

**CLUB ALPIN FRANÇAIS ILE-DE-FRANCE**  
**12, rue Boissonade 75014 PARIS**  
**adresse postale : 5, rue Campagne Première 75014 PARIS**  
**Tél. : 01 42 18 20 00 - Fax : 01 42.18 19 29**

«Association bénéficiaire de l'agrément tourisme : AG 075950054»

## **LE MAROC**

### **RANDONNEE DANS LE MASSIF DU TOUBKAL**

**du 25 MAI au 1<sup>o</sup> juin 2006 (MAR.03)**

**(DATES POUVANT VARIER D'UN JOUR EN FONCTION DES VOLS)**

Point culminant du Maroc (4165m), le massif du Toubkal est ceinturé de hautes parois de granit et présente un aspect presque alpin. En parcourant ses sentiers muletiers, vous découvrirez ses villages nichés au flanc des vallées étroites, ses gorges, ses cascades, ses cultures et champs en terrasse bordés d'amandiers, de pins et de noyers. Pendant cette randonnée, nous ferons l'ascension du Toubkal.

#### **Participation aux frais :**

**€uros 640** à partir de 8 personnes – hors taxes d'aéroport

de 5 à 7 personnes supplément de €uros 40

#### **Comprenant :**

transport aérien A/R, transferts sur place, 1 ou 2 nuits à l'hôtel à Marrakech, pension complète, services d'un accompagnateur local, de muletiers pour le transport des bagages et d'un cuisinier, matériel de camping, matelas mousse, frais de dossier.

#### **Ne Comprenant pas :**

Taxes d'aéroport à l'aller et au retour, dépenses personnelles, boissons, pourboires, l'assurance qui couvre l'annulation, l'interruption de séjour et le vol de bagages (voir bulletin d'inscription et formulaire de l'assurance)

Ce prix très raisonnable ne peut être obtenu que grâce à la collaboration et à l'esprit d'initiative des participants. Il peut varier très légèrement en fonction du change et du tarif aérien.

#### **Transports :**

Par vol charter en principe Corsair, les heures de départ ne sont communiquées qu'une semaine à l'avance.

#### **Hébergement - Nourriture :**

A l'hôtel à Marrakech. En bivouac, refuge, chez l'habitant ou sous tente durant la randonnée.

Repas à base de crudités et semoule, le midi. Le soir, repas complet à base de produits locaux. Les repas sont copieux. Néanmoins, vous pouvez, si vous le souhaitez, apporter des barres de céréales, chocolat et autres compléments énergétiques difficiles à trouver sur place.

Les accompagnateurs marocains qui encadrent nos groupes connaissent parfaitement le massif ainsi que la vie et les habitants de ces régions.

#### **Matériel :**

\* Grand sac type polochon *très résistant* qui contiendra toutes vos affaires, protégées dans des sacs plastiques, et qui vous confierez le matin aux muletiers (env. 80 /100 litres)

\* Petit sac à dos pour vos affaires de la journée et pouvant servir de bagage à main pour l'avion (30/35 litres)

\* Vêtements légers, pour la partie tourisme, et les régions peu élevées.

\* Vêtements chauds, pour l'altitude et les soirées (pantalon de trek, surpantalon, tee-shirt, chemise type carline, sous-vêtements thermique, anorak, pull-over, fourrure polaire, gants, bonnet, etc... )

\* Un bon duvet et un drap intérieur.

\* Une paire de bonnes chaussures de randonnée, chaussures de détente, chaussettes. - bâtons télescopiques.

\* Foulard, chapeau ou casquette avec visière, cape de pluie, maillot de bain, couverture de survie.

\* Divers : lunettes de soleil, crème solaire, gourde, lampe de poche ou lampe frontale (avec piles et ampoules de rechange), couteau (à mettre dans les bagages de soute), papier hygiénique, épingles à nourrice, briquet, lingettes humides, petit nécessaire de toilette, et serviette.

Votre bagage ne doit pas excéder 15 kg hors bagage-main.

### **Pharmacie - Santé**

Aucune vaccination obligatoire, mais diphtérie- tétanos-polio et anti-typhoïdique conseillés.

A prévoir : désinfectant et nécessaire pour petites plaies, et ampoules (compeed), Elastoplast, petits ciseaux (en bagages de soute), anti-diarrhéique, antiseptique intestinal, médicaments contre les maux de tête, maux de gorge, collyre, crème de protection pour la peau et les lèvres, pastilles pour purifier l'eau, antibiotique à large spectre. – Médicaments personnels.

### **Argent :**

Les Euros en espèces peuvent être changés partout. Les cartes de crédit sont encore peu utilisables.

### **Niveau :**

Soutenu, un sommet à 4167 m. sur sentiers parfois escarpés mais sans difficultés particulières.

Étapes de 6/7 heures. Cependant, une ou deux étapes peuvent être plus longues en fonction des points d'eau disponibles et de l'emplacement du camp.

### **Formalités :**

Le passeport est obligatoire (valable 6 mois après le retour)

### **Conditions d'Inscription**

- être membre du CAF d'Ile de France à jour de sa cotisation, (1)
- avoir retourné son bulletin d'inscription dûment rempli,
- envoyé sa photocopie de carte CAF pour les membres hors Ile-de-France,
- passeport en cours de validité (indispensable),
- bonne forme physique.
- certificat médical

- (1) Au terme de nos statuts d'une part, selon les règles qui régissent les associations d'autre part, seuls les adhérents du Club Alpin Français d' Ile de France (CAF IdF) peuvent s'inscrire et participer aux activités que celui-ci organise.

Le fait d'être membre d'un Club Alpin d'une autre région ne suffit donc pas. Il est indispensable que tout en restant fidèle à "votre" CAF, vous deveniez également adhérent du CAF IdF avant de vous inscrire à une activité ou à un trek. Vous n'aurez évidemment pas à régler deux fois la part de la cotisation revenant à la Fédération des CAF, mais il vous incombera d'acquitter la part "club IdF".

### Calendrier des versements :

Merci de libeller votre enveloppe à CLUB ALPIN FRANÇAIS d'Ile-de-France; indiquer à chacun de vos versements le titre intégral du voyage ainsi que la date.

- Acompte de **190 €uros** à l'inscription par chèque à l'ordre du Club Alpin Français,
- Solde de **450 €uros** au plus tard un mois avant le départ – **sans rappel de notre part.**

## TOUBKAL

### ITINÉRAIRE INDICATIF

- Jour 1 Arrivée à Marrakech, transfert immédiat par minibus pour l'Oukaïmeden, (1 h. 30 de trajet), rencontre avec l'équipe muletiers, installation du bivouac et dîner préparé localement, bivouac au bout de la piste près de la bergerie Tiferguine (2600 m).
- Jour 2 Départ de la randonnée par le Tizi n'Eddi (2930 m) belle vue sur le Djebel Bouguenouane, puis longue descente sur le village Tacheddirt, déjeuner, passage de Tizi n'Tamatert (2270 m), arrivée à Tamatert (1800 m) bivouac sous les noyers – 7 h. de marche.
- Jour 3 Montée du long couloir du marabout de Sidi Chamharouch "lieu de pèlerinage", puis arrivée au refuge Neltner (3106 m) au pied du Toubkal, bivouac – 6 h. de marche.
- Jour 4 Ascension du Toubkal (4167 m), belle vue sur toute la chaîne de l'Atlas, descente par le même chemin jusqu'au refuge, bivouac – 5 h. de marche.
- Jour 5 Montée de Tizi n'Taddat (3850 m), étape assez raide, puis descente dans le couloir de Tazaghârt, arrivée dans les Azibs de Tamsoult, bivouac à 2250 m – 6 h. de marche.
- Jour 6 Descente par la vallée d'Azaden, passage par plusieurs villages berbères, montée de Tizi n'Ta+cht à 2000 m, traversée de la forêt de Tua - arrivée au village d'Imi n'Oughlad – bivouac à 1500 m – 6 h. de marche.
- Jour 7 Rendez-vous avec le minibus à 8 h. du matin – retour à Marrakech, par Asni "Souk Berbère" – arrivée début d'après midi à Marrakech, - nuit à l'hôtel
- Jour 8 Départ pour Paris

15 décembre, 2005