



Ascensiones a 4000s, Toubkal

Cordillera del Atlas, Marruecos



ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Datos básicos	2
2.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	2
3	Programa	2
3.1	Programa resumen	2
3.2	Programa detallado	3
4	Más información	5
4.1	Incluye.....	5
4.2	No incluye	5
4.3	Ropa y material necesario	5
4.4	Observaciones.....	6
4.5	Enlaces de interés	7
4.6	Puntos fuertes.....	7
5	Otros viajes similares	8
6	Contacto	8

1 Presentación

Marruecos es un país de contrastes y de naturaleza salvaje. Su situación en **África** lindando con el **Mediterráneo** y su variada geografía le proporciona multitud de ecosistemas (alta montaña, desierto etc) ideales para conocer este país durante todo el año ya sea en las altas montañas del **Alto Atlas** , en el **Desierto** o en la zona del **Rift**.

El objetivo del viaje es adentrarnos en el corazón de la cordillera del **Alto Atlas** y ascender a la montaña más alta de **Marruecos** que es el **Toubkal** (4.167 m) y a otras cimas de la zona.

El viaje se puede dividir en tres partes. La primera se desarrolla con base en el **refugio del Toubkal** y ascendiendo además del **Toubkal** de otras cimas de interés. En la segunda parte del viaje nos alojaremos en guesthouse típicas del país para que puedas conocer la cultura, costumbres y comida de los habitantes de estas montañas y ascenderemos a otras dos cumbres.

El final de viaje será en **Marrakech** donde tras nuestra aventura daremos un paseo por los lugares más emblemático de la ciudad y despediremos el viaje con una buena cena.

Viaja a **África** y vive una experiencia inolvidable.

2 Datos básicos

Destino: Marruecos

Actividad: Ascensiones.

Nivel físico: **. Nivel técnico: **.

Duración: 8 días

Época: De Diciembre a Abril

Grupo mínimo-máximo: 4-10 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino.

*Observaciones.

Nivel físico para personas que puede hacer desniveles de entre 900 y 1.200 metros diarios a ritmo tranquilo.

3 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

3.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo a **Marrakech**. Recepción de los participantes y traslado al hotel.

Noche en hotel en Marrakech.

Día 2. Traslado de **Marrakech-Imlil** (1.740 m) en vehículo y ascenso al **Refugio del Toubkal** (3.207 m).

Noche en el refugio.

Distancia 12 km Desnivel + 1500 m Tiempo 4-5 h

Día 3. Ascenso al **Ras Ouanoukrim** (4.083 m) y **Timesguia** (4.088 m)

Distancia 9 km Desnivel + 1.050 m Desnivel – 1.050 m

Noche en el refugio.

Día 4. Ascenso al **Toubkal** (4.167 m).

Desnivel + 980 m Desnivel – 980 m Desnivel – 980 m

Noche en el refugio.

Día 5. Ascenso al **Akioud** (4.030m). Después bajaremos por el valle hasta **Imlil** (2.350 m).

Tras tomarnos un descanso emprenderemos el camino de regreso a **Imlil**.

Distancia 8 km Desnivel + 850 m Desnivel – 850 m

Noche en alojamiento de huéspedes en **Imlil**.

Día 6. Ascenso al **Tizi Likemt** (3.625 m) desde **Tacheddirt** (3.555 m).

Distancia 8 km Desnivel + 1.200 m Desnivel – 1.200 m

Noche en alojamiento de huéspedes en Tachdirte.

Día 7. Ascenso al **Bouyguenoun**.

Alojamiento en hotel en Marrakech

Día 8. Traslado al aeropuerto. Viaje de regreso.

*Opción de pasar un día más en Marruecos (consultar).

3.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo a **Marrakech**. Recepción de los participantes y traslado al hotel.

Noche en hotel en Marrakech.

Día 2. Traslado de **Marrakech-Imlil** (1.740 m) en vehículo y ascenso al **Refugio del Toubkal** (3.207 m).

Traslado a **Imlil** en vehículo (2 horas). Desde aquí realizaremos la aproximación hasta el refugio. Dispondremos de mulas que nos subirán el material de montaña hasta que la nieve lo permita.

Noche en el refugio.

Distancia 12 km Desnivel + 1500 m Tiempo 4-5 h

Día 3. Ascenso al **Ras Ouanoukrim** (4.083 m) y **Timesguia** (4.088 m)

Esta cima está situada al sur del circo montañoso donde se encuentra el refugio. La orientación de avance será prácticamente hacia el sur durante toda la aproximación a la cima. El descenso tiene una orientación prácticamente norte y noreste durante buena parte del mismo.

Recorreremos el valle que da acceso al collado de Tizi-n'Ougane y luego avanzaremos por una arista hasta alcanzar la cima. Antes, sin añadir mucho más desnivel, podremos añadir a nuestras piernas la cima de **Timesguida**.

El descenso lo realizaremos por un itinerario distinto al de subida desde la cumbre del **Ras Ouanoukrim**.

Distancia 9 km Desnivel + 1.050 m Desnivel – 1.050 m

Noche en el refugio.

Día 4. Ascenso al Toubkal (4.167 m).

En esta jornada nos espera el **Toubkal** que es la cima más alta de **Marruecos**. El ascenso lo acometeremos por su ruta normal que es un valle de orientación oeste que rápidamente nos permitirá ganar metros.

Desde la cumbre las vistas son impresionantes y sin lugar a duda nos despertará las ganas de explorar más valles de esta fantástica cordillera.

El descenso lo podremos realizar por el valle de ascenso o bien por un valle paralelo situado un poco más al norte y con misma orientación que el valle recorrido durante la subida.

Desnivel + 980 m Desnivel – 980 m Desnivel – 980 m

Noche en el refugio.

Día 5. Ascenso al Akioud (4.030m). Después bajaremos por el valle hasta Imlil (2.350 m).

La ascensión al **Akioud** se realiza por un valle de orientación NE. La parte final suele requerir el uso de crampones y piolet. El descenso se realiza por el mismo itinerario de ascenso. Será una buena fina que pondrá fin a esta parte del viaje.

Distancia 8 km Desnivel + 850 m Desnivel – 850 m

Tras tomarnos un descanso emprenderemos el camino de regreso a **Imlil**.

Noche en alojamiento de huéspedes en **Imlil**.

Día 6. Ascenso al Tizi Likemt (3.625 m) desde Tacheddirt (3.555 m).

La cordillera del Atlas ofrece al montañero multitud de valles y cimas para recorrer y queremos añadir a este viaje la opción de conocer otros lugares de interés

A primera hora de la mañana haremos el traslado en vehículo hasta **Tachdirte** que será el punto de partida de esta jornada.

En dirección S-SE recorreremos un valle hasta alcanzar la cabecera del mismo. Si las condiciones son buenas alcanzaremos la cima del **Tizi Likemt**.

El regreso lo haremos por el mismo itinerario.

Distancia 8 km Desnivel + 1.200 m Desnivel – 1.200 m

Noche en alojamiento de huéspedes en **Tachdirte**.

Día 7. Ascenso al Bouyguenoun.

Tras finalizar la actividad, emprenderemos viaje de regreso a **Imlil** y posteriormente a **Marrakech**.

Alojamiento en hotel en Marrakech

Día 8. Traslado al aeropuerto. Viaje de regreso.

*Opción de pasar un día más en Marruecos (consultar).

4 Más información

Precio. 650 € por persona.

4.1 Incluye

- Guía local.
- Transporte privado durante todo el viaje.
- 2 noches de alojamiento con desayuno en hotel en Marrakech, 2 noches en guesthouse con desayuno, 3 noches en refugio en régimen de media pensión.
- Los almuerzos están incluidos en las jornadas que se hace montaña.
- Mulas de carga para el acceso al refugio y el posterior descenso del mismo (hasta que la nieve lo permita)
- Gestión de reservas.

4.2 No incluye

- Vuelo a Marrakech. Muntania Outdoors se lo puede gestionar (25 euros por gestión de vuelo)
- Cenas las noches en Marrakech.
- Agua y bebidas.
- Cualquier actividad adicional (entrada museos, etc).
- Propinas.
- En el caso de que no todos los pasajeros aterricen y despeguen a horas similares el traslado desde el aeropuerto a Marrakech ida y vuelta no está incluido.

4.3 Ropa y material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila para esquiar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 25-30 litros).
- Crampones y piolet.
- Material de seguridad: DVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Casco.
- Ropa técnica para la actividad:
 - Calcetines.
 - Pantalón impermeable.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.

- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

4.4 Observaciones

Nivel físico y técnico requerido

Se requiere experiencia previa en el manejo de piolet y crampones. Nivel físico para personas que pueden hacer desniveles de entre 800 y 1.200 metros diarios a ritmo tranquilo.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión en caso de ser necesario

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso, número de maletas a facturar en bodega y si factura maleta**. Antes de comprar el mismo le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Respecto al transporte de material, tendrá que solicitarnos facturar una maleta. En cabina lleve la mochila de ataque con el resto de cosas que no ha metido en la maleta. En esa mochila lleve ropa, guantes, gafas etc por si la maleta le llegara con retraso poder hacer actividad.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra del mismo. Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Equipaje y material

Rogamos sean comedidos con el equipaje ya que por las tardes necesitarán pocos cambios de prendas.

Idioma. Árabe Marroquí, lenguas Bereberes en las montañas y el campo y el francés.

Diferencia horaria con España. 1 hora menos.

Moneda. Dírham marroquí. Se puede cambiar en el aeropuerto.

Seguro de accidentes/viaje

Es **obligatorio** que disponga de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

También le recomendamos que tenga un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tiene cualquier problema que le impida viajar. Puede adquirir un seguro de accidentes/rescate/seguro de viaje + cancelación.

Consulte los precios y condiciones de los **seguros** de **Galia** e **intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

4.5 Enlaces de interés

www.visitmorocco.com/en/index.php/esl

4.6 Puntos fuertes

- Contraste cultural y gastronómico
- Cercanía en cuanto a traslados.
- Magnífica cordillera para el alpinismo.
- Muchas opciones de ascensiones distintas.
- Alejado del turismo de masas.

5 Otros viajes similares

- Objetivo Elbrus (5.642 m). Expedición al Cáucaso
- Objetivo Mont Blanc, vía normal. Valle de Chamonix

6 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).