



UNIVERSIDAD DE BURGOS

2002 - 2020

REALIZANDO TREKKINGS EN MARRUECOS



# ALTO ATLAS - MARRUECOS

## La cima y las gargantas del M'goun (4.071 m)



La travesía “**La cima y las gargantas del M'Goun**” son aproximadamente 100 kms de recorrido realizados a pie en 6 días por una de las cordilleras menos frecuentadas por los montañeros europeos.

La ruta transcurre por alguna de las zonas más pintorescas y mejor preservadas de todo el **Alto Atlas marroquí** y solo se puede hacer entre los meses de junio a septiembre. Al contrario de lo que mucha gente piensa, no debes preocuparte por el calor ya que la mayor parte de la ruta transcurre por encima de los 2500 metros. Sin embargo si debes esperar frío el día de la subida a la cima y durante las dos noches que pasamos alrededor de los 3000 m. de altura

Desde el **valle de Bougamez**, un lugar que ha sabido conservar prácticamente intacta una arquitectura rural de una belleza sorprendente, se accede a la llanura de **Tekeditt** donde se congrega durante el verano una importante población de nómadas. Desde Terkeditt se sube a la cresta del **Mgoun**, que nos llevará en un paso largo pero sin complicaciones hasta la cima. El trekking termina atravesando el imponente **cañón del río M'Goun**, lo que sin duda será otra de las experiencias difíciles de olvidar.

### Resumen del Viaje

**Fechas: Julio**

Día 6: Llegada a Marrakech - Abachkou  
Día 7: Trekking Abachkou - Campamento  
Día 8: Trekking Campamento - Terkeditt  
Día 9: Trekking Terkeditt - Mgoun - Oulilimit  
Día 10: Trekking Oulilimit - Tragherft

Día 11: Trekking Tragherft - Ifasfas  
Día 12: Trekking Ifasfas - Aguerzakka  
Día 13: Kasbah Itran - Marrakech  
Día 14: Vuelo de regreso



## **Día 6: Marrakech - Abachkou**

Recogida en el aeropuerto para ponernos en camino hacia **Ait Bougamez**. Es un viaje de unas 5 horas aproximadamente para llegar a la aldea de **Abachkou (1665 m)**.

Alojamiento: **Gite d'étap**: casa familiar acondicionada para recibir a turistas. Esta primera gite de nuestra etapa es muy cómoda, tiene varias habitaciones, salón comedor amplio, terraza exterior, aseos occidentales y duchas de agua caliente.

Comidas incluidas: cena.

## **Día 7: Trekking Abachkou (1665 m) - Campamento (2625 m)**

**16,4 km, ↑1132 ↓196: 8 h**

Atravesamos varias aldeas, **Rougolt** entre ellas, y comenzamos a subir de forma progresiva. Tras atravesar un **pequeño cañón**, la subida se hace más empinada hasta llegar a la zona donde montaremos nuestro **campamento a 2625 m de altura**, un sitio muy apartado y tranquilo en plena montaña.

Alojamiento: Tiendas de campaña. Comidas: todas.



**Día 8: Campamento (2625 m) - Terkeditt (2933 m)**

14,5 km, ↑675 ↓417: 8h

Una jornada muy montañera. El camino nos sitúa en la otra vertiente desde donde tendremos unas bellas vistas sobre el **Valle de Tassaout**. Rápidamente ganamos altura dejando abajo el valle. Sobre los 3000 metros comenzamos una subida muy fuerte para acceder al **collado de Rougolt (3195 m)**. Este es un punto delicado para las mulas, lo tienen que hacer despacio, de una en una y ayudadas por los muleros. A partir de aquí descendemos hasta la **llanura de Terkeditt** donde montaremos el campamento cerca del refugio. Se trata de una construcción sencilla pero que cuenta con baños y duchas de agua caliente, todo un lujo teniendo en cuenta donde estamos. Estas duchas se pueden utilizar pagando una pequeña cantidad.

Alojamiento: Tiendas de campaña. Comidas incluidas: todas.

**Día 9: Terkeditt (2933 m) - Cima del M'Goun (4071 m) - Oulilimit (2700 m)**

18 km, ↑1155 ↓1424: 10h

Si realmente no te encuentras con fuerzas o sencillamente no te apetece, puedes ahorrarte la subida a la cima e ir por el camino que siguen las mulas hasta **Oulilimit** donde nos reuniremos con el resto del grupo.

En cuanto a la subida: se debe iniciar muy temprano, sobre las 4:30 como tarde por lo que al principio son imprescindibles los frontales. Es una subida sencilla, sin ningún paso técnico, pero muy "disfrutona", especialmente el recorrido de la larga cresta que conduce a la cima. La bajada comienza en una casajera de gran desnivel, muy divertida para los que les guste lanzarse en este tipo de descensos. El terreno va perdiendo desnivel progresivamente hasta llegar a la llanura de un río seco.

A un ritmo normal, son 6 horas de subida y 4 de descenso aunque hay que prever hasta 12 horas en total en grupos con menor ritmo.

El campamento lo montamos a la orilla del río donde, si el tiempo acompaña, podremos darnos nuestro primer baño.

Alojamiento: Tiendas de campaña. Comidas incluidas: todas.



CRÉSTA DEL M'GOUN



## **Día 10: Oulilimit (2700 m) - Tragherft (2152 m)**

19 km, ↑333 ↓727: 7.30 h

Un día de constantes subidas y bajadas en el que atravesamos una zona de una gran belleza geológica, **"Los penitentes de Oulilimit"**. Se trata de un conjunto de formaciones rocosas que la erosión producida por el viento y el agua han transformado en un paisaje muy singular. Desde aquí llegamos a los prados de alta montaña de **Aflafal** (2296 metros), el lugar que marca el nacimiento del río Mgoun, y posteriormente a **Tigrement ait ahmed**, una pequeña fortificación en estado de ruina que marca la cabecera del nuevo valle.

Alojamiento: Gite d´etap, mas sencilla que la del primer día pero muy acogedora y enclavada en una bella aldea que merece la pena recorrer tranquilamente antes de la cena.

Comidas incluidas: todas.





## **Día 11: Tragherft (2152 m) - Ifasfas (1867 m)**

17 km, ↑179 ↓406: 6 h

Abandonamos Tragherft a través de las vegas de cultivo dispuestas junto al río. En unos 90 minutos llegamos a nuestro destino: la entrada al **cañón del Mgoun**.

Para recorrerlo es necesario calzarse unas sandalias de andar o unas deportivas viejas, cualquier cosa pero que sea algo cómodo ya que son varias horas de entradas y salidas del curso del río. Recorrer este magnífico marco natural que es el cañón del Mgoun es una experiencia difícil de realizar en España. De unas dimensiones considerables, tanto en longitud como en altura, recorrerlo supone adentrarse en un mundo oculto que nos provoca fuertes sensaciones.

Un punto muy interesante es el camino construido con piedras y maderas y que te permite acceder a la primera altura del cañón. Es imposible imaginar las dificultades que tuvieron que afrontar para construirlo.

Si todos los lugares donde hemos montado la tienda son espectaculares, **Ifasfas** no se queda atrás. Rodeados por los muros imponentes del cañón, el sonido del agua y la paz del lugar, sin duda pasaremos una noche memorable.

Alojamiento: Tiendas de campaña.

Comidas incluidas: todas.



**Día 12: Ifasfas (1867 m) - Aguerzakka (1750 m). Transfer a Kasbah Itran**

12 km, ↑253 ↓316: 5 h

Último día de trekking. Seguimos avanzando por el cañón que se va abriendo poco a poco hasta llegar al comienzo del **Valle de las Rosas**. Aquí el adobe es predominante en las construcciones. También los tatuajes y la vestimenta de las mujeres bereberes denota sutiles diferencias respecto a la primera parte del recorrido.

El punto final es la aldea de **Aguerzakka** donde comemos. También es el lugar donde nos despedimos de los muleros, ellos tienen que seguir con las mulas hasta sus hogares. Han hecho un trabajo estupendo y una buena propina es lo mínimo que nos apetece hacer por ellos.

Una furgoneta local, marca Mercedes de mas de 30 años, nos recogerá para llevarnos en unos 90 minutos hasta **Kasbah Itran** en la localidad de **El Kelaa Mgouna**.

Alojamiento: Kasbah Itran.

Comidas incluidas: todas.



PARTE SUPERIOR DEL CAÑÓN

**Día 13: Transfer Kasbah Itran - Marrakech**

Traslado a **Marrakech** (6 horas aproximadamente) donde nos alojaremos en un Riad situado en plena medina y a tan solo 3 minutos de la Plaza de Jamaa el Fna.

Este día es por libre, sin guía.

Comidas incluidas: desayuno.

**Día 14: Traslado al aeropuerto**

Comidas incluidas: desayuno.



AGUERZAKKA. FOTO DE FIN DE TREK

## DATOS ÚTILES Y PRÁCTICOS

### > EL EQUIPAJE

DEBE REDUCIRSE AL MÁXIMO Y SE ACONSEJA REPARTIRLO ASÍ:

**MOCHILA o BOLSA GRANDE:** SERÁ PORTEADA POR LAS MULAS Y EN ELLA ESTARÁ EL MATERIAL DE MONTAÑA, EL SACO, ETC, **MOCHILA PEQUEÑA:** LA CARGAREMOS NOSOTROS Y EN ELLA LLEVAREMOS LO QUE NECESITEMOS PARA UNA JORNADA (AGUA, CÁMARA DE FOTOS...) JUNTO CON EL PASAPORTE.

**BOTAS DE MONTAÑA:** SUBE CON ELLAS AL AVIÓN, ASÍ PODRÁS TENERLAS EN CASO DE EXTRAVÍO DEL EQUIPAJE.

**DINERO:**

LA MONEDA MARROQUÍ ES EL DIRHAM (1 DH= 0,10 EUROS).

SE PUEDE CAMBIAR EN EL AEROPUERTO DE MARRAKECH

### > LA TRAVESÍA:

NO HACE FALTA SER UN EXPERTO MONTAÑERO PERO SI CONTAR CON UN BUEN ESTADO FÍSICO. **LO QUE SI ES ABSOLUTAMENTE IRRESCINDIBLE ES TENER UN ESPÍRITU MUY ABIERTO Y SABER CONVIVIR EN GRUPO.**

SE UTILIZARÁN MULAS PARA EL TRANSPORTE DE LA CARGA Y LOS VIAJEROS MARCHARÁN A PIÉ EN JORNADAS DE 7 A 9 HORAS EN COMPAÑÍA DEL GUÍA, LOS RESPONSABLES DE LAS MULAS Y EL COCINERO.

### > PRECIO POR PERSONA:

CON TD : 495,00 EUROS

SIN TD: 525,00 EUROS

GRUPOS REDUCIDOS DE UN MÁXIMO DE 14 PERSONAS Y UN MÍNIMO DE 5.

EL PRECIO INCLUYE SEGURO DE VIAJE, TRASLADO AL AEROPUERTO PARA LAS PERSONAS QUE COJAN EL MISMO VUELO QUE EL SEÑALADO POR LA ORGANIZACIÓN, RIAD EN MARRAKECH, TODOS LOS DESPLAZAMIENTOS EN VEHÍCULO Y COMIDAS SEGÚN PROGRAMA, GUÍA LOCAL, TODO LO NECESARIO PARA LA REALIZACIÓN DE LA TRAVESÍA (COCINERO, MULAS, COMIDA, ALOJAMIENTO...), NOCHE EN KASBAH ITRAN. NO INCLUYE AGUA MINERAL.

### > CONDICIONES Y MODO DE REALIZAR LA RESERVA:

1.-Realiza el ingreso de 200,00 EUROS en concepto de reserva de plaza y pago del seguro de viaje en La Caixa  
IBAN: ES47 2100 2150 1721 0054 9588 indicando tu nombre y apellidos. Este dinero solo se devolverá en caso de no realizarse el viaje o de no tener plaza en el mismo. El resto del dinero se ingresará en la misma cuenta 20 días antes del viaje.

2.-Rellenar el [formulario de inscripción online](#) adjuntando en el mismo el comprobante de haber realizado el ingreso.

Desde Deportes UBU te confirmaran la recepción, la disponibilidad y si debes sacar ya el billete de avión o de esperar.  
3.-Mandar una fotocopia del DNI a: [angel@kasbahitrans.com](mailto:angel@kasbahitrans.com)

### > VUELOS A MARRUECOS:

NO ESTÁ INCLUIDO EN EL PRECIO. LA ORGANIZACIÓN RECOMIENDA:

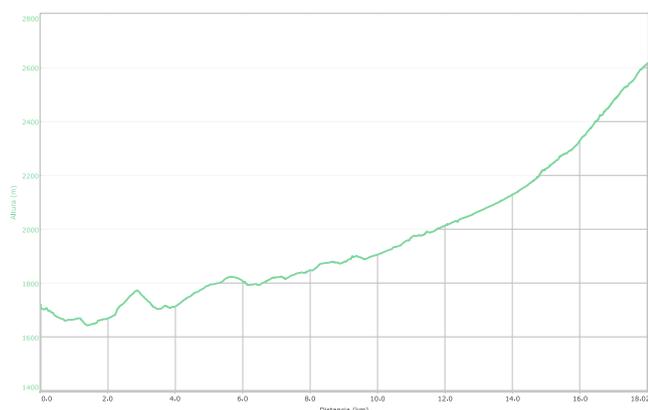
RYANNAIR	
06 JUL 20	14 JUL 20
15:10	20:55
MADRID	
↓	↑
MARRAKECH	
16:15	17:55

### + INFORMACIÓN:

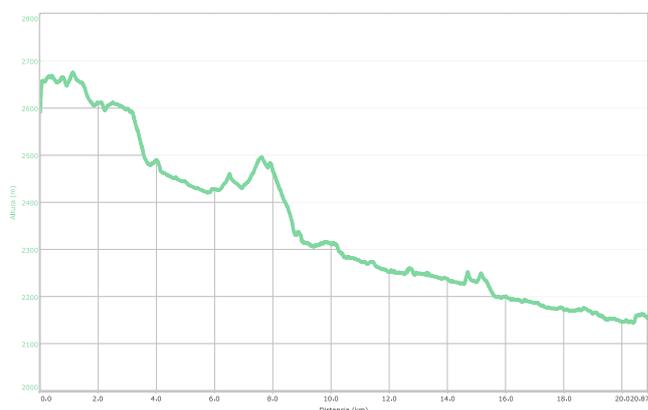
SERVICIO DE DEPORTES  
UNIVERSIDAD DE BURGOS  
TLF.:947258033

## GRÁFICAS GPS DEL RECORRIDO

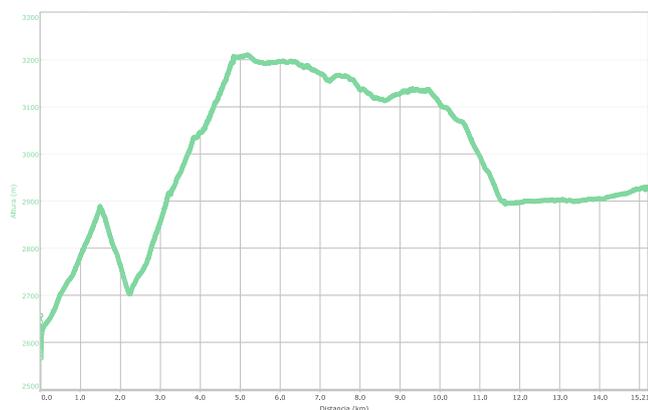
### 1- Abachkou (1665 m) - Campamento (2625 m)



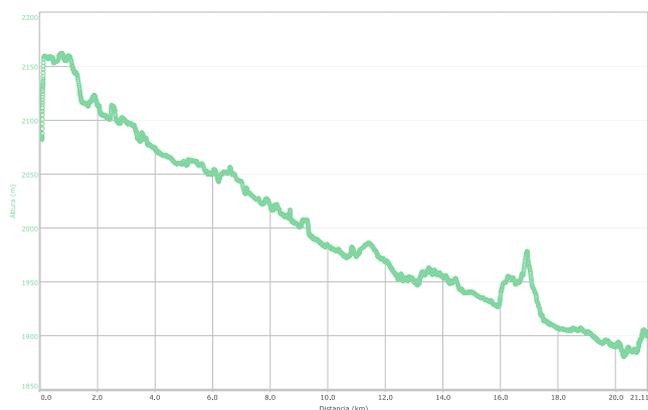
### 4- Oulilimit (2700 m) - Tagherft (2152 m)



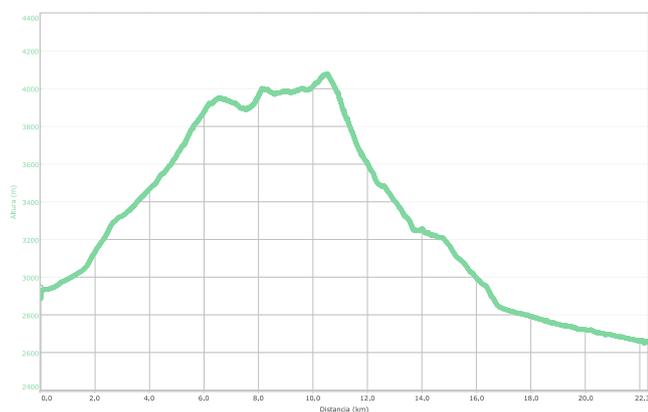
### 2- Campamento (2625 m) - Terkeditt (2933 m)



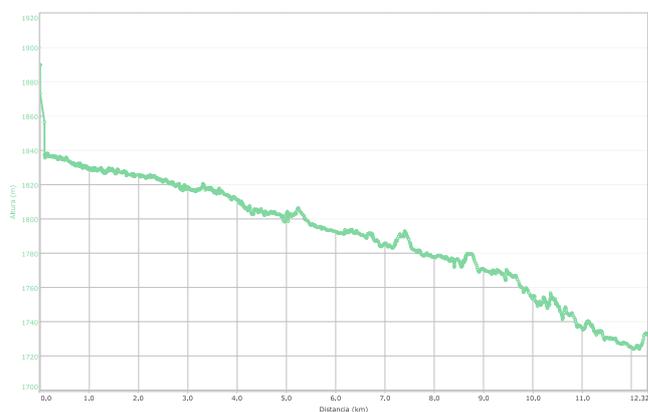
### 5- Tagherft (2152 m) - Isfafas (1867 m)



### 3- Terkeditt (2933 m) - Oulilimit (2700 m)



### 6- Isfafas (1867 m) - Aguerzakka (1750 m)





UNIVERSIDAD DE BURGOS



*Kasbah Itran*  
**Trekking al Mgoun**

Del Valle de Ait Bougamez al valle de las Rosas



## LISTADO DE EQUIPAJE

### DOCUMENTOS

- Pasaporte válido para al menos 6 meses
- Documentos de los vuelos

### MATERIAL PARA EL TREKKING

- Mochila grande porteadada por los animales de carga.
- Mochila pequeña para llevar tus cosas
- Protección solar, cacao, crema hidratante
- Gafas de sol
- Pastillas potabilizadoras de agua
- Cantimplora o botella 1,5 litros
- Linterna Frontal
- Pilas de repuesto
- Bastones de trek si los usas habitualmente
- Saco de dormir, no vale uno de verano.

### ROPA

- Pantalones de Trekking de otoño - primavera
- Camisetas térmicas
- Forro polar o plumífero
- Chaqueta de montaña impermeable tipo Goretex o similar.
- Guantes con cortavientos
- Bug o braga y gorro
- Calcetines 3 ó 4 pares
- Pantalón corto
- Bañador
- Camisetas manga corta
- Gorra para el sol
- Calzado cómodo y usado tipo botas o zapatillas de Trekking
- Zapatillas deportivas viejas o sandalias de andar para el cañón.
- Sandalias para las duchas

### HIGIENE PERSONAL

- Toalla
- Papel higiénico o toallitas húmedas
- Artículos de aseo personal
- Jabón seco de manos
- Pequeño botiquín personal que al menos debe contener sales minerales, analgésicos y desinfectantes

### MATERIAL APORTADO POR LA ORGANIZACIÓN

- Cubiertos
- Útiles de cocina
- Tiendas de campaña
- Esterillas

**SUMMIT**  
MONTAÑA & OUTDOOR

Calle San Juan 15, 09004 Burgos tfn. 947 06 50 80



WWW.TIENDASUMMIT.COM

La tienda **SUMMIT** de Burgos ofrece a todos nuestros clientes las siguientes ventajas y servicios:

**ASESORAMIENTO PERSONALIZADO:** TANTO PARA ROPA DE MONTAÑA COMO PARA MATERIAL DE DEPORTES DE AVENTURA. ACÉRCATE A LA TIENDA SI VIVES EN BURGOS O PONTE EN CONTACTO POR TELÉFONO SI NO ES ASÍ.

**DESCUENTOS :** CONTRATANDO CUALQUIERA DE NUESTROS VIAJES, PODRÁS DISFRUTAR DE UN DESCUENTO DEL 10 % EN ROPA Y DEL 7 % EN CALZADO DE MONTAÑA Y MATERIAL DURO.