

Raid Maroc septembre 2020

Fiche technique

Type de circuit: Trekking sans classement

Le trekking est une passion, un état d'esprit. L'isolement de certaines zones, des hébergements en tente ou en refuge, des marches soutenues, des portages parfois nécessaires... Certains séjours demandent plus d'engagement physique et psychologique que d'autres. Les séjours se suivent mais ne se ressemblent pas, on s'adapte

Durée: 8 jours / 6 jours + 1 demie journée de progression

Groupe: 17 participants maximum

Hébergement et nourriture

Durant la randonnée, sous tentes trois places isothermes pour deux personnes avec matelas épais.

Tente mess avec table et chaises, tente cuisine pour les repas.

A Marrakech hébergement en riad non loin du centre ville

Les repas

A Marrakech, repas (votre charge) pris au restaurant le dernier soir, individuellement ou collectivement (votre choix).

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 ;
- à midi : repas froid autour d'une salade composée + sardines, thon ou maquereau et thé ;
- le soir : soupe, plat principal (tajine, couscous, riz...), dessert, thé/tisane ;
- pendant la journée : un complément de vivres énergétiques est fourni, dattes, cacahuètes, pralines, biscuits ;
- à l'arrivée de l'étape : collation autour d'un thé et de biscuits.

Boissons : L'eau minérale en bouteille. Le thé à la menthe est servi le matin, à midi, à l'arrivée de l'étape, le soir.

Difficulté Niveau 3

Profil des étapes: ce massif est le plus accessible du Haut Atlas. Départ du trek aux environs de 1600m, progression régulière au fil des jours pour atteindre le sommet à 4167m.

Possibilité de ne faire qu'un sommet, Toubkal ou Ouanoukrim, ce dernier étant un peu plus engagé en fin de montée

Temps de marche: Etape de 6h00 en moyenne

Votre profil de randonneur: Vous êtes sportifs endurant et marchez ou courez très régulièrement sur sentier ou hors sentier.

Transferts locaux et portage :

Minibus privatif pour les transports jusqu'au point de rencontre avec les muletiers qui achemineront nos bagages tout au long de la semaine.

Avec vous uniquement vos affaires de la journée.

Encadrement et sécurité :

Vous serez encadrés par un Guide berbère francophone, un cuisinier et des muletiers, professionnel et expérimenté pour un groupe de 17 participants. Connaissant parfaitement la région qu'il vous fait découvrir, le guide s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre voyage: conseils dans le choix de l'itinéraire lors de la reconnaissance sur le terrain, rythme de progression, logistique, adaptation aux aléas météorologiques.
- Vous faciliter l'approche du milieu de la haute montagne, de la culture et des populations locales
- Vous faire partager sa passion pour la nature.
- Animer votre groupe et en assurer la cohésion.
- Etre disponible et à votre écoute.