



## Du Haut-Atlas à l'Atlantique

- VE45 -

14 jours... 10 de marche

	Avec aérien	Sans aérien		Avec aérien	Sans aérien
29 avril au 12 mai 12	1 155 €	795 €	5 au 18 août 12	1 175 €	795 €
13 au 26 mai 12	1 075 €	795 €	2 au 15 sept 12	1 035 €	795 €
10 au 23 juin 12	975 €	795 €	30 sept au 13 oct 12	1 035 €	755 €
8 au 21 juil 12	1 075 €	795 €			
Sup. chambre individuelle hôtel **** à Marrakech et riad à Essaouira : 95 €					
Tente individuelle durant le trekking : 65 €					

Une randonnée qui permet de découvrir le véritable pays des Berbères, des vallées les plus sauvages de l'Atlas jusqu'à son extrémité... Là où il vient mourir dans l'océan... Entre Essaouira et Agadir. Contraste entre les villages de montagne aux maisons rouges en pisé et les villages blancs de pêcheurs... Entre les montagnards de l'Atlas et les pêcheurs de l'océan...

### Déroulement et itinéraire

#### Jour 1 - Marrakech

Vol pour Marrakech. Accueil à l'aéroport et installation à l'hôtel. Selon l'heure d'arrivée, visite libre de la ville.

#### Jour 2 - Sremt

Transfert en bus par Azilal, et Ait Mhamed puis par une route de montagne qui offre une vue panoramique sur l'Atlas. Arrivée au col d'Aghbar (2200 m) rendez-vous avec notre équipe de muletiers et marche dans un beau sentier en balcon jusqu'au village de Sermt (1900 m).

Nuit chez l'habitant.

Temps de marche : 3h00 environ. D : 300 m

#### Jour 3 - Col d'Ait Ouriat - Iskatafen

Nous montons jusqu'au col d'Ait Ouriat (2400 m) d'où nous pourrions apercevoir la riante vallée des Ait Bougmez (La vallée heureuse) avant de redescendre sur le village d'Ait Ourit puis celui d'Iskatafen (1850 m). Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h00 environ. / M : 450 m - D : 300 m

#### Jour 4 - Ifrane

Remontée de la vallée d'Ahback en passant par les bergeries des villageois d'Iskatafen et le village d'Ahbak avant une courte montée pour atteindre le col d'Ahbak (2300 m). Après le repas de midi nous descendons la verte vallée d'Ait Ouanougdal. Nous y découvrons un système d'irrigation impressionnant et différentes cultures (orges, pommes de terre, navet, pommiers...). Nous suivons ensuite la vallée d'Ait Hkem pour arriver au village d'Ifrane (2100 m). Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h30 environ. / M : 320 m - D : 350 m

### **Jour 5 - Ait Imi**

Une petite montée pour atteindre le col d'Adazen (2350 m) et descente sur le village de Rbat, Ibaklioun, puis Ait Imi. Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h30 environ. / M : 300 m - D : 500 m

### **Jour 6 - Agouti**

Journée consacrée à la découverte de la vallée des Ait Bougmez, l'une des plus belles du haut-Atlas. Nombreux villages aux maisons en pisé avec leurs greniers collectifs. Nous y verrons aussi des traces de dinosaures, des superbes moulins à eau et de riches cultures en terrasse. Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h00 environ. / M : 300 m - D : 150 m

### **Jour 7 - Marrakech**

Le matin route pour Marrakech où nous arrivons en début d'après-midi. Visite libre de la ville et nuit en hôtel.

### **Jour 8 - Timzguida Oufas**

Transfert par la route d'Essaouira jusqu'à Chichaoua, puis par la route d'Agadir pour rejoindre le village de Timzguida Oufass où nous retrouvons notre équipe de chameliers. Déjeuner et descente vers la côte pour installer notre campement en bord de mer. Après avoir installé nos tentes, balade vers les grandes falaises.

Temps de marche : 2h00 environ.

### **Jour 9 - Tafdna**

Nous marchons dans un paysage montagneux sur une terre rocailleuse couverte d'une forêt d'arganiers. Nous remontons vers le plateau avant de traverser de nombreux villages : Iknioun, Ait Tamlal... Cernés de superbes champs de blé et d'orge. Marche en balcon sur l'océan dominant plages et criques parfois inaccessibles. Campement à proximité du village de Tafdna (village de pêcheurs).

Temps de marche : 5h30 environ.

### **Jour 10 - Sidi Ahmed Saih**

Après être passés par le village de Tafdna, nous montons vers un plateau couvert d'arganiers. Ici les chèvres grimpent dans les arbres pour manger les feuilles. Puis descente vers l'océan, avant de longer la côte jusqu'au campement à Sidi Ahmed Saih (la plus belle plage de la région).

Temps de marche : 6h00 environ.

### **Jour 11 - Sidi M'bark**

Nous continuons à longer la côte déchiquetée et traversons des petits villages de pêcheurs berbères avant d'arriver dans des paysages exceptionnels de dunes où des barques colorées gisent paisiblement sur le sable. Campement tout proche de la plage et d'une petite rivière parsemée de petites cascades. Possibilité de se doucher à l'eau douce... Une merveille...

Temps de marche : 4h30 environ.

### **Jour 12 - Sidi Kaouki - Essaouira**

Marche le long de la côte où la lumière est magnifique. Très beaux paysages de falaises en arrière-plan et de plages parsemées de dunes. Arrivée à Sidi Kaouki, fin de notre randonnée. Nous prenons un transport local pour rejoindre Essaouira. Nuit en riad.

Temps de marche : 4h00 environ.

### **Jour 13 - Marrakech**

Petite balade sur le port pour voir l'arrivée des pêcheurs et minibus pour Marrakech. Visite libre de la ville et nuit en hôtel à Marrakech.

### **Jour 14 - Retour**

Visite libre de Marrakech, si les horaires d'avion nous le permettent, transfert aéroport et vol retour.

Les horaires sont donnés à titre indicatif et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses et temps pris pour le pique-nique.



- La ½ journée de repos à Marrakech en hôtel \*\*\*\*.
- Les rencontres dans les vallées colorées et riantes de l'Atlas.
- Les contrastes entre l'Atlas et l'océan.

## Randonnée



Étape de 4 à 5h00 en moyenne et de 15 km environ sur chemins, pistes ou sentiers vallonnés avec un sac à dos léger. Dénivelé maxi de 450m la première semaine et peu significative la deuxième semaine.

Votre profil : vous pratiquez la marche de temps à autres sur chemins ou sentiers.

## Hébergement et nourriture

- A Marrakech en hôtel 4\* avec piscine en été
- A Essaouira en riad de charme
- Durant la randonnée :

➤ **Dans l'Atlas :** En gîte ou chez l'habitant selon les cas.

- Chez l'habitant : Hébergement simple. Ce sont souvent des salons mis à notre disposition pour dormir ; la famille se regroupe dans les autres pièces. Toilettes souvent sommaires, douches non garanties. Partager la maison ne veut pas dire "tout partager" : la famille vit de son côté, nous nous installons dans la partie qui nous est réservée.

- En gîte : Chambres partagées avec lits ou matelas sur tapis et sanitaires et douches collectives. Hébergements au confort relativement simple, ils sont agréés par le Ministère du Tourisme, ce qui garantit normalement un niveau minimum de services obligatoires, mais il peut y avoir des différences de confort d'une étape à l'autre.

➤ **Sur la côte atlantique :**

- Sous tentes trois places pour deux personnes, isothermes avec matelas.
- Tente mess avec table et chaises, tente cuisine pour les repas et tente toilette

Repas préparé le soir à l'hébergement par notre cuisinier (plats typiques marocains, couscous, tagine...). Pour la halte de midi, le cuisinier nous attendra et aura préparé des salades, quelquefois des plats chauds (légumes) agrémentés de fromage et de fruits. Parfois nous prendrons un pique-nique. A la halte, le guide distribuera quelques vivres de course (amandes, cacahuètes, fruits secs...).

## Extension libre à Essaouira

### *Hôtel Château Mogador*

Situé à deux pas de l'océan et de la plage d'Essaouira, mais aussi proche de la vieille ville et de sa médina, il allie la tradition de son architecture et de sa décoration, inspiré du répertoire de l'ancien Mogador à la modernité de son équipement.

### *Riad Maison du Sud*

Hôtel de charme situé au cœur de la médina piétonnière, dans un authentique riad souiri du XVIIIème siècle, luxueusement rénové en style maroco-andalou. Un bijou...

Hôtel	Prix par personne en B&B	
Château Mogador 2*	Chambre double	Chambre individuelle
	20 €	30 €
Riad	Chambre double standard	Chambre double supérieure
Maison du Sud	30 €	40 €

### **Pour vous rendre à Essaouira au départ de Marrakech**

Bus régulier au départ de la gare routière de Marrakech

(5 rotations par jour). 3h00 de route environ. Tarif : de 15 € environ par personne A/R.

Transport privatif en taxi ou minibus adapté au nombre de personnes	
1 à 3 personnes	80 €
4 à 6 personnes	125 €
7 à 10 personnes	145 €

### ***Pour rentrer d'Essaouira***

Bus régulier au départ de la gare routière, 5 rotations par jour, 3h00 de route environ.

Tarif : 15 € par personne A/R environ.

Transport privatif en taxi ou minibus adapté au nombre de personnes	
1 à 3 personnes	80 €
4 à 6 personnes	125 €
7 à 10 personnes	145 €

**Dans ce cas là, la dernière nuit à Marrakech incluse dans votre forfait se fera la veille de votre départ.**

## **Nuits supplémentaires à Marrakech**

### *Hôtel Imilchil \*\*\**

Hôtel confortable situé dans le quartier calme et paisible de l'Hivernage et proche de la Medina et de la Koutoubia.

### *Hôtel Tichka \*\*\*\**

Joyau de l'art islamique, situé au bord d'une superbe palmeraie, à 10 mn en taxi du centre ville, ce véritable palais tire son originalité et son raffinement de l'usage exclusif des matériaux marocains selon les plus pures traditions de l'art mauresque.

### *Riad le Petit Prince*

Riad de charme situé dans la vieille ville entre la place Djema el Fnaa et la nouvelle ville de Guéliz.

Hôtel	Prix par personne en B&B	
	Chambre double	Chambre individuelle
Imilchil 3*	30 €	45 €
Tichka 4*	42 €	65 €
Riad	Chambre double standard	Chambre double supérieure
Le Petit Prince	40 €	45 €

## Si vous désirez visiter la ville

Visite de la ville pendant une demi-journée ou une journée avec un guide touristique agréé.

### Monuments visités et tarifs

- une demi-journée, 30 € : tombeaux saadiens, palais Bahia, médersa Ben Youssef, souks ;
- une journée, 45 € : tombeaux saadiens, palais Bahia, médersa Ben Youssef, jardins Majorelle, souks.

### Aux tarifs donnés ci-dessus, il convient d'ajouter

- les taxis pour se rendre de l'hôtel au premier site puis d'un endroit à un autre : prévoir un budget de 50 dirhams par taxi (5 €), à partager entre le nombre de personnes et à régler sur place ;
- les entrées dans les monuments et jardins, à régler sur place : compter environ 70 dirhams (7 €) par personne pour la demi-journée et 100 dirhams (10 €) par personne pour la journée.

### Circuit en calèche

En règle générale, 150 dirhams (15 €) l'heure (par calèche, à partager), à régler sur place. Circuit classique : tour des remparts, place Djemaa el-Fna, Guéliz, avenue Mohamed-V, 2h30 pour 350 dirhams (35 €).

**Nous pouvons aussi vous réserver un hôtel dans d'autres villes du Maroc ou vous proposer un circuit à la carte. N'hésitez pas à nous consulter.**

### Encadrement

Un guide berbère francophone de Visages pour 4 à 15 participants. Quand le groupe est constitué de 4 participants seulement, le guide prépare la cuisine.

### Transferts locaux et portage

- Minibus privé pour les transports
- Vos bagages sont acheminés par mules ou par chameaux. Avec vous uniquement vos affaires de la journée.

### Aérien

***Tous nos vols sont prévus au départ de Paris*** sur vol régulier ou affrété selon les cas (Royal Air Maroc, Air France, Easy jet, Ryanair, Transavia, Aigle Azur...).

### Départ de province

Départ possible de toutes les grandes villes de province. Supplément à partir de 50 € par personne pour frais de dossier.

- ***Départ avancé ou retour différé.*** Supplément à partir de 50 € par personne.
  - Départ avancé : rendez-vous au premier hébergement (coordonnées sur convocation).
  - Retour différé : dispersion à la fin de la dernière prestation du circuit.  
Dans les deux cas le transfert aéroport est à votre charge.

### Départ de Marseille

L'aéroport Marseille-Provence, gestionnaire des parkings, propose un très intéressant système de "Chèque Parking". Consulter le site : [chequeparking.com](http://chequeparking.com). Nous pouvons, si vous le souhaitez, vous le réserver à l'inscription.

### Convocation pour le départ

#### ***Avec aérien***

A l'aéroport. Les lieux et heures exacts vous seront précisés quelques jours avant le départ.

## **Sans aérien**

Vous êtes accueillis à votre arrivée à l'aéroport de Marrakech. Il est impératif de nous communiquer **votre heure d'arrivée et votre n° de vol au plus tard une semaine avant votre départ.**

## **Formalités et santé**

Passeport en cours de validité valable encore 3 mois après votre date de retour.

Aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde.

## **Argent et pourboires**

- La monnaie est le Dhiram : MAD - 1 € = 11 Dhirams.
- Nous vous conseillons de changer de l'argent à l'aéroport ou d'en retirer directement avec votre CB (nombreux distributeurs à Marrakech).

Le pourboire est une véritable tradition au Maroc et les Marocains eux-mêmes y ont recours entre eux. Néanmoins, il ne faut pas oublier qu'il s'agit d'une gratification que l'on donne lorsque l'on estime que le service pour lequel on a payé a été bien rendu et nos équipes savent qu'il ne s'agit pas d'un dû. Nous vous indiquons ici une somme de base, correspondant à un service considéré comme "normal".

**Suivant le service rendu, l'importance du groupe et le niveau que vous voulez donner au remerciement, vous pouvez bien sûr aller au delà de cette somme.**

	Somme <b>de base</b> en Dirhams, pour l'ensemble du groupe
Cuisinier	700 Dhs
Chaque muletier	250 Dhs
Chaque chamelier	250 Dhs
Guide Visages marocain	A votre convenance
Vous pouvez donner aussi l'équivalent en € sans problème, au contraire	

**Il est nécessaire qu'une personne du groupe se charge de récolter les pourboires sur cette base et les remette elle-même à l'équipe.**

**Pour les autres "pourboires occasionnels"** des personnels d'hôtels, chauffeur transfert, serveur..., nous vous conseillons de prévoir quelques Dirhams en monnaie (une pièce de 5 ou de 10 Dhs pour la personne qui dépose votre sac dans votre chambre).

**Selon l'heure d'arrivée de votre vol, il est préférable de changer de l'argent à l'aéroport en arrivant.**

## **Informations diverses**

Lorsque vous traversez les villages, les enfants vous réclament souvent des stylos ou des bonbons. Il est préférable de donner ces derniers au maître d'école afin de ne pas développer une mauvaise habitude de mendicité de la part des enfants.

Si à la fin du trek vous pouvez donner des vêtements aux muletiers et aux chameliers, le geste sera apprécié. Si vous faites des achats au souk, le troc (de tee-shirts, chaussures, montres,...) est très répandu.

## Le prix

### ***Il comprend***

- Le vol Paris - Marrakech aller/retour sur vol régulier ou affrété
- Les taxes aériennes
- Tous les transports nécessaires au déroulement du circuit
- L'hébergement en hôtel 4\* en B&B à Marrakech avec piscine en été
- L'hébergement sous tente 3 places pour deux personnes sur la côte atlantique
- Le matériel de cuisine (tente mess + tente cuisine + tente toilette) sur la côte atlantique
- L'hébergement en gîte ou chez l'habitant dans l'Atlas
- La pension complète durant la randonnée
- L'encadrement par un guide marocain de Visages, un cuisinier, des muletiers
- La fourniture d'un guide sur Marrakech

### ***Il ne comprend pas***

- Les repas à Marrakech (8 à 10 € environ par repas)
- Les boissons et dépenses d'ordre personnel, les pourboires
- Les frais d'inscription à moins de 45 jours 20 € par dossier (offerts sur Internet)
- L'assurance assistance/rapatriement (1 %)
- L'assurance annulation, vol et perte de bagages, interruption de séjour (2,5 %)

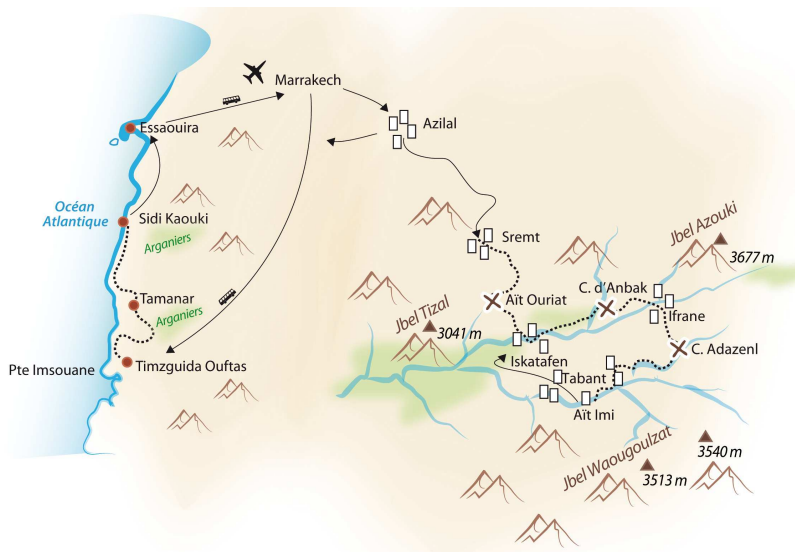
## Guide et bibliographie

- GEOGUIDE - Maroc - Guides GEO.
- Guide Gallimard Maroc - Bibliothèque du voyageur - Gallimard.
- Guide bleu Maroc - Guides Bleus - Hachette Tourisme.
- Histoire du Maroc - Editions Perrin - Bernard Lugan.

## Climat

Le Moyen-Atlas et le Haut-Atlas forment une chaîne de montagne, véritable barrière entre le Maroc méditerranéen et le Maroc désertique. Le climat est montagnard dans la partie centrale de la chaîne, il subit des influences océaniques et méditerranéennes sur le versant nord exposé aux dépressions venues de l'Atlantique, quant au versant sud abrité, il subit les influences sahariennes.

Il reste agréable en été en montagne grâce à la sécheresse de l'air et l'altitude qui apporte la fraîcheur. La côte atlantique balayée par les alizés offre une température idéale.



## Inscription

Sur [visages-trekking.com](http://visages-trekking.com) ou à l'aide du bulletin d'inscription figurant à la fin du catalogue VISAGES, ou joint, à la fiche technique ou à télécharger sur le site, accompagné d'un acompte de 30 %. Un exemplaire du bulletin d'inscription vous sera ensuite retourné, validé par nous.

## Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez + de 3 mois avant le départ, deux avantages :

- Vous versez un acompte réduit de 10%.

- **Vous bénéficiez de 3 % de réduction.**

Sinon acompte de 30% lors de l'inscription : solde 30 jours avant le départ.

Pour toute inscription à moins d'un mois du départ, il est nécessaire de régler la totalité du circuit.

Les réductions ne sont pas cumulables et ne s'appliquent pas aux groupes constitués bénéficiant déjà d'un prix spécifique.

## Conditions de vente

Les conditions générales et particulières de vente sont celles définies dans notre brochure générale.

## Assurance

Nous vous engageons vivement à souscrire une assurance "Annulation-Assistance-Rapatriement" même si le paiement avec certaines cartes bancaires peut vous couvrir partiellement. C'est pourquoi Visages a négocié auprès d'EUROP ASSISTANCE une formule d'assurance totalement adaptée aux types de nos circuits. L'Assistance/Rapatriement vous est proposée au prix de 1 % du prix du circuit choisi et l'annulation au prix de 2,5 %. Elles peuvent être souscrites indépendamment l'une de l'autre, doivent être prises à l'inscription et ne peuvent prendre effet qu'après le paiement de l'intégralité du prix du circuit. Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription ou sur simple demande.

## Visages

Licence n° IM005110001

Garantie financière : Crédit Lyonnais - 05200 Embrun

Responsabilité civile professionnelle :

RCP : AXA France - 26 rue DROUOT - 75009 PARIS

.....

**Pour plus de confort et de sécurité, partez bien équipés.**

### Garder la tête froide ou chaude !

- Chapeau ou casquette indispensable !
- De très bonnes lunettes de soleil.

### La règle des 3 couches

- Tee-shirts manches courtes ou longues, légers et respirant pour permettre l'évacuation de la transpiration. Ces vêtements sont aujourd'hui appelés des secondes peaux.
- Couche intermédiaire pour apporter de la chaleur type fibre polaire.
- Veste imperméable type Goretex idéale pour protéger du vent comme de la pluie.

### Les pantalons de saison

- Pantalon épais pour une protection suffisante, à la fois respirant et déperlant, selon la saison et/ou en cas de mauvais temps.
- Pantalon léger vous protégeant de la végétation ou du soleil tout en conservant une aisance de marche.

- Short en tissu léger, séchant rapidement.
- Collant chaud pour la nuit.
- Maillot de bain.
- Sous-vêtements de rechange.

### Les pieds et les mains

- Chaussures adaptées à l'activité, de préférence montante pour préserver la cheville des torsions, avec une membrane Goretex pour l'étanchéité et la respiration. L'accroche et la qualité de la semelle permettent la randonnée sur tous les chemins. Pour les circuits trekking, il est vivement conseillé d'avoir des semelles semi-rigides.

Notre conseil : Ne découvrez pas la qualité de vos chaussures le premier jour d'un trek ! Il est indispensable de les essayer à plusieurs reprises et d'en être satisfait avant de partir.

- Des chaussures de détente : sandales ou baskets, pour les visites culturelles ou la fin de journée, elles doivent être adaptées à la marche tout en étant légères et agréables.
- Chaussettes de marche en laine ou en coton avec renfort aux talons et sur l'avant du pied.

### Le sac

- Votre sac de voyage (pas de valise) ne doit pas dépasser 15 Kg. Ce sac sera transporté dans la journée par véhicules, mules ou chameaux selon les cas et vous le retrouverez à l'hébergement ou au camp le soir.

- Votre sac à dos (**sac de cabine durant le vol**) doit être suffisamment grand pour contenir vos affaires de la journée (gourde, appareil photo, coupe-vent, tee-shirt de rechange...) : le format de 35 litres est un bon compromis entre encombrement, poids et volume disponibles.

### Les indispensables

- Sac de couchage de bonne qualité (température de confort -5°/-10°) + drap cousu.
- Couteau de poche\*.
- Stylo, briquet, épingles de sûreté\*.
- Lingettes humides pour la toilette.
- Du savon liquide sans rinçage.
- 2 gourdes d'un litre (isothermes de préférence).
- Petit nécessaire de couture\* + nécessaire de toilette + 1 paire de lacets de rechange.
- De la crème solaire.
- Des pastilles purifiantes pour l'eau.
- Lampe de poche, frontale de préférence.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Quelques sacs plastique pour protéger vos affaires en cas de pluie ou un sur-sac étanche.
- Un petit sac pour vos détritrus.
- Du papier toilette.
- Des jumelles et un appareil photo (facultatifs).
- Des boules Quiès... (Facultatif).

\* à mettre dans les bagages de soute durant le vol.

### Une pharmacie personnelle

- Vos médicaments personnels habituels.
- Vitamine C.
- Médicament contre la douleur.
- Anti-diarrhéique.

- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale).
- Collyre et crème antibiotique pour les yeux.
- Bande adhésive élastique type Elastoplast.
- Petits pansements adhésifs.
- Compresses désinfectantes.
- Double peau (ampoules).
- Traitement pour rhume et maux de gorge.
- Un anti-moustique puissant.
- Un tube de Biafine.
- Un anti-inflammatoire (pommade ou gélule).

**Cette liste de matériel est à adapter suivant la saison.**

**Il est préférable d'avoir sur vous en permanence dans une pochette étanche :**

- Votre passeport.
- De l'argent liquide + CB.
- Votre contrat d'assistance (assurance Visages ou autres).

***Nos partenaires équipement***



**Votre retour en quelques mots ... Votre opinion est essentielle !**

L'équipe de Visages met tout en œuvre pour que votre trekking soit une réussite, c'est pourquoi vos commentaires nous sont très précieux : ils nous permettent d'améliorer la prestation de nos partenaires et le déroulement de nos circuits.

Désormais la fiche d'appréciation est disponible en ligne, dans votre espace client, rubrique :

**"Votre retour en quelques mots"**. Ne manquez pas de la remplir !

**Vous avez envie de partager vos photos avec d'autres randonneurs ?**

N'hésitez pas à nous envoyer un cd de vos plus beaux clichés !

Nous vous ferons un avoir de 30 € sur votre prochain voyage par photo publiée dans nos brochures.