

MAROC

Randonnée atlantique et bien être à Essaouira

- Une randonnée sur la côte Atlantique, en autonomie avec nos chameaux.
- Un rythme tranquille, balancé par les alizés, avec vue permanente sur l'océan.
- Notre riad pour 2 nuits dans la médina d'Essaouira, avec soins traditionnels inclus.

À PARTIR DE

995 €

DURÉE

8 jours

TYPE

Voyage en petit groupe

NIVEAU



THÉMATIQUE

Trek

Résolument tourné vers l'océan, ce trek d'une semaine au sud d'Essaouira délivre un concentré d'iode et d'embruns : la côte est tellement sauvage et isolée qu'elle n'est ici accessible qu'à pied.

Nous découvrons au rythme de nos propres pas, cadencés par la démarche chaloupée de nos chameaux, les plages de sable, les falaises, les dunes et les plateaux dominant l'Atlantique. Tassila, Taghbaloute, Iftane, Sidi M'Barek constituent les ports d'attache de notre vaisseau. L'arrivée sur Essaouira est frappante. L'ancienne Mogador éblouit de sa blancheur. Son port, ses remparts, ses envols de mouettes rappellent Saint-Malo, tandis que ses ruelles étroites, ses patios, sa blancheur soulignent l'empreinte portugaise. Un délice de quiétude avant de retrouver la trépidante ville rouge : Marrakech.



Itinéraire

JOUR 1

Vol pour Marrakech.

TRANSPORT : MINIBUS (0H15, 7 KM) | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Accueil à l'aéroport et installation à l'hôtel.

JOUR 2

Marrakech - Tassila.

TRANSPORT : MINIBUS (4H, 257 KM) | MARCHÉ : 2H | HÉBERGEMENT : CHEZ L'HABITANT

Transfert dans la matinée sur la côte Atlantique. Déjeuner en cours de route et rencontre avec notre équipe chamelière en milieu d'après-midi. Nous pénétrons dans l'arrière-pays, domaine de la vie pastorale, avec ses troupeaux de chèvres perchés dans les arganiers, pour rejoindre à Tassila la petite maison traditionnelle de notre hôte "Rqia", où nous passons la nuit.

JOUR 3

Randonnée Tassila - Taghbaloute - Sidi Ahmed Saih

MARCHÉ : 4H-5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 200 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 100 M | ALTITUDE MAX : 100 M |
HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous consacrons le début de la matinée à la préparation de l'huile d'argan et de l'amlou avec Rqia et sa fille, puis nous commençons notre randonnée au milieu des arganiers ces arbres si spécifiques à la côte marocaine et par la descente de la falaise jusqu'à la plage de Taghbaloute. Puis, nous cheminons tranquillement jusqu'au village de Sidi Ahmed Saih où nous installons notre bivouac. En route, nous pouvons rencontrer les femmes des villages venus chercher sur les rochers des moules ou autres crustacés.

JOUR 4

Randonnée atlantique jusqu'à Sidi M'Barek

MARCHÉ : 4H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Sur notre itinéraire nous offrant des points de vue magnifiques sur les immenses plages sauvages, nous rencontrons bergers et troupeaux de chèvres nullement perturbés par notre présence. Nous arrivons ensuite à Sidi M'Barek et nous installons notre bivouac dans cette magnifique crique, le charmant petit village de Sidi M'Barek est connu pour sa source qui coule directement dans l'océan.

JOUR 5

Randonnée atlantique – Essaouira – soins traditionnels

MARCHE : 3H-4H | HÉBERGEMENT : RIAD

Nous continuons notre trek entre océan et les falaises sur deux jolies plages où nous pouvons nous baigner. Pour le déjeuner, nous sommes gentiment invités par notre chef chamelier, M'Hamd à partager un tajine avec sa famille. Nous nous disons au revoir en début d'après-midi, transfert en minibus à Essaouira à une demi-heure de route, installation au Riad. Nous sommes récompensés de nos efforts par un Hammam traditionnel avec le savon noir et le gommage.

JOUR 6

Souk de Tidzi – Essaouira – soins traditionnels

TRANSPORT : MINIBUS (1H, 50 KM) | MARCHE : 3H-4H | HÉBERGEMENT : RIAD | DÎNER : LIBRE

Nous rejoignons en taxi local le grand souk hebdomadaire de Tidzi qui se trouve à une trentaine de kilomètres au sud-est d'Essaouira. Après une visite de ce souk très animé haut en couleurs, nous partons pour une balade à la découverte de la région, au milieu des arganiers et des villages et à la rencontre des habitants. Retour en début d'après-midi sur Essaouira pour nos soins, aujourd'hui nous faisons un massage traditionnel. Dîner libre pour profiter des multiples possibilités de petits restaurants à Essaouira.

JOUR 7

Essaouira – Marrakech

TRANSPORT : MINIBUS (4H, 175 KM) | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Le matin, visite libre d'Essaouira, détente, ou bien peut être un dernier soin (en option) avant le départ. Puis nous quittons la ville blanche pour rejoindre la ville rouge (déjeuner en route) ! Après-midi libre à Marrakech pour profiter nouveau de ses charmes. Dîner libre.

JOUR 8

Vol retour depuis Marrakech.

TRANSPORT : MINIBUS (0H15, 7 KM) | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Transfert à l'aéroport pour notre vol retour.

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.

Atalante est membre du groupe altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays. Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par une autre entreprise du groupe altaï : Huwans, les

aventures humaines.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 25/09/2022)

Nombre de participants : de 4 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
SAM. 19/11/2022	SAM. 26/11/2022	1 195 €	Confirmé
SAM. 01/04/2023	SAM. 08/04/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 08/04/2023	SAM. 15/04/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 15/04/2023	SAM. 22/04/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 22/04/2023	SAM. 29/04/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 29/04/2023	SAM. 06/05/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 06/05/2023	SAM. 13/05/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 13/05/2023	SAM. 20/05/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 20/05/2023	SAM. 27/05/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 27/05/2023	SAM. 03/06/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 03/06/2023	SAM. 10/06/2023	995 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 10/06/2023	SAM. 17/06/2023	995 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 17/06/2023	SAM. 24/06/2023	995 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 24/06/2023	SAM. 01/07/2023	995 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 01/07/2023	SAM. 08/07/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 08/07/2023	SAM. 15/07/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 15/07/2023	SAM. 22/07/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
SAM. 22/07/2023	SAM. 29/07/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 29/07/2023	SAM. 05/08/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 05/08/2023	SAM. 12/08/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 12/08/2023	SAM. 19/08/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 19/08/2023	SAM. 26/08/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 26/08/2023	SAM. 02/09/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 02/09/2023	SAM. 09/09/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 09/09/2023	SAM. 16/09/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 16/09/2023	SAM. 23/09/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 23/09/2023	SAM. 30/09/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 30/09/2023	SAM. 07/10/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 07/10/2023	SAM. 14/10/2023	995 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 14/10/2023	SAM. 21/10/2023	995 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 21/10/2023	SAM. 28/10/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 28/10/2023	SAM. 04/11/2023	1 150 €	Confirmé dès 4 inscrits

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris, sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche. Des départs d'autres villes sont possibles, n'hésitez pas à nous contacter.

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

✓ LE PRIX COMPREND

- Le vol aller retour Paris / Marrakech
- Les transferts sur place
- L'hébergement
- La pension complète sauf les repas libres mentionnés au programme
- 2 soins au riad à Essaouira
- L'équipe locale de chauffeurs, chameliers et cuisinier
- Un guide accompagnateur berbère

✗ LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- La compensation carbone pour votre voyage Maroc : 5 € par personne
- Départ possible à partir de 2 participants avec un supplément (nous consulter).

À payer sur place :

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les repas libres mentionnés au programme (environ 4 repas à 12 € / repas)
- Les pourboires aux équipes locales (à votre discrétion).

ASSURANCES AU CHOIX

- **L'assurance assistance rapatriement :**
2,5 % du voyage par personne
- **L'assurance multirisque :**
4,1 % du voyage par personne
- **L'assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :**
5 % du voyage par personne
- **L'assurance COVID (complémentaire à l'assurance multirisque ou premium) :**
1 % du voyage par personne

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

DÉPARTS DE PROVINCE

Nos voyages sont construits avec un départ de Paris (lorsque le vol est inclus), mais nous pouvons étudier sur demande des départs d'autres villes (et de Belgique, Suisse, Luxembourg).

Lorsque le départ du voyage choisi n'est pas encore confirmé, nous vous proposons un forfait fixe :

- 90 € par personne aller-retour pour l'Europe (120 € pour les départs de juillet-août)
- 120 € par personne aller-retour pour les autres continents (150 € pour les départs de juillet-août)

OPTIONS

- Chambre individuelle : 85 € (chambre individuelle à l'hôtel, maison d'hôte et bivouac - pas chez l'habitant le jour 2)
- Tente individuelle pour tout le trek : 40 €
- Dromadaire de selle pendant tout le trek : 95 €
- Des soins supplémentaires le jour 7

Détail du voyage

NIVEAU

3 à 5 h de marche ou d'activités physiques par jour, peu de dénivelé. Vous pratiquez occasionnellement la marche.

ENCADREMENT

A votre arrivée au Maroc, vous êtes accueillis par votre guide-accompagnateur huwans, guide de moyenne montagne berbère francophone. Il est secondé par une équipe locale composée d'une équipe d'assistance pour les bagages (chameliers et chauffeur) et d'un cuisinier.

Atalante est membre du groupe altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays.

Installé à Marrakech depuis de nombreuses années, notre agence altaï Maroc 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 altaï, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...

ALIMENTATION

Parce que l'alimentation est aussi le plaisir du voyageur, 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 régalez 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 et Riad :

A Marrakech, vous êtes logés en hôtel 4* de bon standing, que nous avons choisi avec soin en fonction de leur situation, de leur tranquillité et de leur propreté.

A Essaouira, vous êtes logés en Riad bien situé dans la médina.

Chez l'habitant :

Nous avons essayer de sélectionner les maisons en fonction de leur charme, mais aussi de la gentillesse et de la disponibilité de votre hôte. Elles sont équipées de douches et d'infrastructures prévues pour l'hébergement de plusieurs randonneurs (dortoir avec sanitaire commun). Le confort peut être sommaire.

Bivouac :

Choisis dans des emplacements calmes, spectaculaires et si possible près d'un point d'eau, nos bivouacs sont des moments forts de votre voyage. Pour votre confort :

- Les tentes sont de type igloo 3 places pour 2 personnes. Des matelas mousse de 5 cm d'épaisseur et un drap housse individuel nominatif sont fournis.
- Nous dressons une tente WC et une tente douche, de l'eau est mise à votre disposition dans une bassine pour la toilette (quand cela est possible).
- Les repas se prennent sous une tente mess, véritable tente berbère, où il fait bon passer la soirée, surtout quand il fait frais dehors. Chaises pliantes et table sont fournies.

Voici la liste des hébergements que nous réservons généralement pour ce voyage* :

- Marrakech : [Hotel Farah 4*](#)
- Essaouira : [Riad Al Madina](#)

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

DÉPLACEMENT

En randonnée les bagages sont portés par des chameaux sur la côte atlantique.

Pour les transferts, nous utilisons des minibus récents, très bien entretenus et choisis pour leur confort, qui sont agréés pour le transport touristique.

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 dès 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 chameliers.

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

- guide : 10 à 15 € par participant par semaine
- cuisinier : 8 à 10 € par participant par semaine
- chameliers (6 chameliers maximum par groupe) : 15 à 20 € par chamelier par groupe et par semaine

Équipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Le matériel de bivouac collectif et de cuisine collectif comme individuel est fourni par votre équipe clubaventure.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée basses : suffisent sur ce terrain facile, et sont moins lourdes et chaudes que les chaussures 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.
- 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
- Tongues ou sandales en plastique (obligatoires pour les espaces de soins et remise en forme)
- Sur la peau : c'est la première isolation que vous avez, soignez-la : pour les treks et les randonnées en montagne, 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 coupe-vent 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.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Boules Quiés ou Hears, au choix.
- Bloc Notes et stylo, un bon livre, un jeu de carte...
- Un sac à linge sale, pour pouvoir le séparer dans votre sac principal de vos affaires propres.
- Sac de couchage confort à 0°C
- 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
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (attention : à mettre dans votre bagage en soute !)
- Papier hygiénique + briquet pour destruction

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 accompagnateur dispose d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit.

Toutefois, nous vous recommandons d'apporter vos médicaments :

- Médicaments personnels
- Anti douleur type Paracétamol
- Anti diarrhéiques
- Traitement antibiotique à large spectre
- Pansement intestinal
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre pour les yeux
- Crème hydratante pour le traitement des brûlures superficielles (ampoules et coups de soleil)
- Une bande élastique adhésive, une boîte de pansements adhésifs et compresses désinfectantes
- Pastilles purifiantes pour désinfecter l'eau
- Un répulsif anti-moustique
- Double peau pour les ampoules

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui, passeport en cours de validité couvrant la totalité du séjour programmé.

En plus de votre passeport, nous vous conseillons de voyager avec une photocopie en permanence sur vous (la double page où figure la photo), 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.

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

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

Non