



# Ascension du M'Goun (8 jours)

Durant cette semaine vous découvrirez la vallée heureuse des Aït Bougmez avec ses villages berbères et ses riches cultures. Puis viendra l'heure de l'ascension du Djebel M'Goun (4060m), deuxième sommet du Maroc.

Ce trek allie découverte de la culture berbère et exploit sportif...

## ❖ Généralité sur le circuit

- Niveau : 2 (sur 4)
- Moyenne de 6h de marche par jour
- Randonnée itinérante

## ❖ Descriptif du circuit

**Jour 1 :** Arrivée à Marrakech et installation pour une nuit à l'hôtel.

### **Jour 2 : Marrakech – Bergeries d'Arous (2h de marche)**

Départ en minibus le matin en direction d'Azilal et la vallées des Aït Bougmez.

Notre minibus nous laisse au village de Tamzrite N'Agouti où nous retrouvons l'équipe de muletiers qui nous accompagnera toute la semaine.

Début de la randonnées jusqu'aux bergeries d'Arous où nous montons notre bivouac.

### **Jour 3 : Bergerie d'Arous – Vallée de Tarkerti (5h de marche)**

Durant cette journée, nous ferons l'ascension de 2 cols, Oumskiiq (2900m) puis Agouwri (3200m), nous traverserons les hauts plateaux sur lesquels les berbères semi nomades viennent l'été pour y faire paître leurs troupeaux.

Du haut des cols, nous pourrions admirer les riches vallées alentours. Le contraste est frappant avec les haut plateaux que nous traversons.

Nuit en bivouac dans la vallée de Tarkerti.

### **Jour 4 : Ascension du Mgoun (5h de marche)**

Départ tôt le matin à l'attaque du Jbel M'Goun. Nous traversons les fabuleux paysages qui l'entoure et nous arrivons au sommet depuis lequel la vue plonge vers la vallée de Tarkerti que nous venons de quitter.

Retour au bivouac et nuit dans la vallée.

### **Jour 5 : Vallée de Tarkerti – Aïn Aflalfa (5h de marche)**

Nous pas nous mènerons aujourd'hui à la source Aïn Aflalfa à travers des cheminées de fée.

Bivouac près de la source.

### **Jour 6 : Aïn Aflalfa – Aguerd Ouzrou (5h de marche)**

Après l'ascension du col d'Aït imi, nous retrouvons la vallée verdoyante des Aït Bougmez vers laquelle nous descendons par un sentier à pic et impressionnant.

Nuit en bivouac au village d'Aguerd Ouzrou.

### **Jour 7 : Aguerd Ouzrou – Marrakech**

Nous retrouvons notre minibus qui nous ramène à Marrakech.

Nuit à l'hôtel.

### **Jour 8 :** Vol retour

## ❖ Informations pratiques sur votre séjour

### Généralité :

Le programme est donné à titre indicatif. Il est susceptible d'être modifié en cas d'intempéries ou autres problèmes logistiques. Le guide accompagnateur est en droit de modifier le circuit si il le juge nécessaire.

### Hébergement :

- A Marrakech, l'hébergement se fait en hôtel 2 ou 3\* selon la disponibilité.
- Durant le trek vous dormez en tente double.  
Possibilité de tente individuelle sur demande et avec supplément (se renseigner).

### Transport :

- Aller en minibus – Retour en minibus
- Durant le trek, vos bagages sont transportés à dos de mules.

### Encadrement :

- Dès votre arrivée à l'aéroport, vous êtes pris en charge par Said ou Cécile qui vous mèneront à votre lieu d'hébergement.
- Durant le trek vous êtes accompagnés par une équipe de professionnels.  
Les guides que nous employons sont tous diplômés et agréés par le ministère du tourisme. Ce sont des guides berbères parlant couramment le français.  
Les muletiers et cuisiniers sont des personnes de confiance avec lesquels nous travaillons depuis longtemps.

### Matériel fourni par **Aazab Aventure** :

- Tentes mess pour faire la cuisine et prendre notre repas du soir.
- Petites tentes de camping 3 places.
- Tapis de sol en mousse (env. 5 cm d'épaisseur)
- Matériel de cuisine collectif avec lequel notre cuisinier vous mitonnera de bons petits plats du terroir...
- Assiette, couverts, bols... pour le dîner et le déjeuner.

### Liste du matériel à emporter (liste non exhaustive) :

- Un sac de couchage par personne adapté à votre taille et à la température.
- Petite trousse à pharmacie : médicaments contre les troubles gastriques, antibiotique (demander conseil à votre médecin), de quoi soigner les petits bobos sur les pieds et vos médicaments personnels.
- Micropur pour désinfecter l'eau.
- Trousse de toilette.
- Serviette et gant de toilette : un gant est souvent très utile quand la rivière et le puits font office de baignoire...
- Protection solaire : attention en toute saison, le soleil marocain peut être très fort. Il est donc conseillé de se munir d'un crème solaire à fort coefficient.
- Stick à lèvres.
- Lampe frontale avec pile et ampoule de rechange
- 2 gourdes de 1 litre : avoir 2 récipient permet d'utiliser l'un et de traiter l'autre.
- Papier hygiénique et un briquet pour le brûler

### Les vêtements à emporter :

- Chaussures de marche : prévoir des chaussures de marche montantes pour protéger les chevilles. Pensez à prendre des lacets de rechange... on ne sait jamais !
- Tennis pour le soir.
- Chaussettes : à bouclettes pour la journée à mettre dans les chaussures de randonnées. Et chaussettes normales.
- Pantalon de trek en toile légère ou bermudas : mieux vaut éviter des shorts trop courts pour ne pas choquer la population.
- T-shirts : pas trop décoltés pour les femmes pour ne pas choquer la population locale.
- Pulls ou polaire
- Vêtements contre la pluie (K-Way, veste en Goretex)
- Casquette ou chech pour se protéger du soleil et du vent
- Lunettes de soleil

### Ce que comprennent nos tarifs :

- L'accueil à l'aéroport et le transfert à l'hôtel si vous arrivez la veille du départ en trek, c'est-à-dire le jour 1 de notre programme.
- Les nuits en hôtel 2 ou 3\* (selon disponibilité) à Marrakech.
- Les transports entre Marrakech et les points de départ et d'arrivée du circuit

- L'encadrement par une équipe de professionnels (guide, cuisinier, muletiers ou chameliers)
- Les repas lors des jours de marche
- Le gros matériel de camping (tente, tapis de sol...)

**Ce que ne comprennent pas nos tarifs :**

- Les billets d'avion
- L'assurance rapatriement
- Les repas dans les villes de départ et d'arrivée
- Le matériel de camping léger (duvet, gourde...)
- Les pourboires pour les équipes

**Formalités :**

- Visa : aucun visa exigé pour les ressortissants de la communauté européenne. Pour les autres nationalités, vous pouvez vous renseigner auprès du consulat du Maroc le plus proche de chez vous.
- Passeport : pour l'entrée au Maroc, le passeport est indispensable. Sa validité doit être supérieur à 6 mois.
- Vaccins : aucun vaccin n'est nécessaire.

**Horaire :**

- 2h de décalage horaire l'été
- 1h de décalage horaire l'hiver