



## RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE, LE PLAISIR PARTAGÉ

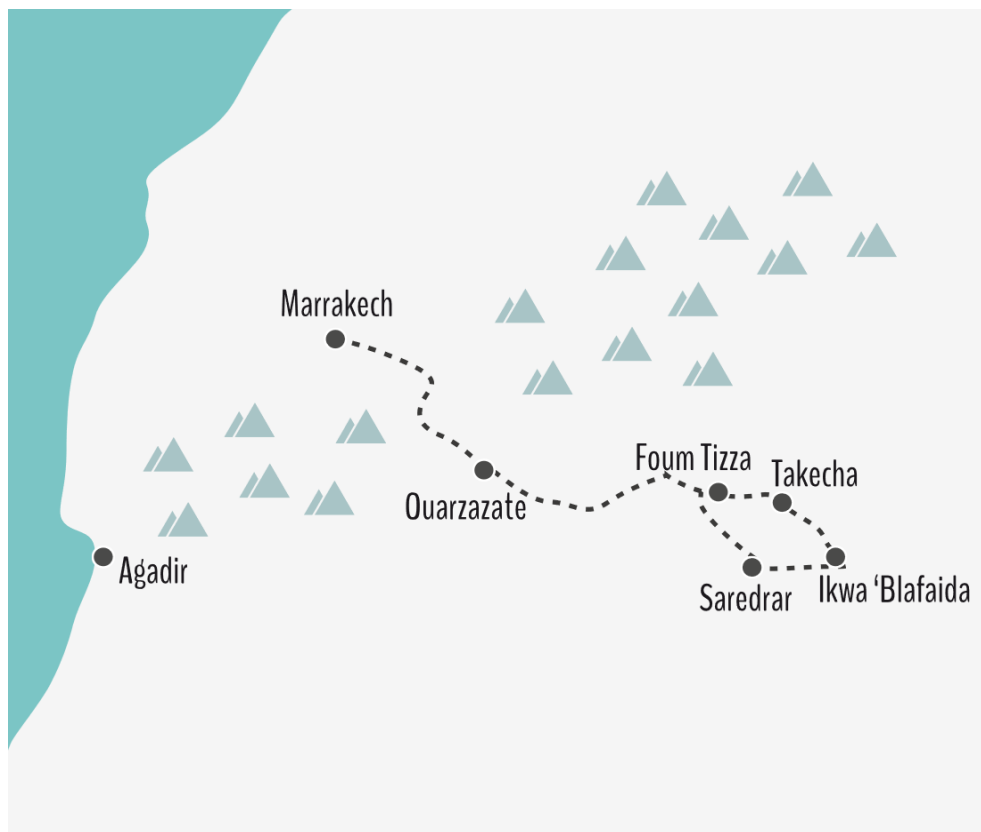
### LE MAROC

#### La Caravane du désert



**M**aroc... Un trekking dans un désert de roches et de cailloux, des oasis et des dunes, pour une parenthèse "sable" propice à la rêverie et à la méditation. Mais aussi la découverte de villages aux célèbres casbahs et de fossiles dont la région est riche, sans oublier l'atmosphère conviviale créée par les chameliers et leur caravane. Toutes les facettes du désert en un seul voyage !

Pour le plaisir des yeux, pour l'ambiance, pour plein de choses ...



8 jours, 7 nuits et 5 jours de marche

## JOUR 1 : ARRIVÉE À MARRAKECH

Transfert : 15min



Vol pour Marrakech. Accueil et installation dans votre hôtel. Suivant l'heure d'arrivée, temps libre pour visiter la ville. **Repas libre.**

## JOUR 2 : MARRAKECH - TAZZARINE – SAREDRAR

Transfert : 7 h



Votre guide est au rendez-vous : aujourd'hui, long transfert pour le sud. Le tizi n'Tichka, col à plus de 2 200 mètres d'altitude, donne accès à la plaine de Ouarzazate. La superbe vallée du Drâa, ses villages bâtis en pisé. Les palmeraies d'Agdz et de N'Kob sont serties de kasbah historiques en brique crue et de ksour labyrinthiques où la vie semble inchangée depuis des siècles. Puis c'est l'arrivée à Saredrar au milieu de nulle part. Installation dans un campement saharien aménagé : tentes berbères khaïmas, lits, douches, toilettes. Le parfum des grands espaces flotte autour de nous...

**Hébergement : camp aménagé. Repas inclus : matin, midi, soir.**

## JOUR 3 : - IKWA N'BLAFAIDA

5 à 6 h de marche



Les chameliers sont au rendez-vous pour le chargement des bagages. Un bon repas du matin, et c'est parti, cap au sud-est. Tout doucement, la caravane traverse un plateau qui mène vers Berghwa en marchant entre oued, acacias et dunes jusqu'aux belles dunes de sable de Ikwa n'Blafaida, où est

installé le premier camp.

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



## JOUR 4 : IKWA N'BLAFAIDA - HODA

5 à 6 h de marche



Continuation de la descente. Nous empruntons les gorges de Taghbalte. Une magnifique étape, toujours d'une palmeraie à l'autre, entre palmiers, dattiers, potagers et plants de henné, l'un des colorants les plus utilisés en Afrique du Nord. La poudre est obtenue en séchant puis en broyant les feuilles. Il est généralement utilisé pour réaliser de beaux tatouages lors des cérémonies de mariage, baptêmes, etc., et pour la teinture des cheveux. Campement à Hoda, à proximité du petit village.

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

## JOUR 5 : PLATEAU DE TIZI N'TAGORTE – CRETE DE FOUM TIZZA

5 à 6 h de marche



Dernière vue sur la palmeraie, et nous commençons la journée par une petite grimpe pour la traversée du tizi n'Tagorte qui s'ouvre sur un plateau parsemé d'acacias. Un paysage de toute beauté nous attend en suivant le plateau, avant de traverser la crête de Fom Tizza, où la vue sur l'ensemble du désert est sublime.

Campement au pied de cette longue crête rocheuse attaquée par les dunes, un endroit magnifique !

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

## JOUR 6 : KSAR AIT BEN HADDOU – ROUTE A TRAVERS LE HAUT ATLAS

Transfert : 6h30



Route pour la Casbah Aït Ben Haddou, village fortifié, l'un des plus célèbres du Sud-marocain, désormais classé patrimoine mondial de l'Unesco. Son décor exceptionnel a inspiré de nombreux cinéastes. Puis transfert retour en minibus à Marrakech par le col tizi n'Tichka. Arrivée dans l'après-midi. Installation dans votre hôtel. Fin des prestations de votre guide. Soirée libre pour apprécier les charmes de la "ville rouge", très animée après le calme du désert.

**Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi.**



## JOUR 7 : MARRAKECH



Vous disposez d'une journée complète pour visiter librement et à votre rythme Marrakech et ses trésors. Muni du roadbook que vous nous avons offert, vous explorerez la place Jemaa el-Fna, le jardin secret, le jardin Majorelle, le musée Yves Saint Laurent, le palais de la Bahia, les tombeaux saâdiens, etc.

**Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi.**

**NB :** *Si vous le souhaitez, nous vous invitons à réserver :*

- *Une nuit supplémentaire en Ryad dans la médina.*
- *Une visite guidée à la journée ou demi-journée avec un guide culturel.*
- *Un cours de cuisine avec un chef marocain dans la médina.*
- *Une expérience culinaire accompagnée par des marocains.*
- *Un atelier de poterie (à faire avant votre circuit).*
- *Un hammam/gommage traditionnel pour terminer cette journée par un moment de détente.*

## JOUR 8 : MARRAKECH – VOL RETOUR

**Transfert : 15min**

Transfert à l'aéroport et vol retour.

**NB :**

- Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain, hébergements réservés...)
- Si nécessaire, le programme peut être amené à être adapté pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants (ex : conditions climatiques, aléas aériens, ...).



- Le voyage idéal pour un premier trekking dans le désert marocain : du reg à l'erg, oasis, dunes, crête rocheuse, palmeraies de la vallée du Drâa...
- La magie des bivouacs dans le désert et le confort d'une nuit en camp aménagé.
- Marrakech, la ville rouge, les souks, la place ; une découverte de l'Atlas marocain lors du transfert vers le désert.
- La visite du ksar Ait Ben haddou, classé patrimoine mondial par l'UNESCO.

**LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied**

**32 Place Limozin 43170 SAUGUES**

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



## › DATES et TARIFS

**Groupe :** De 4 à 15 participants. Le départ est confirmé à partir de 4 participants.

Du 21/03/2026 au 28/03/2026	1345€
Du 17/10/2026 au 24/10/2026	1445€
Du 24/10/2026 au 31/10/2026	1545€
Du 07/11/2026 au 14/11/2026	1245€
Du 21/11/2026 au 28/11/2026	1245€
Du 19/12/2026 au 26/12/2026	1395€
Du 26/12/2026 au 02/01/2027	1565€

*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.*

**Supplément chambre individuelle :** nous consulter.

**Services supplémentaires à Marrakech (cours de cuisine, hammam...) :** nous consulter.

**Nuit supplémentaire :** nous consulter.

## › LE PRIX COMPREND


- Le vol Paris-Marrakech aller et retour, classe économique.
- Les taxes d'aéroport au départ d'Europe.
- Les transferts prévus au programme.
- L'hébergement tel que décrit.
- La pension complète pendant le circuit (sauf les repas de midi et du soir à Marrakech).
- L'encadrement par un guide-accompagnateur marocain francophone jusqu'au Jour 6 au soir.
- L'assistance d'une équipe locale (chauffeurs, chameliers et leurs animaux de bât, cuisinier).
- Le matériel de camping (tente-mess, tente-toilette, tables et chaises pliantes, tentes de couchage, matelas mousse épais) et de cuisine.
- Une trousse de secours collective.



## > LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transfert depuis / vers l'aéroport si vous avez réservé le vol de votre côté ou si vous arrivez ou repartez un jour différent du reste du groupe.
- Les assurances
- Les repas du midi et du soir à Marrakech : de 5 à 15 € pour un dîner, quelques euros pour un déjeuner.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les pourboires.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".
- Les frais d'inscription (+15€/personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger. (+20€/dossier)

## > ACCES

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

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

 **Les transferts (Marrakech, Ouarzazate, etc)**

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

### Informations bagages :

Nous utilisons régulièrement des compagnies aériennes *low cost* pour cette destination. Chaque compagnie a ses propres standards et applique des règles strictes sur la taille et le poids des bagages cabine (6 kg max - 40 × 20 × 20 cm max à titre indicatif). Tout dépassement peut entraîner des frais supplémentaires, notamment avec les sacs à dos, souvent hors normes. Il est recommandé de vérifier la taille autorisée sur le site de la compagnie ou auprès de votre conseiller(e). L'offre inclus d'office un bagage en soute par personne, mais vous pouvez également opter pour un supplément afin d'augmenter les dimensions autorisées en cabine ou, en cas de doute, placer votre sac dans votre bagage en soute.

## > CONVOCATION

### *Avec aérien*


A l'aéroport. Les lieux et heures exacts vous seront précisés quelques jours avant le départ.

### *Sans aérien*

Rendez-vous à votre hôtel à Marrakech (**coordonnées sur votre convocation**). **Votre guide prendra contact avec vous à l'hôtel.**

Il est impératif de nous communiquer **vos** heure d'arrivée et votre n° de vol au plus tard une semaine avant votre départ.

## > NIVEAU

 **Niveau 2** En moyenne, marche de 5 heures par jour sur sentier et/ou 600 à 800 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 kilomètres.

## > HEBERGEMENTS

A Marrakech (J 1, J 6 et J 7) : en hôtel 3-4 étoiles (normes locales).



Base chambre de deux personnes avec salle de bains privative. L'hôtel est généralement doté d'un spa et d'une piscine extérieure. Pratique d'accès, dans le quartier de Guéliz (le Marrakech moderne), il est bien adapté pour passer une nuit en début et fin de circuit. Restaurants locaux à proximité et bien situé par rapport aux centres d'intérêt de la ville. A pied, vous êtes à environ 30 minutes de la place Jemaa el-Fna dans la médina.

**En campement saharien aménagé à Saredrar (J 2) :** tentes berbères khaimas, avec lits, douches, toilettes.

**En bivouac dans la zone dunaire (J 3, J 4 et J 5) :** tentes-dômes, deux entrées, deux absides, trois places pour deux personnes, avec matelas mousse individuel épais (8 cm). Tente-mess pour les repas et les soirées, tente-toilettes.

### **Information :**

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

**Vente en ligne :** [Comment éviter d'avoir des punaises de lit lors du pèlerinage de Compostelle \(lescheminsverscompostelle.fr\)](https://www.lescheminsverscompostelle.fr)

[CLAKO punaises & CLAKO Tiques - Clako Punaises \(clako-punaises.com\)](https://www.clako-punaises.com)



## > REPAS

**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.

**Menu spécial pour le réveillon** : repas amélioré avec pâtisseries marocaines.

**Boissons** : 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 (10 l, 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. La consigne pour les équipes locales est de ramener les bonbonnes en rentrant sur Ouarzazate ou Marrakech, à destination ensuite du centre de tri. Il est possible que les bonbonnes soient données sur place à des nomades qui souhaiteraient les réutiliser.

### Régimes spéciaux

Régime sans gluten non pris en charge par notre prestataire local.

## > TRANSFERTS DE BAGAGES ET TRANSFERTS LOCAUX

- 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.*

- Pendant les marches, chaque participant se déplace à pied avec un sac à dos léger avec uniquement ses affaires de la journée : gourde, appareil photo, vêtement de protection, quelques vivres... Le reste des bagages est transporté par véhicule ou des dromadaires dans le désert. Afin de ne pas surcharger votre animal de bât lors de votre circuit, nous vous prions de limiter le poids de ce bagage à 15 kg maximum. Les valises (qu'elles soient souples ou rigides) sont à proscrire ; leur préférer un sac de voyage souple, qui ne blessera pas l'animal de bât et sera plus facile à ranger sur la galerie ou dans le coffre d'un véhicule.

## › ENCADREMENT

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

- L'équipe locale :

- Des chauffeurs pour les transferts.
- Un cuisinier qui vous fera découvrir les spécialités marocaines.
- Des chameliers.

## › FORMALITES ET SANTE

### Les formalités administratives

- Pour les ressortissants de l'Union Européenne et les Suisses : passeport en cours de validité couvrant la totalité du séjour programmé.
- Pour les ressortissants canadiens, veuillez consulter le site du gouvernement canadien <http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements>.
- Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires du Maroc dans votre

### Les formalités pour les mineurs

Formalités d'entrée au Maroc, pour les mineurs français

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

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



1/ Le mineur doit avoir son propre passeport en cours de validité couvrant la totalité du séjour programmé.

2/ Un enfant mineur qui vit en France et voyage à l'étranger doit avoir une autorisation de sortie du territoire (AST) s'il n'est pas accompagné par un responsable légal (personne qui exerce l'autorité parentale, père, mère ou tuteur).

Un enfant voyageant seulement avec son père ou seulement sa mère n'en a donc pas besoin.

L'AST est un formulaire établi et signé par le titulaire de l'autorité parentale. La copie d'une pièce d'identité du parent signataire doit être jointe au formulaire. Aucun déplacement en mairie ou en préfecture n'est nécessaire.

Merci d'aller sur la page [www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1359](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1359) où vous trouverez tous les renseignements utiles, à jour au moment de votre inscription et pourrez télécharger l'AST.

3/ Formalités imposées par les autorités marocaines

- Si l'enfant voyage en compagnie de ses parents, il est recommandé de se munir également d'un document prouvant la filiation (copie de l'acte de naissance ou du livret de famille) ainsi que d'une autorisation du père si l'enfant voyage avec sa mère seulement.

- Si l'enfant est orphelin de père et voyage avec sa mère, celle-ci doit être munie d'un document attestant de son mariage avec le père défunt, d'une copie de l'acte de décès de ce dernier ou, à défaut, d'une autorisation du juge chargé de la protection des mineurs.

- En cas de divorce des parents, il est recommandé que le parent accompagnant l'enfant soit muni d'une copie du jugement de divorce lui accordant la garde.

- Si le mineur voyage seul ou accompagné par une tierce personne, il doit être muni, lui ou la personne qui l'accompagne, d'une autorisation de ses parents revêtue de leur signature légalisée.

## La santé

Pas de vaccin obligatoire.

## Vaccins conseillés

Il est fortement recommandé d'être à jour des vaccinations : diphtérie-tétanos-poliomyélite, rougeole-oreillons-rubéole, fièvre typhoïde, méningite, hépatites A et B et la rage.

## Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.



Consulter notre fiche conseils de guides : la vaccination

Pour plus d'info : [www.diplomatie.gouv.fr/](http://www.diplomatie.gouv.fr/) ou [www.pasteur.fr/](http://www.pasteur.fr/)

## > ARGENT ET POURBOIRES

La devise est le **dirham marocain** (MAD).

Taux de change 2024 (cours indicatif) : 1 € = environ 11 MAD, 100 MAD = environ 9€.

Nous vous conseillons d'emporter des euros en espèces, que vous pourrez changer sur place (aéroport, hôtels, banques). Dans les grandes villes, de nombreux distributeurs automatiques de billets (cartes bancaires, Visa, Mastercard...) sont disponibles pour des retraits en dirhams ; vous en trouvez aussi dans le hall des arrivées à l'aéroport de Marrakech. La carte bancaire se répand et peut être utilisée dans la plupart des commerces des grandes villes.

Les pourboires font partie intégrante de la culture du pays. Il est de tradition de constituer une cagnotte remise à la fin du voyage aux membres de l'équipe. Ce geste de remerciement, variable selon l'itinéraire et la durée, et auquel chacun participe selon sa satisfaction, est toujours apprécié.

Pour l'ensemble de l'équipe encadrante et logistique (guide, cuisinier, muletiers ou chameliers...), vous pouvez prévoir :

- 50 € par participant pour un circuit d'une semaine ;
- 80 € par participant pour un circuit entre 10 et 14 jours ;
- 100€ par famille pour une semaine.

Ces montants prennent en compte à la fois les attentes et le niveau de vie afin de ne pas déstabiliser les équilibres économiques. Les pourboires peuvent être donnés en euros et/ou en dirhams

## > LISTE DES AFFAIRES À 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.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

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



- Un antispasmodique, un antidiarréique, un antiseptique intestinal, un anti-vomitif.
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, du tulle gras, une bande de contention.
- Un antiseptique.
- Un veinotonique.
- Un stick à lèvres, de la crème solaire et de la Biafine.
- Un collyre.
- Des pastilles pour purifier l'eau.
- Un répulsif contre les moustiques.
- Des pastilles pour purifier l'eau.
- En complément : couverture de survie, pince à épiler, ciseaux, 2/3 épingles de nourrice, 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.

## **Équipement de base**

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Une veste en polaire, si possible coupe-vent.
- Une veste imperméable et respirante.
- Des pantalons de trek.
- Des chaussettes adaptées à la marche.
- Un bonnet et une paire de gants pour les soirées et nuit fraîches.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum).
- Une gourde de 2 litres minimum (ou gourde poche à eau, pipette).
- Un couteau de poche.
- Shorts, tee-shirts.
- Des pastilles de Micropur pour traiter l'eau fournie par l'équipe.
- Un collant thermique (décembre-janvier).
- Une cape de pluie.



## Chaussures et matériel technique

- Des chaussures de randonnée offrant une bonne adhérence sur les différents terrains.
- Une lampe frontale.
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatifs, selon vos habitudes et préférences).

## Couchage

- Un sac de couchage (température de confort – 10 °C/– 5 °C en décembre-janvier, – 5° C/+ 5 °C en octobre-novembre et février-mars- avril).
- Un drap-sac.

NB : nous fournissons un matelas mousse à chaque participant.

## 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 de 80 à 100 litres de maximum 15 kg, souple, transporté en journée par l'équipe de portage (dromadaires) ou par véhicule.

## Divers

- Une paire de lacets de rechange.
- Une trousse de toilette et serviette de toilette.
- Un vêtement pour la nuit.
- Des chaussettes de marche.
- Des vêtements de rechange.
- 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 et d'assistance.

**Attention à l'embarquement, laissez vos couteaux, ciseaux et tout autre objet coupant ou pointu, dans votre sac de soute, le bagage à main devra être transparent et ne pas contenir de liquide.**

NB : attention, les drones sont interdits au Maroc.

## > ADRESSES UTILES

Office national marocain du Tourisme 161, rue Saint-Honoré, 75001 Paris.  
Tél : 01 42 60 63 50



Site internet : [www.tourisme-marocain.com](http://www.tourisme-marocain.com).

E-mail : [tourisme.maroc@wanadoo.fr](mailto:tourisme.maroc@wanadoo.fr).

Ambassade du Maroc en France 5, rue Le Tasse, 75116 Paris.

Tél : 01 45 20 69 35.

Ambassade de France au Maroc 3, rue Sahnoun, à Rabat.

Tél : (07) 77 78 22.

Consulat général du Maroc 12 rue de la Saïda, 75015 Paris

Tél : 01 45 33 81 41£

## > INFORMATION TOURISTIQUE

A trois heures de vol de Paris, le Maroc vous offre un dépaysement complet, dans la pureté de sa lumière et la beauté de ses paysages. Du Sahara à l'Atlantique, de la Méditerranée à la Mauritanie, des sables du désert aux neiges des montagnes, un haut lieu du trekking où l'on revient !

La chaîne de l'Atlas (700 km de longueur, 12 sommets de plus de 4 000 m et 400 de plus de 3 000 m) offre les spectacles parmi les plus sublimes et les plus colorés dont on puisse rêver. Au rythme de la randonnée, c'est un enchantement pour le regard, mêlant le vert tendre des terrasses irriguées, le rouge des pentes argileuses, l'ocre et l'orange des casbahs, le blond des champs d'orge, le tout sous un bleu d'azur.

Rivages atlantiques, à la rencontre des pêcheurs, ou Grand Sud marocain, transition unique entre les montagnes et le passage progressif au désert, c'est toute la palette des reliefs sahariens : canyons, regs, oasis, dunes, etc.

Dans les vertes palmeraies ou les villages en pisé isolés, aux traditions séculaires, les rencontres sont fréquentes avec ces

Berbères si accueillants. C'est vrai que leur hospitalité légendaire, leur dévouement, leur courage et la conception même de leur société, en font des hommes très attachants. Peut-être aussi que leurs traits réguliers et leur fière silhouette drapée n'y sont pas étrangers.

Parcourez ces terres sauvages, propices à la rencontre, aux côtés de ses hommes fiers, et partagez notre passion pour ce pays contrasté !

### Population

33 millions d'habitants.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

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



## Superficie

450 000 km<sup>2</sup>, 710 000 km<sup>2</sup> avec le Sahara occidental.

## Capitale

Rabat.

## Villes principales

Casablanca, Fès, Marrakech, Tanger, Meknès, Agadir, Oujda, Ouarzazate, Essaouira.

## Point culminant

Djebel Toubkal (4167 m).

## Langues

Arabe classique (off.), darija (arabe dialectal marocain, parlé par environ 72 % de la population), langues berbères (tarifit, tachelhit, tamazight, etc.), espagnol, français.

## Religion

Islam (99 % musulmans, d'origine berbère, arabe ou soudanaise).

## Décalage horaire

Même heure qu'en France (sauf pendant le ramadan : moins une heure), en principe : "en principe", car le Maroc est coutumier des changements d'heure, ou des annulations de changement d'heure "à la dernière minute".

## Géographie

Pays du nord-ouest de l'Afrique, le Maroc jouit d'une position géographique qui lui permet d'avoir une topographie et un climat assez exceptionnels.

Le Maroc est un pays de plaines. Les plaines les plus spectaculaires sont au nombre de six : le bassin du Sebou, la plaine du Gharb, la plaine de la Chaouia, au pied du Moyen-Atlas, la plaine de Tadla, et, plus au sud, on retrouve les plaines du Haouz et du Souss.

C'est aussi un pays de montagnes, qui recouvrent plus des deux tiers du territoire et atteignent des altitudes non négligeables : plusieurs sommets franchissent la barre des 4 000 mètres. Le djebel Toubkal est le plus haut sommet du pays. Quatre principales chaînes de montagnes traversent le pays : le Rif au nord, le Moyen-Atlas au sud du Rif, le Haut-Atlas, chaîne majestueuse qui ceinture le pays d'est en ouest, et l'Anti-Atlas, chaîne saharienne qui offre un



paysage unique, à découvrir. Le Maroc est le seul pays du Maghreb à disposer d'une chaîne de montagnes aussi immense.

## **Climat**

Méditerranéen au nord, atlantique à l'ouest, continental à l'intérieur des terres, le climat présente des contrastes violents selon les régions et les périodes de l'année. Le Maroc est un pays très chaud ou très froid, très humide ou très sec. Seules les régions littorales sont tempérées.

## **Atlas**

En raison de la rigueur de l'hiver dans l'Atlas, la meilleure saison pour randonner dans les montagnes va du printemps à l'automne (avril à novembre), avec des températures agréables et la possibilité de se rafraîchir dans les points d'eau. En altitude (région du Toubkal ou au pied du M'Goun), il arrive qu'il gèle la nuit, même en été. Cependant, le soleil peut aussi être très chaud !

Notre conseil : si vous le pouvez, n'hésitez pas à partir aux mois de juin et septembre, particulièrement propices à une découverte de ces montagnes. Les hôtels et les transports sont moins fréquentés, il y a peu de monde en montagne, des équipes plus disponibles, des populations plus accueillantes... et des prix plus doux !

Partir au printemps, c'est profiter de la verdure, des fleurs, de la vie qui renaît. Partir à l'automne, c'est admirer les belles couleurs, les belles lumières, la transparence de l'air.

## **Déserts**

Le désert et le Sarhro sont habituellement secs ; la pluie est exceptionnelle, mais chaque hiver il pleut (heureusement !).

Le Siroua est normalement sec, les pluies relativement rares (neige sur les hauts sommets de décembre à février).

L'Anti-Atlas est habituellement sec.

Les meilleures saisons pour parcourir ces régions sont d'octobre à avril. En mai, il commence à faire bien chaud dans les déserts ; le rythme des journées est aménagé (marche en première partie de matinée et seconde partie d'après-midi, longue sieste à l'ombre en milieu de journée).

## **Société**

La population autochtone, à dominante berbère, s'est mêlée avec les émigrés arabes issus des vagues successives de la conquête islamique. Les Noirs, assez nombreux, sont des affranchis des tribus arabo-berbères nomades et sont



dispersés dans le pays. Assez bien répartis sur le territoire, sauf dans l'extrême sud, aride, les habitants se sont progressivement concentrés sur les côtes au fur et à mesure du développement de l'urbanisation ; mais la population, très jeune (60 % ont moins de 20 ans) reste plutôt rurale. Plus de 2 millions de Marocains résident à l'étranger, dont près de la moitié en France ; les émigrés marocains restent très attachés à leur pays. Le taux d'analphabétisme (près de 50 %) est le plus fort du Maghreb ; l'enseignement est mal adapté, la scolarisation, même dans le primaire, n'est pas encore totale, surtout dans les zones rurales. Les fortes inégalités sociales, de plus en plus mal vécu, et le niveau de vie général sont considérés comme des facteurs d'instabilité.

Comme dans tous les pays régis par le droit musulman, la condition de la femme n'est pas très enviable. Le gouvernement a pourtant provoqué une petite révolution au début de l'année 2004 en décidant d'abroger les textes les plus discriminatoires. La nouvelle législation émancipe les Marocaines et modernise toute une société. Désormais, la femme n'est plus sous la tutelle patriarcale, elle peut choisir librement son époux, voyager seule, établir des contrats de partage des biens acquis durant le mariage, divorcer sans perdre la garde des enfants en cas de remariage, refuser la polygamie.

Les Berbères représentent la plus grande partie de la population marocaine, ils sont plus ruraux que citadins. Ils descendent d'une part de populations paléolithiques et d'autre part de Protoméditerranéens. Convertis à l'islam par les Arabes au VII<sup>e</sup> siècle après J.-C., ils ont cependant conservé une structure de société qui leur est propre : familles, villages, clans, tribus et confédérations. Les Berbères sont monogames et la femme a une place très importante dans la famille. Elle ne se voile pas, son visage est tatoué des marques de la tribu ou du clan et de signes pour éloigner le mauvais œil. Les mœurs berbères sont tolérantes, les femmes divorcées n'ont aucune peine à trouver un autre mari, et la sexualité est beaucoup plus libre que dans la société arabe. Vous verrez souvent lors des haltes près des villages des femmes espiègles et riantes venir vous observer et tenter de communiquer.

En matière de politique extérieure, le Maroc de Mohammed VI poursuit son arrimage à l'Europe, tout en développant sa coopération avec les Etats-Unis. Si la question du Sahara occidental reste en suspens, le processus de négociation se poursuit avec la reprise des pourparlers entre les différentes parties sous l'égide de l'ONU.



## Le respect des us et coutumes

Dans un petit coin de l'Afrique, le Maroc marque la transition entre quatre civilisations et quatre cultures. C'est un pays particulièrement sensible, où cohabitent quatre mondes (l'arabité, l'amazighité, l'africanité et l'occidentalisme). Sa Majesté, le roi Mohamed VI, et le gouvernement s'efforcent de proposer à l'extérieur une image moderne et dynamique d'une population résolument tournée vers l'Europe. Mais le peuple marocain, très jeune et plutôt rural, a parfois du mal à suivre. La différence de culture est particulièrement marquée entre les villes et les espaces ruraux.

Voici quelques conseils pour respecter au mieux ces populations et leurs cultures:

- Respectez l'espace personnel de vos hôtes, adaptez-vous aux usages de la culture locale.
- Photographier des personnes repose sur un échange, assurez-vous de leur accord.
- Dans les villages, préférez une tenue ample couvrant les épaules.
- Respectez les lieux de culte que vous visitez, portez une tenue vestimentaire adaptée et acceptez de ne pas y pénétrer lorsque cela est interdit ou lors des cérémonies. Retirez vos chaussures ou couvrez-vous la tête à l'entrée des sites religieux lorsque cela est demandé.
- Les attitudes démonstratives en couple sont perçues comme inconvenantes.
- Ne distribuez jamais de bonbons, stylos ou autres cadeaux, en particulier aux enfants, car ce comportement les incite à la mendicité, à abandonner l'école ou leur activité habituelle. Si vous souhaitez faire un don, il est préférable et plus utile de le faire auprès d'une organisation locale : association, école, dispensaire. Demandez à votre guide, qui vous indiquera le lieu le plus approprié.
- Lorsque vous mangez avec la main, utilisez la droite. La gauche est considérée comme impure.

Ces précautions favorisent les échanges.

## L'artisanat

L'artisanat marocain est un savoir-faire ancestral et d'une incontestable richesse et d'une étonnante variété tant dans les formes, que dans les techniques et les décors. Les Berbères ont été précurseurs dans le travail de la laine (tapis), du fer et de l'argent (bijoux), des ustensiles divers et de l'argile (poterie). Avec la venue des Arabes, d'autres formes d'artisanat se sont développées : travail du cuivre, du bois, de l'alfa et de l'argile. Chaque région possède ses propres spécialités, tirées des matières premières qui s'y trouvent en abondance. Mais les villes les plus connues pour leur artisanat sont Fès (cuir, cuivre, argent, or, tissus),



Marrakech (cuir, cuivre, tapis), Essaouira (bois, tapis, argent) et Rabat-Salé (poterie).

## **Les tapis**

Les tapis berbères marocains, tissés par les femmes, en laine artisanale, sont issus des nombreuses tribus berbères marocaines. Ils sont utilisés dans les tentes des nomades, les maisons basses du Moyen Atlas et du Haut Atlas ou lors des cérémonies. Dans les zones montagneuses, le tapis en laine épaisse est destiné à se protéger du froid. Tapis de laine, parfois mélangés avec des motifs en coton, tapis jaune et rouge du Haut Atlas, tapis rouge garance ou bleu indigo de Chichaoua, tapis blanc des Beni Ouarain dans le Moyen Atlas, ils font le charme des salons.

## **Quelles sont les règles du marchandage au Maroc ?**

Ne pas marchander, c'est ne pas respecter le vendeur ; n'hésitez pas à descendre le prix très bas pour remonter ensuite progressivement. En règle générale, nous vous conseillons de diviser le prix annoncé par trois. Le bon prix est celui qui satisfait tout le monde ! Alors, armez-vous de patience et négociez... Une belle djellaba et une paire de babouches de qualité peuvent être des vêtements de grand confort pour nos intérieurs occidentaux. Et pour les gourmands, n'hésitez pas à rapporter des pâtisseries marocaines... Les meilleures se trouvent à la Pâtisserie de France !

## **La gastronomie**

Evitez les restaurants des hôtels, car la cuisine y est souvent banale, en particulier à Marrakech. En ville, les bonnes adresses ne manquent pas et, pour une somme modique, vous pourrez vous régaler : salades, tajine (sorte de ragoût de boeuf, volaille ou poisson, avec de savoureux légumes), couscous, pastilla (succulent gâteau de pâte feuilletée garni de pigeon et légèrement sucré), brochettes, potages (harira), desserts sucrés. La cuisine marocaine est considérée comme l'une des meilleures du monde ! les vins rouges et rosés sont aussi d'excellente qualité.

## **Peut-on voyager au Maroc pendant le ramadan ?**

La période du ramadan n'empêche pas de voyager en pays musulman. Il y a simplement quelques petites adaptations concernant les repas et l'organisation de la journée.

Dates du ramadan 2026 : 17 février au 19 mars.



## **Que faut-il savoir pour marcher dans les meilleures conditions dans le désert ?**

Pour la marche, nous vous conseillons de porter des vêtements amples, à la fois agréables, mais aussi signe de respect pour les locaux. Nous vous rappelons que les contacts avec les populations locales sont facilités si votre tenue est en accord avec les coutumes locales. Avoir les bras et les jambes couverts dans le désert permet également de se déshydrater moins vite et réduit les risques d'insolation. Pour vous protéger du soleil, du vent et de la poussière, vous pouvez acheter un chèche en début de voyage. Il remplace avantageusement foulard, chapeau, etc.

## **Electricité**

Tension électrique : 220 V, 50 Hz. Prises identiques aux prises françaises

## **Quelle(s) langue(s) parle-t-on au Maroc ?**

L'usage du français est extrêmement répandu. La langue officielle est l'arabe classique, ou encore l'arabe littéraire, c'est le langage du Coran, mais aussi celui de la presse, du droit et de quelques sciences. Le darija, arabe dialectal marocain, est le seul langage parlé dans les grandes villes et dans les milieux arabophones des petites villes et des campagnes. Le berbère est la langue des ruraux, il a été longtemps considéré comme un dialecte, mais il est aujourd'hui reconnu comme langue, parfois même enseigné dans certaines écoles primaires publiques ou privées. La langue berbère est parlée surtout en famille, mais aussi dans les petites villes et villages berbères. Elle comprend de nombreux dialectes dont les plus importants sont le tachelhit, le tarifit et le tamazight. Un nombre croissant de Berbères sont néanmoins bilingues, voire trilingues.

## **Quelques mots utiles**

Apprendre quelques mots clés vous permettra de gagner le respect de vos interlocuteurs, de faciliter et de rendre plus agréables vos échanges avec les Marocains rencontrés. Alors n'hésitez pas à faire l'effort d'utiliser les expressions suivantes :

Bonjour : as-salam'aleikoum (réponse : wa'aleikoum as-salam).

S'il vous plaît : min fadlak (min fadlek à une femme).

Comment ça va ? : keif hâlek ?

Merci : choukrane.

Au revoir : bislama.

Oui : na'am. Non : la.

Si Dieu le veut : inch'Allah.



Vous pouvez demander à votre guide comment les prononcer... Votre voyage n'en sera que plus riche ! Et puis souriez, c'est souvent le meilleur moyen d'avoir de bons contacts !

## > BIBLIOGRAPHIE

### **Guides**

Maroc, le Grand Sud, Jaguar.

Maroc, Bibliothèque du Voyageur Gallimard. Pour préparer le voyage, très illustré et bons commentaires.

Maroc, Guide Bleu, Hachette tourisme. Riche et Complet.

Maroc, Guide Voir, Hachette tourisme. Plus aéré et belles illustrations.

Maroc, Lonely Planet.

Marrakech et le Sud marocain, Guide Evasion, Hachette.

Maroc, Vincent Geus, éditions de La Boussole. Un excellent guide très complet pour les trekkeurs, avec plus de 180 photos.

De l'Atlantique aux déserts du Sud, découvertes, randonnées à la journée, treks et ascensions.

### **Littérature, récits**

Hommes et vallées du Haut-Atlas, Odette Bernezat, Glénat.

Au Maroc, Pierre Loti, éditions Christian Pirot.

Au grand Socco, Joseph Kessel, Gallimard.

Smara, carnets de route d'un fou du désert, Michel Vieuchange, Phébus.

Voyage au Maroc, Edith Wharton, L'imaginaire Gallimard.

Un thé au Sahara, Paul Bowles, L'imaginaire Gallimard.

Maroc, collectif, Autrement monde.

### **Ouvrages illustrés**

Maroc les montagnes du silence, Tahar Ben Jelloun et Philippe Lafond, Le Chêne.

Le Maroc, Hugues Demeude, Jacques Bravo et Xavier Richer, Gallimard.

Grand Sud marocain, Charles Kerivel, Gallimard.

Le Haut-Atlas, André Fougerolles, Glénat.

Maroc, lumières berbères, Xavier Richer et Robert Colonna d'Istria, Vilo.

Rapport national sur l'état de l'environnement au Maroc, secrétariat d'Etat auprès du ministère de l'Energie, des Mines, de l'Eau et de l'Environnement.

## > ASSURANCES



Nos assurances, **Contrat Sérénité Carte Bancaire** et **Contrat Sérénité (Premium)** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur. Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com) rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le Contrat Sérénité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 3.8 % du prix total du voyage.

Le Contrat Sérénité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 2,8% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.



Pour une annulation **avant le départ**, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

**Durant le séjour**, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Sérénité ou Sérénité Carte Bancaire).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au **05 32 09 21 81**.

**La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.**

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

**ATTENTION !**

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



- Les Roses du M'Goum
- Villages et vallées du Toubkal
- Le Cap Vert, balade capverdienne

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

