

TANZANIE

L'ASCENSION DU KILIMANDJARO PAR LA VOIE LEMOSHO

- › 8 jours de trek pour optimiser l'acclimatation et la réussite au sommet
- › La traversée du massif de Shira et ses hauts plateaux sauvages
- › L'ascension du sommet de l'Afrique en traversée d'ouest en est
- › Uniquement, en groupe privé, date de départ au choix

À PARTIR DE

3 080 €

DURÉE

10 jours

THÉMATIQUE

Entre amis

Ce **voyage sportif en Tanzanie** propose l'ascension du toit de l'Afrique par un itinéraire en traversée d'ouest en est et en 8 jours de trek sur la voie Lemosho. La marche d'approche se fait par un chemin peu fréquenté qui traverse les hauts plateaux sauvages de Shira menant au sommet du Kilimandjaro, un des Seven Summits pour l'ascension finale du sommet d'Uhuru Peak culminant à 5 895 mètres. Cette ascension est un trekking peak non technique à 5 895 mètres d'altitude. Vous commencez le trek assez haut en altitude, afin d'optimiser votre acclimatation. L'ancien volcan de Shira offre des reliefs saisissants. C'est au niveau des mythiques Lava Towers (4 570 m) que vous rejoignez la voie Machame, reconnue comme étant la plus belle route sur les neiges du Kilimandjaro (5 895 m). Elle vous offre des points de vue grandioses et impressionnants sur les glaciers du Kibo. Au départ du Barafu Camp vous partez pour la conquête du prestigieux toit de l'Afrique. La descente, plus directe par la voie Mweka, vous permet d'apprécier tous les étagements de végétations jusqu'à la forêt équatoriale.

Forts de plus de 30 ans d'expérience sur cette voie, nous vous faisons bénéficier d'un niveau de sécurité maximal et d'une logistique sans faille pour vous offrir toutes les chances de réussir le sommet. L'engagement fort auprès de nos équipes de porteurs en tant que membre de leur association (KPAP) est pour nous une priorité.

QUAND PARTIR ?

Voici les meilleures périodes pour réaliser ce voyage. N'hésitez pas à demander plus de conseils à nos experts locaux !

janvier

février

mars

avril

mai

juin

juillet

août

septembre

octobre

novembre

décembre

LE PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1

KILIMANDJARO AIRPORT - MOSHI

- > Transport : Véhicule privé (1h)
- > Hébergement : Lodge
- > Repas inclus : Petit-déjeuner

Vous êtes accueillis par votre guide à la sortie de l'aéroport et conduits à votre hôtel à Moshi. Vous bénéficiez de temps libre pour vous reposer et effectuer les derniers préparatifs avant de partir à la conquête du Kilimandjaro, l'objectif de notre voyage. Dans l'après-midi, votre guide vous rejoint pour un briefing détaillé du séjour. Repas libres. Nuit à l'hôtel à Moshi.

JOUR 2

MOSHI - LONDOROSI GATE (2400M) - MTI MKUBWA CAM (2900M)

- > Transport : Véhicule privé (1h)
- > Marche : 3h-4h
- > Dénivelé positif : 500 m
- > Altitude max : 2900 m
- > Hébergement : Bivouac
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Départ pour Londorossi Gate, à l'ouest du massif du Kilimandjaro, où vous faites la connaissance de votre équipe de porteurs. C'est également ici que se font les formalités d'entrée. Vous voilà partis pour l'ascension du Kilimandjaro par les hauts plateaux de la Shira. Pour cette première journée de marche, vous prévoyez une courte étape d'environ 4 heures. Vous montez à travers les forêts pour rejoindre votre camp Mti Mkubwa (Big Tree) situé à 2 895 mètres d'altitude.

JOUR 3

MTI MKUMBWA CAMP - SHIRA 1 CAMP (3500M)

- > Marche : 5h-6h
- > Dénivelé positif : 600 m
- > Altitude max : 3500 m
- > Hébergement : Bivouac
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Vous poursuivez votre marche vers l'Est à travers les zones de prairies pour arriver au plateau de Shira. L'ancien volcan déchiqueté de Shira offre quelques reliefs saisissants. : la « cathédrale » et les « aiguilles » en sont les exemples les plus frappants. Shira est un des plus hauts plateaux au Monde avec ses 3 800 mètres d'altitude en moyenne. D'ici, vous découvrez plein Est les impressionnants glaciers de la Western Breach, dont le Arrow Glacier appartenant au volcan Kibo. Derrière vous, vous pouvez admirer le splendide Mont Meru en fond d'écran plein Ouest.

JOUR 4

SHIRA 1 - MOIR HUT (4200M)

- > Marche : 5h-7h
- > Dénivelé positif : 700 m
- > Altitude max : 4200 m
- > Hébergement : Bivouac
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Réveil matinal avec une boisson chaude apportée dans la tente comme chaque matin. Ça aide pour prendre le rythme du trek ! Puis petit-déjeuner tranquille dans la tente mess avant de se mettre en route. Vous partez vers le camp de Moir Hut. Vous prenez de l'altitude avec une montée relativement raide. Les forêts laissent place aux bruyères. Vous vous dirigez vers la caldeira de Shira, à travers le désert afro-alpin, dans des paysages plus arides. Vous dépassez la fameuse "Shark's Tooth" ou « dent de requin » pour arriver à Moir Hut où vous campez. Le campement de Moir Hut est isolé et peu utilisé. La vue y est splendide sur tout le plateau de Shira, la savane du Kenya au nord, le Arrow Glacier et les cônes volcaniques situés plus en hauteur.

JOUR 5

MOIR HUT - COL DE LAVA TOWER (4600M) - BARRANCO CAMP (3950M)

- > Marche : 6h-7h
- > Dénivelé positif : 400 m
- > Dénivelé négatif : 650 m
- > Altitude max : 4600 m
- > Hébergement : Bivouac
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Vous entamez une belle et longue journée de marche avec une montée au col de Lava Tower à 4 570 mètres pour redescendre au camp à 3 950 mètres afin de vous acclimater progressivement à l'altitude. Traversée du haut désert volcanique pour atteindre une arête qui permet de rejoindre la route Machame. Vous montez régulièrement sur une large crête jusqu'au col de Lava Tower et ses impressionnantes tours de basalte flanquées à 4 600 mètres. Vous descendez ensuite vers Barranco via une petite brèche. C'est l'une des rares vallées du volcan formées par un effondrement. Les séneçons, arrosés par d'innombrables petites cascades et à l'abri du vent, poussent nombreux et hauts comme des totems ! Cette descente offre aussi de belles vues sur "Western Breach" et "Breach Wall". Nuit à Barranco, un très beau campement sur un promontoire situé à 3 950 mètres au pied d'une immense falaise et avec une vue plongeante sur la savane.

JOUR 6

BARRANCO CAMP - KARANGA CAMP (3995M)

- > Marche : 3h-4h
- > Dénivelé positif : 400 m
- > Dénivelé négatif : 350 m
- > Altitude max : 3995 m
- > Hébergement : Bivouac
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Vous partez en direction de la vallée de Karanga. Une nouvelle journée capitale en termes d'acclimatation. Montée de la « muraille » du Barranco, impressionnante, mais sans grosse difficulté technique. Il faut parfois poser la main, mais les guides vous entourent et vous aident à cet effet. Longue traversée par la suite constituée de montées et de descentes sur les flancs Sud du massif du Kilimandjaro. À votre gauche, les glaciers du Kibo encore imposants vous surplombent tandis que face à vous, c'est le sous-massif du Mawenzi, à l'Est, qui se découvre dans le ciel africain. Vous arrivez pour un déjeuner chaud au campement de Karanga. Au choix, après midi pour se relaxer ou partir explorer les environs du circuit Sud en compagnie de votre guide.

JOUR 7

KARANGA CAMP - CAMP DE BARAFU (4600M)

- > Marche : 3h-4h
- > Dénivelé positif : 670 m
- > Altitude max : 4600 m
- > Hébergement : Bivouac
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Nous laissons le camp de Karanga derrière nous pour rejoindre la jonction avec le sentier de descente de Mweka. De là, nous continuons jusqu'au camp de Barafu. Vous avez maintenant terminé le circuit sud, qui offre des vues du sommet sous différents angles. Au camp, nous pouvons nous reposer, dîner et nous préparer pour le jour du sommet. Les deux pics Mawenzi et Kibo sont clairement visibles depuis cette position.

JOUR 8

BARAFU CAMP - SOMMET DE L'UHURU PEAK - MWEKA CAMP(3100M)

- > Marche : 12h-15h
- > Dénivelé positif : 1300 m
- > Dénivelé négatif : 2800 m
- > Altitude max : 5895 m
- > Hébergement : Bivouac
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Réveil à 23 heures pour un « petit déjeuner » avant le départ vers minuit. Montée en lacets et à la frontale. Vous serpez jusqu'aux glaciers Ratzel et Rebman entre lesquels vous vous engagez pour déboucher à l'aube sur le bord du cratère, Stella Point, situé à 5 700 mètres. Encore 1 heure sur la crête douce du volcan pour atteindre Uhuru Peak (5 895 m) sommet du Kilimandjaro et toit de l'Afrique. Retour sur Barafu en 3 heures où votre tente et votre duvet vous accueillent pour un petit sommeil réparateur. Vous poursuivez et terminez cette belle et longue journée de marche avec 1 500 mètres de descente (en 4 heures) jusqu'à Mweka Camp, à 3 100 mètres.

NB : si les horaires de vol et l'avancée du groupe le permettent, il est possible que nous nous arrêtons au Millennium Camp (3 800 m) plutôt qu'au Mweka. Ceci afin de mieux équilibrer les étapes. En tout état de cause, cette décision demeure celle du guide.

JOUR 9

MWEKA CAMP - MWEKA GATE - MOSHI

- > Transport : Véhicule privé (2h)
- > Marche : 3h-4h
- > Dénivelé négatif : 1600 m
- > Hébergement : Lodge
- > Repas inclus : Petit-déjeuner & déjeuner

Descente régulière sur la voie Mweka. Derrière vous, un décor qui n'est pas sans rappeler le maquis. Vous arrivez rapidement en forêt humide jusqu'à la sortie du parc. Vous déjeunez et recevez votre diplôme d'ascension avant de dire au revoir à notre équipe. Un véhicule 4x4 tout terrain vous emmène à travers des cultures de sisal, des plantations de caféiers et de bananiers en direction de Moshi. Suivant vos horaires de vol, transfert à l'aéroport ou possibilité de passer une nuit supplémentaire à Moshi (supplément à prévoir).

JOUR 10

MOSHI - KILIMANDJARO AIRPORT

- > Transport : Véhicule privé (0h30)
- > Repas inclus : Petit-déjeuner

Journée libre. Vous en profitez pour prendre un peu de repos ou pour visiter cette petite ville dans une ambiance décontractée. Déjeuner libre. À Moshi, possibilité de visiter la ville : marché, visite de l'usine de transformation du café et des chemins de fer construite pendant la période coloniale allemande au Tanganyika (en supplément). En fonction de l'heure de votre vol, vous êtes emmenés à l'aéroport de Kilimandjaro.

Vous avez la possibilité de continuer en faisant un safari ou aller à Zanzibar, nous consulter.

PRIX

Budget

À partir de 3 080 € par personne sur une base de 2 voyageurs

Ce budget est indiqué par personne, selon disponibilité.

Le prix comprend

Kilimandjaro par Lemosho

- › En groupe francophone de 1 à 12 personnes, dates nous consulter ou en groupe privé, date de départ à la carte
- › L'encadrement par un guide francophone spécialiste du massif et des assistants guides anglophones [tous certifiés par la Kilimandjaro National Park
- › Association (KINAPA) et formés par le label américain WFR de secours en montagne]
- › La logistique des porteurs, un cuisinier et un serveur
- › Les transports terrestres
- › Les excursions détaillées dans le programme
- › Les hébergements comme indiqués dans le fil des jours
- › La pension complète sauf les repas mentionnés comme « libres » dans le fil des jours
- › Les équipements de sécurité nécessaires pendant le trek : trousse de secours, oxymètre, bouteilles d'oxygène et radios - téléphones
- › Les taxes d'entrée dans le parc du Kilimandjaro pour les 8 jours d'ascension d'une valeur de : 1 150 euros

Le prix ne comprend pas

- › Les frais de transferts aéroport en cas de vols différents de celui du groupe
- › Les frais de visa. Pour plus de détails, reportez-vous à la rubrique « Formalités ».
- › Les boissons et l'eau minérale hormis durant le trek bien-sûr où de l'eau purifiée vous est fournie
- › Les pourboires aux équipes locales. Pour plus de détails, reportez-vous à la rubrique « Pourboires ».

À payer sur place

- › Les pourboires au guide

DÉTAIL DU VOYAGE

Niveau

Niveau élevé

Encadrement

Cette ascension est encadrée par un guide de haute-montagne Tanzanien faisant partie de l'équipe Altai Tanzania. L'équipe d'encadrement est composée de :

- › Un guide de haute-montagne Tanzanien anglophone expérimenté ayant réalisé maintes fois l'ascension ; Un guide et traducteur francophone
- › Plusieurs assistants guides anglophones (un encadrant pour 2 à 4 participants)
- › Un cuisinier
- › 2 aides cuisiniers
- › 3 porteurs par participant (en moyenne) en fonction de la taille du groupe.

Ci-dessous la composition de l'équipe en fonction du nombre de participants :

- › Guide principal : 1 de 1 à 10 participants, 2 ensuite ;
- › Assistants : 1 de 2 à 4 participants / 2 de 5 à 7 / 3 de 8 à 11 et 4 à 12 participants ;
- › Cuisinier : 1 cuisinier de 1 à 10 participants, 2 ensuite ;
- › Serveur : 1 serveur de 1 à 10 participants, 2 ensuite ;
- › Porteurs : 8 pour 2 participants / 10 pour 3 / 12 pour 4 / 15 pour 5 / 19 pour 6 / 21 pour 7 / 22 pour 8 / 25 pour 9 / 29 pour 10 / 32 pour 11 et 34 pour 12 participants.

Les conditions de travail des porteurs représentent un enjeu majeur sur le Kili. Nous garantissons à nos équipes :

- › Un minimum de 3 repas par jour par porteur.
- › Un salaire minimum à tous les porteurs, même quand l'un d'eux ne peut pas accomplir l'ascension
- › Une prise en charge des dépenses médicales au besoin
- › La fourniture de tentes, matelas et sacs de couchage pour l'équipe.
- › La limitation du poids autorisé pour les charges de porteur (20 kg pour les porteurs KPAP). Le poids des bagages des voyageurs est limité (à 15 kg) pour respecter cette consigne et une pesée systématique des charges portées par chaque porteur est réalisée.

Ceci nous permet de travailler avec une équipe de porteurs fidélisée et de confiance.

Alimentation

Repas

Variés et abondants, les repas sont préparés par un chef cuisinier et composés de produits frais locaux complétés par des produits en conserve importés. Vous mangerez de façon équilibrée pendant toute la durée de votre trek !

Apportez des vivres de courses de votre choix, du type barres énergétiques ou fruits secs. Soucieux de la protection de l'environnement et luttant contre la déforestation, nous utilisons depuis longtemps du gaz pour la préparation des repas dans le parc du Kilimandjaro.

Eau

Durant le trek, l'équipe vous fournit de l'eau de rivière de montagne filtrée et purifiée. Les bouteilles d'eau minérale sont interdites par le parc national. Le reste du séjour, les boissons, y compris l'eau minérale, sont à votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau du robinet, mais il est indispensable de la traiter avec des pastilles purifiantes (Micropur ou Hydrochlonazone).

Hébergement

En ville à Moshi : en hôtel ou lodge avant l'ascension. Chambre double (individuelle sur demande) avec literie confortable. Piscine selon les lieux.

Sur les campements du Kili :

Tente 3 places Mountain Hardwear Trango 3 pour 2 personnes, matelas isolants de 5 centimètres d'épaisseur fournis en mousses condensées (prévoir votre sac de couchage et un éventuel matelas gonflable complémentaire à celui fourni pour plus de confort) ;

Sanitaires : Vous disposez d'une tente avec des toilettes privatives pour le groupe, ce qui est très appréciable, car les sanitaires sur le Kilimandjaro sont « en l'état ». Nous fournissons aussi de l'eau chaude pour effectuer un brin de toilette matin et soir ;

Logistique : tente mess de type Himalaya dans laquelle vous prenez tous vos repas (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) avec une table et des fauteuils à dossier. Lampes solaires pour le dîner.

Déplacement

Transferts en véhicule 4x4 jusqu'aux portes du Kilimandjaro.

Durant l'ascension du Kilimandjaro vos bagages (limités à 15kg) sont acheminés par l'équipe de porteurs. Vous portez juste votre sac à la journée.

Budget & change

La monnaie officielle est le shilling Tanzanien. Pour connaître le taux de change en temps réel, nous vous conseillons de vous rendre sur le site www.xe.com.

Il est préférable de changer des dollars avant votre départ, préférez les petites coupures (1\$ et 5\$). Les pourboires sont payés en dollars.

La carte bancaire est très peu acceptée ou à des taux exorbitants et les banques sont souvent fermées, sauf à Arusha. Commission d'environ 5% pour tout les retraits ou paiements avec carte. En ce qui concerne les dollars, les coupures de plus de 5 ans sont systématiquement refusées par crainte de faux billets : vérifiez bien les dates d'émission de vos dollars au moment du change en France.

Pourboires

L'usage souhaite que l'on donne un pourboire aux guides et porteurs. Cela reste à votre discrétion et doit être fourni en fin de trek. Nous recommandons d'emporter avec vous plusieurs enveloppes pour répartir les pourboires.

Vous pouvez regrouper tous les pourboires destinés aux porteurs et les mettre dans une seule et même enveloppe en notant dessus le montant total et par porteur (pour éviter les fraudes). Ne mélangez pas les pourboires des guides, cuisinier ou serveurs, qui sont donnés en enveloppes individuelles. La remise des pourboires s'effectue en fin de séjour.

Pour cette ascension du Kilimandjaro, le coût des pourboires par personne se situe si vous le souhaitez et selon votre satisfaction :

Entre \$165 et 175 USD / personne sur la base de 8 à 12 participants.

Entre \$170 et 200 USD / personne sur la base de 5 à 7 participants.

Entre \$210 et 240 USD / personne sur la base de 3 à 5 participants.

\$350 / personne sur la base de 2 participants

Sur place, le montant par enveloppe se calcule comme suit et se divise ensuite bien sûr par le nombre de participants :

KILIMANDJARO :

\$20 USD / guide principal par jour

\$12 USD / assistant guide par jour

\$12 USD / cuisinier et par assistant cuisinier par jour

\$6 USD / porteur x nombre de porteurs par jour

Vous pouvez également exprimer votre reconnaissance en donnant à l'équipe du matériel et/ou des vêtements de randonnée.

Bagages

Il est conseillé de voyager avec deux sacs. Prendre un grand sac à dos de voyage ou sac souple de 60 à 80 Litres et le mettre en bagage en soute. Puis un sac à dos de 30 à 40 Litres maximum que vous pouvez prendre en cabine et porter durant le trek.

Sur l'ascension, le poids de votre sac de voyage est limité à 15 kg car il sera porté à dos d'homme. Votre guide vous aide à le remplir pour ne pas dépasser les 15 kg. Vous récupérez ce sac tous les soirs en fin de trek. S'il n'est pas complètement imperméable, nous vous conseillons d'emporter une housse imperméable en complément. Nous vous prêtons un autre sac pour ranger le reste de votre matériel qui sera stocké à Arusha en toute sécurité. Vous y laissez vos affaires de rechange utilisées pour l'avion (ou pour le safari qui suivra) par exemple.

Votre sac de cabine (sac à dos 35 45 Litres max est conseillé), vous le portez durant le trek avec vos affaires à la journée (eau, nourriture, affaires de rechange etc.).

Note importante : depuis le 1er juin 2019, l'utilisation, la fabrication ou l'importation de sacs en plastique, y compris les sacs à ordures et les sacs à provisions, sera considéré comme illégale en Tanzanie. Les contrevenants condamnés, y compris les touristes, risquent des amendes très lourdes, et/ou une peine d'emprisonnement pouvant aller jusqu'à deux ans. Il est conseillé aux visiteurs d'éviter de mettre des sacs en plastique dans leurs valises ou dans leurs bagages à main avant de s'envoler pour la Tanzanie. Les articles achetés à l'aéroport avant d'embarquer dans l'avion doivent être retirés des sacs en plastique. Veuillez vérifier les bagages à main avant de débarquer aux points d'entrée dans le pays et laisser les sacs en plastique dans l'avion. De même, les sacs en plastique transparents « à fermetures à glissière » que certaines compagnies aériennes demandent d'utiliser pour garder les liquides, produits cosmétiques, articles de toilette, etc. ne sont également plus autorisés. Nous préconisons de vous munir à la place de sacs étanches réutilisables (en nylon le plus souvent). On les trouve dans tous les magasins de sport.

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (Ministère des Affaires Etrangères, Ambassade, Consulat) avant votre départ.

ÉQUIPEMENT

Matériel fourni sur place

- › Tentes
- › Matelas
- › Tente mess, tables et chaises
- › Pharmacie collective
- › Des radio téléphones VHF en plus des portables afin de pouvoir communiquer de partout sur la montagne en cas d'urgence
- › Des oxymètres afin de réaliser des tests 2 fois par jour , c'est primordial pour anticiper les problèmes
- › Des bouteilles d'oxygène.
- › Votre guide pourra aussi vous mettre en relation avec un médecin spécialiste via notre plateau d'assistance médicale téléphonique (disponible 24H/24 et 7j/7 pour tous nos voyageurs, lorsqu'une communication peut être établie).

Vêtements à prévoir

Cette liste d'équipement se veut exhaustive et adaptée à l'ascension d'un haut sommet.

- › 1 casquette ou chapeau pour le soleil
- › 1 foulard pour protéger le cou type « buff »
- › 1 bonnet en molleton ou en laine couvrant les oreilles
- › 1 passe-montagne recouvrant le visage
- › 2 ou 3 sous-vêtements thermiques (T-shirts manches courtes ou longues)
- › 2 T-shirts (manches courtes et longues), de préférence en matière technique
- › 1 polaire légère ou équivalent
- › 1 polaire chaude ou équivalent
- › 1 veste imperméable respirante à capuche de type Gore-Tex
- › 1 doudoune en duvet ou matériau synthétique équivalent
- › 1/2 shorts ou bermudas
- › 1 pantalon de randonnée confortable
- › 1 pantalon de rechange
- › 1 collant chaud
- › 1 sur-pantalon en nylon ou Goretex
- › 1 paire de chaussures de trekking chaudes, imperméables, confortables, à tige montante et semelle type Vibram
- › 1 paire de baskets ou chaussures légères pour le soir
- › Plusieurs paires de chaussettes de marche avec au moins 2 paires en synthétique et 3 en grosse laine
- › 1 paire de gants chauds ou de moufles
- › 1 paire de gants légers ou sous-gants
- › 1 paire de guêtres ou de stop-tout
- › Boules Quiés ou Hears, au choix.
- › Bloc-notes : tenir un journal est une grande activité des randonneurs.

Équipement à prévoir

- › 1 sac de couchage, possibilité d'en louer sur place, 50\$
- › 1 drap de sac
- › Éventuellement matelas gonflable complémentaire à celui fourni
- › Appareil photo avec batterie chargée de recharge et carte mémoire supplémentaire si besoin
- › Nécessaire de toilette (privilégiez les produits biodégradables, savon de Marseille par exemple)
- › 1 serviette de toilette à séchage rapide
- › Gourde isotherme pouvant contenir 2 à 3 Litres d'eau au total (pas de bouteilles en plastique, elles ne sont pas acceptées dans le Parc du Kili)
- › 1 paire de lunettes de soleil, indice de protection élevé
- › 1 couteau suisse ou équivalent (en soute !!)
- › 1 lampe frontale (piles et ampoules de rechange)
- › Crème solaire
- › 1 cape de pluie ou un poncho
- › Papier toilette
- › 1 paire de bâtons de randonnée télescopiques (fortement recommandés), possibilité d'en louer sur place (non télescopiques) 20\$

Vos affaires doivent être réparties en 2 sacs :

- › 1 sac à dos / ou sac souple 60 à 80 L = bagage soute. Pendant l'ascension, le poids de votre sac de voyage est limité à 15 kg, parce qu'il sera porté à dos d'homme. Votre guide vous aidera à le remplir pour ne pas dépasser les 15 kg. Vous récupérez ce sac tous les soirs en fin de trek. S'il n'est pas complètement imperméable, nous vous conseillons d'emporter une housse imperméable en complément.

Il est possible de laisser à Moshi un "sous" sac avec vos affaires de rechange utilisées pour le retour, ou pour un safari à suivre par exemple, afin de ne pas faire monter ces affaires inutiles sur la montagne : parlez-en à votre guide dès l'arrivée.

- › 1 sac à dos 30 à 40 L max = bagage cabine et de trek, que vous porterez pendant l'ascension donc, avec vos affaires à la journée (eau, nourriture, affaires de rechange etc).

Nous vous conseillons de prendre avec vous dans l'avion les vêtements importants pour le début de l'ascension : chaussures, veste, polaire, pantalon etc... et sac de couchage, en cas de retard de votre bagage.

Pharmacie

Vos guides disposent d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit. Toutefois, nous vous recommandons d'apporter vos médicaments personnels. La liste ci-dessous est non exhaustive :

- › Anti douleur type Paracétamol
- › Anti diarrhéiques
- › Traitement antibiotique à large spectre Pansement intestinal
- › Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- › Collyre pour les yeux
- › Crème hydratante pour le traitement des brûlures superficielles (ampoules et coups de soleil) Une bande élastique adhésive, une boîte de pansements adhésifs et compresses désinfectantes
- › Pastilles purifiantes pour désinfecter l'eau
- › Un répulsif anti-moustique
- › Double peau pour les ampoules

Attention ! Comme évoqué en rubrique équipement ; les sacs en plastique sont désormais interdits d'entrée en Tanzanie ; les voyageurs qui, volontairement ou non, contreviennent à cela s'exposent à des amendes. informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

FORMALITÉS & SANTÉ

Passeport

Oui, valide 6 mois après la date de retour.

Merci de nous envoyer par mail un scan des 3 premières pages de votre passeport, nous en avons besoin pour obtenir les permis d'entrée dans certains parcs.

Pour les Dames, le nom de jeune fille l'emporte sur le nom marital ou le nom d'usage.

Munissez-vous aussi des photocopies des trois premières pages en permanence sur vous (en cas de perte ou de vol des originaux).

Depuis 2017, un enfant voyageant à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

Visa

Pour les citoyens français, belges, luxembourgeois et suisses, un visa est obligatoire. Il s'agit d'un visa individuel et son obtention est sous votre responsabilité. Coût 50\$.

Il est impératif de faire un e-visa avant le départ.

La demande en ligne s'obtient sur le site : <https://eservices.immigration.go.tz/visa> (le site est en anglais)

Carte d'identité

Non

Vaccins

- S'assurer d'être à jour dans ses vaccinations habituelles ainsi que celles liées à toutes les zones géographiques visitées.
- Ainsi, la mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite (DTP) est recommandée, de même que la vaccination rubéole oreillons et rougeole chez l'enfant. La vaccination antituberculeuse est également souhaitable.
- Autres vaccinations conseillées : en fonction des conditions locales de voyage, les vaccinations contre la fièvre typhoïde et les hépatites virales A et B peuvent être recommandées.
- Il est préférable d'être vacciné contre la méningite bactérienne A + C + Y + W135.
- La vaccination contre la rage peut également être proposée dans certains cas, en fonction des conditions et lieux de séjour. Demander conseil à son médecin ou à un centre de vaccinations internationales.
- Les informations données par les autorités tanzaniennes concernant la vaccination contre la fièvre jaune sont ambiguës. La vaccination contre la fièvre jaune n'est en principe obligatoire que pour les personnes en provenance d'un pays où cette fièvre est endémique (1), ou pour celles qui ont transité plus de 12 heures par un de ces pays. Dans la pratique, la preuve de vaccination est souvent exigée de manière indistincte. La vaccination contre la fièvre jaune attestée par un carnet de vaccinations international peut permettre d'éviter des problèmes administratifs à l'aéroport mais ne constitue pas une obligation légale ou médicale.

(1) Ces pays sont : (Afrique) Angola, Bénin, Burkina Faso, Burundi, Cameroun, Cap-Vert, République centrafricaine, Congo, Congo (RDC), Côte d'Ivoire, Éthiopie, Gabon, Gambie, Ghana, Guinée, Guinée-Bissao, Guinée équatoriale, Kenya, Libéria,

Vous trouverez des conseils à suivre concernant les vaccins et le traitement contre le paludisme sur le site de l'Institut Pasteur : www.pasteur.fr/fr/map Avant votre départ, nous vous conseillons de consulter votre médecin, qui seul pourra vous fournir des indications fiables sur votre état de santé général, et qui fera un point sur vos vaccinations habituelles ainsi que sur les vaccinations recommandées pour votre destination.

La responsabilité d'ALTAI ne saurait être engagée dans le cas où vous devriez rentrer en France à cause du non respect de ces obligations personnelles de santé.

Recommandations sanitaires

Avant votre départ, consultez le site du ministère des affaires étrangères : Tanzanie - Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères

Infection pulmonaire - Coronavirus Covid-19

S'agissant des conditions d'entrée, de séjour et de sortie du territoire national, il convient de consulter l'Alerte Covid ainsi que le site du ministère de l'Intérieur.

Conditions d'entrée sur le territoire tanzanien: il est conseillé à tous les voyageurs entrant ou transitant en Tanzanie par les frontières terrestres, maritimes ou les aéroports de se faire vacciner intégralement contre le COVID-19 selon le schéma vaccinal admis dans leur pays de résidence.

Les voyageurs entrant ou transitant par la Tanzanie continentale ne sont plus tenus de présenter de certificat de vaccination, ni de résultat de tests négatifs au COVID-19. Toutefois, à des fins de surveillance, les agents sanitaires aux frontières peuvent à tout moment procéder aléatoirement et gratuitement à un test antigénique sur des voyageurs lors de leur arrivée.

A l'arrivée dans le pays, un contrôle thermique et physique sera effectué. Les passagers présentant des symptômes seront immédiatement isolés et seront pris en charge conformément au protocole sanitaire en place.

Cas spécifique des voyages vers Zanzibar

Il est conseillé à tous les voyageurs entrant ou transitant par Zanzibar de présenter un certificat de vaccination valide avec un QR code pour vérification à l'arrivée. Les seuls vaccins acceptés sont ceux ayant été approuvés par la Tanzanie et l'Organisation mondiale de la santé (liste des vaccins acceptés sur www.mohz.go.tz).

Tous les voyageurs entrant ou transitant par Zanzibar sont exemptés des exigences de test COVID-19, sauf indication contraire du moyen de transport utilisé ou des pays de destination finale.

Néanmoins, pour des raisons de contrôle sanitaire, les autorités se réservent le droit de réaliser aléatoirement un test antigénique gratuit à toutes personnes se présentant aux points d'entrée de Zanzibar.

A leur arrivée, tous les voyageurs seront soumis à un contrôle de température. En cas de symptôme, les voyageurs seront immédiatement isolés et pris en charge par les autorités sanitaires compétentes.

ASSURANCE

Assurances au choix

- › **Assurance multirisque** : 4,3 % du voyage par personne
- › **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- › **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- › **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.