Atalante
L'ESPRIT TREK

MAROC

L'ascension du Toubkal

- Notre guide berbère et son équipe rodée à l'ascension.
- Une marche d'approche progressive.
- Les contrastes entre les couleurs de la terre, des cultures et des sommets.

À PARTIR DE	**695 €**
DURÉE	8 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek et sommet

De Tizi Oussem à Aremd, nous cheminons sur les sentiers ancestraux du Haut Atlas pour accéder au mythique plus haut sommet du Maroc, le Toubkal. Nous vous proposons un itinéraire facile, avec une belle randonnée d'acclimatation et de préparation pour atteindre les 4167 m. Nous sommes récompensés de nos efforts au sommet en dominant le Haut Atlas !

Les paysages traversés sont variés selon les versants et les altitudes : tantôt une forêt de chênes verts, tantôt des genévriers, tantôt la fraîcheur de l'eau dégringolant d'une cascade, tantôt la densité d'une terre rouge, un village en pisé accroché au flanc d'un versant, une bergerie et, au loin, le gigantisme d'un sommet mythique ... Progressivement, nous nous rapprochons du Toubkal. Depuis le camp de base de Neltner, 1000 m de dénivelé nous séparent du sommet. Un 4000 sans difficulté technique et la promesse de belles émotions pour les volontaires. Vu d'en-haut, le paysage s'élargit, le regard s'accroche sur le massif du Siroua, plonge dans la vallée d'Imlil, se perd dans l'infini.

Itinéraire

JOUR 1

Vol pour Marrakech (vol sur mesure non inclus, nous consulter).

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Arrivée libre à Marrakech, ce jour-là ou quelques jours avant, selon votre choix.

Nous pouvons bien entendu nous occuper de votre vol et de votre accueil à l'aéroport si vous le souhaitez, consultez-nous.

JOUR 2

Marrakech - Imi Oughlad (1355 m) - Tizi N'Techt (2000 m) - Tizi Oussem (1800 m).

TRANSPORT : MINIBUS (1H30, 58 KM) | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 643 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 300 M | ALTITUDE MAX : 2000 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous avons un transfert de 2 petites heures jusqu'à Imi Oughlad, où nous rencontrons notre équipe de muletiers qui va nous accompagner dans cette aventure. Nous commençons notre randonnée dans une forêt de chênes verts, puis l'ascension débute par le Tizi N'Techt. Nous traversons alors de nombreux villages accrochés à flanc de montagne. Tantôt en terre, tantôt en pisé mais toujours cette magnifique couleur rouge de la latérite. Notre premier bivouac se fait sous les arbres, à côté de la rivière N'Ouazzaden près du village de Tizi Oussem.

JOUR 3

Tizi Oussem - Refuge de Tazaghart-Lepiney (3030 m).

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1230 M | ALTITUDE MAX : 3030 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous continuons notre ascension progressivement parmi les genévriers. Les villages berbères ont fait place aux bergeries d'altitude et aux cultures en terrasses. Nous passons par les bergeries de Tamsoult et par les cascades d'Ighoulidem. Nous arrivons au refuge de Tazaghart à côté duquel nous bivouaquons. La végétation se fait de plus en plus rare, nous arrivons au désert d'altitude.

JOUR 4

Refuge de Tazaghart - Tizi Aguelzim (3550 m) - Refuge Neltner (3207 m).

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 670 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 343 M | ALTITUDE MAX : 3550 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Journée de marche pour atteindre le camp de base du Toubkal. Nous montons en lacet jusqu'à 3550 m, au col d'Aguelzim, pour profiter d'une superbe vue sur tout le massif puis descendons au refuge du Toubkal près duquel nous bivouaquons.

Pour ceux qui le souhaitent nous pouvons après le déjeuner monter vers le col de Ouanoums à 3650 m, pour une très belle vue sur le versant sud du Toubkal et le lac d'Ifni (2h30 à 3 h de marche, +450 m / -450 m).

JOUR 5

Ascension du plus haut sommet d'Afrique du Nord : le Toubkal.

MARCHE : 5H-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 960 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 960 M | ALTITUDE MAX : 4167 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Départ matinal (entre 5h et 5h30) pour l'ascension du Toubkal à 4167 m. C'est le plus haut sommet du Maroc et de l'Afrique du nord. C'est aussi l'occasion, pour vous, de peut-être faire votre premier 4000 facilement. Du sommet, on domine une grande partie de l'Atlas, la plaine et le désert sont devinés à l'horizon. Ce sommet nous offre une vue imprenable sur le massif de Siroua et sur la vallée d'Imlil. (Ascension facultative).

JOUR 6

Refuge Neltner - Aremd (1904 m).

MARCHE : 4H | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1300 M | HÉBERGEMENT : GÎTE

Nous redescendons vers le village d'Aremd via le marabout de la vallée, Sidi Chamharouch. Arrivés au village, nous disons au revoir à notre équipe de muletiers. Dans l'après-midi, possibilité de faire une petite balade aux alentours.

JOUR 7

Aremd / Marrakech.

TRANSPORT : MINIBUS (2H, 64 KM) | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 200 M | ALTITUDE MAX : 1900 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Le matin nous rejoignons Imlil à pied (environ 1h), où nous retrouvons nos véhicules puis retour sur Marrakech. Installation à l'hôtel, et possibilité de visiter la ville. Les repas sont libres.

JOUR 8

Vol retour (vol sur mesure non inclus, nous consulter)

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Dispersion après le petit déjeuner.

Si vous souhaitez prolonger votre voyage, nous nous ferons un plaisir d'envisager les différentes options avec vous, parlez-en à votre conseiller voyage expert du pays !

À NOTER

Cet itinéraire est fourni à titre indicatif : suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide accompagnateur peut en effet modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.

Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé chez Huwans et Atalante, partenaires sur ces départs..

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 02/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
SAM. 08/06/2024	SAM. 15/06/2024	795 €	~~COMPLET~~
SAM. 22/06/2024	SAM. 29/06/2024	695 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 06/07/2024	SAM. 13/07/2024	770 €	Confirmé *5 places restantes*
SAM. 20/07/2024	SAM. 27/07/2024	795 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 03/08/2024	SAM. 10/08/2024	795 €	Confirmé
SAM. 17/08/2024	SAM. 24/08/2024	820 €	Confirmé
SAM. 31/08/2024	SAM. 07/09/2024	695 €	Confirmé
SAM. 14/09/2024	SAM. 21/09/2024	745 €	Confirmé
SAM. 28/09/2024	SAM. 05/10/2024	720 €	Confirmé

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- Les transferts sur place
- L'hébergement
- La pension complète sauf à Marrakech
- L'équipe locale de chauffeurs, muletiers et cuisinier

- Un guide accompagnateur berbère francophone

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Le vol aller-retour pour Marrakech (vol sur mesure, nous consulter)
- La contribution à la neutralité carbone (si vous prenez le vol avec nous) : 5 €

À payer sur place :

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les repas à Marrakech (environ 3 repas à 12 € / repas)
- Les pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

AÉRIEN

Nos prix sont calculés sans acheminement à destination. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver votre acheminement pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix de la compagnie, aéroport de départ).
- La transparence sur le prix du billet.
- Les frais de gestion et de modification de vol inclus en cas d'incident.
- Les transferts aéroport / hôtel inclus à votre arrivée et départ (quand applicable).
- Le tout pour un forfait fixe de 80 € / personne.

+ OPTIONS

- Nuit supplémentaire à l'hôtel du voyage, en chambre double : 45 € / personne ; en chambre individuelle : 90 €
- Supplément chambre individuelle à l'hôtel : 50 €
- Tente individuelle pour tout le trek : 30 €
- Accueil / Transfert aéroport - hôtel : 25 €

Détail du voyage

NIVEAU

5 à 6 h de marche ou d'activités physiques par jour. En montagne, dénivelés entre 500 et 800 m par jour, et possibilité d'être à 3000 m d'alt. Sommet du Toubkal à 4167 m. Ce voyage est accessible si vous pratiquez régulièrement une activité sportive, et la grande majorité des voyageurs arrivent au sommet.

ENCADREMENT

A l'hôtel le jour 1, vous êtes accueillis par votre guide-accompagnateur, guide de moyenne montagne berbère francophone. Il est secondé par une équipe locale composée d'une équipe d'assistance pour les bagages (muletiers et chauffeurs) et d'un cuisinier.

Installé à Marrakech depuis de nombreuses années, notre agence locale vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides d'aventure, mobilisés à 100 % pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature.
Laissez-vous guider...

De vrais professionnels engagés dans la qualité et l'éthique :
en plus de la formation de base pour obtenir le diplôme national d'accompagnateur (semblable au diplôme français), ils bénéficient de sessions de formation continue mises en oeuvre avec notre équipe locale, pour vous apporter en toute circonstance soutien et sécurité. La pérennité des relations qui nous unissent depuis de nombreuses années fait qu'au-delà de leurs compétences techniques, c'est avec des personnalités inoubliables que vous vivrez une découverte approfondie du Maroc. Ils sont berbères et connaissent parfaitement le Haut Atlas ainsi que le domaine saharien dans ses moindres recoins.

ALIMENTATION

Parce que l'alimentation est aussi le plaisir du marcheur, nous portons une attention particulière au contenu des repas et à leur préparation. Élaborés en fonction des besoins énergétiques et diététiques, les repas sont variés.
Pour midi, pique-nique composé de salades variées, de fromages, de fruits secs ou frais, et le soir, vous vous régalerez de plats typiques : soupes, tagines d'agneau, de poulet, couscous fumants, pâtisseries... Le matin, le petit déjeuner est copieux : vous goûterez au pain traditionnel et aux fameuses crêpes berbères : les "lebsemen" servies chaudes avec du miel.
Et bien sur la douceur du thé à la menthe qui vous accompagne à chaque repas. Tradition oblige !

Aucun problème pour trouver de l'eau potable au Maroc, qu'elle sorte d'une source, d'un puits ou tout simplement du robinet. Il convient néanmoins d'utiliser l'eau avec parcimonie dans les zones désertiques, et de la traiter avec des pastilles purifiantes, pour éviter toute mauvaise surprise. Vous trouverez aussi de l'eau minérale quasiment partout dans les villes et villages, pensez simplement à rapporter les bouteilles vides avec vous.

N'oubliez pas que vous bénéficiez de produits détaxés à l'aéroport d'embarquement. Même si vous voyagez dans un pays musulman aux traditions fortement ancrées, les équipes qui vous encadrent savent composer avec vos habitudes et ne s'offensent pas d'un apéro servi le soir au bivouac. Sachez simplement respecter leur religion et consommer avec modération.

HÉBERGEMENT

Hôtel :

À Marrakech, vous êtes logés en hôtel 4* de bon standing, avec piscine, que nous avons choisi avec soin en fonction de leur situation, de leur tranquillité et de leur propreté.
A titre indicatif (cela peut changer exceptionnellement en fonction de la disponibilité), ce voyage descend le plus souvent au Meriem à Marrakech.

Gîte :

Nous avons essayé de sélectionner les gîtes en fonction de leur charme et de leur confort, mais aussi de la gentillesse et de la disponibilité de votre hôte. Les gîtes sont équipés de douches et d'infrastructures prévues pour l'hébergement de plusieurs randonneurs. Le confort peut être sommaires suivant les étapes.

Bivouac :

Choisis dans des emplacements calmes, spectaculaires et si possible près d'un point d'eau, les tentes sont de type igloo 3 places pour 2 personnes, avec pour votre confort des matelas mousse de 5 cm d'épaisseur et un drap housse individuel nominatif. Une tente mess, véritable tente berbère, est prévue pour vos repas et soirées, avec chaises pliantes et table. Enfin, nous installons pour votre confort une tente WC et une tente douche, et de l'eau mise à disposition (quand cela est possible) dans une bassine pour la toilette.

**Les hébergements sont donnés à titre indicatif et peuvent changer en fonction de la disponibilité.*

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Votre guide vous attend à 18h à la réception de l'hôtel du groupe. Si vous arrivez plus tard, vous le retrouverez le lendemain matin à 7h au petit-déjeuner.

DÉPLACEMENT

1- Vols internationaux :

Nous avons fait le choix de vous le laisser, le choix !

En effet, beaucoup de compagnies volent depuis plusieurs points de départ vers Marrakech : selon votre envie, budget et lieu de vie, vous avez donc tellement de possibilités qu'il est plus simple de vous laisser choisir le vol que vous préférez.

Vous pouvez partir le jour 1 ou quelques jours avant, ou revenir quelques jours après le trek, pour prolonger les plaisirs sur Marrakech, qui est une ville dans laquelle il fait bon rester un peu.

Consultez-nous pour cette recherche et cette réservation ! Nous avons souvent des tarifs préférentiels, et nous pouvons organiser votre accueil à l'aéroport, à l'aller comme au retour : n'hésitez pas à nous en faire la demande.

2- En randonnée les bagages sont portés par des mules. Pour les transferts, nous utilisons selon le terrain des 4x4 ou minibus récents, très bien entretenus et choisis pour leur confort, qui sont agréés pour le transport touristique.

3- En ville, n'hésitez pas à utiliser les petits taxis : très nombreux et facilement identifiables par leurs couleurs, ils vous emmèneront où vous voulez en ville pour environ 10 dirhams soit un peu moins d'1 euro la course ! Assurez-vous seulement que le chauffeur enclenche son compteur, même s'ils le font de plus en plus systématiquement.

BUDGET & CHANGE

Au Maroc, la monnaie nationale est le dirham marocain (1 EUR = 10 à 11 MAD environ). La monnaie la plus facile à changer est l'EURO (espèces ou traveller's chèques). La carte de crédit est acceptée dans les boutiques des hôtels. Il est préférable de se munir de petites coupures pour éviter les embarras de change.

Il est possible de procéder au change dés votre arrivée à l'aéroport ou à l'hôtel, ou dans une banque à proximité.

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique non obligatoire mais usuelle. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est effectivement d'usage de donner un pourboire à votre guide et à votre équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation de la prestation reçue.

Au Maroc, il faut prévoir environ 30 à 40 € par participant.
Il est préférable de faire plusieurs enveloppes, une pour le guide, une pour le cuisinier et une pour les muletiers.

Voici les montants que nous vous conseillons de donner pour un circuit d'une semaine :

- guide : 10 à 15 € par participant
- cuisinier : 8 à 10 € par participant
- muletiers (8 muletiers maximum par groupe): 15 à 20 € par muletier par groupe

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

- Le matériel de bivouac collectif et de cuisine collectif comme individuel est fourni par nos soins.
- En début de saison il est parfois nécessaire de cramponner pour passer les névés récalcitrants en toute sécurité : nous fournissons alors les crampons.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée hautes
- Tennis ou sandales de marche : à enfiler à Marrakech ou le soir au campement, elles doivent être prises en plus des chaussures fermées ci-dessus.
- Chaussures/sandales pour marcher dans l'eau.
- Chaussettes : légères pour la journée et chaudes (laine ou bouclettes) pour le soir.
- Pantalon de trek et bermudas (évitez les shorts ou les jupes : voir "Savoir vivre").
- Maillot de bain
- Sur la peau : c'est la première isolation que vous avez, soignez-la : les fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec sont très efficaces car chaudes, souples, confortables et légères. D'autre part elles sèchent très rapidement, ce qui est appréciable quand la fraîcheur du soir tombe vite.
- Chemises ou T-shirts
- Pull chaud ou fourrure polaire : cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère, et de sécher rapidement, avec en plus un contact doux. Les plus connues sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Cape de pluie ou Kway en cas de pluie et/ou de vent.
- Chapeau ou casquette avec protection sur la nuque
- Lunettes de soleil catégorie 3
- Veste chaude et coupe-vent : veste en duvet ou Gore-Tex. Les vestes les plus performantes contre le vent et la pluie sont en Gore Tex, ou Micropore, matières "respirantes" qui permettent l'évacuation rapide de la transpiration tout en maintenant une parfaite isolation.
- Une paire de gants et un bonnet

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Bâton(s) de marche
- Boules Quiés ou Hears, au choix.
- Bloc Notes et stylo, un bon livre, un jeu de carte, pour s'occuper pendant les pauses…
- Un sac à linge sale, pour pouvoir le séparer dans votre sac principal de vos affaires propres.
- Sac de couchage : confortable, adapté à votre taille, plutôt de forme sarcophage (plus près du corps et doté d'une capuche qui ferme) avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance.

Il est nécessaire d'adapter votre sac de couchage aux températures rencontrées, déterminées en fonction de votre période de voyage et de la région visitée. Nous vous conseillons de choisir un sac de couchage confortable à 10°C de moins que la température moyenne la plus basse rencontrée (par exemple si vous voyagez dans l'Atlas au mois d'avril (voir tableau de température), il vous faut un duvet confortable à : 3- 10 = -7°C).

Un sac de couchage confortable à 5°C le sera aussi à 20°C, il suffit de l'ouvrir pour laisser circuler l'air à l'intérieur. A l'inverse, si vous avez déjà un duvet confortable à 10°C par exemple, un drap de sac en polaire vous fera gagner environ 5 degrés de plus.

- Drap de sac en coton
- Trousse et serviette de toilette
- Petite pharmacie personnelle
- Crème et stick de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe frontale avec piles et ampoules de rechange
- Gourde
- Papier hygiénique + briquet pour destruction
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (attention : à mettre dans votre bagage en soute !)

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple et solide de 15 kg maximum avec de préférence une fermeture latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Evitez les sacs rigides et les valises, plus difficiles à manipuler, et préférez la solidité à l'esthétique. Limitez le poids au maximum.
- Un petit sac à dos d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo …), qui sera aussi le sac que vous aurez dans l'avion (attention : pas de lime, de ciseaux à ongle, de pince à épiler, pas de couteau ni autres objets pointus).

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Votre guide accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence.

Toutefois, nous vous recommandons de constituer votre propre pharmacie, avec vos médicaments habituels (en nombre suffisant) et au moins :

- aspirine,
- élastoplast, tricostéril et double peau pour les ampoules,
- désinfectant cutané,
- antiseptique intestinal et antidiarrhéique,
- crème anti inflammatoire,
- anti spasmodique, anti allergique si vous êtes allergique,
- antibiotique à spectre large,
- petits ciseaux (attention : à mettre dans le bagage en soute dans l'avion),
- crème ou lotions antimoustiques,
- hydroclonazone ou micropur pour purifier l'eau,
- collyre pour les yeux...

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui, votre passeport en cours de validité couvrant la totalité du séjour programmé.
Nous avons besoin de vos coordonnées passeport avant le départ, afin d'en établir la liste pour les autorités locales : merci de les renseigner dans votre espace client.

En plus de votre passeport, nous vous conseillons de voyager avec une photo de la double page où figure la photo en permanence sur vous, qui vous dépannera en cas de perte ou de vol de l'original.

Attention : les enfants doivent posséder un passeport individuel, et ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents.
Pour les mineurs non accompagnés par leurs parents, ou ceux voyageant avec leurs parents mais ne portant pas le même nom, une autorisation de sortie du territoire est nécessaire.
NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr.

VISA

Aucun visa n'est exigé pour les ressortissants français (pour les autres nationalités, se renseigner auprès des autorités consulaires marocaines).

CARTE D'IDENTITÉ

La Carte Nationale d'Identité française n'est plus tolérée pour rentrer au Maroc.

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives. Assurez-vous que vous êtes à jour des principaux vaccins : diphtérie, tétanos, polio. Nous conseillons également le vaccin contre les hépatites A et B.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs"