



TREKKING DANS LE HAUT ATLAS

De la « Vallée heureuse » des Aït Bougmez à la « Vallée des Roses »

Littéralement « ceux du milieu », terme qui explique la situation de la vallée en plein cœur des montagnes du Haut Atlas central, la vallée du M'goun est aussi connue sous le nom de la vallée heureuse ou la vallée des gens heureux. Elle est située à la limite orientale de la province d'Azilal à une altitude entre 1800 et 2300 mètres dans le Massif du M'goun. A 240 km à l'est de Marrakech, le Massif du M'goun est considéré comme le petit Himalaya marocain. Culminant à 4068 mètres, dans le Haut Atlas central, il vous surprendra par la diversité de ses paysages, la couleur de ses terres, ses formations rocheuses - gorges et canyons gigantesques - et ses hauts plateaux verdoyants à 3000 mètres, peuplés l'été par les transhumants du Sud avec leurs troupeaux de chèvres et de dromadaires.

JOUR 1 :

- Arrivée à Marrakech; transfert, repas et nuit au riad Dar Zampa.

JOUR 2

- Départ de Marrakech vers 10.00 par la route de Fès ;
- Visite des Cascades d'Ouzoud, chutes d'eau d'environ 110 mètres de haut sur trois paliers ;
- Après le déjeuner aux cascades, route vers la région des Aït Bougmez et nuit dans un gîte au pied de la montagne à Arous.



JOUR 3

- Départ de la randonnée pour suivre le chemin par les champs et les vergers de la vallée des Aït Bougmez à travers les villages ;
- Remontée du vallon d'Arous pour découvrir la diversité de l'architecture locale en pisé ;
- Nuit en bivouac à Azib N'Ikkis (2300m) ;
- Durée de marche : environ 3h00

JOUR 4

- Départ de N'Ikkis et ascension du col de Tarkeddit (3200 m) d'où on admire une belle vue sur la chaîne et le sommet du M'goun ;
- Descente vers le plateau de Tarkeddit (le « Tibet marocain ») fréquenté par les nomades.
- Nuit en bivouac sur le plateau ;



- Durée de marche : environ 6h00, dénivelé : 1100m de montée et 500m de descente.

JOUR 5

- La randonnée nous mène près du col du M'goun et offre de magnifiques paysages ;
- Nuit en bivouac à Aflafal ;
- Durée de marche : environ 5h00.

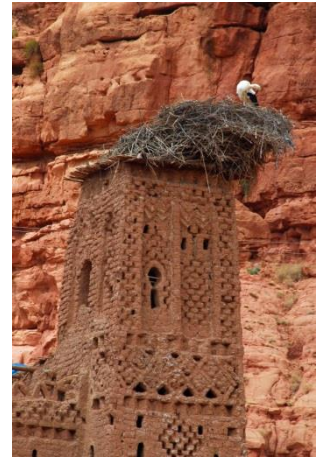


JOUR 6

- Randonnée en vallée, le long de la rivière, passage près d'une vieille kasbah. Traversée de petits villages berbères ;
- Nuit à Imi-n-Irkt en bivouac ;
- Durée de marche : environ 5h00.

JOUR 7

- Journée de marche dans les Gorges de Taria. Si elles sont légèrement sous eau, les mules vous porteront, car le trajet vaut vraiment la peine. Si elles sont trop inondées, il faudra faire un détour ;
- Déjeuner dans un petit restaurant à la sortie des gorges ;
- Nuit en bivouac à Tighanimine ;
- Durée de marche : environ 5h00.



JOUR 8

- Marche dans la vallée verte pour arriver à Boutaghrar, village en amont de la Vallée des roses. Le 4x4 vient vous chercher pour vous conduire à Ouarzazate par la route des Mille Kasbahs ;
- Durée de marche : environ 5h00.
- A Ouarzazate, possibilité de visiter la Kasbah de Taourirt, ancienne résidence du Glaoui, Pacha de Marrakech, ainsi que les studios de cinéma Atlas où furent tournés de nombreux films internationaux (soit le JOUR 8 soit le JOUR 9 selon le temps disponible et l'envie des clients).
- Repas et nuit dans un hôtel confortable à Ouarzazate.



JOUR 9

- Départ le matin de Ouarzazate vers Marrakech pour y arriver en début de soirée.
- Possibilité de visiter le Ksar d'Aït Benhaddou, situé dans la vallée de l'Ounila, vallée qui était un point de passage traditionnel des caravanes reliant Marrakech au sud du Sahara. Le ksar d'Aït Benhaddou est inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1987.
- Sur la route du retour, se trouve également la kasbah de Telouet. La kasbah actuelle a été construite à partir de 1860 par les Glaoua, à côté d'une ancienne kasbah dont les restes sont encore visibles aujourd'hui. Elle fut par la suite considérablement agrandie au cours de la première moitié du XXe siècle par Thami El Glaoui, pacha de Marrakech. Visite selon le temps disponible
- Nuit au riad Dar Zampa, dans la médina de Marrakech.

POSSIBILITÉ DE PROLONGER LE SÉJOUR

Cet itinéraire propose un **circuit-type** et est donné à titre indicatif. Tous nos circuits se font sur mesure, en fonction du nombre de personnes, du nombre de jours souhaités, du budget, du lieu de départ (habituellement Marrakech, mais nous pouvons adapter le circuit en fonction du lieu d'arrivée des clients).

Aucun de nos circuits n'est identique à un autre, leur organisation dépend entièrement des contraintes opérationnelles, des conditions météorologiques ou d'événements particuliers.

DEVIS SUR DEMANDE.

Lors du trek, le **portage des bagages**, du matériel de bivouac et du ravitaillement se fait à dos de mulets.

La **préparation des repas**, aussi variés et équilibrés que possible, est assurée par un cuisinier durant tout le trek. Ils se composent d'une entrée (soupe, salade...), plat (tajine, brochettes, couscous, spaghettis, omelette...), dessert (fruits) préparés avec des produits frais.

Le **rythme de la marche** est adapté au niveau des marcheurs. Le niveau de difficulté n'est pas très élevé, mais il s'agit d'un trek en montagne. Il faut donc tenir compte de l'altitude, de la marche sur un sol caillouteux et de la différence de nivelé. En cas de fatigue, il est possible de se faire porter par les mulets.

Le **logement en bivouac** se fait sous tente. Il est impossible de prévoir des douches et sanitaires lors d'un bivouac itinérant en montagne. Les clients pourront se laver chaque jour avec de l'eau en bidon transportée par les mules et chauffée au feu de bois. Certains logements se font en gîte.



Maroc sans frontières – contact@marocsansfrontieres.com – www.marocsansfrontieres.com

Omar : +212 (0)6 61 88 05 81 – Isabelle : +32 (0)496 25 88 24