Bwindi ospita la metà dei gorilla di montagna del mondo, il cui incontro e il conseguente contatto visivo è l'incontro con la fauna selvatica più emozionante e toccante di tutta l'Africa.

Con i pendii coperti di nebbia, questa foresta impenetrabile è la foresta pluviale più antica e biologicamente diversificata, con oltre 400 specie di piante.

Il Parco Nazionale di Bwindi si trova ai margini della Rift Valley nel sud-ovest dell'Uganda e protegge almeno 120 specie di mammiferi, 346 specie di uccelli, 2022 specie di farfalle, 163 specie di alberi, 100 specie di felci, 27 specie di rane, camaleonti, gechi , tra molte specie in via di estinzione.

Bwind National Park è un sito dichiarato Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco popolare per i gorilla di montagna e gli scimpanzé, le due grandi scimmie africane elencate come animali in via di estinzione nel Red Data Book IUCN.

Il Parco Nazionale di Bwindi ha nell'avvistamento dei gorilla la principale attrazione turistica con 4 percorsi differenti che portano in differenti zone del parco alla rierca dei gorilla.

Nove famiglie di gorilla di montagna sono state abituate ai turisti in piccoli gruppi, difatti solo 8 turisti per gruppo al giorno sono ammessi.

I sentieri forestali nel parco conducono a varie attrazioni tra cui fiumi, cascate, paludi e un alto livello di concentrazione di fauna selvatica.

Il **birdwatching** è un'altra attrazione che offre grandi opportunità per vedere vari specie endemiche della grande fossa tettonica Albertina come l'uccello di Neumann o l'uccello dalla coda corta di Neumann.

Un sentiero di bambù di 6 ore conduce alla vetta Rwamuonyonyi, a 2607 metri sul livello del mare, è la vetta più alta e punto degno di nota per il birdwatching; mentre una discesa di 3 ore verso la palude di Mubwindi potrebbe riservare l'avvistamento di una specie di Broadbill verde africano endemico.

Altre attività entusiasmanti sono la mountain bike e le passeggiate nella natura per osservare cascate e zone della foresta.

Un breve spostamento a nord verso Buhoma, che si trova al confine con il Congo, offre meravigliose escursioni lungo le creste delle colline e i fiumi per scoprire

cascate, panorami meravigliosi e lo stile di vita tradizionale e il folclore del popolo Kigezi.

Attività a Bwindi

Bwindi Gorilla Tracking

Il gorilla track è un'esperienza avvincente e indimenticabile che più che ripaga dello sforzo necessario per raggiungere Bwindi e della fatica del trekking nella foresta.

Il gorilla track può essere impegnativo e bisogna essere ragionevolmente in forma prima di avventurarsi nell'attività.

Altre attività nel Parco Nazionale di Bwindi

Sebbene l'avvistamento dei gorilla sia l'attrazione principale, una serie di altri percorsi offre l'opportunità, più rilassate, per avvistare uccelli e scimmie mentre si esplora una delle foreste pluviali più belle dell'Uganda.

Anche la mountain bike è una buona attività nei dintorni di Bwindi, grazie anche ad un sentiero ben tenuto.

Hiking

Si possono organizzare le seguenti escursioni:

- Il **Munyanga River Trail** nella valle sotto Buhoma offre una breve passeggiata ideale per vedere uccelli e primati lungo il bordo della foresta
- Il **Waterfalls Trail** conduce attraverso uno dei tratti più incontaminati della foresta pluviale dell'Uganda, passando sotto paludi, paludi epifite e orchidee per visitare tre cascate scintillanti
- **Rushura Hill Trail** offre ampie vedute sulle pianure della fossa tettonica occidentale a ovest e sul lago Edward e sulle montagne del Rwenzori a nord.
- **Il Muzabajiro Loop Trail** sale fino alla cima della collina Rukubira per panorami mozzafiato della foresta di Bwinidi, della Rift Valley occidentale e dei vulcani Virunga.
- Il **River Ivi Trail** segue una vecchia strada attraverso una bellissima foresta che emerge vicino a Nkuringo sul bordo meridionale della foresta; è altamente raccomandato per gli amanti del birdwatching.