



DIK DIK
HOTEL & TOURS
TANZANIA & ZANIBAR

LA SCALATA DEL KILIMANJARO

INFORMAZIONI PRIMA DELLA PARTENZA



GUIDE E FACCHINI

Quando si scala il monte Kilimanjaro è di primaria importanza essere condotti da guide locali esperte. Tutte le nostre guide sono iscritte nel registro del Parco nazionale del Kilimanjaro, hanno ricevuto un'adeguata formazione ed hanno un'eccellente conoscenza del pronto soccorso, del soccorso alpino, della flora, della fauna e della storia.

La Dik Dik Tours lavora in partenariato con l'IMEC (Rete internazionale degli esploratori di montagna) e con la KPAP (Progetto d'assistenza per i facchini del Kilimanjaro), aderisce alle linee di condotta sul trattamento dei facchini e ne segue rigorosamente tutte le norme ed i consigli.

A tutti sono fornite attrezzature da montagna professionali, pasti abbondanti e nutrienti ed adeguato materiale per la notte. Il carico di un facchino non può superare i 15 kg (35 libbre) ed il numero dei facchini rimane costante durante tutto il viaggio.

La tradizione vuole che alla fine del viaggio si dia una mancia a tutti i membri dello staff. Ecco un tipico schema orientativo delle mance da dare ad ogni membro del gruppo:

Guide e ranger: \$ 100 a viaggio.
Personale che aiuta le guide: \$ 70 a viaggio.
Cuochi: \$ 50 a viaggio.
Staff del campeggio: \$ 30 a viaggio.
Facchini: \$ 20 a viaggio.

Oltre alle mance, si può prendere in considerazione l'eventualità di

regalare ai membri dello staff l'equipaggiamento per la scalata.

www.mountainexplorers.org
www.kiliporters.org

CIBO E BEVANDE

Ogni giorno durante il viaggio saranno fornite la prima colazione, il pranzo e la cena, preparate dai nostri cuochi che vi accompagneranno per tutta la spedizione. Questi sono alcuni esempi dei menù preparati dai nostri cuochi, che sono stati formati in Svizzera.

Prima colazione

Toast - Torte - Biscotti
Cioccolato - Frutta fresca - Yoghurt
Succhi di frutta - Thè e caffè

Pranzo a sacco

Panini con carne di manzo e pollo
Uova sode - Torte - Biscotti
Cioccolato - Frutta fresca - Yoghurt
Succhi di frutta - Thè e caffè

Pranzo a buffet

Maccheroni ed insalata di tonno
Manzo fritto e carni fredde
Uova sode, mais tenero, mostarda e maionese
Pane e burro, contorni di verdure (pomodori, cetrioli)
Frutta fresca, thè e caffè

Pranzo caldo

Hamburger in salsa marrone, riso in bianco
Pane e burro, frutta fresca
Thè e caffè

Cena (menù 1)

Zuppa di Vichy
Filetto di pesce in salsa al basilico, con

patate al burro e verdura
Frutta e verdure fresche, torta, thè e caffè

Cena (menù 2)

Consommé alla contadina
Stufato di pollo in salsa del Worcestershire, con riso e verdura
Pancake in sciroppo di zucchero
Frutta fresca, thè e caffè

Cena (menù 3)

Consommé alla Celestina
Gulasch con carne di manzo, patate, riso e verdura
Torta, frutta fresca, thè e caffè

ACQUA

L'acqua è potabile, perché è bollita, raffreddata e trattata con Micropur Katadyn®, la pastiglia d'altissima qualità che uccide i batteri, mantenendo intatte le caratteristiche naturali dell'acqua.





DIK DIK
HOTEL & TOURS
TANZANIA & ZANZIBAR

LA SCALATA DEL KILIMANJARO

INFORMAZIONI PRIMA DELLA PARTENZA



EQUIPAGGIAMENTO

Per salire sul Kilimanjaro, c'è bisogno di portare con sé le seguenti cose:

- Zaino impermeabile medio-piccolo per l'attrezzatura personale
- Un paio di stivali impermeabili, caldi e comodi, con lacci di riserva
- Un paio di scarpe da ginnastica per le passeggiate d'acclimatazione nel campeggio
- Giacca impermeabile
- Giubbotto imbottito
- Giacca in pile
- Camicia a maniche lunghe
- Camicia a maniche corte
- Poncio
- Un paio di pantaloni impermeabili
- Un paio di pantaloni in pile
- Tre paia di calze di lana
- Tre paia d'indumenti da mettere sotto le calze, per prevenire le vesciche
- Un cambio di vestiti caldi
- Una borraccia d'acqua da un litro
- Una torcia con le batterie di riserva
- Un cappello caldo
- Un paio di guanti impermeabili
- Un paio d'indumenti di lana da mettere sotto i guanti
- Un berretto con visiera per proteggersi dal sole
- Una macchina fotografica con batterie di riserva
- Occhiali da sole
- Racchette da escursionismo
- Sacca da viaggio
- Snack energetici
- Toilettaria
- Prescrizioni mediche
- Crema solare
- Burro di cacao
- Insetticida (DEET)
- Salviettine umidificate e antibatteriche (per motivi igienici)

La Dik Dik Tours vi fornirà quanto segue:

- Cuscini
- Asciugamani
- Posate e stoviglie
- Pentole e tegami
- Tavoli e sedie
- Bagni chimici
- Bombole d'ossigeno
- Pastiglie Micropur Katadyn® per rendere l'acqua potabile
- Pillole Diamox® contro il mal di montagna
- Cassetta del pronto soccorso
- Cibo
- Acqua

SI RACCOMANDA D'INDOSSARE O DI METTERE NEL BAGAGLIO A MANO DELL'AEREO CHE VI PORTERÀ IN TANZANIA DEI VESTITI DA MONTAGNA, CHE VI SARANNO UTILI IN CASO DI SMARRIMENTO DELLE VALIGIE O DI RITARDO DELLA LORO CONSEGNA. SE DOVESSE MANCARE QUALCOSA D'IMPORTANZA VITALE, È UTILE SAPERE CHE LA MAGGIOR PARTE DELL'ATTREZZATURA PUÒ ESSERE AFFITTATA AI PUNTI D'INIZIO DELLA SCALATA.

