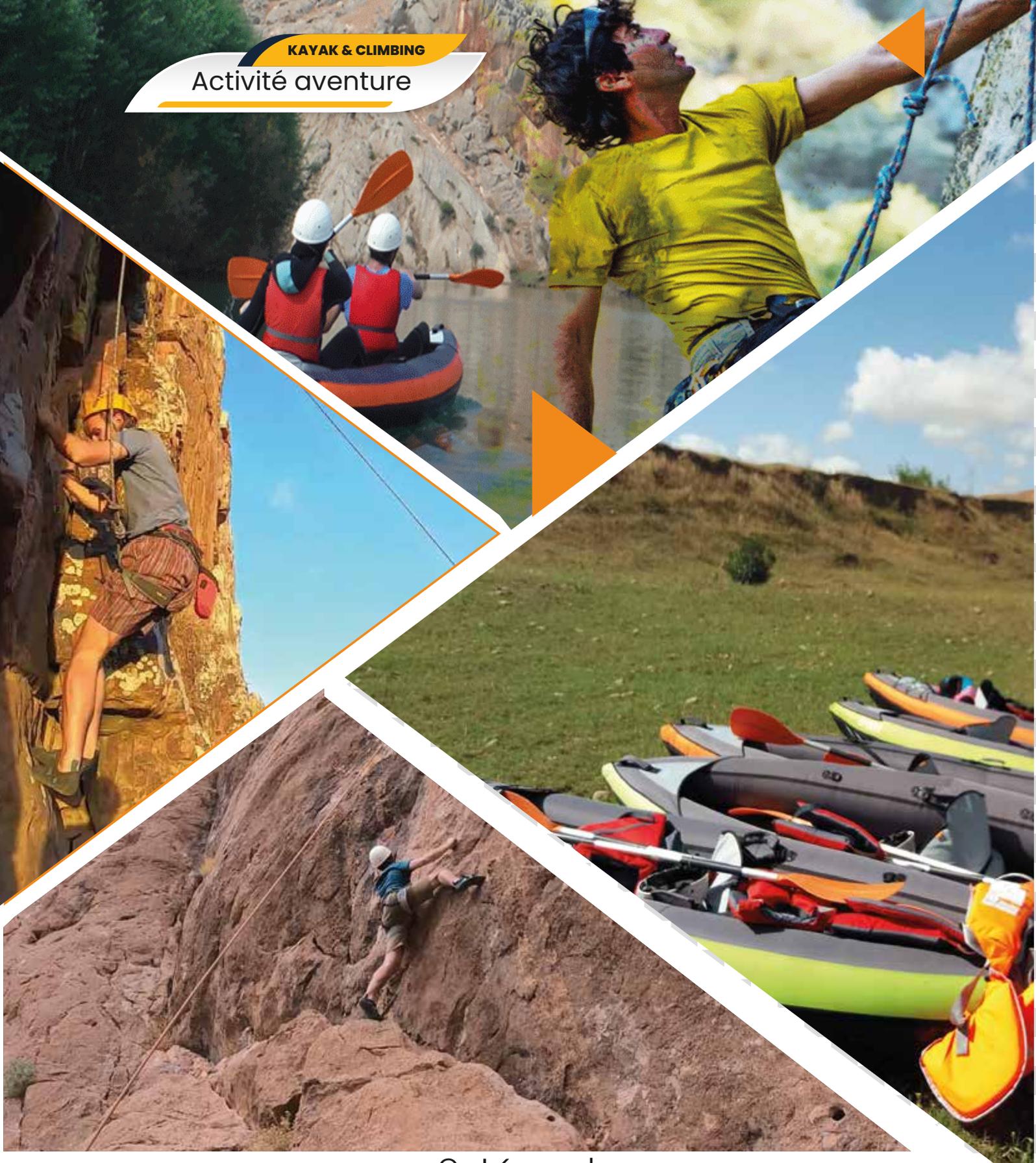


KAYAK & CLIMBING

Activité aventure



& Kayak CLIMBING

Les gorges de Bel Mesk ou Gagou Des sites réputés où escalade et nature se conjuguent. Grimpez un peu, beaucoup ou passionnément dans une ambiance détendue. La grimpe est un jeu magique d'équilibre et de concentration, une activité qui vide la tête et épure la vie. Un mètre après l'autre, on s'élève petit à petit, laissant « à terre » tout ce qui peut plomber nos quotidiens. Un contact unique avec les éléments, l'escalade est un sport de plein air dans lequel chacun s'exprime à son niveau, selon son propre cheminement. À la découverte du monde Verticale ! après une bonne nuit de sommeil en bivouac sous un ciel étoilé accompagné d'un feu de camp. Le lendemain on ira à la découverte d'un autre monde celui de la rivière et du rafting



JOUR 01

16h:30 :Rencontre à la gare de Settat.
17h:00 : départ pour le site escalade gagoo. (prévoir 45 min a 1h en voiture)
17h:30 : Arriver sur site, briefing,
formation au technique de la grimpe, et mise en place du matériel
18:00 :Début d'activité escalade. (niveau facile et moyen)
21:00 :fin d'activité. (retour au calme et pause thé)
22:00 : feu de camp dîner sous un ciel étoilé et nuitée sous tentes
(grillade: côtelette,merguez, kefta, bouquetière de légume et salade marocaine,
fruit de saison)

JOUR 02

09h:00 : Réveil et petit déjeuner
10h:00 : départ pour la rivière oum rabiaa prévoir 40min en voiture.
11h:00 :Arrive et préparation des bateaux,briefing et atelier sur les techniques
de pagaie et eau vive. (prévoir 3h de navigation)
12h:00 :mise a l'eau des kayaks et navigation sur la rivière .
(prévoir 3h de navigation en eau vive)
13h:00: pause au bord de la rivière.(sublime baignade a cote des terrasses)
13.45 : Reprise d'activité
14h45 :pique nique au bord de la rivière.
15h15: reprise d'activité
16h00: fin d'activité et retour au point de départ.(prévoir 30min)
17h00: retour sur settat



POINT FORTE

Proximité : Près de Casablanca Rabat.

Nature: Paysage spectaculaire, magnifiques roches. Multicolore, la rivière OUM ERRABIA coule entre les magnifiques cultures et les villages authentiques. Les baignades y sont tout simplement inoubliables ! A l'intérieur des terres, vous aurez également l'occasion de marcher au cœur des sublimes terrasses de cultures. Offre adapter au famille: oui

Sécurité: Entraîneur international de canoë kayak FICK / Initiateur escalade FFCAM.

Niveau : Facile.

Hébergement : Nuitée sous tente au bord de la rivière sous un ciel étoilé.

Transport : Voiture.



A PREVOIR

- Bouteille d'eau
- Chaussures à mouiller
- écran total, lunette de soleil, maillot de bain
- sac de couchage (sinon il vous sera remis par le club)

TARIF

Comprend :

- Hébergement (pension complète)
- La location du matériel (matériel bivouac...tc)

N.B

• Votre sac voyage doit être chargé
• d'une façon rationnelle, les excès
• de poids et de volume doivent être
• contrôlés.