



M'Goun et Tessaout (8 jours)

L'ascension du deuxième sommet du Maroc, le M'Goun, et la découverte de la vallée rouge de la Tessaout, c'est le programme que nous vous proposons pour cette semaine de trek. Nous débutons la randonnée de la vallée heureuse des Aït Bougmez, pour gravir le M'Goun et enfin descendre le long de la rivière Tessaout en passant par le magnifique village de Megdaz.

❖ 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 nuit à l'hôtel.

Jour 3 : Marrakech - Idoukaln (3h30 de marche /)

Transfert en minibus dans la vallée des Aït Bougmez via Azilal. Nous retrouvons l'équipe de muletiers dans le village de Aït Ziri. Nous débutons le trek par une marche de 3h30 pour atteindre le village de Idoukaln. Nuit en bivouac.

Jour 3 : Idoukaln – Plateau de Tarkedite (5h30 de marche /)

Nous passons cette deuxième journée de marche à monter vers la crête du Jbel Tarkedite jusqu'au col Aghouri (3300m) d'où la vue porte sur le sommet du M'Goun et le plateau de Tarkedite sur lequel notre bivouac sera installé pour les 2 prochaines nuits. Descente vers le bivouac à 2900m.

Jour 4 : Ascension du M'Goun (7h de marche / 1170m de dénivelé positif et négatif)

Journée d'ascension du M'Goun (4070m) pour les courageux et de repos pour les autres. Arrivée au sommet, nous admirons tous les sommets de l'Atlas central. Le regard porte même jusqu'au massif du Saghro et de l'Anti Atlas. Retour au bivouac.

Jour 5 : Plateau de Tarkedite – Amezri (5h30 de marche /)

Par un petit sentier, nous descendons du plateau de Tarkedite en direction de la vallée de la Tessaout. En chemin nous traversons des villages berbères typiques de la région construits avec la terre alentours. Nous passons notamment au village de Tasgawalt. Le bivouac est installé près du village de d'Amezri (2250m).

Jour 6 : Amezri – Aït Ali Nitou (5h de marche /)

Nous entamons la descente de la vallée verdoyante de la vallée de la Tessaout et nous arrivons au village de Ichbaken perché dans les hauteurs. Nous traversons également le village de Aït Hamza. Nuit en gîte à Aït Ali Nitou.

Jour 7 : Aït Ali Nitou – Marrakech (3h de marche /)

Dernier jour de marche que nous passons à descendre vers le village de Toufrine que nous atteignons après 3h de marche. Là, nous retrouvons le 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