

## MAROKKO: Bike & Hike – Hoher Atlas und Djebel Toubkal

Atlasüberquerung per Mountainbike und Überschreitung des Djebel Toubkal

**Fünftägige Mountainbike Fahrt bis auf die Südostseite des Hohen Atlas. Innerhalb von vier Tagen steigen wir über den Djebel Toubkal zurück zum Ausgangspunkt unserer Reise.**

**Fahrt über das Seenplateau von Imilchil, durch dichte Steineichenwälder über den kargen Hohen Atlas bis an die wüstennahe Südseite des Atlas. Abwechslungsreiche Tagesetappen durch die bizarren und beeindruckenden Landschaften der Dades-Schlucht bis ins Tal der Rosen.**

**Regelmäßig kommen wir durch kleine Dörfer und Ortschaften, der Kontakt mit den Berbern ist einfach und ein Höhepunkt dieser Reise.**

**Fahrt per Minibus durch das Tal der Kasbahs bis an die Ostseite des Djebel Toubkal, von wo aus die 4-tägige Überschreitung des höchsten Berges Nordafrikas startet.**



### Programmübersicht

#### **1 Tag: Marrakesch**

Flug und Ankunft in Marrakesch. Transfer zu unserem modernen 3\*-Hotel im neuen Stadtteil Gueliz, ca. 30 Gehminuten von der Medina (Altstadt) von Marrakesch entfernt.

#### **2 – 6 Tag: Mountainbike Fahrt über den Hohen Atlas**

In fünf Tagen überqueren wir am Mountainbike den zentralen Teil des Hohen Atlas.

Wir beginnen unserer MTB-Tour in El Ksiba, nach einer aussichtsreichen Anfahrt im privaten Minibus von Marrakech über die Provinzhauptstadt Beni Mellal.

Während der gesamten MTB-Tour werden wir von einem Minibus zum Transport unserer Ausrüstung und einem Geländewagen für die unmittelbare Unterstützung der Teilnehmer begleitet. Die Mannschaft besteht u. A. aus einem einheimischen MTB-Guide und einem unserer angestammten Köche, der sich um Ihr leibliches Wohl kümmern wird.

Die Tour führt uns anfänglich durch die sehr schönen hügeligen Landschaften des mittleren Atlas: dichte Steineichenwälder, beeindruckende Stein- und Erdfarben und weite Ausblicke auf die Gipfel und Bergrücken des Hohen Atlas am Horizont reißen uns in ihren Bann.

Am zweiten Tag der Tour erreichen wir in Imilchil die Bergketten des hohen Atlas. Bei den schönen und malerisch gelegenen Seen von Imilchil bauen wir unser Lager auf.

Von hier aus geht es auf guter Schotterpiste über den hohen Atlas in Richtung Süden. Höchster Punkt der Atlasquerung ist der Tizi n'Ouarez (Pass, 2800m), der uns den Weg in die beeindruckende und bizarre Landschaft der Dades-Schlucht öffnet, sicherlich einer der landschaftlichen Höhepunkte von Marokko.

In der Dades Schlucht, am Ufer des gleichnamigen Baches haben die Berber Marokkos in Jahrhunderte langer Arbeit eine üppige Bergoase gebildet. Künstlich bewässerte Felder, Pappelhaine und fruchtbare Felder ziehen sich wie ein langes, dunkelgrünes Band durch die Gelb-Orange Felswüste des hohen Atlas.

Eine letzte Etappe führt uns durch die karge Wüstenlandschaft an den Südhängen des Hohen Atlas bis in die liebliche Schlucht des Mgoun, dem berühmten Tal der Rosen, wo die MTB-Tour nach 5 beeindruckenden und ereignisreichen Tagen beendet wird.



### **7 – 10 Tag: Überschreitung des Djebel Toubkal**

Nach einer abwechslungsreichen Fahrt in unserem privaten Minibus durch das Tal der Kasbahs und an der Ostseite des Hohen Atlas entlang erreichen wir das Dorf Amsouzer an der Ostseite des Djebel Toubkal Massifs. Hier treffen wir auf unserer Mauleselmannschaft und starten noch am gleichen Tag in unserer Toubkal-Überschreitung mit einer ersten kurzen Etappe bis zum blauen Gebirgssee von Ifni (ca. 2400m).

Der steile und lange Anstieg zum Tizi n'Ouanoums (3680m) öffnet uns den Weg bis zu unserem Basislager am Fuße des Djebel Toubkal.

Die Königsetappe unserer Bergtour führt uns binnen ein paar Stunden auf den Gipfel des Djebel Toubkal, des höchsten Berges Nordafrikas. Der Rundumblick vom Gipfel aus ist bei gutem Wetter wahrlich beeindruckend und reicht über die weiten Bergketten des Hohen Atlas bis zum Anti-Atlas und dem Rand der Sahara Wüste.

Am Abend verbringen wir eine letzte Nacht in unserem Basislager.

Wir beenden unserer Bergtour nach dem langen Abstieg bis nach Imlil, der uns an dem Heiligtum Sidi Chamarouch vorbei führt. In Imlil verabschieden wir unsere treue Mannschaft und fahren noch am selben Nachmittag bis in das nahegelegene Marrakech. Bei einem gemeinsamen Abendessen lassen wir die Eindrücke der letzten Tage nochmals aufleben.

### **11 Tag: Marrakesch**

Freier Tag zur Besichtigung von Marrakesch. Die ausgedehnten Souks laden zum feilschen ein, die Handwerkerviertel und ausgedehnten Parkanlagen lassen diesen Tag wie im Flug vergehen.

### **12 Tag: Heimflug**



## Reisedetails

**Beste Reisezeit:** Juni - Oktober

**Reisedauer:** 12 Tage

### Fixtermine:

17.06. – 28.06.2020

09.09. – 20.09.2020

**Preis pro Teilnehmer:** € 1.190,-

*Reisepreis Schweiz: CHF 1.330,-*

**Teilnehmer:** 6 – 10 Personen

### Schwierigkeit: mittel bis anspruchsvoll

**MTB-Strecke:** Fahrtstrecken bis zu 70 Km am Tag. Fahrten Großteils auf kleinen asphaltierten Nebenstraßen bzw. guten Schotterpisten.

Einzelne kurze Strecken auch auf größerem Schotter möglich.

**Toubkal Besteigung:** Anspruchsvoll. Anstiege/Abstiege bis zu 1300 Höhenmeter am Tag. Keine Alpinen Schwierigkeiten, Trittsicherheit und entsprechend gute Kondition Voraussetzung.

### Leistungen: MTB-Tour

- Einheimischer, englisch- und französischsprachiger Mountainbike-Guide
- Einheimischer Koch
- Vollpension während der MTB-Tour
- Übernachtung während der Tour in geräumigen 2-Personen-Zelten, einfachen Familienpensionen oder Hotels
- Während der Tour Begleitung durch einen Land Rover zur Unterstützung der Teilnehmer und ein Minibus zum Transport der Ausrüstung.
- Flughafentransfers und Transporte laut Programm
- 3\*-Hotel (Swimmingpool) mit Frühstück in Marrakesch
- Mahlzeiten vor und nach der MTB-Tour, Eintritte und weiteres lt. Detailprogramm

### Leistungen: Toubkal Besteigung

- Einheimischer, englisch- und französischsprachiger Bergführer
- Koch, Mauleseltreiber und Packtiere zur Beförderung des Gepäcks
- geräumige 2-Personen-Zelte von CLEARSKIES
- Vollpension während des Treks

### Nicht enthaltene Leistungen:

- Flug nach Marokko – *gerne machen wir Ihnen ein Komplettangebot*
- Fahrrad (MTB), Pers. Ausrüstung und Ersatzmaterial
- Flugübergepäck bzw. Transport des MTB im Flugzeug
- Getränke und persönliche Ausgaben
- Trinkgelder für einheimische Mannschaft
- Einzelzimmerzuschlag € 150,-
- Einzelzelt auf Wunsch gegen Aufpreis.

**Detailprogramm siehe Seite 6.**



## **Marokko: Exotisches Land nahe Europas**

### Informationen über das Land

#### **Geografie / Landschaft**

##### **Marokko: Der Steingarten Afrikas.**

Marokko, nordwestlichstes Land Afrikas, bietet seinen Besuchern trotz der relativen geographischen Nähe zu Europa ein exotisches Erlebnis der Sonderklasse.



Wer Marokko hört denkt an Sonne, Wüste und Königsstädte. Doch Marokko bietet wahrscheinlich die abwechslungsreichste Landschaft Afrikas und weist ebenfalls einen stark gebirgigen Charakter auf: der Hohe Atlas, Rückgrat des Landes und höchstes Gebirge Nordafrikas mit 14 Gipfeln über 4000 Meter prägt nicht nur Landschaft und Klima sondern auch Geschichte und Kultur des Landes.

In einem leichten Bogen von Südwesten nach Nordosten durchzieht der Hohe Atlas das gesamte Land, parallel dazu im Nordenwesten der mittlere Atlas, im Süden der Anti-Atlas, das niedrigste der drei Atlas-Gebirgszüge, welches auch die Grenze zur Sahara-Wüste bildet.

Das gewaltige, fast 1000km lange Faltengebirge des Hohen Atlas ist ein geologisches Sammelsurium sondergleichen: Sedimentgestein, Urgestein sowie vulkanische und magmatische Spuren sind zu finden und zeugen von unterschiedlichen Entstehungsmechanismen.

Findet man im zentralen Teil des Atlas noch vereinzelt Vergletscherungsspuren von früheren Eiszeiten, sind die Bergrücken heutzutage durch die unbarmherzige Sonne ab Mai weitgehend schneefrei.

Das trockene Gebirge, an seiner Südseite eine wahre Gebirgswüste in der nur vereinzelte Dornenbüsche zwischen dem orangen Gestein wachsen, ist seit Jahrtausenden Heimat, Lebensraum und Rückzugsgebiet der Berber. Diese freiheitsliebenden Menschen haben im Laufe der Jahrhunderte ausgeklügelte Bewässerungssysteme entwickelt, die ihnen ein Auskommen in dieser unwirtlich erscheinenden Umgebung ermöglichen.

Üppige Gärten mit terrassierten Feldern, Bergoasen die muntere Gebirgsbäche säumen und sich als grünes Band durch die kahle und grandiose Berglandschaft schlängeln aber auch tiefe Schluchten, abrupte Felswände und karge Hochebenen sind landschaftliche Höhepunkte mit denen diejenigen Besucher Marokkos belohnt werden, die das Abenteuer einer Trekkingtour in den Hohen Atlas auf sich nehmen.

#### **Klima / Trekkingwetter**

##### **Heiße Sonne und kalte Luft.**

Auf Grund seiner geographischen Lage am nordwestlichen Rand der Sahara und nur wenige Grad nördlich des nördlichen Wendekreises ist Marokko ein heißes und niederschlagsarmes Land.

Der Hohe Atlas bildet in Marokko die Klimascheide und zugleich einen eigenen klimatischen Raum. Wird im Westen des Landes das Klima durch den atlantischen Ozean beeinflusst und gemildert, so gelangt man östlich bzw. südöstlich des Atlas an den Rand der Saharawüste mit ihrem extrem trockenheißen Wüstenklima.

Hier fällt nur mehr sporadisch Niederschlag, die Landwirtschaft beschränkt sich auf einzelne Oasen entlang der Flusstäler.

Das vorherrschende Klima des Hohen Atlas ist ausgeprägt kontinental: Die Wintermonate von Dezember bis Ende Februar sind bitter kalt und durch ausgiebigen Steigungsregen an den Westhängen des Gebirges kommt es zu Niederschlag, der auch bis in die Täler als Schnee fallen kann. Bis in den März kann der Schnee flächendeckend die höheren westseitigen Berghänge bedecken, schattige nordseitige Rinnen können bis in die Sommermonate Schnee aufweisen. In den kalten Wintermonaten sind Touren am Wüstenrand, im Anti-Atlas oder speziell im Saghro Gebirge zu empfehlen.

Mit März wird auch in Marokko der Frühling und die Blüte der unzähligen Fruchtbäume eingeleitet. An der Westabdachung der Gebirgskette kommt es in dieser Jahreszeit zu häufigem Niederschlag, Kälteeinbrüchen und zum Teil unbeständigem Wetter. Durch die im Gebirge noch niedrigen Temperaturen und großen Schneemengen sind anspruchsvolle Trekkingtouren und Atlasüberschreitungen nicht möglich.

Die Sommermonate von Juni bis Ende September sind die ideale Zeit um lange Touren auch in den hochgelegenen Gebieten des Hohen Atlas zu unternehmen.

Können die Temperaturen in der Ebene um Marrakesch 40°C, östlich des Gebirges gar 50°C erreichen, ist es in den Bergen ab Höhen von 2000-2500 Meter warm bis angenehm kühl.

Ist die Sonne verdeckt oder gar untergegangen kann es kalt werden, Nachtfrost auf Höhen ab 3500 Meter ist durchaus auch im Sommer üblich.



Wird der Trekker in der Früh meist von strahlendblauem Himmel begrüßt, können ab den Mittagsstunden auch gelegentlich heftige Gewitter aufziehen, dies speziell Ende Juli-Anfang August. Oktober und November leiten die kalte Jahreszeit ein. Im Hohen Atlas wird es ab Ende Oktober üblicherweise wieder zu kalt für hochgelegene Trekkingtouren. Ab November tritt auch wieder vermehrt windiges, feuchtes und kaltes Wetter auf.

### **Einreise nach Marokko**

Für die Einreise nach Marokko bei einem Aufenthalt von maximal 3 Monaten benötigen Staatsbürger aus der EU und der Schweiz lediglich einen gültigen Reisepass, der mindestens 6 Monate nach Ausreise gültig sein muss.

### **Klimatabelle Marrakesch (466 m)**

	Jan	Feb	Mar	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Temperatur Ø Max. (°C)	18	20	23	26	29	33	38	38	27	28	24	19
Temperatur Ø Min. (°C)	4	6	9	11	14	17	19	20	17	14	9	6
Regentage	2	3	3	3	2	1	0	0	1	2	2	3
Niederschlag (mm)	25	27	33	30	15	7	2	2	10	22	30	30

## **MAROKKO: Bike&Hike – Hoher Atlas und Djebel Toubkal**

Per Mountainbike und zu Fuß über den hohen Atlas.



### **Detailprogramm**

#### **1 Tag: Marrakesch**

Flug und Ankunft in Marrakesch. Transfer zu unserem modernen 3\*-Hotel im neuen Stadtteil Gueliz, ca. 30 Gehminuten von der Medina (Altstadt) von Marrakesch entfernt.

#### **2 Tag: Start der Mountainbike Tour in El Ksiba**

Transfer von Marrakech über Beni Mellal bis in die kleine Stadt El Ksiba, wo Sie gegen Mittag ankommen.

Am Nachmittag Start der Mountainbike Tour mit einer ersten kurzen Etappe.

Die heutige Route führt durch sehr schöne Landschaft, weite Blicke über den mittleren Atlas, im Osten bilden die Gipfel und Bergrücken des hohen Atlas den Horizont. Sie fahren durch teils dichte Steineichenwälder und kommen ab und an durch kleine Dörfer und Siedlungen. Die Gegend ist berühmt für ihre großen Apfelplantagen. In der Gegend von Naour (ca. 1400m) bauen Sie Ihr Zeltlager auf.

*MTB Strecke ca. 35Km Asphalt, ca. 900Hm Anstieg. (F, M, A)*

#### **3 Tag: Zu den Seen von Imilchil im mittleren Atlas**

Anstrengende Etappe auf guter Straße durch die zerklüfteten Regionen des Atlas bis Sie das berühmte Seenplateau bei Imilchil erreichen.

Am See von Tislit (2250m), dem kleineren der zwei Seen, bauen Sie Ihr Lager auf. Am Nachmittag lohnt sich der Ausflug zu dem 10Km entfernten großen See von Isli.

*MTB Strecke: ca. 72Km (ca. 55Km Asphalt, 17Km Piste), ca. 1550Hm Anstieg. (F, M, A)*

*Der Legende nach wurden die 2 Seen von den Tränen zweier jungen Liebenden gebildet, die zwei verfeindeten Stämmen angehörten und deshalb nicht heiraten durften (Isli: der Verlobte, Tislit: die Verlobte).*

*Auch heute noch ist das nahe Imilchil, der Hauptort des Stammes der Ait Hadidu für seinen jährlichen Hochzeitsmarkt berühmt, wo sich die jungen Menschen der umliegenden Stämme kennenlernen und Frauen sich einen Mann aussuchen dürfen...*

#### **4 Tag: Durch den hohen Atlas in Richtung Süden**

Sie fahren an Imilchil vorbei und nun geht es auf guten Schotterpisten auf die kargen Hochplateaus des hohen Atlas. Die Strecke führt am Assif Melloul entlang bis Sie Timadouine am Fuße des Tizi n'Ouarez erreichen, wo Sie Ihr nächstes Lager aufschlagen (ca. 2600m).

*MTB-Strecke: ca. 60Km (ca. 40Km Asphalt, 20Km Piste), ca. 800Hm Anstieg. (F, M, A)*

### **5 Tag: In die Dades Schlucht**

In der Früh geht es über den nahen Tizi n'Ouarez (2800m). Anschließend lange Abfahrt bis Msemrir und weiter in die beeindruckende Dades Schlucht.

Am Ufer des Dades haben die Berber in Jahrhunderte langer Arbeit eine üppige Bergoase gebildet. Künstlich bewässerte Felder, Pappelhaine und fruchtbare Felder ziehen sich wie ein langes, dunkelgrünes Band durch die Gelb-Orange Felswüste des hohen Atlas – eine Wohltat für das Auge und sicherlich einer der landschaftlichen Höhepunkte Ihrer Marokkoreise.

In der beeindruckenden Engstelle der Dades Schlucht übernachten Sie in einem Kasbah Hotel (Lehmwehrburg).

*MTB-Strecke: ca. 80Km (ca. 40Km Piste, ca. 40Km Asphalt), ca. 630Hm Anstieg. (F, M, A)*



### **6 Tag: Durch karge Wüstenlandschaft von der Dades zur Mgoun Schlucht**

Die letzte Etappe Ihrer MTB-Tour führt in nochmals schlagartig die Kontraste der Marokkanischen Berglandschaft vor Augen: nach ein paar Km entlang des Dades-Tales biegen Sie bei Ait Youl ab und fahren durch karge Gebirgswüste bis zur Mgoun-Schlucht – dem berühmten Tal der Rosen, mit seinen unzähligen Heckenrosen das Zentrum von Marokkos Parfumindustrie. Übernachtung in Bou Trarar (1600m) in einer Familienpension.

*MTB Strecke: ca. 50Km (ca. 15Km Asphalt, ca. 35Km Piste). (F, M, A)*

### **7 Tag: Transfer über Ouarzazate an die Ostseite des Djebel Toubkal**

Abwechslungsreiche Fahrt durch das Tal der Kasbahs nach Ouarzazate und an der Ostseite des Hohen Atlas entlang bis zum Dorf Amsouzer (1800m) an der Ostseite des Djebel Toubkal Massif. Hier treffen Sie auf die Mauleselmanschaft, die Sie in den nächsten Tagen begleiten wird und das Hauptgepäck transportieren wird.

Rasch sind die Maulesel bepackt und Sie können am Nachmittag in die ersten 2-3 Stunden Ihre Trekkingtour starten.

Heute wandern Sie entlang des Assif Tifnout durch kleine Ortschaften bis zum Gebirgssee Ifni (ca. 2400m). Am Seeufer haben wir Zeit für eine ausgiebige Rast. Dem Wasser des herrlichen Sees werden von den Einheimischen Berbern Heilkräfte nachgesagt und ein Bad ist zwar eine frische aber doch herrliche Angelegenheit.

Am Ufer des Lac d'Ifni bauen Sie Ihr Lager auf.

*Gehzeit ca. 2-3h, Aufstieg ca. 600Hm (F, M, A)*

### **8 Tag: Zum Basislager des Djebel Toubkal**

Diese alpine Etappe führt uns bis zu unserem Basislager am Fuße des Djebel Toubkal.

In aller Frühe starten wir in den langen Aufstieg zum Tizi n'Ouanoums (3680m). Erst durch ein Feld großer Blöcke steigen wir auf einem anfänglich schlechten Pfad in immer engeren Serpentinaen durch das südöstliche Kar des Djebel Toubkal. Nach ca. 3 h erreichen wir den Pass, die überwältigenden Ausblicke in die umgebenden mineralen Landschaften belohnen die Mühe.

Ist der Pass erreicht sind unsere Mühen schon fast beendet. Über gutem Pfad steigen wir bis zum Einstieg in das westliche Kar des Djebel Toubkal ab. In der Nähe der Toubkal-Hütten (3100m) bauen wir für die nächsten 2 Nächte unser Lager auf. Hier können wir die warme Nachmittagssonne noch etwas genießen und uns für die morgige Besteigung des Djebel Toubkal vorbereiten.

*Ca. 5-6h, Aufstieg ca. 1300Hm, Abstieg 650Hm (F, M, A)*

### **9 Tag: Auf den Toubkal**

Aufstieg zum höchsten Berg des Hohen Atlas.

Zeitig und mit leichtem Gepäck starten wir unsere Besteigung durch das „südliche“ Ikhibi (Kar) zum Gipfel des Djebel Toubkal (4167 m). Der steile Aufstieg durch das steinige Kar erfordert Trittsicherheit, ist aber gut angelegt und nach 3 bis 4 Stunden stehen wir am Gipfel des höchsten Berges Nordafrikas.

Der herrliche 360°-Ausblick über die umliegenden Trabanten des Toubkal reicht von der fruchtbaren Ebene um Marrakesch bis zu den Ketten des Anti-Atlas an der Grenze der Sahara Wüste.

Nach einer ausgedehnten Gipfelrast steigen wir, bei guten Bedingungen, durch das „nördliche“ Ikhibi ab zu unserem Lager.

Teilnehmer, die sich die Gipfelbesteigung des Toubkal nicht zutrauen, können um das Lager herum schöne kurze Ausflüge unternehmen und unvergessliche Einblicke in die faszinierende Bergwelt rund um den Toubkal genießen.

Ein letztes Mal sitzen wir am Abend mit unserer Mannschaft zusammen und feiern bei einem köstlichen Abendessen das Erlebte der vergangenen Tage.

*Ca. 6-7h, Aufstieg ca. 1000Hm, Abstieg ca. 1000Hm (F, M, A)*

### **10 Tag: Zurück nach Marrakesch**

Die letzte Etappe unseres Treks und Rückfahrt nach Marrakesch.

Von unserem Lager treten wir den langen Abstieg nach Imlil (1700m) an. Ein guter Pfad durch karges alpines Gelände führt uns bis nach Sidi Chamarouch (2310m), einem wichtigen Wallfahrtsort der hiesigen Berberstämme.

Weiter geht es nach Imlil, welches wir nach einem langen Abstieg am Nachmittag erreichen. Hier müssen wir von unseren Mauleseltreibern und unserem Koch Abschied nehmen. Leicht fällt es nicht, diese treuen, hilfsbereiten und fröhlichen Berber hinter uns zu lassen.

Per Minibus geht es zurück in unser gemütliches Hotel in Marrakesch.

Am Abend lassen wir das Erlebte bei einem gemeinsamen Abendessen in einem typisch marokkanischen Riad noch einmal Revue passieren.

*Ca. 5 h, Abstieg ca. 1400Hm (F, M, A)*

### **11 Tag: Marrakesch**

Freier Tag zur Besichtigung von Marrakesch. Die ausgedehnten Souks laden zum feilschen ein, die Handwerkerviertel und ausgedehnten Parkanlagen lassen diesen Tag wie im Flug vergehen.

*(F)*

### **12 Tag: Heimflug**

*(F)*

*F: Frühstück    M: Mittagsessen    A: Abendessen*

