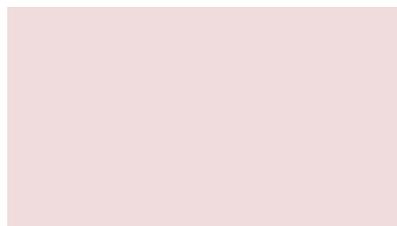
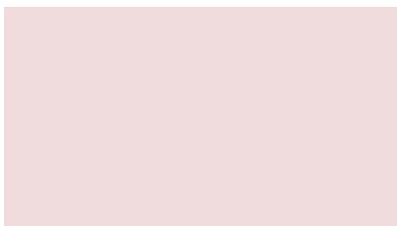
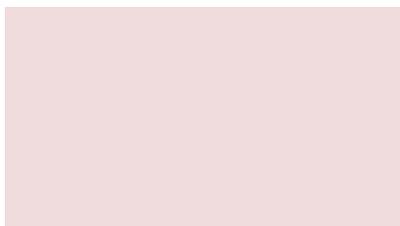




Tanzanie Kilimandjaro

Ascension du Kilimandjaro, voie Machame - Reference : AF-TAN-K



Descriptif jour par jour

Jour 1 : Paris - Arusha

Vol Paris/Kilimandjaro Airport sur la compagnie Air France, départ à 7h55 de Roissy Charles De Gaulle.
Arrivée à Kilimandjaro airport vers 20h, transfert à Marangu hôtel au pied du Kilimandjaro.
Nuit à Marandu hôtel en bungalow.

Jour 2 : Marangu

Après le petit déjeuner, briefing sur l'ascension de la montagne, vérification du matériel.
Dans l'après-midi découverte du village environnant et balade dans la campagne pour se dégourdir les jambes.
Dîner et nuit à l'hôtel Marangu (1350 m)

Jour 3 : Machame Camp

Transfert pour l'entrée du parc du Kilimandjaro qui donne accès à la voie Machame (1 840 m) au sud-ouest de la ville de Moshi. Après les formalités d'entrées du parc, c'est parti pour la première journée d'ascension, exclusivement dans la forêt tropicale avec l'apparition de fougères arborescentes en fin de partie.
Nuit sous tente à Machame camp (2930 m), belle vue sur le Kibo que l'on a l'impression de pouvoir toucher.

- 5h-5h30 h de marche, 1100 m de dénivelé positif.

Jour 4 : Shira Camp

Départ assez tôt le matin après le petit-déjeuner. La montée est prononcée au départ avant de s'adoucir ensuite. Les fougères disparaissent et laissent place aux séneçons géants dans un paysage alpin.
Passage d'un col à 3840 m et descente vers le camp après le déjeuner que nous atteignons en début d'après-midi.
Nuit sous tente à Shira camp (3770 m) d'où l'on jouit d'une superbe vue sur la face ouest de Kibo, mais aussi du Mt Shira (3996 m) et du Mt Méru (4566 m) à l'ouest.

- 5h de marche, 800 m de dénivelé (dénivelé positif cumulé 950 m)

Jour 5 : Barranco Camp

Première gelée le matin, il peut faire -8°.
Départ après le petit déjeuner pour une journée de marche tranquille riche en superbes paysages, en particulier avant la descente vers le camp de Baranco où la vue sur Kibo est tout simplement extraordinaire. Cette journée permet une bonne acclimatation avec le passage d'un col à 4550 m.
Nuit sous tente à Baranco camp (3950 m), le plus beau des emplacements de la montagne !

- 5h30 de marche, 200 m de dénivelé (dénivelé positif cumulé de 800 m à 1100 m en fonction de la route)

Jour 6 : Barafu Camp

Départ après le petit déjeuner pour une journée moins facile.
La journée commence par l'ascension du "mur" de Baranco (250 m de dénivelé) pour rejoindre assez rapidement un paysage désertique de haute altitude. Après une succession de montées douces et de descentes, arrivée à Barafu camp entre d'énormes rochers, les premiers signes du mal aigu des montagnes peuvent faire leur apparition.
Dîner en fin d'après-midi vers 17h et installation pour la courte nuit vers 18h.
Nuit sous tente à Barafu camp (4600 m), on pense à la nuit...

- 5h30 à 6 h de marche, 650 m de dénivelé (dénivelé positif cumulé 1250 m)

Jour 7 : Barafu Camp - Ascension final - Barafu Camp - Mweka camp

Réveil vers 00 h, petit-déjeuner léger, on se prépare à l'ascension finale, à la conquête du graal ... Il fait sombre, on marche doucement dans le calme de la nuit sous un ciel immaculé d'étoiles, les uns derrière les autres en silence.
Arrivée à Stella point vers 6h - 6h30 avec le lever de soleil, un dont on se souvient longtemps... Le plus dur est fait, continuation vers le sommet du Kibo : Uhuru, environ 1 h de marche facile depuis Stella point.
Après le sommet (5893 m), descente vers Barafu pour un repos bien mérité (environ 2 h de marche), déjeuner.
Continuation de la descente vers Mweka camp pour la nuit, environ 2h - 2h30 de marche. On se couche tôt ...
Nuit sous tente à Mweka camp (3220 m) dans les fougères arborescentes, on va mieux !

- 11h à 12h de marche, 1300 m de dénivelé positif et 2700 m de dénivelé négatif.

Jour 8 : Mweka camp - Marangu Hotel - Aéroport

Après 10 heures de sommeil, on a la pêche ! Dernière descente à travers la forêt pour rejoindre l'entrée du parc vers 12h. Transfert à Marangu Hôtel, douche bien mérité et remise des diplômes, congratulations et remise des pourboires au staff local.

Transfert à Kilimandjaro Airport dans l'après-midi et vol de retour pour le France, dîner et nuit à bord

- Dénivelé négatif 1900 m.

Jour 9 : Vol Retour

Arrivée à Roissy Charles De Gaulle en matinée.

Les prestations

Le prix comprend :

- Les vols internationaux Paris-Kilimandjaro airport A/R sur Air France
- Les taxes d'aéroport et surcharge carburant. [1]
- Tous les transports et les transferts (minibus ou camion 4x4)
- L'hébergement à l'hôtel Marangu en bungalow et camping pendant l'ascension (Tentes et matelas fournis).
- Tous les repas.
- Le guide-accompagnateur Planète Découverte français spécialiste du Kilimandjaro.
- Les porteurs, guides, assistants guide et cuisiniers pendant l'ascension.
- Toutes les taxes et droits d'entrées dans le parc du Kilimandjaro (700\$ à ce jour)
- Les frais de dossiers.

Le prix ne comprend pas :

- Les frais de visas tanzanien (obtenu sur place, prévoir 50\$)
- Les boissons et achats personnels
- Les pourboires aux porteurs, guides, assistants guide et cuisiniers, comptez environ 100\$

En option :

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour [une assurance multirisque](#).

Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

Formalités

Visa obligatoire pour les ressortissants français

- La demande de visa est à effectuer auprès de l'Ambassade de Tanzanie du pays de résidence. Il vous sera demandé une photo d'identité par personne, une attestation de voyage ou une facture, un formulaire de demande de visa complété et le règlement (espèces ou mandat-lettre, en cas de demande par correspondance).
- Délai d'obtention : 48 heures (15 jours, par correspondance).
- Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.
- **Il est possible d'obtenir un visa à certains postes frontières** : aux aéroports internationaux de Dar Es Salam, Zanzibar et Kilimandjaro (payable en dollars US, pas en euros)

Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de retour, pour les ressortissants français. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

Adresses/numéros utiles

- **Ambassade de Tanzanie en France**
13, avenue Raymond Poincaré - 75116 Paris Tél. : 01 53 70 63 66 Fax : 01 47 55 05 46 Email : ambtanzanie@wanadoo.fr
- **Ambassade de France à Dar Es Salam**
Adresse postale : PO Box 2349 - DAR ES SALAM,
Tel : (255) (22) 219.88.00.
Permanence en dehors des heures de bureau (à utiliser seulement en cas d'urgence) : (255) 784.210.396.
Le 0 doit précéder le 22 (indicatif de Dar Es Salam) lors d'appels inter-régionaux.
Adresse E-mail : ambafrance@ctvsatcom.net,

Douanes

L'exportation de trophées de chasse, quels qu'ils soient, est strictement réglementée. Avant de transporter ce type d'objet, il convient d'être en possession de l'ensemble des documents requis par la douane tanzanienne. Les infractions à cette réglementation sont très sévèrement réprimées, en particulier s'il s'agit d'ivoire (peines de prison ferme).

Santé

Des cas de dengue ont été dernièrement diagnostiqués. Cette maladie est transmise par la piqûre d'une espèce de moustique.

Il convient par conséquent de se protéger systématiquement des moustiques de jour comme de nuit par l'utilisation de répulsifs et moustiquaires en particulier à Dar Es Salam et ses environs ainsi que sur l'archipel de Zanzibar.

Le paludisme est très présent en Tanzanie et il est vivement conseillé de s'en protéger. Cette maladie parasitaire transmise par les piqûres de moustiques impose le recours à des mesures de protection individuelle (sprays, crèmes, diffuseurs électriques, moustiquaires...) A ces mesures, doit s'ajouter un traitement médicamenteux adapté à chaque individu : il convient de s'adresser à votre médecin habituel ou à un centre de conseils aux voyageurs. Le traitement devra être poursuivi après le retour en France durant une durée variable selon le produit utilisé. **Classification du pays : zone 3.**

- Durant votre séjour, et durant les deux mois qui suivent votre retour, en cas de fièvre, un avis médical doit être pris rapidement.
- Prévalence non négligeable du VIH - sida. Toute mesure de prévention est indispensable.

Vous devez penser à vos médicaments habituels et indispensables.

Merci de prévenir votre accompagnateur d'un éventuel problème de santé et surtout des mesures de 1ère urgence à prendre.

Conseils de pharmacie personnelle **A VOIR AVEC VOTRE MEDECIN**

- Antibiotique à large spectre
- Anti diarrhéique
- Médicaments pour combattre angine, rhume
- Cachets type paracétamol/aspirine
- Petits pansements, alcool, collyre
- Pommade pour les lèvres ...
- Pommades, sprays ou diffuseurs anti-moustiques

Vaccin

La vaccination contre la fièvre jaune était obligatoire (à pratiquer dans un centre de vaccinations agréé). Depuis le **15 avril 2011**, ce n'est plus le cas **sauf** si vous êtes en provenance d'un pays où la maladie est endémique (cf liste sur le site des Affaires étrangères. Mais attention, comme toute nouvelle mesure, la présentation du certificat de vaccination peut être demandée.

- La mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite est recommandée.
D'autres vaccinations sont conseillées : fièvre typhoïde, hépatites virales A et B et méningite à méningocoque A + C, à voir avec votre médecin.

Une certaine hygiène alimentaire est recommandée :

- Ne pas boire l'eau du robinet : préférez les eaux en bouteilles capsulées. A défaut, consommez de l'eau filtrée, bouillie et décontaminée.
- Évitez l'ingestion de glaçons, de jus de fruits frais, de légumes crus et de fruits non pelés.
- Évitez la consommation d'aliments (poisson, viande, volaille, lait) insuffisamment cuits.
- Veillez à un lavage régulier et soigneux des mains avant chaque repas.

- Institut Pasteur : <http://www.pasteur.fr/ip/easysite/pasteur/fr/sante/centre-medical/vaccinations-internationales-medecine-des>

- **Au Canada** : Agence de la santé publique du Canada
<http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/index-fra.php>

Sécurité

Il est conseillé de suivre les consignes données par les opérateurs touristiques pour certaines régions du nord entre autres.

Une vigilance accrue est nécessaire sur l'axe routier Arusha-Nairobi et la circulation de nuit y est fortement déconseillée. Les ascensions des hautes montagnes (Monts Meru 4556m et Kilimanjaro 5893m) nécessitent une préparation physique et médicale adaptée (des décès sont dénombrés chaque année). Il est impératif de s'y rendre accompagné de guides provenant d'agences de voyages sérieuses. Il n'y a pas de moyens d'évacuation rapide (type hélicoptère) en cas de malaises graves dus à l'altitude, ni d'assistance médicale sur place.

Les camps et lodges situés dans les parcs nationaux sont gardés, mais il est impératif d'être bien mis en garde contre les animaux sauvages qui peuvent pénétrer dans leur enceinte. Il est formellement interdit de s'y déplacer seul la nuit et de laisser les enfants sans surveillance.

Nous vous conseillons vivement de consulter les dernières informations concernant ce pays sur le site du ministère des affaires étrangères : http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs_909/index.html

Préparer son voyage

Encadrement :

Un guide accompagnateur français Planète Découverte ayant une grande expérience du Kilimandjaro pendant toute la durée du circuit, un guide local, des assistants guides locaux et tout le staff d'ascension, porteurs et cuisiniers.

Portage :

Toutes vos affaires sont portées par les porteurs ainsi que les vivres, les tentes et les matelas. Vous ne portez que votre nécessaire pour la journée dans un petit sac à dos.

Hébergement

Au Marangu Hôtel à Marangu, le camp de base de l'ascension.

Logement en bungalow de 2 personnes avec sanitaire. _ Lors de l'ascension, logement en tente deux places montés par les assistants guide, matelas fournis.

Bagages

Prenez impérativement un sac à dos ou un sac de voyage souple, sans roulettes, ou sac polochon, pas de valises rigides.

Un petit sac à dos à vos côtés pour les besoins de la journée (appareil photos, lunettes, crème solaire etc.)

Il pourra aussi vous servir de bagage cabine mais son poids ne devra alors pas dépasser 5kg. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant).

Vêtements et matériels

Vêtements et matériels

Emportez des vêtements simples et confortables, des tenues adaptées aux différentes saisons et régions traversée (voir rubrique climats). Attention aux très grands écarts de température entre le jour et la nuit.

- Un sac de couchage chaud.
- Lampe de poche (ou frontale)
- Adaptateur de prise de courant (se trouve facilement au duty free shop)
- Couteau (veillez bien à le laisser dans votre bagage de soute lors de l'enregistrement)
- Vos affaires de toilette + petite serviette de bains
- Des lingettes peuvent être très utiles.
- Lunettes de soleil (verres à fort pouvoir filtrant)
- Une crème solaire
- Stick à lèvres
- Chapeau ou casquette
- Petite trousse à pharmacie de base (Il n'y a pas de pharmacie collective)
- Si vous portez des lunettes, une 2ème paire de rechange
- Une veste coupe-vent imperméable
- Une polaire
- Un passe montagne
- Une écharpe
- Des chaussettes chaudes
- Des gants chauds ou moufles
- Un bonnet
- Une couverture de survie
- Un matelas auto-gonflant en option (i y a déjà un matelas de prévu)
- Tee-shirts, chemises à manches longues
- Pantalons (un léger, un plus épais - jeans)
- Shorts bermudas
- Une paire de sandales
- Une paire de chaussures de marche + une paire plus légère

Déplacement

Transfert aéroport - l'hôtel et hôtel - entrée de la réserve et vis et versa, en camion ou minibus.

Achats

L'art tanzanien :

- les sculptures sur bois.
- le café.
- les pierres précieuses ou semi-précieuses : la tanzanite est la pierre fétiche du pays.
- les vanneries et les poteries (artisanat bantou très répandu).

Budget

Nos prix des circuits ne comprennent jamais vos achats personnels et boissons.

Pourboires

En Tanzanie, le pourboire est de tradition dans la plupart des activités de service. Il n'est jamais « compris », comme en France. Votre guide accompagnateur vous donnera des informations appropriées à ce propos.

Sur le Kilimandjaro, du fait d'un grand nombre de porteur spécialement sur la voie Machame (tentes et matelas en plus) il faut prévoir un minimum de 100\$ par personne.

Informations pratiques

Électricité

220 et 230 volts, 50 Hz. Les prises sont à trois fiches, deux plates horizontales et une verticale (système britannique). Adaptateur spécifique que vous pourrez vous procurer sur place ou dans l'aéroport.

Téléphone

Pour appeler la Tanzanie depuis la France, il faut composer le 00 + 255 + l'indicatif de la ville (sans le 0) + le numéro à 7 chiffres de votre correspondant.

Pour appeler la France depuis la Tanzanie, il faut composer le 00 + 33 + le numéro à 9 chiffres (sans le 0 initial) de votre correspondant.

Internet

Il y a de nombreux cybercafés dans les grandes villes. Internet est le moins onéreux des moyens de communication. Comptez environ 500 TZS (0,4 euro) les 30 minutes à Arusha.

Vous serez sans pendant l'ascension

Change :

L'unité monétaire est le shilling tanzanien (TZS). Non exportable. 1 euro = environ 1638,29 TZS.

Peu de dépense vous incombe sur ce circuit, les euros ou \$ sont changeable sur place.

Les cartes de crédit ne sont acceptées que dans certains hôtels et restaurants des grandes villes. Une taxe d'encaissement (5% du montant) peu s'ajouter à tout règlement par carte de crédit.

Il est possible de **retirer des espèces** (schilling tanzanien) à des distributeurs Arusha. Il est vivement **recommandé de se munir de devises** (beaucoup de paiements peuvent être effectués directement en dollars américains issus de séries postérieures à l'année 2000).

Pour vos dépenses personnelles, les euros se changent aussi facilement que les US dollars dans les Money changer ou les banques, ne pas changer d'argent auprès d'intermédiaires dans la rue,

<http://www.xe.com>

Législation locale

Les autorités de Zanzibar interdisent les pratiques homosexuelles sur l'archipel.

Les tentatives d'importation ou d'exportation de drogues et de stupéfiants sont très sévèrement réprimées, quelle que soit la quantité transportée. La peine encourue est la perpétuité, assortie d'une peine de sûreté de 20 ans.

La consommation de drogue ou la seule possession d'ustensiles utilisés pour la consommation sont condamnées par des peines d'emprisonnement de 10 ans ferme. Il est donc conseillé de refuser de porter les bagages d'inconnus et d'être vigilant s'agissant de ses propres bagages dans les halls d'hôtel.

Climat :

Située sous les tropiques, la Tanzanie ne connaît pas d'hiver.

Le froid apparait avec l'altitude et répond à une constante qui est que l'on perd 6.5] tous les 1000 m.

le température en haut du Kilimandjaro au petit matin est d'environ en octobre de -15° / -20°.

Climat tropical tempéré sur les hauts plateaux, équatorial humide sur la côte. La température décroît avec l'altitude, il fait donc plus chaud sur la côte de la Tanzanie que sur les hauts plateaux. La saison des pluies dure de mars à avril avec des nuits fraîches voire froides. Il pleut également en novembre et début décembre en Tanzanie. La saison sèche commence en mai et se termine en octobre. Les températures sont les plus élevées entre décembre et février.

Dar es Salam

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	30°	31°	30°	29°	28°	28°	27°	27°	28°	30°	30°	30°

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
min	25°	24°	23°	23°	22°	20°	19°	19°	19°	21°	22°	24°
Pluie mm	150	100	130	50	0	0	0	0	0	5	20	90

Heure locale :

GMT + 3 h

- en été, il y a une heure de décalage (quand il est 12h00 à Paris, il est 13h00 à Dodoma).
- en hiver, il y a deux heures de décalage (quand il est 12h00 à Paris, il est 14h00 à Dodoma).

Poste

La poste est ouverte de 8h00 à 16h30, du lundi au vendredi, et de 8h30 à 12h00, le samedi. Possibilité d'acheter des timbres dans les hôtels et dans des bureaux de poste. Il faut compter 10 jours d'acheminement vers l'Europe.

Données culturelles

Bibliographie :

Guides

- "Le grand guide de Tanzanie Zanzibar", Collectif, Bibliothèque du Voyageur
- "Tanzanie Tanganyika Zanzibar : guide pratique", Bernard Passot
- "Tanzanie Zanzibar-4", D. Auzias & coll., PF Country Guide
- "Tanzania with Zanzibar, Pemba & Mafia-5", Michael Palin, Bradt Travel Guide
- "Tanzania", Jens Finke, Rough Guide
- "Tanzania", Mary Fitzpatrick, LP Travel Guide
- "Tanzania", Lizzie Williams, Footprint Guide
- "Tanzania & Zanzibar", Annabel Skinner, Cadogan Guides
- "Tanzanie", B. Passot, Ed. l'Harmattan "Tanzania", guide Lonely Planet - 2005
- "Kenya - Tanzanie, le guide du safari - faune et parcs" - Marcus - Les Guides du Voyageur
- "Animaux du Kenya et de Tanzanie" - l'Harmattan

Beaux livres

- " Les Masaï guerriers de la savane " édition Berger Levrault
- " N'gorongoro " Meinhand Kunkel (Harper Collins) _ " Serengeti " Mitsuaki Iwago (Chronique Bock)
- " Les Savanes africaines " Collection Faune et Flore du Monde (Larousse)
- " Un continent révélé " Collection Atlas Africa
- " Kenya Tanzanie " Guides Gallimard et/ou Arthaud
- "N'Gorongoro paradis africain", Kundel Reinhardt, Ed Chêne - 2002
- "Zanzibar", J BL Besencon, Ed Favre - 2005

Films

These hands, film de Flora M'Mbugu-Schelling, CNC, Paris, 2008, 46' (DVD)

Au pays des dhows, film de Serge Montagnan et Emmanuel Pons, Université de La Réunion, 2006, 21' (DVD)

- Le Cauchemar de Darwin, film de Hubert Sauper, Ad Vitam, Paris, MK2 éd., 2008, 138' (DVD)

Petit Lexique :

- Quelques mots de swahili :
- **Bonjour** = Djambo
- **Bienvenue** = Karibou
- **Merci beaucoup** = Asanté Sana
- **Monsieur** = Bwana
- **Moi** = Mimi
- **Toi** = Wewe

Langues



Les langues officielles sont l'anglais et le swahili (ou kiswahili).
La plupart des Tanzaniens parlent l'anglais (qui est enseigné dans les écoles).
A Zanzibar on parle arabe et le swahili.