklimatisation sehr wichtig, langsam und gleichmäßig zu laufen und zu atmen. Die

Machame Route setzt trittsicheres Gehen voraus. Auf Grund der hohen Belastung für Herz und Kreislauf empfehlen wir, vorher einen Arzt zu konsultieren. Überlandfahrten/Safaris setzen gutes „Sitzfleisch" voraus, bedingt durch teils lange Fahrzeiten und dem schlechten Straßenzustand. Für Personen mit Rückenbeschwerden sind diese Fahrten nicht geeignet. Pannen sind dabei zu entschuldigen. Es werden landestypische, zugelassene Verkehrsmittel benutzt.

Anspruchsvoll

Reisen mit diesem Schwierigkeitsgrad stellen erhöhte körperliche Anforderungen. Längere Aktivitätsphasen, mehrere fordernde Tage in Folge und begrenzte Erholungszeiten sind möglich. Auch organisatorische oder äußere Bedingungen können zusätzliche Anforderungen stellen. Mentale Stabilität und Durchhaltevermögen sind wichtig.

Fitness
Gute körperliche Grundfitness notwendig

Training
3–4× pro Woche Ausdauer- und Kräftigungstraining

Psychische Belastung
Erhöht – Belastbarkeit, Eigenmotivation und Durchhaltevermögen erforderlich

Reiseverlauf

1. Tag

Ankunft in Kenia und Fahrt zum Fuße des Mt. Kenya

Nach Ihrem individuellen Flug von Europa nach Afrika, landen Sie in Nairobi auf dem Jomo Kenyatta Airport. Nach Erledigung Ihrer Grenzformalitäten und der Gepäckaufnahme werden Sie von unserer Vorortagentur in Empfang genommen. Nach der Begrüßung beginnt Ihre Fahrt, erst durch Millionenstadt Nairobi und dann auf einer gut ausgebauten Asphaltstraße, ca. 4-5 Stunden (ca. 200 km), nach Nanyuki einer Kleinstadt am Fuße des Mt. Kenia National Park. Hier übernachten Sie in der Mountain Rock Lodge. Nach dem Abendessen haben Sie das Briefing mit Ihrem Bergführer für die bevorstehende Mt. Kenya Trekkingtour. Übernachtung Mountain Rock Hotel.

Verpflegung

Abendbrot

2. Tag

Start Mt. Kenya Trekking : Nanyuki – Old Moses Camp (3.500 m)

Nach dem Frühstück startet die Bergbesteigung! Ihr Bergguide begrüßt Sie und gemeinsam fahren Sie ca. 1 Std. bis zum Sirimon Gate auf ca. 2600 m. Unterwegs passieren Sie den Äquator. Am Sirimon Gate erfolgt Ihre Registrierung und Sie treffen Ihre Begleitmannschaft, welche Sie die nächsten Tage begleiten wird. Diese Träger tragen ab jetzt Ihr Hauptgepäck von Hütte zu Hütte. Sie tragen nur Ihren Tagesrucksack. Nach einer ca. 4-stündigen leichten und sehr langsamen Wanderung durch die sehr schöne und offene Landschaft des Mt. Kenya, entlang des Bergregenwaldes, erreichen Sie das Old Moses Camp. Dieses steht auf einer freien Ebene mit Blick auf die Felsgipfel. 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 in Hütten in Mehrbettzimmern.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

3. Tag

Mt. Kenya: Old Moses Camp – Shipton Camp (4.250 m)

Erstes Frühstück am Berg und Start gegen 8 Uhr. Frühmorgens hat man meistens Sonne und eine sehr gute Sicht. Der und der heutige Aufstieg führt leicht ansteigend durch eine wunderschöne Moorlandschaft mit den charakteristischen Lobelien und Senecien. Dabei passieren Sie 3 wunderschöne Täler (Mackinders, Teleki, Liki). Der Blick auf die Pflanzen- und Bergwelt des Mt. Kenya ist einfach fantastisch. Nach ca. 8 Stunden erreichen Sie am Ende des Tales das Shipton Camp und genießen den fantastischen Blick auf den Berg mit seinen beiden Hauptgipfeln Nelion (5.188 m) und Batian (5.199 m)! Übernachtung in der Mehrbett-Hütte.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

4. Tag

Mt. Kenya: Akklimatisationstag – Shipton Camp (4.250 m)

Der heutige Tag dient der besseren Akklimatisierung. Dabei unternehmen Sie eine kleine ca. 3- stündige Wanderung direkt unterhalb der beiden Felstürme Nelion und Batian zum 4.500 m hohen Pass. Von dort haben Sie einen guten Ausblick auf den Point Lenana und auf die Seen Tarn und Oblong. Der Nachmittag steht Ihnen für die Erholung zur Verfügung. Abendessen und Übernachtung in der Hütte.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

5. Tag

Mt. Kenya: Shipton Camp – Point Lenana (4.985 m) – Chogoria Bandas

Nach dem zeitigen Frühstück (ca. 3 Uhr) starten Sie gegen 3:30 Uhr und steigen zum Point Lenana (4.985 m) auf. Der Weg ist teilweise steil und je höher Sie kommen, desto dünner wird die Luft. Der letzte Teil ist im felsigen Gelände (ohne Klettern). Doch der Lohn für die Mühe ist dann, bei schönem Wetter, der Anblick der aufgehenden Sonne, die Purpur verfärbten Gletscherfelder des Lewis Gletschers, der Blick zur Mackinders Hut und die bizarren Felsspitzen der beiden Hauptgipfel. Der Abstieg erfolgt dann ca. 2 Std. über die Nordseite zur Mintos Hut (4.200 m). Hier kleines Frühstück und weiterer Abstieg über die Chogoria Route durch herrliche Landschaft, vorbei an Lobelien, einer gewaltigen Schlucht mit Gletschersee und Sumpflandschaft. Ca. 6 Stunden Mursch bis zu den idyllisch liegenden Chogoria Bungalows auf ca. 3.020 m, welche Sie am späten Nachmittag erreichen werden. Gehzeit ca. 10-12 Stunden. Die Bungalows sind sehr schön gelegen und bieten eine heiße Dusche und ein Kaminzimmer, wo man am Abend die Tour Revue passieren lassen kann. Übernachtung Chogoria Bungalows.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

6. Tag

Mt. Kenya: Abstieg bis Chogoria – Fahrt nach Nairobi

Am Morgen setzen Sie Ihren Abstieg bis zum Eingang des Nationalparks fort. (Mit etwas Glück können Sie dabei sogar noch Büffel, Elefanten oder Antilopen beobachten. Je nach Zustand des Fahrwegs werden Sie entweder unterwegs von einem Geländewagen abgeholt oder Sie müssen bis zum Dorf Chogoria wandern. Hier gibt es dann eine kleine Feier mit Ihrer Begleitmannschaft. Danach

wird Ihr Gepäck verstaut und Sie fahren zurück nach Nairobi. Ankunft gegen 16 Uhr. Übernachtung: Boulevard Hotel.

Verpflegung

Frühstück

---

7. Tag

Fahrt zum Amboseli Nationalpark – Besuch Massai Dorf

Nach einem entspannen Frühstück werden Sie vom Fahrer abgeholt und es startet die ca. 3- stündige abwechslungsreiche Fahrt zum Amboseli Nationalpark, welcher sich am Nordhang des Kilimanjaro anschmiegt und das Traummotiv für Fotos und Postkarten abgibt. Ankunft gegen 13 Uhr. Anschließend Mittagessen in Ihrer Unterkunft. Am späten Nachmittag fahren Sie zu einem Massaidorf und können dort mehr über das Leben dieser Ureinwohner erfahren. Genießen Sie danach die Erfrischung im Pool und einen romantischen Sonnenuntergang am Kili. Übernachtung: Kibo Safari Camp oder Sentrim Amboseli Camp.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

8. Tag

Safari im Amboseli Nationalpark

Ganztägige Safari im Amboseli Nationalpark, dem Paradies für Tiere. Hier können Sie alle Tiere auf engstem Raum beobachten, eingerahmt von der Silhouette des schneebedeckten Kilimanjaro. Im Park selbst wurde eine Population von afrikanischen Elefanten aufrechterhalten, deren Altersstruktur und Generationengefüge unversehrt geblieben ist. Durch Wildhüter und Wissenschaftler wird der Park ganzjährig überwacht und das Sozialverhalten, die Altersstruktur und die Populationsdynamik untersucht. Am Abend genießen Sie den Sonnenuntergang bei einem Sundowner. Übernachtung: Kibo Safari Camp oder Sentrim Amboseli Camp.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

---

9. Tag

Fahrt nach Tansania- Start Kilimandscharo Trekking- Sekimba Camp 2700 m

Nach einem zeitigen Frühstück werden Sie zur Grenze Tansania nach Loitikitok gebracht. Hier ist Fahrzeugwechsel und Ihr tansanisches Kiliteam erwartet Sie und bringt Sie zum Ausgangspunkt der Kilimandscharo Besteigung, via der Rongai Route, zum kleinen Ort Nalemoru. Am Gate werden Sie registriert und das Gepäck wird auf die Träger verteilt. Von hier startet Ihre leicht ansteigende Wanderung bis zu Ihrem ersten Camp- Sekimba Camp (2700m). Sie wandern zuerst durch Maisfelder und später (ca. 45 min) durch einen dichten Bergregenwald. Dann lichtet sich der Regenwald und Sie kommen in eine sehr dichte Baumheidezone (Erikasträucher). Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 3-4 Stunden (ca. 8km)

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

---

10. Tag

Kilimandscharo: Sekimba Camp – Third Cave Camp 3850 m

Weiter geht Ihre Kilimandscharo Besteigung. Sie sind vom Mt. Kenya her gut akklimatisiert, deshalb wird Ihnen das Trekking leichtfallen. Sie steigen stetig bergauf bis zur zweiten Höhle (3450 m). Dabei durchlaufen Sie Moor- und Heideland und haben einen guten Ausblick auf den Kibo, die östlichen Eisfelder und zur gezackten Spitze des Mawenzi. Nach der Mittagspause schlängelt sich der Weg über mehrere Bergkämme und kleine Täler bis zum Camp. Übernachtung im Zelt. Gehzeit 6-7 Stunden.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

11. Tag

Kilimandscharo: Third Cave Camp - School Hut 4750 m

Heute führt Ihre Wanderung direkt über den Kibo Sattel, der zwischen den zwei Vulkanen Mawenzi und dem thronenden Kibo liegt. Während Sie die alpine Wüste des Sattels überqueren, eröffnet die Landschaft wundervolle Rundblicke und den ganzen Tag über haben Sie den Kibo vor sich im Blickfeld. Schließlich können Sie auch den sich zum Gipfel windenden Pfad an den Flanken des Berges erkennen. Kurz vor unserem heutigen Tagesziel geht es nochmals steil bergauf über Felspassagen. Zwischen großen Felsbrocken liegt das Camp für die kommende Nacht - die School Hut. Der Rest des Tages heißt es Ausruhen in der Vorbereitung für den abschließenden Aufstieg. Briefing vor dem Abendessen und dann geht es sehr früh schlafen. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 5-6 Stunden.

Verpflegung

Frühstück, Box-Lunch, Abendbrot

12. Tag

Gipfeltag: School Hut – Gipfel Uhuru Peak 5895 m – Horombo Hut 3720 m

Nun geht es los! Sie bereiten sich auf den Gipfelsturm vor. Gegen 01:00 Uhr bekommen Sie noch eine Kleinigkeit als Energie (Gebäck und Tee) und danach starten Sie, gut gegen die Kälte geschützt, von der School Hut in die Nacht. (AT REISEN empfiehlt den späteren Aufstieg ab 01:30 Uhr, da weniger Kälte und keine anderen Gruppen auf dem Weg) Über einen leicht ansteigenden Geröllweg geht es in Serpentinen zum Gilmans Point (ca. 5.685 m). Ihr Bergführer und weitere Assistent Guides geben 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), welcher von blendend weißen Gletschern umgeben ist. Endlich ist es geschafft- das große Ziel ist erreicht- der Gipfel des höchsten Berges von Afrika! Alle Anstrengung fällt von einem ab und Sie genießen den fantastischen 360 Grad Rundblick zum Mawenzi, zum Mt. Meru, nach Kenia und in den riesigen Krater. Nach einer kurzen Pause und den Gipfelfotos machen Sie sich an den langen und anstrengenden Abstieg über Kibo Hut. Hierbei ist es sehr wichtig, die Konzentration und die Spannung im Körper zu erhalten und die Stöcke gut und Gelenkschonend im Abstieg einzusetzen. Der Berg ist erst erfolgreich bestiegen, wenn man gesund wieder unten ist. Im Camp Kibo Hut bekommen Sie vom Küchenteam eine kräftige Suppe und zu Trinken. Das bringt Ihre Lebensgeister wieder zurück. Gestärkt erfolgt dann der weitere Abstieg 2-3 Stunden bis zum Horombo Hut (3.720 m) oder Mandara Hut (2.700m). Geschafft, aber überglücklich erreichten Sie das Camp. Ihre Koch- und Träger Crew erwartet Sie mit einem kräftigen Abendessen und Ihr Schlafsack ruft Sie anschließend. Übernachtung in Zelten. Gehzeit 14-17 Stunden.

Verpflegung

Box-Lunch, Abendbrot

---

13. Tag

Kilimandscharo: Horombo Hut – Marangu Gate – Moshi

Wir empfehlen Ihnen auf der letzten Etappe zu einem ganz frühen Start gegen 6 Uhr. Dadurch erleben Sie in Ruhe den Regenwald, genießen noch angenehme Temperaturen und haben die Möglichkeit Affen zu sehen. Der Weg führt durch den Regenwald via der Mandara Hütte bis direkt zum Marangu Gate auf 1800 m. Nach dem Austragen aus dem Nationalpark – Buch geht es anschließend mit dem Kleinbus zur schönen Unterkunft in Moshi. Hier erwartet Sie idyllische Garten und Sie feiern 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. Desweiteren wird das obligatorische Trinkgeld und gerne auch Geschenke aus der Heimat an den Chef Guide überreicht. Der Nachmittag steht Ihnen anschließend zur Entspannung in der Lodge mit Pool zur Verfügung. Übernachtung: Kilemakyaro Lodge. Gehzeit ca. 3-4 Stunden.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

14. Tag

indiv. Rückflug nach Europa – oder Verlängerung mit Flug nach Sansibar

Leider heißt es nun Abschied von Afrika nehmen. Transfer zum Kilimanjaro Flughafen, wo Ihr individueller Rückflug nach Deutschland, Österreich, Schweiz auf Sie wartet.

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☑ Komplette Organisation von AT REISEN
- ☑ Airport Transfers, alle Transfers, Ausflüge und Besichtigungen lt. Programm
- ☑ 5 Tage Mt. Kenya Trekkingtour; 5 Tage Kilimandscharo Besteigung über die Rongai Route
- ☑ Vollpension während der Mt. Kenya – und Kilimandscharo Besteigung
- ☑ Abgekochtes Wasser, schwarzer Tee, Kaffee, Kakao und Milchpulver bei der Besteigung
- ☑ Übernachtung in Hütten bei der Mt. Kenya Besteigung (Zelte, wenn Hütten besetzt oder gewünscht), Übernachtung bei der Kili- Besteigung in 2 Pers. Zelten (bei EZ im Einzelzelt)
- ☑ alle Park- und Campgebühren, Bergrettung (nur mit Trage),
- ☑ Pulsmesser, Notfallapotheke

- ☑ Einfache Matratze als Unterlage am Kili
- ☑ alle Guides, Koch und Träger und deren Bezahlung
- ☑ komplettes Küchen- Equipment, Esszelt, Stühle mit Rücken u. Armlehne, Tische
- ☑ Erfahrener kenianischer englischspr. Bergführer am Mt. Kenya, deutschsprechender tansanischer AT-Bergführer am Kilimandscharo,
- ☑ 1 Übernachtung in Nairobi mit Frühstück
- ☑ 1 Übernachtungen mit DU/WC in der Kilemakyaro Lodge, Pool, (je nach Verfügbarkeit)
- ☑ 1 Tag Safari mit 2 ÜN in der Kibo Safari Lodge / oder Sentrim Lodge, große Zelte mit DU/WC, Pool
- ☑ 4x4 Geländewagen mit Dach zum Öffnen, Steckdosen, Kühlschrank, alle Kilometer,
- ☑ alle Parkeintritte und Gebühren
- ☑ Vollpension auf Safari
- ☑ deutschsprechender, Kenianischer Fahrerguide
- ☑ Vorbereitungs- ZOOM Meeting

Nicht enthalten

- ☒ Visakosten (Kenia ca. 31 Euro, Tansania z.Z. 50,- USD)
- ☒ Flüge z.B. mit Ethiopian Airlines, KLM, Qatar Airlines, Turkisch Airlines- gerne sind wir Ihnen bei der Auswahl und Buchung behilflich
- ☒ Mobile Toilette (Chemie) während der Kili Tour (190,- EUR)
- ☒ fehlende Mahlzeiten, Getränke / Softdrinks, alkoholische Getränke
- ☒ Trinkgelder Empfehlung (Mt. Kenya: 110 Euro, Kilitour 165 Euro, Safari Fahrer je Tag 35 Euro, 3-5 USD im Hotel)
- ☒ Individuelle Verlängerungsprogramme, Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Versicherung (Krankenvers., Gepäckvers., Reiserücktrittsvers.)
- ☒ Einzelzimmerzuschlag
- ☒ Rail & Fly (99,- EUR bei Buchung; 130,- EUR nach Ticketausstellung)

Termine

Bitte beachten Sie, dass sich folgende Termine auf den Stand des Datums beziehen, an dem Sie dieses Dokument herunter geladen haben. Die aktuellsten Preise und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

für 2 Personen **14 Tage** Ganzjährig möglich	**4.090 €** p. P. zzgl. Flug
für 3 Personen **14 Tage** Ganzjährig möglich	**3.790 €** p. P. zzgl. Flug
für 4 Personen **14 Tage** Ganzjährig möglich	**3.570 €** p. P. zzgl. Flug

⚠ Etwaige Preisdetails, wie etwa der Einzelzimmer-Zuschlag oder andere Preisvariationen entnehmen Sie bitte unserer Website.

Wichtige Informationen zur Buchung

AT-Empfehlung: Wer noch Zeit hat, sollte sich nun auf das nächste Abenteuer freuen. Mit einem kurzen ca. 1-stündigen Flug geht es auf die vorgelagerte Trauminsel Sansibar. Auch hier werden Sie vom Transferfahrer erwartet und zu Ihrem ausgesuchten Traumhotel direkt am schneeweißen Sandstrand gebracht. Entspannen Sie nun noch ein paar Tage am Indischen Ozean unter Palmen. Ihr Geist und Körper wird es Ihnen danken!

Empfohlene Hotels: Baladin Beach Hotel, Pongwe Beach Hotel, Mwezi Boutique Resort, Zanzibar Sunrise at Bandas

Wichtige Informationen zur Reise

Zu dieser Reise

Reiseinformationen

Hinweise zur Höhenkrankheit/ Höhenanpassung: Beim Höhenbergsteigen kann es bedingt durch den sinkenden Sauerstoffdruck zu gesundheitlichen Komplikationen kommen. Man spricht hier von der Höhen- oder Bergkrankheit. Dieses Risiko kann nicht ausgeschlossen werden. Die häufigsten Symptome sind Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindelgefühl und Infektionen der Luftwege. Im Extremfall kann es zu Lungenödem, Höhenlungenödem oder Hirnödem kommen. Dieses Risiko kann nur durch extrem langsamen Aufstieg (auch im unteren Teil) und vor allem durch übermäßiges Trinken (ca. 4 – 5 Liter für den Ausgleich der Elektrolyt- und Wasserreserven) verringert werden. Falscher Ehrgeiz, Wettläufe und Rekordzeiten sind daher unbedingt zu unterlassen. Pole, Pole (Langsam, Langsam) ist das oberste Gebot!! Den Anweisungen der Bergführer und Reiseleiter ist jederzeit Folge zu leisten. Wir raten jedem Teilnehmer, vor der Reise eine ärztliche Untersuchung (möglichst mit Belastungs- EKG) durchführen zu lassen. Siehe AT Höhenflyer. Auch der vorherige Gang zum Zahnarzt erscheint empfehlenswert.

Ausrüstung: Die von uns gestellte Ausrüstung, wie Zelte, Geschirr, Stühle etc. entspricht allen Anforderungen einer Bergbesteigung! Zeltübernachtungen sind in 2 (Einzelbelegung) und 3 (Zweierbelegung) Mann Zelten und werden regelmäßig komplett ausgetauscht! Essenszelt, Stühle, Küchen- Equipment und Geschirr unterliegen gleichfalls einer ständigen Kontrolle. Für die Mahlzeiten werden alle Küchenutensilien mitgenommen! Sie brauchen also kein Besteck, Tassen etc. selber mitnehmen! Bei uns erhalten Sie keinen Luxus- Komfort, doch ein Low Budget Niveau gibt es nicht! Das Wohlergehen unserer Gäste liegt uns sehr am Herzen!

Begleitmannschaft: Ihre Begleitmannschaft besteht aus Trägern, Assistent Guides, Koch und einheimischen lizenzierten Bergführern. Unsere Berg- und Assistent Guides sind sehr erfahren und waren schon weit mehr als 100-mal auf dem Kilimanjaro oder auf dem Mt. Kenya! Die Köche bei der Besteigung sind echte Zauberer in ihrem Fach! Alle Speisen werden unter ihren erfahrenen Händen zu wahren Köstlichkeiten! Sie achten auf Sauberkeit bei der Zubereitung und darauf, dass jeder Bergsteiger immer ausreichend zu Essen bekommt, was wichtig ist für den Gipfelerfolg. Jeder Träger darf nur 20kg Gepäck tragen. Darin sind neben den Zelten und Verpflegung auch 13 kg Hauptgepäck pro Gast enthalten! Sollte ein Gast mehr als 13 kg Hauptgepäck mitnehmen wollen und dadurch der Einsatz eines weiteren Trägers notwendig werden, dann ist dieser zusätzliche Träger vom Gast selber zu bezahlen! Die Träger tragen Ihr Hauptgepäck in Windeseile zum jeweiligen Camp, so dass Sie in den jeweiligen Camps bei Ankunft Ihr Gepäck schon vorfinden. Die Zelte werden von der Begleitmannschaft auf- und abgebaut. Ihre gesamte Begleitmannschaft wird von uns anständig bezahlt und jährlich neu in Sachen Sauberkeit und Hygiene geschult!

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 Begleitmannschaft bestimmt. Die Trinkgelder bei AT REISEN dienen eher als kleine Anerkennung für die gute und harte Arbeit der Begleitmannschaft! Sie erleben deshalb bei uns eine hochmotivierte Mannschaft. Die Trinkgeldempfehlung finden Sie bei -Nicht im Reisepreis eingeschlossen. Bitte bezahlen Sie das Trinkgeld am Ende Ihrer Tour. Bitte nicht einzeln an die Träger und Guides verteilen, das bringt nur unendliche Diskussionen und am Ende enttäuschte Gäste. Besser ist es, das Trinkgeld von allen teilnehmenden Gästen zu sammeln und in einem Kuvert geschlossen an den Chefguide zu überreichen. Dieser ist verantwortlich für Sein Team und er wird jeden Helfer angemessen nach seiner erbrachten Leistung auszahlen. Da er sich auch bei den nächsten Touren auf sein Team verlassen muss, wird er Sie fair bezahlen.

Ernährung: Der erhöhte Flüssigkeitsverlust am Berg muss unbedingt ausgeglichen werden. Es sollten während der Kilimanjaro- Besteigung ca. 4 - 5 Liter, verteilt über den Tag, getrunken werden. Auch wenn kein Durstgefühl verspürt wird. Das Ihnen am Morgen, am Nachmittag und Abend zur Verfügung gestellte Wasser wird von Quellen am Kilimanjaro entnommen und für Sie ausreichend abgekocht! Als Zwischenmahlzeit sind Müsliriegel, Mini-Salamis, Studentenfutter geeignet. Den verlorenen Energiebedarf füllen Sie am besten mit Power Bar Riegeln, Gel oder anderen Kohlehydratmitteln auf. Zu den Mahlzeiten – Frühstück, Mittag- (Boxlunch) und Abendessen – wird europäischer Standard gereicht! Es gibt bei AT z.B. zum Frühstück Toast, Marmelade, Honig, Nutella, Rührei mit Wurst und natürlich den weltberühmten Porridge! Zum Abendessen gibt es Kartoffeln, Nudeln, Reis, Gemüse und Fleisch. Alles wird frisch für Sie zubereitet! Vor und nach der Kilimanjaro Besteigung und auf der Safari, wird in den Lodges kontinentale Küche serviert - europäischer Standard. Während der Safari gibt es als Mittagessen eine Lunch Box. Bitte trinken Sie in den Hotels kein Leitungswasser, sondern nur Mineralwasser aus entsprechenden PET Flaschen.

Safarifahrzeuge: Für unsere Safaris werden Toyota Land-Cruiser genutzt. In einzelnen Fällen, z.B. Tagesausflüge Arusha NP, werden auch Allrad Minibusse eingesetzt. Alle Safarifahrzeuge haben ein ausstellbares Dach, welches ausreichend groß ist, damit Sie gut und ungestört die Tierwelt Tansanias beobachten können. Jeder Teilnehmer bekommt einen Fensterplatz. Dazu gibt es Steckdosen und einen Kühlschrank im Auto. Unsere Safarifahrer / Guides sind Meister in ihrem Fach und werden Ihnen die Tierwelt Tansanias näherbringen!

Klima & Reisezeit

Das Klima des ostafrikanischen Hochlands ist sehr gut verträglich. Nachts 9-16°C, tagsüber bis 32-35°C. Regenzeiten im Hochland etwa von April bis November. 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. Die wärmsten Monate sind Januar - Mai & Okt. –Dez. Das Klima an der Küste Kenias sowie auf Sansibar ist feucht. Die Temperaturen schwanken zwischen 22 und 32°C je nach Monat und Tageszeit.

Zum Land

Einreisedokumente / Visum

Alle Reisenden benötigen ein gültigen Reisepass und eine „Electronic Travel Authorization" (sogenannte „eTA") zur Einreise nach Kenia; Informationen zu Ausnahmen bietet die eTA-Webseite. Die Beantragung erfolgt online und kann frühestens drei Monate vor Abreise eingereicht werden; spätestens jedoch 72 Stunden vor Abreise. Ein Visum ist seit Einführung der eTA 2024 nicht mehr erforderlich.

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

Sprache

Swahili und Englisch

Zeitverschiebung

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

Gesundheitsbestimmungen & Impfungen & Medizinische Versorgung

Gelbfieberimpfung erforderlich bei Einreise aus Infektionsländern (z. B. bei Einreise aus Kenia nach Tansania oder Äthiopien sowie bei Flug mit Ethiopian Airlines). Malaria - Prophylaxe wird empfohlen sowie Auffrischung der Standardimpfungen Hepatitis A/B, Tetanus und Polio. Weitere Infos finden Sie auf unserer Internetseite **www.at-reisen.de**, auf **www.fit-for-travel.de** und **www.crm.de** oder von den Tropenärzten.

Währung / Zahlungsmittel

Kenia Schilling (KES). Wir empfehlen Euro oder USD in bar, jeweils in kleinen Noten mitzunehmen. Vor Ort sollte in Schillinge getauscht werden. Sie können in Hotels oder Wechselstuben jeder größeren Stadt USD oder EUR in Schilling tauschen. In vielen Lodges ist Zahlung mit Kreditkarte (VISA) möglich.

Trinkgelder

Sind bei uns nicht, wie bei anderen Veranstaltern, für die Bezahlung der Begleitmannschaft bestimmt und liegen daher bei uns in einem moderaten Level, siehe Im Preis nicht eingeschlossen. Die Trinkgelder dienen eher als kleine Anerkennung für die gute Arbeit der Begleitmannschaft!

Stromversorgung

Die Stromversorgung in Ost-Afrika ist für 220/240 V 50 Hz Wechselstrom ausgelegt. Oft ist die Stromversorgung sehr schlecht, länger dauernde Stromausfälle sind an der Tagesordnung.

In den meisten Hotels wird in diesem Fall die Stromversorgung über ein Dieselaggregat (welches nachts abgeschaltet wird) sichergestellt. Bitte beachten Sie dies, wenn es um das Laden der Akkus geht. Die Stecker sind dreipolig. Wenn Sie für Ihre Videokamera oder andere elektronische Geräte ein Ladegerät mitbringen, ist die Mitnahme eines entsprechenden Adapters empfehlenswert!

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 Kenia ist die internationale Vorwahl +254 (00254) - gefolgt von der Ortsvorwahl zu verwenden. Bei Telefonanrufen von Ost-Afrika nach Deutschland wählen Sie bitte +49 (0049) vor! Empfehlen können wir Ihnen auch den Kauf einer E-Sim Karte (Airalo). Damit haben Sie für einen sehr kleinen Preis Internet während der Reise (nur da wo es Netz gibt).

Plastik

Ab 29.08.2017 ist die Einfuhr und Nutzung von Plastiktüten aller Art in Kenia verboten. Dies umfasst sowohl Tragetaschen als auch Müllbeutel. Diese Regelung betrifft auch Reisende, die Plastiktüten im Gepäck transportieren oder als Duty Free Tüten mitbringen. Bitte achten Sie bereits darauf, keine Plastiktüten ins Handgepäck oder Reisegepäck einzupacken. Duty Free Tüten müssen bei der Einreise abgegeben werden.

Reise- und Sicherheitshinweise

Bitte informieren Sie sich stets über aktuelle Reise- und Sicherhinweise.

DE: **www.auswaertiges-amt.de**
A: **www.bmaa.gv.at**
CH: **www.eda.admin.ch**

Über uns

Hinweis zu Reiseänderungen

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass es zu Verzögerungen, Routenänderungen oder Programmumstellungen kommen kann – bedingt durch ungünstige Verhältnisse, schlechtes Wetter, organisatorische Schwierigkeiten, Nationalparkregulierungen etc. Sie sollten daher Abenteuergeist mitbringen, verbunden mit der Bereitschaft auf Komfort zu verzichten und ggf. Toleranz und Geduld üben.

Bei einem vorzeitigen Abbruch einer Reise besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung. Die dadurch zusätzlich anfallenden Kosten (Vorortpreise der Hotels, alle Transfers, u.a.m.) sind vom Reisenden selber zu tragen. AT Reisen übernimmt keine Haftung für die Funktionsfähigkeit der persönlichen Ausrüstung der Reiseteilnehmer. Dies gilt auch, soweit dieses Equipment durch die Reiseteilnehmer vor Ort geliehen/ gemietet wird.

Versicherungen

Wir empfehlen Ihnen die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung bzw. die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung inkl. Reiseabbruch-Versicherung der ERGO Versicherung. Dieses Paket mit RRV oder Rundum Sorglos Schutz können Sie als Einmalschutz oder als Jahresversicherung (meistens preiswerter) bis 30 Tage vor Abreise abschließen.

Gerne senden wir Ihnen den Link zu und stehen Ihnen beratend zur Seite. Infos und Abschluss unter: **https://www.at-reisen.de/reiseversicherung**.

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Für diese Reise gelten die AGB von AT REISEN GmbH. Diese finden Sie auf unserer Internetseite.

Veranstalter

AT REISEN GmbH Leipzig

Kursschwankungen

Bei Erhöhung der Parkeintritte und anderer offizieller touristischer Gebühren im Reiseland ist eine Preisanpassung dieser Reise vorzunehmen. Leider können diese Erhöhungen jederzeit auch während des Jahres auftreten, auch nach Ihrer Buchung. Wir haben darauf keinen Einfluss und bitten um Ihr Verständnis. Bei erheblichen Kursschwankungen des Euros nach unten muss der Preis angepasst werden.

Ich packe meinen Koffer und nehme mit...

Drucken Sie sich gerne diese Liste aus und kreuzen sie ab, damit Sie nichts vergessen.
Folgende Ausrüstungssachen empfehlen wir:

Trekking-Tour:

- [ ] Trekkingtasche ab 90 Liter (Empfehlung: AT-Tatonka Barrel XL, 110 Liter für nur 105 Euro, Normalpreis 170 Euro)
- [ ] Packsack (Tatonka Schutzsack gegen Nässe und Staub für 7 Euro bei AT)
- [ ] Tagesrucksack ca. 30–40 Liter Volumen, auch als Handgepäck verwendbar
- [ ] Reisepass (mind. noch 6 Monate gültig am Einreisetag) + Reisepasskopie, Impfpass
- [ ] Elektronisches Flugticket/Flugplan
- [ ] Geld: Euro und USD in bar (Achtung USD: keine Scheine vor 2006), Kreditkarten (VISA), EC-Karte
- [ ] 1 Paar knöchelhohe Trekkingschuhe (Leichtbergschuhe B oder B/C) mit kräftiger Profilsohle (gut eingelaufen)
- [ ] 1 Paar Sportschuhe
- [ ] 1 Paar Sandalen für Überlandfahrten, Badeaufenthalt
- [ ] 1 Funktionsjacke, wind- und wasserdicht
- [ ] Dünne Isolationsjacke (Daune oder Kunstfaser)
- [ ] Softshelljacke
- [ ] Fleecepullover, Fleecejacke
- [ ] Lange Hosen (davon 1 Trekkinghose), Regen-Poncho, evtl. wasserdichte Überhose
- [ ] Kurze Hose, Badebekleidung, T-Shirts
- [ ] Funktionsunterwäsche (Merinowolle oder Kunstfaser), warme Socken, Trekkingsocken ohne Naht
- [ ] Wollmütze über die Ohren gehend und Base Cap
- [ ] Warme Handschuhe (Fäustlinge empfehlenswert), dünne Handschuhe zum Darunterziehen
- [ ] Schlauchtuch (Buff o. Ä.) für Hals und Kopf
- [ ] Waschzeug (alles in kleinen Dosierungen!), kleines Handtuch für den Berg
- [ ] 1 Schlafsack (Daune oder Kunstfaser), tauglich von –6 °C bis –10 °C im Komfortbereich (günstig im AT Shop)
- [ ] 1 Isoliermatte (ab 48 Euro bei AT)
- [ ] 1 x Gamaschen (günstig im AT Shop)
- [ ] 1 Stirnlampe mit Ersatzbatterien
- [ ] Sitzkissen (6,90 Euro im AT Shop und Büro)
- [ ] 2 Thermosflaschen je 1 Liter oder 1 Thermosflasche + 1 Blechflasche von SIGG bis 1 Liter mit Thermomantel (AT-Thermosflasche 1 Liter für 17 Euro bei AT)
- [ ] Sonnenhut, gute Sonnencreme (mind. LSF 30), Fettstift für die Lippen (alpin)
- [ ] Gletscherbrille mit Seitenschutz (bei AT preiswerte und sportliche Brillen in großer Auswahl erhältlich)
- [ ] Fotoausrüstung mit ausreichend Akkus + Speicherkarten, Powerbank mit max. 27.000 mAh
- [ ] Nähzeug, etwas Schnur (als Wäscheleine oder für Reparaturen), Taschenmesser, Buch zum Lesen
- [ ] Zusatzverpflegung – z. B. Power Bar Hydro (2,10 Euro), Gel (2,00 Euro) oder Shots (2,00 Euro) – unsere Wunderwaffen am Berg (kann im AT Büro oder AT Shop gekauft werden), extra dazu Bifi, andere Süßigkeiten (Bonbons) bzw. Snacks, Teebeutel (eigene Geschmacksrichtung)
- [ ] Medikamente gegen Verdauungsstörungen, Erkältung, Kopfweh, Kreislauf, Pflaster
- [ ] Elektrolytpulver (in der Apotheke erhältlich) & Händedesinfektionsmittel
- [ ] Insektenschutz
- [ ] 1 Paar Teleskop-Trekkingstöcke als Gehhilfe (ab 52 Euro bei AT)
- [ ] Toilettenpapier, Papiertaschentücher, Feuchttücher, evtl. Ohropax
- [ ] Wasserfeste Schutzbeutel zum Schutz vor Nässe

Safari:

- [ ] Reisetasche bis ca. 60 Liter Volumen (bitte keine Koffer!) oder Tagesrucksack 30–40 l
- [ ] Geld – Tansania/Kenia: US-Dollar in bar in kleinen Stückelungen (Scheine jünger als Jahr 2006)
- [ ] 1 Paar Sport- oder Turnschuhe
- [ ] 1 Paar Sandalen oder Flipflops (Überlandfahrten, Badeaufenthalt)
- [ ] Fleecejacke für kalte Abende und kalte Morgenpirschfahrten
- [ ] Leichte Baumwollhosen oder zweigeteilte Hose in dezenten Farben (beige oder oliv)
- [ ] Kurze Hose
- [ ] Badebekleidung
- [ ] Leichte Baumwollkleidung in dezenten Farben (beige, oliv), 1 Baumwollhemd, T-Shirts
- [ ] Waschzeug (alles in kleinen Dosierungen!)
- [ ] 1 Taschenlampe
- [ ] Sonnenhut mit breiter Krempe, Base Cap und Tuch
- [ ] Gute Sonnencreme (mind. LSF 30), Fettstift für die Lippen
- [ ] Sonnenbrille
- [ ] Etwas Toilettenpapier, Papiertaschentücher, Feuchttücher, evtl. Ohropax
- [ ] Fotoausrüstung mit ausreichend Akkus + Speicherkarten, evtl. Stativ
- [ ] Fernglas
- [ ] Kleines Hotel-Nähzeug
- [ ] Taschenmesser, Buch zum Lesen
- [ ] Wasserdichter Packsack oder Beutel, um Dokumente vor Nässe zu schützen
- [ ] Medikamente gegen Verdauungsstörungen, Erkältung, Kopfweh, Kreislauf, Pflaster
- [ ] Insektenschutz
- [ ] Händedesinfektionsmittel
- [ ] Tierbestimmungsbuch