

UGANDA, SCALATA AI MONTI RWENZORI

Viaggio con guida locale in inglese

Dal 26-12-2019 al 05-01-2020



Oltre alle date partenze indicate è possibile prevedere partenze ad hoc

*I Monti Rwenzori sono la piu' grande catena montuosa in Africa, comprendente ben sei monti con cime che si innalzano oltre i 4.500 metri di altitudine: **Monte Stanley**, **Monte Speke**, **Monte Baker**, **Monte Gessi** (nel settore Congolese), **Monte Emin Pasha** e **Monte Luigi di Savoia**. Si trovano lungo il confine tra Uganda e Congo per oltre 120 km di lunghezza. La cima principale e' la **Margherita**, a **5.109** metri sul **Monte Stanley**. Il nome deriva da quello della regina italiana Margherita che sponsorizzo' la prima spedizione scientifica sul Rwenzori nel 1906, guidata dal Principe Luigi Amedeo di Savoia Duca degli Abruzzi. Il nome Rwenzori nella lingua locale dei Bakonjo significa "montagna della pioggia", per la sua natura piovosa.*

ITINERARIO DETTAGLIATO

1° GIORNO - GIO 26-12-2019 - ITALIA - KAMPALA

La partenza dall'Italia può essere il giorno stesso oppure quello precedente, a seconda della compagnia aerea prescelta. Arrivo all'aeroporto Internazionale di Entebbe, trasferimento a Kampala. Pernottamento presso l'hotel.

2° GIORNO - VEN 27-12-2019 - I MONTI RWENZORI

Al mattino dopo la colazione si lascia Kampala in direzione Ovest per **Fort Portal**, dove si arriva in tempo per il pranzo. Dopo le ultime spese di frutta e verdura per il trekking, si prosegue per arrivare ai Monti Rwenzori. Cena e pernottamento.

3° GIORNO - SAB 28-12-2019 - RIFUGIO NYAKALENGIJA / RIFUGIO NYABITABA, 2.652 M (5 ORE)

Al mattino dopo la colazione verso le ore 9 raggiungerai gli uffici del **Parco Nazionale dei Monti Rwenzori** presso Nyakalenjija, a 1615 m. Dopo avere ricevuto il briefing introduttivo degli organizzatori, dovrai preparare il tuo zaino e pesare tutto quanto intendi portare sui monti. **Potrai inoltre noleggiare l'equipaggiamento** che ti serve dal magazzino del parco. Quando questi preparativi sono ultimati, segui la tua guida attraverso la foresta lungo il corso del **fiume Mubuku**, oltrepassando le terre coltivate e le case dei Bakonjo, il popolo delle montagne. Se sei fortunato durante la camminata potrai ascoltare le grida degli scimpanzè, o avvistare il turaco del Rwenzori e varie specie di scimmie. Il punto di arrivo per la giornata è il Rifugio Nyabitaba. Da questo posto avrai una vista buona sui Portal Peaks 4.627 m verso Nord e con in fronte il Monte Kyniangoma.

Differenza di altitudine: 1.037 m.

4° GIORNO - DOM 29-12-2019 - RIFUGIO NYABITABA / RIFUGIO JOHN MATTE, 3.505 M (6 ORE)

Dal Rifugio Nyabitaba prosegui il cammino fino al **Ponte Kurt Shafer**, che attraversa il fiume Mubuku appena al di sotto della sua confluenza con il fiume Bujuku. **Qui comincia il "circuito centrale" vero e proprio**, e prenderai la direzione di destra mentre per la discesa ritornerai dalla parte sinistra. La zona vegetativa è ora quella della **foresta di bambù**. Salirai fino a una parete rocciosa che conduce al Rifugio Nyamuleju, dove inizia la zona della **brughiera**. Ti avventurerai dentro a un tratto acquitrinoso cosperso di magnifiche piante tra cui le lobelie giganti e i seneci. Il punto di arrivo del giorno è il Rifugio John Matte. Da qui potrai vedere per la prima volta le cime innevate del Monte Stanley.

Differenza di altitudine: 762m.

5° GIORNO - LUN 30-12-2019 - RIFUGIO JOHN MATTE / RIFUGIO BUJUKU, 3.962 M (4/5 ORE)

Dal Rifugio John Matte **si attraversa il Fiume Bujuku** e si entra nel **Bigo Bog inferiore**, una zona paludosa ricca di vegetazione dove proverai l'esperienza di saltellare tra un tussock e un altro. Dopo una scalata rocciosa, si arriva al Rifugio Bigo e quindi si entra nel **Bigo Bog superiore**. Da questa straordinaria vallata potrai avere qualche scorcio del Monte Stanley. Infine arriverai fino al Lago Bujuku, proseguendo lungo una zona acquitrinosa fino al Rifugio Bujuku, 3.962 m. Qui comincia la zona alpina, dove l'erba diventa scarsa e piccola. Il Rifugio è ben posizionato sotto il Monte Speke, in direzione del Congo. Di fronte al rifugio potrai godere della migliore vista del Monte Baker e del Monte Stanley.

Differenza di altitudine: 457 m.

6° GIORNO - MAR 31-12-2019 - RIFUGIO BUJUKU / RIFUGIO ELENA, 4.430 M (3/4 ORE)

Dal Rifugio Bujuku, dopo un tratto acquitrinoso, salirai per una ripida parete rocciosa fino al Groundsel Gully. Una deviazione del sentiero porta fino al **Rifugio Elena** a 4.430 m, **punto di arrivo per tutti coloro che intendono**

scalare il Monte Stanley fino alla cima Margherita. Se invece vuoi seguire il circuito centrale, potrai proseguire direttamente fino al Rifugio Kitandara. In tal caso arriverai fino al passo Scott Elliot, 4.372 m, il punto più alto del circuito centrale, dove godrai di spettacolari viste panoramiche giù nella valle del Bujuku, sul Monte Baker, sul Monte Luigi di Savoia e sul Monte Stanley appena più sopra. Dopo la cena, potrai riposarti un poco al Rifugio Elena prima di tentare la scalata alle vette presto il mattino.

Differenza di altitudine: 468 m

7° GIORNO - MER 01-01-2020 - RIFUGIO ELENA / RIFUGIO KITANDARA, 4.023 M (6 ORE)

Dal Rifugio Elena tenterai l'**ascesa finale** alla cima Margherita **sul Monte Stanley**, 5.109 m. Potrai impiegare circa 3 o 4 ore per completare l'impresa. Avrai bisogno di ramponi, piccozza e corda dato che percorrerai parte di ciò che resta dell'antico ghiacciaio. **Il primo alpinista che riuscì a scalare la vetta fu il Principe Luigi Amedeo di Savoia Duca degli Abruzzi**, alle ore 9.30 del mattino del 18 Giugno 1906. A quel tempo le nevi e il ghiacciaio erano molto più estesi e pertanto anche l'altezza della vetta. Oggi puoi ritrovare la placca lasciata dalla spedizione commemorativa del centesimo anniversario del 2006. Il sentiero ora scende giù fino al Lago Kitandara Superiore e il Lago Kitandara Inferiore, dove si trova il Rifugio Kitandara, 4.023 m punto di arrivo della giornata. Quest'ultimo tratto può impiegare circa tre ore di cammino. Il Rifugio è il luogo di partenza per le ascese al Monte Baker e al Monte Luigi di Savoia.

Differenza di altitudine: - 1554 m

8° GIORNO - GIO 02-01-2020 - RIFUGIO KITANDARA / RIFUGIO GUY YEOMAN 3.261 M (5 ORE)

Dal Rifugio Kitandara salirai una parete ripida in direzione del Monte Baker, fino al **passo Freshfield**, 4.282 m un lungo tratto di radura ondulata di alta montagna. Dopo di che comincia la discesa attraverso ripide rocce. Supererai i ripari rocciosi di Akendahi, Bujongolo e Kabamba, dove ha inizio la valle Kabamba prima di arrivare al Rifugio Guy Yeoman, 3.261 m. Tempo di percorrenza circa 5 ore. Il rifugio gode di una posizione privilegiata e panoramica, vicino al fiume Mubuku e con vista sul Monte Baker.

Differenza di altitudine: - 762 m

9° GIORNO - VEN 03-01-2020 - DAL RIFUGIO GUY YEOMAN PER RITORNARE A NYAKALENGIJA

Dal Rifugio Guy Yeoman puoi completare il circuito scendendo fino a Nyakalenjija; ciò richiede circa 7 ore di cammino. Altrimenti potrai spendere un'altra notte al Rifugio Nyabitaba. Il sentiero segue il corso dei fiumi Mubuku e Kuchuku, con tutte le **piante tipiche della zona** delle eriche fino alla zona del bambù. Dal rifugio Nyabitaba parte la breve camminata per vedere il **Lago Mahoma**. All'arrivo a Nyakalenjija sarai condotto fino al Lodge Bellavista per la cena

Per chi scegliesse di **estendere il proprio viaggio**, nel pomeriggio al rientro dal trekking del Rwenzori breve trasferimento al **Parco Nazionale del Queen Elizabeth**. Cena e pernottamento al Mweya Safari Lodge / Mazike Lodge o Ihamba Safari Lodge / Enganzi Lodge

10° GIORNO - SAB 04-01-2020 - KAMPALA - ITALIA

Dopo la colazione, si fa **rientro a Kampala** e si prosegue per l'Aeroporto di Entebbe in tempo per la coincidenza con il volo internazionale.

Per chi invece scegliesse di estendere il viaggio, dopo la colazione partenza dal Rwenzori in direzione del **Parco Nazionale di Bwindi Impenetrabile**. Sosta per un safari fotografico nel parco nazionale di Queen Elizabeth settore di Ishasha. Pranzo lungo il percorso. Arrivo nel tardo pomeriggio presso il Parco Nazionale di Bwindi Impenetrabile.

11° GIORNO - DOM 05-01-2020 - ITALIA



PIANETA GAIA VIAGGI s.r.l.

Via Maria Vittoria 41 - 10123 Torino
P.IVA 07708710012

T. +39 011 54 63 85/6
turismo@pianetagaia.it
www.pianetagaia.it
blog.pianetagaia.it

Arrivo in Italia. Termine dei servizi

I VOLI

NR.VOLO	DA	A	ORA PART.	ORA ARR.
ET 703	Milano Malpensa	Addis Abeba-Bole	21:15	06:45 (+1)
ET 355	Addis Abeba-Bole	Entebbe	10:10	12:15
ET 335	Entebbe	Addis Abeba-Bole	18:45	20:50
ET 726	Addis Abeba-Bole	Milano Malpensa	23:10	05:25 (+1)

Possibilità di partenza dai principali aeroporti italiani. **Scalo tecnico a Roma**

GLI ALBERGHI

CITTÀ	HOTEL	NR. NOTTI	TRATTAMENTO
Kampala	Metropole Hotel o similare	1	BB
Monti Rwenzori	Campo Base Tours Holiday Hotel	1	FB
Monti Rwenzori	Rifugio Nyabitaba	1	FB
Monti Rwenzori	Rifugio John Matte Hut	1	FB
Monti Rwenzori	Rifugio Bujuku	1	FB
Monti Rwenzori	Rifugio Elena	1	FB
Monti Rwenzori	Rifugio Kitandara	1	FB
Monti Rwenzori	Rifugio Guy Yeoman	1	FB
Nyakalenjija	Lodge Bellavista	1	FB

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE IN CAMERA DOPPIA

PARTENZA	QUOTA	NOTE
26-12-2019	2400.00€	

Possibili estensioni:

- 3 giorni Parco Nazionale Queen Elizabeth
- 3 Giorni Parco Nazionale Murchison Falls
- 3 giorni Gorilla Safari Parco Nazionale di Bwindi



PIANETA GAIA VIAGGI s.r.l.

Via Maria Vittoria 41 - 10123 Torino
P.IVA 07708710012

T. +39 011 54 63 85/6
turismo@pianetagaia.it
www.pianetagaia.it
blog.pianetagaia.it

LA QUOTA COMPRENDE

- Pensione completa durante il trekking
- Alloggiamento in rifugi e hotels secondo il programma
- Trasferimento al Rwenzori e ritorno con veicolo 4x4
- Guida, portatori, cuoco
- Massimo 25 kg per persona (cibo incluso)
- Tassa di entrata al Parco del Rwenzori
- Spese di soccorso in caso di emergenza sui Monti Rwenzori
- Assicurazione base AXA con massimali spese mediche fino a 30.000€ per persona

LA QUOTA NON COMPRENDE

- Volo e assicurazione turistica
 - Visto d'ingresso in Uganda USD 50
 - Equipaggiamento per il trekking
 - Peso extra (oltre i 25kg per persona)
 - Cambiamenti al programma mentre si effettua il trekking
 - Assicurazione facoltativa annullamento
-



ALTRE INFORMAZIONI

Linee guida per la preparazione al trekking:

Equipaggiamento richiesto per il circuito centrale: zaino, sacco a pelo per basse temperature e stuoia, stivali di gomma, pantaloni a prova d'acqua, poncho o giacca per la pioggia, giacca pesante, guanti, sciarpa e berretto, maglione, torcia.

Equipaggiamento extra richiesto per scalare la vetta Margherita: ramponi, guanti da neve, occhiali da neve, scarponi da trekking, imbragatura, corda e piccozza.

Noi procuriamo: cibo, cuoco, fornello, posate e il necessario per cucinare. Si ricorda che nel calcolo dei 25 Kg a persona per il bagaglio si include anche il cibo, che mediamente può essere intorno ai 10 kg per persona.

Che cosa potrai noleggiare in Uganda: Gran parte dell'equipaggiamento può essere noleggiato al magazzino presso gli uffici del parco. Ad ogni modo vi suggeriamo di farci sapere con anticipo che tipo di equipaggiamento vorreste noleggiare sul posto o acquistare in Uganda, in modo che possiamo verificarne la disponibilità. Richiedici inoltre le tariffe del noleggio.

Trekking nel Circuito Centrale

Il modo migliore per esplorare i monti Rwenzori è quello di intraprendere il cosiddetto percorso del "Circuito Centrale". Questo ha inizio presso il villaggio di Nyakalengija, dove si trovano gli uffici del Parco Nazionale. Prosegue lungo la valle del fiume Mobuku e gira attorno al Monte Baker, dove si trova la deviazione per la salita finale sul Monte Stanley alla cima Margherita. Il percorso attraversa cinque zone differenti: dalla foresta di montagna alla **foresta di bamboo**, la **zona alpina** fino ai ghiacciai del Stanley. L'altitudine varia da 2.800 a 3.500 metri di dislivello se si considera la vetta Margherita. L'itinerario richiede almeno 6 giorni e 5 notti, aggiungendo un altro giorno per ciascuno dei picchi che si vorrebbe scalare (Margherita, Edward, Luigi di Savoia o altri). È importante il rispetto delle norme di acclimatizzazione per evitare la malattia dell'altitudine. Lungo il percorso sono localizzati dei piccoli rifugi, abbastanza modesti nel comfort, ma provvisti di letti con materasso e acqua da bere.

Il periodo migliore per scalare il Rwenzori

Nonostante i cambiamenti climatici in corso abbiano reso le stagioni più variabili, rimane consuetudine suggerire di scalare il Rwenzori durante la stagione secca, ovvero **tra Dicembre e Marzo, tra Giugno e Luglio, tra Settembre e Ottobre.**

Sei preparato per la scalata?

Il trekking e la scalata del Rwenzori per quanto non sia difficile da un punto di vista tecnico per alpinisti allenati, tuttavia presenta una serie di sfide. Il percorso è lungo e impegnativo, dato che dura fino a 7 giorni. Richiede capacità di resistenza e preparazione fisica, almeno un po' di allenamento fatto per tempo. A parte questo, il trekking non richiede un equipaggiamento altamente specializzato, soprattutto scarponi da trekking o meglio ancora stivali dato che gran parte del percorso ha natura acquitrinosa, i cosiddetti "**bogs**". Solo nell'ultimo tratto della vetta Margherita si trova il ghiacciaio e si richiede l'uso di corda e ramponi.



PIANETA GAIA VIAGGI s.r.l.

Via Maria Vittoria 41 - 10123 Torino
P.IVA 07708710012

T. +39 011 54 63 85/6
turismo@pianetagaia.it
www.pianetagaia.it
blog.pianetagaia.it

ESTENSIONI

UGANDA: Queen Elizabeth National Park

QUOTA COMPRENDE

- Pensione completa escluse bevande
- Trasferimenti a bordo di una 4 x 4 Land Cruiser
- Autista guida parlante inglese
- Entrata al Parco
- Escursione in battello sul canale Kazinga
- Tasse governative

QUOTA NON COMPRENDE

- Bevande
- Mance

UGANDA: Murchison Falls

QUOTA COMPRENDE

- Pensione completa
- Trasferimenti con 4x4 Land Cruiser da safari
- Autista Guida parlante inglese
- Entrata al parco
- Escursione in battello sul Canale Kazinga
- Tasse governative

QUOTA NON COMPRENDE

- Bevande
 - Mance
-

UGANDA: Bwindi Impenetrable Forest

La **“Perla d’Africa”**, come la definì Winston Churchill – è uno degli ultimi santuari rimasti per **incontrare scimpanzé e gorilla di montagna**; un paese in parte misterioso e affascinante.

Sicuramente è un paese selvaggio, fatto di montagne e cascate, strade non sempre impeccabili, soprattutto con la pioggia, laghi e foreste immense e impenetrabili. Fra le due diramazioni della **Great Rift Valley** si estende l’enorme **Lake Victoria**, secondo lago più grande del mondo, mentre le **Montagne della Luna** svettano oltre i 5.000 metri.

Il segreto che custodisce questo straordinario paese e che lo differenzia da ogni altro al mondo è la possibilità di incontrare a pochi metri uno degli animali più rari del pianeta: **i Gorilla di montagna**.

In tutto il mondo ne esistono circa 850 esemplari e in Uganda ne vive oltre la metà – per incontrarli si visita la **Bwindi Impenetrable Forest**. Tra gli altri primati sono inoltre imperdibili gli **scimpanzé** che vivono numerosi nella Gola di Kyambura, all’interno del **Queen Elisabeth National Park**.

Infine il paese offre la possibilità di visitare le mitiche **sorgenti del Nilo**, passare una mezza giornata in compagnia di una tribù di **Piagmei** e percorrere le spettacolari **Murchison Falls**

QUOTA COMPRENDE

- Pensione completa e pernottamenti
- Trasferimento con veicolo 4x4 land cruiser
- Autista Guida parlante Inglese
- Entrata al parco e permesso per il “gorilla tracking”.

QUOTA NON COMPRENDE

- Mance
 - Bevande
-