

# Raid M'Goun Maroc

## Fiche technique

### **Type de circuit: Trekking**

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... Avec nos partenaires locaux, nous améliorons en permanence cette logistique mais certains séjours demandent plus d'engagement physique et psychologique que d'autres.

Durée: 8 jours / 6 de marche

Groupe: 16 participants maximum

### **Hébergement et nourriture**

A Marrakech, hôtel quatre étoiles (normes locales), "Ryad Mogador Gueliz" (ou équivalent), très récent, air conditionné, piscine extérieure, centre de remise en forme, spa. Bien situé, dans Guéliz (le Marrakech moderne), facilité d'accès aux centres d'intérêt de la ville (place Djema el-Fnaa, médina, jardins Majorelle, etc.). Base chambre double.

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 et tente toilette.

A Agouti : gîte de qualité, chez Ali, guide de l'équipe Allibert. Grandes chambres collectives très propres ; bloc sanitaire complet. Repas copieux et excellents.

Les repas

A Marrakech, repas pris au restaurant.

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 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 : par précaution, il est préférable de traiter l'eau. L'eau minérale en bouteille est disponible dans tous les villages. Le thé à la menthe est servi le matin, à midi, à l'arrivée de l'étape, le soir.

Trekking niveau 4

Difficulté Niveau 4 (Trekking)

**Profil des étapes:** Etapes pouvant présenter des dénivelées positives de 700 à 1000 m environ et/ou avec des distances de 15 à 18 kms. Vous portez vos affaires de la journée. Altitude supportée durant l'effort : plus de 2000 m

**Temps de marche:** Etape de 6h00 en moyenne

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

Nota bene: Une grosse étape le jour de l'ascension du M'Goun de 8h00 de marche et plus de 1100m de dénivelé positif.

**Transferts locaux et portage :**

Minibus privé pour les transports. Tous les véhicules utilisés sur le terrain sont homologués, agréés pour le transport touristique et réservés au groupe.

Vos bagages sont acheminés par mules. Avec vous uniquement vos affaires de la journée.

**Encadrement et sécurité :**

Vous serez encadrés par un Guide berbère francophone, un cuisinier et des muletiers, professionnels et expérimentés pour un groupe de 4 à 16 participants. Connaissant parfaitement la région qu'il vous fait découvrir, il s'engage à :

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