



## L'Adrar en 4x4 + 1 jour Méharée

Prix / Personne 1450€ TTC

" L'Adrar située au cœur Géographique et historique de la Mauritanie le plateau de Adrar qui démontre une région désertique l'Adrar désignant à des montagnes à travers ce raid 4x4 vous découvrir l'ensemble de paysages variés de l'Adrar et ces populations locales.

### VOTRE VOYAGE

#### Jour 1 ○ NOUAKCHOTT - AZOUGUI - ATAR

Arrive par le vol (Casablanca vers 1h45) transfert à l'Hôtel à 30 minutes Nuit en Hôtel.

Dans le même jour après le petit déjeuner à l'hôtel

Départ vers la ville d'Atar. Pique-nique en cours de route ou à Atar. Visite du site de stromatolithe à Gsseir Tourchane en plus de la belle passe de Tinzak, et la belle palmeraie d'Azougui. Nuit à l'auberge du bonheur.

Durée 5h à 6h distance 430 km & nuit en auberge.

#### Jour 2 ○ ATAR - OUADANE

Départ matinal plein est, la bonne piste nous amène à Ouadane. Nous laisserons Atar pour se diriger vers l'ancienne cité historique de Ouadane en passant par la passe Ebnou, un petit crochet à gauche nous permet de profiter de la passe d'Amogjar et des ruines de Fort Saganne.

L'après-midi est consacrée à la visite de la vieille ville (les ruines de la cité fortifiée). Nuits à Ouadane en bivouac.

Durée 2h30 distance 200 km & nuit en auberge.

### Jour 3 ○ OUADANE - TANOUCHERT - CHINGUETTI

Nous laissons derrière nous Ouadane. Par le sable, nous roulons vers l'ouest. Pour arriver dans la belle petite palmeraie de Tenochert à moitié enseveli sous les dunes de Maarmat. En suite on traverse le joli esker de Herour par le col nord-ouest pour sortir sur Legneyba. En suite nous longeons la base de l'erg Ouarane en passant par des vallées inter dunaires (teyaret) pour descendre dans l'oued Chinguitti juste avant la belle palmeraie de Ntkemekemt, qui se dresse au nord d'abweir, « petit puits », lieu très symbolique où se trouvent les ruines ensevelies de la première ville de Chinguitti.

Visite de l'une des plus grandes bibliothèques anciennes de Chinguitti, de la mosquée et des ruines autour de celle-ci.

Durée 3h distance 90 km & nuit en auberge.

### Jour 4 ○ JOURNEE MEHAREE

Un petit tour libre de marche avec les chameaux qui vous permet d'approcher les dromadaires et voir la vie du chamelier dans une méharée ou Tour de Chinguitti pendant quelques pique-nique en plaine désert nuit au bivouac repas du soir LA GALETTE.

Durée 3h de Marche le matin le soir 1h30 distance 9 km

Nuit en bivouac.

### Jour 5 ○ CHINGUETTI – ZARGA - M'HEIRETH - TERJIT

Après la fin de la visite de la vieille ville de Chinguitti, on se dirige plein ouest en direction de la montagne Zarga pour prendre un thé en face de la belle dune de Tichilit El Ategue, et une piste sablonneuse au début chaotique au milieu et belle à la fin, nous conduit vers l'une des plus belles et plus importantes palmeraies de l'Adrar : M'heireth. Balade et pique-nique avant de continuer vers la belle palmeraie de Terjit avec sa source tiède. Visite de la source et bivouac.

Durée 3h30 & nuit en bivouac.

### Jour 6 ○ TERJIT - TIMINIT - MADENE

Au départ de Terjit on reprend la route goudronnée Atar-Tagant jusqu'à Aoujeft et oasis de Timinit balda à pied aux palmiers pique-nique dans la zone de Waghchedah et l'après-midi on continue vers le village de Meaden nuit.

Durée 2h30 distance 60 km & nuit en bivouac.

## Jour 7 Meaden / Azeweiga

Du village Madone on descend dans la vallée blanche (Oued Blanc) pour admirer la beauté de la vallée, de Chatou Sghir a chatou El Kebir en passant par la belle palmeraie de Toungad et sa splendide guelta, en suite nous laissons la belle vallée blanche pour se diriger vers la très belle passe de Tifoujar qui se dresse au bout d'un impressionnant canyon sableux.

De Tifoujar on se dirige plein sud pour atteindre la palmeraie de Gleitat, avant de continuer vers la belle palmeraie d'Azweyqua. Bivouac en face de la très célèbre dune.

Durée 3h distance 40 km.

## Jour 8 AZWEIGA - NOUAKCHOTT

Départs le matin pour le retour sur Nouakchott raps midi en route visite la ville Nouakchott le soir Diner en auberge et transfert à l'aéroport à 00h.

Transfert en 4x4 pendent 6h à 7h de route distance 370 km.

## Jour 9 NOUAKCHOTT – CASABLANCA en vol retour à 02h45h.

## FICHE TECHNIQUE

Niveau de difficulté physique 

4 à 5 heures de marche par jour environ. Dénivelé positif de 300 à 500 mètres. Bonne condition physique requise.

Altitude 

Moins de 1500 mètres.

Environnement

Désert

Caractéristiques du circuit

Niveau : modéré (2 chaussures)

Durée des étapes : 4 à 5 heures par jour en moyenne

Dénivelé : les quelques montées sur les plateaux ne présentent pas de dénivelé suffisamment conséquent pour être évoqué.

Nature du terrain : alternance de sable et de cailloux et ne présentant aucune difficulté.

La difficulté va essentiellement se jouer sur la chaleur et sur les randos à travers les cordons dunaires.

## Hébergement

J1 à J7 : Nuits à la belle étoile sur un matelas mousse. Si vous le désirez, des tentes doubles, à monter et démonter par les utilisateurs, sont à votre disposition durant le voyage. Grande tente maure (Khaïma) pour les repas.

Pour plus de confort, nous vous conseillons d'apporter un sous matelas en mousse. Il en existe des très compacts, qui une fois roulés, prennent très peu de place.

J8 : La ville de Nouakchott et diner en auberge ou restaurant transfert à l'aéroport vert 00h.

## Nourriture

Les petits déjeuners : les galettes (pain nomade) avec confitures variées, fromage (type Vache qui rit), café, thé, chocolat en poudre, lait en poudre.

Salades variées à midi à base riz, pâte, lentilles, etc. accompagnés de thon, sardine et légumes cuisinés.

Dîner chaud et copieux le soir préparés par le cuisinier. Soupe, plat chaud et dessert.

Régime particulier, allergie, intolérance

Il est très important de nous signaler tout régime particulier, allergie ou intolérance quelconque, mais nous devons vous informer que nous ne serons pas en mesure de

répondre totalement à votre demande, ne disposant pas sur place d'alternative, notamment au gluten et au lactose. Prévoyez d'apporter avec vous compléments

alimentaires, pain ou encore barres énergétiques.

L'eau

Absence de bouteilles d'eau minérale :

Dans le tourisme d'aventure, on estime à 6,8 millions le nombre annuel de bouteilles d'eau en plastique à usage unique pour un poids d'environ 77 tonnes. La plupart

d'entre elles finissent dans les décharges, détruisant la terre et polluant les océans, ce plastique met des siècles à se dissoudre, il est dangereux pour la santé humaine,

le bétail et la faune sauvage. A savoir : seulement 9% du plastique mondial sont recyclés.

Pour répondre à ces défis environnementaux, nous utilisons l'eau des puits parfaitement potable et traitée en plus par l'équipe de logistique avec des pastilles de

purification : la provision d'eau est suffisante pour la boisson, la cuisine et la réserve de sécurité. Ravitaillement en eau au cours du circuit, dans les puits, chaque fois

que cela est possible.

L'eau est une ressource rare en Mauritanie, nous vous demandons votre compréhension quant à l'absence d'eau pour la toilette. Vous pourrez profiter d'un passage à un

puits pour faire une petite toilette (cf. rubrique toilettes).

## **Encadrement**

Un accompagnateur mauritanien francophone, assisté de chauffeurs, d'un cuisinier et d'une équipe chamelière pendant la randonnée.

## **Transfert et transport des bagages**

Dromadaires et véhicules 4x4.

## **Le prix inclus**

- Le vol international de PARIS - Nouakchott – PARIS et les transferts depuis et vers l'aéroport d'arrivée
- Les transports (de vous et des bagages) vers le lieu de randonnée
- L'accompagnement par un guide local francophone
- Nourriture durant le voyage
- Les services d'un cuisinier et de chameliers, etc
- La location des chameaux pour le portage des bagages
- L'hébergement en chambre double ou twin et en tente individuelle si vous ne voyagez pas en couple
- Le matériel de camping (tente, matelas de sol, vaisselle et matériel de cuisine)

- Les petits déjeuners, déjeuners et dîners (à l'exception de ceux indiqués comme libres dans le programme)
- L'assistance de notre partenaire local durant le voyage
- L'absorption à 100 % des émissions de CO2 générées par votre voyage (vols éventuels, transport et hébergement sur place).

### **Le prix n'inclus pas**

- Le vol international
- Le visa à régler sur place frais de visa 55 €, il faut absolument avoir l'appoint en billets
- L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement (voir rubrique « Assurances ») possible de vous les faire partager avec une personne de même sexe)
- Les boissons et éventuels pourboires (voir rubrique "Pourboires")

### **Prix sans aérien**

- Prix du voyage sans transfert aérien : à partir de 400 €

### **Frais d'annulation**

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible SALIMA VOYAGES et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception. C'est la date d'émission de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation selon le barème ci-dessous :

Jusqu'à 14 jours avant la date de départ : 35 % du prix total du voyage

De 13 à 7 jours avant la date de départ : 55 % du prix total du voyage

A moins de 7 jours avant la date de départ : 75 % du prix total du voyage

Le jour du départ (ou no-show) : 100 % du prix total du voyage

### **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, au cuisinier et au guide qui vous ont accompagnés durant votre voyage. Nous vous recommandons de respecter le niveau de vie du pays ainsi que la durée de votre voyage. Ceci est bien sûr à évaluer en fonction de la satisfaction apportée.

Concrètement, tous les acteurs de votre voyage, accompagnateur, chameliers et cuisiniers ont un mérite dans la réussite de votre circuit.

## 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.

Le poids maximum de votre bagage en soute ne doit pas dépasser les 15 kilos par personne.

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.

2 - Le grand sac de voyage souple : Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par des chameaux et/ou des véhicules.

Il sera en soute lors des transports aériens. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation ou billet.

**IMPORTANT : PAS DE VALISE DURE ET PAS DE ROULETTES SUR LE SAC AFIN DE NE PAS BLESSER LES CHAMEAUX QUI TRANSPORTENT VOS BAGAGES.**

Nos recommandations quand vous prenez l'avion :

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.

Equipez-vous 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.

### Equipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité

- 1 gourde (2 litres préférables)
- 1 lampe frontale
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence
- Des lingettes humides biodégradables
- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement
- Boules Quies (facultatif)
- Papier toilette + 1 briquet (pour le brûler)
- Crème solaire + stick à lèvres
- Des petits sacs pour vos détritrus
- Le vent de sable est très désagréable lorsqu'il se manifeste, donc attention aux yeux fragiles. On trouve dans la grande distribution des masques de ski junior peu coûteux qui protègent efficacement les yeux du sable.
- Les soirs de pleine lune la luminosité est forte. Pour les personnes au sommeil léger, un masque de nuit peut s'avérer utile.

### Pharmacie personnelle

- 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
- 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...).

### Trousse de secours

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



+222 46 56 92 30

Salima Voyages