

***Vallée d'Aït Bouguemmaz & Massif du MGOUN
Vallée des Rose
Du 25 Juillet au 2 Août 2008***

***Aït Bouguemmaz – Gorges du Mgoun – Vallée des Roses
Durée : 8 jours
Dont 5 jours de marche environ 7 h de marche par jour***

1^{er} Jour : *Accueil des participants à Casablanca*
Vendredi : *Hébergement à l'Hôtel Suisse*
25/7/2008

2^{ème} Jour : ***Casablanca – Cascade d'Ouzoud - Azilal – Col Oughbar – Vallée Aït Abbés***
Samedi : ***– Vallée Aït Bouguemmaz***
26/7/2008 ***Nuit chez l'habitant (1800 m)***
Réveil à 6 h, petit déjeuner à 7 h, départ prévu à 8 h, cet horaire dépend toujours de l'heure à laquelle vous êtes arrivés la veille, direction Azilal, la capitale de ce massif, déjeuner à Cascade d'Ouzoud et derniers achats avant de pénétrer en montagne puis direction col Oughbar 2200 m, vue panoramique sur le relief, haines de montagne de Tizal – Azourki – Igoudamene – Mgoun – Rat, puis longue descente sur une route montagne asphaltée par la vallée Aït Abbés, puis Tighza notre aventure commence nous sommes au cœur de la vallée d'Aït Bouguemmaz, installation chez l'habitant à Iskatafen, accueil à la berbère par un thé à la menthe, fruits secs, puis balade libre à travers les maisons et champs des villages berbères, dîner préparé par notre famille berbère
Durée : 7 h de route / 360 Kms.

3^{ème} Jour : ***1^{ère} étape de la randonnée : Iskatafen – Tabant – Agouti – Tarkedit par la***
Dimanche : ***vallée de Aït Bouguemmaz***
27/7/2008

Réveil vers 6 h, petit déjeuner à 6h30, nous préparons notre première étape vers 7 h, nos mules prennent du temps pour partager le poids, et ensuite nous rattraperont avant le Col, nous découvrons le village El Had de Tabant (Marché le Dimanche), puis nous continuons notre dernière partie de la vallée Aït Bouguemmaz par le village Agouti sous des gigantesques noyers, centenaires, nous traversons des villages, puis nous commençons à grimper après la source Aït Said, le noyer sera remplacé par le genévrier, rouge et thurifère pour quelques dizaines de minutes, puis pas d'ombre, jusqu'à Tizi Tarkedit 3450 m compter 3 h de montée, plusieurs virages, la montée n'est pas du tout dur, très progressive, mais longue, à chaque détour la vue est surprenante, au col notre pique nique de midi, possibilité pour faire un repas froid, pas d'eau, il est nécessaire de faire le plein d'eau à Tabant.
Ensuite, longue descente sur un sentier facile, vers le plateau Tarkedit au pied de Mgoun.
Durée : 7 h de marche

4^{ème} Jour : **Tarkedit (2900 m) – Ascention de Mgoun (4071 m) – Oulilimt (2573 m)**
Lundi
28/7/2008

Départ tôt pour profiter de la fraîcheur matinale, le sentier se perd au début, mais au bout d'une 1 heure nous le retrouvons, ensuite une crête d'éboulis nous emmène au premier col à 3700 m. De là, un sentier caillouteux nous permet de rejoindre une crête (souvent ventée), une dernière petite arête nous conduit au sommet c'est le M'Goun vue splendide sur Kelâa M'gouna, descente rapide à travers les paysages argileux du pied de Mgoun nous suivons l'Oued qui serpente pour arriver au plateau vert du gazon, les sources de Oued Mgoun Bivouac

Durée : 8 h de marche / Dénivelé : M 1168 m – D 1270 m

5^{ème} Jour : **Oulilimte – M'Rabtine**
Mardi
29/7/2008

Journée superbe et très variée, nous suivons l'Oued M'Goun en découvrant des paysages variés et colorés du vert- des cultures à l'ocre des villages en pisé, de petites gorges qui nous amènent au carrefour de plusieurs Oueds avant de rejoindre le village de M'Rabtine (1950 m) où nous installons notre campement.

Durée : 5 h 30 – M : 150 m

6^{ème} Jour : **M'Rabtine – Tighalimine**
Mercredi
30/7/2008

Une journée complètement différente pour la traversée des gorges de M'Goun, avec l'étroit et étonnant passage d'Anchaabou, journée les pieds dans l'eau, gîte à Aguerzaka.

Durée : 6h00.

7^{ème} Jour : **Tighalimine – Issoumar – Alemdoune – Boutagharar**
Jeudi
31/7/2008

Nous poursuivons notre descente des gorges toute la matinée pour rejoindre le soleil et les riches et magnifiques villages, nous passons par le plateau Alemdoune afin d'arrivée à Boutagharar.

Durée : 7 h de route

8^{ème} Jour : **Boutagharar – Kelâa M'gouna – Gorge Toudra – Ouarazate – Marrakech**
Vendredi
1/8/2008

Journée de balade facile, de découvertes des villages par la vallée des roses, nous arrivons au gorge de Toudra, ensuite par Ouarazate et vallée des 1000 Kesbahs nous rentrons à Marrakech par le col de Tichka, Nuit à l'hôte Amine

A l'occasion de la Fête du Trône

*Sous l'égide de la Fédération Royale Marocaine de Ski et Montagne
L'Association Sportive Universitaire de Casablanca*

Organise



*Son 3^{ème} Raid avec l'Ascension du Jbel M'GOUN et la traversée
de la Vallée des Roses
Du 25 Juillet au 2 Août 2008*

FICHE TECHNIQUE

NIVEAU :

Bonne forme, Randonnée sans difficulté technique. Il s'agit de marche sur sentiers qui peuvent être caillouteux parfois. Etape 6 h de marche en moyenne, mais avec peu de dénivelée les jours 5 et 6. Une étape longue (8 h) pour l'ascension de M'Goun.

Le rythme de marche est régulier, adapté à tout le monde, l'aspect découverte étant privilégié par rapport à l'aspect sportif.

GROUPE ET ENCADREMENT :

Des accompagnateurs de la FRMSM

Des guides berbères Francophone, Espagnol

Equipe médicale.

HEBERGEMENT ET REPAS :

2 nuits en hôtel (Casablanca et Marrakech), 2 nuits en gîte, 2 nuits sous tente avec matelas, chambre individuel possible à l'hôtel à Marrakech (+ 30 Euro)

Pas de chambre individuelle pour les nuits en gîte.

Gastronomie marocaine

DROIT DE PARTICIPATION : 250 Euro

Le Prix comprend :

2 nuits en hôtel (Casablanca / Marrakech)

Transport Casablanca / Tabant / Kelâa M'Gouna / Marrakech

Pension complète

Les services des guides, des muletiers, et des cuisiniers

Le prix ne comprend pas

Les boissons alcoolisées

L'éventuel supplément départ province

L'éventuel supplément single à Marrakech et /ou pendant le trek

Les assurances.

N.B : Dernier délai d'inscription le 15 Juillet 2008