



La Vallée Heureuse des Aït Bougmez ^(AT67A)

Maroc - Afrique

7 jours (dont 6 jours : Marche et découverte)

Prix à partir de 1275.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Spécial Famille
Age minimum	6 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Gîte Hôtel
Groupe	de 5 à 17 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

- Une découverte exhaustive : villages magnifiques, superbes paysages, greniers fortifiés, traces de dinosaures
- L'hospitalité des habitants.
- Un hébergement de qualité, dans deux gîtes différents, de bon niveau et à l'accueil chaleureux et familial.
- La découverte de Marrakech.
- Des randonnées faciles.
- Une mule de selle pour en moyenne deux enfants (jusqu'à 16 ans).



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

Votre voyage

La vie quotidienne des Berbères dans la 'vallée heureuse' des Aït Bougmez : superbes villages de terre accrochés aux pentes, travaux des champs, travail avec les bêtes que les enfants emmènent pâturer, les fêtes, le souk hebdomadaire. Enfin, la découverte

Un voyage de huit jours qui conjugue différents aspects du Maroc.

La montagne, avec cinq jours de marche dans l'Atlas central et ses magnifiques paysages : montagnes dénudées, vallées agricoles, versants plantés de genévriers... La vie quotidienne des Berbères dans la "vallée heureuse" des Aït Bougmez : superbes villages de terre accrochés aux pentes, travaux des champs, travail avec les bêtes que les enfants emmènent pâturer, les fêtes, le souk hebdomadaire... Enfin, la découverte de Marrakech à la fin du séjour. Un circuit très riche : riche de beautés - celles des paysages et de la nature - et riche de relations humaines - les gens de là-haut appellent leur vallée "le paradis sur terre". Tout un programme !

J 1/ France - Marrakech

Envol pour Marrakech. Accueil à l'aéroport, transfert et installation dans un hôtel 4 étoiles.

J 2/ Marrakech - Aït Bougmez - Agouti (1780 m)

Transfert dans l'Atlas central. Route pour Azilal, puis nous nous enfonçons dans la très belle vallée d'Aït Abbas jusqu'au beau village d'Agouti, au cœur de la vallée ; installation en gîte pour trois nuits. Repas de midi au gîte. Montée au petit sommet de Sidi Chita qui offre une belle vue sur la vallée.

Gîte d'Agouti, tenu par Ali, un guide de l'équipe Allibert, est très confortable ; une chambre par famille. Ali propose désormais un hammam *beldi* traditionnel à l'intérieur du gîte (tarif indicatif : 25 Dhs, à partir de 4 personnes).

2 h de marche. M = D = 150 m.

J 3/ Découverte de la vallée

Découverte en boucle : montée par un côté de la vallée, descente par l'autre versant. Nous empruntons le sentier découverte de n'Aguerd Ouzou : au bord de l'assif Bouwgmaz s'étalent les cultures irriguées ; le chemin zigzague entre champs et bosquets de noyers. On observe les aires de battage, une architecture exceptionnelle (*tighermt*), les traces de dinosaures...

Découverte du grenier collectif de Sidi Moussa. A l'intérieur du grenier se trouvent des loges dans lesquelles chaque famille enfermait autrefois ses réserves, de grain surtout, ce qui permettait la survie en cas de mauvaise récolte. Sa situation stratégique permettait par ailleurs de protéger les ressources du village en cas de conflit. Le grenier est aussi un marabout qui abrite le tombeau de Sidi Moussa. Certains villageois viennent encore le visiter afin de voir leurs souhaits exaucés.

Marche pour le vieux village de Tabant, où se trouve le centre de formation aux métiers de la montagne. Le marché où se déroulent les transactions et où se prennent les décisions est un lieu de rencontres extrêmement important pour les villageois. Deuxième nuit au gîte.

4 à 5 h de marche. M = D = 280 m.

J 4/ Agouti - gorges d'Arrous, la grande aventure dans la montagne

Les muletiers sont au rendez-vous devant le gîte. Ils chargent tentes, matériel de cuisine, matelas et sacs. Quand tout le monde est prêt, caravane de mulets, guide et cuisinier, c'est le départ pour une grande aventure de deux jours.

Montée par les gorges d'Arrous, dans un monde minéral fort sur lequel vient s'enraciner le Berbère. Invisible sur la colline où il mène le troupeau, son village est mêlé à la roche pour s'y fondre. Même son travail est discret, qui fait courir l'eau sur mille terrasses verdoyantes au fond de la vallée, jetant de la lumière, de la vie. Dans ce paysage minéral, le village aussi sait se faire discret ; caché au milieu des arbres ou accroché à flanc de montagne, il est notre repère durant ces journées. Après avoir traversé un plateau d'origine lacustre, exploration d'un petit canyon par endroits si étroit qu'il laisse à peine pénétrer la lumière du soleil.

Dîner et nuit sous tente dans la montagne vers 2 500 mètres, près des bergeries d'altitudes d'Ikkis - les *azibs* - qui sont utilisées en été par les familles berbères avec leurs troupeaux.

5 h de marche. M = 700 m.

J 5/ Arrous - Agouti

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

Les tables et les chaises pliantes sont installées à l'extérieur (ou sous la tente-mess s'il fait froid ou s'il y a du vent) pour le petit déjeuner là-haut sur la montagne, comme des pionniers. Chargement des mules et marche à travers les gorges pour aller prendre un thé chez l'habitant au village d'Aït Saïd. Passage au village de Tighza. Retour au gîte d'Agouti pour la dernière nuit dans la vallée heureuse.
4 à 5 h de marche. D = 700 m.

J 6/ Agouti - Marrakech

Retour tranquille à Marrakech en passant par les cascades d'Ouzoud (possibilité de baignade, non surveillée, dans les vasques au pied des cascades) ; dégustation d'un tajine berbère dans un petit restaurant vers les cascades. Et, pourquoi pas, une baignade dans une des vasques au pied des cascades. Dans l'après-midi, installation en hôtel 4 étoiles. Il reste la soirée pour un aperçu de la ville rouge, toujours passionnante : découverte en calèche, place Djemaa el-Fna, souks, etc.
1 à 2 h de marche M = D = 150 m.

J 7/ Marrakech - France

Transfert à l'aéroport et vol de retour.

NB : des mules de selle sont disponibles pour les enfants (une mule pour deux enfants jusqu'à 16 ans).
Les temps de marche, adaptés aux enfants, sont donnés à titre indicatif.
M : dénivelée montée. D : dénivelée descente.

Le Maroc des enfants

Avant le départ, et sur place

64 pages de jeux pour découvrir le Maroc et sa culture. A partir de 7 ans.

S'amuser à découvrir le Maroc, un très beau pays plein de curiosités. Au fil des pages, on apprend beaucoup de choses à travers des jeux, des illustrations, des photos...

D'Essaouira aux portes du désert, en passant par Marrakech, les petits explorateurs vont se plonger dans les secrets de l'huile d'argan et du henné, cuisiner eux-mêmes les crêpes de l'Atlas ou découvrir la langue arabe avec un guide qui conjugue apprentissage et amusement.

Bienvenue au Maroc, bienvenue chez Hicham et Samira, deux petits Marocains d'Essaouira.

Ce livre (un par famille) sera envoyé avec votre dossier de voyage.

L'équipe

- Les guides

• 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

- Un chauffeur pour la conduite du minibus. 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.

L'hébergement

- A Marrakech :

- Le premier soir : hôtel trois étoiles, base chambre double ;

• Les J 6 et J 7 : hôtel quatre étoiles, normes internationales, avec jardin et grande piscine, base chambre double. - A Agouti : gîte de qualité, chez Ali. Grandes chambres collectives très propres ; bloc sanitaire complet. Repas copieux et excellents.

- 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 la soirée, tente-toilettes. Pour encore plus de confort : chaises pliantes et tables.

Les repas

- A Marrakech, repas pris au 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 ;
- déjeuner : repas froid autour d'une salade composée et thé ;
- dîner : 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.

Dates et prix

■ Promotion ■ Départs complet ■ Départ assuré					
Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Maroc	La Vallée Heureuse des Aït Bougmez	05/07/2026	11/07/2026	7 jours	1455.00 EUR
Maroc	La Vallée Heureuse des Aït Bougmez	02/08/2026	08/08/2026	7 jours	1455.00 EUR
Maroc	La Vallée Heureuse des Aït Bougmez	09/08/2026	15/08/2026	7 jours	1455.00 EUR
Maroc	La Vallée Heureuse des Aït Bougmez	16/08/2026	22/08/2026	7 jours	1455.00 EUR
Maroc	La Vallée Heureuse des Aït Bougmez	18/10/2026	24/10/2026	7 jours	1275.00 EUR

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.

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, classe économique.
- Les taxes d'aéroport au départ d'Europe.
- Les transferts terrestres tels que décrits au programme en véhicules réservés au groupe (minibus).
- L'hébergement décrit, base chambre double (hôtel), en gîte (chambre partagée en famille).
- La pension complète pendant le circuit (sauf les repas de midi et du soir à Marrakech).
- Le matériel de cuisine collectif et individuel.
- L'encadrement par un guide-accompagnateur marocain francophone.
- L'assistance d'une équipe locale (chauffeurs).

Le prix ne comprend pas

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'Le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- Les repas de midi et du soir à Marrakech (prix indicatif : de 5 à 15 eur pour un dîner, quelques euros pour un déjeuner).
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les pourboires. Ils font partie de la culture du pays. Il est de tradition de constituer une cagnotte remise à la fin du voyage aux membres de l'équipe (à titre indicatif, suivant taille du groupe : 15 à 25 eur par participant). Ce geste de remerciement, auquel chacun participe selon sa satisfaction, est toujours apprécié.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme en marchant une fois par semaine (12 à 15 km).

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 Hydroclorazone)
 - Pour les enfants : prévoyez leurs médicaments spécifiques et des dosages adaptés
 - 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 éclair 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 baché 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

> 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.



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

- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antiviol 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)
- Pour les enfants : prévoyez leurs médicaments spécifiques et des dosages adaptés
- 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
- 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.