

GR AMAZIGH

TREK SAUVAGE de l'ATLAS

www.altre-cime.com

**UNE SUPERBE AVENTURE DANS
L'ATLAS MAROCAIN A LA RENCONTRE
D'UN PEUPLE DE MONTAGNARDS**

NIVEAU



12 jours / 11 nuits

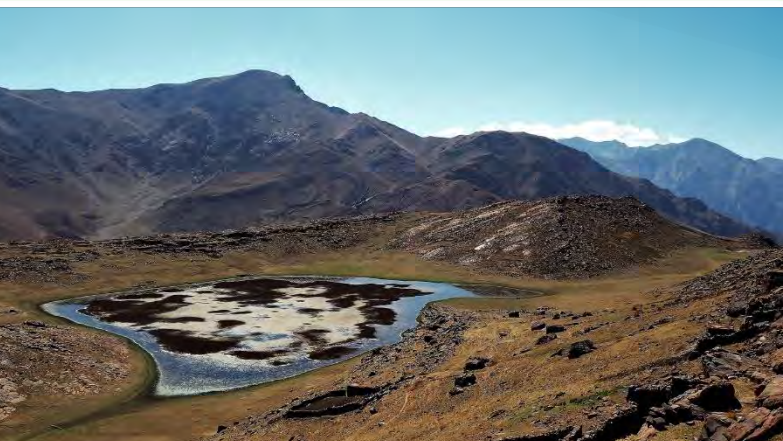
10 jours de marche !



FICHE TECHNIQUE

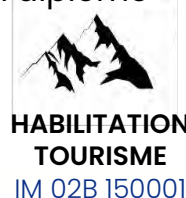
A la rencontre du peuple Amazigh

transfert des sacs avec les muletiers



**Randonnez en toute sérénité
avec l'agence Altre Cime !**

Tous nos circuits sont guidés par un
accompagnateur local diplômé



MAROC : LE TREK AMAZIGH

Un trek sauvage aux accents de GR, à la rencontre du peuple Amazigh

Ascension du Meltsen (3600m) et de l'Arjout (3741m).

Ascension possible d'un sommet à plus de 3800m

Randonnée avec portage partiel. Transfert quotidien des sacs avec les mules et porteurs



NIVEAU

Sportif - Difficile



DUREE

12 jours / 11 nuits

10 jours de marche



TARIF

A partir de

1140€ / personne



GROUPE

De 6 à 10 participants

ou personnalisé

LE « GR AMAZIGH »

Majestueux, puissant, sauvage : un superbe Trek au cœur de l'Atlas marocain !

Vivez une véritable aventure avec cet itinéraire inédit et grandiose aux accents d'expéditions lointaines.

Un trek humainement riche à la rencontre du peuple Amazigh, appelé aussi Berbère.

Les Amazighs (Imazighen, « hommes libres ») sont présents depuis des millénaires en Afrique du nord sur un territoire appelé « la Lybie antique ». Cette vaste région s'étendait au nord-ouest de l'Afrique, du Maroc actuel jusqu'à la Lybie actuelle et forme aujourd'hui le Maghreb.

Ils ont lutté durant des siècles contre de multiples invasions, des Romains jusqu'aux Arabes. La reine Dihya, qui combattit les arabes au VIIe siècle, est une figure héroïque toujours présente dans la mémoire amazighe.

Leur culture, langue et traditions, est toujours bien vivante. Le tamazigh est la langue officielle avec l'arabe marocain.

Ce superbe trek traverse une des parties les plus sauvages de l'Atlas marocain. C'est un parcours réservé aux bons montagnards en quête de nouveautés : 10 jours de marche, l'ascension de 2 sommets de 3600m et 3700m, l'ascension possible d'un sommet à près de 3900m, des bivouacs en pleine montagne, des villages d'altitude et des bergeries adossées aux pentes des montagnes – vous en prendrez plein les yeux !

Découvrez le vrai Maroc authentique avec ses villages de montagne traditionnels, ses cultures en terrasses, ses montagnes qui résonnent des voix et des chants des bergers et qui s'élèvent dans les pentes jusqu'aux sommets.

Et toujours l'accueil chaleureux des Amazighs, peuple légendaire de paysans montagnards.

Avec eux, vous allez vivre une superbe aventure humaine l'atlas sauvage !

Nos Points Forts

- La rencontre d'un peuple de montagnards aux traditions vivantes
- Un trek riche et varié : villages, bergeries et bivouacs sauvages !
- Les gravures rupestres du Yagour, témoignage d'un passé millénaire
- Ascension du Meltsen et de l'Arjout, 2 sommets à plus de 3600m d'altitude
- Assistance muletière pour le portage des bagages durant tout le trek
- Nouveau : Une équipe de porteurs locaux pour les campements d'altitude, des bergers pour nous ravitailler en pleine montagne
- Une organisation sur place qui s'appuie sur un réseau de montagnards habitant les différentes vallées.
- Traversée d'une des parties la plus sauvage de l'atlas marocains

Déroulement du séjour

J1 Accueil à 18h au Riad ou à l'hôtel – adresse à vous communiquer – (pour les individuels) ou accueil à l'aéroport (pour les groupes constitués)

Pour les groupes : transfert au Riad (ou hôtel 3***, norme locale). Briefing pour la journée du lendemain et présentation générale du séjour par Abdou, votre guide Amazigh.

Dîner libre en ville. Nuit au Riad ou à l'hôtel en chambre double.

Possibilité de laisser un sac d'affaires non nécessaires au trek que vous retrouvez au retour.

J2 Après le petit-déjeuner, nous partons en minibus pour rejoindre la chaîne du haut Atlas et la vallée de l'Ourika (1h30)

A imin Tzarine (1200m), l'équipe chargée de la logistique nous attend pour transférer les sacs jusqu'au village où nous passerons notre première nuit. Nous partons, sacs légers, vers le village d'Abdou, Tizi-n-Oucheg perché à 1650m d'altitude. Le sentier s'élève progressivement et nous croisons souvent du monde, enfants, bergers et habitants des villages. Ici, la montagne est vivante, les villages sont peuplés, les déplacements se font à pied ou à dos de mules. Dans l'après-midi, nous arrivons chez Brahim qui nous accueille avec un thé dans la plus pure tradition. Installation dans sa demeure, transformée en gîte. C'est ici que nous rencontrons nos amis muletiers qui nous accompagneront tout au long du circuit. Visite libre du village. Au retour au gîte, nous préparons les sacs à transférer par les muletiers et les sacs à dos que nous porterons.

Repas et nuit chez Brahim.

Temps de marche : 4h Dénivelé positif : 500m ; négatif : 100m.

J3 Première matinée dans l'atlas !

Nous prenons un bon petit déjeuner sur la terrasse de Brahim pour profiter des belles vues sur les montagnes et les cultures et nous bouclons les sacs que chargeront les muletiers. Nous traversons le village pour nous engager sur le sentier qui remonte vers la vallée de Tachemcht. Nous pouvons admirer le travail effectué par l'homme au fil des siècles, de belles cultures en terrasses composées de jardins et de vergers se succèdent. Plus haut, les cultures laissent place aux troupeaux. A la fin de la vallée, le sentier se fait un peu plus raide et grimpe jusqu'à un col situé à 2200m. Un cheminement le long de la crête nous permet d'admirer le panorama qui s'offre à nous. Nous prenons pied sur le plateau du Yagour à 2500m d'altitude. Nous pourrions admirer des gravures rupestres qui datent de plus de 3500 ans. Nous installons le bivouac sur le plateau près de bergeries.

Nuit sous tente pour 2 personnes

Temps de marche : 6h. Dénivelé positif 900m ; négatifs : 100m.

J4 Découverte du plateau du Yagour, un des plus beaux pâturages de l'Atlas

Le plateau du Yagour est célèbre pour ses 2000 gravures rupestres préhistoriques qui témoignent d'une activité pastorale amazighe très ancienne. Nous déjeunons près d'un lac à 2400m, surplombé par de belles bergeries. Nous repartons en direction du campement en traversant plusieurs plateaux. Nous descendons par des gorges que nous traversons pour rejoindre notre bivouac près d'un véritable village de bergeries à 2300m.

Nuit sous tente pour 2 personnes.

Temps de marche : 6h. Dénivelé positif et négatif : 600m.

J5 La journée clé du séjour ! Ascension du Meltsen (3600m)

Très tôt le matin, nous entamons l'ascension du Meltsen. Bien que la pente soit raide, un bon chemin nous permet d'évoluer sans difficulté. L'arrivée au sommet est superbe et nous bénéficions d'une vue panoramique sur l'Atlas et sur le plus haut sommet d'Afrique de nord, le Toubkal (4167m). Une descente spectaculaire et sauvage nous emmène au col de tizi-n-Anssemi (2900m). Nous continuons notre descente vers le fond de la vallée d'Assadece pour rejoindre le village de Tourcht (1600m) où nous passons la nuit chez l'habitant.

Temps de marche : 11h. Dénivelé positif : 1400m ; négatif : 2000m.

J6 Journée facile après la grosse bombée de la veille

Une belle étape de récupération, facile. Nous quittons le village pour rejoindre la vallée d'Agouns. Nous remontons la vallée en traversant plusieurs cultures en terrasses au milieu d'un beau paysage de montagne. Bivouac près d'une source à 2300m.

Nuit sous tente pour 2 personnes.

Temps de marche : 5h. Dénivelé positif : 700m ; négatif : 200m.

J7 Traversée de la partie la plus sauvage de l'Atlas

Nous quittons notre équipe de muletiers pour quelques jours. Ce sont les porteurs, qui prennent le relais. Nous devons porter nous aussi un peu plus que les autres jours, les sacs seront plus lourds.

Le col que nous devons atteindre n'est pas très loin, à 2800m d'altitude. A partir de là, le paysage change : nous évoluons davantage sur un terrain de haute montagne mais sans difficulté technique. Nous marchons le long d'une belle crête avec des vues panoramiques sur des vallées profondes de chaque côté. Une dernière traversée dans des éboulis et quelques rochers nous emmène aux dernières pentes faciles. Nous approchons du lieu de bivouac que nous installons près d'une petite bergerie à 2700m, dans la vallée du Zat. (ou un peu avant dans une grotte à 3000m, selon la forme du groupe)

Nuit sous tente pour 2 personnes (ou grotte).

Temps de marche : 7h. Dénivelé positif : 1000m ; négatif : 400m.

J8 Bivouac aux sources du Zat (3200m)

Nous remontons la belle vallée du Zat jusqu'à sa dernière source où nous installons le bivouac en fin de matinée sur un beau plateau. Ambiance sauvage dans un endroit isolé, entouré de montagnes à près de 3900m d'altitude.

Repos ou ascension possible de 1 ou 2 sommets à plus de 3850m d'altitude pour les infatigables ! La vue est impressionnante, l'endroit est sauvage, puissant, émouvant. Retour au bivouac.

Nuit sous tente pour 2 personnes.

Temps de marche : 4h. Dénivelé positif : 500m (si bivouac la veille à la grotte, dénivelé négatif 300m)

Temps de marche pour l'ascension depuis le bivouac : 3 à 4h.

Dénivelé positif/négatif depuis le bivouac : 650m

J9 Ascension de l'Arjout (3741m)

De bon matin, nous quittons le bivouac pour rejoindre un col à 3620m d'altitude

La vue s'étend depuis les sommets jusqu'à la plaine de Marrakech. Nous laissons les sacs au col pour faire l'ascension facile de l'Arjout. Le panorama est sublime.

Nous redescendons rapidement au col et nous suivons la crête jusqu'à un couloir qui rejoint la vallée d'Amenzal. Nous installons le bivouac près d'une source à 1900m, sous de beaux noyers.

Nuit sous tente pour 2 personnes.

Temps de marche : 7h. Dénivelé positif : 640m ; négatif : 1840m.

J10 Nous quittons notre dernier campement en montagne

Nous descendons par les belles gorges d'Amenzal (prévoir des baskets ou sandales avec semelle !), nous marchons souvent dans l'eau. En été, baignade possible mais fraîche !!

Puis, nous entamons la remontée jusqu'au village de Chiker (2100m) où nous passons notre dernière nuit chez Lahcen. Nous pourrions profiter d'un bon hammam traditionnel.

Dîner et nuit chez l'habitant

Temps de marche : 6h. Dénivelé positif : 600m ; négatif : 400m.

J11 La dernière journée dans l'atlas !

Nous quittons le village dans la matinée. Nous descendons dans un paysage magnifique de montagnes rouge et traversons des champs de cultures. Dernier déjeuner avec nos amis muletiers à Tahroucht (1200m) dans la vallée de l'Ourika et transfert à Marrakech.

*Installation au Riad ou hôtel 3***. Dîner libre*

Temps de marche : 4h. Dénivelé négatif : 900m.

J12 Après le petit déjeuner, séparation (Transfert à l'aéroport pour groupes constitués si départ groupé). Fin de prestations

Informations générales

Niveau : Sportif – Difficile

Ce circuit s'adresse à de bons montagnards habitués à marcher hors sentier en terrain de montagne. Vous devrez également vous adapter à la rusticité des campements (pas de douche, ruisseau ou source pour se débarbouiller).

Les 3 premiers jours sont de niveau facile et permettent une mise en jambe en douceur.

Le reste du séjour est de niveau difficile avec des temps de marche, hors pause, de 7 à 11h sur un terrain de montagne avec souvent des pentes raides, hors sentier, jusqu'à près de 4000m d'altitude.

L'ascension du Meltsen est la journée clé avec plus de 10h de marche, 1400m de dénivelés positifs et 2000m négatifs. Soyez bien préparés !!

Nous attirons votre attention sur le fait que vous serez en autonomie dans une région reculée, les moyens de secours sont éloignés. Durant le trek le confort est réduit à sa plus simple expression et les conditions météo peuvent être changeantes, ce qui implique de la part de chacun une dose de bonne humeur et de philosophie, d'altruisme et de compréhension.



Dates 2024 : départ en lundi

Juin	Juillet	Septembre	Octobre
du 10 au 21	du 01 au 12	du 09 au 20	du 30/09 au 11

Pour les groupes constitués, départ possible hors dates programmées.



Climat et météo

Nous serons souvent en altitude. De juin à octobre, il fait généralement chaud et ensoleillé, les températures peuvent atteindre, voire dépasser, 30°C dans la journée, selon les mois.

Mais attention : en altitude, il suffit d'un nuage pour faire chuter fortement la température. La nuit, les températures sont relativement fraîches : de -5 à +10°C.



Nombre de participants

Groupes de 4 à 10 participants

Tarifs

€ Tarifs

Pour un groupe de 6 à 10 participants : 1170€ / personne
Pour un groupe de 4 à 5 participants : 1390€ / personne
Pour un groupe de moins de 4 participants, nous contacter.

✓ Ce qui est compris dans le prix

L'encadrement par un guide Amazigh francophone, la logistique, l'accueil à votre arrivée à l'aéroport de Marrakech (groupes constitués) ou à Marrakech (individuels), la pension complète pendant le circuit, les repas du midi préparés par l'assistance, l'hébergement en gîte et bivouacs sous tentes 2 personnes avec matelas, tente mess pour le soir, l'assistance des mules et des porteurs* pour toute la logistique, les transferts tels que décrits, le transfert quotidien de vos bagages (un sac de type sac de sport de 12 kg maximum), la pharmacie de première urgence. Possibilité de laisser un sac d'affaires à l'hôtel.

** A noter : lorsque les mules ne pourront plus passer, nous aurons recours à des porteurs formés sur place. Pour ces journées, nous devons porter nos affaires pour 3 jours et également une partie du ravitaillement. Le reste de nos affaires est conservé par les muletiers.*

✗ Ce qui n'est pas compris dans le prix

Les vols jusqu'à Marrakech et retour, l'assurance annulation et rapatriement obligatoire, les taxes d'aéroport et les éventuelles taxes locales, les repas à Marrakech, les boissons, le vin aux repas, les barres énergétiques, les pourboires, toute prestation autre que celles mentionnées dans le présent programme.

Détails

📍 Lieux de rendez-vous

- Pour les individuels : le Riad ou l'hôtel à Marrakech à 18h (le nom de l'hôtel vous sera précisé avant le début du séjour)
 - Groupes constitués : l'aéroport de Marrakech à votre arrivée (arrivée groupée)
- Le lieu de dispersion est le Riad ou l'aéroport de Marrakech le J12 matin (départ groupé).



Hébergements

A Marrakech : 2 nuits en Riad ou hôtel 3*** (normes locales).

Bivouacs : tentes pour 2 personnes. Tente berbère pour les repas du soir et pour veiller. Vous vous laverez près de cours d'eau ou des points d'eau, confort rustique.

Gîte ou chez l'habitant dans les villages, douche chaude.



Documents obligatoires

- Passeport avec une date de validité valable au moins 3 mois après la date de fin du séjour. Pas de visa pour les ressortissants français et de nombreux autres pays.

Pour les enfants mineurs voyageant avec leurs parents ou l'un des deux parents, consulter le site <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14873>

- Assurance annulation rapatriement

INFOS COVID

Il n'y a plus d'obligation de pass sanitaire pour se rendre au Maroc



Portage et composition du sac à dos

Votre sac à dos contiendra uniquement les affaires de la journée : vêtements chauds, vêtements de pluie, crème solaire, lunettes de soleil, gants, bonnet, petite pharmacie personnelle, gourde. Notre logistique achemine tous les jours vos affaires aux étapes.

Le poids du sac à transporter par les mules est de 12kg maximum par personne.

A noter : du J8 au J10, nous aurons recours à des porteurs formés sur place. Le terrain est trop accidenté pour les mules, il n'y a plus de sentier. Nous devons porter nos affaires pour 3 jours ainsi qu'une partie du ravitaillement. Le reste de nos affaires est conservé par les muletiers, nous retrouvons nos sacs le J10 à l'étape.

Nota : Votre guide se réserve le droit de modifier tout ou partie des itinéraires et hébergements pour des raisons de sécurité ou cas de force majeure indépendant de sa responsabilité. Il se réserve également le droit de refuser le départ à tout participant dont l'équipement ne serait pas conforme à la liste décrite et d'arrêter tout participant dont le niveau, l'aptitude physique ou le comportement serait incompatible avec le bon déroulement de la randonnée sans que cela ne donne droit à un quelconque dédommagement de la part d'Altre Cime ou du guide.

Equipement à emporter

- ▲ 1 Sac de voyage souple pour les affaires transportées par les mules (sac suiveur, 12kg maximum)
- ▲ 1 Sac à dos 30 litres + 1 sac à dos 50 litres (pour les journées avec les porteurs)
- ▲ 1 Drap de soie ou « Sac à viande »
- ▲ 1 sac de couchage montagne 3 saisons t° de confort -5° à -10°
- ▲ Tapis de sol pour les 3 jours en autonomie totale
- ▲ 2 gourdes d'1 litre ou Camelbak 2l
- ▲ Fourchette et couteau à lame pliante
- ▲ Lampe frontale avec piles neuves
- ▲ Trousse de toilette minimaliste
- ▲ Crème solaire
- ▲ Petite pharmacie comprenant vos médicaments éventuels, sparadraps, pansements seconde peau contre les ampoules, bande d'élastoplaste de 4 cm de largeur, antalgiques, anti-inflammatoires, anti-diarrhéiques, antibiotiques, collyre, aiguille
- ▲ Chaussures de randonnée montagne en bon état avec maintien de la cheville et bonne accroche de la semelle
- ▲ 1 Paire de sandales ou baskets pour le soir et la descente des gorges
- ▲ T-shirts synthétique et coton
- ▲ Shorts
- ▲ Pantalon ou collant
- ▲ Carline
- ▲ Vêtement chaud (polaire ou duvet)
- ▲ Veste et pantalon de pluie de type
- ▲ Goretex (les ponchos sont déconseillés)
- ▲ Gants et bonnet chauds et mi-saison
- ▲ Lunettes de soleil et casquette
- ▲ Housse de pluie pour le sac à dos
- ▲ Sacs en plastique pour garder vos affaires au sec dans le sac à dos
- ▲ Couverture de survie
- ▲ Micropur pour purifier l'eau
- ▲ Papier hygiénique