



¡Alta Montaña!
¡Sólo federados!

M'GOUN (4.071 mt.), Atlas (Marruecos)

***Trekking de 2 días más subida, visita a las cascadas de Ouzoud y Marrakech.
Semana Santa 2013, del 27 de marzo al 2 de abril.***

El M'Goun es la 4ª montaña más alta del norte de África, una montaña donde el agua está muy presente, situada en el Atlas, con una pluviometría reseñable. Veremos la belleza del agua en sus distintas formas, nieve, hielo, ríos originados por el deshielo, las fantásticas cascadas de Ouzoud. Pisaremos sendas increíbles que comunican olvidados poblados bereberes, elevados valles y encajonados cañones.

Pero además, este trekking nos permite conocer el viejo y el nuevo Marruecos. Nos adentraremos en sus valles y pueblos más olvidados, visitaremos la bulliciosa y multicolor plaza de Marrakech, veremos unas espectaculares cascadas. Aparte de subir a un cuatro mil, objetivo de la expedición.

Durante el trekking se porta la mochila pequeña con lo necesario para el día, y las mulas transportan la mochila grande.



Nota: Las fotos corresponden al viaje que hicimos en el 2007.

PROGRAMA

1. **27 Marzo 2013:** Salida desde España y llegada al aeropuerto de Marrakech, traslado desde el aeropuerto hasta el hotel donde dormiremos, visita libre a la ciudad.

2. **28 Marzo 2013:** Traslado desde Marrakech hacia las cascadas de Ouzoud, parada para ver las cascadas y comida, luego seguiremos la carretera hasta Agouti (1900m) de Ait Bougummez, donde encontraremos nuestras mulas, muleros y cocinero. Primera noche en jaimas, 6:30 horas de coche.
3. **29 Marzo 2013:** Empezamos el trekking desde Agouti subiendo el valle de Arous, comida en Ikkis n'Arous y subiremos hasta Afoud (3600m) antes de bajar a Tarkaddit (2970m). Segunda noche en Jaimas, 8:30 horas caminando.
4. **30 Marzo 2013 :** El día de subir el M'Goun (4071m), a las 5 a.m. empezamos la subida, espléndidas vistas, en la cima descanso y comida antes de empezar la bajada hasta Almou-n-Zaroual (2770m). 9 Horas andando, noche en Jaimas.
5. **31 Marzo 2013:** Saldremos desde Almou-n-Zaroual (2770m) bajando hasta Ifri n'oukhlifa subiremos Tizi n'ait Imi montaña de 2990m, luego bajaremos a Aghbalou n'ait Imi donde pararemos para comer algo antes de seguir nuestro camino hasta la casa donde dormiremos en el pueblo Alt Imi.
6. **01 Abril 2013:** Traslado a Marrakech, visita la ciudad, noche en el hotel.
7. **02 Abril 2013 :** Traslado al aeropuerto y vuelta a casa.

NOTA : *Estamos negociando cambiar el programa y pasar la visita a las cascadas de Ouzoud para después de la subida al M'Goun. También se puede cambiar por causas meteorológicas.*



Duración: 7 días.

Nivel: Difícil, se requiere experiencia de tres miles en invierno, soportar bien la altura, haber hecho las practicas invernales, buena preparación física.

Alojamiento: 2 noches de hotel en Marrakech, 3 en jaimas y 1 en albergue.

Comida: Durante el trekking llevamos un cocinero que nos preparará cenas calientes y a mediodía ensaladas, bocatas y alimentos para picar.

Equipo: Para Marrakech y los traslados ropa de entretiempo, a medida que vamos subiendo necesitaremos ropa para el frío e impermeable, un saco de dormir de buena calidad, un par de botas de montaña polivalentes (botas y zapatillas), una mochila o maleta resistente para el viaje en mula y otra mochila de día y una cantimplora de 1.5 l. Piolet y crampones.



Guías: Guía de montaña nativo y guía de ASM.

Precio: Socios ASM: 285'00 €

No socios federados: 325'00 €

No está incluido el viaje en avión

Grupo: 20 personas.

RESERVA: *La reserva se debe hacer cuanto antes, dado que las plazas son limitadas. Al hacer la reserva se ingresarán la cantidad de 100'00 euros en la Cuenta de la Agrupación de Senderistas y Montañeros de la Región de Murcia abierta en Banesto. El resto se pagará con anterioridad al viaje. Plazo límite 1 de marzo de 2013. La cuenta de ingreso es:*

0030 3014 87 0001291271

Para reservar es necesario mandar un email a Carmen:

reservas@asmregiondemurcia.org

Las cancelaciones posteriores al 21 de febrero tienen penalización de 50'00 euros





EL PRECIO INCLUYE:

- Traslados desde el Aeropuerto al Hotel.
- 2 noches en un hotel de Marrakech (incluido el desayuno).
- La comida en el camino (la de ir y la de volver) del trekking.
- Los muleros y las mulas.
- Cocinero durante el trekking.
- Noche en una casa.
- Guía de montaña. No incluye guía en Marrakech
- Material de trekking (jaimas, colchonetas, material de cocinar...)
- Comida por 20 personas durante el trekking.
- Los traslados.

No incluye:

- Material personal de trekking: ropa, botas, piolet,....
- Bebidas: Agua, cerveza,...
- Billetes de avión.
- Las cenas en Marrakech.
- Y todo lo no especificado en el apartado de "incluye".

Un día de sendero, Una semana de salud

La Agrupación de Senderistas y Montañeros programa **paseos senderistas** (muy fáciles, incluso para niños o personas de edad avanzada), **excursiones senderistas y montañeras** (para personas con algo de experiencia y forma física) y de **alta montaña** (para montañeros con experiencia y buena forma física) todas las semanas. También hacemos **escalada** y **carreras por montaña**, entre otras actividades por la naturaleza. Salvo las excursiones de escalada y montaña (reservadas a federados), las demás están abiertas a cualquier persona que ame la naturaleza, la montaña y el senderismo, previa invitación si no es socio.

Cada año nuestro programa de excursiones tiene un lema, un eje central bajo el que se desarrollan. Anteriores programa han tenido como lemas: *El Agua*, *El Bosque Mediterráneo*, *Senderos con Historia* y

Encanto, El Río Segura, Las Cuatro Estaciones, Senderos Mágicos-Montañas Sagradas, Árboles y Arboledas singulares o Afluentes y Embalses de la Cuenca del Segura, Monumentos Naturales o Lo Mejor de lo Mejor, que hemos realizado durante 2011, coincidiendo con nuestro décimo aniversario.

Para 2012 nuestro lema fue: **FORTALEZAS Y SANTUARIOS**. Recorridos cargados de magia y leyenda por los santuarios naturales y religiosos que ofrece nuestro entorno excursionista, por las fortalezas humanas o naturales que se levantan en los caminos del valle o la montaña.

Para 2013 nuestro lema es: **EL AGUA EN LA NATURALEZA**. Recorridos por la naturaleza que tienen como eje el vital elemento en todas sus formas (agua, nieve, vapor, hielo) y sus actuaciones en la naturaleza (ríos, mares, barrancos, bosques), como elemento delimitador y fijador del paisaje, así como los usos y aprovechamientos humanos (regadíos, fuentes, molinos, etc.).

Y para 2014 nuestro lema será: **Nuestros Bosques**.



Si quieres conocer nuestros programas, asociarte o una invitación para participar en alguna de nuestras excursiones envía dirección de correo electrónico y teléfono de contacto a:

asmregiondemurcia@asmregiondemurcia.org

O visita nuestra página web:

<http://www.asmregiondemurcia.es>



© Pepe Tarraga