



TRAIL TO BE ALIVE
NATURE EXTREME DEVELOPPEMENT

Fiche technique
Informations précontractuelles

KILIMANDJARO 5.895M & TRAIL FESTIVAL

Tanzanie

du 18 au 29 janvier 2024

+ extension jusqu'au 31 janv

trail

**21 ou 10
ou 6 KM**

006 étapes

**KILIMANDJARO
TRAIL FESTIVAL**

Votre Dossard
Inclus

| | |
|---|------|
| 1 | 10KM |
| 2 | 12KM |
| 3 | 08KM |
| 4 | 08KM |
| 5 | 16KM |
| 6 | 18KM |

trek

**72 KM
au total**

« Atteindre le sommet de l'Afrique 5.895m et un dossard au Kilimanjaro Trail Festival »

A map of the African continent is shown in a golden-yellow color. The borders of the countries are outlined in white. The country of Tanzania is highlighted in a darker orange color. A red location pin is placed over Tanzania, and the word "Tanzanie" is written in white text below the pin.

SOMMAIRE

- **VOUS VOUS SOUVIENDREZ**
- **JUSQU'AU SOMMET DU KILIMANDJARO**
- **VOTRE AVENTURE TREK & TRAIL**
- **PROGRAMME**
- **ORGANISATION TECHNIQUE**
- **INFORMATION**
- **LE BUDGET**
- **INFORMATIONS & RÉSERVATIONS**
- **L'ORGANISATION NED ET SON ÉQUIPE**

JUSQU'AU SOMMET DU KILIMANDJARO

Atteindre le sommet de l'Afrique 5.895m, et un dossard au Kilimandjaro Trail Festival

*Venez gravir le sommet de l'Afrique, le Kilimandjaro, 5.895 mètres d'altitude !
Nous vous proposons cette expédition inoubliable sur le sommet de l'Afrique dans une ambiance sportive, chacun à son rythme en petits groupes, rythme rando classique ou en mode trail pour les volontaires, tout le monde se regroupant aux bivouacs et aussi pour le sommet tous ensemble.*

La voie Rongai que nous avons choisi est l'une des plus belles voies, avec deux nuits en bivouac en pleine nature sur un itinéraire moins fréquenté. Le Kilimandjaro est accessible en randonnée, il n'y a aucune difficulté technique. La difficulté principale est l'altitude, et nous proposons une expédition en 6 jours incluant la journée d'acclimatation à Mbahe dans le village de nos porteurs et guides afin de découvrir la vie locale. C'est au total plus d'une quarantaine de guides et porteurs qui nous accompagneront et nous aideront, une belle aventure humaine !

Après le sommet et les neiges éternelles, une journée de repos sera consacrée à la visite d'un village Masai, puis nous aurons le plaisir de participer à un évènement sportif local, le Kilimandjaro Trail Festival, avec un dossard au choix pour courir ou marcher 6km, 10km, ou 21km. Enfin, les deux jours de safari proposés en option dans les réserves du lac Manyara et du cratère du Ngorongoro seront inoubliables, à contempler dans leur élément naturel les éléphants, lions, zèbres, buffles, rhinocéros, singes, antilopes...



VOUS VOUS SOUVIENDREZ

- *Du sommet du Kilimandjaro à 5.895 mètres et de ses neiges éternelles.*
- *De la joyeuse équipe de porteurs et guides, et des nuits en tentes sur la mythique voie Rongai.*
- *De l'ambiance africaine avec votre dossard au Kilimandjaro Trail Festival.*
- *De l'exceptionnelle faune sauvage du lac Manyara et du parc national du Ngorongoro (en option).*



VOTRE AVENTURE TREK & TRAIL



LE SOMMET 5.895M A SON RYTHME

- Réaliser un **Sommet du Kilimandjaro à 5.895m tous ensemble** sera notre premier objectif,
- en **mode trek classique, selon les étapes classiques d'une ascension en trekking,**
- avec la particularité de notre agence de **former plusieurs petits groupes de niveaux,** en mode rythme course à pied pour les volontaires, et deux en rando plus ou moins rapide selon les niveaux,
- dans un **cadre des paysages majestueux de la Voie Rongai**
- autant que dans **une ambiance de sportive,** pour vivre une aventure sportive, culturelle, et émotionnelle.
- Et ensuite participer à **un évènement Trail local, le KILIMANDJARO TRAIL FESTIVAL, 6km, 10km, ou 21km,** pour vivre l'ambiance conviviale d'une course africaine sur les flancs du Kilimandjaro.



NOTRE OBJECTIF - VOTRE RÉUSSITE

- Vous garantir **un maximum de plaisir, et de souvenirs inoubliables !**
- Vous accompagner dans la réussite de cette aventure spectaculaire, grâce à une équipe d'organisation conviviale et passionnée !
- Vous assurer une logistique solide :
 - **La sécurité pendant l'aventure du sommet,** avec des guides locaux maîtrisant parfaitement l'itinéraire et le matériel de haute altitude (caisson hyperbare, bouteilles d'oxygène en secours),
 - **Des bivouacs confortables et des repas incroyables** pour vous permettre de récupérer correctement (1 sac d'allègement de 12kg par personne porté par les porteurs).

PROGRAMME

(Programme sujet à évolutions)

Jeudi 18/01

Vol Paris

- Rendez-vous le soir à l'aéroport à Paris Charles de Gaulle à 18h15 (horaires à confirmer)
- Vol ETHIOPIAN AIRLINES prévu à 21h15 (horaires à confirmer)
- Nuit dans l'avion.

Vendredi 19/01

Arrivée Kilimandjaro Airport

- Arrivée en début d'après-midi,
- Transfert en minibus au village de Mbahe sur les flancs du Kilimandjaro.
- Diner • Nuit en lodge ou hotel.

Samedi 20/01

Rando ou Trail : village de Mbahe (1.950m)

- Une première rando d'acclimatation à la découverte du village de Mbahe à la carte entre 10km en marchant ou 15km en courant, découverte conviviale de la vie locale. D+200m à 500m, D-200m à 500m,
- Lunch • Après-midi balade à Marangu Gate boutique souvenirs et derniers achats, coucher de soleil 7
- Diner • Nuit en lodge ou hotel

Dimanche 21/01

Trek 1 : To Second Cave (3.480m)

- Transfert en minibus à la Rongai Gate (alt 2.300m)
- Lunch
- Départ de l'expédition, montée à travers la forêt de singes jusque Second Cave. 7km D+1.230m D-50m,
- Diner
- Nuit sous tente en bivouac.



**Réaliser le sommet du Kilimandjaro,
trek en marchant ou en courant**



6 jours

75 km en Trek



puis le Kilimandjaro Trail Festival

21 km, 10 km ou 6 km en Trail



Lundi 22/01

Trek 2 : To Mawenzi Tarn Hut (4.310m)

- Une belle journée à prendre de l'altitude, à notre rythme en petits groupes, montée crescendo dans la savane sur les flancs de l'autre volcan du massif, le Mawenzi, jusqu'à la cabane sur le bord du petit lac de Mawenzi Tarn Hut. 9km D+880m D-50m,
- Lunch. • Diner • Nuit sous tente en bivouac.

Mardi 23/01

Trek 3 : To Kibo Huts (4700m)

- Le terrain se fait désertique, arrivée à Kibo Huts au pied des dernières pentes pour le sommet. 8km D+400m D-0m,
- Lunch. • Diner tôt pour un coucher tôt
- Nuit sous tente en bivouac.

Mercredi 24/01

Trek 4 : Sommet Kilimandjaro Uhuru Peak (5895m) et redescente

- Le jour J, départ au milieu de la nuit pour l'ascension finale et pas après pas atteindre 5.895 mètres d'altitude et Uhuru Peak. Une ascension lente vers le sommet, avec l'aide de nos guides aguerris. Contemplation depuis le volcan point culminant de l'Afrique. . 20km D+1.230m D-2.200m,
- Lunch. • Redescente jusque Horombo Huts.
- Diner • Nuit sous tente en bivouac.

Jeudi 25/01

Trek 5 : To Marangu Gate (1830m)

- Journée de redescende, dans la steppe puis la forêt. . 20km D+50m D-1.850m,
- Lunch à l'arrivée au lodge de Mbahe.
- Célébration du sommet et remise des diplomes avec toute l'équipe de porteurs et guides.
- Diner • Nuit en lodge ou hotel

Vendredi 26/01

Repos, visite du village Masai

- Transfert en minibus le matin • Visite d'un village Masai • Lunch
- Perception des dossards du Kilimandjaro Trail, installation au départ de la course à Simba Camp
- Soirée festive du Kilimandjaro Trail Festival
- Diner aux frais de chacun (non compris) • Nuit sous tente



Samedi 27/01

Kilimanjaro Trail Festival

- Réalisez les 10km ou 21km du Kilimanjaro Trail Festival dans une ambiance conviviale avec les centaines d'autres participants locaux sur les bords du Kilimanjaro.
- **Informations sur cette course organisée localement : www.kilitrails.com**
- Lunch sur place • Transfert Arusha • Diner • Nuit en hotel.

Dimanche 28/01

Marché local et vol retour

- Visite d'une boutique d'art local et d'un marché local
- Déjeuner
- Vol de retour en milieu d'après-midi

OPTION SAFARI

Dimanche 28/01

Option Safari J1 : Manyara Lake (ou Terengere)

- Transfert en 4x4 safari jusque la Réserve du Lac Manyara (ou du Terengere), observation depuis le toit ouvrant de la jeep des girafes, éléphants, singes, gazelles et multitudes d'autres animaux et oiseaux. • Lunch box
- Diner • Nuit en hotel.

Lundi 29/01

Option Safari J2 : Réserve du Ngorongoro

- Le fantastique cratère et réserve du Ngorongoro, une autre journée qui restera gravée dans votre mémoire toute votre vie. Observation depuis le toit ouvrant du 4x4 de toute la faune présente dans le cratère naturel, lions, zèbres, éléphants, gazelles, phacophères, singes, hyppopotames, et tant d'autres...
- Lunch box • Diner • Nuit en hotel.

Mardi 30/01

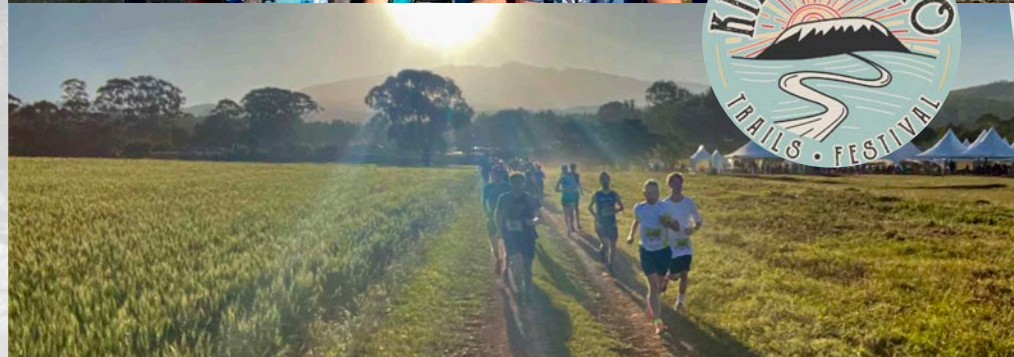
Marché local et vol retour

- Visite d'une boutique d'art local et d'un marché local
- Déjeuner
- Vol de retour en milieu d'après-midi

Mercredi 31/01

Arrivée à Paris CDG vers 7h00 du matin

(Horaires à confirmer)



ORGANISATION TECHNIQUE

Parcours

La voie Rongai pour le trekking est réputée pour être l'une des plus belles voies classiques d'ascension du Kilimandjaro par son côté sauvage les trois premiers jours.

Peu technique, il s'agit d'un itinéraire de randonnée dont la seule difficulté est l'altitude. Il est nécessaire d'avoir une condition physique sportive pour atteindre le sommet, toutefois cela reste pleinement abordable aux bons randonneurs.

Chacun à son rythme

Notre équipe partenaire africaine réalise des ascensions en randonnée toute l'année. Elle est aussi composée de coureurs à pied, et nous pourrons former chaque jour des petits groupes qui iront à des rythmes et kilométrages différents pour au choix marcher ou courir.

Hébergements - Repas

Nous serons hébergés en lodge ou hotel à Mbahe, puis sous tente lors du trekking et au Kilimandjaro Trail Festival, et à l'hôtel pour le safari.

Les déjeuners et dîners seront pris en commun que ce soit à l'hôtel ou dans les campements .

Les repas seront copieux, adaptés aux efforts sportifs, et très surprenants de qualité lors de l'expédition.

Équipement recommandé

- **Un sac à dos technique** de 15 litres minimum pour l'hydratation et affaires du jour, et **un sac à dos ou sac de voyage** d'environ 50 à 100 litres permettant de contenir les 12kg que les porteurs vous porteront
- **Un sac de couchage température -15 degrés (possibilité de le louer à l'organisation).**
- **Des chaussures de trail ou de rando, et impérativement des chaussures de randonnée pour le jour du sommet.**
- **Un équipement chaud type «ski hiver» pour le sommet (veste, gants, bonnet...)**
- **Les barres et autres vivres** : complémentaire aux ravitaillements si besoin.
- **Vos habits de rechange** • **Votre pharmacie personnelle.** • Lampe Frontale.

Liste non exhaustive... UNE LISTE COMPLÈTE SERA FOURNIE APRES L'INSCRIPTION.

Notre équipe de porteurs et guides

Selon le nombre que nous serons, par exemple entre 12 et 15, nous aurons une équipe de 40 à 50 porteurs, guides, et cuisiniers. C'est classique, et c'est obligatoire au Kilimandjaro.

Vu de France, cela paraît toujours étrange de ne pas porter son sac à dos et que ce soit à la charge d'un porteur. Une fois sur place, avec l'altitude, on en comprend mieux l'intérêt...

Surtout, l'intérêt, premier, c'est de faire vivre l'économie locale. Et notre ascension, comme les autres au Kilimandjaro, fera vivre la quarantaine de familles de notre équipe pendant un mois. Ils en seront très reconnaissants et attentionnés chaque jour à notre confort. Nous pourrons aussi emporter des vêtements et chaussures pour la population locale, qui appréciera fortement ce geste de solidarité.



INFORMATIONS

Santé

Chaque participant fournira **un certificat médical** daté de moins d'un an et indiquant la non contre indication à la randonnée en altitude ou à la course à pied en compétition **ou bien la licence course à pied en cours de validité.**

Aucune vaccination n'est obligatoire, mais le vaccin de la FIÈVRE JAUNE est conseillé par les autorités Tanzaniennes.

Comme sur la plupart des séjours similaires de trekking d'ascension du Kilimandjaro proposés par d'autres agences, il n'y a pas de médecin pour ce voyage. La santé et l'acclimatation seront suivis quotidiennement par l'équipe de guides Tanzaniens: mesure de l'hypoxie et du pouls à chaque repas, et l'expédition bénéficiera d'un caisson hyperbare et de bouteilles d'oxygène en cas de nécessité médicale.

Formalités administratives

Les participants doivent être **titulaires d'un passeport valable 6 mois après la date de retour.**

Le VISA sera à prendre individuellement par internet ou bien à l'arrivée, nous vous fournirons toutes les explications, (compter 50 euros, non compris dans le tarif) .

Informations complémentaires

- **Monnaie** : Le Shilling Tanzanien est la monnaie nationale 1 € = 1.430 Shillings. Dans les grands hôtels, possibilité de paiement par carte bancaire. Il n'est pas nécessaire d'emporter des US \$, les Euros pouvant y être changés sans aucun problème.
- **La langue** : Il existe plus d'une centaine de langues parlées en Tanzanie, dont aucune ne dépasse les 16 % de la population¹. Le swahili, bien que n'étant la langue maternelle que de 1 % des Tanzaniens, sert de langue véhiculaire pour 95 % de la population du pays, tandis que l'anglais n'est plus ou moins compris que par 5 % des habitants.
- **Voltage** : 220V dans les hôtels, adaptateurs conseillés.
- **Internet** : Couverture réseau très faible sur le Kilimandjaro, connexion wifi à l'hôtel et lodges.

Pourboires

La remise de pourboires pour l'équipe de porteurs et guides est traditionnelle pour ce type d'expédition, elle est très codifiée au Kilimandjaro. Il faut prévoir 180€ pour l'équipe de l'ascension, somme qui sera répartie entre tous par le chef d'expédition, et environ 50€ au total pour le chauffeur et le guide du safari.



LE BUDGET

Le prix comprend

- Les vols aériens aller et retour.
- L'encadrement touristique de Nature Extrême Développement et l'encadrement technique des correspondants locaux.
- Inclus la TAXE d'ENTREE du Parc National du Kilimandjaro (envion 900USD).
- Hébergement en chambre double ou tente double (sauf mentions différentes dans le descriptif).
- Repas en pension complète durant tout le séjour, sauf diner au Kilimandjaro Trail Festival
- Tous les transferts.
- Entrées dans les sites protégés payants inclus au programme.

Le prix ne comprend pas

- Le visa (environ 50euros) - nous vous assisterons pour la procédure
- Le repas du soir au Kilimandjaro Trail Festival
- Les boissons autres que celles prises en compte par Nature Extrême Développement et plus généralement les boissons alcoolisées.
- Les activités ou visites autres que celles prévues au programme (ou notées « en option »).
- L'assurance annulation - rapatriement.
- Le surcoût éventuel en cas de surpoids de vos bagage dans les aéroports.
- Les pourboires traditionnels pour l'équipe de porteurs et guides (env. 180€), et chauffeurs - guides du safari (env. 50€).

**Des rencontres inoubliables,
des moments forts gravés dans vos mémoires,
c'est la promesse que nous vous faisons !**

Coût d'inscription

Trek+Trail Festival **4 090 €**

Avec option safari : **4 990 €**

Inscription sans vols aériens :

Trek : **3 090€** + option : **3 990€**

Acompte à payer à la réservation : 1.200€

Surcoût de 100€ à partir du 31/10/2023

Départ à partir de 8 minimum,

Limité à 25 participants,

Option chambre single *:

Trek : **150€** + option : **250€**

Assurance MULTIRISQUES

(annulation et rapatriement)

Trek : **196€** + option : **224€**

Assurance ASSISTANCE (rapatriement)

Trek : **38€** + option : **38€**

(informations complètes sur les assurances sur notre site internet)

* : l'option chambre single est réalisée pour les nuits en hôtels et lodges, mais les nuits sous tente seront en tente double pour 2 personnes.

Tarifs sous réserve de disponibilité de billet d'avion au prix : (cout d'inscription - cout d'inscription sans aérien), à la date de réservation. Modalités de révision du prix selon l'article 3.2 de nos conditions générales de ventes.

L'ORGANISATION NED - TRAIL TO BE ALIVE

NED - TRAIL to be ALIVE (Nature Extrême Développement) est une agence de voyage fondée en 1995 par Serge et Cathy MOREL. Ils ont organisé plus de 250 raids de course à pied et VTT sur les 5 continents durant ces 25 dernières années.

Benoît LAVAL, passionné de Trail et de voyages, fondateur de Raidlight et des Stations de Trail, organisateur de courses multiples courses, a pris la suite de l'entreprise en 2020 pour une transmission de l'entreprise et des voyages.

NED - TRAIL to be Alive, c'est une équipe de professionnels entourée de bénévoles passionnés et de partenaires locaux de qualité pour vous faire vivre la plus belle des aventures sportive et touristique.

NOS VALEURS

L'agence NED - TRAIL TO BE ALIVE (NED) est portée par 3 piliers,

La passion : Partir à la découverte de nouveaux horizons, fermer les yeux un instant et se laisser guider par une équipe de professionnels et de bénévoles passionnés, pour écrire la plus belle des aventures et la réaliser sur le terrain en compagnie de prestataires locaux. Nous composons vos voyages en y mettant la passion et le goût du défi, vous en reviendrez riche d'aventures.

Le partage : Nous vous proposons bien plus qu'un simple voyage sportif, nous vous offrons une excursion touristique en lien avec les richesses culturelles locales, pour une aventure challengeante et collective.

Un tourisme responsable : Nous attachons une importance particulière à travailler de façon équitable avec nos partenaires locaux, leurs personnels et autres parties prenantes. Le tourisme responsable fait partie de nos valeurs clé, et c'est pourquoi nous proposons à chaque participant de lire et signer la charte éthique du voyageur de l'organisme ATR (www.tourisme-responsable.org), afin que tous ensemble nous participions à notre échelle à cet objectif commun.



Benoît LAVAL

Président de NED - Trail to be Alive depuis 2020, fondateur de RaidLight et des Stations de Trail, trailer de haut niveau (www.benoitlaval.fr).



Serge MOREL

Fondateur de NED, dirigeant de NED de 1995 à 2023, guide de haute-montagne, moniteur de ski nordique, ex Officier chez les Chasseurs Alpains.



Cathy

Dirigeante de NED de 2002 à 2022 et sportive passionnée.



Claudie

Directrice administrative de NED - Trail to be Alive depuis 2021 et Traileuse confirmée.



Chloé

Alternante en communication et évènementiel



Emma

Responsable graphisme et communication.

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

Inscription :

Vous pouvez vous inscrire sur notre site internet www.trailtogetherlive.fr sur le formulaire en ligne de la page du voyage.

Contacts : info@trailtogetherlive.com Tél : 06 23 45 87 14

Paiement en 1, 2 ou 4 fois

Le paiement est possible en 1, 2 ou 4 fois, avec versement du 1er acompte à l'inscription, par CB, virement ou chèque.

Le solde du prix du voyage devra être réglé, sans relance de notre part, au plus tard 60 jours avant le voyage.

Partenariat :



Bénéficiez de 25% de remise immédiate chez notre partenaire RaidLight pour toute nouvelle inscription sur un de nos voyages. Vous recevrez le code à votre demande après la validation de votre inscription.

Compensation Carbone :

Le tourisme responsable faisant partie des valeurs de NED - TRAIL to be ALIVENature Extrême Développement, **tous les vols aériens des voyages font l'objet d'une compensation carbone** par l'intermédiaire d'une contribution financière (incluse dans le montant de l'inscription) à la **fondation GOODPLANET**. (www.goodplanet.org).

Assurance :

Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Une copie de cette assurance devra être fournie avant le voyage, afin que pour votre sécurité l'organisation puisse l'activer et la mettre en oeuvre en cas d'accident.

Nous vous rappelons que le paiement avec une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance à condition d'avoir utilisé votre carte pour payer le voyage. Le paiement par carte de crédit ne couvre généralement pas le risque d'annulation.

Nous vous proposons de souscrire aux assurances CAP Explorer d'AXA, formule rapatriement, ou bien formule annulation et rapatriement.

Le montant de cette assurance optionnelle, variable selon la durée et la destination, est indiqué dans le bulletin d'inscription du voyage, et propose des garanties étendues selon la formule choisie : Rapatriement médical, Interruption de séjour, Retard de transport, Prise en charge de la venue d'un proche en cas d'hospitalisation sur place, Couverture des frais médicaux d'urgence et d'hospitalisation, Couverture Bagages en cas de perte ou de détérioration, Responsabilité civile à l'étranger.

Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de consulter les conditions contractuelles complètes ainsi que le document d'information produit accessibles sur notre site internet ou sur demande.

L'assurance Annulation proposée doit impérativement être souscrite au moment de l'inscription. Dans les assurances proposées, la prime d'assurance et les frais de visa ne sont remboursables ni par l'agence ni par l'assureur.

Agence de voyages NATURE EXTRÊME DÉVELOPPEMENT

SAS au capital de 50.000€ - RCS Grenoble (38) 401 713 169

Siège social : 65 rue de Perquelin 38 380 Saint-Pierre-de-Chartreuse

Immatriculation Atout France IM 073100049

Garantie financière : GROUPAMA n°4000 717 619/0

Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : HISCOX - Contrat n° RCP0222709

VOYAGES PRÉCÉDENTS

Le voyage a-t-il répondu à vos attentes : **4,9 / 5.0**



«La montée de nuit, c'était intense et magique à la fois !» - Anthony

«5 jours d'ascension en trek avec une organisation impressionnante. Embarquez sans hésiter avec NED-TRAILtobeALIVE, vous allez voyager en toute sérénité » - Laurence

«Atteindre le Pic du Kilimandjaro restera inoubliable !» - Nathalie

«2 voyages en 1» - Eric

«Allez y les yeux fermés, super organisation et magnifiques voyages » - Céline



