



FICHE TECHNIQUE DU VOYAGE

Entre sables infinis et confins du sud

L'aventure vous attends,
Venez la découvrir avec
nous

Vivez la magie du désert avec nuits
étoilées et balades en dromadaire.
Immersion totale dans les dunes dorées.

www.malkixplore.com





ENTRE SABLES INFINIS, ET CONFINS DU SUD

AU JOUR LE JOUR



Jour1

ARRIVÉE À OUARZAZATE, PORTE DU GRAND SUD



Hébergement : hôtel. Repas libre.
Transfert : 10 min.

- Vol pour Ouarzazate. Accueil par votre guide à l'aéroport, transfert et installation à l'hôtel.



Jour2.

VALLÉE DU DRÂA - FOU M ZGUID - LAC ASSÉCHÉ D'IRRIKI - ERG RHOUL

2 h de marche. Hébergement :
tente. Repas inclus : matin, midi,
soir. Transfert : 3 h 30.

- Départ de Ouarzazate pour rejoindre la vallée du Drâa, la plus grande palmeraie du Maroc, qui s'étire tout en longueur. Passage par Agdz, puis par Foum Zguid. Rendez-vous avec nos 4x4 pour rejoindre notre équipe chamelière à côté du village de Zaouiat Sidi Abd N'Bi. Marche jusqu'à notre campement au milieu de l'erg Rhoul.



Jour3

LES GRANDES DUNES D'ABEDLYA



6 h de marche. Hébergement :
tente. Repas inclus : matin, midi,
soir

- Tantôt en rive gauche, puis en rive droite de l'oued asséché du Drâa, marche entre erg et reg plein Est vers les grandes dunes d'Abedlya où est installé notre bivouac. Après le thé de fin d'après-midi, nous allons profiter du coucher de soleil depuis les plus hautes crêtes de sable. La grande dune de Chegaga. Depuis son sommet, on mesure pleinement la beauté sauvage de ces lieux complètement isolés du monde. Camp dans les dunes.



Jour4

DUNES DORÉES DE L'ERG SMAR



6 h de marche. Hébergement :
tente. Repas inclus : matin, midi,
soir.

- Marche toute la matinée à travers les dunes, d'un erg à l'autre, en direction du djebel Bani, jusqu'aux dunes dorées de l'erg Smar. De temps en temps, quelques tentes berbères, un puits où les nomades viennent se ravitailler, des tamaris et des acacias. L'occasion de découvrir les différentes facettes du Sahara en s'enfonçant dans ce monde du silence. La vie s'écoule au rythme de la caravane, du thé, des rencontres et des beaux points de vue depuis les hauteurs. La marche se poursuit entre arbres et sables jusqu'à l'immense erg Smar, peu fréquenté, où nous installons le campement. Au loin, des ruines, les anciennes maisons de Mhamid-el-Ghouzlane, village envahi par le sable, et, plus à l'ouest quelques palmiers-dattiers. Camp dans les dunes.



ENTRE SABLES INFINIS, ET CONFINS DU SUD



Jour5

LES DUNES DE L'ERG ZEHAR GUIDENT NOS PAS



6 h de marche. Hébergement : tente. Repas inclus : matin, midi, soir

- Chargement des dromadaires après le petit-déjeuner et départ pour une belle journée de randonnée vers l'Est et pour s'enfoncer dans le désert, le vrai ! L'erg Zehar, l'ensemble saharien le plus impressionnant du Maroc. Il faut près d'une heure pour fouler la crête des plus hautes dunes (environ 200 m de dénivelée). De là-haut, le coucher de soleil est inoubliable... Bivouac au milieu des dunes



Jour6

Océan de sable et plateau jusqu'à Erg Sidi Naji

4h30 h de marche.
Hébergement : Camping. Repas inclus : matin, midi, soir.

- Direction plein nord pour traverser le lit du Drâa, rempli de tamaris et d'acacias, à sec depuis longtemps. Le désert est un monde à découvrir, des hamadas, des regs, des ergs et des arbres qui vivent malgré le manque d'eau. D'après les chameliers les plus âgés (chibanis), cet oued alimentait autrefois le lac Iriki, aujourd'hui un plateau sec. Pour être plus précis, depuis 1972, avec la construction du barrage El-Mansour-Eddhabi à proximité de Ouarzazate, l'oued Drâa a perdu sa capacité à inonder sa longue vallée. Avant cette date, les crues limoneuses venaient remplir le lac Iriki chaque année. Poissons et oiseaux y vivaient en abondance, l'oued poursuivant sa route parfois jusqu'à l'océan Atlantique. Aujourd'hui, des dunes barrent le passage de l'eau et l'oued reste désespérément aride. Selon les pluies, l'eau est lâchée deux à cinq fois par an, mais elle n'arrive pas toujours à Ouled Driss. Les palmeraies de l'oued Drâa commencent à pointer leur nez progressivement et les dunes deviennent moins imposantes. Après midi transfert en 4*4 vers le Camping.



Jour7

PALMERAIE D'OULED DRISS ET RUBAN VERT DE LA VALLÉE DU DRÂA

1 h de marche. Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir.
Transfert : 4 h

- Dernière petite marche pour profiter encore du calme du désert. Arrivée dans l'après-midi et installation à l'hôtel



Jour8

OUARZAZATE - VOL RETOUR

A photograph of a vast desert landscape with rolling sand dunes under a clear blue sky. In the distance, a group of about seven hikers is silhouetted against the bright sky as they walk along the crest of a dune. The foreground shows the smooth, rippled texture of the sand.

ENTRE SABLES INFINIS, ET CONFINS DU SUD

NB : En cas de fortes chaleurs, les départs pour les randonnées se feront tôt le matin.

- Les temps d'activité, les distances et les dénivelés sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain, hébergements réservés...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.
- Si le vol arrive suffisamment tôt à Ouarzazate le premier jour et repart tard le dernier jour, nous vous suggérons plusieurs visites possibles aux alentours de la ville :
- – Casbah ou ksar Aït Ben Haddou Pour une excursion à la demi-journée : Cette fameuse casbah est située à 33 km de Ouarzazate. C'est l'une des plus réputées du Sud-marocain, classée au patrimoine mondial de l'Unesco. Son décor exceptionnel a inspiré de nombreux cinéastes, entre autres David Lean pour Lawrence d'Arabie. Entrée gratuite. N'hésitez pas à demander à votre hébergement de l'aide pour l'organisation des transferts.
- – Studios de cinéma Atlas En bordure de Ouarzazate, ces studios permettent de découvrir les décors et les accessoires de films célèbres tournés dans le premier studio « Ouallywood », un témoignage vivant démontrant que derrière chaque décor il y a tout un univers de métiers. Idéal pour les familles.

VOTRE BUDGET

Le prix comprend

Le transport des bagages

L'encadrement

L'hébergement en pension complète sauf les boissons et certains repas

Le service d'assistance téléphonique, 24h/24 et 7j/7, en cas d'urgence, pendant toute la durée de votre voyage

Le prix ne comprend pas

Le transport aérien

Les assurances

Les pourboires (environ 50€ au total)

Les boissons

Les dépenses personnelles

Les repas à Ouarzazate (ou Marrakech, si aérien par cette ville). Comptez 15 à 20€ par repas

Les compléments alimentaires si nécessaires

Vos dépenses

A prévoir pour les boissons, les pourboires, les dépenses personnelles, les repas non prévus au programme.

Pourboires

Cette pratique est enracinée dans les traditions, et se fait dans le cadre d'un échange en remerciement d'un travail donné. A la fin d'un voyage, il est d'usage de montrer votre satisfaction en donnant des pourboires aux chauffeurs, aux chameliers ou muletiers selon le type de voyage, au cuisinier et au guide qui vous ont accompagnés durant votre voyage. Nous vous recommandons en moyenne une enveloppe globale de 500 dhs par participant (à répartir par exemple comme ceci 250dhs pour le guide,

150dhs pour le cuisinier et 100 dhs pour les chameliers). Ceci est bien sûr à évaluer en fonction de la satisfaction apportée. En aucun cas ces indications ne sont obligatoires, le pourboire n'est pas un dû et n'est jamais un salaire.

Cadeaux : il est souhaitable de ne pas les encourager. Il est donc vivement déconseillé d'offrir bonbons, stylos ou autres pacotilles aux enfants des villages comme à ceux des villes. Ces "petits riens" perturbent durablement les relations. Par contre, ces cadeaux peuvent être remis globalement à un instituteur qui lui-même se chargera de les répartir.

Merci de faire de même avec les médicaments, et de les remettre à un infirmier ou à un dispensaire.

VOTRE EQUIPEMENT

Bagages

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

1 - Le sac à dos :

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée.

Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo...), de valeur (lorsque votre hébergement ne

dispose pas de coffre-fort) et pour vos éventuels médicaments.

Il sera en cabine lors des transports aériens. Généralement, le poids des bagages cabine est limité à 10 kg par personne.

** Si vous voyagez sur une compagnie low-cost comme Transavia ou Easy jet, la taille du bagage cabine doit respecter les dimensions suivantes : 40x30x20cm. Le sac à MAR096 - Dernière mise à jour le 29/12/2025 page 11 sur 13 dos de 35 litres pourra donc être placé dans votre grand sac de voyage souple. Se référer à votre convocation aérienne pour obtenir les informations.

2 - Le grand sac de voyage souple :

Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par les animaux pendant la randonnée et les véhicules.

Il sera en soute lors des transports aériens. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation et/ou billet électronique, il est en général limité à 20 kg par personne. Mais, afin de ne pas surcharger votre animal de bât (dromadaire ou mule) lors de votre circuit, nous vous prions de limiter le poids de ce bagage à 13/15 kg maximum.

Nos recommandations :

Enregistrez en bagage en soute le maximum de choses et ne conservez dans votre bagage à main que ce qui est absolument indispensable à votre voyage. Emportez en cabine les médicaments nécessaires à vos traitements en cours ainsi que les ordonnances correspondantes (pour le contrôle des douaniers).

Équipez-vous pour l'avion de votre tenue de randonnée et prenez vos affaires de première nécessité (en cas de problème d'acheminement de vos bagages).
Merci de noter que les contrôles de sécurité sont devenus très stricts aux aéroports : mettez les couteaux, ciseaux, limes à ongles et piles de rechange dans votre sac de soute.

Vêtements

Attention ! Une tenue décente est indispensable. Pas de short court, ni de bermuda, ni de décolleté provocant.

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard ou chèche
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, plus long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante)
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues ou sweat-shirt
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 cape de pluie
- 1 pantacourt ou corsaire
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste type Gore-tex, simple et légère
- 1 maillot de bain en avril (piscine d'hôtel)
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple
- 1 paire de chaussures de marche légères tenant bien la cheville (semelle ferme, type Vibram) à porter avec des chaussettes
- 1 paire de sandales de randonnée légères (semelle ferme, type Vibram) pouvant également supporter la marche dans l'eau (sauf pour les voyages dans le désert).
- 1 paire de sandales ou chaussures de détente pour le soir

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Equipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 gourde (1,5 litre minimum)
- 1 lampe frontale
- Bâtons de marche

- Des ampoules et des piles de rechange
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- 1 nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence
- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement
- Du savon liquide sans rinçage
- 1 éponge végétale
- Quelques lingettes humides (toilette des jours sans eau)
- Boules Quies (facultatif)
- Papier toilette et 1 briquet pour le brûler
- Crème solaire + stick à lèvres
- Des sacs pour les détritrus

Couchage

- En octobre, en novembre et de février: un sac de couchage cloisonné, utilisation normale -5°C à -0°C. Mars et avril -0°C à -5°C

- 1 drap de sac.

page 12 sur 13

Pharmacie personnelle

Liste de la pharmacie personnelle à faire valider par votre médecin en fonction de votre voyage :

- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Anti-inflammatoire comprimés
- Anti-inflammatoire pommade
- Anti-diarrhéique
- Antispasmodique
- Antiseptique intestinal
- Anti-vomitif
- Traitement antibiotique à large spectre : prévoir 8 jours de traitement
- Collyre (poussière, ophtalmie) et crème antibiotique pour les yeux
- Traitement pour rhume et maux de gorge (pastilles)
- Biafine et crème solaire
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes + Steri-Strip
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)

- Pastilles purifiantes pour l'eau (Micropur Forte ou Aquatabs)

Trousse de secours

Une trousse de premiers secours, fournie par l'agence, est placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.



ENTRE SABLES INFINIS, ET CONFINS DU SUD

AU JOUR LE JOUR



Jour1

ARRIVÉE À OUARZAZATE, PORTE DU GRAND SUD



Hébergement : hôtel. Repas libre.
Transfert : 10 min.

- Vol pour Ouarzazate. Accueil par votre guide à l'aéroport, transfert et installation à l'hôtel.



Jour2.

VALLÉE DU DRÂA - FOU M ZGUID - LAC ASSÉCHÉ D'IRRIKI - ERG RHOUL

2 h de marche. Hébergement :
tente. Repas inclus : matin, midi,
soir. Transfert : 3 h 30.

- Départ de Ouarzazate pour rejoindre la vallée du Drâa, la plus grande palmeraie du Maroc, qui s'étire tout en longueur. Passage par Agdz, puis par Foum Zguid. Rendez-vous avec nos 4x4 pour rejoindre notre équipe chamelière à côté du village de Zaouiat Sidi Abd N'Bi. Marche jusqu'à notre campement au milieu de l'erg Rhoul.



Jour3

LES GRANDES DUNES D'ABEDLYA



6 h de marche. Hébergement :
tente. Repas inclus : matin, midi,
soir

- Tantôt en rive gauche, puis en rive droite de l'oued asséché du Drâa, marche entre erg et reg plein Est vers les grandes dunes d'Abedlya où est installé notre bivouac. Après le thé de fin d'après-midi, nous allons profiter du coucher de soleil depuis les plus hautes crêtes de sable. La grande dune de Chegaga. Depuis son sommet, on mesure pleinement la beauté sauvage de ces lieux complètement isolés du monde. Camp dans les dunes.



Jour4

DUNES DORÉES DE L'ERG SMAR



6 h de marche. Hébergement :
tente. Repas inclus : matin, midi,
soir.

- Marche toute la matinée à travers les dunes, d'un erg à l'autre, en direction du djebel Bani, jusqu'aux dunes dorées de l'erg Smar. De temps en temps, quelques tentes berbères, un puits où les nomades viennent se ravitailler, des tamaris et des acacias. L'occasion de découvrir les différentes facettes du Sahara en s'enfonçant dans ce monde du silence. La vie s'écoule au rythme de la caravane, du thé, des rencontres et des beaux points de vue depuis les hauteurs. La marche se poursuit entre arbres et sables jusqu'à l'immense erg Smar, peu fréquenté, où nous installons le campement. Au loin, des ruines, les anciennes maisons de Mhamid-el-Ghouzlane, village envahi par le sable, et, plus à l'ouest quelques palmiers-dattiers. Camp dans les dunes.



ENTRE SABLES INFINIS, ET CONFINS DU SUD



Jour5

LES DUNES DE L'ERG ZEHAR GUIDENT NOS PAS



6 h de marche. Hébergement : tente. Repas inclus : matin, midi, soir

- Chargement des dromadaires après le petit-déjeuner et départ pour une belle journée de randonnée vers l'Est et pour s'enfoncer dans le désert, le vrai ! L'erg Zehar, l'ensemble saharien le plus impressionnant du Maroc. Il faut près d'une heure pour fouler la crête des plus hautes dunes (environ 200 m de dénivelée). De là-haut, le coucher de soleil est inoubliable... Bivouac au milieu des dunes



Jour6

Océan de sable et plateau jusqu'à Erg Sidi Naji

4h30 h de marche.
Hébergement : Camping. Repas inclus : matin, midi, soir.

- Direction plein nord pour traverser le lit du Drâa, rempli de tamaris et d'acacias, à sec depuis longtemps. Le désert est un monde à découvrir, des hamadas, des regs, des ergs et des arbres qui vivent malgré le manque d'eau. D'après les chameliers les plus âgés (chibanis), cet oued alimentait autrefois le lac Iriki, aujourd'hui un plateau sec. Pour être plus précis, depuis 1972, avec la construction du barrage El-Mansour-Eddhabi à proximité de Ouarzazate, l'oued Drâa a perdu sa capacité à inonder sa longue vallée. Avant cette date, les crues limoneuses venaient remplir le lac Iriki chaque année. Poissons et oiseaux y vivaient en abondance, l'oued poursuivant sa route parfois jusqu'à l'océan Atlantique. Aujourd'hui, des dunes barrent le passage de l'eau et l'oued reste désespérément aride. Selon les pluies, l'eau est lâchée deux à cinq fois par an, mais elle n'arrive pas toujours à Ouled Driss. Les palmeraies de l'oued Drâa commencent à pointer leur nez progressivement et les dunes deviennent moins imposantes. Après midi transfert en 4*4 vers le Camping.



Jour7

PALMERAIE D'OULED DRISS ET RUBAN VERT DE LA VALLÉE DU DRÂA

1 h de marche. Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir.
Transfert : 4 h

- Dernière petite marche pour profiter encore du calme du désert. Arrivée dans l'après-midi et installation à l'hôtel



Jour8

OUARZAZATE - VOL RETOUR

A photograph showing the silhouettes of a group of hikers walking across the crest of a large sand dune under a clear blue sky. The dunes are vast and undulating, with fine ripples in the sand.

ENTRE SABLES INFINIS, ET CONFINS DU SUD

NB : En cas de fortes chaleurs, les départs pour les randonnées se feront tôt le matin.

- Les temps d'activité, les distances et les dénivelés sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain, hébergements réservés...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.
- Si le vol arrive suffisamment tôt à Ouarzazate le premier jour et repart tard le dernier jour, nous vous suggérons plusieurs visites possibles aux alentours de la ville :
- – Casbah ou ksar Aït Ben Haddou Pour une excursion à la demi-journée : Cette fameuse casbah est située à 33 km de Ouarzazate. C'est l'une des plus réputées du Sud-marocain, classée au patrimoine mondial de l'Unesco. Son décor exceptionnel a inspiré de nombreux cinéastes, entre autres David Lean pour Lawrence d'Arabie. Entrée gratuite. N'hésitez pas à demander à votre hébergement de l'aide pour l'organisation des transferts.
- – Studios de cinéma Atlas En bordure de Ouarzazate, ces studios permettent de découvrir les décors et les accessoires de films célèbres tournés dans le premier studio « Ouallywood », un témoignage vivant démontrant que derrière chaque décor il y a tout un univers de métiers. Idéal pour les familles.

VOTRE BUDGET

Le prix comprend:

Le transport des bagages

L'encadrement

L'hébergement en pension complète sauf les boissons et certains repas

Le service d'assistance téléphonique, 24h/24 et 7j/7, en cas d'urgence, pendant toute la durée de votre voyage

Le prix ne comprend pas

Le transport aérien

Les assurances

Les pourboires (environ 50€ au total)

Les boissons

Les dépenses personnelles

Les repas à Ouarzazate (ou Marrakech, si aérien par cette ville). Comptez 15 à 20€ par repas

Les compléments alimentaires si nécessaires

Vos dépenses Prévoir pour les boissons, les pourboires, les dépenses personnelles, les repas non prévus au programme. Pourboires Cette pratique est enracinée dans les traditions, et se fait dans le cadre d'un échange en remerciement d'un travail donné.

A la fin d'un voyage, il est d'usage de montrer votre satisfaction en donnant des pourboires aux chauffeurs, aux chameliers ou muletiers selon le type de voyage, au cuisinier et au guide qui vous ont accompagnés durant votre voyage.

Nous vous recommandons en moyenne une enveloppe globale de 500 dhs par participant (à répartir par exemple comme ceci 250dhs pour le guide, 150dhs pour le cuisinier et 100 dhs pour les chameliers). Ceci est bien sûr à évaluer en fonction de la satisfaction apportée.

En aucun cas ces indications ne sont obligatoires, le pourboire n'est pas un dû et n'est jamais un salaire. Cadeaux : il est souhaitable de ne pas les encourager. Il est donc vivement déconseillé d'offrir bonbons, stylos ou autres pacotilles aux enfants des villages comme à ceux des villes. Ces "petits riens" perturbent durablement les relations. Par contre, ces cadeaux peuvent être remis globalement à un instituteur qui lui-même se chargera de les répartir. Merci de faire de même avec les médicaments, et de les remettre à un infirmier ou à un dispensaire.

VOTRE ÉQUIPEMENT

Bagages

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs :

1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

1- Le sac à dos : Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée. Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo...), de valeur (lorsque votre hébergement ne dispose pas de coffre-fort) et pour vos éventuels médicaments. Il sera en cabine lors des transports aériens. Généralement, le poids des bagages cabine est limité à 10 kg par personne. ** Si vous voyagez sur une compagnie low-cost comme Transavia ou Easy jet, la taille du bagage cabine doit respecter les dimensions suivantes : 40x30x20cm. Le sac - Dernière mise à jour le 29/12/2025 page 11 sur 13 dos de 35 litres pourra donc être placé dans votre grand sac de voyage souple. Se référer à votre convocation aérienne pour obtenir les informations. 2- Le grand sac de voyage souple : Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir.

Il sera transporté par les animaux pendant la randonnée et les véhicules. Il sera en soute lors des transports aériens. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation et/ou billet électronique, il est en général limité à 20 kg par personne. Mais, afin de ne pas surcharger votre animal de bât (dromadaire ou mule) lors de votre circuit, nous vous prions de limiter le poids de ce bagage à 13/15 kg maximum.

Nos recommandations : Enregistrez en bagage en soute le maximum de choses et ne conservez dans votre bagage à main que ce qui est absolument indispensable à votre voyage. Emportez en cabine les médicaments nécessaires à vos traitements en cours ainsi que les ordonnances correspondantes (pour le contrôle des douaniers).Équipez-vous pour l'avion de votre tenue de randonnée et prenez vos affaires de première nécessité (en cas de problème d'acheminement de vos bagages). Merci de noter que les contrôles de sécurité sont devenus très stricts aux aéroports : mettez les couteaux, ciseaux, limes à ongles et piles de rechange dans votre sac de soute.

VOTRE ÉQUIPEMENT

Vêtements ! Une tenue décente est indispensable.

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard ou chèche
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche).

Eviter le coton, plus long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante)

- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues ou sweatshirt
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 cape de pluie
- 1 pantacourt ou corsaire
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste type Gore-tex, simple et légère
- 1 maillot de bain en avril (piscine d'hôtel)
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple
- 1 paire de chaussures de marche légères tenant bien la cheville (semelle ferme, type Vibram) à porter avec des chaussettes
- 1 paire de sandales de randonnée légères (semelle ferme, type Vibram) pouvant également supporter la marche dans l'eau (sauf pour les voyages dans le désert).
- 1 paire de sandales ou chaussures de détente pour le soir La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

VOTRE ÉQUIPEMENT

Équipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
 - 1 gourde (1,5 litre minimum)
 - 1 lampe frontale
 - Bâtons de marche
 - Des ampoules et des piles de rechange
 - 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
 - 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
 - 1 nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence
 - 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement
 - Du savon liquide sans rinçage
 - 1 éponge végétale
 - Quelques lingettes humides (toilette des jours sans eau)
 - Boules Quies (facultatif)
 - Papier toilette et 1 briquet pour le brûler
 - Crème solaire + stick à lèvres
 - Des sacs pour les détritrus Couchage- En octobre, en novembre et de février: un sac de couchage cloisonné, utilisation normale-5°C à-0°C. Mars et avril-0°C à-5°C- 1 drap de sac. page 12 sur 13
- Pharmacie personnelle Liste de la pharmacie personnelle à faire valider par votre médecin en fonction de votre voyage :
- Vos médicaments habituels
 - Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence • Anti-inflammatoire comprimés • Anti-inflammatoire pommade • Anti-diarrhéique • Antispasmodique
 - Antiseptique intestinal
 - Anti-vomitif
 - Traitement antibiotique à large spectre : prévoir 8 jours de traitement • Collyre (poussière, ophtalmie) et crème antibiotique pour les yeux
 - Traitement pour rhume et maux de gorge (pastilles)
 - Biafine et crème solaire • Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large) • Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes + Steri-Strip
 - Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)
 - Pastilles purifiantes pour l'eau (Micropur Forte ou Aquatabs) Trousse de secours Une trousse de premiers secours, fournie par l'agence, est placée sous la responsabilité de votre accompagnate