



PROGRAM: VANDRING ATLASFJELLENE 15 MARS 2025

## VANDRING I HØY-ATLASFJELLENE

☞ 7 frokoster, 7 lunsjer og 7 middager inkludert

Dag 1

### Oslo - Marrakech

☞ Middag

Vi flyr fra Oslo Lufthavn og lander i **Marrakech** tidlig kveld. Vi er i en av Nord-Afrikas mest spennende byer som er et mylder av folkeliv, souker, basarer og markeder! Vi kjører til hotellet vårt og sjekker inn.

I kveld ønsker vi hverandre velkommen med en hyggelig middag på hotellet. I morgen skal vi oppdage Marrakech!

Dag 2

### Marrakech

☞ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost starter dagen med en **byrundtur**. I dag får vi sett nærmere på et par av de vakre monumentene som vitner om byens storhetstid. Vi skal besøke **Dar si Said**, vi ser den ruvende **Koutoubia-moskeen** og tar turen gjennom det **jødiske området**. Videre går

turen inn i medinaen, gamlebyen, her finnes flere gamle håndverkskvartaler med håndknyttede tepper, keramikk, rustikke afrikanske smykker, sko, merkevarer og fantastiske tekstiler. På **kryddermarkedet** får vi en lærerik innføring i marokkanske krydder, skjønnhetsmidler og urtemedisin.


Mange fremstående moteskapere, skuespillere, musikere og interiørarkitekter har valgt å slå seg ned i denne byen. Dette gjør den til "jet-setternes" private paradisi og et Eldorado for shoppere. Dar Si Said er et fantastisk nydelig gammelt harempalass som også er nasjonalmuseet. Her finner vi en stor samling av gamle tepper, drakter, våpen og mer til.

Vi finner et egnet sted for lunsj underveis. Ettermiddagen er på egen hånd, reiseleder gir gjerne forslag til opplevelser og gjøremål.

Om kvelden spiser vi middag inne i medinaen på **restaurant Dar Essalam** - nydelig dekor og nydelig mat!

Dag 3

## Marrakech - Ouirgane, vandring og kokkelering

 Frokost, lunsj, middag

 Cirka 4 timer

 Cirka 1000 meter stigning og 800 meter ned


Etter frokost setter vi kurs mot vakre **Ouirgane** som er en **berberlandsby** som ligger ved **Atlasfjellene**. Her skal vi ha base på hotell de neste dagene og herfra skal vi gå fotturer i fjell og variert landskap. Det blir til tider på lokalt vis, med besøk i mange små berberlandsbyer underveis. Berberne, tradisjonelt ofte bønder, gjeterne eller håndverkere, har bodd her i Nord-Afrika i tusenvis av år. De har sin egen rike historie, sitt eget flotte håndverk og har ulike språk som har overlevd alle invasjoner. De utgjør en betydelig del av landets befolkning, spesielt når det gjelder kulturelt mangfold.

Vi skal ut på tur og vår første vandring til **Tahennaoutdalen, Moulay Brahim og Asni**. Dalen er preget av et frodig landskap med bratte fjell og krystallklare elver. Her er også kulturlandskap med både epletrær og ferskentær. Vi passerer også de kjente vannmøllene i **Moulay Brahims**. Etterhvert kommer vi til **Marigha, saltgruvene** som man har nytt godt av her i mange generasjoner. Sen lunsj når vi er tilbake på hotellet.

Om kvelden skal vi bli bedre kjent med det eminente og velsmakende **marokkanske kjøkken**. Vi skal lære å lage mat fra en dyktig chef som gir oss gode tips og nyttige triks. Det vi har laget blir kveldens middag.

Dag 4

## Ouirgane, vandring mot Tassa - Ouirgane

 Frokost, lunsj, middag

 Cirka 5 timer


 Cirka 800 meter stigning og 800 meter ned

Vi spiser frokost og gjør oss klar for dagens vandring. Den tar oss mot dalen **Tassa Ouirgane**. Vi skal blant annet passere dalen "**Valley of Roses**" før vi ser mange valnøttrær og olivenlunder. Oppover bærer det til vi kommer til en gammel jødisk landsby, **Anraz**. Den er kjent for sin gamle kirkegård der de ærverdige rabbiene ble begravet.

Lunsj er planlagt i en av landsbyene vi passerer før vi vandrer en annen rute tilbake til hotellet. Før middag er det tid for nok en aktivitet, i en ganske så annen sjanger denne gang: vi skal lære hvordan de lager de intrikate og vakre **hennatatoveringene** samt det man ofte smykker seg med her: **khol** (mascara). Klart du får prøve om du vil!

Dag 5

## Ouirgane, vandring til Kik - Ouirgane

 Frokost, lunsj, middag

 Cirka 5 timer


 Cirka 1200 meter stigning og 1200 meter ned

Etter frokost blir det ny rute og nye muligheter for å nyte Atlasfjellene og naturen rundt. Dagens vandring er litt mer utfordrende, nettopp for å få frem følelsen av at vi er godt unna allfarvei, og at landsbyene som ligger her er ganske isolerte og menneskene her lever et veldig tradisjonelt liv. Inn mot **daalen Kik** bærer det. Dalen er kjent for variert landskap med både grønnkledde åser, åkre i terrasser og nydelige olivenlunder. I det fjerne kan man kanskje skimte toppen av fjellet **Toubkal**, det høyeste fjellet i Marokko (4 165 moh).

Spesiell lunsj planlegges i dag, på det **høye Kik-platået**, før turen går nedover igjen til hotellet og felles middag om kvelden.

Dag 6

## Ouirgane, vandring i Azzadan Valley - Ouirgane

 Frokost, lunsj, middag

 Cirka 5 timer


 Cirka 800 meter stigning og 800 meter ned

Etter frokost snører vi på oss vandreskoene for ny rute. Vi skal mot **Marigha** hvor begynnelsen av **Azzadan Valley** byr på fine turstier som vanligvis har liten frekvens av andre vandrere. Gjennom olivenlunder, forbi mandeltrær og kirsebærtrær som forhåpentligvis blomstrer, kommer vi etter hvert til noen gamle berberlandsbyer der tiden ser ut til å ha blitt satt på pause for flerfoldige år siden.

Vi har med oss lunsjpakker og spiser et egnet sted underveis på turen. Vel tilbake på hotellet er det bare å glede seg til nydelig middag!

Dag 7

## Ouirgane, vandring - Imlil, natur, teseremoni og brødbaking

 Frokost, lunsj, middag

 Cirka 5 timer


 Cirka 800 meter stigning og 800 meter ned

Etter frokost kjører vi til **Imlil** som alltid har hatt en magisk tiltrekning. Dalen ligger der fossefallene **Aremd og Sidi Chamharouch** er og disse gir en ekstra wow-faktor på omgivelsene. Når elvene i tillegg gjerne byr på en turkisaktig farge mot de snøklede fjellene, så er turen i dag et høydepunkt. Vi spiser lunsj sammen med noen av de lokale i en av landsbyene, og vi skal også være med på å **bake brød**. Te er en veldig viktig del av kulturen for berberne og marokkanere, det er lite som er tilfeldig med det å lage te her. La oss lære av de som kan det også som har gjort det på samme vis i generasjoner. En helt **lokal teseremoni** blir neste lokale opplevelse.

Vel tilbake på hotellet blir det felles middag, den siste i disse omgivelsene men vi er på ingen måte ferdig med turen.

Dag 8

## Ouirgane - Majorelle - Marrakech, hjemreise

 Frokost, lunsj

Vi spiser frokost og forbereder retur til storbyen Marrakech. Første stopp er byens lekreste hage. **Majorellehagen** som var den store franske moteskaper **Yves Saint Laurent sitt yndlingssted** - hans paradys på jord. Her ligger hans smakfulle villa og her ligger minnesteinen, plassert der kort tid etter hans død. I denne vakre oasen av kaktus, palmer og bambus, hvor fargene danner fantastiske kontraster, er det en fryd å vandre rundt å ta inn både stemningen og skjønnheten.

Etterhvert blir det lunsj på en av byens gode restauranter før vi vender nesen mot flyplassen og hjemreise til Norge.