

HAUT ATLAS

Circuit des 3 Vallées Bougomez, Bou Oulli, Ghougoult

Randonnée muletière
Durée : 10 jours/ 9nuits
Niveau : moyen de 4 à 7h par jour
Altitudes : gîte à 1800 m, altitude la plus basse 1470 m et la plus élevée 3100 m
Période : Mai- septembre
Prix, base 6 personnes : 450 €



© Françoise PIERSON

Entre vallées cultivées et pâturages d'altitude, cette randonnée au cœur du Haut Atlas permet d'aller à la rencontre de ce peuple berbère si attachant, de découvrir la vie rythmée par les saisons, les travaux des champs et les fêtes traditionnelles, en harmonie avec les paysages magnifiques de montagne.

Points forts

La découverte de 3 v allées préservées du Haut Atlas,

Les paysages superbes,

L'architecture berbère en pisé,

L'agriculture traditionnelle,

L'ambiance des bivouacs,

Les panoramas magnifiques en altitude,

Les nuits en gîte dans la vallée des Bougomez

Jour 1 : Vol aérien, arrivée à Marrakech

Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel

Jour 2 : Transfert dans la vallée des Bougomez

Départ en minibus ou 4x4 dans le Haut Atlas. Arrivée dans l'après midi au gîte Tigmi n'Ou Ayour au village d'Iskatafen (1800 m). En fonction du temps, visite de l'ancien grenier de Sidi Moussa (2h 30). Soirée et nuit au gîte.



© Xavier RICHER

Jour 3 : Découverte de la vallée des Bougomez

Mules et muletiers sont au rendez-vous. C'est l'embarquement des bagages et la première étape de la randonnée : descente de la vallée des Aït Bougomez, rencontre des femmes de la coopérative Tikniouine, à Timit, découverte des traces de dinosaures à Aguerd n'Ouzrou. Repas à midi sous les noyers près du village d'Agouti. Bivouac près du village de Tighza à 1700 m. 6h environ de randonnée facile.

Jour 4 : Arrivée dans la vallée des Bou Oulli par le passage d'un col

Passage d'un petit col à 1850 qui mène au village d'Aguersif (1470) puis à la vallée des Bou Oulli. La vallée des Bou Oulli beaucoup plus étroite que la vallée des Bougomez est plus sauvage également. Les villages s'accrochent aux flancs de la montagne, laissant le maximum de terrain pour les cultures de céréales et les noyers centenaires. Couleurs magnifiques des maisons de terre et de pierre. Bivouac près du village de Iguelouene (1650 m)



© Xavier RICHER

Jour 5 : Visite de la vallée des Bou Oulli et arrivée dans la vallée de Ghougoult par un col

Départ de Igoulene. On arrive près de Ighboula aux premières sources de la vallée des Bou Oulli, puis on monte un col vers 1900 m pour rejoindre la vallée de Ghougoult au pied du Djebel Tarkeddit. Bivouac près du superbe village de Ghougoult à 1850 m, aux maisons de pierre perchées et bâties comme des forteresses. 5 à 6 h de randonnée, avec dénivelé positif de 250 m.



© Françoise PIERSON

Jour 6 : Etape de montagne, avec fort dénivélé et très belle vue

Depuis Ghougoult, nous montons la vallée de Ifri Aït Kharfla jusqu'aux bergeries de Tazit d'où l'on peut admirer une très belle vue sur les sommets du Djebel Rat et le Tignousti. Bivouac en altitude à 2700 m. 6 à 7h de randonnée, avec dénivélé positif de 850 m.

Jour 7 : Etape de montagne la plus élevée

Depuis Tazit, montée vers un col à 3100 m d'altitude pour rejoindre les bergeries d'Arous et ses gorges. Bivouac au début des gorges, vers 2700 m. 6 à 7h de randonnée, avec un dénivélé positif de 400 m.

Jour 8 : Descente des gorges et retour au gîte

Descente depuis les bergeries d'Arous vers la vallée des Aït Bouguemez par le sentier muletier des gorges d'Arous. Arrivée vers la vallée d'Arous et la vallée des Bouguemez, retour au gîte d'Iskatafen, repos soirée et nuit au gîte. 6 à 7 heures de randonnée, avec dénivélé négatif de 900 m.

Jour 9 : Retour sur Marrakech

Petit déjeuner et départ pour Marrakech, dans la matinée

Jour 10 : Retour en France

Transfert à l'aéroport et départ pour la France



Le prix comprend :

- ◆ Les transferts de l'aéroport à l'hôtel à l'aller et au retour,
- ◆ le transport en véhicule 4x4 ou minibus avec chauffeurs de Marrakech à la vallée des Aït Bouguemez à l'aller et au retour,
- ◆ l'hébergement à Marrakech en hôtel ** (nuit et petit déjeuner) et en gîte dans le Haut Atlas et lors des bivouacs ; les repas durant tout le
- ◆ circuit (repas froid à midi, repas chaud le soir avec tagine, couscous, et toujours du thé à la menthe. Les repas sont préparés par le cuisinier qui emporte tout le matériel nécessaire,
- ◆ l'accompagnement par un guide diplômé, des muletiers et des mules (qui portent les bagages).

Le prix ne comprend pas

- ◆ Les repas à Marrakech,
- ◆ les boissons : prévoir d'emporter des bouteilles d'eau minérale pour les intestins fragiles ; on en trouve dans la plupart des villages rencontrés (demander au guide ou aux muletiers chaque jour)
- ◆ les pourboires,
- ◆ les assurances individuelles ;

Les tarifs sont prévus pour des groupes à partir de 6-8 personnes. Un supplément sera demandé pour des groupes de taille inférieure.

Enfants : des réductions sont possibles pour les enfants de moins de 12 ans

Une liste d'objets à emporter sera fournie au groupe



Voyages durables et solidaires

Nos voyages sont pensés dans un esprit de :

- ◆ **durabilité** : nous travaillons avec une équipe locale de cuisiniers et de muletiers pour vous accompagner, nous achetons nos produits alimentaires sur les marchés locaux, et en montagne auprès de la population villageoise et des nomades (œufs, viande, farine ou pain) nous économisons l'eau avec le souci de ne pas la polluer (toilettes), nous récupérons et brûlons nos poubelles afin de laisser nos bivouacs nets et propres,
- ◆ **solidarité et développement** : nous avons le souci de monter des projets de développement pour la vallée des Bouguemez, grâce à l'association ANSOUS présidée par Mohamed Achahri à Iskatafen (projets eau potable et irrigation, production de miel..) et ceci en partenariat avec des amis voyageurs ou des associations comme ARBALOU (coopérative féminine de Tikniouine à Timit et eau potable à Iskatafen)
- ◆ Pour en savoir plus et nous aider, visiter le site www.arbalou.org