

Le Haut-Atlas



Télouet



Le désert



Pour participer

Il faut être muni d'un passeport en cours de validité

De bonnes chaussures de marche (bonnes baskets suffisantes), sont nécessaires ainsi qu'un petit sac à dos, une gourde, un chapeau, des lunettes de soleil et une bonne crème solaire.

Vos accompagnateurs

Sandra Ermeneux enseigne le yoga à Marseille depuis 1985 et forme des enseignants de yoga depuis 2005.

Elle a organisé un voyage au Maroc dans le haut-Atlas en 2005 autour des contes et du yoga et un voyage en Inde en 2008 en Orissa et au West Bengale.

Hassane El Houssaini vit à Télouet dans le Haut-Atlas marocain où il gère la maison d'hôte Afoulki. Il reçoit des groupes chaque année, et accompagne les randonneurs dans la région.



Voyage au Maroc du 1 au 8 mai 2010

SANDRA ERMENEUX

ET

HASSANE EL HOUSSAINI

Marche du

Haut Atlas au Désert de sable

Renseignements et inscriptions E.M.Y Sandra Ermeneux 46 Bd Ollivary, Villa Ollivary Bât A 13008MARSEILLE 04 91 77 51 71/ 06 10 96 78 04
ecoleyoga13@orange.fr / www.emyoga.fr

Le voyage

L'Ecole Marseillaise de Yoga vous propose de découvrir le Maroc authentique, en marchant, avec Sandra et Hassane. Cette marche pourra être une longue pratique du yoga où l'on est relié à soi dans un cadre naturel extraordinaire et porteur, tout en bénéficiant de la présence des autres. Sandra guidera de courtes pratiques au gré des circonstances et Hassane apportera l'esprit du yoga dans la marche. Quelques transferts sont prévus pour couvrir les longues distances moins intéressantes. Tandis que nous chercherons à bien nous porter nous-mêmes, des mulets serviables et habitués porteront nos bagages et la nourriture du déjeuner (pique-nique), les dîners se prendront là où nous passerons la nuit.

L'itinéraire

Avion Marseille/Marrakech, puis transfert jusqu'à Télouet, maison Afoulki, 1 nuit. Départ à pied de Télouet vers Tighza (1900 m), nuit en gîte 4 à 5 heures de marche. Tighza à Assaka (ancienne route des caravanes), nuit en gîte 5 heures de marche. Assaka à Ait Benhadou 5h30 de marche, nuit à l'hôtel avec piscine. Transfert en véhicules de Ait Benhadou jusqu'à l'oasis d'Afra aux 6000 palmiers, visite de monuments historiques puis marche (3h) vers Agdez, vallée de Draa, nuit en riad, transfert Agdez au Désert grande dune de sable Errgue l'ihoudi marche (2h), nuit sous tente nomade, coucher et lever de soleil sur les dunes. Retour par transfert vers Télouet ou Marrakech. Départ avion.

Les dates

Départ de Marseille le 1 mai 2010 à 13h30
Arrivée à Marrakech le 1 mai à 14h15
Voyage itinérant du 2 au 8 mai.
Départ de Marrakech le 8 mai à 12h25
Pour Casablanca puis départ Casa à 16h05
Arrivée à Marseille à 20h35

Le tarif et les conditions

Le coût de ce voyage est de 1300,00 €.

Ce prix comprend :

Le vol aller /retour Marseille Marrakech par la compagnie Royal Air Maroc.
Les taxes d'aéroport et de séjour
L'assurance tous risques annulation (seulement pour le vol) / rapatriement
Les transferts véhiculés
L'hébergement en gîte, hôtel ou Riad
Les repas (pique nique midi et dîner soir)
Les guides, accompagnateurs et les mulets
Les frais d'organisation et l'enseignement.

Le règlement du voyage se fait en trois fois.

Un premier versement de 440,00 € à l'inscription.
Un second versement de 430,00 € sera à régler fin janvier 2010. Le solde de 430,00 € sera à régler fin mars 2010.

Les places seront attribuées par ordre de réception des chèques. Le voyage n'aura lieu qu'à partir de 12 inscrits. Le nombre de participants est limité à 15.

En cas de désistement avant le 15 février 2010, le premier versement sera retenu, après le 15 février 2010, le coût du voyage hors billets d'avion sera retenu.

Pour s'inscrire

Remplir soigneusement le bulletin ci-dessous et l'envoyer à l'Ecole Marseillaise de Yoga avec un chèque de réservation de 440,00 € libellé à l'ordre d'E.M.Y.

.....
Nom :

Prénom :

Adresse :

Tel fixe et mobile :

Email :

N° du passeport en cours de validité :

J'ai pris connaissance du règlement et des conditions

Date et Signature :