

## ПРОГРАММА ТУРА

### ВОСХОЖДЕНИЕ НА КИЛИМАНДЖАРО: **МАРШРУТ ЛЕМОШО 10 ДНЕЙ**

#### **ДЕНЬ 1. ПРИБЫТИЕ**

Прибытие группы в аэропорт Kilimanjaro (JRO), встреча участников тура представителем компании Altezza Travel и трансфер в отель, согласно тарифу. В отеле есть всё необходимое для вашего комфортного пребывания: уютные номера, горячая вода, вежливый персонал, бассейн и интернет. Вечером наши сотрудники проведут с вами брифинг и проверят вашу готовность к восхождению.

#### **Примечание:**

Заселение в отеле (чек-ин) начинается с 14:00.

#### **ДЕНЬ 2. ПОДЪЁМ ОТ ВОРОТ ЛОНДОРССИ ДО ЛАГЕРЯ МТИ МКУБВА**

С утра к вашему отелю приедет гид с командой сопровождения, познакомится с вами и проведёт брифинг, после чего вам предстоит длительный переезд (порядка 3-4 часов) к западному входу в Национальный парк Килиманджаро – воротам Лондоросси (2200 м). После непродолжительной процедуры получения горных пермитов и регистрации в спасательной службе, группа начнёт трекинг к первому лагерю вашего маршрута Мти Мкубва (2780 м), в этот день обязательно нужно взять с собой дождевики, так как вы будете идти через тропический лес. К вашему приходу в лагерь наша сертифицированная команда сопровождения подготовит все необходимое, расставит палатки и приготовит для вас обед. После обеда состоится акклиматизационный выход в сторону лагеря Шира 1, с набором высоты 300 м, затем спуск обратно в лагерь Мти Мкубва, где для вас приготовят горячий ужин.

#### **Примечание:**

Акклиматизационный выход представляет из себя легкий трекинг с небольшим набором высоты для того, чтобы ускорить процесс акклиматизации. Относитесь к акклиматизационным выходам очень серьезно, именно они помогут увеличить шансы на успешное покорение вершины Килиманджаро и обезопасить вас от последствий горной болезни.

**Это будет ваш первый день на высоте, поэтому настоятельно рекомендуется следовать следующим инструкциям:**

- Отказаться от кофеина и алкоголя
- Выпивать ежедневно по 4 литра и более воды (лучше пить понемногу, но часто)
- При появлении признаков горной болезни выпить таблетку Диамокса. Большинство восходителей принимают Диамокс ещё с утра, до начала восхождения, что позволяет снизить неприятные ощущения от горной болезни. Рекомендуется проконсультироваться со своим лечащим врачом на наличие аллергических реакций.

Ночью у вас может появиться некомфортное ощущение от акклиматизации: из-за снижения активности дыхания, кислорода поступает ещё меньше чем днём, а с учётом высоты, вероятность тошноты и головной боли увеличивается в разы. Поэтому внимательно относитесь к своему состоянию и при появлении первых признаков горной болезни обращайтесь к гиду.

#### **Подъем от ворот Лондоросси до лагеря Мти Мкубва:**

**Смена высот:** Ворота Лондоросси (2200 м) – Лагерь Мти Мкубва (2780 м)

**Дистанция трекинга:** 6 км

**Время трекинга:** 3-4 часа

**Акклиматизационный выход:**

**Смена высот:** Лагерь Мти Мкубва (2780 м) – Ключевая точка на пути к лагерю Шира 1 (3095 м)

**Дистанция трекинга:** 2 км

**Время трекинга:** 1 час

### **ДЕНЬ 3. ПОДЪЁМ ОТ ЛАГЕРЯ МТИ МКУБВА ДО ЛАГЕРЯ ШИРА 1**

Ранний подъем, завтрак и плавный набор высоты с выходом на отметку 3500 метров, с этой точки вам впервые откроются красивейшие панорамы на плато Шира и вулкан Кибо.

В целом переход от лагеря Мти Мкубва до вашего второго высотного лагеря Шира 1 (3505 м) крайне простой и занимает порядка 5-6 часов. Это позволит вам начать умеренный процесс высотной акклиматизации, что является основополагающим моментом при восхождении. По приходу в лагерь для вас приготовят обед, и можно будет отдохнуть в палатке или же прогуляться по окрестностям.

**Смена высот:** Лагерь Мти Мкубва (2780 м) – Лагерь Шира 1 (3505 м)

**Дистанция трекинга:** 8 км

**Время трекинга:** 5-6 часов

### **ДЕНЬ 4. ПОДЪЁМ ОТ ЛАГЕРЯ ШИРА 1 ДО ЛАГЕРЯ ШИРА 2**

Выход из лагеря Шира 1 (3505 м) и лёгкий трекинг ко второму высотному лагерю Шира 2 (3900 м). Сам переход физически не сложный и позволит насладиться африканскими панорамами и необычной флорой горного массива Килиманджаро. Именно из лагеря Шира 2, в случае хорошей погоды, вам откроется вид на вулкан Меру (пятая вершина Африки).

По приходу в лагерь, вы пообедаете и после двухчасового отдыха состоится акклиматизационный выход в сторону лагеря Лава Тауэр с набором высоты 200 м.

**Подъем от лагеря Шира 1 до лагеря Шира 2:**

**Смена высот:** Лагерь Шира 1 (3505 м) – Лагерь Шира 2 (3900 м)

**Дистанция трекинга:** 7 км

**Время трекинга:** 3-4 часа

**Акклиматизационный выход:**

**Смена высот:** Лагерь Шира 2 (3900 м) – Ключевая точка на пути к лагерю Лава Тауэр (4110 м)

**Дистанция трекинга:** 2 км

**Время трекинга:** 1-2 часа

### **ДЕНЬ 5. ПОДЪЁМ ОТ ШИРА 2 ДО ЛАВА ТАУЭР И СПУСК К ЛАГЕРЮ БАРРАНКО**

После завтрака, выходим из лагеря Шира 2 (3900 м) и начинаем восхождение к ключевой точке маршрута – Лава Тауэр (4630 м). Вам предстоит множество подъёмов и спусков, после чего вы впервые остановитесь в лагере на высоте более 4600 м. Будет трудно и могут возникнуть некоторые проблемы с самочувствием, но для хорошей акклиматизации здесь необходимо провести хотя бы 1-2 часа, поэтому в этом месте для вас организуют обед.

Далее предстоит спуск к лагерю Барранко (3960 м), где перед вами откроется вид на известную стену Барранко, которая впечатляет своими размерами и отвесностью! На следующий день вам придётся покорить её, но не стоит волноваться, так как она имеет очень простую пешеходную тропу.

**Примечание:**

В случае плохого самочувствия одного или более участников, группа может отказаться от перехода через Лава Тауэр и сократить маршрут, пойдя по дороге для портеров. В таком случае не придётся выходить на отметку 4630 метров, останется лишь миновать максимальную высоту в 4400 метров.

**Смена высот:** Лагерь Шира 2 (3900 м) – Лава Тауэр (4630 м) – Лагерь Барранко (3960 м)

**Дистанция трекинга:** 12 км

**Время трекинга:** 6-8 часов

**ДЕНЬ 6. ПОДЪЁМ ОТ ЛАГЕРЯ БАРРАНКО ДО ЛАГЕРЯ КАРАНГА**

Ранний подъем, завтрак и начало восхождения на стену Барранко (рекомендуется выйти пораньше, чтобы не оказаться в суете других групп). Восхождение по стенке ущелья (барранкоса) не представляет из себя ничего сложного и по времени занимает всего около 1 часа, после подъёма вы сможете немного передохнуть, сделать фотографии на фоне вулкана Кибо.

Далее начинается более сложный трекинг к лагерю Каранга, так как на пути будут постоянные спуски и подъёмы, но не стоит волноваться, гид постарается подобрать для вас оптимальный темп. После того как вы подниметесь в лагерь, вам будет предложен горячий ланч. Спустя пару часов вам предстоит совершить акклиматизационный выход в сторону лагеря Барафу с набором высоты 200 м и спуститься обратно в лагерь.

**Подъем от лагеря Барранко до лагеря Каранга:**

**Смена высот:** Лагерь Барранко (3960 м) – Лагерь Каранга (4035 м)

**Дистанция трекинга:** 5 км

**Время трекинга:** 4-5 часов

**Акклиматизационный выход:**

**Смена высот:** Лагерь Каранга (4035 м) – Ключевая точка на пути к лагерю Барафу (4270 м)

**Дистанция трекинга:** 2,5 км

**Время трекинга:** 1-2 часа

**ДЕНЬ 7. ПОДЪЁМ ОТ ЛАГЕРЯ КАРАНГА ДО ЛАГЕРЯ БАРАФУ**

Утром вам приготовят завтрак, после чего начнётся восхождение к штурмовому лагерю Барафу (4640 м), именно из него вам предстоит ночной штурм пика Ухуру (5895 м). Наша команда заранее оборудует для вас лагерь, подготовит палатки и спальники, чтобы вы могли отдохнуть. После того как вы наберётесь сил, вам предстоит совершить акклиматизационный выход к промежуточному штурмовому лагерю Косово (4800 м) и спуститься обратно в Барафу, где для вас приготовят горячий ужин. Оставшееся время лучше всего посвятить отдыху и хорошенько выспаться перед ночным штурмом вершины.

**Подъем от лагеря Каранга до лагеря Барафу:**

**Смена высот:** Лагерь Каранга (4035 м) – Лагерь Барафу (4640 м)

**Дистанция трекинга:** 6 км

**Время трекинга:** 4-5 часов

**Акклиматизационный выход:**

**Смена высот:** Лагерь Барафу (4640 м) – Лагерь Косово (4800 м)

**Дистанция трекинга:** 2 км

**Время трекинга:** 1-2 часа

## **ДЕНЬ 8. ШТУРМ ПИКА УХУРУ И СПУСК ДО ЛАГЕРЯ МИЛЛЕНИУМ**

Ночной выход из лагеря Барафу (4640 м) и начало штурма вершины Килиманджаро – пика Ухуру (5895 м). Восхождение технически довольно простое, гораздо более серьёзную проблему представляет высота! На протяжении всего восхождения на каждую двойку участников будет выделен собственный гид, который будет следить за вашим физическим и моральным состоянием (при желании, после успешного выхода на пик Ухуру, можно также спуститься к ближайшему леднику). Далее предстоит возвращение в лагерь Барафу, где состоится двухчасовой отдых, после чего вы продолжите спуск к лагерю Миллениум (3820 м).

### **Примечание:**

Не забывайте, 90% происшествий происходит на спуске, все сломанные ноги/руки были повреждены именно на спуске. Также огромное внимание к ногам, можно сбить ногти на пальцах.

**Смена высот:** Лагерь Барафу (4640 м) – Пик Ухуру (5895 м) – Лагерь Миллениум (3820 м)

**Дистанция трекинга:** 15 км

**Время трекинга:** 8-12 часов

## **ДЕНЬ 9. СПУСК ОТ ЛАГЕРЯ МИЛЛЕНИУМ К ВОРОТАМ МВЕКА**

Лагерь расположен в тропическом лесу, проснувшись утром, вы почувствуете облегчение от снижения высоты и удовлетворение от покорения вершины. Вам предложат горячий завтрак и начнётся спуск к выходу из Национального парка - воротам Мвека (1640 м). Спустившись, команда соберётся, чтобы поздравить вас, после чего можно будет оставить свои впечатления о восхождении в общем журнале. Далее состоится вручение памятных сертификатов (в нашем офисе) и трансфер в отель.

**Смена высот:** Лагерь Миллениум (3820 м) – Ворота Мвека (1640 м)

**Дистанция трекинга:** 12 км

**Время трекинга:** 4-5 часов

## **ДЕНЬ 10. ВЫЛЕТ**

Отдых в отеле и трансфер в аэропорт.

### **Примечание:**

В этот день выселение (чек-аут) в отеле наступает в 11:00. При необходимости позднего выселения в случае вечернего вылета, есть возможность продления времени проживания за дополнительную плату.