

4985 m - Mt. Kenya (Point Lenana)

Gleccserek közt az Egyenlítőn - élménytrekking Afrika legimpozánsabb hegycsúcsa körül

Időpontok	Indulás-érkezés*	Telítettség	Jelentkezési határidő
2026. január 08. - 2026. január 14.	2026. január 07. - 2026. január 15.	Még tudsz jelentkezni	2025. október 05.
Ár: 599 000 Ft +repjegy		10% törzsutas kedvezménnyel: 539 100 Ft +repjegy	
Előleg: 239 000 Ft, mely jelentkezéskor fizetendő.		Fennmaradó összeg: 360 000 Ft, mely indulás előtt 30 nappal esedékes.	

*Repülő útjainkra a kiutazás egyénileg történik. A fenti dátum az Eupolisz által ajánlott járat indulási-érkezési időpontját jelzi

Miért éppen a Mount Kenya? Az Egyenlítő alatt, a Kilimandzsárótól 230 kilométerrel északra emelkedik Afrika 2. legmagasabb hegycsúcsa, a Mount Kenya, avagy a Kirinyaga, ahogy a helyi Kikuyu törzsek hívják a „fényesség hegyét”. A pirkadat fényei által vörösre festett, csipkézett gerinceket déltájban gomolygó felhők ölelik körül, s a varázslatos völgyek fölött őrt álló sziklatornyok délutánra sejtelmes ködfátyolba burkolóznak. Mintha az „afrikai Dolomitokban” járnánk... A legmagasabb pont, a Batian (5199 m) és Nelion (5188 m) ikercsúcsa csak komoly technikai mászással, gyakorlott sziklamászók számára elérhető, a 4985 méteres Point Lenana csúcsára azonban minden jó kondícióval rendelkező túrázó felkapaszkodhat egy rendkívül látványos gyalogtúra keretében. A Természet a Kirinyagán újra és újra elkápráztat Bennünket: öt napon keresztül szinte teljesen érintetlen tájakon haladunk, bambuszrengetegeken és köderdőkön át csodaszép tavak, mélykék vizű tengerszemek mentén kapaszkodunk egyre feljebb a különleges szeneciók és lobéliák sokaságával teletűzdelt, döbbenetes dimenziókat feltáró völgyekben. Itt néha valóban úgy érezzük, mintha elvesztünk volna az Időben, s a Jurassic Park díszletei közt járnánk. Elvárásolt, felfedezésre váró vidék, turistatömegek nélkül. **Melyek a Mt. Kenya trekking alatt a legfontosabb látnivalók?** - Mount Kenya Nemzeti Park ([UNESCO Világörökség](#))- a második legmagasabb csúcs Afrikában- érintetlen, csak itt honos növényvegetáció- Afrika egyik legszebb trekking útvonala- Egyenlítő tábla: ahol két irányba folyik le a víz

Figyelem! Hosszabbítási lehetőség a Mount Kenya trekking előtt! Ha szeretnéd megismerni az afrikai szafarik világát is, becsatlakozhatsz a téli szünet ideje alatt induló [Kenya szafari, Indiai-óceán](#) utunkba! A hosszabbítás keretében először a Maasai Marában, Kenya leghíresebb és leglátogatottabb szafari parkjában indulhat az utazásod, ahol a nagyon gazdag állatvilágának köszönhetően jó eséllyel pályázunk arra, hogy a rengeteg patásállat mellett a Big Five (oroszlán, leopárd, elefánt, kafferbivaly, orrszarvú) számos példányával összefussunk. Egy igazi ingyenc program a szafarik kedvelőinek! Majd a szafari után igazi lazulás következik az Indiai-óceán mesés partvidékén, ahol gyönyörű korallzátonyok mentén búvárkodhatunk, avagy csak süttetjük a hasunkat az egyenlítői nap alatt.

1.nap - Nairobi

Megérkezünk Kenya fővárosába, Nairobi-ba, és becsekkolunk a szállodába, ahonnan utunk indul. Repülőjárat érkezésétől függően, amennyiben lesz rá idő, ismerkedés a környékkel, programmegbeszélés, ráhangolódás Afrikára. Szállás: szállodában.

2.nap - Nairobi, Chogoria, Bairunyi (2500 m), Chogoria kapu (2950 m)

Nairobi-ból kora reggel indulunk a Kirinyaga keleti lábainál fekvő Chogoria településre. Ide közel 3 óras utazás után érkezünk meg, ahol kisbuszainkról terepjárókra szállunk át, hogy az esőerdő övezetén keresztülhaladó földúton a mintegy 22 kilométernyi távolságot lerövidítsük. A terepjáróban zötykődve a 2500 méteren fekvő Bairunyi tisztásig utazunk, ahol elfogyasztjuk piknik ebédünket, majd kishátizsákjainkat felkapva innen már gyalogosan tesszük meg a hátralévő 7 kilométert. Fontos, hogy elkezdjük szoktatni szervezetünket a magassághoz. A földút igazán különleges tájon, előbb esőerdők között, majd kiterjedt bambuszerdők mentén vezet, ahova egy-egy fotó erejéig mi is bemerészkedünk. Mindenesetre megfontoltan kell mozognunk, ugyanis a sűrűből bármikor kitoppánhat az útra egy morcos kafferbivaly, vagy szabadon kószáló vadelefánt, a bambuszerdőben jó eséllyel láthatunk kíváncsi tekintetű majomcsapatokat. Ahogy aztán feljebb érünk, egyre több ligetes térséget láthatunk, a hatalmas fákról lelógó szürkés szakálluzmóktól borítva. 2950 méteres magasságban érjük el a Mount Kenya Nemzeti Park hivatalos bejáratát, a Chogoria kaput. A regisztráció után közvetlenül a parkbejáratnál letáborozunk, ahonnan a Kirinyaga csúcsai még a messzi távból incselkednek velünk. Szállás: sátorban, étkezés: reggeli, ebéd, vacsora. (szint: 450 méter fel, táv: 7 km, menetidő: 2-3 óra)

3.nap - Chogoria kapu (2950 m), Ellis-tó (3400 m)

Egy kiadós reggelit követően kényelmes tempóban indulunk következő táborhelyünk felé, amelyet a fő turistacsapástól távol, a 3400 méteren fekvő idilli Ellis-tó partján találunk. A tó közelében emelkedő Mugi Hill és a Giant's Billiard Table (Óriások Billiárd Asztala) sziklatömbjei szolgáltatják a háttérképet a mai túrán. A ligetes térségeket magunk mögött hagyva előbb itt is földúton haladunk, majd egy kisebb kitérőt teszünk a közelben rejtve megbúvó Nithi vízesésekhez. A közel 30 méteres magasságból alázuduló vízfüggöny lábához egy kisebb, meredek ösvényen tudunk leereszkedni, a bátrabbak akár frissítő zuhanyt is vehetnek a vízpermet alá beállva. Piknik, lazulás paradicsomi kulisszák között... Innen visszakapaszkodunk a földútra, majd egy, a bozótosban húzódó keskeny ösvényt követve további 2 óra alatt érünk fel az érintetlen környezetben megbúvó, mélykék színben játszó Ellis-tó partjára. Útközben rengeteg színes virágot fotózhatunk, a ligetekben őzekkel találkozhatunk, s erre fele is láttunk már vad elefántot kószálni. Táborhelyünk közelében pedig a Kirinyaga különleges növényei, az óriás szeneciók és lobéliák első példányai is feltűnnek. A tópartra érve már állnak is sátrunk, ahol meleg ebédünk elfogyasztása után még egy kisebb akklimatizációs túrát tehetünk a környéken. Szállás sátorban, étkezés: reggeli, ebéd, vacsora. (szint: 450 méter fel, táv: 8 kilométer, menetidő: 4-5 óra)

4.nap - Ellis-tó (3400 m), Minto tábor (4300 m)

Az Ellis-tó partjáról nézve már jól kivehetők a Kirinyaga csipkézett sziklaormai, s a Batian-Nelion kettős csúcsa előtt ott emelkedik trekking túránk célja, a 4985 méteres Point Lenana is. Reggel ismét kényelmesen megreggelizünk, aztán szedelődzünk. Ismét a kitaposott ösvénytől távol kezdjük meg túránkat, s az Ellis-tavat megkerülve, majd egy kisebb patakon átkelve kaptatunk egyre feljebb a Gorge Valley (Nagy szurdokvölgy) keleti gerincén. Ahogy emelkedünk, egyre lenyűgözőbb a panoráma is. Hátunk mögött a távolban az Ellis-tó víztükre csillámlik, mögötte az Lthaguni (3894 m) és Rutundu (3311 m) csúcsai magasodnak, majd hirtelen feltáruznak előttünk a Gorges Valley döbbenetes dimenziói: több száz méteres függőleges sziklafalak, a völgy alján pedig a Michaelson-tó mélykék víztükre. A déltájban összeálló, gomolygó köd csak még sejtelmesebbé teszi az amúgy is egyedülálló látványt. Kora délután érkezünk a Minto-táborhelyre, amely kétségtelenül minden idevetődőt elvarázsol: a sziklaplatón szétszórt tengerszemek látványa, körös-körül a csipkézett sziklacsúcsokkal, a szeneció rengetegekkal és az

embermagas lobéliák sokaságával - ez szavakkal leírhatatlan. Az is, amikor az ember kimerészkedik a nemes egyszerűséggel csak The Temple (Templom) névre keresztelt sziklaszirt szélére, s onnan tekint alá a lábai alatt húzódó 300 méteres mélységbe. A Hall Tarn (tengerszem) partján sátrazunk, 4300 méteres magasságban. Szállás sátorban, étkezés: reggeli, ebéd, vacsora. (szint: 900 méter fel, táv: 12 kilométer, menetidő: 4-5 óra)

5.nap - Minto tábor (4300 m), Point Lenana (4985 m), Mackinder tábor (4300 m)

Kora hajnalban, még napkelte előtt egy bögre teával vagy kávéval ébresztenek segítőtink, hogy a sátraink előtt állva, avagy a Templom szakadékához kísértálva átélhessük, ahogy a felkelő nap vörösre színezi a Kirinyaga csúcsait. Egy gyors reggeli, aztán már úton is vagyunk, hogy még a felhők előtt felérjünk a Pont Lenana csúcsára. Kezdetben szeneciő erdőségek között visz utunk, majd 4500 méter környékén elhagyjuk a vegetációs zónát, s kopár sziklarengetegben kaptatunk egyre feljebb, ahol igazi felüdülést jelentenek a tengerszemek zöldes, kékes színben játszó víztükrői. Először a Simba-nyeregbe kapaszkodunk fel (4600 m), megpihenünk, fotószünetet tartunk a Simba-tengerszem partján, majd nekirugaszkodunk az utolsó kaptatónak. Érintünk egy újabb tengerszemet (Harris Tarn), s vissza-visszatekintve fantasztikus panoráma tárul elénk a Gorge Valley irányába, a Templom meredek falával. Az utolsó pár száz méteren már egyre gyakrabban meg kell állnunk fújni egyet, érezzük az oxigénhiányt, de a látvány feledteti velünk a fáradtságot. Még egy kis erőfeszítés, kapaszkodás, s végre ott állhatunk 4985 méteren, a Point Lenana csúcsán! Gratulációk, csúcsfotók, s rácsodálkozás az alattunk húzódó gleccserekre, itt, alig 15-20 kilométerre az Egyenlítőtől délre. Visszafele a Mount Kenya délnyugati oldalán, a Lewis-gleccser mentén húzódó gerincen ereszkedünk le, az Osztrák kunyhót érintve. Innen egy meredek törmeléklejtőn átvágva további egy-másfél óra alatt érjük el a Teleki-völgyet, és a Batian – Nelion déli falai alatt, szintén döbbenetes kulisszák közepette található Mackinder táborhelyet. Jól megérdemelt pihenés következik, avagy opcionális bókászás, fotózás a környéken, szeneciők és lobéliák között, szirti borzok után kutatva, melyek nagy számban lebzselnek a környéken. Szállás sátorban, étkezés: reggeli, ebéd, vacsora. (szint: 685 méter fel / le, táv: 8 kilométer, menetidő: 5-6 óra)

6.nap - Mackinder tábor (4300 m), Narumoru kapu (2600 m), Nairobi

Utolsó napunkon még egy hosszabb, 22 kilométeres ereszkedés vár ránk a meteorológiai állomás érintésével a Narumoru kapuig. Kezdetben a Teleki-völgyben haladva a már megszokott töménytelen szeneciő és lobélia között visz az ösvényünk, majd egy mocsaras, süppedős térség és egy meredek ereszkedés után sokat változik a táj, újra buja erdőben járunk. Egy utolsót hátratekintve nehéz szívvel búcsúzunk a Kirinyaga hóborította, csipkézett kettős csúcsától. Jó 2-3 órás ereszkedés után a meteorológiai állomás melletti füves térségnél megpihenünk, ahonnan erdei kocsíúton ereszkedünk tovább, újra hatalmas faóriások közt túrázva. A Narumoru kapunál elbúcsúzunk teherhordóinktól és a helyi vezetőktől, majd kisbuszba szállunk, s az Egyenlítőhöz utazunk. Itt elkészítjük a kötelező jellegű fotókat az Egyenlítő jelző táblánál, majd folytatjuk utunkat a már ismerős Nairobi melletti szállásunkra, ahol a túrázás napjai után ugyancsak jól fog esni egy forró zuhany, amit megfejelhetünk egy remek steak-kel, hozzá a Kirinyagát ábrázoló White Cap sörrel. Szállás: szállodában, étkezés: reggeli és ebéd. (szint: 1600 méter le, táv: 22 kilométer, menetidő: 6-7 óra)

7.nap - Nairobi

A mai napon elbúcsúzunk Afrikától, szervezett programunk már nincs. Repülőjárat indulásától függően megkezdjük hazautazásunkat.

Tudnivalók

Út ára tartalmazza

- a szállást Nairobiban 2 éjszakára, szállodában, két ágyas szobákban,- az 5 napos Mount Kenya trekkingtúrát, sátor szállással, - a trekking során a teljes ellátást (reggeli, ebédcsomag, meleg vacsora),- a trekking során a kenyai hegyi vezetők és teherhordók díját, - a Mount Kenya mászás engedélyeit, - az ismerkedési esten egy welcome drinket,- az adott utazáshoz tartozó tájékoztató levelező fórumot a túravezető instrukcióival,- a szervezést és a magyar nyelvű túravezetést.

Út ára nem tartalmazza

- a nemzetközi repülőjegyeket, - a reptéri transzfereket,- a borraivalókat, - az országba való belépési engedély (ETA) díját,- a biztosítást.Étkezés: a trekking alatt teljes ellátás, a nairobi szálláson reggeli.

Árfolyam

Fontos! Utazásunk árát 350 Ft / 1 USD árfolyamig tudjuk tartani. Ha a dollár (USD) ára az utazás indulását megelőző 35. napon ezt meghaladja, akkor árkorrekcióra kényszerülhetünk. Árkorrekció esetén az utazási szerződésünkben rögzített szabályok szerint járunk el.

Repülőjegy

A garantált indulást követően fontos minél hamarabb megvásárolni a repülőjegyet. Utunkhoz a kiutazás egyénileg történik, a szükséges repülőjegyet(ke)t irodánkon keresztül is meg tudod vásárolni. Ha nem irodánkon keresztül vásárolod meg, kérjük egyeztess ügyfélszolgálatunkkal. A program az első szálláson kezdődik és az utolsó szálláson fejeződik be, a repülőtéri transzfer árát az út ára nem tartalmazza. A nemzetközi repülőjegy tájékoztató ára (Budapest - Nairobi - Budapest útvonalon) **kb. 380.000 - 420.000 Ft-tól.** (2025. január 21.)

Utazás

repülő, kisbusz, taxi.

Létszám

Tájékoztató létszám: 6-12 fő. Az utat minimum 6 fő befizetése esetén indítjuk el.

Túra nehézsége

Milyen nehéz a Mount Kenya-trekking? A Chogoria – Naru Moru útvonal a leglátványosabbnak tartott, és talán a legváltozatosabb kombinációja a Mount Kenyára vezető [számos útvonalnak](#). A legtöbb turista a 3-4 nap alatt is teljesíthető Naro Moru oda-vissza utat választja, ahol ugyan menedékházak is rendelkezésre állnak, de véleményünk szerint sokkal fontosabb valóban kiélvezni azt az egyedülálló természeti környezetet, amit a Kenya hegyen találunk, időt szánni rá, kényelmesen, egy sokkal jobb akklimatizációt biztosító útvonalon haladni felfele, s mindezt úgy, hogy ezen az útvonalon szinte egyedül csak mi járunk. A levezető útvonalon már mi is a naru morun haladunk és itt ugyan több túrázót is láthatunk, de a túra első három napján előfordulhat, hogy valóban csak mi táborozunk majd a Chogoria kapunál, az Ellis-tó partján, avagy a Minto táborhely varázslatos tengerszemei mellett! S egy ilyen környezetben, az érintetlen természet közvetlen közelségében sátrazni valóban ritka és egyedülálló élmény. Útvonalválasztásunkat elsősorban a természeti látnivalók szépsége és a minél biztosabb akklimatizáció határozta meg, de fontos a változatosság is, azaz hogy más útvonalon menjünk fel, s megint más útvonalon menjünk le a hegyről. Maga a túra a csúcsnap kivételével egyáltalán nem nehéz, átlagos kondícióval is könnyen teljesíthető, általában napi 4-6 óra túrázásra kell számítani, miközben szinte végig kitaposott ösvényen haladunk. A csúcsnap túrája már kicsit nehezebb, 4500 méter fölött már sziklás szakaszok, meredekebb törmeléklejtők is lesznek, a jó mozgáskoordináció fontos, különösen, ha valaki a csúcs-körtúra teljesítésére is vállalkozni szeretne. A Kilimandzsáró túrával összehasonlítva azonban a Mount Kenya

trekking igazi „élménytúra”, a csúcsnap is sokkal könnyebben teljesíthető, még a legnehezebb csúcsnapon sem a küzdés, hanem a táj, a pazar látvány élvezete dominál. Azért kicsit persze itt is kell küzdeni, hiszen majdnem ötezer méterig kapaszkodunk... Szállásunk a túrán kétszemélyes sátrakban lesz, így minden nap a természet közvetlen közelében ébredünk és fekszünk. Felszerelésünk nagy részét teherhordóink viszik, mi csupán a napi szükséges felszerelést tartalmazó kishátizsákkal túrázunk. A jó kondíció, túrázási tapasztalat tehát mindenképpen jól jön, de ugyanolyan fontos a pozitív lelki hozzáállás, kitartás és a rugalmasság! A nagy tengerszint feletti magasság miatt már 3000 méter felett kicsit nehezebb légzésre kell számítani, amit fokozatos, lassú emelkedéssel, lassú haladással, megfelelő akklimatizációval igyekszünk enyhíteni. Az oxigénhiányos környezetre mindenki szervezete másképp reagál, de 4000 méter fölött már általánosan jelentkezhetnek a magashegyi betegség enyhébb, nem veszélyes, de kellemetlen tünetei: tompa fejfájás, álmatlanság, hányinger, étvágytalanság. Erre mindenképpen fel kell készülni. A tünetek esetleges súlyosbodása esetén az érintett résztvevőnek a túrát azonnal meg kell szakítani, és alacsonyabb tengerszint feletti magasságba kell visszaereszkedni. A túra során rendszeresen, minden reggel megmérjük a résztvevők véroxigén szintjét és pulzusát, hogy az akklimatizációt pontosan nyomon kövessük! A túra jellegéből adódóan ezt a programunkat 50 év felett csak kimondottan jó kondícióval, túrázási gyakorlattal rendelkezők részére ajánljuk! A részletes napi program megvalósítása az alapvető cél, de az időjárás és a résztvevők fizikális erőnléte, illetve esetleges akklimatizációs problémák lehetőséget adnak a túravezetőnek arra, hogy amennyiben szükséges, a meghirdetett sorrenden változtasson, vagy a programon módosítson. Fontos! Programunkon magashegységi túrázásról van szó, ahol sok, a programot befolyásoló, előre nem látható körülmény léphet fel. Emiatt a túra eredményességét nem garantálhatjuk, vis maior esetében, például nagyon kedvezőtlen időjárás miatt akár az utolsó szakasról is visszafordulhatunk! Az utazási iroda nem vonható felelősségre a változásokért. Az extrém körülmények adta programváltozás, útvonal módosítás kérdésében mindig a túravezető dönt, döntése minden utasra kötelező érvényű! A túra jellegéből adódóan 60 éves kor feletti jelentkezést - a túrázó érdekében - kizárólag háziorvos írásos ajánlásával tudunk elfogadni! Javasolt korhatár: 18-59 év.

Terület

Hova megyünk, mit kell tudni a Mount Kenyáról? A Kenya-hegy Kenya legmagasabb, Afrika második legmagasabb hegye (a Kilimandzsáró után). Legmagasabb csúcsai a Batian (5199 méter), Nelion (5188 méter) és a Lenana (4985 méter). A hegy egy egyedülálló kialudt vulkán, amely 2,6-3,1 millió évvel ezelőtt tört ki utoljára. A kikuu törzs hite szerint a főisten, Ngai a Kenya-hegyen él, amelyet ők Kirinyaga néven ismernek. A hegyet az európaiak közül a feljegyzések szerint Johann Ludwig Krapf pillantotta meg először, 1849-ben. Megmászni először Teleki Sámuel és az osztrák Ludwig von Höhnel próbálkozott 1887-ben. A délnyugati lejtőn 4350 méter magasságig jutottak. Teleki kőzetmintákat gyűjtött a hegyről, és bebizonyította, hogy vulkáni eredetű. Szeretnénk felhívni figyelmet, hogy Afrikában, így Kenyában is fel kell készülni az itthonitól eltérő mentalitásra, az egyszerű viszonyokra a közlekedési eszközök, a szállások színvonalát illetően. Rendkívül fontos, hogy az esetlegesen kialakuló váratlan helyzeteket Ti is a megfelelő pozitív hozzáállással és megértéssel kezeljétek, és inkább a kaland és kihívás ízét éreztétek meg benne! Természetesen helyi partnereink és túravezetőink elsődleges célja az, hogy a tervezett programmenetet maximálisan teljesítsék, a kényszerű változtatások esetén megfelelő alternatív programokról gondoskodjanak, ugyanakkor a váratlan helyzetekkel való szembesülés a túra résztvevőitől is bizonyos alapvető alkalmazkodóképességet és csapatszellemet követel. A váratlan körülmények, repülők menetrendjének változása, járatok késése, rossz időjárási viszonyok, szervezési nehézségek, avagy egyéb, előre nem látható tényezők (vis maior) következtében fellépő, előre nem várt extra költségvonzatok a mindenkori résztvevőket terhelik! Megértéseket köszönjük! Javasolt korhatár: 18-59 év.

Időjárás

Mikor érdemes a Mount Kenya-trekkingre menni? A Mount Kenyán való túrázásra a január-februári,

valamint az augusztus-szeptemberi időszak a legideálisabb. Az október-novemberi rövidebb, kisebb, illetve március-májusi nagy esős évszak után a táj friss, üde zöld. Mivel a déli féltekén járunk, a hazai téli hónapok alatt itt igazi nyári időjárást élvezhetünk. A Kirinyaga lábánál, Chogoriában avagy Nanyukiban kellemesen meleg idő várható, sok napsütéssel, napközben 25 Celsius fok, hajnalban 10-15 Celsius fok körüli hőmérséklettel. A gyalogtúrán a tengerszint feletti magassággal csökken a hőmérséklet is. Reggel általában derült idő fogad, majd felhősödés kezdődik, melyekből délutánra kisebb eső, zápor, a magasabb régiókban hóesés, hózápor könnyen kialakulhat. 3000 méter fölött hajnalban gyenge fagy, napközben 15-20 Celsius fok lehetséges, míg a trekking felsőbb szakaszain, 4000 méter környékén és afölött éjszakára, hajnalra akár -5 Celsius fok alá is csökkenhet a hőmérséklet, így éjszakára rendkívül fontos a megfelelő téli hálósák. Napközben a réteges öltözék javasolt, a hőérzetet nagyban befolyásolja a napsütés. Ha süt a nap, a levegőt sokkal melegebbnek érezzük!

Felszerelés

Mi szükséges a Mount Kenya túrához? Nagy túrazsák: ebbe kerül a felszerelésed nagy része, a trekking túrán ezt a zsákot a teherhordók hozzák, így javasoljuk, hogy amolyan „nyűhetőbb”, erősebb anyagú hátizsákot hozzál! Nem árt, ha vízálló anyagból készült, ha nem, akkor a ruhádat mindenképpen csomagold zacskókba! Fontos tudnod, hogy a teherhordók maximum 12-15 kg csomagot cipelnek! (A felesleget kenyai partnerünknel tudjuk hagyni, s a túra után, Nanyukiban tudunk hozzájutni ismét.) Közepes méretű utazótáska (a hegyi túrára felesleges felszerelést ebben tudod hátrahagyni), kis hátizsák (a napi szükséges felszereléssel, ami mindig nálad van), meleg hálósák (a hegyi túrán éjszakánként előfordulnak mínuszok, így fontos, hogy a komfort fokozat - nem az extrém érték! - mindenképp a -5 fok körüli tartományba nyúljon!). Lehetőleg vízálló túrabakancs, váltásnak túraszandál vagy edzőcipő, fejfedő, túraöltözet, jó esőkabát, esőnadrág, meleg ruha, meleg sapka és kesztyű, arcvédő maszk, papucs, termosz (!), egészségügyi ragtapasz, naptej. Mivel a felsőbb régiókban kiterjedt hómezőkre is számíthatunk, ezért jó minőségű UV-szűrős napszemüveg (gleccserszemüveg), kamásli mindenképp legyen nálatok! Fontos a fejlámpa a tartalék elemmel, az éjszakai táborozáshoz ez nélkülözhetetlen! A termosz szintén kiemelt fontosságú, hogy elegendő meleg italunk legyen a csúcsmászás során! Javasolt legalább két hosszúnadrág, két pulóver, esőkabát az esetleges csapadékra való tekintettel! A trekking során jó hasznát veszitek egy teleszkópos túrabotnak is. Fontos, hogy jól bejáratott, betört túrabakancsban gyere, mert az 5 napos gyalogtúra különben könnyen tortúrává válhat! Mivel előfordult már, hogy a repülőgépre feladott poggyász esetenként csak késve érkezett meg, azt javasoljuk, hogy a túrázáshoz nélkülözhetetlen felszerelésed (bejáratott túrabakancs, túranadrág, jófajta aláöltözet, soft-shell kabát, esőkabát) legyen rajtad, illetve a kishátizsákban, amit a repülőre felviszel. Hálósákot, túrabotot, egyéb kiegészítőket szükség esetén kint is lehet bérelni, avagy vásárolni. A [Fjällräven](#) ajánlata: Egy körülbelül 30 literes hátizsák (egy napi felszereléssel, vízzel, elemőzsiával) mindig hasznos társunk. A Fjällräven Bergen 30 hátizsákja vízhatlan volta miatt akár esős időben is szárazon tartja felszerelésünket. A Karl túranadrágok, illetve a Karla túranadrágok szinte bárhol használhatóak, a nyári hétvégi kirándulások és a magashegyi túrázások alkalmával egyaránt. Ez a típus a kopásálló, előavatott G-1000® Silent anyagból készült. A nadrág lábszárhosszvégződése szegés nélküli, így könnyen a kívánt hosszra állítható. Egy jól megválasztott hálósák egy nehezebb túra után megkönnyíti a regenerálódást, hogy másnap már újult erővel vethessük be magunkat a kalandokba. Kérdés, hogy amikor alszunk, a hálósákban forgolódunk-e vagy zsákkal együtt vesszük fel az alvási pozíciót. Mindegyik helyzetre van megoldás: Fjällräven Move with Bag vagy Fjällräven Move in Bag. Kenya betiltotta a műanyag zacskók használatát. A tilalom a Kenyába érkező turistákra is vonatkozik, akiket arra kérnek, a csomagolásnál kerüljék a műanyag szatyrok használatát, amit a belépési pontoknál ellenőriznek. A tilalom nem vonatkozik azokra a „ziploc” zacskókra, amikbe a folyadékokat lehet pakolni a repülési előírások szerint.

Szállás

Nairobiban szállodában, 2 ágyas szobákban alszunk. Hoteljeink, panzióink helyi színvonalúak, ami elmarad

az európaiaktól, de a tisztaságra természetesen figyelnek itt is. Nem szabad tehát európai jellegű szállodára várni, de a helynek és a túra jellegének megfelelő legjobb lehetőséget mindig a legjobb tudásunk szerint biztosítjuk. A Kirinyaga trekking alatt kétszemélyes sátrakban alszunk. A sátrat, matracot helyi partnerünk biztosítja, saját hálósákra azonban szükség van. (A hálósák komfort fokozata legalább a -5 C fok körüli tartományban legyen!) A fürdési lehetőség a trekking során korlátozott, tisztálkodásra reggelente és este kapunk egy-egy lavór meleg vizet. Zuhanyzásra csak a túra után lesz lehetőségünk, ezért javasoljuk, hogy nedves törülközőt hozz magaddal.

Higiénia

Milyen a higiénia Kenyában?A csapvíz, avagy a forrásvizek fogyasztását nem javasoljuk. A városokban, falvakban egyszerűen lehet palackozott vizeket kapni, de a gyalogtúra idejére a környezet megóvása érdekében jó ötlet itthonról víztisztító tablettákat vinni. Ilyen víztisztító tablettát a legtöbb túraboltban beszerezhetsz. Kenyában már nem kötelező a sárgaláz elleni védőoltás, a javasolt védőoltások tekintetében az oltóközpont vagy a Nemzeti Népegészségügyi Központ tud felvilágosítást adni, ez ügyben javasoljuk hogy időben keresd fel őket. A 2000 méter fölötti régiókban a malária nem jellemző, a Masai Mara alacsonyabban fekvő térségében azonban előfordulhat. Komoly veszélyhelyzet nincs, a megelőzésre érdemes figyelni, napközben szúnyogriasztót használni (melynek hatóanyagtartalma magas, 30% feletti, pl. Off! Active), este szúnyogháló alatt aludni. Gyógyszeres védekezés is lehetséges, a malária elleni tabletták lehetséges mellékhatásai végett javasoljuk azonban, hogy konzultálj háziorvosoddal, vagy kérd a nemzetközi oltóközpont tanácsát!

Élelem

A Kirinyaga trekking során teljes ellátást kapunk. A további étkezés önellátó. Javasoljuk, hogy a túra közbeni energia utánpótlás biztosítására hozz magaddal itthonról némi élelmiszert: keksz, energiaszelet, szőlőcukor, olajos magvak, aszalt gyümölcs, a hazai ízek kedvelőinek jófajta szárazkolbász, avagy pick-szalámi. :-) Mivel Kenya turisztikailag frekventált térségeit érintjük, Nairobiban európai színvonalú szupermarketet, Nanyukiban a turisták számára elfogadható kínálatú kisboltot és éttermet szintén találunk.

Pénz-ügy

Mi Kenya hivatalos fizetőeszköze?A helyi fizetőeszköz a kenyai shilling (KES). Egy kenyai shilling kb. 3 Ft. USD-t vagy Eurót érdemes vinni magunkkal, amit a helyszínen tudsz kenyai shillingre váltani. 1USD = kb.140 KES, 1 Euro = kb. 150 KES. Bankkártya használatára is van lehetőség, leginkább a VISA terjedt el. Költpénznek nagyjából annyi Ft-ot ajánlunk, amennyit itthon is elköltenél (étkezés, innivaló, belépők, emléktárgyak, ajándékok, azaz szokásos kiadások esetén), természetesen ez sokkal kevesebb és több is lehet, egyéntől és vérmérséklettől függően. Általánosságban jellemző, hogy ha a szállodai személyzet, avagy bárkinek a szolgáltatásait igénybe vesszük, némi borralalóra mindenütt számítanak! Figyeljünk arra, hogy az amerikai dollár (USD), amit magunkkal hozunk, 2008. utáni bankjegyekben legyen!**Helyszínen fizetendő költségek tájékoztató árai (2025):**- repülőtéri transzfer megközelítő ára: 25-30 USD/taxi. Az egyéni árakat a létszám és a repülési menetrendek befolyásolják, ezek ismeretében optimalizáljuk a transzfereket- borralaló a teherhordóknak, helyi vezetőknak a Kirinyaga túrán: kb. 120 USD /fő

Vám

Mi szükséges a Kenyába történő beutazáshoz?Kenyába történő utazáshoz az útlevélnak a beutazás napjától számítva legalább hat hónapig érvényesnek kell lennie.Kenya 2024. január 1-től eltörölte a külföldi állampolgárokra vonatkozó vízumkötelezettséget és bevezette az elektronikus utazási engedélyt (ETA - Electronic Travel Authorisation).Az ETA a következő oldalon igényelhető:
<https://www.etakenya.go.ke/en>. Az ETA díja normál (nem sürgősségi) ügyintézés esetén 30 USD + egyéb költségek. Az ETA-t legalább 2 héttel indulás előtt érdemes megigényelni!Felhívjuk a Kenyába látogató

magyar állampolgárok figyelmét, hogy ETA nélkül az utazás nem kezdhető meg, a repülőtársaságok szigorúan ellenőrzik felszállás előtt annak meglétét. Amennyiben az utazó rendelkezik érvényes e-vízummal, azt az új rendszer bevezetését követő első hónapokban továbbra is elfogadják a kenyai hatóságok. A mindenkor határátlépési információkról a [konzuli szolgálat oldala](#) ad aktuális és részletes tájékoztatást. Mindenki maga felelős azért, hogy azoknak a személyi feltételeknek megfeleljen, amik az utazáshoz szükségesek!

Csomag

A repülőre felvihető kézipoggyász és a feladott nagy poggyász súlykorlátját, darabszámát mindig az adott légitársaság határozza meg a megvásárolt jegy függvényében. A nagy poggyász súlykorlátja - ritka kivétellel - a szokásos 20 kg-ot nem haladhatja meg. Az utazás alatt csomagjaink végig velünk lesznek, de az 5 napos trekkingre felesleges részüket kenyai partnerünknel tudjuk hagyni, s a túra után, Nanyukiban tudunk hozzájutni ismét. Érdemes egy nagy túrazsákkal (erősebb anyagú, vízálló hátizsák) készülni, ebbe kerül a felszerelésed nagy része, melyet a teherhordók visznek (maximum 12-15 kg). Szükséges egy hátizsák a szokásos napi felszereléshez. Illetve jól jöhet egy közepes méretű utazótáska, melyben a hegyi túrára felesleges dolgokat hátra tudod hagyni.

Biztosítás

Kell biztosítást kötni a Mount Kenya túrára? Kötelező! Szeretnénk figyelmedet felhívni arra, hogy a **részvétel feltétele** az út teljes időtartamára érvényes utasbiztosítás, **kiegészítő sport extra kategóriával együtt**, ami - többek között - kiterjed hegymászásra, sziklamászásra, via ferratára, canyoningra, valamint olyan jellegű túrázásra is amely, speciális eszközök (kötélbiztosítás, hágóvas, jégcsákány) használatát indokolják. Mivel a legtöbb biztosítás felső magassághatára 3500 méter környékéig terjed csak, javasoljuk irodánkban megkötni az Európai Utazási Biztosító (EUB) Air & Cruise Outdoor elnevezésű utasbiztosítási termékét, amely alapján a biztosító kockázatot vállal Világ-1 területi hatállyal, kizárólag az Eupolisz utazási iroda által szervezett vadvízi evezésekre, raftingra és tengerszint felett **legfeljebb 7.150 méteren történő trekking túrákra is.** Szeretnénk figyelmedet felhívni arra, hogy a **részvétel feltétele az út teljes időtartamára érvényes utasbiztosítás.** Érvényes biztosítás hiányában a túrán való részvételt megtagadjuk. Kérjük, nézd meg, van-e érvényes utasbiztosításod!

Amennyiben rendelkezel már utasbiztosítással, ellenőrizd le, hogy kiterjed-e a fent írt speciális sport extra kategóriára is! Irodánkban az Európai Utazási Biztosító (EUB) kedvezményes utas- és sztorrió biztosításainak megkötésére van lehetőség, az alábbiak szerint: **Önállóan is köthető**

utasbiztosítás: Air & Cruise Outdoor: 23.625 Ft/fő **Önállóan is köthető sztorrió biztosítás:** A biztosító által meghatározott értékhatár meghaladása miatt sajnos nem tudunk kötni. **Sztorrióbiztosítás és utasbiztosítás együtt:** Storno Kombi, ami a részvételi díj 4%-a (önrész: 0-10 %), és az utasbiztosítás együtt: 47.585 Ft/fő A feltüntetett összegek a teljes részvételi díjra vonatkoznak, amennyiben jogosult vagy törzsutas kedvezményre, akkor annak százalékával megegyező mértékben csökken a sztorrióbiztosítás díja.

Fontos, hogy amennyiben szeretnél sztorrió biztosítást megkötni, azt csak az első befizetéssel egyidejűleg teheted meg, később már nem! Bővebben a biztosító szolgáltatásairól a honlapjukon olvashatsz: www.eub.hu