



- TRIP & TRAIL DES CÈDRES -

Villes impériales et Moyen-Atlas

10E ÉDITION TRAIL DES CÈDRES



- COURSE TRAIL & VOYAGE -
Du 2 au 9 mai 2018



TRAIL DES CÈDRES & VILLES IMPÉRIALES

GROUPE DE 6 À 12 PERSONNES
- Du Mercredi 2 au Mercredi 9 mai 2018 -



CLIQUEZ POUR LANCER LA VIDÉO

TRAIL



2018



1 | RÉSUMÉ DE VOTRE SÉJOUR

Séjour Trip&Trail

Trail des Cèdres d'Ifrane & découverte des villes impériales

8j./7n.



Moyen-Atlas
& cités impériales



Bivouac pendant le trail
En riad à Fès et Meknès



Rythme moyen :
poss. rando-trail
2 ou 3 étapes,
de 32 / 25 / 20 km



Rencontres
& partage
avec les locaux



Circuit accompagné
en petit groupe

Découvrez un autre Maroc au Trail des Cèdres d'Ifrane !

Dans le Moyen-Atlas, la région d'Ifrane est surnommée la petite Suisse, par son climat en hiver et ses paysages. Elle accueille l'une des plus grandes et plus belles cédraies du monde, d'où jaillissent de nombreuses sources et cours d'eau. Une nature sauvage peu connue des touristes.

Après le trail, profitez de 2 jours d'immersion dans les villes impériales de Fès et de Meknès.

Hébergement : en riad à Fès et Meknès & en bivouac sous tente pendant le trail
Pension : pension complète pendant le trail, en petit-déjeuner à Fès et Meknès

Les + du séjour :

- Un trail à taille humaine (maximum 300 coureurs) avec une ambiance familiale chaque soir au bivouac. Pas d'esprit de compétition, le trail est accessible à tous. 10e édition en 2018 !
- Un séjour très varié entre pleine nature dans le Moyen-Atlas et villes millénaires au charme envoûtant.
- Rencontre et partage avec les habitants. Découverte du travail des artisans à Fès.

Culture et nature d'un Maroc aux 1000 facettes !

FICHE TECHNIQUE TRAIL :

- * Trail en 2 ou 3 étapes (au choix) avec hébergement bivouac chaque soir
- * 3 étapes : 32, 25 et 20 km (77 km au total)
- * 2 étapes : 25 et 20 km (45 km au total)
- * D+522 D-480 m
- * Altitude : 1700 m
- * Pas de barrière horaire
- * T° en mai : 13 à 24°C



2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

Du mercredi 2 au mercredi 9 mai 2018

02/05
Fès

Arrivée de votre vol à Fès.
Transfert vers votre riad traditionnel dans la médina.
Temps libre découverte dans la ville en fonction de votre heure d'arrivée. Dîner libre.



Nuit à votre **riad**, en chambre double partagée.



03/05
Fès / Ifrane

En route pour Ifrane, la petite suisse marocaine

Après le petit-déjeuner, profitez d'une matinée libre pour **flâner dans la médina** et observer l'agitation envoutante de cette ville millénaire.

La médina offre le spectacle du travail des artisans (ah, la céramique bleue de Fès et les tanneries centenaires !). Traversez les rues Talaa Kbira pour observer l'horloge hydraulique, visitez la médersa Bou Inania Attarine, profitez de la place Nejjarine et de sa belle fontaine, visitez le palais Moqri Glaui...

Moins touristique que le reste de la médina, nous vous recommandons de visiter le quartier andalou.

Déjeuner libre à Fès.

A 14h, départ en minibus pour Ifrane, dans le Moyen-Atlas.

Le paysage devient montagneux et parsemé de forêts.

Arrivée au village du trail et retrait des dossards.



1h15
65 km



Installation dans votre tente ou petit chalet au bivouac (fournie par l'organisation). Temps libre puis briefing.

Dîner au bivouac et nuit sous tente.



2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

Du 4
au 6 mai

Trail des Cèdres - 3 étapes

* Le 4 mai - 1ère étape : 32 km

Petit-déjeuner à 7h et départ de l'étape à 9h.

Dès 14h, déjeuner au bivouac à l'arrivée.

A 20h, dîner au bivouac. 2e nuit sous tente.

* Le 5 mai - 2e étape : 25 km

Petit-déjeuner à 7h et départ de l'étape à 9h.

Dès 14h, déjeuner au bivouac à l'arrivée.

A 20h, dîner au bivouac. 3e nuit sous tente.

* Le 6 mai - 3e étape : 20 km

Petit-déjeuner à 7h et départ de l'étape à 9h.

A 12h, remise des prix.

A 14h, déjeuner de gala typiquement marocain à l'occasion de la 10e édition du trail.

En fin de journée, vous partirez pour la ville de Meknès en minibus.



Dîner libre dans la médina
et nuit dans un **petit riad traditionnel**.



1h15
65 km





2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

07/05
Meknès /
Volubilis

Plongée dans l'histoire millénaire du Maroc



2h00
127 km

Après le petit-déjeuner, matinée de **visite libre de la médina de Meknès**.

Vous aurez l'impression de remonter à l'époque des dynasties Idrissides et Almohades. Quatrième ville du Maroc, Meknès reste à taille humaine. Magnifiques remparts et portes, palais El Mansour, mausolée Moulay Ismail, souks et tanneries, quartier juif... Prenez le temps de visiter à votre rythme. Déjeuner libre.



L'après-midi, direction le tout proche **site antique de Volubilis**.

Vous visiterez avec un guide les plus importantes ruines romaines du Maroc. La ville était l'une des capitales de Juba II, roi de Mauritanie, au premier siècle. Parmi les ruines, découvrez le capitole, l'arc de triomphe, les thermes, la basilique, la maison de Vénus... Visite d'environ 2 heures.



Faites un petit détour par **Moulay Idriss, la ville sainte**.

La ville aux toits verts surplombe les ruines de Volubilis. Elle abrite le mausolée du fondateur de la ville de Fès et descendant de Mahomet : c'est un haut lieu de pèlerinage pour les musulmans. Les ruelles de la médina, sur la colline offrent de belles vues sur la campagne environnante.

Retour à Fès et installation dans une maison de la médina, chez l'habitant (si groupe de plus de 6 personnes, installation dans 2 maisons proches).



Dîner avec la famille et nuit chez **l'habitant** (chambres de 2 ou 3 personnes, sdb partagée).





2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

08/05
Fès

Immersion à Fès

Préparez le petit-déjeuner avec la famille et apprenez quelques recettes ! Pour les lève-tôt, direction le four collectif pour cuire le pain.

Après le déjeuner, **visite guidée de 3h dans la médina** pour comprendre l'histoire de la ville et découvrir des lieux beaucoup plus secrets.

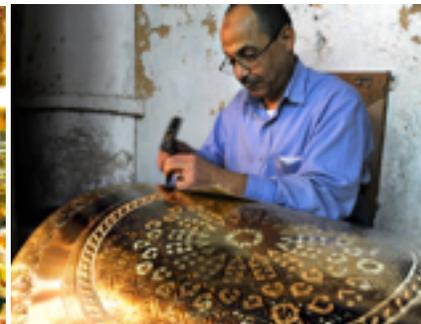
Déjeuner libre.

L'après-midi, profitez de votre temps libre. Continuez vos visites, faites du shopping ou détendez-vous dans un hammam.

Vous pourrez aussi partager des moments de vie quotidienne avec la famille.



Dîner avec la famille et 2e nuit chez **l'habitant**.



09/05
Maroc/
France

Fin de séjour

Après le petit-déjeuner, temps libre.
Transfert à l'aéroport et vol retour.



FORMALITES

Passeport en cours de validité

(valide jusqu'à 6 mois avant la date d'expiration)

Pas de visa pour le Maroc.

REPAS

Pendant le trail

- ◆ En pension complète
- ◆ Eau minérale fournie sur le bivouac et aux ravitaillements
- ◆ Ravitaillements complets eau et collation
- ◆ Déjeuner à l'arrivée de l'étape
- ◆ Repas chaud marocain au bivouac le soir (soupe, tajine, fruits...)

EQUIPEMENT

A prévoir pour le trail

Pour la course : sac de trail avec réserve d'eau d'1l obligatoire, chaussures & tenues de trail, bâtons (facultatif), casquette, lunettes de soleil, téléphone portable, couverture de survie

Sur le bivouac : sac de couchage obligatoire

PORTAGE

Vos bagages transportés

- ◆ Votre bagage sera pris en charge par l'organisation. Vous le retrouverez en milieu de journée au bivouac.

TRANSPORT

- ◆ Aérien non compris (en option)
- ◆ Navette aéroport-riad de Fès
- ◆ Minibus récent de 17 places pour les déplacements

HEBERGEMENT

Typiques & permettant les échanges avec les locaux

- ◆ 2 nuits en riad traditionnel dans la médina de Fès et Meknès
-> chambres de 2 personnes avec lits double ou jumeaux
- ◆ 2 nuits chez l'habitant à Fès
-> chambres partagées avec 2 ou 3 lits
- ◆ 3 nuits en bivouac en pleine nature
-> Bivouac avec tentes ou petits chalets, tentes collectives pour les repas, tente médicale, tente cuisine.

INSCRIPTION

Au Trail des Cèdres

- ◆ Etre âgé de + 18 ans
- ◆ Certificat médical de moins de 6 mois
- ◆ Assurance voyage personnelle couvrant les activités sportives de pleine nature



Nos
Authentik
Travellers



- EMMANUELLE -
Votre agent local au Maroc
& votre accompagnatrice
pendant le séjour



- ABDELKADER ELMOUAZIZ -
Organisateur du Trail des Cèdres
& coureur professionnel reconnu
(vainqueur Marathon de New
York, de Berlin...)

Le prix du séjour comprend

- * Les hébergements en chambre ou tente partagée, en petit déjeuner
- * Les transferts aéroport de Fès
- * Le transport en minibus vers Ifrane et pour les visites
- * Le dossard Trail des Cèdres
- * Le matériel bivouac (sauf sac de couchage)
- * Pension complète du dîner jour 2 au déjeuner jour 5 avec l'eau minérale
- * Les dîners des jours 6 et 7
- * La visite guidée de Volubilis
- * La visite guidée de 3h de Fès

Le prix ne comprend pas

- * Les vols internationaux (*option, nous consulter*)
- * Les pourboires (env. 30€/pers.)
- * Les équipements personnels de trail et le sac de couchage
- * Les déjeuners des jours 1, 2, 6, 7 et 8
- * Les dîners des jours 1 et 5
- * Les entrées dans les musées/monuments à Fès et Meknès
- * Les dépenses personnelles (boissons, souvenirs...)
- * Les assurances voyage personnelles

Tarif groupe
10 pers.
450€/pers
hors vol

Détail tarifs :

Groupe 4 pers : 600€/pers
Groupe 6 pers : 540€/pers
Groupe 8 pers : 480€/pers

Supplément single
(si groupe impair) : 50€
Réduction trail 2 étapes : 50€

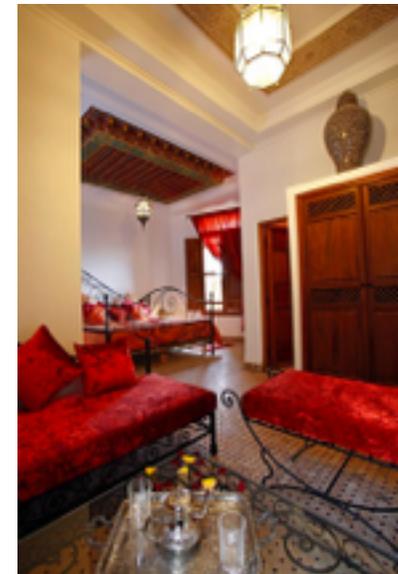
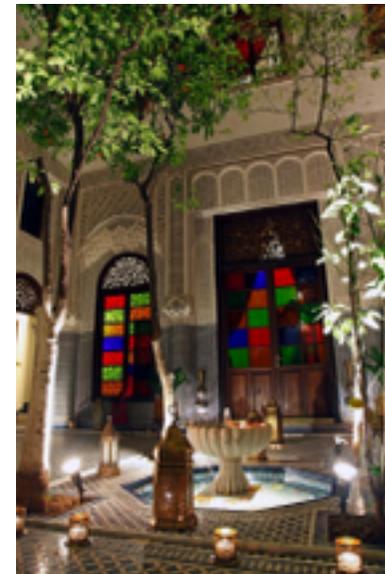


3 | ZOOM HEBERGEMENT

Fès

Riad authentique dans la médina

- ▶ Très belle résidence fassi dans la médina
- ▶ Raffinement et décoration digne de 1001 nuits
- ▶ Patio arboré et grande terrasse sur le toit
- ▶ Grandes chambres avec un petit salon et une belle salle de bain
- ▶ Petit-déjeuner succulent !



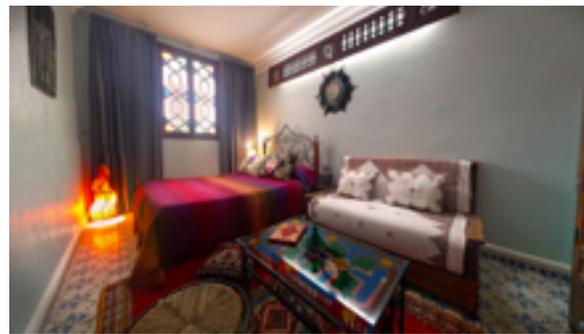
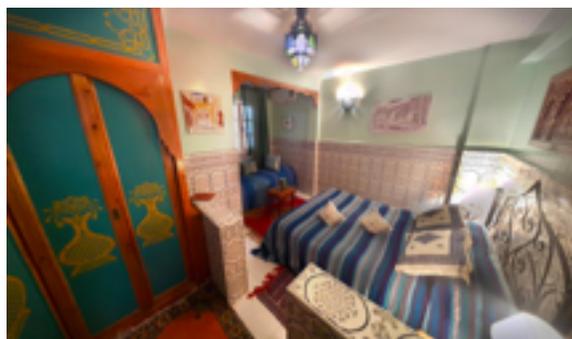


3 | ALOJAMIENTO DE DETALLE

Meknès

Riad traditionnel dans la médina

- ▶ Idéalement situé dans la médina
- ▶ Decoration typique avec zelliges et salons marocains
- ▶ Grande terrasse sur le toit avec vue sur la ville
- ▶ Grandes chambres avec coin salon





3 | ZOOM HEBERGEMENT

Fès

Chez l'habitant - exemples de maisons

- ▶ Maison familiale de type riad dans la médina
- ▶ Partagez des moments de vie avec les vrais habitants
- ▶ Chambres partagées de 2 ou 3 personnes, confort simple
- ▶ Sdb partagée
- ▶ Repas traditionnels avec la famille





www.authentik-traveller-maroc.com

Photos & reportages sur le vrai Maroc :
www.authentik-traveller-maroc.com/leblog



Emmanuelle
authentik.traveller@gmail.com
Whatsapp +33 6 12 33 34 94