

Escalada al Mont Kilimanjaro CAT

La Muntanya Més Alta d'Àfrica

Fes realitat un somni escalant el Mont Kilimanjaro, la muntanya més alta d'Àfrica i la muntanya lliure més alta del món amb una altitud de 5.895 metres sobre el nivell del mar i uns 4.900 metres per sobre de la seva base. No cal ser un escalador expert per arribar al cim! Oferim una varietat de rutes adaptades al nivell d'experiència i condició física de cada excursionista. Amb Kilipeak Adventure, aconseguiràs arribar al "sostre d'Àfrica". Tot el que necessites és ambició, nosaltres ens encarreguem de la resta per oferir-te una experiència única.

Les set rutes del Kilimanjaro

Quines són les millors rutes per escalar el Mont Kilimanjaro? Tant si és la teva primera vegada com si ja has escalat altres muntanyes, tenim la ruta adequada per a tu. T'animem a triar la que millor s'adapti a les teves preferències, temps i experiència, per maximitzar el teu confort i garantir l'èxit a la pujada.

Les rutes disponibles són: **Marangu, Machame, Lemosho, Rongai, Shira, Northern Circuit i Umbwe**. Pots llegir més sobre cada ruta i les seves característiques.

Quan és el millor moment per escalar el Kilimanjaro?

Degut a la proximitat del Kilimanjaro a l'equador, la regió no experimenta els extrems típics de l'hivern o l'estiu, sinó que té temporades seques i de pluges. Les millors

[Productes](#)

èpoques per escalar són durant les temporades seques: de gener a febrer (temporada seca curta) i de juliol a octubre (temporada seca llarga).

Si no et molesta una mica de pluja, també pots considerar els mesos de transició com el juny, desembre o mitjans de març. No es recomana l'escalada durant les temporades de pluges, que inclouen el novembre i de mitjans de març fins a inicis

de juny, però és una opció per als escaladors més experimentats que busquen evitar les multituds.

Llista d'equip per a l'escalada del Kilimanjaro

És fonamental portar l'equip adequat per fer front als diferents tipus de climatologia i temperatures que trobaràs a l'expedició. Oferim una llista de recomanacions d'equip i també la possibilitat de llogar alguns articles al nostre establiment a Tanzània.

Condició física i entrenament

Una de les preguntes més freqüents és: "Quina forma física cal per escalar el Kilimanjaro?". L'entrenament és un aspecte crucial de la preparació. Tot i que l'escalada es fa a un ritme lent, la combinació d'activitat física, la manca de son, la disminució de la gana, la deshidratació, el clima i l'altitud poden posar a prova la teva resistència.

Recomanem començar a entrenar almenys dos mesos abans de la sortida, centrant-te en activitats com el senderisme, que és la millor preparació.

Planificació d'entrenament

Escalar el Kilimanjaro és una experiència increïble, i amb el pla d'entrenament adequat, la majoria ho poden aconseguir, independentment de l'edat o condició física. La clau és permetre al teu cos aclimatar-se a l'altitud.

Preguntes freqüents

- **Pot un principiant escalar el Kilimanjaro?** Sí, sempre que s'entreni adequadament i es prepari amb temps.
- **Els fumadors poden escalar el Kilimanjaro?** Sí, però el fum pot afectar la capacitat pulmonar, per la qual cosa es recomana entrenar amb més intensitat.
- **És difícil l'escalada del Kilimanjaro?** Sí, especialment per l'altitud i el temps curt d'aclimatació, però amb la preparació adequada, és assolible.

Requisits d'entrada a Tanzània

Per viatjar a Tanzània, es necessita un passaport vàlid i un visat, que es pot obtenir abans de la sortida o a l'arribada a l'Aeroport del Kilimanjaro (JRO). Els costos són de 100 \$ per a ciutadans dels EUA i de 50 \$ per a altres països.

Medicaments i vacunes recomanades

Les vacunes recomanades inclouen: febre groga, tifus, hepatitis A i ràbia. També es recomana portar medicaments com **Diamox** (per prevenir el mal d'altura) i **Ciprofloxacina** (per a la diarrea).

Restriccions d'edat

L'edat mínima per participar en les nostres escalades és de 12 anys. Els participants de més de 65 anys han de portar un certificat mèdic que confirmi que són aptes per escalar.

Necessito assegurança de viatge?

Sí, és obligatori tenir una assegurança que cobreixi trekking d'alta muntanya fins a 6.000 metres.

Guies i portadors

Els nostres guies són experts certificats i parlen anglès fluidament. Els portadors, essencials per a l'èxit de l'expedició, reben una compensació justa pel seu treball dur, que és un dels pilars de l'èxit de Kilipeak Adventure.

Punt de partida de les expedicions

Les expedicions comencen a les ciutats d'**Arusha** o **Moshi**, situades als peus del Kilimanjaro, amb trasllats des de l'Aeroport Internacional del Kilimanjaro (JRO) o altres opcions com l'Aeroport de Nairobi.

Esperem tenir notícies teves aviat!

Ascens al Kilimanjaro – Ruta Lemosho – 8 Dies

La **ruta Lemosho** és considerada una de les més boniques i amb menys afluència de gent al **Mont Kilimanjaro**, oferint vistes panoràmiques de diversos costats de la muntanya. Aquesta ruta és una de les més populars perquè ofereix un bon equilibri entre baixa concurrència, paisatges espectaculars i una alta taxa d'èxit per assolir el cim.

Descripció del programa

- Arribada a Tanzània

Els participants seran rebuts per l'equip de **Kilipeak Adventure** a l'aeroport internacional del Kilimanjaro (JRO) i traslladats al seu allotjament a Arusha. El guia de muntanya farà una sessió informativa sobre l'ascens i una revisió de l'equipament a la tarda.

Allotjament a Arusha: Inclou allotjament i esmorzar.

- Dia 2: Londrossi Gate – Camp Mti Mkubwa | Bosc plujós

Elevació: 2.389 m a 2.785 m

Altitud guanyada: 396 m

Després d'esmorzar a Arusha/Moshi, sortirem cap al **Londrossi Gate**, un viatge de 2 hores a través de zones rurals. Després dels tràmits d'inscripció al parc, ens dirigirem cap a la capçalera del camí Lemosho. L'ascens començarà per un camí forestal fins al **Camp Mti Mkubwa**.

Temps de caminada: 3-4 hores.

- Dia 3: Camp Mti Mkubwa – Camp Shira One | Terres altes

Elevació: 2.785 m a 3.895 m

Altitud guanyada: 1.110 m

Després d'una bona nit de descans i un esmorzar complet, deixarem el bosc enrere i començarem a pujar de manera constant, gaudint de les vistes àmplies fins a arribar al **Plateau de Shira**.

Temps de caminada: 6-7 hores.

- **Dia 4: Camp Shira One – Camp Shira Hut | Terres altes**

Elevació: 3.504 m a 3.895 m

Altitud guanyada: 391 m

Caminarem tranquil·lament per explorar el **Plateau de Shira**, una de les planures més altes del món. Seguirem en direcció est cap al pic glacial de Kibo i arribarem al **Camp Shira Hut**. Aquesta jornada permet una bona aclimatació.

Temps de caminada: Tot el dia, amb caminades suaus.

- **Dia 5: Camp Shira Hut – Torre de Lava – Camp Barranco | Semidesert**

Elevació: 3.895 m a 3.986 m

Altitud guanyada: 91 m

Tot i que acabem el dia a una altitud similar a la de l'inici, és crucial per a l'aclimatació. Caminarem cap a la **Torre de Lava** (4650 m), coneguda com la "Dents de Tauró", i després descendirem fins al **Camp Barranco**.

Temps de caminada: 5-7 hores.

Dia 6: Camp Barranco – Camp Karanga | Desert alpi

Elevació: 3.986 m a 4.034 m

Altitud guanyada: 48 m

Després de pujar la Gran Muralla de Barranco, amb vistes espectaculars del Kilimanjaro, descendirem cap a la **Vall de Karanga** i finalment farem un ascens fins al **Camp Karanga**.

Temps de caminada: 4-5 hores.

- **Dia 7: Camp Karanga – Camp Barafu | Desert alpi**

Elevació: 4.034 m a 4.662 m

Altitud guanyada: 628 m

Avui travessarem la cresta de Barafu, caminant lentament cap al **Camp Barafu**, on ens prepararem per a l'últim ascens cap al cim.

Temps de caminada: 3-4 hores.

Dia 8: Camp Barafu – Cim – Camp Mweka | Glaceres, Cim nevat

Elevació: 4.662 m a 5.895 m (cim) i descens a 3.090 m

Altitud guanyada: 1.233 m

Altitud perduda: 2.789 m

Ens llevarem abans de mitjanit per començar l'ascens final cap al **cim d'Àfrica**. Un cop al **Punt Stella**, podrem continuar fins al **Pic Uhuru** (5.895 m), el punt més alt del continent. Després del cim, descendirem ràpidament fins al **Camp Mweka**.

Temps de caminada: 13-15 hores.

- **Dia 9: Camp Mweka – Mweka Gate | Bosc plujós**

Elevació: 3.106 m a 1.633 m

Altitud perduda: 1.473 m

Després d'esmorzar, farem una cerimònia de comiat amb l'equip i descendirem fins al **Mweka Gate**, on rebreu els certificats del cim. Un vehicle ens portarà de tornada al vostre hotel a Arusha.

Temps de caminada: 2 hores.

Allotjament a Arusha: Sopar i celebracions incloses.

- **Dia de sortida**

El darrer dia, us traslladarem a l'aeroport internacional del Kilimanjaro (JRO) per al vostre vol de tornada a casa o podreu optar per un safari o una visita relaxant a **Zanzíbar**.

Aquest itinerari de 8 dies per la **ruta Lemosho** garanteix una experiència inoblidable, combinant paisatges espectaculars, bona aclimatació i una ruta amb menor afluència de turistes.

PRECIO: 2495€

- Impost sobre el valor afegit (IVA) de Tanzània en activitats turístiques i tarifes del parc.
- Trasllats des de i cap a l'aeroport.
- Allotjament a l'hotel la nit abans i la nit després de l'ascens (ocupació doble).
- Grans racions de menjar fresc, saludable i nutritiu.
- Tarifes de rescat del Parc Nacional del Kilimanjaro.
- Kit bàsic de primers auxilis (només per a emergències).
- Guia de muntanya qualificat, guies assistents, portadors i cuiner.
- Guia català de parlar catalana i castellana.
- Esmorzar, dinar i sopar.
- Equip de càmping (tendes, cadires, taules i matalàs de dormir).
- Portador per transportar la teva bossa (pes màxim de 15 kg / 32 lbs).
- Certificat del Parc Nacional del Kilimanjaro per l'intent d'arribar amb èxit al cim.

El preu del trekking al Mont Kilimanjaro NO inclou:

- Vols i taxes aeroportuàries.
- Articles de caràcter personal.
- Propines obligatòries per als guies, portadors i cuiners.
- Assegurança de viatge i mèdica (altament recomanada).
- Equip personal de senderisme/trekking – Podem llogar part de l'equip a la nostra botiga a Tanzània.