



Kilimanjaro und andere Berge Afrikas

Aus den Hochebenen Ostafrikas und dem Rift Valley ragen mehrere hohe Berge vulkanischen Ursprungs empor. Die Besteigung eines der Gipfel ist ein unvergessliches Erlebnis und auch eine ideale Ergänzung zu Safaris oder Badeferien. Allerdings stellt die Höhe mancher Berge recht hohe körperliche Anforderungen. In den Waldgürteln um die Bergmassive lebt eine artenreiche Tierwelt, und in höheren Vegetationszonen konnten sich märchenhafte Pflanzen entwickeln, die nirgendwo sonst vorkommen.

Kilimanjaro 5896 m

Der Kilimanjaro in Tanzania ist zweifellos der König der Berge Afrikas. Er kann ohne technische Hilfsmittel bis zum höchsten Punkt bestiegen werden, stellt aber aufgrund der Höhe hohe Anforderungen an Gesundheit und körperliche Kondition. Alle Routen beinhalten den Transfer von und nach Arusha.

Marangu Route

Klassische und am meisten begangene Route, Übernachtungen in Berghütten.

1. Tag Aufstieg zur Mandara Hütte / 2700m.
 2. Tag Aufstieg zur Horombo Hütte / 3720m.
 3. Tag Aufstieg zur Kibo Hütte / 4705m.
 4. Tag Nachts Aufstieg via Kraterwand, Gillmans Point / 5600m zum höchsten Punkt Afrikas / Uhuru Peak / 5896m. Abstieg zur Horombo Hütte.
 5. Tag Abstieg zum Marangu Gate.
- Verlängerung** Akklimatisierungstag Horombo Hütte.

Machame Route

Beliebte Alternative zur Marangu Route mit spektakulären Ausblicken auf Gletscher und Eisfelder. Abstieg auf der Mweka Route. Übernachtungen in Zelten.

1. Tag Aufstieg zur Machame Hütte / 3000m.
 2. Tag Aufstieg zum Shira Camp / 3840m.
 3. Tag Aufstieg zur Barranco Hütte / 3950m.
 4. Tag Aufstieg zur Barafu Hütte / 4600m.
 5. Tag Nachts Aufstieg via Kraterwand, Stella Point zum Gipfel. Abstieg via Barafu / Mweka Route bis zum Mweka Camp / 3100m.
 6. Tag Abstieg zum Mweka Gate.
- Verlängerung** Zusätzlicher Akklimatisierungstag möglich

Rongai Route

Seltener begangene Route auf der Kenia zugewandten, trockeneren Seite mit Blick zum Amboseli und Tsavo NP. Übernachtungen in Zelten.

1. Tag Aufstieg zum First Camp / 2700m.
2. Tag Aufstieg zum Kikelewa Camp / 3600m.
3. Tag Aufstieg zur Mawenzi Tarn Hütte / 4330m.
4. Tag Vorbei am Mawenzi zur Kibo Hütte / 4705m.
5. Tag Nachts Aufstieg via Kraterwand, Gillmans Point zum Gipfel. Abstieg zur Horombo Hütte.
6. Tag Abstieg zum Marangu Gate.

Lemosho Route

Wenig benutzte, anspruchsvolle Route von der Westseite über das Shira Plateau. Landschaftlich reizvoll mit vielen endemischen Pflanzen, u.a. Riesen Lobelien. Zweiter Teil des Aufstieges ist parallel zur Machame Route. Übernachtungen in Zelten.

1. Tag Aufstieg zum Big Tree Camp / 2700m.
2. Tag Aufstieg zum Shira I Camp / 3006.
3. Tag Aufstieg zum Shira II Camp / 3840m.
4. Tag Aufstieg zur Barranco Hütte / 3950m.
5. Tag Aufstieg zur Barafu Hütte / 4600m.
6. Tag Nachts Aufstieg via Kraterwand, Stella Point zum Gipfel. Abstieg via Barafu / Mweka Route bis zum Mweka Camp / 3100m.
7. Tag Abstieg zum Mweka Gate.

Umbwe Route

Selten begangene, steile Route. Direktester Weg zum Gipfel, aber sehr gute Kondition ist unerlässlich. Übernachtungen in Zelten.

1. Tag Aufstieg zum Cave Camp / 2850m.
2. Tag Aufstieg zur Barranco Hütte / 3950m.
3. Tag Aufstieg zur Barafu Hütte / 4600m.
4. Tag Nachts Aufstieg via Kraterwand, Stella Point zum Gipfel. Abstieg via Barafu / Mweka Route bis zum Mweka Camp / 3100m.
5. Tag Abstieg zum Mweka Gate.

Mt Meru 4566 m

Der Mt Meru ist sozusagen der kleine Bruder des Kilimanjaro und Teil des Arusha NP mit reicher Tierwelt, üppigen Wäldern und faszinierender Vulkanlandschaft. Bei einer starken Eruption fielen Teile des Kegels in sich zusammen, weshalb das Gipfelmassiv so zerklüftet, und der Kraterboden von einer Seite offen zugänglich ist. Selten begangener Berg mit Sicht auf Kilimanjaro und Ngorongoro.

1. Tag Fahrt von Arusha zum Arusha NP. Aufstieg durch Waldgebiete zur Mariakamba Hütte / 2541m.
 2. Tag Via Big Valley zur Saddle Hütte / 3570m. Möglichkeit zur Besteigung des Little Meru / 3794m.
 3. Tag Nachts Aufstieg zum Gipfel / 4566m. Abstieg zum Momella Gate und Rückfahrt nach Arusha.
- Verlängerung** Zusatznacht in Mariakamba Hütte beim Abstieg.





Ol Doinyo Lengai

Ein magischer Vulkan, der nahe dem Lake Natron aus dem Grossen Afrikanischen Rift Valley emporragt. Der Gipfel ist bescheidene 2878m hoch, aber der steile Aufstieg auf un stabilem Grund ist sehr beschwerlich. Entschädigt wird man durch traumhafte Ausblicke – bei gutem Wetter bis zum Kilimanjaro. Der Vulkan ist immer noch aktiv, letztmals 2007, weshalb eine Besteigung immer von der aktuellen Situation abhängig ist.

Kann auf Lodge- oder Campinsafaris als Zusatztag geplant werden.

Wandersafaris in Nordtanzania

Safaris mit Tierbeobachtungen, anderen Wanderungen und – je nach Situation – auch die Besteigung des Ol Doinyo Lengai, siehe S.11.

Semien / Bale Mountains

siehe Äthiopien S.88

Mehrtägiges Trekking durch wunderschöne, zerklüftete Bergwelt bis über 4600m, die von Tieren bewohnt wird, die nur in Äthiopien vorkommen, wie z.B. dem Abessinischen Wolf, Dschelada Pavian und Semien IbeX/Steinbock.



Mt Kenya 5200 m

ab/bis Nairobi 6 oder 7 Tage

Die Gipfelregion des Mt Kenya ist zerklüftet, und daher ist der Weg zu den Gipfeln sehr abwechslungsreich. Das Gipfelmassiv besteht aus drei Gipfeln: Batian / 5199m, Nelion / 5188m und Pt. Lenana / 4985m. Bei einem Trekking, vergleichbar mit Kilimanjaro und Mt Meru, kommt nur der Point Lenana in Frage, was aber das Erlebnis nicht schmälert – es ist in jedem Fall kaum zu übertreffen. Die dichten Bergwälder sind sehr reich an Tieren, u.a. Elefanten, Büffel und mehrere Affenarten. Über der Baumgrenze erstreckt sich eine Heidelandschaft mit märchenhaften Pflanzen und Bergseen.

Trekking zum Point Lenana / 4985m

Umwanderung des Gipfelmassivs zum Point Lenana

1. Tag Von Nairobi zum Fuss des Mt Kenya. Übernachtung im Mountain Rock Hotel / 1950m.
2. Tag Fahrt zum Tor des NP / 2650m und Aufstieg zur Old Moses Hütte / 3300m.
3. Tag Aufstieg zur Shiptons Hütte / 4200m.
4. Tag Umwanderung des Gipfelmassivs zur Mackinders Hütte / 4200m.
5. Tag Aufstieg zum Point Lenana / 4985m, Abstieg zur Shiptons Hütte.
6. Tag Abstieg zum Mountain Rock Hotel.
7. Tag Rückfahrt nach Nairobi.

Nelion 5188m und Batian 5199m

Die höchsten Gipfel des Mt Kenya sind nur wirklich erfahrenen Bergsteigern mit fortgeschrittenen Kletterkenntnissen und guter Ausrüstung zugänglich.



Ruwenzori 5109 m

Uganda, ab/bis Kampala 10 Tage

Wahrscheinlich entspricht der 1906 erstmals von Europäern bestiegene Ruwenzori den legendären Mondbergen, von denen bereits Ptolemäus im Jahr 150 n.Chr. als Ursprungsort des Nils berichtet hatte. Das Trekking bietet einmalige Erlebnisse, stellt aber körperlich hohe Anforderungen, u.a. wegen der oft schwierigen Witterungsverhältnisse.

1. Tag Von Kampala zum Ruwenzori. Hotel.
2. Tag Aufstieg zur Nyabitaba Hütte / 2650m.
3. Tag Aufstieg zur John Matte Hütte / 3350m.
4. Tag Aufstieg zur Bujuku Hütte / 3900m.
5. Tag Aufstieg Elena Hütte / 4541m.
6. Tag Für geübte Bergsteiger Möglichkeit zur Besteigung des Margherita Peak / 5109m. Weiter zur Kitandara Hütte / 4023m.
7. Tag Guy Yeoman Hütte / 3260m.
8. Tag Nyabitaba Hütte / 2650m.
9. Tag Fahrt in den Queen Elizabeth NP. Lodge.
10. Tag Rückkehr nach Kampala.

Mulanje Mountains

siehe Malawi S.80

