



## **Traversée N/S de l'Atlas central (AT654)**

### *Maroc - Afrique*

**14 jours (dont 11 jours : Trekking)**

*Prix à partir de 1755.00 EUR p.p.*

Niveau



Type

Accompagné

Age minimum

18 ans

Portage

Affaires pour la journée

Hébergement

Gîte Hôtel Tente

Groupe

de 4 à 15 personnes

Repas

Pension complète en trek et log pet dej

Encadrement

Guide local francophone

Vol

Bruxelles, Paris, Province ou autres



### *Les points forts de ce voyage*

- La diversité des paysages, de l'habitat et des populations, au cours de la traversée de la barrière de l'Atlas du nord jusqu'aux marches du Sahara.
- Les "Dolomites marocaines" (cirque de Taghia), la descente de la vallée des Bougmez.
- L'ascension du M'Goun (4067m) et le parcours intégral des fameuses gorges.
- A la fin, deux nuits en hôtel 4\* (tout confort), avec une journée libre à Marrakech.



TREK AVVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Votre voyage

**Nulle part ailleurs qu'ici, dans cette région perdue au coeur de l'Atlas Central les contrastes de couleurs ne sont aussi forts. L'homme vit au pied des grandes montagnes, les parcourant pour l'élevage, le commerce ou jusqu'à l'Ighil M'Goun.**

### J 1/ France - Marrakech

Vol pour Marrakech ; installation dans un hôtel tout confort (\*\*\*\*) à proximité des souks et de la place Djemaa El Fna.

### J 2/ Marrakech - Zaouïat Ahansal - Taghia

Transfert dans le Haut Atlas Central en passant par Azilal puis Aït Mahmmed. Nous quittons la route goudronnée pour prendre la piste qui nous emmène à Zaouïat Ahansal (1600 m) où nous retrouvons les mules. Marche pour rejoindre Taghia, superbe village en terre rouge, construit à flanc de colline. La vallée de l'assif Ahansal abrite un ensemble de falaises calcaires qui sont sûrement les plus belles du Maroc. Les hauts plateaux fréquentés par les fiers nomades sont creusés de canyons grandioses. Cette région a aussi un rôle historique : de par leur lignée, la confrérie "zaouïat" des Ahansal, située dans un secteur charnière entre nomades sédentaires a un rôle d'arbitre, de juge de paix. Un secteur qui a une âme forte. 2 h de marche - M = 400 m

### J 3/ Taghia - Tizi n'Tighboula

Très belle journée durant laquelle nous sommes au c½ur des Dolomites marocaines.

Points de vue particulièrement spectaculaires sur les fameuses gorges de Taghia et toutes les hautes falaises ocres, roses, grises du secteur.

Camp au Tizi n'Tighboula (3032 m) sur les hauts plateaux fréquentés par les nomades Aït Atta.

7 h de marche - M = 1050 m

### J 4/ Tizi n'Tighboula - lac d'Izourar

Par l'est du djebel Azourki (3637 m), nous atteignons le Tizi n'Illaz (2905 m).

Descente progressive par les plateaux d'altitude (nombreux campements de bergers nomades) ; arrivée au lac d'Izourar (2526 m) où pâturent troupeaux de chèvres, de moutons. Campement. 5 h 30 de marche - M = 450 m - D = 650 m

### J 5/ Ighrine - Ifrane - Iskattafen (Bougmez)

Cette étape nous permet de découvrir les villages de la Haute Vallée des Bougmez : Zawyat Oulmzi, Ifrane, Aït Wanougdal, Ikhf n'Ighrir.

En pierres sèches, en torchis, ocre rouge ou ocre jaune, dans leur écrin de petits champs irrigués, ils sont magnifiques. Nuit en gîte à Iskattafen. 6 h de marche - M = D = 450 m

### J 6/ Vers le M'Goun - Iskattafen - Ikkis n'Arous

Nous suivons la vallée des Bougmez à travers le damier vert, jaune et brun des cultures et traversons les nombreux petits villages entourés de pommiers et de noyers. Plusieurs "tighremt" (maisons fortifiées) en pisé se dressent fièrement le long de la rivière. Découverte des traces de dinosaures, visite de Sidi Moussa, sanctuaire et grenier unique par sa forme circulaire. Montée à Azib Ikkis par les gorges d'Arous. Campement.

6 h de marche - M = 550 m - D = 120 m

### J 7/ Sources de la Tessaout

Nous laissons derrière nous les verdoyantes vallées pour nous plonger dans une atmosphère beaucoup plus montagnarde.

Montée au Tizi N'Oughri. Rencontre avec les bergers transhumants et leurs troupeaux qui passent l'été dans les azibs de pierres (bergeries). Descente vers la pelouse du plateau de Tarkeddit. Campement à 2900 m au pied du Mont Amsound.

6 h de marche - M = 700 m - D = 200 m

### J 8/ M'Goun (4 068 m)

Départ très tôt le matin pour atteindre la longue ligne de crête de l'Ighil M'Goun, que nous suivrons jusqu'au

#### TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

sommet, à 4068 m (c'est une montagne de calcaires à coquillages, nombreux fossiles sur la crête). Descente rapide par de grands pierriers jusqu'à l'Oullilymt, près des premières sources de l'assif M'Goun. Campement. Les personnes qui le désirent peuvent aussi prendre le chemin des mules et éviter le sommet du M'Goun.  
8 h de marche - M = 1168 m - D = 1 270 m

### **J 9/ Oullilymt - Afilalal**

Le paysage change en allant vers l'Est. Des cheminées de fée se dressent le long du ruisseau d'Oullilymt. Des genévrier thurifères poussent sur les flancs de la vallée en allant vers la résurgence d'Aflafal « la source magique » (2300 m). Soirée avec les bergers de la vallée du M'Goun. Campement.

5 h de marche - D = 400 m

### **J 10/ Sur le versant Sud Afilalal - Ifkirk**

Nous laissons progressivement les paysages de haute montagne pour descendre la haute et étroite vallée du M'Goun (Ouzighimt) : les champs sont cultivés sur d'étroites terrasses, les hameaux isolés s'abritent au pied des crêtes du Djebel Wawgoulzat, les femmes aux cheveux noirs coiffés en tresses relevées quittent rarement leur village.

Campement au village de Ifkirk (2100 m).

6 h de marche - D = 500 m

### **J 11/ Ifkirk - Gorges du M'Goun - Tighranimine**

Nous traversons d'autres villages, accrochés à flanc de montagne ; après Imi N'Orkt la vallée se resserre très fortement. Les gorges du M'Goun ne peuvent se décrire que dans la tête, un paysage aussi somptueux que sauvage.

Après le passage suspendu, dit Asderm N'Sidi Hmad, nous traversons la partie la plus impressionnante, dite Achaâbou (tuyau), grand canyon aux parois sculptées et érodées, hautes d'environ 500 m ... Bosquets de lauriers roses ... parfois le passage se rétrécit jusqu'à ne plus atteindre que quelques mètres ... Toute une ambiance. Nous sortons sur le cirque de Tighranimine. Camp à Tighranimine.

6 h de marche - D = 300 m

### **J 12/ Gorges du M'Goun - Boutaghar**

Une superbe étape, encore... ; rivière, gorges étroites, falaises impressionnantes ; découverte du peuple montagnard et berbère entre les montagnes austères où nulle route ne peut passer.

Installation en gîte à Boutaghar, très beau village de terre ocre (possibilité de hammam). 5 h de marche - D = 200 m

### **J 13/ Retour sur Marrakech**

Les véhicules viennent nous reprendre et nous rentrons à Marrakech, par la vallée du Dadès et la fameuse route des Kasbahs. Nous franchissons la haute barrière de l'Atlas au Tizi N'Tichka pour descendre vers la plaine d'El Haouz et atteindre Marrakech dans l'après-midi.

Installation à l'hôtel (\*\*\*) .

### **J 14/ Marrakech - France**

Transfert à l'aéroport et vol retour.

**NB : horaires de marche et dénivelées sont donnés à titre indicatif**

M = dénivelée Montée ; D = dénivelée Descente.

### **L'équipe**

- Un guide-accompagnateur marocain (berbère) francophone diplômé, parlant le français, l'arabe et le berbère. Dans cette équipe, une guide, Khadija, Berbère du Moyen Atlas, qui a commencé à encadrer nos groupes en 2009. - L'équipe locale

- Des chauffeur.
- Un cuisinier, qui vous fera découvrir les spécialités marocaines.
- Des muletiers.

### **Les déplacements**

- Transferts en minibus. Tous les véhicules utilisés sur le terrain sont homologués, agréés pour le transport touristique et réservés au groupe.

### **TREK AVENTURE**



Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## L'hébergement

- A Marrakech : hôtel 4 étoiles, normes internationales, jardin et belle piscine, base chambre double.
- En gîte (deux nuits) : grandes chambres collectives très propres ; bloc sanitaire complet.
- Campements : pour votre confort, tentes-dômes, deux entrées, deux absides, trois places pour deux personnes, avec matelas mousse individuel épais. Tente-mess pour les repas et les soirées, tente-toilettes. Pour encore plus de confort : chaises pliantes et tables, housse de matelas personnelle pour la durée du voyage.

## Les repas

- A Marrakech, transferts : restaurant.
  - Pendant le circuit : repas préparés par le cuisinier à partir de produits locaux.
- A titre indicatif :

- le matin : petit déjeuner copieux, café, thé, chocolat, confiture, beurre, pain, céréales ;
- à midi : repas froid autour d'une salade composée et thé ;
- le soir : soupe, plat principal (tajine, couscous, riz...), dessert, thé/tisane ;
- pendant la journée : un complément de vivres énergétiques est fourni, dattes, amandes, cacahuètes, pralines, figues sèches, biscuits... ;
- à l'arrivée de l'étape : collation autour d'un thé et de biscuits.

Boissons : par précaution, il est préférable de traiter l'eau. L'eau minérale en bouteille est disponible dans tous les villages. Le thé à la menthe est servi le matin, à midi, à l'arrivée de l'étape, le soir.

## Le transport des bagages

Chaque participant se déplace avec un sac à dos léger, portant seulement les affaires personnelles nécessaires à la journée (gourde, appareil photo, vêtements de protection, etc.). Les bagages individuels et collectifs sont transportés par les mules. Possibilité de laisser des affaires à l'hôtel de Marrakech et de les récupérer à votre retour.

## Les devises

La monnaie est le Dirham marocain. Taux de change approximatif : 1€ = 11 dhs.

Nous vous conseillons d'emporter des euros en espèces, que vous pourrez changer sur place (aéroport, hôtels, banques).

Dans les grandes villes, de nombreux distributeurs automatiques sont disponibles pour des retraits de dirhams avec carte bancaire (Visa, Mastercard) ; vous en trouvez aussi dans le hall des arrivées à l'aéroport de Marrakech.

La carte de crédit peut être utilisée dans la plupart des commerces des grandes villes.

## TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Dates et prix

Promotion	Départs complet	Départ assuré			
Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	



### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Info pays



### Maroc

A trois heures de vol de chez nous, le Maroc vous offre un dépaysement complet, dans la pureté de sa lumière et la beauté de ses paysages. Du Sahara à l'Atlantique, de la Méditerranée à la Mauritanie, des sables du désert aux neiges des montagnes, chacun y trouve son compte, mais c'est sans aucun doute la chaîne de l'Atlas (700 kilomètres de longueur, 12 sommets de plus de 4000 mètres et 400 de plus de 3000 mètres) qui offre les spectacles les plus sublimes et les plus colorés dont on puisse rêver : c'est là que nous vous guiderons. Au rythme de la randonnée, le Maroc est un enchantement pour le regard, où se mêlent le vert tendre des terrasses irriguées, le rouge des pentes argileuses, l'ocre et l'orange des casbahs, le blond des champs d'orge... le tout sous un bleu d'azur. Laissez-vous guider le long des rivages atlantiques, à la rencontre des pêcheurs, ou dans les paysages sublimes et colorés de la chaîne de l'Atlas.

#### Formalités administratives

##### Maroc

- Passeport en cours de validité jusqu'à la date du retour
- Pour les autres nationalités  
se renseigner auprès des autorités consulaires du Maroc dans votre pays.

#### Conseil(s) santé

##### Maroc

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Vaccins spécifiques : Hépatite A obligatoire, schistosomiase recommandé.

#### TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Infos pratiques

### Votre budget

**NOTE IMPORTANTE :** Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol ( si applicable ) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport ( Bruxelles, Luxembourg, Genève, ... ) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

### Le prix comprend

- Le vol Paris - Marrakech aller-retour en classe économique.
- Les taxes d'aéroport.
- Les transferts terrestres nécessaires au déroulement normal du voyage.
- L'hébergement tel que décrit en base chambre double et tente double.
- Le matériel de camping et de cuisine : tente-mess, tente-toilette, tables et chaises pliantes, tentes de couchage, matelas mousse épais, matériel de cuisine.
- La pension complète pendant le circuit (sauf repas midi et soir à Marrakech).
- L'encadrement par un guide - accompagnateur marocain francophone
- L'assistance d'une équipe locale (chauffeurs, muletiers, cuisiniers).
- Une trousse de secours.

### Le prix ne comprend pas

- L'assurance Annulation/Interruption de séjour/Perte de bagages et l'Assistance.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

### Autres dépenses sur place

- Les repas à Marrakech, midi et soir (prix indicatif 5 à 15 ? pour un dîner, quelques Euros pour un déjeuner).
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les pourboires.

### Vous préparer à partir

#### Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18 km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

#### Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.

#### TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Pastilles pour purifier l'eau ( Micropur ou Hydrochlorazone )
- Un stick pour les lèvres haute protection

## Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

\* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

\* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et bâché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich ( désert )
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie ( suivant la saison )
- Des sous-vêtements respirants ( séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique ( suivant la saison )
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure ( voir rubrique ci dessous )
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO  
[www.trekaventure.com/trekking/page/le\\_catalogue\\_milo](http://www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo)

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

## TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- > Pochette antivol et documents
- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

### A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Pastilles pour purifier l'eau ( Micropur ou Hydrochlorazone )
- Un stick pour les lèvres haute protection

### A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Des sandalettes légères (type tongs à scratch avec un bon maintien du pied).
- Un duvet type sarcophage avec température de confort comprises de - 5° à + 5° suivant la saison

### Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.



**TREK AVENTURE**

Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25