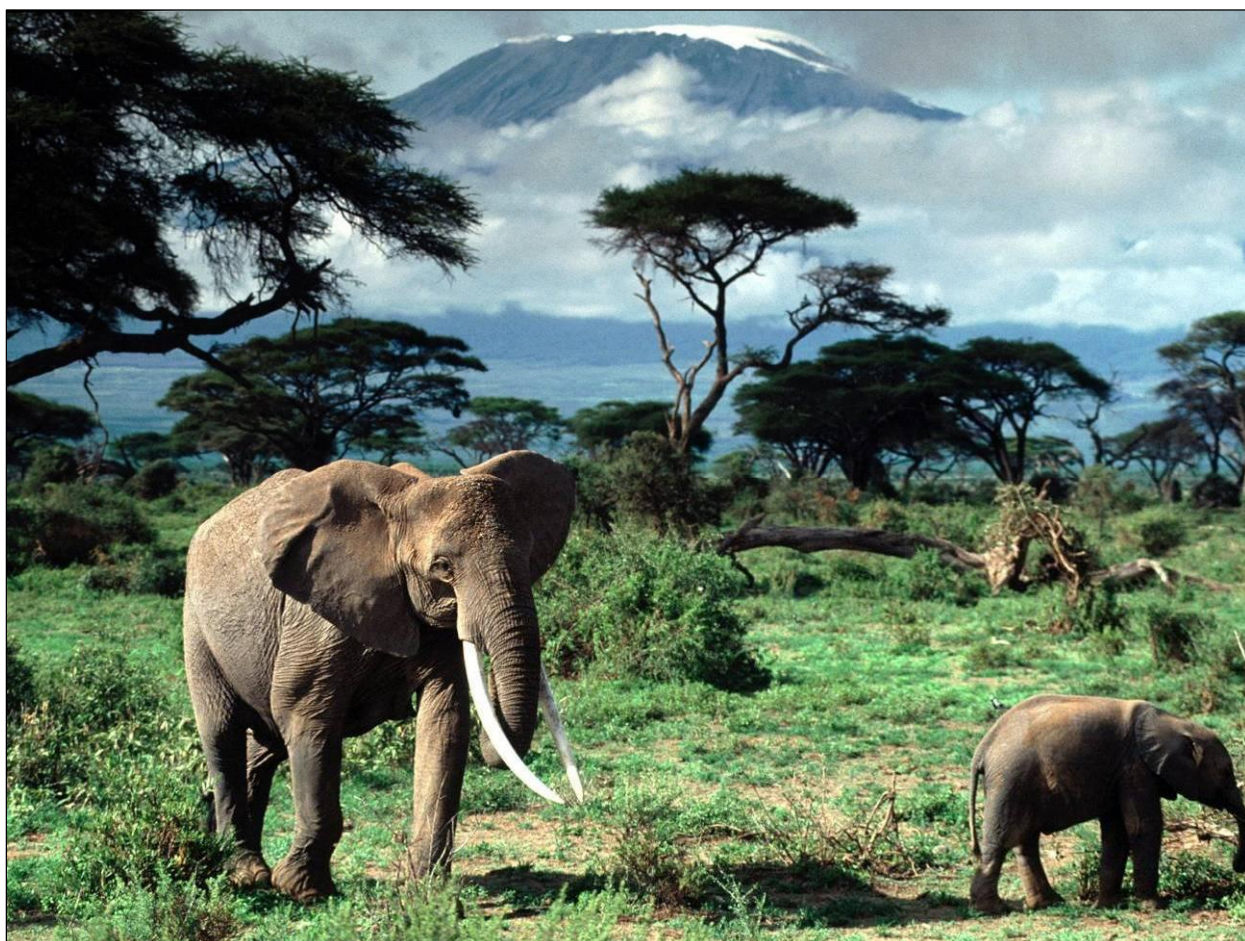


KILIMANJARO TANZANIA MACHAME ROUTE

7 DAGAR VARAV
6 DAGAR VANDRING



DAHL TOURS AND SAFARIS LTD



Kilimanjaro är Afrikas högsta berg. Berget är en utslocknad vulkan med de tre topparna; Kibo (Uhuru peak, 5895 m ö h), Mawenzi (5149 m ö h) och Shira (3962 m ö h). +Uhuru+betyder frihet på swahili!

Machame-leden är den naturskönaste och populäraste vandringsleden upp på Kilimanjaro. Leden går upp längs bergets sydvästra sida. All utrustning transporteras av bärare och en medföljande kock tillagar alla måltider på fotogenkök. Machame-leden även kallad +Whiskey-route+ pga att den är fysiskt mer ansträngande än Marangu-leden innebär också övernattnings i tält. Dock belönas man med desto tjugigare landskapsvyer längs Machame-leden än utefter Marangu-leden, t ex solnedgången vid Shira till den dimmiga uppenbarelse av Kibo vid Barranco Wall.

Machame-leden tar 6 dagar och den totala vandringens längd mäter drygt 60 km. För att hjälpa kroppen anpassa sig till hög höjd vandrar man under den tredje Machame-dagen (dag 4 i programmet nedan) från Shira Camp (3840 m ö h) upp till Lava Tower (4630 m ö h) för att sedan vandra ned till Barranco Hut (3950 m ö h) för övernattnings.

Ankomst-dag	Ankomst KIA (Kilimanjaro International Airport), transfer till staden Arusha															
	<p>Hämtning från Kilimanjaro International Airport (KIA) för vidare transport (ca 1 tim, 55 km) till Arusha. Incheckning på hotellet. Landskapet runt Arusha domineras av två imponerande berg, Kilimanjaro (5895 m . Afrikas högsta berg) och Mount Meru (4566 m . Afrikas femte högsta berg). Trakten präglas av väldeliga kaffe- och bananplantager. Arusha har ca 350 000 invånare, med en hög befolkningstillväxt på ca 6 procent, och staden ligger på 1265 m höjd över havet . vilket gör klimatet behagligt. Arusha är inte bara ett administrativt centrum och utgångspunkten för safariresor utan också en viktig ort med tillverkning av t ex textilier, elektronisk utrustning, drycker, plastmaterial och livsmedel.</p> <p>Övernattning: Pamoja Expeditions Lodge i staden Arusha</p> <p>Alternativa hotell i Arusha där klassen <i>standard</i> och <i>exklusiv</i> kostar extra</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Exklusiv:</th> <th>Standard:</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Arumeru River Lodge</td> <td>1. Impala Hotel</td> </tr> <tr> <td>2. Ngurdoto Mountain Lodge</td> <td>2. Ahadi Lodge</td> </tr> <tr> <td>3. Hatari Lodge</td> <td>3. Kigongoni Lodge</td> </tr> <tr> <td>4. Mountain Village</td> <td>4. Moivaro Lodge</td> </tr> <tr> <td></td> <td>2. Outpost Lodge</td> </tr> <tr> <td></td> <td>3. Pamoja Expeditions Lodge</td> </tr> </tbody> </table> <p>Budget:</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>1. Le Jacaranda</td> </tr> </tbody> </table>	Exklusiv:	Standard:	1. Arumeru River Lodge	1. Impala Hotel	2. Ngurdoto Mountain Lodge	2. Ahadi Lodge	3. Hatari Lodge	3. Kigongoni Lodge	4. Mountain Village	4. Moivaro Lodge		2. Outpost Lodge		3. Pamoja Expeditions Lodge	1. Le Jacaranda
Exklusiv:	Standard:															
1. Arumeru River Lodge	1. Impala Hotel															
2. Ngurdoto Mountain Lodge	2. Ahadi Lodge															
3. Hatari Lodge	3. Kigongoni Lodge															
4. Mountain Village	4. Moivaro Lodge															
	2. Outpost Lodge															
	3. Pamoja Expeditions Lodge															
1. Le Jacaranda																



Kilimanjarodag 1 | Arusha Ę Kilimanjaro, Machame Gate Ę Machame Hut

dagens vandring: Machame Gate 1800 m ö h . Machame Hut 2980 m ö h

vandringstid/sträcka: 4. 5 timmar, 10 km genom tät regnskog

Avfärd från hotellet i Arusha ca kl 9 för transport till Machame Gate. Resan tar 2. 2,5 timmar (120 km). Väl framme vid Machame Gate packar bärarna proviant och övrig utrustning (varje bärare får bära max 15 kg). För dig som vandrare sker registrering vid Machame Gate och intag av lunchlåda. Därefter startar dagens vandring ca kl 12. 13. Kom ihåg att ta med dig åtminstone 2 liter dricksvatten.

Vandringsleden ringlar sig genom frodig, tät regnskog och tropisk växtlighet . så det är förvånansvärt lite av det omgivande landskapet som kan iakttas denna första dag. Underlaget är mjukt och skönt att vandra på, men eftersom eftermiddagsregn snarare är en regel än ett undantag kan inledningen av vandringen dock bli lerig och hal. Dagens vandring är trots de 1200 höjdmeter som görs en fysiskt klart beskedlig etapp. När campingplatsen Machame Hut nås på sena eftermiddagen är tältet redan uppsatt (eftersom bärarna ligger steget före). På kvällen kokas dricksvatten och kocken tillreder middag som intas kl 18. 19 innan det är dags att krypa ned i sovsäcken. Natttemperaturen ligger oftast strax över noll grader på denna höjd men kan falla till minusgrader redan vid Machame Hut.



Kilimanjarodag 2 | Machame Hut Ę Shira Camp

dagens vandring: Machame Hut 2980 m ö h . Shira Camp 3840 m ö h

vandringstid/sträcka: ca 5 timmar, 7 km genom buskvegetation och senare hedlandskap

Kl 8. 9 påbörjas den andra dagens Kilimanjaroäventyr. Trädgränsen (drygt 3000 m ö h) passeras i ett huj eftersom det är brant uppför som gäller under de inledande dryga 2 vandringstimmarna. Vandringsleden är stenig och stundvis krävande och det omgivande landskapet utgörs av snårig buskvegetation. Faktum är att ca 80% av alla vandrare känner av lättare symptom (huvudvärk, andfåddhet, irritation, magkörningar) av höjdsjuka på 3000 meters höjd . vilket alltså är att betrakta som normalt förekommande symptom idag. Terrängen övergår gradvis under dagen i ett öppet hedlandskap med stäppvegetation. Efter lunchstoppet fortsätter leden över ett stenigt bergsparti innan Shira-platån uppenbaras. Man befinner sig nu rakt väster om Kibo (Kilimanjaro's glaciärtäckta topp) och ca kl 13. 14 nås slutmålet för dagens vandring . Shira Camp. Efter en liten paus görs en kortare eftermiddagspromenad på en 1,5 timme till närliggande Shira Hut. Under tiden kokar kocken vatten och lagar middag som sedan avnjuts före nattsömnen. Då Shira Camp ligger på en utsatt högplatå är vädret inte sällan bistert. Natten på denna höjd är kylslagen då det vanligtvis blir neremot tio minusgrader.



Kilimanjarodag 3 | Shira Camp → Lava Tower → Barranco Hut

dagens vandring: Shira Camp 3840 m ö h . Lava Tower 4630 m ö h . Barranco Hut 3950 m ö h

vandringstid/sträcka: ca 6 timmar, 10 km genom ett kargt ökenlandskap

Efter frukost fortsätter leden österut mot Lava Tower som nås efter ca 4 timmars vandring. Terrängen är stenig och mycket karg. Detta är fysiskt sett den mest ansträngande dagen så här långt på berget. Och det är en mycket viktig dag för att ge kroppen tid till att acklimatisera sig till hög höjd. Lunchen intas i området kring Lava Tower (4630 m ö h). Vid klart väder är vyerna fantastiska på många ställen längs dagens etapp. Efter lunch påbörjas nedstigningen till Barranco Hut (ca 700 höjdmeter). Vandringen ned till Barranco Hut tar 1,5-2 timmar och erbjuder bra fotograferingsmöjligheter bl a av «Western Breach» och «Breach wall». Campingplatsen ligger i en dal på en högplåtå under «Breach» och «Great Barranco Wall». Platsen bjuder på en minnesvärd solnedgång (när vädret tillåter) medan man väntar på middag följt av nattsömn i tältet. Detta är den naturmässigt finast belägna tältplatsen längs Machame-leden.



Kilimanjarodag 4 | Barranco Hut → Barafu Hut

dagens vandring: Barranco Hut 3950 m ö h . Barafu Hut 4600 m ö h

vandringstid/sträcka: ca 7 tim, 8 km genom alpin öken

Efter att ha spenderat natten och ätit frukost nedanför majestätiska «Great Barranco Wall» påbörjas vandringen uppför denna «vägg», som från tältplatsen kan uppfattas som ett enda stort blockerande hinder längs vägen mot toppen av Kilimanjaro. Dock visar det sig att vandringen uppför (ca 300 höjdmeter under 1,5 timme) blir lättare än vad synintrycket gav en vink om från början. Vandringsleden går nedanför Heimglaciären (som är en del av de södra isfälten) och det är först nu många börjar inse hur storslaget och vackert Kilimanjaro verkligen är. Leden fortsätter sedan genom Karanga-dalen över långsträckta krön och dalar, för att sedan gå ihop med Mweka-leden som leder fram till Barafu Hut. Terrängen är här månlikt ogästvänlig! Det är bra att hinna bekanta sig med omgivningen runt tältplatsen vid Barafu Hut medan det ännu är dagsljus, detta för att undvika missöden i den steniga terrängen, eftersom platsen lämnas för toppbestigningen under kommande natt i mörker. En sista genomgång av utrustningen (vattenflaskor, stavar, kläder, tå- och handvärmare, plåster, batterier i pannlampa och kamera) görs för att vara väl förbered inför den stundande vandringen mot toppen. Middagen äts lite tidigare ikväll, ca kl 17, detta för att det åtminstone ska bli ett par timmars sömn inför toppbestigningen. Läggdags ca kl 20 och efter 3 timmars vila (spänd väntan) påbörjas den slutliga bestigningen mot toppen mitt i natten.



Kilimanjarodag 5 | Barafu Hut Æ Uhuru Peak Æ Mweka Hut

dagens vandring: Barafu Hut 4600 m ö h . Uhuru Peak 5895 m ö h . Mweka Hut 3100 m ö h

vandringstid/sträcka: ca 6 timmar till Uhuru Peak (toppen!) och 6 timmar för att gå ned till Mweka Hut. 4,5 km uppstigning och 14 km nedstigning. Terräng: grus och sten

Väckning kl 23 . följt av en liten måltid med te och kex. Nattvandringen mot toppen påbörjas vid midnatt . så det vill till att pannlampan fungerar (vid fullmåne en gång i månaden är dock sikten hyggligt god även utan pannlampa). Temperaturen ligger ofta på neremot minus 15 grader C under natten . så kläder behövs i massor, för man blir aldrig riktigt varm i den långsamma gångfarten. Det tar ca 5 timmar att komma upp till Stella Point på kraterkanten (5685 m ö h). Leden går mestadels brant uppför och detta i löst grus- och stenskravel. Många upplever denna nattvandring som den mest krävande fysiska aktivitet de någonsin underkastat sig. Syrehalten i luften är förvisso 21% även på 5895 m ö h, men lufttrycket är bara hälften mot det vid havsnivå, vilket gör syreomsättningen i kroppen mycket mindre effektiv. Detta resulterar i att 95. 98% av alla vandrare känner av symptom i varierande grad av akut höjdsjuka. Symptomen består av; orkeslöshet, enorm trötthet, vinglig/ostadig gång, andfåddhet, pulsökning, förvirring, yrsel/huvudvärk, ont i magen och illamående. Tillsammans med guiden håller ni koll på ditt hälsotillstånd kontinuerligt . nyckeln till att lyckas nå toppen heter; a) vilja, b) överdrivet långsam promenadfart och slutligen c) att dricka minst 2 liter vatten under natten. Guiderna är mycket skickliga att lotsa upp vandrarna till toppen utan att några hälsorisker tas . och statistiskt sett så når 80% av deltagarna i en expedition toppen! Från Stella Point vid kraterkanten och upp till Uhuru Peak är det mindre brant under den timme som nu återstår av den långa och mödosamma nattvandringen. Väl uppe på toppen (ca kl 6. 7) tas en kortare andhämtnings- och fotograferingspaus, medan den mest spektakulära soluppgången som du förmodligen någonsin får uppleva beskådas (dock väderberoende . men nästan alltid klart väder på morgonen). Och kom ihåg att njuta av genomförd prestation . ett minne för resten av livet! Stoppet på toppen blir dock kortvarigt då kyla och trötthet gör det angeläget att snart påbörja nedstigningen. Vandringen tillbaka till Barafu Hut (4600 m ö h) från toppen tar ca 3 timmar. Där följer ett par timmars välbehövlig sömn i tältet (som fortfarande står kvar) följt av brunch. Under eftermiddagen försätter vandringen (3 timmar) ned till Mweka Hut på 3100 m ö h . dvs ända ned till övre skogsgränsen. Leden som går brant utför är delvis ganska lättvandrad men bitvis också stenig och dessvärre ofta hal pga nederbörd. Dimman bäddar i regel in landskapet under eftermiddagen. Middag och varmvatten för personlig tvätt är förberett vid ankomst till Mweka Hut. Där kan även drycker och diverse godsaker köpas.

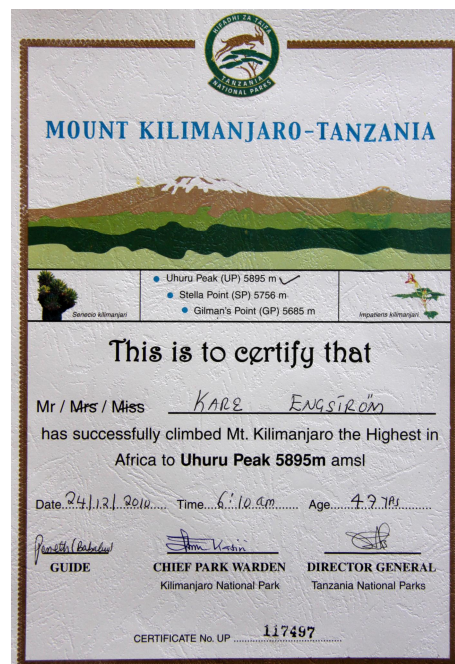


Kilimanjarodag 6 | Mweka Hut → Mweka Gate → Arusha

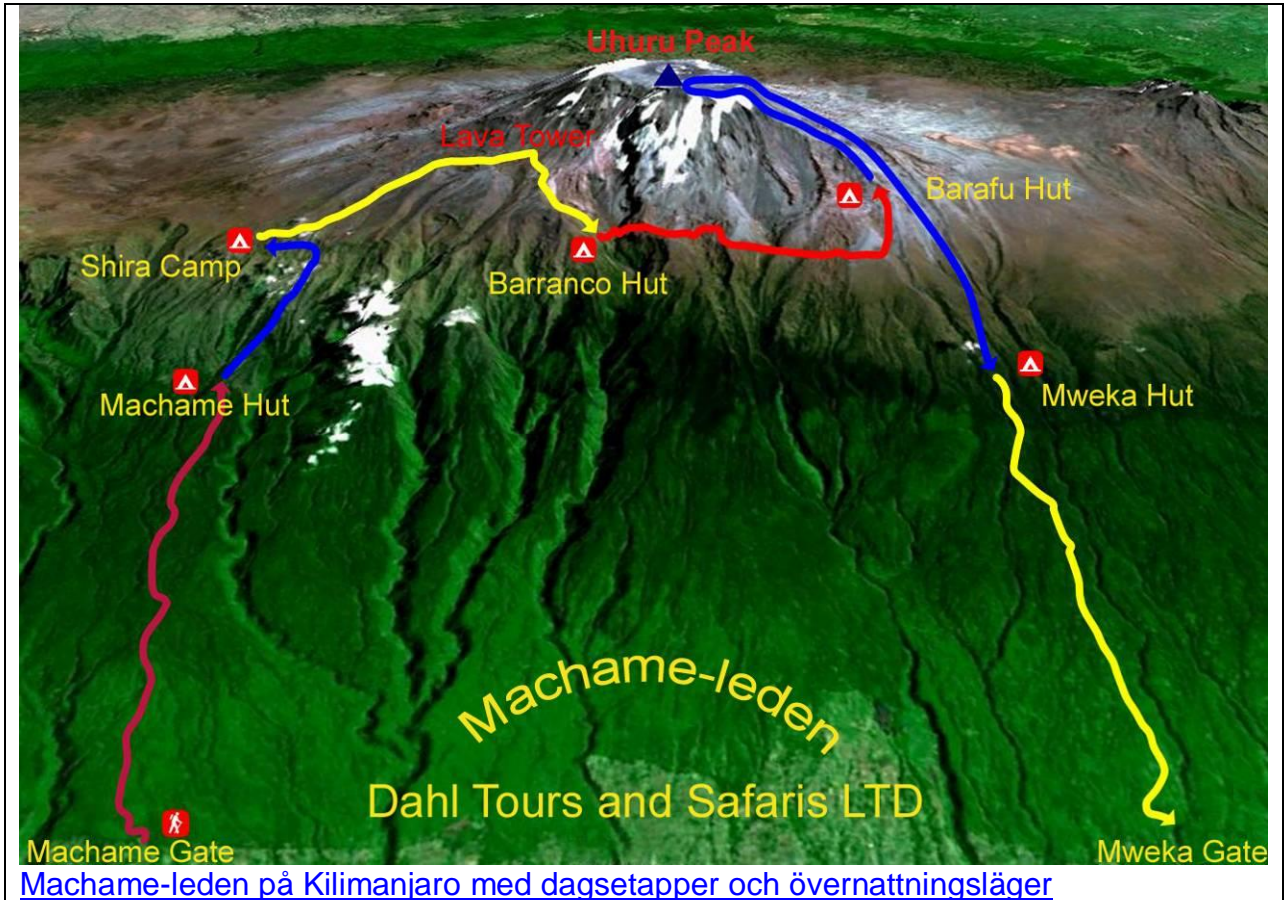
vandring: Mweka Hut 3100 m ö h . Mweka Gate 1500 m ö h

vandringstid/sträcka: ca 2 timmar

Vandringsleden från Mweka Hut ned till Mweka Gate är väl underhållen (rötter och stenar har avlägsnats och dräneringskanaler har grävts) och är trots den relativt branta lutningen lättvandrad. Tempot nedför blir relativt högt då alla längtar efter den hägrande målgången. Det är faktiskt nästan lite synd att passera den tropiska regnskogen så snabbt utan att tid ges till att få uppleva mer av denna fascinerande natur. Stavarna kommer väl till användning även utför . som hjälp både för balansen och för att stadga upp en något sliten kropp med ömmande knän, ben och höfter. När Mweka Gate nås är Kilimanjarovandringen avslutad. Grattis . utlämning av diplom stundar! Härifrån sker återtransport (2 timmar) till Arusha för välbehövlig vila och övernattnig på hotellet.



Övernattning: [Pamoja Expeditions Lodge](#) i Arusha



Pris: 1400 US dollar per person

Arrangör:

Dahl Tours and Safaris (Tanzania) LTD; [T.A.L.A](#) nr 0372 (Tourist Agents Licensing Act)

Betalning:

- 50% betalas i förskott och resterande 50% betalas senast 14 dagar före påbörjad vandring
- Det tar normalt upp till 5 bankdagar innan betalningen når vår bank NBC i Tanzania.
- Vg maila economy@dahlsafaris.se så snart som betalningen är erlagd
- Ange ditt namn som referens på betalning / banköverföring

Resevilkor:

- [Följ länk till vår hemsida](#) för mer information

Följande är inkluderat i programmet:

- logi i Arusha samt tältlogi enligt ovanstående program
- samtliga parkavgifter
- transporter (upphämtning från flygplatsen ([KIA](#)), transport Arusha . Kilimanjaro . Arusha)
- samtliga måltider och dricksvatten under vandringen
- all tältutrustning
- guide, kock och bärare under vandringsexpeditionen

Följande är inte inkluderat i programmet:

- flygresa till Tanzania
- [visum](#) till Tanzania
- personlig utrustning och tjänster som t ex kamera, drycker, godis och tvätt
- reseförsäkring, avbeställningsskydd, [vaccinationer](#) och personlig utrustning
- dricks till guide, kock och bärare (rek dricks 20. 30 US-dollar per dag)
- vandringsutrustning ([se separat lista](#)), utrustning kan även hyras på plats
- måltider på hotellet i Arusha förutom frukost

Bankbetalning Tanzania:

[NBC LTD](#)
SEA CLIFF BRANCH
P.O. Box 72243
Dar Es Salaam, Tanzania
(Konto) Account: 047105001748
Account name: Dahl Tours and Safaris LTD
[BIC](#) (SWIFT) code: NLCBTZTX

Postadress Tanzania:

Dahl Tours and Safaris LTD
P.O. 105 402
Dar Es Salaam
Tanzania

Ange ditt namn som referens på inbetalningen