Tanzanie Kilimandjaro

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

Le Kilimandjaro est le plus haut sommet d'Afrique et culmine à **5893 m**. Il est formé de trois cratères dont le plus haut porte le nom de **Kibo** et le point sommitale **Uhuru**.
L'ascension du Kilimandjaro est en fait l'ascension du Kibo. Plusieurs routes de randonnée sont proposées pour effectuer l'ascension de la montagne, mais l'ascension par la voie Lemosho est sans contexte une des plus belles et aussi celle où l'acclimatation pour les randonneurs est la meilleure.
Vous partirez à l'assaut d'Hururu, le point culminant, en 6 jours de montée avec un staff local expérimenté composé d'un guide, de 2-3 assistants guide et d'une ribambelle de porteurs. La descente s'effectue en 1,5 jour.
Sur la voie Lemosho, les nuits sont sous tentes, montées par le staff local et l'itinéraire rejoint la voie Machame sur la fin de parcours.
L'ascension du Kilimandjaro, toit de l'Afrique est un mythe à votre portée. Excellente condition physique requise. Nous contacter avant inscription.
Un itinéraire prévoyant également une demi journée safari dans le parc national d'Arusha à la découverte des big five.

Descriptif jour par jour
JOUR 1 : FRANCE - ARUSHA

Départ de France pour la Tanzanie. Dîner et nuit à bord.

JOUR 2 : ARUSHA

Arrivée Arusha JRO le matin, formalités de police et de douane.
Accueil départ pour un safari 4x4 toit ouvrant panoramique avec chauffeur / pisteur local parlant le français dans le parc national d'Arusha, célèbre pour sa vue sur le Mont Meru et le Kilimandjaro en plus de sa faune locale.
Déjeuner pique-nique.
Transfert pour Moshi, petite ville située au pied du Kilimandjaro.
Installation à l'hôtel**.
Rencontre avec le chef des guides pour briefing et préparation de votre ascension. Diner logement.

JOUR 3 : MOSHI / LEMOSHO GATE (2 375m) – CAMP EN FORET MKUBWA (2 895 m)

Transfert pour Lemosho Gate. Déjeuner à votre arrivée. Début d'une marche de 3 à 4 heures en forêt paisible qui se termine au premier campement.
Nuitée au Camp en Forêt (Camp Mti Mkubwa).

JOUR 4 : MKUBWA / CAMP SHIRA 1 (3 720 m)

Une fois sorti de la forêt, vous empruntez un sentier abrupt à travers une savane de grandes herbes, de bruyère et de rochers volcaniques couverts de lichen. Vous gravirez les collines ondulées et luxuriantes qui se trouvent en bas du plateau Shira pour arriver au campement Shira 1, après une marche de 5 à 6 heures. Vous aurez alors une vue étonnante du pic Kibo de l'autre côté du plateau.

JOUR 5 CAMP SHIRA 1 (3 720 m) – CAMP SHIRA 2 (3 950 m)

Journée en exploration sur le plateau Shira. Randonnée vers l'est en direction du glacier du Kibo avec en option la visite du vieux cône affaissé Shira, le plus ancien des trois volcans du Kilimandjaro. Arrivée au camp Shira 2 (Camp Fischers)
Le plateau Shira est une des plateformes terrestres les plus élevées sur terre. La durée de la marche (sans l'excursion optionnelle) est d'environ 3 heures.

JOUR 6 : CAMP SHIRA 2 (3 950 m) – CAMP BARRANCO (3 950 m)

Vous progressez à travers les bruyères puis dans un désert aride montagnard en direction de la « Dent de Requin » jusqu'au campement Barranco. Vous continuez à monter sur de longues crêtes désertiques jusqu'à la Tour de Lave, pour y déjeuner. C'est une marche de 5 à 6 heures. Cette tour est un bouchon volcanique.
L'après-midi , vous descendez le sentier abrupt qui mène dans la vallée Great Barranco.
Le camp Barranco est installé dans un vallon encastré sur trois côtés avec d'énormes falaises et le massif du Kibo lui-même. Les glaciers accrochés au sommet
brillent au soleil, au milieu de paysages féeriques de plantes telles que les séneçons géants (Senecio Kilimanjari) et les Lobélies immenses et omniprésentes.
Le trekking durera de 8 à 9 heures.

JOUR 7 : CAMP BARRANCO (3 950 m) – CAMP BARAFFU (4650 m)

La suite de la piste grimpe constamment. La température chutera et les paysages deviendront plus clairsemés à mesure que vous approchez du camp Barafu, installé sur un tout petit terrain plat sur une crête. Il servira de base à partir de laquelle vous ferez votre tentative d'atteindre le sommet à minuit le soir.
La durée de cette marche est de 4 à 5 heures.

JOUR 8 : CAMP BARAFFU (4650 m) – PIC UHURU (5 895m) – CAMP MWEKA (3 110m)

Réveil vers minuit un breuvage fumant vous sera servi très tôt pour 12 à 17 heures de marche en montagne.
La randonnée débute vers 1 heure. La température se situe un peu sous le point de congélation vers minuit puis

variera entre -12° C et -23° C au moment de l'aurore au sommet.
Le sentier tortueux et en montagnes russes prendra forme dans les ombres des glaciers Ratzel et Rebman au début de l'aube. Derrière vous, les aiguilles du Mawenzi formeront des silhouettes face à la lueur rougeâtre du soleil levant sous les nuages.
Après environ 6 heures de marche, vous atteindrez le rebord du cratère et Stella Point, 5,790 m. À partir de là, il y a une heure en montée
douce jusqu'au pic Uhuru. Après un court moment de pause au sommet, descente par la piste raide dans les éboulis jusqu'au campement Barafu pour nous y reposer, puis descente additionnelle jusqu'au camp Mweka pour la nuit.

JOUR 9 : CAMP MWEKA (3 110m) – MWEKA GATE (1 830m) / ARUSHA

Descente directe (de 2 à 3 heures) jusqu'à Mweak Gate où le déjeuner sera servi.
Remise des certificats à ceux qui ont vaincu le sommet.
Transfert à votre hôtel, diner logement.

JOUR 10 : ARUSHA - FRANCE

Transfert à l'aéroport pour envol le matin et arrivée en fin d'après-midi en France.

Les prestations
Le prix comprend :

- Les vols internationaux aller et retour au départ de Paris / Toulouse ou Marseille.
- Les taxes d'aéroports et surcharges carburants.
- Les transferts et transports en Tanzanie.
- Le guide accompagnateur Français Planète Découverte.
- Les services d'un local anglophone.
- Les services d'un assistant guide local parlant le français.
- Les services de porteurs.
- Les services d'une toilette chimique lors de l'ascension.
- Le safari 4x4 toit ouvrant panoramique avec chauffeur / pisteur local parlant le français à Arusha National Park.
- Le Park Fees à Arusha NP 60 $.
- Tous les hébergements tels que mentionnés au programme sur la base de chambres et tentes pour 2 personnes.
- La pension complète.
- Tous les repas des clients, guides et porteurs pendant toute la durée de la montée.
- Le Rescue Fees 20 $ / personne.
- Tous les frais de transport pour l'organisation de la montée et de la préparation et tous les frais liés à la montée / porteurs / nourriture, etc...
- Tout l'équipement du matériel pour la montée.
- 2 bouteilles d'oxygène.
- Les droits d'entrée au Kilimandjaro National Park.
- Les accommodation fees : 415 $ / personne.
- Tous les pourboires aux chef guide, assistant guide, cuisiner de montagne et porteurs : 465$ / personne.
- La TVA et les taxes touristiques.
- La Taxe sur les Prestations de Service (TPS).

Le prix ne comprend pas :

- Les frais de e-visas tanzanien (prévoir de le faire en ligne avant le départ, 50$ à ce jour).
- Les sacs de couchage pour les clients.
- Le supplément chambre et tente individuelle : 470 euros
- Assurances annulation, assistance, pandémie, rapatriement, bagages obligatoires.

En option :

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour une assurance multirisque.
- Extension à Zanzibar possible : nous consulter

Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

Formalités

E-Visa obligatoire pour les ressortissants français

- votre e-visa obligatoire délai +/- 10 jours sur le site officiel suivant : https://visa.immigration.go.tz/
- Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

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

Attention : une assurance frais médicaux et rapatriement est obligatoire pour l'ascension.

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 peu 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-d

- **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 dûs 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 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

Logement en chambre base double 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

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.

Cette liste de matériels est sommaire, il vous sera envoyé une liste complète et détaillée pour la préparation de votre voyage.

- 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 lèvre
- 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
- maillot de bain

Déplacement

Transfert aéroport - hôtel - entrée de la réserve puis du parc du Kilimandjaro et retour, en minibus et ou 4x4.

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.
Nous avons pris la décision sur ce voyage d'inclure tous les pourboires aux équipes de safari et d'ascension du Kilimandjaro.

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 2007).
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, pour vos achats, il est préferable de se munir de $US en petites coupures (à partir de 50$, peu accepté).
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°
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
- **Mo**i = 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.