

KILIMANJARO (5.895 m)
Ruta Marangu - Extensión Safari
13 junio



Ascensión al Monte Kilimanjaro (el techo de África, con 5.895 metros), por la ruta Marangu con día de aclimatación en Horombo y alojamiento en refugios durante la ascensión.

DIA	KILIMANJARO RUTA MARANGU	COMIDAS	HOTEL
13	Barcelona/Madrid – Kilimanjaro.	---	---
14	Llegada a Kilimajaro. Traslado a Moshi.	---	Hotel
15	Moshi – Puerta Marangu - Refugio Mandara.	D-A-C	Refugio
16	Mandara – Refugio Horombo.	D-A-C	Refugio
17	Horombo - Mawenzi -- Horombo. Día aclimatación.	D-A-C	Refugio
18	Horombo – Refugio Kibo.	D-A-C	Refugio
19	Kibo – Cima Kilimanjaro – Refugio Horombo.	D-A-C	Refugio
20	Horombo – Puerta Marangu – Karatu.	D-A	Hotel
21	Cráter Ngorongoro – P.N. Serengeti..	D/A(Pc)/C	CAMP
22	P.N. Serengeti.	D/A(Pc)/C	CAMP
23	Serengeti – P.N. Tarangire.	D/A(Pc)/C	CAMP
24	Tarangire – Aeropuerto Kilimanjaro. Vuelo.	D/A(Pc)	---
25	Llegada a Madrid/Barcelona.	---	---

D: desayuno A: almuerzo C: cena Pc: pic nic



PRECIOS SIN VUELOS POR PERSONA.	2 personas
Kilimanjaro Ruta Marangu	1.580
Safari 4 días	1.400
Suplemento habitación individual	235
Seguro de asistencia y cancelación	105
Consultar precios de vuelos	

SERVICIOS INCLUIDOS

■ Ascensión a Kilimanjaro, ruta Machame 6 días / 5 noches + 1 noche en Moshi:

- Traslados aeropuerto - hotel – aeropuerto
- 1 noches en Hotel en Moshi en alojamiento en habitación doble y desayuno
- 6 días / 5 noches de ascensión con alojamiento en refugios compartidos.
- Pensión completa según cuadro.
- Guías de montaña local de habla inglesa (habla castellana* bajo disponibilidad y con suplemento)
- Asistente
- Porteadores
- Entradas y permisos de ascensión del Parque Nacional.

■ Safari 4 días: cráter Ngorongoro - Serengeti - P N Tarangire + 1 noche en Karatu:

Incluyendo:

- 1 noches en Hotel Highview de Karatu con cena y desayuno
- 4 días / 3 noches de safari en Pensión Completa
- Vehículo 4x4 especialmente preparado para el safari
- Guía conductor de habla inglesa (habla castellana con suplemento).
- Entradas y permisos de Parques Nacionales.
- 1 botella de agua por día de safari

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Vuelos internacionales y tasas aéreas
- Bebidas
- Visado de Tanzania se hace a la entrada y se paga directamente 50 \$
- Propinas
- Seguro de gastos de cancelación y asistencia en viaje.
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias incontrolables como cancelaciones o retrasos de vuelos, carreteras bloqueadas, condiciones atmosféricas, desastres naturales, mal de altura, etc...
- Ningún servicio que no esté expresamente indicado en el apartado "incluye".



DOCUMENTACION y SANIDAD

Documentación.

Pasaporte necesario con validez de 6 meses posterior a la salida del viaje.

El coste de los visados no está incluido en el precio del viaje. El visado de Tanzania (50 US\$) se obtiene en el aeropuerto a la llegada.

Para las personas de nacionalidades diferentes a la española, rogamos se pongan en contacto con sus embajadas para confirmar los trámites de los visados.

Todos los usuarios sin excepción (niños incluidos) deberán llevar en regla su documentación personal y familiar correspondiente,

Será por cuenta de los viajeros cuando los países a visitar así lo requieran la obtención de visados, pasaportes y certificados de vacunación... Caso de ser rechazada por alguna Autoridad la concesión de visados, por causas particulares del usuario, o ser denegada la entrada al país por carecer de los requisitos que se exigen, o por defecto en la documentación exigida, o por no ser portador de la misma, Rutas 10 declina toda responsabilidad por hechos de esta índole, siendo por cuenta del consumidor cualquier gasto que se origine, aplicándose para estas circunstancias las condiciones y normas establecidas para los supuestos de desistimiento voluntario de los servicios. Se recuerda igualmente a todos los usuarios y en especial a los que posean nacionalidad distinta de la española, que deben asegurarse antes de iniciar el viaje. De tener cumplidas todas las exigencias y requisitos aplicables en materia de visados a fin de poder entrar sin problemas en los países que vayan a visitarse.

Los menores de 18 años deben llevar además de su documentación personal en regla, un permiso especial de los padres o tutores escrito y firmado, en previsión de que le pueda ser solicitado por cualquier autoridad.

Es aconsejable llevar copias del pasaporte, del visado, de los billetes de avión y de los números de los cheques. Dejar unas en casa y lleva otras en un lugar separado en su equipaje.

De acuerdo con las Condiciones Generales del Contrato de Transporte Aéreo, el pasajero es total y único responsable de sus documentos de viaje y del cumplimiento de los requisitos establecidos por las autoridades gubernamentales de los países de salida, tránsito y destino. Así mismo deberán exhibirlos ante las autoridades del punto de salida, de destino y puntos intermedios cuando así se lo soliciten.

El tipo de documentación necesaria dependerá del país que se quiera visitar, aunque pasaporte y visado son los documentos que se piden en la mayoría de los casos.

El Ministerio de Asuntos Exteriores en su página web, ofrece información actualizada sobre los requisitos y documentos de viaje exigidos por los diferentes estados, además de otros muchos datos que pueden ser de utilidad durante el viaje, tales como condiciones de seguridad, zonas de riesgo, vacunas obligatorias y recomendables, teléfonos de interés, etc.

En caso de sustracción o extravío de su pasaporte, deberá denunciar el hecho lo antes posible.

Para obtener un duplicado deberá presentar justificante de la denuncia.

Si la pérdida o sustracción tiene lugar en el extranjero, aparte de la preceptiva denuncia deberá dar cuenta en la Embajada o Consulado para que le provean de uno nuevo, previa comprobación fehaciente de la nacionalidad e identidad del interesado.

Sanidad.

Puedes consultar los Centros de Sanidad Exterior de toda España a través de la web del Ministerio de Sanidad y Consumo: [Sanidad](#)

Botiquín de uso personal incluyendo medicamentos genéricos para varios usos, así como específicos en caso de que se esté bajo algún tratamiento particular.

LA RUTA PREVISTA

Día 13 junio. Madrid o Barcelona – Doha - Kilimanjaro.

Presentación en el aeropuerto para tomar el vuelo de Qatar Airways a Doha. Llegada y continuación en vuelo destino Kilimanjaro. Noche a bordo.

Día 14 junio. Aeropuerto de Kilimanjaro – Moshi

Llegada, y tras los trámites de aduana y visado de entrada en el país, recogida por nuestro corresponsal y traslado al Hotel de Moshi. Alojamiento



Día 15 junio. Moshi - Puerta Marangu - Refugio Mandara.

Inicio en Puerta Marangu: 1.840 m – Fin en Refugio Mandara 2.700 m.

Distancia: 7 km. Tiempo: 5 horas aproximadamente.

Pensión Completa.

Después del desayuno y de conocer al que va ser nuestro guía en esta aventura, saldremos desde Moshi, en un trayecto de unos 45 minutos, hasta la Puerta Marangu en el lado este de Kilimanjaro.

Aquí en la entrada realizaremos el registro y trámites para la entrada al Parque Nacional y los porteadores cargarán todo el material necesario para la ascensión excepto las mochilas individuales de día.

Comenzaremos a caminar con nuestro guía por un espeso bosque tropical de altísimos árboles, donde la niebla y lluvias son frecuentes. Es una de las partes más bonitas de la ruta donde habita la mayor parte de la fauna del Kilimanjaro (diversidad de aves, reptiles, monos...)

Haremos una parada a medio camino para comer y descansar un poco y continuaremos después hasta Mandara Hut, que es un conjunto de pequeños refugios de madera, con una cabaña comedor y aseos básicos. (el estado de conservación y el confort es muy elemental)

Una vez nos instalemos, mientras nuestro equipo prepara la cena, si queremos podemos hacer un pequeño paseo de unos 15 minutos hasta Maundi Crater. La cena estará lista sobre las 7.00 h PM. Para poder descansar para la siguiente jornada.



Día 16 junio. Marangu Hut – Horombo Hut.

Inicio en Mandara Hut: 2.700 m – Fin en Horombo Hut: 3.720 m.

Distancia: 12 km. Tiempo: 7 horas aproximadamente



Pensión Completa.

Disfrutaremos del desayuno antes de comenzar a caminar por la zona de selva durante aproximadamente 1 hora. Poco después de rodear (o tras acercarnos) al cráter Maundi abandonaremos definitivamente el bosque tropical para adentrarnos en la zona de páramo alpino y brezales, donde podremos ver lobelias gigantes, matorral, arbustos y algunas flores que nos acompañaran en esta leve ascensión. Continuaremos hacia páramos abiertos y haremos una parada para almorzar y poder disfrutar de las increíbles vistas de

Mawenzi.

Tras el descanso seguiremos rumbo a Horombo Hut donde llegaremos a primera hora de la tarde. Horombo es un conjunto de refugios, muy similares a Mandara pero de mayor capacidad puesto que es un refugio que se usa tanto en la subida como en la bajada.

Algunos montañeros pueden notar los primeros síntomas del mal de altura leve en esta jornada, que en algunas ocasiones pueden incluso ser moderados. Por eso el tener un día extra en este punto para poder aclimatar aumenta notablemente la probabilidad de llegar a la cima de Uhuru Peak.

Día 17 junio. Horombo Hut – Mawenzi – Horombo Hut (día de aclimatación)

Inicio en Horombo Hut: 3.720 m - Medio: Maweinzi: 4.530 m – Fin Horombo Hut 3.720 m
Distancia: 5 km subida y 5 km bajada. Tiempo: 3,5 horas subida + 1,5 de bajada aprox.

Pensión Completa.

Si nos levantamos temprano y el tiempo acompaña podremos obtener unas fotos preciosas del amanecer antes del desayuno.

Dedicaremos este día para conseguir una buena aclimatación. Recomendamos la aproximación a la base de Mawenzi, la tercera cumbre más alta de África.

En el recorrido podremos observar como el entorno se transforma en un paisaje lunar que nos permitirá ascender por parajes pedregosos y erosionados a través de las Zebra Rocks y la East Lava Hill hasta el Mawenzi Hut a 4.500 m. Pararemos para el almuerzo y si la visibilidad lo permite podremos observar el camino que llega hasta Gillman’s Point (5.685 m). Vuelta a Horombo Hut y tiempo libre para descansar.

Día 18 junio. Horombo Hut – Kibo Hut.

Inicio en Horombo Hut: 3.720 m – Fin en Kibo Hut 4.700 m.
Distancia: 10 km. Tiempo: 7 horas aproximadamente

Pensión Completa.

Desayuno y salida hacia Kibo Hut lo que implica pasar por The Saddle, la meseta alpina existente entre los cráteres Kibo y Mawenzi a más de 4.500 m. En el camino dejaremos atrás Last Water que es el último punto con agua por lo que desde aquí solo tendremos el agua que lleven los porters. Dejamos atrás la vegetación y Aparece ya el desierto de altura donde las temperaturas en la noche son muy frías.

En esta jornada en la que vamos a alcanzar los 4.700 m es importante avanzar despacio ya que el oxígeno disminuye y aunque algunos no habrán tenido síntomas de mal de altura hasta este momento en Kibo los tendrán. Hay que ultimar los preparativos, cenar e intentar descansar todo lo posible para afrontar la cima.

Kibo Hut a diferencia de los anteriores es un único edificio de piedra con capacidad para 60 personas con unos “aseos” muy elementales y no en muy buenas condiciones en la parte de atrás del refugio.

Día 19 junio. Kibo Hut – Cima Kilimanjaro (Uhuru Peak) – Horombo Hut.

Inicio en Kibo Hut: 4.700 m – Cima Uhuru 5.985 - Fin en Horombo Hut 3.720 m.
Distancia: 5 km subida + 15 km bajada. Tiempo: 7/8 horas subida y 5/6 horas de bajada.

Pensión Completa.

Nos despertaremos a medianoche y tras un “desayuno muy ligero” saldremos muy bien equipados para el frío para afrontar un fuerte y duro desnivel en Zigzag hasta Gillman’s Point (5.685 m).

A partir de aquí, 2 horas de caminata a lo largo del borde del cráter cerca de las célebres nieves, te llevarán a la verdadera cumbre del Kilimanjaro, Uhuru Peak 5.895 m, ¡El punto más alto de Africa! Este camino puede tener nieve y hielo dependiendo la época del año.



Una vez en la cumbre y con Africa a nuestros pies, disfrutaremos de las vistas de las masas glaciares y con suerte del precioso Monte Meru... una espectacular recompensa.

La estancia en la cima dependerá de cómo nos encontremos y de las condiciones climatológicas pero no hay que entretenerse demasiado ya que el cansancio con el frío y la altura pueden hacer que cueste al principio el descenso.

Bajaremos hasta Kibo donde tomaremos el almuerzo y un merecido descanso y coger fuerzas de nuevo para descender (3 horas aproximadamente) hasta Horombo Hut (3.720 m) donde cenaremos y pasaremos la noche.

Día 20 junio. Horombo Hut – Puerta Marangu - Karatu

Inicio en Horombo Hut: 3.720 m – Puerta Marangu: 1.840 m.

Distancia: 19 km subida. Tiempo: 6 horas.

Desayuno y Comida.

Tras el desayuno comenzaremos el descenso hasta Mandar Hut donde tomaremos un almuerzo y desde ahí por los frondosos bosques lluviosos llegaremos de nuevo hasta la Puerta del Parque Nacional de Kilimanjaro Marangu Gate.

Aquí tenemos que volver a acreditarnos ante las autoridades del Parque Nacional del Kilimanjaro, tramitar la salida y recibiremos un certificado de la ascensión. Nuestro vehículo nos llevará de vuelta de nuestra aventura hasta Karatu, lo que nos llevará unas 3-4 horas.

Cena y alojamiento en el Hotel Highview.

<http://www.highviewhotel.com>

Día 21 junio. Cráter del Ngorongoro – Parque Nacional del Serengeti.

Pensión Completa.

Desayuno. Por la mañana recorreremos una de las maravillas naturales del mundo, el Cráter del Ngorongoro, una enorme caldera volcánica de 19, 2 Km de diámetro por 600 m de profundidad y 304 km2 de extensión que abriga diferentes hábitats donde se desarrollan una gran cantidad de animales salvajes: cebras, gacelas, búfalos, ñus, eland, rinoceronte, elefante... También podremos observar depredadores como león, leopardo, guepardo, chacal, gran cantidad de hienas... Su lago interior es punto de atracción de numerosas aves entre las que destaca el flamenco rosa. Almuerzo en picnic. A continuación, salida del Cráter del Ngorongoro para descender a las llanuras del área de conservación del Ngorongoro, en camino nos encontraremos con abundante población y poblados masais. Una vez atravesemos la entrada a la Reserva Natural del Serengeti (unidad geográfica con el Parque Masai Mara en Kenia), aumenta el número de especies animales. Pasamos por los "khopjes" (afloraciones rocosas donde se sanean los animales al mediodía) y nos dirigimos por un paisaje de acacias y baobabs hasta la zona de seronera. Cena y alojamiento en Ikoma Wildcamp Tented camp o similar. <https://www.wildcamps.com/explore-ikoma>



Día 22 junio. Parque Nacional Serengeti.

Pensión Completa.

Desayuno. Durante todo el día recorreremos todos los rincones de uno de los Santuarios de la vida salvaje. Con un poco de suerte podremos contemplar: leones; guepardos; hienas; chacales; topis, hipopótamos, cocodrilos, jirafas, ñus, marabúes, pelícanos, gacelas, impalas... Todo el recorrido se realiza en vehículo todo terreno preparado para safari, sin descender en ningún momento salvo cuando nos lo indiquen los guías para comer el almuerzo en picnic. Por la tarde continuaremos recorriendo el parque Nacional. Cena y alojamiento en Serengeti Tented camp.

Día 23 junio. P N Serengeti - Parque Nacional Tarangire

Pensión Completa.

Desayuno. Safari por la mañana en Serengeti y salida hacia Tarangire. Almuerzo en picnic. Por la tarde, salida hacia el Parque Nacional del Tarangire. Cena y Alojamiento en Tarangire Roika Tented lodge o similar.

<https://www.tarangireroikatentedlodge.com>

Día 24 junio. Parque Nacional Tarangire – aeropuerto Kilimanjaro – Doha

Pensión Completa.

Desayuno. Muy temprano safari en Parque Nacional del Tarangire, cuyo paisaje se caracteriza por suaves planicies arboladas, en las que además de ébanos, caoba, tamarindos, acacias paraguas, palmeras de sabana, nos encontramos con el mítico Baobab, estos enormes y milenarios testigos del paso de tiempo y de la Historia. Situado al sur del Ngorongoro tiene una extensión de 2.600 km². El ecosistema de este Parque lo marca el río Tarangire, que lo cruza de Norte a Sur. La abundancia de agua en Tarangire hace que en la época seca atraiga a muchos animales de las zonas circundantes. Famosos por sus manadas de elefantes, también podemos observar jirafas, cebras, elands, y con suerte podremos observar leones, leopardos... Almuerzo en picnic. Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de Qatar Airways a Doha. Llegada y conexión con el vuelo a Madrid o Barcelona. Noche a bordo.

Día 25 junio. Madrid o Barcelona

Llegada y fin del viaje.

CARACTERÍSTICAS DEL VIAJE

Alimentación

La alimentación durante el viaje será suficiente y variada. Al margen de las comidas que se realicen en algún restaurante local, en los trekking o en safaris en la modalidad de camping safari, viajará con nosotros un cocinero y llevaremos todos los alimentos que precisemos. Los desayunos son: café o té, leche, tostadas, mantequilla, mermelada, cereales, a veces huevos revueltos con beicon, salchichas y fruta. El "lunch" de mediodía suele ser un simple "picnic" ligero.

La cena será, al igual que el desayuno, el plato "fuerte" del día: vegetales, pasta, carne, pollo y algún que otro plato con sabores "nuestros". Como decíamos, en el viaje nos acompañará un cocinero habituado a preparar comidas de campaña para grupos, él será el responsable y encargado de esta materia. En nuestro vehículo llevaremos todos los utensilios necesarios, platos y cubiertos para todos.

Alojamiento

A la llegada a Tanzania la primera noche se realizará en Hotel Springland de Moshi, hotel familiar situado cerca de Moshi y con habitaciones con ducha. El hotel cuenta con restaurante, bar, tienda, pequeño jardín y piscina. Acceso a Internet y wifi. Desde el hotel se tienen bonitas vistas del Kilimanjaro.

Transporte

Para el recorrido dispondremos de vehículos preparados para la ruta en que se desarrolle el viaje. Los traslados aeropuerto – hotel Moshi – aeropuerto y del hotel Moshi – Puerta del Kilimanjaro - Hotel Moshi, se realizarán en vehículos adecuados al número de viajeros y podrán ser compartidos con otros viajeros.

En el caso de los safaris los vehículos estarán especialmente preparados para safari con el techo preparado para poder realizar fotografías y tener una mejor visión a la hora de localizar u observar animales.

Los vehículos usados generalmente son Toyota Land Cruisers o Land Rovers, ya que son más adecuados para el terreno. Para grupos grandes usamos furgonetas 4x4 ya que es más conveniente para nuestros clientes estar todos juntos en el mismo vehículo, y es también más económico y mejor para el medio ambiente.

Los conductores han sido entrenados en relaciones con los clientes, temas relacionados con el turismo, cuestiones medioambientales y mantenimiento de vehículos. Están muy familiarizados con las rutas que hacemos. Estos conductores son siempre experimentados, fiables y conocedores de las áreas a las que os llevarán.

Agua

En el Monte Kilimanjaro el agua es abundante en todo el recorrido gracias a los manantiales y los pequeños arroyos. En general se trata de agua potable pero es conveniente antes de consumirla tomar algunas precauciones.

Por la mañana las cantimploras se llenan con el agua que transportan los porteadores en bidones y es conveniente asegurarse que éste agua ha sido filtrada y hervida. Una cantidad aproximada para un día de marcha teniendo en cuenta la baja humedad del aire en el Kilimanjaro pueden ser los 2/3 litros. Si decidimos llevar menos, y tenemos que tomar agua de algún arroyo o fuente del camino es casi imprescindible utilizar filtro o mejor pastillas potabilizadoras.

Dificultad y preparación

Dificultad

La subida al Monte Kilimanjaro puede aproximarse más a una actividad de marcha o trekking prolongado que a una ascensión alpina. No todas las rutas son iguales pero la característica común es que **no** se requiere conocimientos de escalada o progresión en hielo. Algún paraje por la zona del Barranco Valley (rutas Machame, Umbwe, Shira y Lemosho) puede requerir algún pequeño paso de trepada pero estos pasos son la excepción.

Estas consideraciones no se aplican a la variante denominada Brecha Oeste (Western Breach) en la que la ascensión a través del Glaciar Arrow requiere conocer el correcto manejo del piolet y la técnica del cramponaje.

En el resto de vías encontraremos caminos por lo general bien marcados y que reciben suficiente mantenimiento.

De acuerdo con esto las dificultades reales serán sobre todo dos, la distancia total a recorrer y sobre todo el mal de altura. En el Kilimanjaro no hay un único campo base en el que aclimatarse pausadamente; todos los días se avanza ganando altura y esto requiere preparación física. Los caminantes más rápidos y los que acuden sin ningún tipo de entrenamiento suelen abandonar la aventura sin conseguir llegar a Uhuru Peak.

Preparación previa

La mayoría de las personas que se plantean subir el Monte Kilimanjaro son montañeros o senderistas acostumbrados de manera habitual a largas marchas por las montañas; ésta es sin duda la mejor preparación posible.

Algunas personas no habituadas deciden comenzar los meses previos al ascenso con un plan de entrenamiento que puede incluir actividades como correr, bicicleta, natación, o visitas al gimnasio.

Todas estas actividades son adecuadas sin embargo el mejor entrenamiento seguramente sea aprovechar la ocasión para visitar las montañas locales. Comenzar con salidas cortas para poco a poco ir progresando a jornadas completas en la montaña es una alternativa que proporcionará los cambios físicos necesarios: mejor aprovechamiento del oxígeno, mayor capilarización en los músculos, resistencia a la fatiga, y actitud mental adecuada.

En el caso de que no sea posible visitar las cumbres locales puede ser suficiente realizar actividades físicas de resistencia, como caminar a buen ritmo o correr a velocidades no muy elevadas durante el máximo tiempo posible varias veces por semana; también las salidas en bicicleta pueden proporcionar el fondo aeróbico adecuado. Para completar estas actividades tendremos que realizar también entrenamiento muscular específico para las piernas.

En cuanto al mal de altura es muy difícil poder prepararse de alguna manera a no ser que se tenga la posibilidad de visitar zonas a suficiente altura. La mejora aeróbica puede contribuir a reducir los síntomas, pero no todas las personas responden por igual a la disminución del oxígeno en el aire, por lo que no debemos considerar esto como un seguro.

Mal de altura

Subir hasta los 6.000 m de altitud implica que nuestro cuerpo realice adaptaciones metabólicas para combatir el frío extremo, el cansancio, la radiación solar, y sobre todo la altura que es con diferencia el factor que puede tener consecuencias más graves para la salud del montañero.

El tiempo que tardan en aparecer las primeras señales está entre las 8 a 12 horas de la estancia en altura y puede incluir:

1. Dolor de cabeza.
2. Mareos.
3. Falta de apetito.
4. Cansancio.
5. Vómitos.
6. Dificultades para dormir.

Generalmente la intensidad de estos síntomas dependerá de la **altura** a la que estemos y de la **velocidad** a la que hayamos subido y por suerte desaparecerán en gran medida con el tiempo cuando el cuerpo se aclimate. Es frecuente que un solo día más de ruta o una noche extra a una altura intermedia sirva para que nuestro cuerpo se adapte.

Para minimizar los efectos y conseguir la adecuada aclimatación es muy importante:

1. Ascender lentamente, mucho más despacio de lo que nuestra condición física nos permita. No debemos en ningún caso llegar a la fatiga.
2. Respirar más profundamente y con mayor frecuencia de la habitual.
3. Beber 4 litros al día y comer adecuadamente. "Bebe antes de tener sed y come antes de tener hambre".
4. Evitar tabaco, alcohol, somníferos y tranquilizantes.
5. No continuar ascendiendo si los síntomas no disminuyen y descender si se agravan.
6. Consulta al médico sobre el uso de acetazolamida (Ej. diamox).

Para el dolor de cabeza leve es costumbre emplear los analgésicos autorizados habituales. Recordar que todo el mundo se aclimata en más o menos tiempo solo es cuestión de esperar y seguir los consejos. Querer hacer cima demasiado rápido puede implicar síntomas más graves a mayor altura lo que suele conllevar el abandono de la subida.



Teléfono móvil

Aunque suene algo extraño, existen muchos puntos del Monte Kilimanjaro con cobertura para teléfono móvil, incluso hay cobertura en la misma cima. Para usar nuestro móvil, hay que comprobar si nuestra compañía de móvil tiene acuerdo de roaming.

MISCELANEA

Clima.

La cercana ubicación del Monte Kilimanjaro al ecuador determina en buena medida el clima de la zona, caracterizado por temperaturas suaves y constantes todo el año y estaciones secas y de lluvias.

Moshi es la localidad más cercana a la montaña, ubicada en su falda Sur, a 900 m de altitud. Su temperatura media oscila entre los 20 y 25º C, con máximas no superiores a 33º C ni mínimas inferiores a 15º C.

En cuanto al régimen de lluvias, la precipitación media anual ronda los 955 mm que, a diferencia de las temperaturas, se distribuyen de manera muy irregular en los diferentes meses. Existen dos estaciones de lluvia, la primera y más cuantiosa entre abril y mayo, y la segunda en noviembre.

Enero y febrero son los meses más cálidos.

Junio y julio son los meses más fríos.

Abril y mayo son los meses más lluviosos.

Agosto y septiembre son los meses más secos.

Clima y meteorología en la montaña

Si bien Moshi se caracteriza por una climatología suave y relativamente benigna todo el año, las circunstancias en la montaña a medida que se gana altitud son muy distintas.

El comportamiento de la temperatura es bastante uniforme con la altura y desciende progresivamente desde los 20 º C a 1.000 m hasta los valores de -15 a -20º C que puede haber en la cima, muy dependiente del régimen de vientos.

En la cumbre hay importantes cúmulos de hielo

Las precipitaciones experimentan un máximo de 3.000 mm de lluvia media a 2.000 m de altitud en la cara Sur del macizo, como consecuencia de los vientos húmedos dominantes del Océano Índico, para decrecer drásticamente con la altura hasta los 200 mm de media anual en la cima.

Estos grandes cambios de temperaturas y lluvias son los principales responsables de la gran variedad de ecosistemas que están representados en el Kilimanjaro: bosques tropicales, páramos alpinos, tundra, zonas semidesérticas, glaciares...

En cuanto al tiempo en la montaña la principal característica es su carácter imprevisible y los rápidos cambios que experimenta, sobre todo en las épocas de lluvias.

En las zonas más bajas de bosque es habitual que las nieblas estén presentes casi todo el año y las temperaturas sean agradables. Superada esta zona es frecuente encontrarse noches muy frías y mañanas soleadas, aunque hay que tener presente que es posible lluvia e incluso nieve en cualquier época del año. La diferencia térmica entre día y noche se irá haciendo más acusada a medida que se asciende, hasta llegar a la cumbre donde el frío y los rápidos cambios solo suelen permitir un breve lapso de tiempo para disfrutar de su ascensión.

Moneda/divisa.

Aunque suene algo extraño, existen muchos puntos del Monte Kilimanjaro con cobertura para teléfono móvil, incluso hay cobertura en la misma cima. Para usar nuestro móvil, hay que comprobar si nuestra compañía de móvil tiene acuerdo de roaming.

Hortaleza, 37-1º-3	28004 Madrid	Tel. 915.240.668	mad@rutas10.com
Hurtado de Amézaga, 20-8º	48008 Bilbao	Tel. 944.154.028	info@rutas10.com
Aribau, 195 - 5º Dcha	08021 Barcelona	Tel. 934.304.773	bcn@rutas10.com

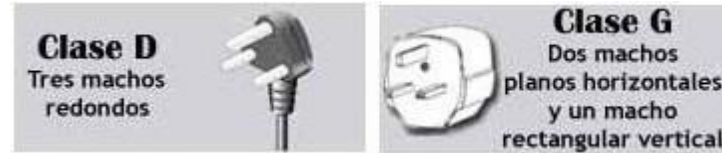
Diferencia horaria: +1 hora.

Idioma: Inglés y swahili.

Compras: Joyería, máscaras, artesanía de madera, y telas.

VOLTAJE, TIPO DE ENCHUFE

240V 50Hz Enchufe tipo D y G



Propinas.

En África, la cultura de las propinas es un elemento tradicional de agradecimiento, que el personal local (conductor y cocinero) esperan como compensación extra, por un trabajo bien hecho, al final del itinerario. Las propinas son completamente voluntarias. Cada viajero puede dar (o no dar) lo que le parezca más adecuado a los servicios recibidos por el personal local.

Orientativamente se puede estimar como correcto:

Estas cantidades NO SON POR CADA VIAJERO son POR TODO EL GRUPO.

Propinas guías y porteadores en Kilimanjaro y Mt Meru:

La propina se entregará en un sobre en el Hotel Springland después del trek. Puede utilizar U.S. dollars, Euros, TZ shillings, o una combinación de estas monedas. Ayudará si llevan billetes pequeños para dar la propina a cada uno individualmente.

Como propina estimada esta de 10\$ a 20\$ por día para guías, \$12 por día para asistente de guía y cocineros, de 7 \$ a 8\$ por día y por cada porteador. **La propina no es por persona sino por todo el grupo de escaladores.**

El equipo para ascensiones se compone aproximadamente de:

1 guía, 1 asistente del guía cada 3 escaladores y 1 cocinero

Porteadores:

2 porteadores por escalador en la ruta Marangu

3 porteadores por escalador en ascensiones de 6 o 7 días trek

4 porteadores por escalador en la Lemosho Route de 8 días

Presupuesto estimado: de 100 \$ a 200\$ por escalador para ascensión de 6 días.

Regalos: Guías y porteadores también agradecen regalos de prendas de abrigo, calzado...

También puede invitar a sus guías al regreso en el Hotel alguna bebida como agradecimiento además de la propina.

Las propinas no dependen de si se hace cima o no, sino si de la actitud y la profesionalidad de los guías, porteadores...

Si sus guías y porteadores no se quedan contentos y solicitan propinas que sobrepasan sus cálculos, por favor informe a en el Hotel Springland y no se sienta obligado a dar más propina. Si ellos les presionan durante los días de trek para la propina informe, ya que estas actuaciones van en contra de la política de nuestra empresa.

Equipaje a facturar.

Cada vez más compañías aéreas están modificando la franquicia de equipaje incluida dentro del precio del billete. Si bien hasta ahora la franquicia de equipaje era de 20kg ó 2 bultos de 23kg cada uno en algunos destinos, ahora se está limitando a una sola maleta/pieza de 20 ó 23 kilos y cobrando un suplemento adicional por las siguientes maletas. **Por lo que recomendamos se facture una sola maleta/pieza que no supere los 20 kilos.**

EQUIPO RECOMENDADO:

El equipo necesario para subir el Monte Kilimanjaro no difiere mucho del habitual para cualquier otro trekking de una semana de duración, si bien en este caso debemos poner especial atención a la diferencia térmica entre la base y la cima de la montaña. Tampoco olvidar que es más que probable alguna jornada bajo la lluvia.

Otra característica distintiva es el contar con los porteadores que además del material de acampada, la comida, y los útiles de cocina, también transportarán todo el equipaje que no sea necesario para una jornada. Tener en cuenta que la mayoría de operadores limitan el peso máximo del equipo de cada montañero transportado por los porteadores a 15 kg.

Como suele haber una gran diferencia entre unas personas y otras en cuanto al equipo que consideran necesario se propone una lista de comprobación extensa del posible equipamiento para que cada uno pueda adaptarlo a su estilo de hacer montaña. Es un error muy común excederse en el equipo.

Ropa:

- Camisetas manga larga
- Camisetas manga corta
- Mayas largas
- Ropa interior
- Pantalón largo para calor
- Pantalón largo para frío
- Pantalón de agua
- Jersey (Polartec)
- Chaqueta de frío
- Chaqueta de agua (Gore-tex)
- Gorra sol
- Gorra frío
- Pasamontañas
- Guantes
- Cubreguantes (Gore-tex)
- Calcetines gruesos para frío
- Calcetines normales
- Botas de montaña
- Calzado de descanso
- Polainas/cubrebotas

Material y accesorios:

- Saco de dormir (-10°C)
- Bastones telescópicos si se está acostumbrado a caminar con ellos
- Mochila para el día (30 l)
- Macuto/bolsa de viaje para los porteadores
- Linterna frontal, pilas y bombilla de repuesto
- Cantimplora
- Tabletas purificadoras de agua/filtro
- Cubremochila
- Gafas de sol
- Bolsas de plástico para meter la ropa, saco de dormir... y en caso de que llueva mucho no se moje
- Toalla
- Cámara de fotos



Puede dejar el equipaje extra en un almacén cerrado en el Springlands Hotel sin cargo.
Puede dejar los objetos de valor en una caja de fuerte en Springlands Hotel por 1\$ / día.
Almacenar los equipos electrónicos en mochilas selladas contra el agua (doble capa si es posible).
Llámanos si te quedan dudas.

VACUNAS Y MEDICINAS:

Obligatoria: fiebre amarilla (llevar certificado internacional de vacunación) si se llega al país de otro país endémico de malaria

Recomendable tifus, tétanos y malaria

Recomendable botiquín personal.

Se aconseja tener un seguro médico.

Consultad con los servicios de Sanidad Exterior de cada Comunidad.

EMBAJADA DE ESPAÑA EN NAIROBI

C.B.A. Building, 3er piso Mara & Ragati Road, Upper Hill P.O. Box 45503-00100
Nairobi.

Teléfonos: +254 20 272 02 22 / 3 / 4 / 5.

Teléfono para emergencias:

+ 254 733 63 11 44 (desde España)

0733 63 11 44 (desde Kenia)

Fax: + 254 20 272 02 26

Web: www.exteriores.gob.es/Embajadas/Nairobi

E-mail: emb.nairobi@maec.es

Cancelaciones.

Para los gastos e indemnizaciones en caso de cancelación del viaje, se atenderá a las condiciones de nuestro catálogo de viajes. Hoy día la mayoría de las tarifas aéreas utilizadas están sometidas a condiciones especiales de emisión inmediata y de cancelación del 100% del precio del billete. Al hacer la reserva el pasajero acepta tácitamente estas condiciones, por lo que para evitar tales gastos recomendamos la contratación de un seguro que cubra gastos de anulación.

Responsabilidades del viajero.

Es necesario presentarse en el aeropuerto de origen como mínimo dos horas antes de la hora prevista de salida del vuelo. Los pasajeros deberán reconfirmar con la agencia organizadora, dentro de las 48 horas previas a la salida prevista la fecha, horario y número de vuelo.

De no efectuarse esta reconfirmación, la agencia organizadora declina toda responsabilidad en caso de haberse producido alteraciones en el día, hora o vuelo informados con anterioridad. La presentación tardía a la salida cuando se haya realizado la facturación del pasaje, comportará la pérdida de todos los derechos del pasajero para viajar, sin que exista reembolso alguno del importe total del paquete turístico. Es responsabilidad del viajero **reconfirmar su billete de avión de vuelta** al menos 72 horas antes del viaje de regreso y presentarse dos horas antes de la salida del vuelo en el aeropuerto para el vuelo de regreso a España.

Notas.

Importante

Los servicios de Tierra se comercializan en dólares americanos y el precio se basa en cotización del dólar a día de hoy, cualquier variación tanto al alza como a la baja el día del pago será repercutida en el precio.

Los servicios presupuestados tanto de vuelos como servicios de tierra, están supeditados a la disponibilidad de plazas en el momento de solicitar la reserva en firme.



Tras la petición de la reserva por parte de los clientes se procederá a la solicitud de reserva de las plazas en los establecimientos indicados en el presupuesto. En caso de estar completo alguno de los establecimientos se ofrecerá una alternativa que puede variar el precio tanto al alza como a la baja. Dada la dificultad de espacio sobre todo en la temporada alta, se recomienda solicitar las reservas con la máxima antelación posible.

Tanto en safari como en Montaña se pueden formar grupos. Consultar petición en privado. El importe correspondiente a Tasas y carburante es aproximado, ya que hasta no emitir los billetes de avión no se sabe con exactitud el precio exacto de las tasas, por lo que este importe ha de considerarse como orientativo.

Dentro de los precios de ascensiones a Kilimanjaro, Meru y a las Reservas y Parques de Safaris... están incluidos las entradas, impuestos, tasas y permisos de los PARQUES NACIONALES. Los Gobiernos cambian el importe de las mismas sin previo aviso, por lo que en caso modificación de los costes de los citados conceptos el incremento se repercutirá en el precio final del viaje.

RESERVAS

Podrán realizarse vía email, teléfono o a través del formulario de la web.

Para confirmar la reserva es necesario:

- Nombre del viaje + fecha de salida.
- Nombres y apellidos completos **TAL Y COMO APARECEN EN EL PASAPORTE** de todos los pasajeros.
- D.N.I. + dirección postal completa + teléfonos de contacto + correo electrónico.
- Copia escaneada en color del pasaporte en color. Escaneo limpio y claro en JPG o PDF, **NO SON VÁLIDAS FOTOGRAFÍAS HECHAS CON EL MÓVIL.**
- También se indicará si se desea el seguro opcional.

El primer pago a realizar será del 40% del precio base + suplementos + 100% del seguro opcional si se desee.

- **Beneficiario: Rutas 10 Expediciones y Viajes S.L.**
- **Debe especificarse en dicho ingreso el nombre y apellidos del pasajero.**
- **Enviar justificante de pago vía e-mail.**

Cuentas bancarias	
BBVA	ES30 0182 1300 170208510000
SANTANDER	ES68 0030 7031 610298002273
CAIXABANK	ES90 2100 0732 220200871947
KUTXABANK	ES04 2095 0119 90 9103242284
LABORAL KUTXA	ES55 3035 0134 41 1341041134

Esta es una ficha general, por lo que los datos aquí recogidos son meramente informativos, estando sujetos a posibles modificaciones tanto en itinerario, como precios y condiciones. En el contrato y documentación que se entrega al efectuar el pago final se detallan los servicios contratados definitivamente.

Este viaje se realiza en colaboración con **Viajes Marfil, S.L.**
"Programa sujeto a las [condiciones generales anuales Rutas 10](#)"