



## Kilimanjaro bestigning Lemosho route 8 dagar

### Om Lemosho rutten

Lemosho rutten går uppför Kilimanjaros västra sluttningar och är den längsta, minst vandrade och enligt många den vackraste rutten uppför berget. Att den är 1-2 dagar längre än de flesta andra rutter gör att kroppen lättare acklimatiserar sig och normalt sett har vandrare goda möjligheter att klara sig hela vägen till toppen denna rutt.

### Dag 1: Påbörjar Kilimanjarobestigning, Lemosho glades till Mti Mkubwa

Dagen börjar med frukost på ert hotell och därefter kommer er guide och hämtar er. I bilen på väg till startpunkten vid Londorossi Gate går guiden igenom vandrigen med er och ni får tillfälle att ställa frågor. Vid Londorossi Gate ordnar er guide med tillstånd och parkavgifter. Räkna med att det kan ta cirka en timme att få alla tillstånd och papper klara. Efter att detta är avklarat kör ni till startpunkten vid Lemosho Glades för lunch och sedan vandrar ni uppåt genom regnskogen. På Lemosho route är naturen mycket orörd och i regnskogen på första etappen växer den på vissa ställen t.o.m. över stigen. Flora och fauna är rikare på denna del av berget än vid de andra rutterna. Efter cirka tre timmars vandring kommer ni fram till campingen vid Mti Mkubwa (stort träd).

Londorossi Gate	2 000 möh.
Mti Mkubwa	2 650 möh.
Km vandring	10
Beräknad tid	3-3,5 h.

Hotell: Camping i tält  
Måltider: Samtliga, inkl. dryck

### Dag 2: Mti Mkubwa till Shira One

Efter frukost börjar ni dagens vandring genom den sista regnskogen och därefter kommer ni upp i hedlandskapet. Dagens vandring är betydligt tuffare än den första dagen, ni kommer att klättra nästan 1 000 höjdmeter så det är viktigt att ta de lugnt och dricka mycket vatten. Ni stannar för lunch vid en vacker dalgång vid Shira kratern cirka 3050 möh. Efter lunch passerar ni över den stora Shira kalderan, en högplatå som sällan besöks. Shira är den tredje slocknade vulkanen på Kilimanjaro (Kibo och Mawenzi de andra två). Under dagen kommer ni att få se fantastiska vyer över den vita toppen på Kibo. På eftermiddagen kommer ni fram till Shira One Camp där ni tältar för natten.

Mti Mkubwa	2 650 möh.
Shira One	3 610 möh.
Km vandring	12
Beräknad tid	5-6 h.

Hotell: Camping i tält  
Måltider: Samtliga, inkl. dryck

### Dag 3: Shira One till Shira Two

Efter frukost påbörjar ni dagens vandring. Denna dag är förhållandevis lätt, ni vandrar bara 240 höjdmeter och 5 kilometer på 5 till 6 timmar. Denna dag är viktig för acklimatisering inför de kommande dagarna.



Shira One	3 610 möh.
Shira Two	3 850 möh.
Km vandring	5
Beräknad tid	5-6 h

Hotell: Camping i tält  
Måltider: Samtliga, inkl. dryck

#### Dag 4: Shira Two till Barranco Valley

Ännu en dag med ganska lätt vandring genom fantastiska landskap strax under 4000 meter över havet. Denna dag går det mycket upp och ner men ni slutar bara 100 meter högre än gårdagen. Detta ger mycket bra möjligheter för kroppen att aklimatisera sig. Under dagen passerar ni Lava tornet och kommer in i den vackra och spektakulära dalgången Barranco Valley. Campingen här ligger vid foten av den snötäckta toppen Kibo och känslan av att vara vid Base Camp är stor. Nu kommer ni verkligen att känna att ni har den stora utmaningen för era fötter.

Shira Two	3 850
Barranco	3 950
Km vandring	6
Beräknad tid	5 h.

Hotell: Camping i tält  
Måltider: Samtliga, inkl. dryck

#### Dag 5: Barranco Valley till Karanga Valley

Efter frukost börjar ni dagens ganska tuffa vandring ut ur Barranco Valley. Dagens första utmaning blir den 300 meter höga och tillsynes lodräta Barranco Wall. Den är dock ganska lätt att klättra och ni kommer snabbt ut ur Barranco Valley och närmar er Karanga Valley där ni kommer att campa för natten. Även denna dag går det både uppför och nerför.

Barranco Valley	3 950
Karanga Valley	4 190
Km vandring	4
Beräknad tid	3-4 h.

Hotell: Camping i tält  
Måltider: Samtliga, inkl. dryck

#### Dag 6: Karanga Valley till Barafu

Dagen börjar med en ganska brant vandring ut ur dalen, därefter kommer en mer gradvis vandring till Barafu. Barafu betyder is på Swahili och under denna dag kommer ni att känna att det verkligen är kallt på Kilimanjaro. Ni kommer till er camping tidig eftermiddag och använder eftermiddagen till att vila, äta en tidig middag och sen lägga er mycket tidigt. Morgondagens vandring går mot toppen och ni börjar mitt i natten.

Karanga Valley	4 190 möh.
Barafu	4 600 möh.
Km vandring	4
Beräknad tid	3-4 h.

Hotell: Camping i tält  
Måltider: Samtliga, inkl. dryck



### **Dag 7: Barafu till Uhuru Peak och därefter ner till Mweka Camp**

Mitt i natten väcker er guid er för att börja vandringen uppåt mot Uhuru Peak. Detta är en lång och mycket tuff dag men när ni står på toppen av Afrika och ser soluppgången kommer det att vara all möda värt. Denna dag är det viktigt att vara riktigt varmt klädd. När klättringen börjar mitt i natten kommer det att vara mycket kallt. Ni vandrar i skenet av månen och era pannlampor. Vandringen nerför är den jobbigaste och oftast det man är minst förberedd på. All fokus är på att nå toppen och det kan vara lätt att glömma att man ska ner också. Ni går ner i etapper. Först tillbaka till Barafu och därefter längs med Mweka rutten (som används för nedstigning) till Mweka Camp. Ni stannar med jämna mellanrum för att vila trötta ben.

Barafu	4 600 möh.
Uhuru Peak	5 895 möh.
Mweka Camp	2 910 möh.
Km vandring	5 km till toppen sedan 12 km ner till Mweka Camp
Beräknad tid	7 h. till toppen därefter cirka 9 h. Ner. Totalt 13-15 timmars vandring

Hotell: Camping i tält  
Måltider: Samtliga, inkl. dryck

### **Dag 8: Mweka Camp till Mweka Gate och sen tillbaka till Arusha**

Efter frukost går ni nerför genom hedlandskap och sedan regnskog. Ni kommer snabbt att vandra neråt på trötta ben och kommer till Mweka Gate efter cirka 4 timmar. Där blir ni hämtade och kör tillbaka till Arusha (1,5 h.). Ni kommer garanterat att somna i bilen på väg till Arusha.

Mweka Camp	2 910 möh.
Mweka Gate	1 828 möh.
Km vandring	10
Beräknad tid	4 h.