

KENIA Mount Kenya – Kletterbesteigung Nelion/Batian

Kletterbesteigung des Nelion (5188m) und Batian (5199m)
die höchsten Gipfel des Mt. Kenya Massivs



Inhalt

Programmübersicht, Termine und Preise	2
Unsere Leistungen	3
Schwierigkeitsbewertung und Höhenakklimatisierung	4
Voraussetzung und Vorbereitung	4
Komfort-Bewertung	5
Ein typischer Trekkingtag am Mt. Kenya	6
Ausführliches Detailprogramm	7
Ausrüstungsliste	9
Länderinformation Kenia	10
Wichtige Reiseinformationen allgemein Geld, Visum usw.	12
Buchung und Zahlungsmodalitäten	13

Höhepunkte der Reise

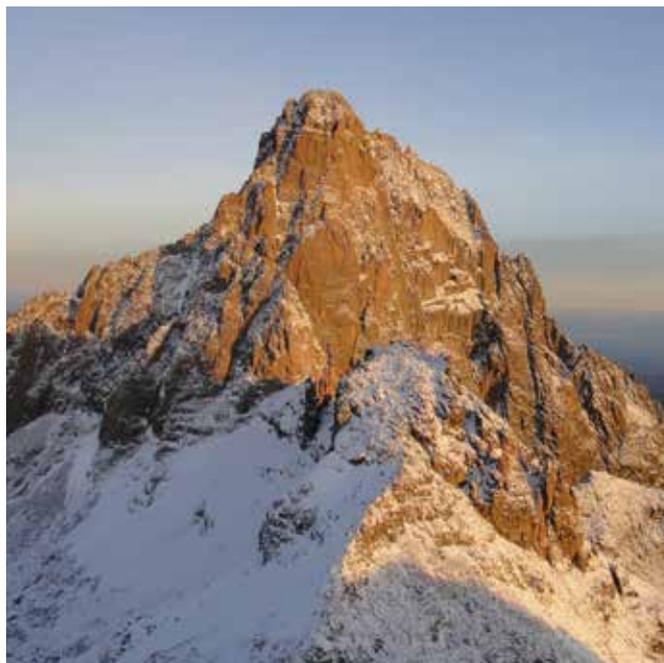
- 7-tägiges Trekking mit zweitägiger Kletterbesteigung der höchsten Gipfel Nelion und Batian im zweithöchsten Bergmassiv Afrikas.
- Akklimatisierungswanderung auf den Point Lenana mit Ausblicken bis zum Kilimanjaro
- Zweitägige Besteigung der höchsten Gipfel des Mount Kenya Massiv mit Biwack-Möglichkeit. Die Besteigung erfolgt je nach Jahreszeit über unterschiedliche Routen. Die Schwierigkeit der Kletterrouten liegt bei ungefähr 4+ (UIAA).
- Der Mount Kenya bietet einsame Bergerlebnisse in wunderschöner, intakter Natur.
- Gerne kann diese Reise auf Anfrage mit einer Safari in Kenia oder in Tansania kombiniert werden. Auch eine Kombination mit einer Kilimanjaro-Besteigung ist möglich.

TAG PROGRAMM (DEZEMBER - MÄRZ)

1	Individueller Flug nach Nairobi, Kenia
2	Über die Sirimon Route zum Old Moses Camp (3340 m)
3	Zum Shipton's Camp (4236 m)
4	Über den Southern Circuit zur Austrian Hut (4200m)
5	Sonnenaufgang am Point Lenana (4985 m)
6	Kletterbesteigung Nelion (Südost-Route)
7	Kletterbesteigung Batian - Abstieg zur Met Station
8	Abstieg und Rückfahrt nach Nairobi
9	Heimflug oder Reiseverlängerung

TAG PROGRAMM (JUNI - SEPTEMBER)

1	Individueller Flug nach Nairobi, Kenia
2	Über die Sirimon Route zum Old Moses Camp (3340 m)
3	Zum Shipton's Camp (4236 m)
4	Akklimatisierung am Point Lenana (4985 m)
5	Kletterbesteigung Batian (Nord-Route) in 2 Tagen
6	Kletterbesteigung Tag 2 - Abstieg zum Shipton's Camp
7	Abstieg zum Old Moses Camp
8	Abstieg und Rückfahrt nach Nairobi
9	Heimflug oder Reiseverlängerung



Fixtermine und Preise

TERMIN	PREIS
14.01. – 22.01.2023	€ 2.180,-
18.02. – 26.02.2023	€ 2.180,-
17.06. – 25.06.2023	€ 2.180,-
12.08. – 20.08.2023	€ 2.180,-

Individuelle Termine gerne auf Anfrage.

Die Preise gelten ab/bis Kenia (exkl. Internationaler Flug)
 Einzelzimmerzuschlag: € 70,- (nur Hotels)

Frühbucherrabatt: 3% vom Reisepreis bei Buchungen, die spätestens 6 Monate vor Reisebeginn bei uns einlangen.

! Bitte beachten Sie!

Die Besteigung des Mt. Kenya kann mit einer anschließenden Besteigung des Kilimandscharo kombiniert werden.
 Bitte kontaktieren Sie uns bei Interesse!

Wissenswertes

- Beste Reisezeit: Dezember bis März und Juli bis September
- Unterschiedliche Besteigungsrouten im Sommer / Winter
- Gruppengröße: 2 Teilnehmer (größere Gruppen auf Anfrage)
- Reiseleitung: einheimischer, englischsprachiger Bergführer
- 7 Tage Trekkingtour mit Übernachtungen in geräumigen 2-Personen-Zelten oder Hütten mit Vollverpflegung.
- Vor und nach der Bergbesteigung Übernachtungen in Hotels mit Halbpension.

Nachhaltig Reisen mit CLEARSKIES

CLEARSKIES kompensiert die CO₂-Emissionen dieser Reise inklusive der internationalen Flüge.



Reiseleitung und einheimische Mannschaft

- Reiseleitung durch einheimischen, englischsprachigen Trekkingguide
- Erfahrener, einheimischer Climbingguide (englischsprachig) für die Klettertour
- Einheimischer Koch und Trägermannschaft: Pro Person werden ca. 12 kg Freigepäck übernommen.
- *Unsere Mannschaften werden fair und landestypisch bezahlt, gut ausgerüstet und versichert. Wir legen großen Wert auf unsere Mannschaften und das gute Miteinander im Laufe einer Reise.*



Unterkunft und Verpflegung

- Übernachtungen (vor und nach den Besteigungen) in Nanyuki bzw. Nairobi auf Basis Doppelzimmer mit Halbpension
- Am Berg Übernachtungen in einfachen Berghütten oder Zelten mit Vollpension
- Am Berg ausgezeichnete Verpflegung durch unsere erfahrenen Köche. Ausgiebiges Frühstück - Mittagessen (meist Lunchbox) - Jause - sättigendes Abendessen. Zu den Mahlzeiten gibt es Tee, Kaffee, Kakao.



Austrian Hut mit Nelion

Transporte und Transfers

- Flughafentransfers
- Alle Transporte und Transfers laut Detailprogramm.
- AMREF Flying Doctors Bergung bei Unfällen

Permits und Bewilligungen

- Alle notwendigen Nationalparkgebühren und Besteigungspermits laut Reiseprogramm.

CO₂ - Kompensation

- CLEARSKIES kompensiert die anfallenden CO₂-Emissionen dieser Reise inklusive der internationalen Flüge.

Im Preis nicht enthaltene Kosten

- Internationaler Flug nach Kenia - *gerne bieten wir Ihnen ein Gesamtpaket an, inklusive individueller Flugreise ab Ihrem Wunschflughafen!*
- Visum Kenia (ca. USD 50,-)
Das Visum wird vorab online beantragt.
- Reiseversicherung: Sie können eine Reise- und/oder Stornoversicherung (Reiserücktrittsversicherung) über CLEARSKIES abschließen, gerne beraten wir Sie hierzu persönlich und machen Ihnen ein individuelles Angebot.
- Getränke
- Persönliche Ausgaben
- Trinkgelder
- Anfallende Kosten bei Programmänderungen
- Einzelzimmerzuschlag Hotels
- Alle weiteren Kosten die nicht unter „Inklusive Leistungen“ aufgezählt sind.



ALPINTECHNISCH: anspruchsvoll



Der Aufstieg erfolgt über die **Sirimon Route**. Die ersten Akklimatisierungstage sind alpine technisch unschwierig, teilweise sind etwas steilere Etappen zu bewältigen und beim Aufstieg zum Trekkinggipfel Point Lenana ist gute Trittsicherheit erforderlich, vor allem wenn man die Etappe bei Dunkelheit bewältigt.

Die Schwierigkeit der Kletterrouten liegt bei 4+ (UIAA). Es sind 15-18 Seillängen in solidem Fels zu überwinden. Außerdem ist die große Höhe von über 5000 Meter zu berücksichtigen. Der Gipfel des Batian liegt auf 5199m und der Gipfel des Nelion auf 5188m. Alpine Klettererfahrung (Mehrseillängentouren in den Alpen sind Voraussetzung). Der Abstieg über die Naromoru Route nach Süden oder die Sirimon Route nach Norden ist wiederum umschwierig.

KONDITIONELL: anspruchsvoll



Während der Akklimatisierung generell Aufstiege von 600 bis zu 900 Höhenmeter am Tag. Die Gehzeiten können bis zu 7 Stunden pro Tag betragen. Auch der Aufstieg zum Trekkinggipfel Point Lenana hat nicht mehr als 800 Hm.

Die alpine Klettertour mit 15-18 Seillängen und teilweise auch durch Schnee und Eis erschwerte Passagen in der großen Höhe von über 5000m sind eine Herausforderung und man benötigt eine entsprechende Kondition und Ausdauer.

Höhenakklimatisierung

Die große Höhe von über 5000 Metern der beiden Gipfel im Mount-Kenya Massiv stellt, neben der Kletterschwierigkeit, die größte Schwierigkeit dieser Reise dar und eine optimale Höhenakklimatisierung ist somit das Um und Auf. Um die Gefahr einer Höhenerkrankung zu minimieren, ist ein langsames Ansteigen während der ersten Etappen notwendig. Unsere erfahrenen Guides geben Ihnen während des Aufstieges viele Tipps zur Akklimatisierung.

Die Besteigung des Point Lenana ist eine zusätzliche gute Akklimatisierung.

Bitte unterstützen Sie Ihren Körper bei diesem wichtigen Prozess, indem Sie:

- die Reise gesund und ausgeruht antreten,
- in den ersten Tagen der Tour jegliche unnötigen Anstrengungen vermeiden,
- entsprechend langsam gehen („Pole Pole“), vor allem im Aufstieg
- viel Flüssigkeit (Wasser) aufnehmen
- den Anweisungen und dem Rat unserer Guides vertrauen und befolgen!
- Wir raten von der Einnahme von Medikamenten (z. B. Diamox) als Höhenkrankheits-Prophylaxe ab. Aufgrund der starken entwässernden Wirkung sind diese oftmals eher kontraproduktiv als hilfreich.



Der Midget Peak im Mt. Kenya Massiv



Der CLEARSKIES-Duffelbag

Die einzige Trekkingtasche in unserem unverwechselbaren Königsblau!

€ 119,- | € 99,-*

*Sonderpreis für Clearskies Kunden
Preise inkl. 20% MWSt. zzgl. Versand

Voraussetzung und Vorbereitung

Diese Tour ist ideal für sportliche und ambitionierte Bergsteiger, die in einem exotischen Umfeld eine Hochtour/Klettertour absolvieren wollen.

Sie betreiben regelmäßig Ausdauersport, schrecken vor Tages- und Hochtouren im Alpenraum mit 1500 bis 1800 Höhemeter nicht zurück, und haben natürlich auch Erfahrung im Alpinklettern mit Mehrseillängenrouten. Idealerweise haben Sie auch schon Erfahrung mit Höhen um 5000 Meter. Sie bringen neben der Klettererfahrung auch hochalpine Erfahrung mit und haben schon Touren mit Steigeisen absolviert.

Für die Gipfeletappen benötigen Sie neben der sportlichen Ausdauer, dem alpine technischen Können auch mentale Stärke, um den langen und anstrengenden Aufstieg bzw. Abstieg zu bewältigen.

Kulturschock Kenia

Bitte beachten Sie, dass die Mentalität in Kenia nicht mit unseren westlichen Standards verglichen werden kann. Die Gesellschaft ist nicht so leistungsorientiert, das Heute ist wichtiger als das Morgen und auch Pünktlichkeit und genaue Planung haben einen weniger großen Stellenwert. „Die Uhren laufen langsamer“. Wir erwarten von unseren Mitreisenden Offenheit und Toleranz gegenüber der fremden Kultur und auch etwas Gelassenheit, falls die zeitlichen Abläufe in Kenia nicht den europäischen Vorstellungen entsprechen, bzw. schwer nachvollziehbar sind. Die Etappen sind mit ausreichenden Zeitpuffern geplant und Sie werden Ihr Tagesprogramm problemlos erfüllen können, auch wenn z. B. die Registrierung am Gate einmal längere Zeit in Anspruch nimmt.



Der Batian – zweithöchster Gipfel Afrikas

Komfort: Hütten- und Zelttrekking



In **Nanyuki** übernachten wir in einer schönen Lodge. Die gemütliche Anlage liegt etwas außerhalb der Stadt in einem weitläufigen Garten und bietet traumhafte Ausblicke auf den Mt. Kenya.

In **Nairobi** übernachten wir in einer schön angelegten Hotelanlage mit Swimmingpool. Alle Zimmer bieten ein Badezimmer mit WC und Dusche/Bad. Die Mahlzeiten werden im Restaurant des Hotels eingenommen. Dort werden die Gäste mit einem reichhaltigen Frühstück mit viel frischem Obst und beim Abendessen mit lokalen oder internationalen Köstlichkeiten verwöhnt. In den Hotels gibt es meist kostenfreies W-LAN.

Am **Mount-Kenya** übernachten wir in kleinen, unbewirtschafteten Berghütten. Die Hütten sind einfach und schlicht, wir übernachten dort im Lager. In manchen Lagern gibt es WC und Waschbecken, weiter oben meist nur Latrinen. Es gibt hier weder elektrisches Licht noch Wasserspülung oder Toilettenpapier. Bitte nehmen Sie daher eine Stirnlampe sowie WC-Papier bzw. Feuchttücher mit.

Seit kurzem gibt es auch die Möglichkeit, am Berg in komfortablen **Zelten** unseres Partners zu übernachten. Hierfür müssen Sie neben dem Schlafsack auch eine IsoMatte mitbringen oder vor Ort ausleihen.

Die **Mahlzeiten** werden von den Köchen für die jeweilige Gruppe zubereitet und in den Räumlichkeiten der jeweiligen Hütte eingenommen.

Die abwechslungsreichen Gerichte sind dem europäischen Gaumen angepasst und sehr schmackhaft, sättigend und hygienisch zubereitet. Es gibt meist eine Suppe und anschließend ein Hauptgericht mit Reis, Nudeln, Kartoffeln oder Eiern in verschiedensten Variationen. Fleisch gibt es aufgrund der fehlenden Kühlkette meist nur während der ersten Tage.

Vegetarische Verpflegung ist kein Problem. Falls Sie Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Verpflegungswünsche haben, lassen Sie es uns bitte wissen. Wir werden versuchen, dies entsprechend der Möglichkeiten zu berücksichtigen.

Mobiltelefone: Am Berg gibt es keinen bzw. kaum Empfang. Während der Tour gibt es keine Möglichkeiten, Fotoapparate oder Mobiltelefone aufzuladen. Wir empfehlen daher die Mitnahme von Zusatzakkus bzw. Powerbanks.



Senecien im Mount Kenya Nationalpark



Am Morgen bei Sonnenaufgang wird man mit einem fröhlichen „Good Morning“ geweckt. Anschließend gibt es auf Wunsch für die Teilnehmer heißes Wasser für die Morgentoilette.

Das Hauptgepäck, welches von der Trägermannschaft übernommen wird, bringen Sie schon fertig gepackt zum Frühstück. Die Gruppe startet nach dem Frühstück in die Tagesetappe.

Während der Etappen sind regelmäßige Trink- und Fotopausen eingeplant, auch um die abwechslungsreiche Landschaft zu genießen. Wir kommen an Seen, Wasserfällen und verschiedensten Pflanzen wie Senecien oder Lobelien vorbei. Für die Mittagsmahlzeit erhalten die Teilnehmer meist ein Lunchpaket, welches bei einer Rast während des Aufstiegs verzehrt wird.

Beim Erreichen der Hütte am Nachmittag erhält man sein Gepäck und kann sich im Lager ausrasten, im Gemeinschaftsraum einfinden oder die Umgebung noch ein wenig erkunden. Bei einer Jause mit Kaffee/Tee und Keksen kann man sich stärken.

Oftmals wird am Nachmittag eine kurze Akklimatisierungswanderung zur Schlafüberhöhung gemacht.

Am Abend wird gemeinsam Abend gegessen und zumeist noch ein wenig Zeit im Gemeinschaftsraum verbracht, bevor man sich recht bald in das Lager zurückzieht.



FÜR BEIDE VARIANTEN

Tag 1: Individueller Flug nach Nairobi, Kenia

Individueller Flug nach Nairobi mit Ankunft am Vormittag. Am Flughafen werden wir von einem Mitarbeiter unserer Agentur in Empfang genommen. Nach einer dreistündigen Autofahrt erreichen wir unser Hotel in der Nähe des Sirimon Parkgates. Hier können wir nach dem Flug relaxen und uns auf die Besteigung vorbereiten.

	FAHRT	200 KM
	ÜBERNACHTUNG	Naromoru - HOTEL
	VERPFLEGUNG	A
F: Frühstück M: Mittagessen A: Abendessen		

Tag 2: Über die Sirimon Route zum Old Moses Camp (3340 m)

Nach einer kurzen Fahrt zum Sirimon Gate (2650 m) betreten wir den Nationalpark und starten unsere Tour. Die heutige Etappe führt über guten Weg durch üppige Bambus- und Heidewälder und vorbei an den Moorlandschaften des Mt. Kenya Massivs. Unsere erste Nacht am Berg verbringen wir auf 3340 Metern im Old Moses Camp. Von hier bieten sich bereits erste Blicke auf die Hauptgipfel des Mt. Kenya: Den Batian (5199 m) und Nelion (5188 m) - Ziel unserer Tour.

	HÖHENMETER AUFSTIEG	860 m
	GEHZEIT	5 Std
	ÜBERNACHTUNG	Old Moses Camp - HÜTTE
	VERPFLEGUNG	F M A

Tag 3: Zum Shipton's Camp (4236 m)

Eine lange, abwechslungsreiche und vor allem aussichtsreiche Etappe führt uns heute über mehrere kleine Pässe und Bergrücken Richtung Süden zum Shipton's Camp. Vom Old Moses Camp wandern wir am Liki North Fluss entlang und einen Bergrücken hinunter zum Mackinder Tal. Riesige Senezien, Lobelien und Heidesträucher säumen unseren Weg, bis wir in eine karge Felslandschaft gelangen und das schön gelegene Shipton's Camp (4236 m) erreichen. Hier übernachteten wir wieder in einer kleinen Hütte oder im Zelt.

	HÖHENMETER AUFSTIEG	900 m
	GEHZEIT	5 - 7 Std
	ÜBERNACHTUNG	Shiptons Camp (4236 m) - HÜTTE
	VERPFLEGUNG	F M A

Ab hier verläuft das Programm unterschiedlich - je nach Jahreszeit und Route.

SOUTH-EAST-FACE (Dezember - März)

Tag 4: Über den Southern Circuit zur Austrain Hut (4790m)

Die heutige Etappe führt uns über den steilen Hausbergpass (4591 m) auf die Westseite des Mt. Kenya Massivs. Vorbei an vielen kleinen Seen („Tarn“), deren Gewässer zum Teil wie Edelsteine in der Sonne leuchten, wandern wir in einigem Auf und Ab an der Westseite des Batian (5199 m) und des Point Pigott (4957 m) zum Two-Tarn Camp und weiter in das Teleki-Tal. Nach einem Zwischenstopp im Mackinders Camp (4200 m), steigen wir weiter zur Austrian Hut auf, wo wir die Nacht verbringen.

	HÖHENMETER AUFSTIEG	600 m
	GEHZEIT	7 Std
	ÜBERNACHTUNG	Austrain Hut (4790 m) - HÜTTE
	VERPFLEGUNG	F M A

Tag 5: Sonnenaufgang am Point Lenana (4985 m)

Früh am Morgen starten wir den Aufstieg zum Point Lenana, der uns in vielen steilen Serpentin von der Austrian Hut (4790 m) bis zum Gipfel führt. Bei Sonnenaufgang erreichen wir den 4985 Meter hohen Point Lenana. Das Gipfelpanorama reicht bei gutem Wetter bis zum Kilimanjaro. Anschließend steigen wir wieder zur Austrian Hut ab, wo wir unseren Climbing Guide treffen und uns auf die morgige Klettertour vorbereiten.

	HÖHENMETER AUFSTIEG	385 m
	HÖHENMETER ABSTIEG	385 m
	GEHZEIT	3-4 Std
	ÜBERNACHTUNG	Austrain Hut (4790 m) - HÜTTE
	VERPFLEGUNG	F M A

Tag 6-7: Gipfelbesteigung Nelion/Batian

Gemeinsam mit dem Climbing Guide besteigen wir den Mt. Kenya über die Südost-Route. Diese Normalroute von der Südseite führt zunächst hinauf auf den Gipfel des Nelion (5188m).

Wir haben einen zweiten Tag für die Besteigung des Batian (5199m) eingeplant. Dafür machen wir ein Biwack zwischen den beiden Gipfeln. (Schlafsack, Steigeisen, Pickel müssen von den Teilnehmern selbst mitgenommen werden)

Wenn das Wetter entsprechend ist, besteigen wir am darauffolgenden Tag den Batian und steigen anschließend bis zur Met Station ab.

	HÖHENMETER AUFSTIEG	400 m
	GEHZEIT PRO TAG	7-8 Std
	HÖHENMETER ABSTIEG	2000 m
	ÜBERNACHTUNG	Met Staion (3050 m) - HÜTTE
	VERPFLEGUNG	F M A



NORTH-FACE (Juni - September)

Tag 4: Akklimatisierung am Point Lenana (4985 m)

Nach dem Frühstück steigen wir auf den Aussichtsgipfel des Point Lenana auf. Nach ca. 4 Stunden erreichen wir den 4985 Meter hohen Point Lenana. Das Gipfelpanorama ist einzigartig und atemberaubend und reicht bis zum Kilimanjaro, dessen Vulkankegel bei gutem Wetter am Horizont sichtbar ist. Nach einer ausgiebigen Gipfelrast steigen wir wieder ins Shiptons Camp ab, wo wir unseren Climbing guide treffen und uns auf die mogrige Klettertour vorbereiten.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	695 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	695 m
🕒	GEHZEIT	7 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG Shiptons Camp (4236 m)- HÜTTE	
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

Tag 5-6: Gipfelbesteigung Batian (5199 m)

Gemeinsam mit dem Climbing Guide besteigen wir den Mt. Kenya über die North Face - Route. Über diese Normalroute erreicht man den Gipfel des Batian (5199m). Wir haben auch hier einen zweiten Tag für die Besteigung eingeplant, da die Besteigung über die Nordseite um einiges länger ist und man auch hier meistens ein Biwack einplanen muss. (Schlafsack, Steigeisen, Pickel müssen von den Teilnehmern selbst mitgenommen werden)

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1000 m
🕒	GEHZEIT PRO TAG	7 - 8 Std
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1000 m
🏠	ÜBERNACHTUNG Shiptons Camp (4236 m)- HÜTTE	
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

Nach der Besteigung steigen wir wieder in das Shiptons Camp ab.

Tag 7: Abstieg zum Old Moses Camp

Nach dem Frühstück wandern wir zurück zum Old Moses Camp, wo wir eine letzte Nacht im Zelt oder in der Hütte verbringen.

🕒	GEHZEIT	5-6 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Old Moses Camp - HÜTTE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

FÜR BEIDE VARIANTEN

Tag 8: Abstieg und Rückfahrt

Nach dem Frühstück wandern wir in ca. 3 Stunden zurück zum Gate, wo unsere Autos auf uns warten. Hier verabschieden wir unsere einheimische Trägermannschaft und fahren zurück nach Nairobi, wo wir am späten Nachmittag in unserem Hotel eintreffen.

🚗	FAHRT	190 KM
🕒	GEHZEIT	3 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Nairobi - HOTEL
🍴	VERPFLEGUNG	F A

Tag 9: Heimflug oder Reiseverlängerung

Je nach Flugverbindung Transfer zum Flughafen und Heimflug und Weiterreise.

🍴	VERPFLEGUNG	F
---	-------------	---



Schlafsack/Gepäck

- Schlafsack mit Komfortbereich mind. -10°C
- Isomatte (z.B. Therm a Rest)
- Tagesrucksack (Vol. 30 - 40 Liter)
z.B. Gregory Z40 oder Gregory Jade 38 (mit integrierter Regenhülle)
- Seesack oder Rucksack zum Transportieren der persönlichen Ausrüstung (Träger)
z.B. CLEARSKIES Duffle Bag (85 Liter)
- Wanderstöcke (teleskopisch)
- evtl. aufblasbarer Kopfpolster

Schuhe

- Bergschuhe mit fester Profilsohle (knöchelhoch)
- Turnschuhe oder andere Freizeitschuhe bzw. Badeschlappen
- evtl. leichte Gamaschen für Gipfetappe (Schotter)

Bekleidung

- Regen- und windfester Anorak (Goretex)
- Regenschutz: Rucksackhülle, Regenponcho oder Überhose, ein kleiner Knirps ist von Vorteil
- Warme Bekleidung (z.B. Fleecejacke oder -pullover), empfehlenswert sind ein leichter Daunen- oder Primaloft Anorak
- Zweckmäßige Wander- und Bergkleidung (u. a. 2 Paar lange Hosen, 3 Paar Bergsocken)
- Thermo-Unterwäsche
- Mütze, warme Handschuhe
- Halstuch oder Schlauchtuch („Buff“) (als Mundschutz vor Staub und kalter Luft)

Ein paar Tipps

- **Früchte-, Kräuter- oder Grüner Tee**
Als Abwechslung zum angebotenen Schwarztee auf den Hütten und in den Zeltlagern
- **Plastiverbot in Kenia**
Kenia hat 2017 eines der strengsten Gesetze gegen Plastikmüll erlassen. Verzichten sie beim Packen sofern möglich auf Plastiktüten, da diese in Kenia verboten sind.
- **Gepäcksverzögerungen**
Auf Grund von oftmaligen Gepäcksverzögerungen bei der Ankunft in Kenia raten wir Ihnen, die wichtigsten persönlichen Ausrüstungsgegenstände in Ihr Handgepäck bzw. in die Flugkabine mitzunehmen: z.B. Schlafsack, Bergschuhe, Anorak usw.

Alpintechnische Ausrüstung

- Sitzgurt
 - Abseilgerät (Achter, Verso o.Ä.)
 - Helm
 - ev. Steigeisen (werden sonst vor Ort gestellt)
 - ev. Pickel (wird sonst vor Ort gestellt)
- (die restliche Ausrüstung wie Seil, Karabiner etc. wird gestellt)

Persönliche Hygiene/Medikamente

- Persönliche Medikamente und erste Hilfe
- Impfschutz überprüfen (siehe „Gesundheitsinformation“)
- Kulturbbeutel und Handtuch
- Klopapier (1 Rolle)
- Evtl. Handdesinfektionsgel
- Feuchttücher
- Wasserentkeimungstabletten (z.B. Micropur, Aqua Mira, o.ä.)

Sonstiges

- Sonnenschutz (z.B. LSF +30), auch für die Lippen
- Sonnenbrille, Sonnenhut
- Taschenlampe oder Stirnlampe
- Taschenmesser (bitte nicht im Handgepäck!)
- Fotoapparat
- Speicherkarten für Fotoapparat, Ersatzbatterien, Ersatzakku
- Ladegerät für Fotoapparat bzw. Mobiltelefon
- Evtl. Höhenmesser, Kompass
z.B. CASIO ProTrek PRW-2500 (Solarbetrieb, Weltzeit usw.)
- 1-2 Trinkflaschen (je Vol. 1 Liter) und 1 Thermosflasche (Bitte beachten, dass Leichtplastikflaschen am Berg nicht erlaubt sind!)
- Müsliriegel, Nüsse oder ähnliches als Kraftfutter für Gipfetappe
- evtl. Adapter/Reisestecker für Hotel
- evtl. Fernglas für Safarifahrt

! Bitte beachten!

Pro Teilnehmer werden ca. 12 kg an Gepäck von den Trägern übernommen. Sie tragen untertags nur Ihren Tagesrucksack.

Geografie / Landschaft

Kenia liegt im Osten Afrikas und wurde erst von Deutschland und schließlich für lange Zeit von Großbritannien kolonialisiert. 1963 erfolgte die Unabhängigkeitserklärung. Heute gilt es als wirtschaftlich erfolgreichstes Land Ostafrikas. Die Nachbarländer Kenias sind Südsudan, Äthiopien, Somalia, Tansania und Uganda. Im Osten des Landes verläuft die Küstenlinie am Indischen Ozean. Das Landschaftsbild Kenias setzt sich aus Savannen, Seen, dem Afrikanischen Grabenbruch und bergigem Hochland zusammen. Das teilweise vergletscherte Mount Kenya Massiv, dessen höchster Berg Batian mit 5199 Metern der zweithöchste Berg Afrikas ist, liegt 140 km nordöstlich von der Hauptstadt Nairobi. Wie auch das Kilimandscharo-Massiv bildetet sich das Mount Kenya Massiv um einen – mittlerweile erloschenen – Vulkan. Die höchste Erhebung, der Batian, ist ein Klettergipfel, auf der leichtesten Route müssen Kletterpassagen bis zum III. Grad bewältigt werden. Die dritthöchste Erhebung, der Point Lenana mit 4985 Metern, kann auch erwandert werden. Das Gebiet rund um das Massiv gehört zum Mount Kenya Nationalpark und wurde zu UNESCO Weltnaturerbe erklärt.

Kenia exportiert in erster Linie Kaffee und Tee und ist mittlerweile der weltweit größte Blumen-exporteur. Die Blumen, v. a. Rosen, werden in Plantagen am Naivashasee gezüchtet. Neben diesen Exportgütern spielt der Tourismus eine wichtige Rolle in Kenia. Dennoch ist das Mount Kenya Massiv nach wie vor touristisch wenig erschlossen.

Tierwelt / Nationalparks

In Kenia gibt es viele Nationalparks und Naturparks. Die bekanntesten sind der Tsavo Nationalpark, Masai Maro, Lake Nakuru und Meru. Zu den in Kenia vorkommenden Tieren gehören u. a. Gnus, Zebras, Antilopen, Büffel und Impalas. Daneben sind auch Elefanten, Giraffen, Nashörner und Löwen anzutreffen. Auch am Mount Kenya Massiv gibt es im tief gelegenen Urwald- und Bamubsgürtel eine große Artenvielfalt und gute Möglichkeiten für Tierbeobachtung.

Klima / Trekkingwetter

Das Klima im Hochland Kenias (über 1800 Metern) unterscheidet sich von tieferen Lagen an der Küste und am Viktoriasee durch kühlere Temperaturen. April bis Juni sowie Oktober bis November sind die Phasen der Regenzeit, wobei die kältesten Monate im Hochland zeitlich in den europäischen Sommer im Juli und August mit einem Tagesmaximum von 10° Celsius fallen. Die wärmsten Monate sind Januar und Februar mit etwa 25-26° Celsius. Im Gebirge kann es durch Wind noch kühler werden. Speziell in der Nacht fallen die Temperaturen bis auf 0° Grad, über 4500 Metern auch unter den Nullpunkt.

Klimatabelle Nairobi (1795 m)

	JAN	FEB	MAR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
TEMPERATUR MAX. (°C)	27	28	28	26	25	24	23	23	26	27	25	25
TEMPERATUR MIN. (°C)	13	13	14	15	14	12	11	12	12	13	14	13
SONNENSTUNDEN	9	9	9	7	6	5	4	4	6	7	7	8
REGENTAGE	4	4	7	12	10	4	2	2	3	6	13	6
NIEDERSCHLAG (MM)	42	48	69	156	109	27	12	14	25	43	121	80

Bevölkerung und Sprache

In Kenia leben 52 Volksgruppen, die über 50 Sprachen und Dialekte sprechen. Insgesamt beträgt die Bevölkerungszahl 47 Millionen. Die Nationalsprachen sind Englisch und Swahili. Englisch ist Unterrichtssprache, weshalb die Verständigung auf Englisch normalerweise gut funktioniert.



Two Tarn



Pt. Lenana (links) mit Nelion und Batian

Währung

Offizielle Währung ist der Kenianische Schilling (KES), mit dem derzeitigem Kurs von ca. 1,-€ = 120,- KES. Ein Kenianischer Schilling ist in 100 Cents eingeteilt. Die Mitnahme von Fremdwährung ist unbegrenzt erlaubt, doch deklarationspflichtig. Sie können KES nur in Kenia wechseln. Es empfiehlt sich die Mitnahme von **EUR oder US Dollar** in bar.

Bitte achten Sie darauf, dass die Scheine (speziell US-\$) neu sind, da sie sonst zu einem schlechteren Kurs angenommen werden.

Am besten wechseln Sie etwas Geld (50 - 100 EUR/USD sind ausreichend) nach Ihrer Ankunft auf der Fahrt zum Hotel in einer Wechselstube (Fragen Sie Ihren Fahrer, er ist Ihnen hier gerne behilflich). Große Scheine (US \$ 50.- und 100.-) werden zu einem besseren Kurs gewechselt.



Visum Kenia

Für die Einreise nach Kenia ist ein Electronic Travel Authorisation (eTA) verpflichtend.

Dieses muss im Vorfeld online beantragt werden. Die zur Beantragung des eTA erfolgt auf folgender Homepage: <http://evisa.go.ke/evisa.html>

Bitte beachten Sie, dass Ihr Reisepass bei Einreise noch mind. 6 Monate gültig sein und mindestens 1 freie Seite haben muss. Die Kosten betragen aktuell USD 32,50.

Das ausgedruckte Dokument müssen Sie bei Ankunft am Flughafen vorlegen.

Sie benötigen für die Beantragung Ihren Reisepass, ein Passbild sowie einen Hotelvoucher (erhalten Sie von uns) und Ihr Flugticket.



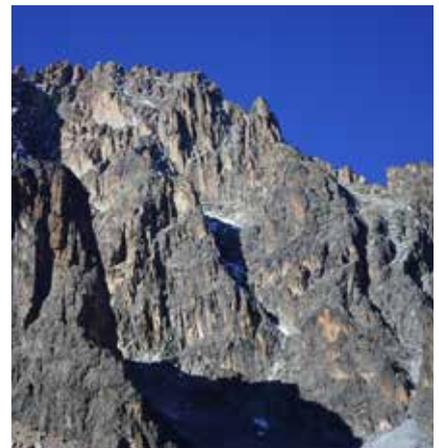
Bitte beachten: Die Beantragung des Visum ist erst ab 3 Monate vor Abreise möglich - die Ausstellung dauert jeweils bis zu 10 Werktagen.

Gesundheitsinformationen / Impfungen

Für die Einreise nach Kenia aus Österreich bzw. Deutschland sind keine Impfungen vorgeschrieben. Empfehlenswert sind wie bei den meisten Fernreisen Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Tetanus, Typhus und Hepatitis A u. B. Für längere Aufenthalte sind Impfungen gegen Cholera, Gehirnhautentzündung angeraten.

Malaria: Für Kenia wird eine **Malaria-Prophylaxe** angeraten. Allerdings gelten Gebiete über 2000 Metern Seehöhe generell als zu hoch für die Malaria-Mücke.

Für den Aufenthalt im Amboseli Nationalpark, in den Städten oder optionale Safariverlängerungen empfehlen wir folgenden Malaria-Schutz: wirksamer Insektenschutz, den ganzen Körper abdeckende Kleidung, Insektensprays zum Imprägnieren der Kleidung, Hotels mit Aircondition und/oder nächtens Moskitonetze bei Zeltsafaris.



Falls Sie im Anschluss zum Kilimanjaro fahren!

Bitte beachten - Gelbfieberimpfung! Eine Gelbfieberimpfung ist für eine Überlandfahrt von Kenia verpflichtend. Internationale Impfkarte nicht vergessen!

Bitte lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten!

In die Reiseapotheke gehören jedenfalls Medikamente gegen Durchfall, Antibiotika, Lotion gegen Insekten, Sonnenschutzmittel und Verbandszeug.

Beachten Sie bitte, dass die medizinische Versorgung in Kenia nicht dem westeuropäischen Standard entspricht. Die Zahl der HIV-infizierten Personen ist hoch, Vorsichtsmaßnahmen werden daher dringend empfohlen. Berücksichtigen Sie das bitte bei Ihrem Versicherungsschutz während der Reise.



Trinkwasser

Bitte trinken Sie niemals Wasser aus dem Wasserhahn, einem Brunnen oder Bach, ohne es vorher zu entkeimen (z.B. mit Micropur) oder abzukochen. Zähneputzen ist in der Regel kein Problem. Achten Sie beim Kauf von Mineralwasser darauf, dass der Verschluss intakt ist.

Bitte beachten Sie, dass am **Berg keine Leichtplastik-Flaschen erlaubt** sind. Sie erhalten von Ihrer Küchencrew abgekochtes Wasser, welches in Ihre Trinkflasche (Sigg, Nalgene o.ä. bzw. Thermosflasche) abgefüllt wird. Sie können dieses Wasser, wenn Sie möchten noch zusätzlich entkeimen, dies ist bei abgekochtem Wasser aber nicht notwendig.

Elektrischer Strom

Für elektrische Geräte benötigt man dreipolige Stecker. (Zwischenstecker erforderlich - 240 Volt/50 Hertz, meist kann man diese im Hotel ausleihen). Ladegeräte mit schmalen Steckern können üblicherweise ohne Adapter verwendet werden.

Geld

Kreditkarten/Bankomatkarten: Es gibt in Kenia mittlerweile einige Geldautomaten (ATM), an denen Sie mit Ihrer Bankomat- oder Kreditkarte Geld beheben können.

Generell raten wir jedoch weiterhin dazu, Bargeld mitzunehmen und die Bankomatkarte nur für Notfälle zu verwenden, da man sich nicht auf die Geräte nicht immer verlassen kann.

Bitte beachten Sie, dass seit 15.12.2014 das GeoControl Schutzprogramm für Bankomatkarten in Kraft ist. Für Bargeldbehebung außerhalb Europas muss Ihre Bankomatkarte von Ihrer Bank freigeschaltet werden! Bitte kontaktieren Sie Ihre Bank!

Die Ausfuhr der Landeswährung ist verboten, die Mitnahme von Fremdwährung ist bis zum bei der Einreise deklarierten Betrag erlaubt. Keine Beschränkungen sind hinsichtlich Waren bekannt. Die Ausfuhr von Gegenständen, die aus dem Material geschützter Tiere hergestellt sind und nicht den Vorschriften des Washingtoner Artenschutzabkommen entsprechen, ist verboten.

Trinkgeld

Unsere Mannschaften werden ausreichend und den landesüblichen Maßstäben entsprechend gut entlohnt. Aber natürlich stellt das Trinkgeld für diese Menschen eine willkommene und oftmals erwartete Nebeneinnahmequelle dar.

Bitte rechnen Sie folgende Trinkgelder für die Mannschaften ein:

Ca. USD 80 bis 100,- pro Teilnehmer. Üblicherweise wird das Trinkgeld von den Teilnehmern gesammelt und am Ende der Tour auf die Mannschaft aufgeteilt. Das Trinkgeld wird üblicherweise in USD ausbezahlt, kann aber auch in Kenianischen Shilling oder Euro bezahlt werden (Bitte keine EURO Münzen!).

Die Trinkgelder variieren je nach Gruppengröße; in unseren letzten Reiseinformationen - ca. 1 Monat vor Abreise - erhalten Sie nochmals genauere Informationen zum Trinkgeld.

Bitte beachten Sie: Das Trinkgeld ist Ausdruck Ihrer Zufriedenheit und es bleibt Ihnen überlassen, in welcher Höhe Sie Trinkgeld geben. Wir raten Ihnen, das Trinkgeld jedem Träger bzw. Guide am Ende persönlich zu geben und nicht eine Gesamtsumme an den Guide. So schließen Sie Missverständnisse aus.

Am Berg werden Sie ansonsten kaum Geld brauchen, ein paar einzelne Dollars (10 – 20) bzw. Kenianische Shillings sind aber immer gut in der Tasche zu haben.



Im Mount Kenya Nationalpark



Kilimanjaro 5895m.



Geschenke

Sollten Sie etwaige Geschenke für Einheimische mitnehmen wollen, bitten wir Sie dies im Vorhinein mit uns zu klären, nicht alle „gut gemeinten“ Geschenke erfüllen diesen Zweck, manche können eher schädlich sein. Als Gastgeschenke eignen sich erfahrungsgemäß z.B. Taschenmesser, Stirn-/Taschenlampen, und vor allem nicht mehr gebrauchte (aber in gutem Zustand) **Anoraks, Fleecejacken, Bergschuhe**, usw.

Bitte beachten Sie, dass Geschenke kein Trinkgeldersatz sind.

Wir wollen die einheimischen Kinder nicht zu Bettlern erziehen daher bitten wir Sie, weder Süßigkeiten noch Stifte u. dgl. an die Kinder entlang des Treks zu verteilen!



Buchung und Zahlungsmodalitäten

Buchung der Reise

Für eine Buchung dieser Reise bitten wir Sie, das entsprechende Formular auf unserer Webseite auszufüllen. Gerne können Sie auch in unserem Büro anrufen...

Nach Eingang Ihrer Buchung erhalten Sie so rasch wie möglich eine entsprechende Buchungsbestätigung sowie die Rechnung über die Anzahlung der Reise (20%).

Diese Anzahlung ist umgehend zu begleichen.

Sollten Sie Ihre Internationale **Flugreise** ebenfalls über CLEARSKIES buchen, so werden Ihnen die entsprechenden Kosten sofort in Rechnung gestellt.

Ebenso wird eine eventuelle **Reiseversicherung**, die Sie über CLEARSKIES abschließen sofort in Rechnung gestellt.

Die Restzahlung der Reise ist innerhalb von 20 Tagen vor Abreise fällig. Wir senden Ihnen rechtzeitig eine Rechnung sowie alle letzten wichtigen Infos vor Ihrer Abreise zu.

Bezahlung

Spesenfreie Banküberweisung: Sie erhalten mit der Rechnung unsere Kontodaten und können die Zahlung spesenfrei durchführen.

Kunden aus der Schweiz können unsere **CHF-Kontoverbindung** in der BTV Staat (Schweiz) spesenfrei nutzen.

Kreditkartenzahlung: Die **Bezahlung Ihrer Reise mit Kreditkarte** ist prinzipiell möglich. Bitte beachten Sie, dass hier teilweise Spesen entstehen können. Bitte kontaktieren Sie uns diesbezüglich telefonisch.



Optionale Erholungsverlängerung in Sansibar