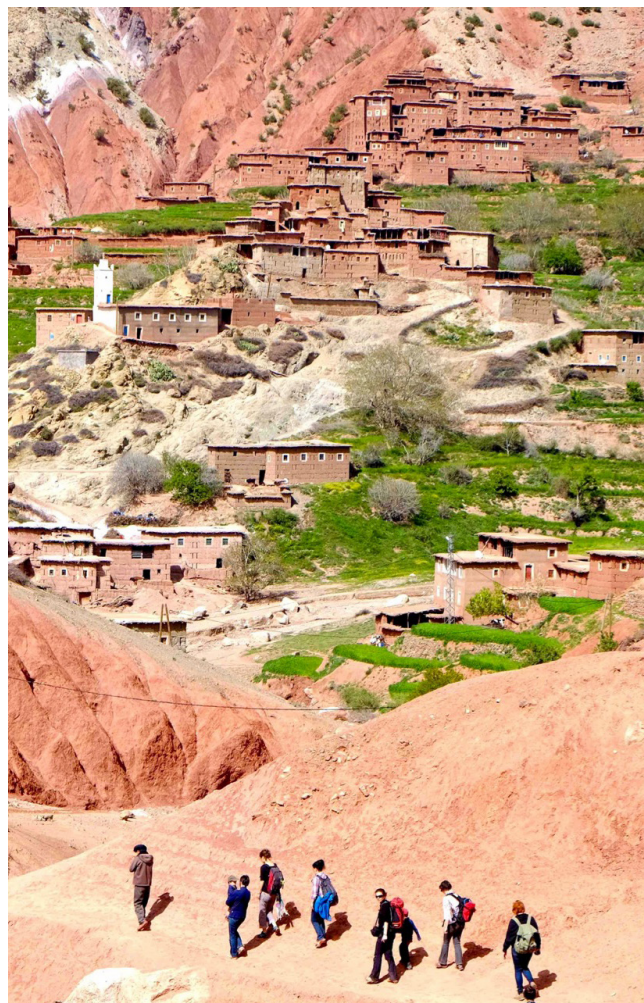


Médina et vallées secrètes du haut atlas



Sans doute les dieux se sont-ils penchés sur la vallée des Bougmez, la “vallée heureuse”, témoin d’un Maroc séculaire et authentique. Les nombreuses activités proposées au cours de ce séjour (trekking, vélo, rencontres...) permettent une véritable découverte de cette région aux multiples richesses : accueil chaleureux des habitants, villages aux maisons de terre, empreintes de dinosaures, greniers fortifiés vieux de plusieurs siècles... Un lieu unique !



Les points forts de ce voyage

- Les paysages grandioses de la plus belle du Haut Atlas.
- Les différentes activités : trekking, découverte en VTT, hammam et bien-être.
- L’immersion dans la culture berbère.
- L’hébergement de charme en Ecolodge.

Durée : 8 jours

Hébergement : Touda Ecolodge

Encadrement : accompagnateur ou en liberté selon votre choix



J1 : Marrakech

Accueil à l'aéroport et transfert au ryad.
Visite de la ville rouge selon l'heure de votre arrivée.

Dîner libre et nuit en ryad à deux pas de la célèbre place de Jemaa Elfna.

<http://www.riaddaralamane.net/>

J2 : Marrakech - Aït Bougmez

Par la route qui longe le versant nord du haut Atlas, nous rejoignons la ville d'Azilal. Depuis Aït Mhamed, la route traverse un plateau lunaire où les nomades font paître leurs dromadaires. Pique-nique au tizi n'Trighist (col à 2629 m) et descente pour rejoindre la haute vallée des Aït Bougmez. Très belle vue sur la chaîne de Wawgoulzat qui culmine à 3 728 mètres. Accueil à Touda, maison d'hôtes située au village de Zawyat Oulmzi (2100 m), où nous nous installons pour quatre nuits. Dîner et nuit à Touda.

2 h de marche. D : 555 m. M : 160 m.

J3 à J7 : selon vos envies et votre rythme :

Djebel Azzaden - Rbat et traces de dinosaures
Départ à pied au milieu des cultures (observation du système d'irrigation et rencontre avec les paysans) pour rejoindre le village d'Ifrane (2020 m), puis par l'Aqqa n'Oulzouay, nous atteignons la ligne de crête du djebel Azzaden (2450 m). Descente dans une vieille forêt de genévriers pour rejoindre le village de Rbat (1935 m), lieu du pique-nique à l'ombre des noyers. Passage à Ibakiwne, découverte d'un site d'empreintes de dinosaures. La journée s'achève avec la visite des moulins à eau au village d'Aït Imi. Notre véhicule nous attend à Tabant, centre administratif de la vallée, pour revenir à Touda. En fin de journée, hammam traditionnel : soins à base de ghassoul, savon noir, eau de roses et plantes aromatiques ! Dîner et nuit à Touda.

5 h 30 de marche. M : 350 m. D : 725 m.



Trekking vers le lac d'Izourar

Par un sentier qui surplombe la vallée et traverse une forêt de genévriers, nous rejoignons le plateau d'Izourar (2525 m), haut lieu de rencontres des nomades Aït Atta lors de leurs transhumances. Vous serez accueillis par une famille nomade sous leur tente, et découvrez un mode de vie ancestral. Retour à la maison par les belles gorges d'Aït Ouham. Dîner et nuit à Touda.

5 h de marche. M = D : 500 m.

Ascension du djebel Azourki (3677 m)

Azourki est le sommet sacré de l'Atlas central. Perché au-dessus du lac d'Izourar, il veille sur les nomades Aït Atta pendant la transhumance estivale. Le chemin traverse une forêt de chênes verts avant de disparaître ; il faut alors continuer hors sentier jusqu'au sommet. L'ascension ne présente aucune difficulté technique, il suffit d'être en bonne forme physique. Au sommet, la vue sur la chaîne du M'Goun, la plaine de Tadla et le Moyen-Atlas est imprenable.

Dîner et nuit à Touda.

8 h de marche. M = D : 1527 m.

Marché de Tabant

Tabant, centre économique de la vallée, se trouve à 20 kilomètres de l'écologie Touda. Le dimanche est jour de souk, un rendez-vous important pour les habitants de la vallée, qui affluent à pied, à dos de mule ou en taxi collectif. Après le déjeuner, vous remontez la vallée en direction des sources d'Ait Imi, découverte du très beau village d'Ait Imi et ses 7 moulins à eau. Retour à Touda en fin de journée en transport en commun

Dîner et nuit à Touda

6 h de marche.

Journée à thèmes

Découverte du mode de vie local et des villages de la haute vallée des Aït Bougmez. Déjeuner chez une famille berbère au village d'Aït Ouchi. Dans cette région aux grandes richesses culturelles et architecturales, le quotidien est rythmé par la vie des champs : parcelles bien entretenues, cris du conducteur d'araire, femmes ramassant la luzerne pour le bétail...

- Les amoureux de la cuisine peuvent participer à la préparation d'un repas traditionnel. Issue du mélange des traditions culinaires berbère, arabe et même andalouse, la cuisine marocaine est considérée, à juste titre, comme l'une des plus savoureuses et des plus fines d'Afrique du Nord. C'est cette cuisine que nous vous proposons de découvrir et de déguster dans un cadre naturel d'exception.

- VTT : découverte à VTT de la vallée des Bougmez, de village en village, par une alternance de pistes larges et de petits sentiers sinueux. En option, location 170 Dhs la journée, avec casque, directement sur place à l'écologie.

En fin de journée, hammam traditionnel : soins à base de ghassoul, savon noir, eau de roses et plantes aromatiques. Dîner festif pour le dernier soir, nuit à Touda.

- Visite de l'écomusée de la vallée des Aït Bougmez : www.cultureberbere.fr

- il est possible de passer une nuit avec les bergers en altitude (hermites) dans une bergerie sur le plateau d'Izourar.

J7 : Aït Bougmez - Marrakech

Nous quittons le monde berbère pour Marrakech. En cours de route, visite des cascades d'Ouzoud, les plus hautes du Maroc, lieu de fraîcheur idéal pour pique-niquer.

Arrivée à Marrakech et installation au ryad.

Dîner libre et nuit en ryad.

<http://www.riaddaralamane.net/>

J8 : Marrakech Vol retour

Dernière visite de Marrakech si les horaires d'avion le permettent.

Transfert à l'aéroport pour le vol retour.



Le prix comprend :

- l'hébergement en Ryad à Marrakech en chambre double en formule nuit et petit déjeuner.
- les transferts Marrakech - Touda aller et retour.
- Un accompagnateur pour les ballades.
- l'hébergement à TOUDA sur la base d'une chambre double en pension complète (petit déjeuner, dîner, pique nique du J3 J4 J5 et J6).
- le linge (draps et serviettes) à TOUDA.
- une séance de hammam traditionnel.

Ne comprend pas :

- les billets d'avion.
- les repas à Marrakech (déjeuners et dîners).
- les repas en cours de transfert (J1 et J7).
- les boissons à Touda en dehors du café et du thé.
- le supplément chambre individuelle à Marrakech et à TOUDA.
- l'assurance, l'assistance.
- tout ce qui n'est pas indiqué dans « le prix comprend »

Quelques jours en plus au Maroc ?

Après cette parenthèse nature, possibilité de prolonger votre séjour dans un authentique Ryad au cœur de la médina de Marrakech ou celle d'Essaouira au bord de l'Atlantique.

Prix en € par personne :

Nombre de personnes	2	4 à 9	10 et +
Moyenne saison	550 €	500 €	400 €

Supplément chambre individuelle : 150 €

touda

Ecolodge

Vallée des Aït Bougmez.

www.touda.fr

France : 00 33 6 83 61 79 91

Maroc : 00 212 6 62 14 42 85