

108 MT. KEŇA - SAFARI - KILIMANDŽÁRO

CHARAKTERISTIKA AKCE

Jedná se o sportovně laděný zájezd s důrazem na poznání určený hlavně milovníkům přírody a vysokohorské turistiky. Vzhledem k charakteru akce budeme po celou dobu zájezdu využívat kombinovanou dopravu. V programu není zařazen žádný noční přesun. Ubytování budeme v hotýlcích střední turistické kategorie – dvoulůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením, většinou vybavené stropním fénem. Při výstupu na Mt. Keňu nocujeme v horských chatách, místní kuchtíci zajistí plnou penzi. Na Kilimandžáru budeme nocovat ve stanech zajištěných místním partnerem. Na safari jsou noclehy v místních stanech s matracemi. Během obou horských výstupů i na safari je nutné mít pouze vlastní kvalitní spacák. V Nairobi je zajištěno ubytování bez stravy, v Arushi je ubytování se snídaní, během safari využívá skupina služby kuchaře – plná penze. Na Mt. Keni a na Kilimandžáru je zajištěn servis kuchaře (plná penze).

Český průvodce doprovází skupinu na Kilimandžáru od minimálního počtu 8 osob. Při menším počtu klientů se absolvuje výstup na Kilimandžáru pouze za účasti anglicky mluvícího průvodce.

VÝSTUP NA MT. KEŇU (5 199 m)

Druhá nejvyšší hora Afriky. Vrchol představuje sopečný klín, jádro velmi tvrdé horniny, které se vytvořilo v sopouchu sopky. K obloze tak ční dva hlavní vrcholy Batian (5 199 m) a Nelion (5 188 m) a vedlejší vrchol Point Lenana (4 985 m), který je naším cílem. Trek je plánován na 4 dny. Na Mt. Keňu půjdeme odlehčení. Po příletu do Nairobi je možné zanechat nepotřebné věci v hotelu. Pro výstup doporučujeme najmout si služby nosiče, cena na 1 den je 20 USD/nosič.

Během výstupu na Mt. Keňu nocujeme v horských chatách, nutné je mít vlastní kvalitní spacák. Místní kuchtíci zajistí plnou penzi.

Výstupová trasa - Sirimon route

Brána parku 2 600 m

1.den: Brána - Judmaier camp (3 300 m) - 3 - 4 hodiny a 8,7 km chůze

2.den: Judmaier camp – Shipton's camp (4 300 m) – 6 – 7 hodin a 14,5 km chůze

3.den: Shipton's camp - Point Lenana (4 985 m) – 3 – 4 hodiny a 2,9 km chůze, sestup Point Lenana – Mackinders camp (zde snídaně) – 4 – 5 hodin a 6 km chůze, dále sestup na Met Station (3 150 m) – 4 – 5 hodin a 10,3 km chůze

Sestupová trasa - Naro Moru route

4.den: Met Station (3 150 m) – Naro Moru gate (2 400 m) - 3 hodiny a 9,7 km chůze, odtud vlastním vozidlem přesun do Nairobi.

VÝSTUP NA KILIMANDŽÁRO (5 896 m)

Nejvyšší samostatně stojící hora světa. Tentokrát jsme zvolili nejkrásnější kombinaci cest. Výstupová trasa **Machame**, sestupová **Mweka**. Akci rozložíme do šesti dní správné aklimatizace. Nespěcháme, denní vzdálenosti jsou rozumné. Každý den je unikátním zážitkem. Skupinu budou doprovázet i místní horští vůdci. Výstup absolvujeme odlehčení, využijeme služeb místních nosičů. Ke komfortu během výstupu přispějí i služby místních kuchařů, strava je zajištěna formou plné penze, jídlo je poměrně pestré a v dostatečném množství. K nápojům - pro první den výstupu je možné potřebné tekutiny nakoupit ještě v "civilizaci" Během výstupu budeme zásobeni dostatečným množstvím nápojů v podobě čaje, kávy, převařené vody. Jako pojistku si s sebou můžete vzít prášky či kapky na dezinfekci vody.

1.den Tropickým deštným pralesem k **Machame Hut** (10 km, 5-7 hod., 1 200 m stoupání)

ADRESA

Livingstone s.r.o.
Marešova 14
602 00 Brno

TELEFON

+420 542 214 542
+420 603 877 182

EMAIL A WEB

info@livingstone.cz
www.livingstone.cz

2.den Výstup na **Shira Hut** (6 km, 5-7 hod., 840 m stoupání). Cesta mezi skalními útesy. Z **Piknic Rock** výhledy na náhorní plato Shira a sopečný kráter. Královny vegetace – mohutné senécie – starčeky i do výše trčící lobélie.

3.den Výstup na **Barranco Hut** (10 km, 5-7 hod., 110 m stoupání). Oranžové skalní útesy Lawa Tower. **Western Breech** – hlavní skalní masív „Kili“.

4.den Výstup na **Barafu Hut** (8 km, 8-9 hod., 1 300 m převýšení). Nejhezčí výhledy nad stěnou Barranco Wall. Sopečný kužel Kibo po levici. Ocitáme se ve „velkých horách“. Říčka Karanga ve stejnojmenném údolí. Vřesoviště a „měsíční krajina“. Cíl v nejkrásnějším místě Kili. Nad námi ledovce Kibo, napravo sopečný kráter s ostrými skalisky Mawenzi.

5.den Výstup na **Uhuru Peak** – nejvyšší vrchol Afriky (5 km, 6-7 hod., 650 m převýšení) Strmá cesta na Stella Point, po hřebeni k vrcholu. Vlevo ledovce Rebmann, Decken, Jižní ledové pole a Diamantový ledovec, napravo ledovec Ratzel a sopečný kráter Reusch. Jedinečná vrcholová scenérie. Sníh, led i neuvěřitelné výtvořiny ledovce pod rovníkem. Sestup s důležitým ztrácením výškových metrů.

6.den Sestup až na **Mweka Gate**. Odjezd do Moshi

CESTOVNÍ DOKLADY

Budete potřebovat platný cestovní pas (platnost minimálně 6 měsíců po návratu zpět do České republiky) s minimálně 2 volnými stránkami (pozor, na stránce nesmí být ani propitě razítka z předchozích stránek). Je vhodné vzít si s sebou fotokopie dvoustrany pasu s osobními údaji a 2 rezervní fotografie pasového formátu (pro případ ztráty nebo krádeže pasu). Pokud vlastníte dva pasy, doporučujeme si je oba vzít s sebou a každý uložit na jiné místo.

VÍZOVÁ POVINNOST

Pro občany ČR:

- **Keňa** - vízum zakoupíte po příletu na mezinárodním letišti v Nairobi nebo jej lze nově vyřídít elektronicky před cestou. Vízový poplatek činí 50 USD.
- **Tanzanie** – vízum zakoupíte po příjezdu na hranici. Vízový poplatek činí 50 USD.

Pokud cestujete s pasem jiného státu, je nutné si před cestou samostatně ověřit vízovou povinnost do navštívených zemí.

CO VZÍT S SEBOU

Jako hlavní zavazadlo si můžete vzít buď velký pohodlný batoh (ideálně s prodyšným zádočným systémem, bederním pásem a integrovanou pláštěnkou), nebo velkou cestovní tašku (pozor – bez koleček, špatně se nosí). Pokud využijete služeb nosičů, tak vám hlavní zavazadlo ponесou, ale skořepinový kufr by jim na zádech nebyl pohodlný. Počítejte s tím, že se povrch zavazadel odře a může i ušpinit, nosiči budou klást zavazadla na zem. V případě deště nosiči zavazadla zakrývají igelitovými plachtami, může se ale stát, že vám přes trhliny voda zateče až dovnitř. Je vhodné opatřit si nepromokavý vak na batoh. Budete potřebovat i menší turistický batoh cca 20-30 litrů na věci potřebné přes den (pití, fotoaparát, doklady, náhradní oblečení). Pro odkládání nepotřebných věcí před trekem (depozit v nairobském hotelu nebo v hotelu před výstupem na Kilimandžáro) doporučujeme přibalit si jednoduchý vak či tašku. Za zvážení stojí i dalekohled.

UPOZORNĚNÍ: Vzhledem k zákazu používání polyetylenových sáčků všeho druhu v Keni je třeba tyto při příletu do země odevzdat, respektive pro uložení přepravovaných věcí využít obal jiného typu.

Klimatické podmínky během treku v horách jsou variabilní a je nutné počítat s rychle se měnícím počasím. Proto je potřeba mít kvalitní vybavení. Nutný je teplý a lehký spacák (ideálně z kvalitního peří do minusových teplot cca -25°C – hodnota „komfort“), hodí se nepromokavý kryt na hlavní batoh či brašnu (je také výborným ochranným prostředkem proti oděru a prachu). Kvalitní karimatku. Doporučujeme i teleskopické trekové hole. Z oblečení budete pro nižší polohy potřebovat lehké bavlněné kalhoty, trička s krátkým rukávem, pokrývku hlavy (kšiltovku), pro vyšší polohy teplejší kvalitní trekové kalhoty, tričko s dlouhým rukávem, fleece mikinu,

nepromokavou goretexovou bundu. Pro obzvláště zmrzlé jedince možná malou skladnou lehkou péřovou nebo primaloftovou bundu (na večer). Šátek na krk, teplejší čepice, rukavice. Nejlepší variantou oblékání je tzv. vrstvení: vodě a větruodolná prodyšná svrchní vrstva (s membránou goretex), fleecová bunda, popř. izolace Polartec, spodní prádlo z funkčních materiálů. Kvalitní nepromokavé **rozšlápnuté** pohorky s goretex membránou (nohy vás na zájezdu nesou a jak se jednou udělá puchýř, těžko se při každodenní chůzi hojí), minimálně dvoje teplé vlněné ponožky, ochranné návleky. Na přezutí do lodže lehké tenisky nebo sandály.

Z dalšího vybavení na cestu doporučujeme: LED čelovou svítilnu nebo baterku. Tuto použijete, pokud půjdete v noci na WC (a také, když si budete večer číst ve spacáku). Kvalitní sluneční brýle, opalovací krém s vysokým ochranným faktorem, rychleschnoucí ručník. Kapesní nůž. Lékárničku. Kvalitnější nádoba na vodu - univerzální plastovou lahev, která je vhodná i pro přípravu horkých nápojů, např. značky Nalgene. Doporučujeme malou termosku do vyšších poloh, budete tak mít horký čaj stále po ruce. Pokud máte problémy se vstáváním, vezměte s sebou budík. Hodí se i toaletní papír (nikdy na WC nebývá) a papírové kapesníčky. Dětské vlhčené ubrousky na intimní hygienu, když není možnost sprchy. Kniha – v horách se chodí spát okolo 20h a kdo má problémy se spaním, rád si počte.

Pokud si s vybavením nebudete jistí, asi nejlépe vám poradí specializovaní prodavači v síti prodejen [HUDY](#).

Zbytek pobytu pak strávíte převážně v tričku a kraťasech. Jako obuv se hodí sportovní sandály nebo tenisky. Pro chladnější noci na safari doporučujeme přibalit dlouhé kalhoty a teplou mikinu. Důležitá je opět pokrývka hlavy (šátek, kšiltovka). Při pozorování zvířat na safari se hodí dalekohled. Repellent proti komárům.

ZDRAVÍ

S cestami do exotických zemí často souvisí i zvláštní zdravotní opatření. Do některých zemí jsou vyžadována povinná očkování, jiná jsou pouze doporučena. V tabulce níže jsou uvedena pouze nejčastější očkování pro cesty do exotických zemí. Upozorňujeme, že se tento stav může měnit. Očkování doporučená mohou být vyžadována jako povinná a naopak.

Vakcinaci a užívání léků je potřeba konzultovat s odborným lékařem.

- | | |
|------------------|------------|
| • Žlutá zimnice | Povinná* |
| • Hepatitida A+B | Doporučené |
| • Břišní tyfus | Doporučené |
| • Antimalarika | Doporučená |

*S platností od 01.02.2011 se země Východoafrického společenství (Burundi, Keňa, Tanzanie, Rwanda a Uganda) rozhodly pro plošné očkování proti žluté zimnici v důsledku jejího výskytu na jejich území. Aktuálně se toto očkování vyžaduje od všech příjíždějících cestovatelů, včetně Evropanů. Je tedy nutné mít s sebou certifikát o tomto očkování, aby se předešlo jakýmkoli administrativním nedopatřením. Tento certifikát bývá kontrolován na letištích při přiletu i na pozemním přechodu mezi Keňou a Tanzánií! Nově od roku 2016 je platnost naočkování žluté zimnice doživotní.

Se žádostí o odbornou konzultaci se obraťte na specializovaná centra cestovní medicíny. Jejich síť najdete po celé České republice - Praha, Brno, Ostrava, Olomouc, Plzeň, Zlín, Hradec Králové, Pardubice a další. Adresy a kontakty jsou uvedeny na www.ockovacentrum.cz. Konzultaci můžete absolvovat ZDARMA na základě [Konzultační karty](#).

Mimo tato pracoviště se můžete v BRNĚ obrátit na ambulanci cestovní medicíny MUDr. Vladimír Strakrle, Údolní 16 (vchodem lékárny do 1.patru), Brno tel. 545 240 743, www.strakrle.com, v PRAZE na Centrum cestovní medicíny, Havelská 14, Praha 1, tel. 222 094 121, www.medpharm.cz.

Vezměte s sebou platný mezinárodní očkovací průkaz. Doporučujeme, abyste s sebou měli kromě dostatečné zásoby léků, které pravidelně užíváte, také příruční lékárničku s léky a potřebami na případné zdravotní obtíže (střevní potíže, bolest, horečka apod.). Nezapomeňte před odjezdem navštívit kromě svého lékaře i zubaře.

POJIŠTĚNÍ

Cestovat do vzdálených končin bez cestovního pojištění je velké riziko. Pro kvalitu servisu, spolehlivost a rozsah plnění i nadále zůstáváme u ERV Evropské pojišťovny a.s. V ceně zájezdu je zahrnuto základní cestovní pojištění BASIC od ERV Evropské pojišťovny a.s., které se vztahuje na úhradu léčebných výloh v zahraničí až do částky 5,4 mil. Kč, zubní ošetření do 24 000 Kč, fyzioterapii do 120 000 Kč a na službu Euro-Center Prague - aktivní asistenci 24 hodin denně (zajištění lékařského převozu a repatriace tělesných ostatků do 1 mil. Kč a přivolání opatrovníka do 150 000 Kč).

K základnímu cestovnímu pojištění BASIC lze prostřednictvím naší cestovní kanceláře dále sjednat připojištění stornopoplatků, zpoždění či ztráty zavazadel, připojištění na vysokohorskou turistiku, apod.

- **LIVINGSTONE za cenu 990 Kč na 31 dní**
Připojištění na škodu na osobních věcech, zmeškání odjezdu, přerušení cesty, trvalé následky úrazu, nevyužitá dovolená, odpovědnost za škodu na zdraví a majetku.
- **LIVINGSTONE EXTRA za cenu 1 990 Kč na 31 dní**
Připojištění na pobyt ve výškách nad 3 000 m, na škodu na osobních věcech, zmeškání odjezdu, přerušení cesty, trvalé následky úrazu, nevyužitou dovolenou, odpovědnost za škodu na zdraví a majetku. Součástí tohoto připojištění jsou rizikové sporty a vysokohorská turistika do 6 000 m.
- **STORNO - pouze ze zdravotních důvodů cestujících**
Za 2,5 % z konečné ceny zájezdu v případě kombinace s připojištěním LIVINGSTONE nebo LIVINGSTONE EXTRA nebo 3,5 % z konečné ceny zájezdu v případě pojištění samostatného storna. Limit plnění je max. 300 000 Kč, spoluúčast 20 %.
- **STORNO PLUS - i z jiných než zdravotních důvodů cestujících** (zdravotní potíže osob blízkých, nezaviněné neobdržení víza, rozsáhlé poškození bydliště apod.)
Za 5 % z konečné ceny zájezdu v případě kombinace s připojištěním LIVINGSTONE nebo LIVINGSTONE EXTRA nebo 7 % z konečné ceny zájezdu v případě pojištění samostatného storna. Limit plnění je max. 300 000 Kč, spoluúčast 20 %.

U akcí zaměřených na vysokohorskou turistiku je nezbytně nutné sjednat si připojištění na vysokohorskou turistiku. ERV Evropská pojišťovna a.s. nabízí připojištění LIVINGSTONE EXTRA, viz informace výše. V případě, že nemáte zájem o sjednání připojištění na vysokohorskou turistiku prostřednictvím naší CK, prosíme před odjezdem o zaslání potvrzení o sjednaném připojištění na vysokohorskou turistiku (nejlépe kopii vaší pojistné smlouvy, minimálně však název pojišťovny, kontaktní linky pojišťovny a informace o výši plnění). Důrazně doporučujeme si předem u vaší pojišťovny zjistit, jak postupovat v případě pojistné události.

V případě, že se během zájezdu plánujete zúčastnit některé z aktivit jako je rafting, lezení, slaňování, výstup na vrchol vyšší než 3 000 m, potápění, bunjee jumping, jízda na koni, apod. **NEZAPOMEŇTE** si sjednat patřičné připojištění na tyto aktivity!

Více informací o pojištění a pojistné podmínky naleznete v tištěném katalogu, u pracovníků CK nebo na webových stránkách www.livingstone.cz/prakticke-informace/cestovni-pojisteni

Pojištění proti ztrátě likvidity, čili proti úpadku CK, je nutnou samozřejmostí. My jsme pojištěni u ERV Evropské pojišťovny a. s. Tato pojistka je zahrnuta v cenách našich zájezdů. Doklad o pojištění proti ztrátě likvidity od nás obdržíte na vyžádání. Další informace naleznete na www.livingstone.cz/o-nas/pojisteni-ck

VALUTOVÉ VYBAVENÍ

Místní měna:

- Keňa: 1 USD = 101 KES (keňský šilink)
- Tanzanie: 1 USD = 2286 TZS (tanzanský šilink)

Kurzy místní měny lze orientačně zjistit na <https://www.oanda.com/currency/converter/>

Nejvýhodnější měnou jsou americké dolary. V současné době lze směnit i EUR. Výhodnější jsou však stále dolary, protože s nimi lze platit i bez směny na místní měnu (výhodnější je samozřejmě cena v místní měně). Lepší kurz je za bankovky vyšších hodnot (50, 100), každopádně je dobré mít s sebou i pár bankovek malé hodnoty. Ideální jsou dolarové bankovky vydané v roce 2013 a novější. Za starší dolary je v Africe horší kurz nebo je nechtějí vůbec. Velkým problémem je mít s sebou dolary falešné (což už se také stalo). Doporučujeme měnit valutu v bance s patřičným potvrzením. Upozorňujeme, že všechny směnárny v Tanzanii byly uzavřeny. Valuty se dají směnit v bankách, které mají omezenou otevírací dobu, případně vybrat z automatů, kde se poplatky za výběr pohybují mezi 3-5 USD.

Cenová hladina ve východní Africe je zhruba srovnatelná s úrovní cen u nás. Dražší jsou pouze některé labužnické prožitky, např. restaurace Carnivore v Nairobi – cca 35 USD. Vezená dolarová suma záleží i na množství zakoupených suvenýrů: zajímavých dřevorezeb makonde, bubnů, masek, batik

Na nezbytné výdaje doporučujeme částku od 600 USD výše.

UBYTOVÁNÍ

Hotýlky (Nairobi, Arusha) turistické kategorie - dvoulůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením, většinou vybavené stropním fénem. Při výstupu na Mt. Keňu 3x nocleh v horských chatách. Stan využijete v horách – při výstupu na Kilimandžáro bude 5x nocleh v místních stanech zajištěných našim partnerem. Během safari budeme stanovat v místních stanech s matracemi (nutný je pouze vlastní spacák).

DOPRAVA

Pro tento typ zájezdu využíváme kombinovanou dopravu (místní autobus z Nairobi do Arushi, pronajatá vozidla, na safari džípy s odklápěcí střechou, taxíky).

STRAVA A NÁPOJE

Většinou se stravujeme společně v restauracích a jídelnách. Strava není zahrnuta do ceny zájezdu s výjimkou výstupu na Mt. Keňu, Kilimandžáro a safari v Tanzanii, kdy je v ceně zájezdu plná penze. Stravu zajišťují místní kuchaři, strava je pestrá a v dostatečném množství. V Arushi je ubytování se snídaní. Snídaně má kontinentální charakter – čaj, káva, džus + chléb s džemem a vajíčka upravená na různé způsoby. Často bývá podáváno i čerstvé sezónní ovoce. S dalším stravováním během dne je nápomocen průvodce, a to výběrem restaurace, příp. překladem jídelního lístku. Pro čas strávený v horách se dá většina jídla dokoupit ve větších městech. Do Afriky zatím není výrazná restrikce dovozu potravin, proto je možné vézt částečně i jídlo z domova, pokud se tak rozhodnete (suché salámy, klobásky, sladkosti, vitamíny, müsli tyčinky apod.)

Kuchyně států východní Afriky nemá žádné „národní jídlo“. Nejběžnější pochoutkou je nyama choma – velká porce pečeného masa. Základem většiny jídel je jako příloha rýže nebo ugali (hutná kaše z kukuřičné mouky), maso je nejčastěji kuřecí, hovězí příp. kozí nebo skopové se zeleninovou směsí. V pobřežních oblastech je nejlepší dát si čerstvou rybu nebo mořské plody. Pro vegetariány je omezený výběr potravin, většinou ve formě těstovin. Všude je k dostání čerstvé ovoce dle sezóny (banány, ananas, papája, avokádo, mango, citrusové plody, kokosy, guava, passion fruit...) na tržištích je možno zakoupit i zeleninu – okurky, rajčata. Nejlépe je kupovat plody, které se dají loupat, v ostatních případech je potřeba před konzumací plody omýt balenou vodou.

Během cesty je možné téměř všude zakoupit balenou vodu (výjimkou jsou národní parky, pro tuto oblast se ale vodou předzásobíme v Arushi). Během treku v horách budeme odkázáni na přírodní zdroje. Národním nápojem je zde čaj, většinou s mlékem a hodně sladký. Káva je nejčastěji instantní. Na většině míst je k dostání džus z čerstvého ovoce a další nealkoholické nápoje – Coca Cola, Fanta, Sprite. Z alkoholických nápojů je běžně k dostání poměrně dobré pivo, populární je tanzanské Konyagi nebo keňský bílý rum Kenya cane.

Voda z místních zdrojů se nedoporučuje používat ke konzumaci ani k čištění zubů. Nedoporučuje se konzumovat nápoje s ledem. Vodu je možné převařovat či dezinfikovat pomocí kapek či prášků. Na „vnitřní dezinfekci“ si můžete přibalit vzorek domácí pálenky, kterou doporučujeme přelít do plastické láhve (menší hmotnost, nižší riziko rozbití).

Orientační ceny: Jídlo v běžné turistické restauraci 15-25 USD, 1,5 l vody 1 USD, pivo 2-4 USD

SPROPITNÉ

Během safari je zvykem ocenit místního safari průvodce/řidiče spropitným. Toto spropitné se hradí na konci safari a dobrým zvykem je vložit peníze do uzavřené obálky, která se jako poděkování předá průvodci při loučení. Můžete se domluvit s vaším průvodcem a spropitné předat jeho prostřednictvím všichni dohromady, nebo jej můžete platit každý zvlášť – záleží na vaší úvaze. Doporučená výše spropitného se pohybuje mezi USD 10–15 USD/osoba/den. Záleží především na vaší spokojenosti se službami vašeho průvodce a podle toho jej nakonec oceníte. Malé spropitné očekávají i hoteloví nosiči, kteří vám za částku 2-3 USD rádi pomohou s vašimi zavazadly na pokoj.

VAŠE PŘÍPADNÉ DOTAZY RÁDI ZODPOVÍME:

V Brně:

písemně: LIVINGSTONE, s.r.o., Marešova 14, 602 00 BRNO
telefonicky: 542 214 645
e-mailem: info@livingstone.cz
osobně: po – pá 9.00 – 17.00 hodin

V Praze:

Každou středu od 10.30 do 17.30 hodin v prostorách společnosti Orbix/Student Agency, Charles Square Center, Karlovo náměstí 10, 120 00 Praha 2

Nemáte-li dosud náš katalog zájezdů, napište či zavolejte si o něj, rádi vám ho bezplatně zašleme.