

Retraite Yoga dans le désert marocain 21 au 28 octobre 2024

Le programme

Jour 1 - Arrivée à Marrakech

Accueil à l'aéroport de Marrakech. Temps libre et première nuit dans un Riad traditionnel.

Jour 2 - Marrakech - M'hamid

Départ de Marrakech pour M'hamid. Le transport se fera en véhicule privé. Le voyage commence par la découverte du Haut Atlas et des villages berbères. Vous traverserez le Tizi n'Tichka (« col des pâturages »), à une altitude de 2260 m, situé sur la plus haute route du Maroc. Une pause à la Kasbah Aït Ben Haddou vous permettra d'admirer un Ksar typique de l'architecture traditionnelle marocaine, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Le voyage se poursuit à travers la vallée du Draa pour atteindre les portes du désert. Vous arriverez "Ras Nkhal" pour une nuit au cœur d'une palmeraie.

Jour 3 - Désert - Sahara

Départ du bivouac avec l'équipe nomade et les chameaux. La mer de désert commence. Nous passerons par plusieurs sites d'anciennes habitations, le déjeuner se prendra à l'ombre d'un arbre, accompagné de thé. Le soir, nous visiterons le mausolée du Marabout Sidi Naji, l'occasion d'en apprendre davantage sur l'histoire et les coutumes locales. Le bivouac sera installé parmi les dunes de sable.

Jour 4 - Désert - Zmila

Aujourd'hui, notre destination sera Zmila. Nous traverserons les dunes de sable pour atteindre les montagnes et le désert de pierres. Déjeuner à côté d'un Tamaris. Après un repos, nous partirons pour grimper les montagnes et visiter les traces d'anciennes habitations nomades. Au sommet de la montagne, nous pourrions admirer le somptueux panorama du grand Sahara. Le soir, nous descendrons pour profiter du bivouac, installé au pied des dunes de sable.



Retraite Yoga dans le désert marocain 21 au 28 octobre 2024

Le programme

Jour 5 - Désert - Erg Zahar

En route vers les magnifiques dunes hurlantes de l'**Erg Zahar** ! Ensuite, nous marcherons le long de la montagne, notre caravane naviguant comme un navire sur le sable des grandes dunes. Nous ferons une pause à l'ombre du **mausolée du Marabout Sidi Omar**, puis suivrons la ligne ondulante des dunes avec nos chameaux. Le déjeuner se prendra à l'ombre de la tente. Le soir, nous grimperons la plus haute dune qui domine les environs et vous offrira une vue splendide sur toute la **vallée du Draa**. C'est le Sahara tel que vous l'avez rêvé.

Jour 6 - Désert - Erg Ait Outnir

Nous nous réveillons au lever du soleil et quittons l'**Erg Zahar** pour nous diriger vers l'**Erg Ait Outnir**. Un arrêt au puits de la vallée du Draa nous permettra de faire le plein d'eau et d'abreuver les chameaux. Cela sera l'occasion de peut-être rencontrer quelques troupeaux de chameaux accompagnés de leur berger. Il sera possible de prendre une douche rafraîchissante à la manière des six nomades. Le soir, vous pourrez faire une promenade dans l'**Erg d'Ait Outnir** avant de vous endormir sous les étoiles.

Jour 7 - Désert - Marrakech

Retour à travers les paysages de la **vallée du Draa** pour rejoindre la civilisation de M'hamid. Ensuite, retour à la ville pour passer la dernière nuit à **Marrakech**.

Jour 8 - Départ de Marrakech

Transfert du Riad à l'aéroport et retour à la maison.



Retraite Yoga dans le désert marocain 21 au 28 octobre 2024

Prix et inscription

Prix par pers. : 850 € (pour un groupe de 6 à 12 personnes)

Email: carole.rameau@hotmail.com

Mobile: +33 6 85 04 82 34

Inclus dans le prix

- Accueil à l'aéroport de Marrakech et transfert au Riad
- Deux nuits dans un Riad à Marrakech, en chambre partagée pour 2/3 personnes
- Les nuits suivantes : dans les "campements bédouins" dans les dunes de sable sous tente Séjour de 6 jours - 5 nuits (sous tente de 2/3 personnes)
- Transport des effets personnels : vos effets personnels seront chargés sur des chameaux.
- Repas : préparés par un cuisinier utilisant des produits locaux de haute qualité
- Petit-déjeuner : à l'européenne, café, thé, jus de fruits, pain bédouin, confitures
- Déjeuner : salades variées, légumes crus, fruits frais
- Petit goûter : thé, dattes, biscuits
- Dîner : repas chaud, plats locaux (couscous, tajine, etc.)
- Eau : les chameaux transportent des bouteilles d'eau potable pour boire et préparer les repas
- Transferts aller-retour depuis Marrakech
- Accompagnement

Non inclus dans le prix

- Repas en dehors du désert (déjeuner ou dîner).
- Frais d'entrée à des sites archéologiques.
- Prix de votre billet d'avion.
- Assurance médicale.
- Pourboires.

