



## RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE, LE PLAISIR PARTAGÉ

### LE MAROC

#### Villages et vallées du Toubkal



Ce n'est pas par hasard que les Berbères surnomment le Toubkal « La montagne des montagnes »... Faire son ascension constitue en effet un beau challenge. Mais il n'y a pas que la haute montagne ! L'Atlas marocain, ce sont aussi les hameaux aux maisons de terre rouge, le contraste entre vallées vertes cultivées et montagnes arides, cols enneigés et ciel azur, sans oublier l'accueil chaleureux de la population.



8 jours - 7 nuits - 5 jours et demi de marche

### JOUR 1 : FRANCE – MARRAKECH

Vol pour Marrakech. Accueil à l'aéroport et installation dans votre hôtel. Selon l'heure d'arrivée du vol, découverte de la ville et de la place Jemaa el-Fna, inscrite au patrimoine mondial de l'oralité par l'Unesco. **Repas libre.**

### JOUR 2 : DÉBUT DU TREK DANS LE MASSIF DU TOUBKAL

4h de marche +650m/-450m

Départ en véhicule en début de matinée pour les montagnes et les vallées du Toubkal. Après Asni, dépose au village d'Aguersioul, quelques kilomètres en aval d'Imlil : rencontre avec le muletier, qui fera aussi la cuisine. Nous démarrons en douceur au-dessus des noyers de Matate et prenons de la hauteur, pour découvrir derrière nous les cols de la semaine et quelques bergeries. Soyez les bienvenus dans le massif du Toubkal. Prenez votre temps et profitez du calme et de l'ombre des majestueux genévriers thurifères, vieux de plusieurs siècles, qui bordent le plateau. Le tizi (col) Oudit vous ouvre les portes la vallée de l'Azeden et, au rythme de la mule, vous rejoignez le village d'Id Aïssa et les douars de cette vallée agricole au pied des hautes cimes. **Repas inclus : matin, midi, soir.**

### JOUR 3 : VILLAGES ET JARDINS DE LA VALLÉE DE L'AZADEN - CASCADES D'IGHOULIDEN

4h de marche +550m

Nous remontons l'Oued où les villageois s'affairent autour des cultures vivrières. La randonnée est féérique dans les villages de la vallée de l'Azaden et s'apparente à une marche dans un jardin géant : cultures en terrasses, genévriers, noyers, moulins à eau près de la rivière, maisons en pisé allant de l'ocre au rouge foncé. Le chemin conduit au beau village de Tizi Oussems, puis se faufile entre genévriers et thuyas jusqu'aux azibs de Tamsoulte. L'après-midi, randonnée aux cascades d'Ighouliden (2300 m), les plus hautes du massif (une cinquantaine de mètres). Possibilité de se baigner (baignade sous votre propre responsabilité).

**Repas inclus : matin, midi, soir.**



## JOUR 4 : CHEMIN MULETIER JUSQU'AU PIED DU TOUBKAL (3100 M)

6h de marche +1250m/-350m

Montée en direction du refuge Lepiney. En face, le Djebel Tazarhart, « montagnes des couloirs », dans un environnement sauvage avec des couloirs de neige, même en été ; au loin, la plaine de Marrakech. Pour atteindre le camp de base du mont Toubkal, nous empruntons un bon chemin en lacets tracé par les muletiers de la région il y a une vingtaine d'années. A l'arrivée au col d'Aguelzim ("pioche", en berbère), nous avons une vue splendide sur le massif, les sommets de plus de 4 000 mètres et les deux vallées, Azaden et Aït Mizane, que nous allons descendre à la fin de notre séjour. Descente face au sommet du Toubkal jusqu'au refuge, vers 3 100 mètres, où nous nous installons pour deux nuits.

**Repas inclus : matin, midi, soir.**

## JOUR 5 : SOMMET DU TOUBKAL (4167 M)

5 à 6h de marche +1000m/-1000m

L'ascension du plus haut sommet d'Afrique du Nord se fait sans difficulté majeure. Un sentier caillouteux monte tout près du camp, dans un éboulis puis dans un vallon plus encaissé, encombré de gros blocs. La crête finale est large, et se couche peu à peu à l'approche du sommet, qui pourtant plonge en grandes falaises sur le lac d'Ifni, à l'opposé. Selon les conditions, la descente s'effectue soit par le même sentier soit par un autre itinéraire sur le versant nord (plus technique).

**Repas inclus : matin, midi, soir.**

## JOUR 6 : DE LA MONTAGNE ARIDE AUX VALLÉES IRRIGUÉES - IMLIL

4 à 5h de marche +1200m

Après un petit-déjeuner tranquille, il est temps de ranger les affaires. Pendant que les muletiers achèvent de tout préparer et de charger les mules, nous nous mettons en route. Une descente agréable nous fait passer d'un décor de montagne aride aux vallées irriguées qui conduisent par Sidi Chamharouch (marabout) au beau replat cultivé de Aremd (1900 m). Nuit en gîte à Aït Souka, dans les environs d'Imlil. Possibilité de hammam beldi traditionnel à l'extérieur du gîte (tarif indicatif : 50 Dhs par personne). **Repas inclus : matin, midi, soir.**

## JOUR 7 : RÉVEIL FACE AU TOUBKAL - MARRAKECH, LA VILLE ROUGE

Après le petit-déjeuner, transfert à Marrakech où nous arrivons en fin de matinée. Installation à l'hôtel. Après-midi et soirée libres dans cette ville où se mélangent à merveille culture, artisanat et animations en tout genre.

**Repas inclus : matin.**

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tèl : +33 (0)4 71 74 47 40 \ [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) \ [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



## JOUR 8 : MARRAKECH - FRANCE

Transfert à l'aéroport et vol de retour.

**Repas inclus : matin.**

**NB :** les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

En cas de fortes chaleurs, les départs pour les randonnées se feront tôt le matin.

Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.



- La découverte de la vie quotidienne dans les villages berbères.
- L'ascension progressive pour une acclimatation en douceur à l'altitude.
- Le sommet du Toubkal, point culminant de l'Afrique du Nord.
- Les nuits en gîte et refuge de montagne.

### > DATES

Du 31/05/2025 au 07/06/2025

Du 14/06/2025 au 21/06/2025

Du 28/06/2025 au 05/07/2025

Du 12/07/2025 au 19/07/2025

Du 19/07/2025 au 26/07/2025

Du 26/07/2025 au 02/08/2025

Du 02/08/2025 au 09/08/2025

Du 23/08/2025 au 30/08/2025

Du 06/09/2025 au 13/09/2025

Du 13/09/2025 au 20/09/2025

Du 20/09/2025 au 27/09/2025

Du 04/10/2025 au 11/10/2025



## > LE PRIX COMPREND

- Le vol Paris-Marrakech aller et retour en classe économique.
- Les taxes d'aéroport.
- Les transferts prévus au programme.
- L'hébergement tel que décrit.
- La pension complète pendant le circuit (sauf repas midi et soir à Marrakech).
- Le matériel de cuisine pour le trek : tables et chaises pliantes, matelas mousse épais, matériel de cuisine.
- L'encadrement par un guide-accompagnateur marocain francophone.
- L'assistance d'une équipe locale (chauffeurs, muletiers, cuisiniers).
- Une trousse de secours.

## > LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances.
- Les nuits supplémentaires.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les repas à Marrakech (de 5 à 15 €).
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".

### Vos dépenses sur place

- Les repas à Marrakech (de 5 à 15 €).
- Les boissons.
- Les pourboires.

### Ajustement tarifaire

Les prix affichés sont avec un départ de Paris. Pour les départs de province, n'hésitez pas à consulter votre conseiller en voyage. Ces prix ne concernent que certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes desservant cette destination. Ils sont indiqués sous réserve de disponibilité de sièges dans ces classes au moment de la réservation.

## > AERIEN / CONVOCATION



**Vol Paris-Marrakech/Agadir/Casablanca** : compagnies Transavia, EasyJet, Jetairfly, Air Arabia, Ryanair - Royal Air Maroc, Air France, Austrian, Lufthansa, Iberia,

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tèl : +33 (0)4 71 74 47 40 \ [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) \ [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



TAP, etc. Pour vous offrir le prix le plus attractif, nous recherchons les meilleures compagnies, en fonction des dates et de vos souhaits.

**Vol Paris-Ouarzazate** : Royal Air Maroc.

NB : pour la plupart des compagnies, les prestations à bord (boissons, repas) sont désormais payantes.

### **Les transferts (Marrakech, Ouarzazate, Agadir, Casablanca)**

— Vous prenez l'aérien avec La Pèlerine aux dates du circuit : le transfert aéroport aller-retour est inclus dans le prix de votre voyage.


— Vous prenez l'aérien avec La Pèlerine à des dates différentes du circuit (départ anticipé et/ou retour différé) : rendez-vous et/ou séparation à l'hébergement (informations précisées dans votre convocation).

— Vous gérez directement votre aérien : rendez-vous et séparation à l'hébergement (informations précisées dans votre convocation).

### **Départs au plus près de chez vous**

Très nombreuses possibilités, selon saisons et jours de départ : Bâle Mulhouse, Beauvais, Bordeaux, Brest, Bruxelles, Dôle, Genève, Lyon, Marseille, Montpellier, Nantes, Nice, Pau, Toulouse, Tours. Généralement en vol direct, ou via Casablanca dans certains cas.

## > NIVEAU

 **Niveau 2** En moyenne, marche de 5h par jour sur des chemins, pistes ou sentiers vallonnés n'excédant pas plus de 600m de dénivelé positif cumulé.

## > HEBERGEMENTS

**Marrakech** (2 nuits) : en hôtel 3-4 étoiles (normes locales).

L'hôtel est bien situé, à 30 minutes à pied de la place. Base chambre de deux personnes.

**Id Aissa, Tamloulte, Aït Souka** : gîtes au confort relativement simple (3 nuits)  
Chambres partagées, bloc sanitaire complet avec douches chaudes.

**Refuge du Toubkal** (2 nuits) : gardé, dortoirs mixtes, toilettes, douches, salle commune avec cheminée, panneaux solaires.



**Le matin** : petit-déjeuner copieux, café, thé, chocolat, confiture, beurre, pain, céréales.

**A midi** : repas préparés par le cuisinier à partir de produits locaux.

**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.

**A l'arrivée à l'étape** : collation autour d'un thé à la menthe et de biscuits.

### Boissons

Au Maroc, il est déconseillé de boire l'eau sans la traiter, qu'elle provienne d'une source, d'un puits ou du robinet. Notre équipe vous fournira de l'eau en jerrican puisée au château d'eau mais qui sera à traiter par chacun avec des pastilles de Micropur.

Pour ceux qui le souhaitent uniquement (afin de limiter la quantité de déchets plastiques dans le cadre de notre démarche responsable), avec l'aide et les conseils de votre guide, vous aurez l'occasion d'acheter de l'eau en bonbonne (10L, 10 €) qui sera transportée par l'équipe.

Pensez à emporter une gourde (isotherme de préférence).

Pendant le trek, les chameliers et cuisiniers seront parfois ravitaillés en eau pour la cuisine.

## > TRANSFERTS DE BAGAGES et TRANSFERTS LOCAUX

Vous portez uniquement vos affaires de la journée. Les bagages individuels et collectifs sont transportés par les mules. Possibilité de laisser des affaires à l'hôtel de Marrakech et de les récupérer à votre retour.

### Les déplacements

Transferts en minibus. Tous les véhicules utilisés sur le terrain sont homologués, agréés pour le transport touristique et réservés au groupe.

Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du voyage, lorsqu'ils en sont équipés, et ce quelle que soit la réglementation en vigueur dans le pays visité. En vous inscrivant sur ce voyage, vous vous engagez à respecter cette obligation. Notre responsabilité ne saurait être retenue en cas de



dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.

## > L'EQUIPE

Vous serez encadrés par un guide-accompagnateur marocain (berbère) francophone diplômé, parlant le français, l'arabe et le berbère.

L'équipe locale :

- Un chauffeur pour la conduite du véhicule.
- Un cuisinier, qui vous fera découvrir les spécialités marocaines.
- Des muletiers.

## > LISTE DES AFFAIRES A EMPORTER

### **Votre pharmacie individuelle**

Celle-ci sera validée avec votre médecin en tenant compte des caractéristiques de votre circuit. Elle contiendra :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antibiotique intestinal, un anti vomitif.
- Un antitussif (en comprimés).
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, des pansements tulle gras, une bande de contention.
- Un antiseptique.
- Un veinotonique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Un collyre.
- Des pastilles pour purifier l'eau.
- Un répulsif contre les moustiques
- En complément : pince à épiler, ciseaux, 2/3 épingles de nourrice, un tire-tique, une paire de gants, somnifère léger et/ou bouchons d'oreilles, vos médicaments personnels.

### **Votre équipement**

L'ensemble de vos affaires est réparti entre un sac à dos porté pendant la marche et un sac de voyage avec cadenas transporté par l'équipe logistique sur place.

**LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied**

**32 Place Limozin 43170 SAUGUES**

**Tèl : +33 (0)4 71 74 47 40 \ [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) \ [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)**





## Equipement de base

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Une veste en polaire type Polartec (si possible coupe-vent) ou Wind Pro (excellent rapport poids/isolation).
- Une veste imperméable et respirante (en Goretex).
- Des pantalons de trek.
- Des chaussettes adaptées à la marche.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum).
- Une cape de pluie.
- Une gourde de 2 litres minimum (ou gourde poche à eau, pipette).
- Shorts, tee-shirts.
- Maillot de bain et serviette de bain.
- De la crème solaire.
- Du papier toilette et un briquet pour le brûler.
- Un couteau de poche.
- Des pastilles de Micropur pour traiter l'eau fournie par l'équipe.
- Une pharmacie individuelle réduite au minimum.

## Chaussures et matériel technique

- Des chaussures imperméables, à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence sur les différents terrains.
- Une lampe frontale.

## Couchage

- Un sac de couchage (température de confort – 10 °C/– 5 °C en début et fin de saison (mai, octobre), – 5 °C/+ 5 °C en été).
- Un drap sac.

## Bagages

- Un sac à dos équipé de bretelles larges et d'une armature anatomique réglable, d'une contenance de 30 à 35 litres, pour vos affaires de la journée.
- Un sac de voyage souple de 80 à 100 litres de maximum 15 kg, transporté la journée par l'équipe de portage ou par véhicule.

## Divers

- Des vêtements de rechange.
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Un vêtement pour la nuit.



- Quelques sachets en plastique pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- Une pochette antivol, à garder toujours sur soi, avec vos documents d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.

**NB :** attention, les drones sont interdits au Maroc.



- Les Roses du M'Goun
- La caravane du désert
- Le Cap Vert, balade capverdienne

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,  
- appelez-nous au 04 71 74 47 40

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

