



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di PARABIAGO

Via De Amicis 3 - c/o Centro Giovanile
20015 Parabiago -MI-
(tel. 340 - 9434511)

www.caiparabiago.it - parabiago@cai.it

apertura : Martedì e Venerdì 21.15 – 23

8 - 17 giugno 2012

Toubkal Trek



CARATTERISTICHE DEL TREKKING:

Il giro del massiccio del Toubkal rappresenta un trekking classico nella regione dell'Alto Atlante marocchino. Terra berbera ricca di storia e tradizioni, è anche un'oasi per chi ama la montagna e i viaggi. Il Toubkal, con i suoi 4.167 m., è la cima più alta del massiccio, dalla quale si gode una vista insuperabile che spazia fino alle coste mediterranee.

Avventura, storia, tradizioni, panorama, fatica e bellezza: cosa chiedere di più ad un trekking?

Difficoltà: 3 notti in tenda, viaggio extra europa, percorso per Escursionisti Esperti.



localita' di partenza	localita' di arrivo	difficolta' complessiva	Durata	attrezzatura personale ¹	dislivello
Imlil	Tacheddirt 2350 m	E	5h	Escursionismo	+750 -100
Tacheddirt	Azib Likemt 2500 m	EE	6h-7h	Escursionismo	+1200 -1050
Azib Likemt	Amsouzert 1800 m	E	6h-7h	Escursionismo	+470 -1380
Amsouzert	Azib Imi n'Ouassif 2850 m	E	4h - 5h	Escursionismo	+1100
Azib Imi n'Ouassif	Rifugio del Toubkal 3207 m	E	4h - 5h	Escursionismo	+760 -395
Rifugio del Toubkal	Jebel Toubkal (4167 m)/R	EE	5h	Escursionismo	± 960
Rifugio del Toubkal	Imlil 1740 m	E	4h	Escursionismo	-1450

DESCRIZIONE ITINERARIO:

Il trekking verrà gestito da un'agenzia locale, che ci fornirà una guida, il cuoco, le tende e tutto il necessario per garantire le notti in tenda, escluso il sacco a pelo. Il grosso dei bagagli (no valigie rigide) verrà trasportato dai muli, quindi sarà necessario solo un piccolo zaino per l'indispensabile relativo alla camminata giornaliera (borraccia, vestiti pesanti, documenti, etc.).

Importante: è necessario il passaporto valido e vidimato, con almeno 3 mesi di validità prima della scadenza. E' obbligatorio essere soci CAI, qualsiasi sezione.

Verrà organizzata una serata dedicata al trekking entro fine febbraio 2012.

Il gruppo sarà composto da un massimo di 20 partecipanti.

1° giorno: Arrivo all'aeroporto di Marrakech

Trasferimento al riad (hotel berbero a Marrakech). Giornata libera in città. Cena e notte nel riad.

2° giorno: Marrakech - Imlil - Tacheddirt (5 ore, + 750 m/-100 m)



Sveglia presto la mattina, prima colazione e partenza in macchina per un viaggio di circa 1 ora e mezza attraverso Tahanaout ed Asni verso il villaggio di Imlil (1740m). Ad Imlil, incontro con la squadra, muletieri, cuoco e muli. Da qui inizia il

nostro trekking con una salita verso Tizi n' Tamatert (2279m). (Tizi in berbero significa passo). Dopo pranzo, continuazione verso il villaggio di Tacheddirt (2314m). Cena e notte in bivacco presso il villaggio di Tacheddirt.

3° giorno: Tacheddirt -Tizi Likemt - Azib Likemt (6-7 ore, +1200 m/-1050 m)

Dopo la prima colazione partenza dal villaggio di Tacheddirt in salita verso il passo Tizi n' Likemt (3555m). Le viste panoramiche lungo il tragitto su Tacheddirt e la vista del Toubkal dall'alto del passo pagano la fatica della salita. Inizia la discesa verso Azib Likemt (2500m). L'Azib è un pascolo estivo spesso sviluppato sul bordo di un



fiume e dove la gente delle valli si sposta durante i mesi caldi con il bestiame. Non mancano i piccoli giardini di orzo e di verdura varia. Cena e notte in bivacco ad Azib Likemt.

4° giorno: Azib Likemt - Amsouzert (6-7 ore, +470 m/-1380 m)

Una giornata di marcia lunga ma relativamente facile. L'itinerario inizia all'altra sponda del fiume Tinzart con una salita che porta attraverso una valle verde, torrenti e gole verso il passo Tizin'Ourai (3109m). Dal passo si continua verso sud spostandosi da una cresta all'altra e scendendo gradualmente fino al villaggio di Amsouzert (1800m). Cena e notte in auberge (cosa si intende per auberge? Meglio specificare o cambiare parola).

5° giorno: Amsouzert - Azib Imi n'Ouassif (4-5 ore, +1100 m)



La prima parte del trekking è molto gradevole ed attraversa la ricca valle di Toufnit. Si attraversano numerosi villaggi: Tkatert, Tisegouan ed Ait Igrane. All'altezza delle ultime terrazze coltivate inizia una salita netta che porta su un piccolo passo. Alla fine del passo si vede il lago di Ifni, famoso per il suo colore turchese. Possibilità di fermarsi presso il lago (2312m) o continuare per circa 40 min fino alle piccole cascate di Azib Imi n'Ouassif (2841m). Cena e notte in bivacco.

6° giorno: Azib Imi n'Ouassif - Rifugio del Toubkal (4-5 ore, +760 m / -395 m)

Dall'Azib inizia una salita in verticale nelle gole di Ouannoums dove si sente il rumore dell'acqua che scende dall'alto della montagna in piccole cascate. Durante la salita, che dura circa 3 ore, si possono incontrare pastori che controllano gruppi di capre appena visibili sulle altissime rocce delle gole. Dal passo Tizi n'Ouannoums (3600m) si ammirano il fiume Assif n'Moursaine, il lago ed il monte Bou Ouzzal. La discesa verso il rifugio è ripida all'inizio poi diventa una passeggiata lungo corsi d'acqua fino al rifugio del Toubkal (3207m). Cena e notte nel rifugio.

7° giorno: Scalata del Toubkal e ritorno al rifugio (5 ore, ±960 m)



Partenza presto la mattina. La salita dura circa 3 ore ed è facile dal punto di vista tecnico. Passando dietro il rifugio, si attraversa il fiume per raggiungere un sentiero ben tracciato che porta ad una cresta. Seguendo la cresta si arriva alla cima con i suoi 4107 m. Da cui si vede la pianura

del Houz ad est, le cime del Medio Atlante a nord e il Sirwa a sud. La discesa può essere effettuata seguendo lo stesso sentiero della salita oppure optando per un altro sentiero più a nord. Cena e notte in bivacco.

8° giorno: Rifugio del Toubkal - Imlil – Marrakech



Per chi si sente in forma e vuole fare un'ultima fatica prima di iniziare la discesa verso Imlil, può fare un salto fino al Passo Tizi n'Taddate (3900m). Questo programma in extra dura circa 3 ore ed è caratterizzato da un livello tecnico più alto del solito, sia nella salita che nella discesa (± 700 m). Dall'alto del passo si offre una vista panoramica sul Toubkal e sulla catena dell'Alto Atlante fino alle pianure del nord. Discesa verso il fiume Ouagounss per riprendere il sentiero che porta a Sidi Chamharouch (2300m): un santuario frequentato dai marocchini per avere

la benedizione dal Santo. L'itinerario continua in discesa fino ad Aremd, (2060m) e poi Imlil, ultima tappa del nostro trekking e punto di incontro con il mezzo di trasporto che ci porta a Marrakech in 1 ora e mezzo di strada. Cena e notte in riad.

9° giorno:

Giornata libera per visitare Marrakech, con possibilità di organizzare una visita guidata della medina (città vecchia): monumenti, giardini e souk.

10° giorno:

Trasferimento all'aeroporto di Marrakech.

Equipaggiamento:

Nonostante il trekking non presenti particolari difficoltà tecniche, il suo compimento richiederà in ogni caso un buon allenamento ed una certa esperienza su percorsi di più giorni. Anche se il Toubkal è un 4.000, la salita non è alpinistica, ma solo escursionistica. In base all'andamento della stagione si potrà trovare neve lungo la salita, ma, a parte delle ghette, non è richiesta attrezzatura particolare.

Qui di seguito riportiamo una lista di materiale che sarà necessario, indicando quale è obbligatorio e quale solo consigliato.

Escursionismo

- | | |
|---|--------------|
| • scarponcini | obbligatorio |
| • zaino 20-40l (a discrezione) | obbligatorio |
| • pile medio o gilet | obbligatorio |
| • pile pesante | obbligatorio |
| • una giacca impermeabile e antivento | obbligatorio |
| • bastoncini telescopici | |
| • cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare | obbligatorio |
| • ricambi vari (magliette, pantaloni, biancheria, etc.) | obbligatorio |
| • sacco a pelo (0° - 10°) | obbligatorio |
| • asciugamani e beauty case | |
| • pantaloni lunghi da trek | obbligatorio |
| • borraccia da almeno 1l | obbligatorio |
| • ghette (in caso di molta neve sul Toubkal) | |

Essendo un viaggio extra-europeo, forniamo alcuni consigli che possono tornare utili, sia per il trekking che per il viaggio nel complesso.

- no pantaloncini corti, meglio rimanere coperti, sia per il sole che per una questione di pudore. Così come sconsigliamo di svestirsi in pubblico.
- il grosso va nella borsa di viaggio (no valigia) che verrà portata dai muli. Tenere con sé l'indispensabile per la camminata
- vestiti per viaggio e sera: è meglio tenerli separati dai vestiti che si usano per il cammino.
- mollette, corda da bucato, sapone, carta igienica, fanno sempre comodo.
- una parte del bagaglio verrà lasciata in albergo, per esempio un ricambio dei vestiti per l'ultimo giorno in città e il viaggio di ritorno. Concorderemo di usare dei bagagli comunitari

Medicinali

Anche se verrà portato un pronto soccorso comunitario, è bene che ognuno porti con sé del materiale di prima necessità, come cerotti, garze, bende, disinfettante, analgesici, etc.. Ovviamente se qualcuno dovesse avere particolari patologie e necessitare di medicinali, dovrà farlo presente e portarli con sé.

Nota: è consigliato portare delle pastiglie purificanti per l'acqua, tipo Micropur.

Costi e viaggio:

Il costo è stato fissato a 600 euro a persona, con 200 euro di caparra da versare entro il 31/01/2012.

Nota: in base al periodo di acquisto del biglietto aereo, potrebbero esserci variazioni sul costo. Se ciò dovesse influire sul costo complessivo, verrà data comunicazione.

Nel costo è compreso:

- viaggio aereo EasyJet
- soggiorno e trekking
- assicurazione (EasyJet per il volo + CAI per il trek)

Non è compreso:

- pranzi e cene a Marrakech (2+2)
- spese personali
- quanto non indicato nella voce "compreso"

Contatti:

Per informazioni, oltre che in sede CAI, potete rivolgervi a:

- Paolo Meraviglia, cell +39339637602, email: paolo.mera@gmail.com
- Alessandra Scolaro, cell. +399981204827, email: axa69@nalinka.com