



## CAMERÚN

viajessingles.es

### Experiencia unica en Africa: Selvas y volcanes

12 días /11 noches (17 al 28 de julio)

*Volcanes, cataratas, reinos medievales, selva ecuatorial y costa atlántica*

Ruta intensa por algunas de las regiones más espectaculares de Camerún, un país todavía virgen en cuanto a turismo se refiere. El itinerario transcurre por las tierras volcánicas del Oeste, descubriendo parajes de gran belleza y culturas profundamente arraigadas a sus tradiciones. De regreso a la costa penetraremos en la jungla virgen a través del gran río Sanaga para descubrir el mundo selvático de los pigmeos bakola y los últimos grupos de chimpancés de la selva de Edea. Acabaremos el viaje paseando por las playas vírgenes de Mbiako, entre la jungla y el Océano Atlántico.

Nivel de resistencia: intermedio



- Día 1** **BARCELONA – CASABLANCA - DOUALA**  
Salida del vuelo internacional de Royal Air Maroc con dirección a Douala vía Casablanca. Conviene estar 3 horas antes en el aeropuerto. Las maletas van directamente a Douala.  
**Vuelo nocturno**
- Día 2** **DOUALA – CATARATAS DE EKOM NKAM – MBOUROUKOU (3h)**  
Llegada al aeropuerto internacional de Douala donde seréis recibidos por el guía  
En el interior del aeropuerto os pedirán el pasaporte con el visado y la cartilla de vacunación con la vacuna de la fiebre amarilla.  
Desayuno con el guía para comentar las actividades del día.  
Salida de la gran urbe portuaria hacia Melong.  
Alrededor de Penja –región de las plantaciones- podremos degustar rica fruta fresca en los mercadillos locales. De camino hacia nuestro objetivo nos desviaremos hacia la derecha y visitaremos las espectaculares cataratas de Ekom Nkam, donde se rodó la película 'Greystoke'; la historia de Tarzán. Seguiremos hasta Mbouroukou, territorio de la etnia bakossi y la principal zona cafetera de Camerún  
**Alojamiento en Hotel Villa Kléber**  
**AD**
- Día 3** **MBOUROUKOU – VOLCAN MANENGOUBA – POBLADOS FULANI**  
Tras un buen desayuno matutino podremos empezar el ascenso por Monte Manengouba, antiguo volcán apagado. Las laderas del Monte Manengouba están habitadas por pastores de la etnia Fulani con los que pasaremos la noche. Trekking hasta el poblado Fulani (2h) donde conoceremos de cerca la cultura tradicional de este pueblo montaños dedicado al la cría de caballos y cebúes  
El paisaje es de gran belleza y los habitantes famosos por su hospitalidad  
**Alojamiento en Chez Alain (proyecto de turismo responsable comunitario)**  
**MP (cena incluida)**

#### **Día 4 POBLADO FULANI – MBOUROKOU**

Desayuno en este paraíso montañoso

El hecho de pasar una noche en plena montaña, dentro de una comunidad de pastores nos permite vivir su amanecer, su vida familiar, en fin entender una forma de vida que no hace tantas décadas era común en las zonas rurales de montaña del Viejo Continente. Visitaremos la pequeña escuela de montaña gestionada por una ONG camerunesa y conoceremos la realidad del absentismo escolar en las comunidades más remotas de Camerún. Después de despedirnos de nuestros anfitriones bajaremos hasta Mbouroukou. Tras la comida os proponemos una introducción a la cultura bakossi de la mano de uno de los príncipes de Mbouroukou. El pueblo bakossi o mbo, es de lengua bantú y habita esta región desde que las costas africanas empezaron a ser invadidas por negreros en busca de mano de obra. En su origen vivieron más cerca de la costa pero llegaron hasta las frías tierras del Volcán Manengouba escapando del esclavismo. Desde la conquista alemana la mayoría se han convertido al cristianismo y han adoptado la agricultura comercial (café) como forma de vida.

Uno de los elementos que sobreviven a los tiempos modernos son las asambleas de ancianos, el vino de palma tomado en calabaza, y algunas muestras de la arquitectura primitiva realizada en madera.

**Alojamiento en Hotel Villa Kleber**

**MP (almuerzo incluido)**

#### **Día 5 MBOUROKOU – DSCHANG - REINO BAMILEKE (45min)**

Desayuno y ruta hacia las Highlands cameruneses, la región más poblada y rica del país, habitada por varias tribus denominadas Bamileké. Este pueblo, agricultor, artesano, y comerciante se ha adaptado muy bien a los tiempos modernos y combina el respeto por las estructuras tradicionales de poder – entorno al 'Fon' o Rey y la 'Chefferie' o palacio real-. Para entender el Camerún y el África del S-XXI hay que visitar zonas como el 'País Bamileké' donde se ve claramente el equilibrio entre la identidad tribal y el mundo global. Nuestro objetivo es Dschang, antigua capital colonial del oeste alemán, que luego pasó a manos británicas y finalmente a manos francesas hasta la independencia en 1960.

Dschang es hoy una vibrante ciudad universitaria con gran tradición artística y comercial. A su vez la ciudad dispone del museo de las civilizaciones, donde podemos aprender sobre la gran diversidad cultural del país. El edificio combina los motivos bamilekés con un estilo moderno y funcional. Estamos frente al Camerún que funciona!

Alrededor de Dschang podemos encontrar pueblos tradicionales, con varias jefaturas tradicionales y bellos paisajes como las plantaciones de té y los impresionantes Montes Bambutos.

**Alojamiento en el albergue comunitario de una Jefatura tradicional (Chefferie)**

**MP (almuerzo incluido)**

#### **Día 6 REINO BAMILEKE – DOUALA (4h)**

Desayuno y visita matutina de las plantaciones de té cercanas a Dschang. El clima privilegiado hace que en la región se cultive uno de los mejores té de Camerún.

Tras la visita iniciaremos el camino de regreso a la costa atlántica.

Pararemos en mercados en ruta y llegaremos de tarde a la capital económica de Camerún.

Por la noche podemos salir por el centro para ver el ambiente nocturno de Douala by night.

**Alojamiento en la Misión Baptista o similar**

**AD**

#### **Día 7 DOUALA - EDEA – RIO SANAGA – PONGO SONGO (2h)**

Desde Douala partiremos hasta Edea, antigua ciudad colonial alemana asentada en los márgenes del río Sanaga, el más caudaloso de Camerún que muere en el Océano Atlántico.

Daremos un paseo por el centro de Edea a pie donde se mantienen varios edificios del periodo alemán y francés. Exploraremos el mercado donde podremos comprar fruta antes de internarnos en la selva.

Desde Edea cogeremos una piragua a motor que nos llevará hasta el pequeño poblado de Pongo Songo, habitado por la etnia de bantúes pescadores conocidos como pongo. Son el grupo más pequeño y desconocido de los 4 que habitan los márgenes del río Sanaga: bassá, bakoko, y marimbas. Nuestro objetivo es conocer esta etnia pescadora, su territorio, y compartir unos días en su paraíso fluvial. Cerca del poblado de Pongo Songo se está desarrollando un proyecto pionero en Camerún de gestión medio-ambiental por parte de la población local. El objetivo es censar la población faunística de la Reserva de Douala-Edea, de la que destacan las poblaciones de chimpancés, colobos, y elefantes de selva (en peligro de extinción) y hacer un plan de desarrollo sostenible del turismo en la reserva para mejorar las condiciones de vida de los lugareños y a su vez proteger la jungla, los manglares, y la fauna que los habita.

Frente al poblado de Pongo Songo se pueden observar chimpancés acostumbrados a la presencia humana. Observarlos a distancia prudencial desde la piragua es una experiencia única!

Dedicaremos el día a la observación de los chimpancés y a las charlas con la población de Pongo Songo. Antes de nada deberemos saludar al rey de los pongo y a los miembros del consejo tribal.

**Noche en el Campamento de Pongo Songo (tiendas igloo + baño de campaña)**

**MP (cena incluida)**

**Día 8****PONGO SONGO – CAMPAMENTO PIGMEOS - PONGO SONGO (3h en piragua y a pie)**

Desayuno y visita de la casa de los ancestros, lugar de reunión y donde se inician los jóvenes pongo. El grupo étnico pongo, de habla bantú ha habitado la región del río Sanaga desde el S-XVIII cuando llegaron desde las selvas del Congo, más al sur. Cuando se asentaron en esta región rica en pesca y caza encontraron otro pueblo cazador-recolector conocido como bakola o bagieli con los que iniciaron una relación comercial basada en el intercambio de pescado (los pigmeos no pescan en el gran río) y productos agrícolas (los pongo cultivan la tierra) por productos medicinales (los pigmeos son reputados curanderos), miel, y otros manjares del interior de la selva. Acompañados de un guía local traductor dejaremos atrás el mundo agrícola-pescador bantú, para adentrarnos en la selva virgen. Cogeremos una piragua para llegar hasta el interior de la Reserva de Douala-Edea, uno de los últimos reductos del pueblo bakola. Caminata hasta uno de los campamentos de recolección de los pigmeos nómadas bakola. A través de un intérprete contactaremos con los habitantes del campamento y conoceremos aspectos de su vida cotidiana. Nos internaremos en la selva con los hombres y mujeres bakola para conocer las plantas y cortezas medicinales que usan los bakola para curar y observaremos las técnicas de recolección de miel.

Por la tarde regresaremos hasta Pongo Songo.

**Noche en el Campamento de Pongo Songo (tiendas igloo + baño de campaña)****PC****Día 9****PONGO SONGO – DELTA DEL RIO SANAGA – PONGO SONGO (1h en piragua de ida)**

Desayuno frente al inmenso río tropical.

Saldremos en piragua motorizada hasta el delta del Sanaga, atravesando manglares y viendo a decenas de pescadores recolectando moluscos del fondo del río desde sus pequeñas y bellas embarcaciones artesanales. Los manatíes todavía se pueden observar en algunos tramos del río, pero no es tarea fácil el observarlos. Hay un momento que el río se encuentra con el Océano, formando un solo elemento, y es en ese choque que han surgido paradisíacas playas como debió ser el Caribe antes del boom turístico.

Kilómetros de arena que pisaremos como ‘robinsones’, y poblados aislados habitados por hombres y mujeres que viven de la selva, el mar, y el río. Aquí sólo se puede llegar en piragua, y eso se nota...no hay coches! Pasearemos relajadamente por la playa, respirando el aire yodado del gran mar, serpenteando los riachuelos provenientes de la jungla lustrada por las lluvias tropicales.

Charla con los pescadores nigerianos y ghaneses, llegados del oeste africano en busca de la riqueza piscícola de este delta generoso también conocido por gran cantidad de aves estacionales y residentes que aprecian los manjares de esa mezcla de aguas dulces y saladas.

Son sociedades comunitarias, con sus cocinas y ahumaderos de pescado compartidos, unos arreglando las redes, otros descansando en las hamacas, eso es vida...

Después de comer un rico pescado fresco a la brasa regresaremos a nuestro campamento base de Pongo Songo para pasar la noche junto a nuestros anfitriones.

**Noche en el Campamento de Pongo Songo (tiendas igloo + baño de campaña)****PC****Día 10****PONGO SONGO – RESERVA DOUALA EDEA – PONGO SONGO**

Desayuno en este pequeño paraíso tropical.

Este día lo podemos dedicar a relajarnos junto al río, caminar por el pueblo, charlar con los aldeanos o también podemos hacer alguna excursión por el interior de la Reserva de Douala Edea.

Esta reserva forestal (bosque atlántico costero) tiene una superficie de unos 1.600 km<sup>2</sup> y Pongo Songo está dentro del área protegida así que es una buena base para explorar su interior. La región está considerada por muchos biólogos como una región ‘de transición’ entre la selva ecuatorial y los primeros estribos del oeste montañoso. Está claro que el gran río Sanaga es una frontera natural para algunas especies de fauna y flora.

Observar fauna no es fácil ya que no hay pistas para hacer safaris ni tampoco se han habituado los animales a la presencia de humanos.

En cuanto a la fauna destaca la última población de elefantes de bosque entre Douala y Kribi, la población de manatíes africanos, bastante abundante en el río Sanaga, estuario y lagos de selva. El área forestal de la Reserva de Douala-Edea es un buen cobijo para importantes poblaciones de primates arborícolas en su mayoría. Actualmente se calcula que unos 200 chimpancés de la subespecie ‘central’ habitan la Reserva de Douala Edea.

Con un guía rastreador nos internaremos en el bosque para ver la diversidad de flora e intentar observar rastros de animales e igual cruzarse con algún esquivo colobo.

**Noche en el Campamento de Pongo Songo (tiendas igloo + baño de campaña)****PC****Día 11****PONGO SONGO – DOUALA (2h)**

Desayuno y tras despedirnos de nuestros anfitriones partiremos hacia Douala.

Últimas compras y visitas en Douala. Una buena opción es el mercado de Kongo (telas y CDs de música camerunesa) y el mercado artesanal.

Podemos tomar algo en la Plaza de la Independencia, núcleo colonial con una interesante sala de

exposiciones (arte camerunés contemporáneo) en el antiguo palacio del rey Douala Manga Bell. Comida en uno de los restaurantes del puerto y descanso en la misión.

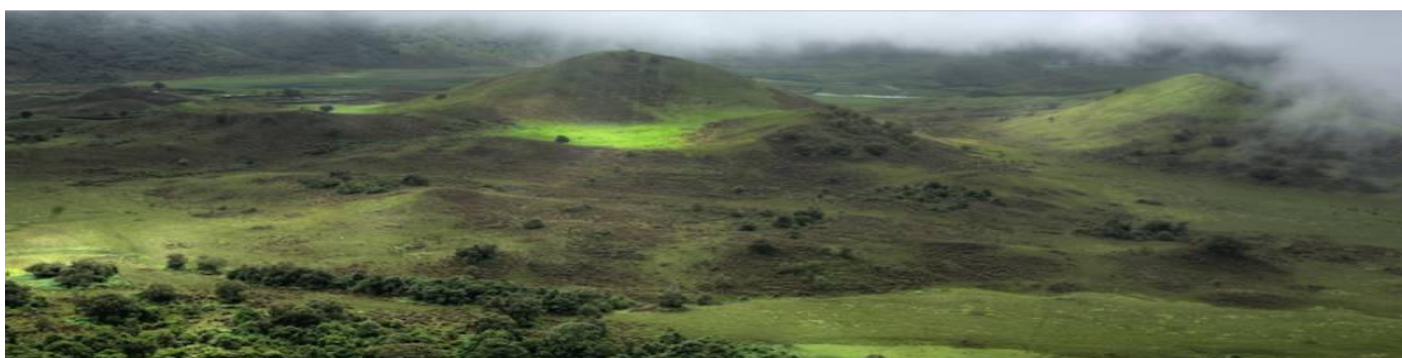
De tarde cena de despedida y partida al aeropuerto con el guía quien os dará instrucciones de donde pagar el impuesto de salida (según la hora de salida del avión tendremos habitación disponible en la misión batista de Douala)

**Vuelo nocturno hacia Europa (aurrevoir le Cameroun!)**

**AD**

**Día 12 LLEGADA LA CIUDAD DE ORIGEN**

FIN DE NUESTROS SERVICIOS



---

## Precio por persona

4-5 pax - 1.995 Euros  
6-7pax - 1.875 Euros  
8-10pax - 1.783 Euros

**Suplemento individual: 200 Euros**

---

## Los precios incluyen

- vuelo internacional y tasas aéreas (**Calculadas a fecha 16 de enero. A re calcular en el momento de emisión de los vuelos**)
- transporte durante todo el recorrido + chofer + gasolina
- guía acompañante de habla francesa, inglesa o hispana (según disponibilidad)
- alojamiento con desayuno (hoteles, albergues y tiendas de campaña)
- pensión completa en las zonas tribales y remotas.
- piraguas en el río Sanaga y en el río Faro
- guías locales + porteadores
- excursiones al santuario de Pongo Songo, campamento pigmeo, Manengouba
- entradas al Santuario de Pongo Songo
- seguro de viaje y cancelación

---

## Los precios no incluyen

- comidas no especificadas
- bebidas y agua mineral en todo el viaje
- visado (90 €)
- tasas aéreas nacionales (15 €)

---

## INFORMACIÓN DE INTERÉS

- El orden de las visitas y excursiones se pueden modificar en función de los imperativos locales (estado de las pistas, mercados, por ejemplo). Si algunas visitas y/o excursiones no pudieran realizarse, se intentarán sustituir siempre que sea posible.
- Las distancias entre las ciudades y los poblados son largas y a menudo las carreteras o pistas están en mal estado.
- Traed vuestro propio saco de dormir y colchoneta para los días de acampada.
- Comidas: alojamiento + desayuno (AD), media pensión (MP) y pensión completa (PC)

---

## ALOJAMIENTOS

### **DOUALA. Hostal de la Misión Bautista de Douala**

Hospedaje situado en el céntrico barrio de Akwa, regentado por la iglesia bautista. Este edificio colonial y su jardín tropical con piscina representan un oasis de frescor y tranquilidad en la bulliciosa Douala. Ideal para pasar un par de noches en la capital económica de Camerún.

### **MBOUROKOU. Hotel Villa Kléber**

Alojamiento con encanto situado en una antigua finca colonial a los pies del Volcán Manengouba.

### **VOLCÁN MANENGOUBA. Albergue Chez Alain**

Conjunto de cabañas de madera con camas dobles y baño compartido situadas en medio de un poblado peul de montaña: lugar idílico.

### **EDEA. Misión Católica de Edea**

En las zonas más remotas de Camerún, donde habitan los grupos tribales más interesantes y donde la naturaleza.

### **PONGO SONGO. Campamento del Delta del Sanaga.**

La única posibilidad de acampar en los pueblos de pescadores de esta región virgen de la costa camerunesa es en casa local o tiendas de campaña.

### **CAMPAMENTO PIGMEO. Tiendas de campaña o cabañas**

La mejor forma para dormir en las comunidades más remotas es en tienda de campaña o para los más aventureros las cabañas locales.

## CÓMO RESERVAR

Los pasos para formalizar las reservas son los siguientes:

### 1. Ponerse en contacto con Viatges Temps D'oci para información Técnica y reservas:

VIATGES TEMPS D'OCI  
C/Enric Granados, 72 bxs.  
08008 Barcelona.  
Tel: 93 323 34 23  
Fax. 93 451 47 51  
[tempsdoci@tempsdoci.com](mailto:tempsdoci@tempsdoci.com)

**2. Para formalizar la reserva necesitaremos los nombres COMPLETOS de todos los pasajeros TAL Y COMO figuran en el Pasaporte. Además de dirección completa y números de teléfono de contacto.**

**3. Deposito 1.000 € en concepto de paga y señal. El pago puede realizarse por transferencia Bancaria Indicando Nombres de pasajeros y destino.**

Nuestra c/c de La Caixa nº:

**2100 3372 21 2200158358**

**o en persona en nuestra oficina con tarjeta de crédito efectivo o talón.**

**4. Los pagos posteriores se realizarán en el siguiente orden antes de la reunión informativa donde se entregará la documentación:**

### Cancelación del Viaje

Este viaje incluye un seguro de anulación por causas mayores\*, de hasta 1500 € por persona. Independientemente de la cobertura de este seguro: Si el cliente desiste del viaje, tras la formalización –al menos - del depósito exigido por considerar firme la reserva, habrá de indemnizar la agencia de viajes con el abono de los gastos de gestión (ocasionadas a la agencia vendedora), los gastos de anulación justificadas (ocasionadas a la agencia organizadora y a los proveedores turísticos) y una penalización consistente en: El 5% del importe total del viaje si la anulación se produce entre los 15 y los 10 días naturales anteriores a la fecha de comienzo del viaje, en el 15% si se produce entre los 10 y los 3 días, en el 25% si desiste en las 48 horas anteriores y en el 100% si no se presenta a la hora prevista para la salida.

### GASTOS DE CANCELACIÓN

Entre el día de la confirmación de viaje hasta 65 días antes de la salida: 800 euros por persona  
Entre el día 64 y el día 40 antes de la salida: 900 euros por persona  
Entre 39 y 15 días antes de la salida 1000 euros  
Entre 14 y 7 días antes de la salida: 1.150 euros por persona  
En los 6 últimos días de la salida: importe TOTAL DEL VIAJE

\* Consultar condiciones del seguro de anulación.

Para cualquier consulta no dude en ponerse en contacto con nosotros.

*Este presupuesto no implica reserva. Precios y disponibilidad sujetos a modificaciones hasta el momento de realizar la reserva en firme en función de la disponibilidad de vuelos, fluctuación de la moneda y aumento del precio y del carburante. En caso de realizar la reserva en firme, se solicitará un depósito del 30 % a pagar en el momento de la confirmación de la reserva.*

[www.tempsdoci.com](http://www.tempsdoci.com)

Viatges Temps d'Oci. C/Enric Granados, 72 bxs. 08008 Barcelona. Tel: 00.34.93.323.34.23 Fax 00. 34.93.451.47.51