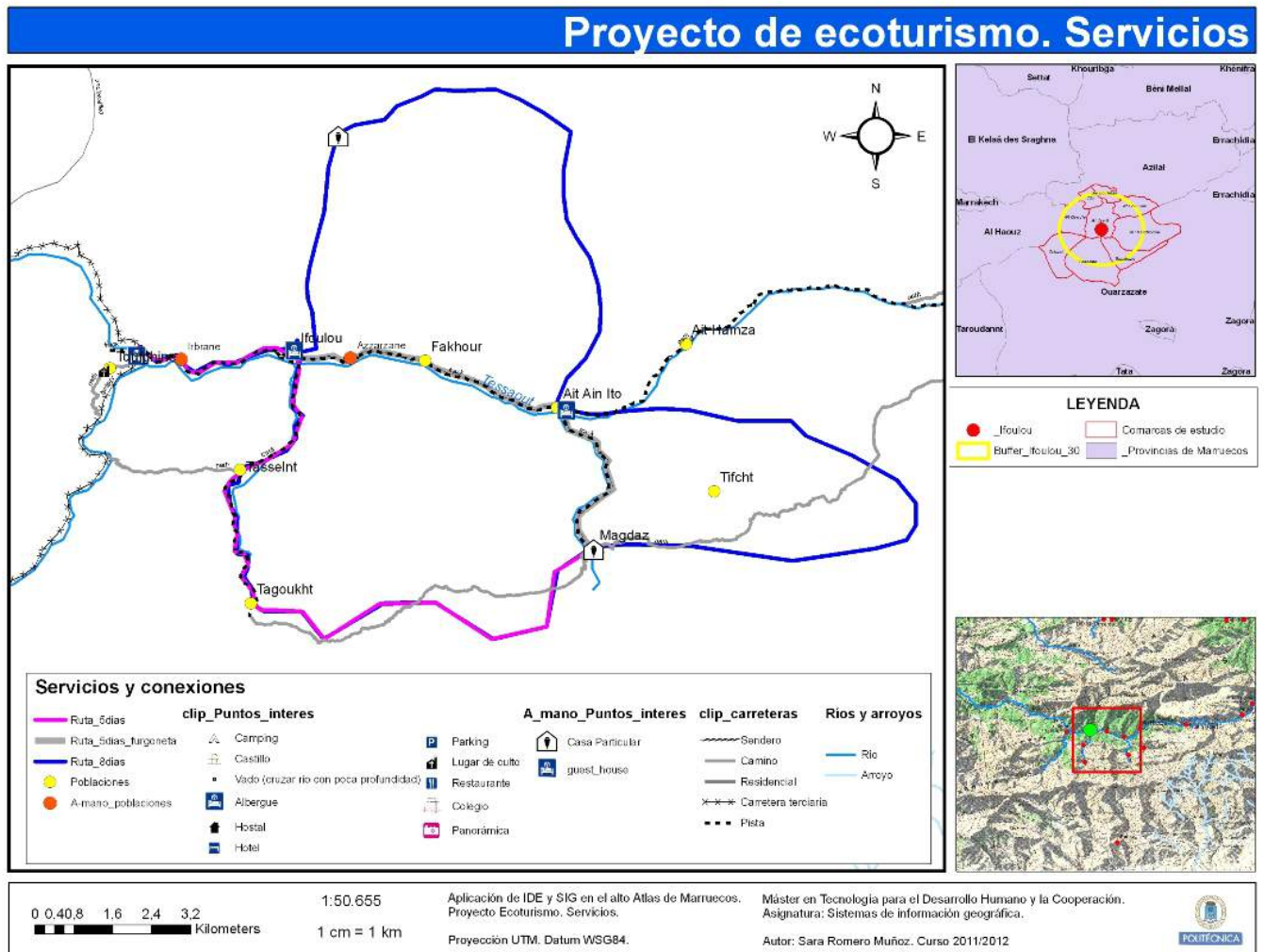


## ¿Quiénes somos?

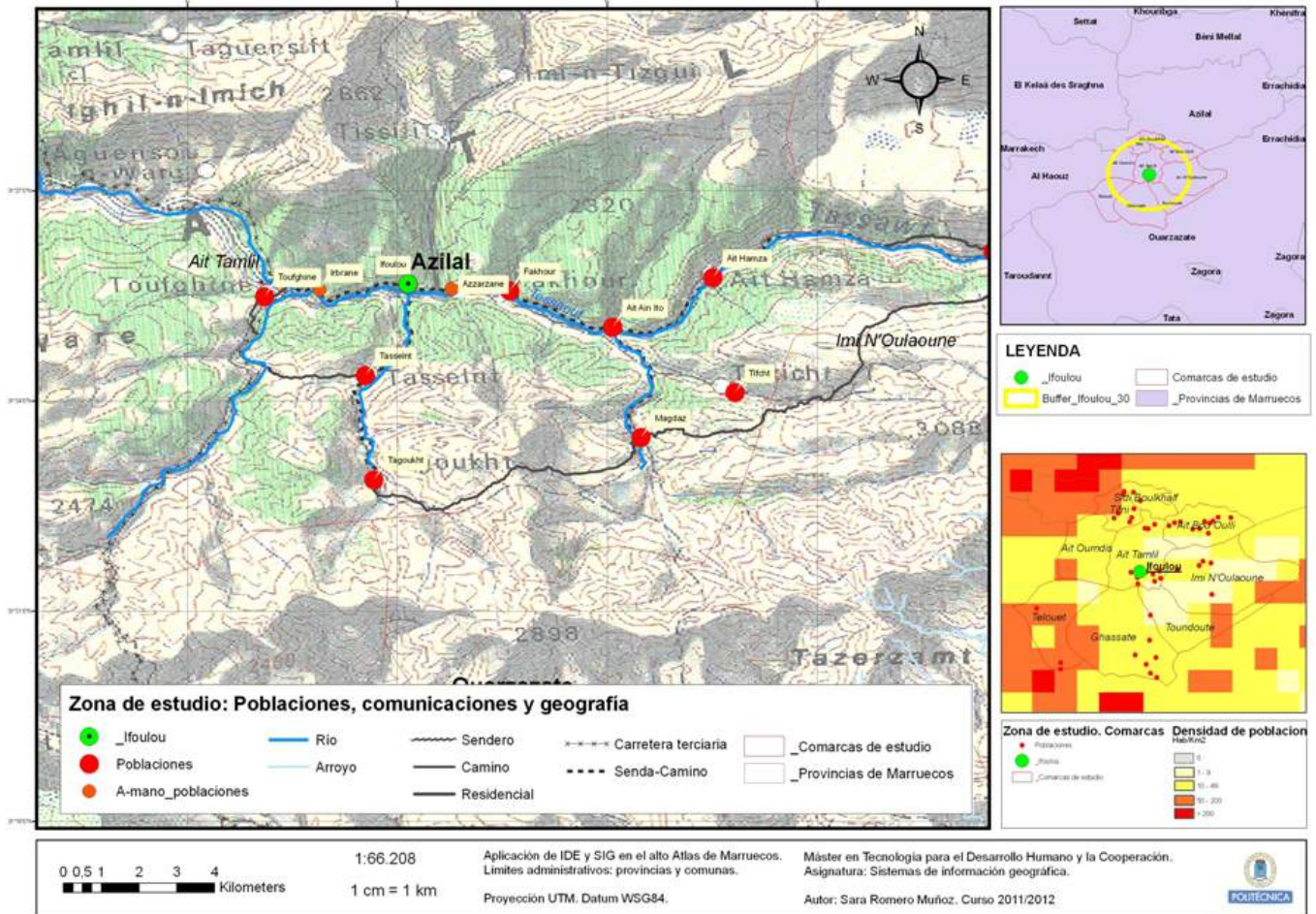
aGtrek es un proyecto de viajes solidarios, creados por las asociaciones de de las aldeas de Ifolou y Azerzzane en colaboración con la Fundación Acción Geoda, para ayudar al desarrollo de las aldeas del Valle del río Tessaout dentro del “Proyecto Tessaout”.

## ¿Dónde estamos?

Estamos en Marruecos, en el valle del río Tessaout, en la cordillera atlas central marroquí, cerca del MGOUN.



## Zona de estudio: Valle del río Tessaout



## ¿Qué son viajes solidarios?

Es un viaje para conocer otra cultura y su entorno. Te acercará a una realidad distinta desde un punto de vista respetuoso y colaborativo. aGTREK es más que hacer trekking por las preciosas montañas del Atlas marroquí.

- Descubre a las gentes del valle del río Tessaout y su cultura beréber.
- Disfruta de un entorno natural y de la conservación de su biodiversidad.
- Conoce cómo y dónde actúa la Fundación Acción Geoda.



# ¿En qué beneficia a la población local?

Los viajes son gestionados por los habitantes del Valle. Los servicios son proporcionados por ellos y los productos consumidos son locales.

Se genera tejido económico en la zona y esto facilita el resurgimiento de otros servicios que son fuente de ingreso para las familias.

Las asociaciones locales: los propietarios de los albergues, los muleros... y demás trabajadores destinan un 10% de sus ingresos a la asociación local que elijan.



# VIAJE 8 DIAS (Sábado-Sábado)

## TREKKING 8 DÍAS

### 1º Día (Sábado)

Llegada a Marrakech, se recepción de los participantes durante todo el día en el hotel, se tendrá el día libre para poder visitar Marrakech.

### 2º Día (Domingo)

Traslado de Marrakech a Ifolou, Trekking desde el puente de Toufrine a Ifolou, comida en el albergue, por la tarde explicación de la vida y costumbres bereberes y se enseñaran todos los proyectos en los que esta trabajando la fundación en Ifolou. Cena y dormir en el albergue de Ifolou.

### 3º Día (Lunes)

Por la mañana se visitara el mercado de Ifolou y por la tarde se participara en alguno de los talleres de la vida berebere (pan.... etc). Cena y dormir en el albergue de Ifolou.

### 4º Día (Martes)

Trekking desde Ifolou a Magdaz, con parada para tomar un te en Tagoukth, visita a las cascadas de Magdaz, comida en el trekking. Por la tarde se visitara el pueblo de Magdaz (graneros, molino,...etc). Cena y dormir en casa de Magdaz.

### 5º Día (Miércoles)

Trekking desde Magdaz a Ait-n-ito, con ascensión a una montaña de 3088m, la comida será durante el trekking. Cena y dormir en el albergue de Ait-n-ito.

### 6º Día (Jueves)

Trekking desde Ait-n-ito a Tissili, la comida será en el trekking, cena y dormir en casa de Tissli.

### 7º Día (Viernes)

Trekking desde Tissili a Ifolou, comida en Azerzzane y visita a los proyectos de aG, cena y dormir en el albergue de Ifolou.

### 8º Día (Sábado)

Trekking desde Ifolou al puente de Toufrine, Traslado desde Ifolou a Marrakech, fin del viaje en el hotel o avión.

### INCLUIDO EN EL VIAJE

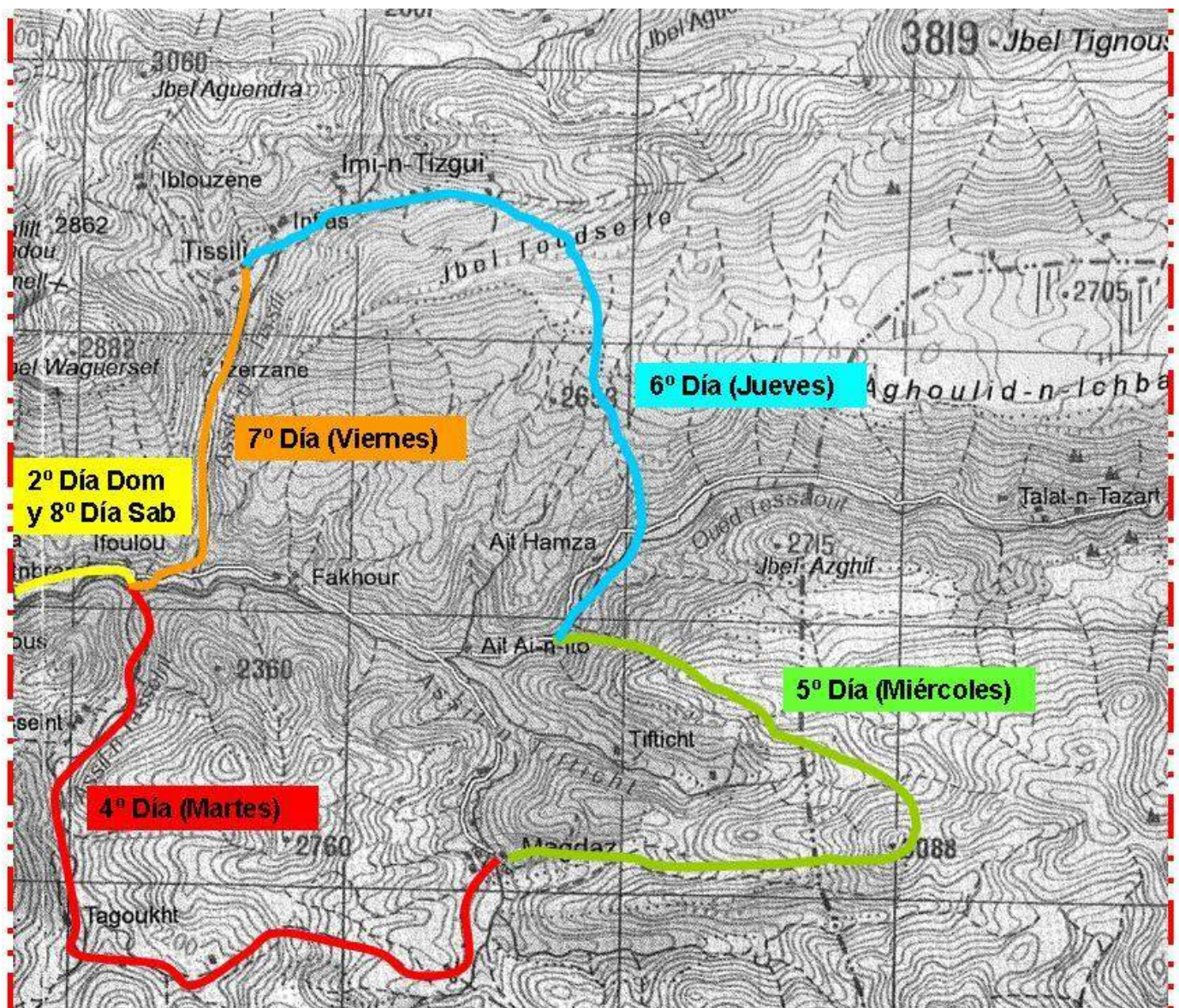
Hotel en Marrakech .  
Todos los traslados. (menos Traslados hotel – aeropuerto en Marrakech.)  
Desayunos, comidas y cenas durante el trekking.  
Dormir en los albergues durante el trekking.  
Mulas y muleros de apoyo para los trekking.  
Furgoneta de apoyo durante los trekking, para el traslado de las cosas.  
Talleres bereberes.  
Guía.

### NO ESTA INCLUIDO

Viaje de avión a Marrakech ni de regreso a la ciudad de origen.  
Traslados hotel – aeropuerto en Marrakech.  
Desayunos, comidas y cenas en Marrakech.  
Bebidas y tes de fuera de las comidas.  
Propinas (solo en los servicios del valle y no son obligatorias)



# Mapa del trekking:



## Catalogación, del trekking Medio/Alto.

2º día trekking de corta duración y sin desnivel, unos 3 kilómetros. Duración de unos 35 minutos.

4º día trekking de duración de jornada completa con un desnivel acumulado de unos 500m, distancia aproximada 13Km.

5º día trekking de duración de jornada completa con un desnivel acumulado de unos 1000m, distancia aproximada 14Km.

6º día trekking de duración de jornada completa con un desnivel acumulado de unos 1000m, distancia aproximada 15Km. (ESTE DIA SE DESCENDE POR UNA FAJA UNA PENDIENTE DE 600 METROS ALGO EXPUESTA)

7º día trekking de duración de jornada completa con un desnivel acumulado de unos -200m, distancia aproximada 7Km.

8º día trekking de corta duración y sin desnivel, unos 3 kilómetros. Duración de unos 35 minutos.

# Material montaña recomendado:

2 camisetas térmicas manga corta térmicas.

3 camisetas manga larga también térmicas.

Forro polar fino y/o forro polar más gordo.

2 pantalones montaña o las cómodas mayas.

3 pares calcetines (por lo menos dos pares de montaña).

Bufs, pañuelos para abrigarse garganta y gorros para la cabeza.

2 pares de guantes: unos más finos y otros más gorditos por si hace mucho frío.

Botas de trekking, chancas para los albergues.

Chaqueta de Gore-Tex o similar que aguante frío y agua.

Ropa interior.

Bastones, importante para los que andamos mal con la rodilla.

Gafas de sol

Frontal

Saco sábana. (en los albergues disponemos de colchones y mantas)

Aseo:

Pastilla de jabón para ducharse y lavarse.

Crema solar

Peine

Toallitas húmedas.

Klenex

Cepillo y crema de dientes.

Más:

Cámara fotos.

Cargadores de pilas móviles y otros aparatos electrónicos.

Pilas.



# La cultura amazigh (bereber)

Amazigh significa “hombre libre”. Desde la época griega se usa el término “bereber” para designar a los pueblos que no hablaban griego.

La cultura amazigh es la cultura autóctona y milenaria de la zona donde nos situamos. Ha demostrado una gran capacidad de resistencia cultural al conservar su lengua propia (tamazigh), a pesar de sufrir el peso de potentes culturas durante siglos.

Está presente en muchos países del Magreb y en nuestro caso, está marcada geográficamente por las cadenas montañosas del Atlas, que recorren durante 2400 km el noroeste de África, desde Túnez hasta Marruecos. Es una zona de gran riqueza natural y amplia biodiversidad, motivo que lo convierte en destino turístico deportivo y de naturaleza desde hace unos años.

Algunos de los aspectos culturales visibles que podrás observar allí son las chilabas y las babuchas, prendas amazigh que les protegen de las bajas temperaturas de la montaña y que no tienen los árabes ni musulmanes del Oriente Medio. El cous-cous como la comida amazigh más conocida en el mundo. Los bailes, canciones y la música, vinculados al placer y la diversión, diferentes de la tradición árabe.

Entre los aspectos culturales inmateriales sobresale el acogimiento y sencillez de un pueblo que fue predominantemente nómada y que hoy se asienta mayoritariamente en zonas aisladas.

A día de hoy este pueblo sigue conservando su identidad cultural y desde la Fundación Acción Geoda queremos participar en esa conservación y en el fomento de su desarrollo.



aGTrek  
email: [info\\_agtrek@acciongeoda.org](mailto:info_agtrek@acciongeoda.org)  
web: <http://agtrek.acciongeoda.org>

**AGtrek**  
Fundación Acción Geoda