



Trekking del Rif y Jebel Lakra

Marruecos



ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino	2
3	Datos básicos	3
3.1	Nivel físico exigido para este trekking	3
4	Programa	4
4.1	Programa resumen	4
4.2	Programa detallado	4
5	Precio. Incluye/No incluye	5
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye	5
6	Más información	6
7	Puntos fuertes.....	9
8	Otros viajes similares	9
9	Contacto	9

1 Presentación

El Rif Occidental, la Montaña Verde

El **Rif** es una cadena montañosa al norte de Marruecos, que forma parte de lo que se conoce como el arco bético-rifeño.

Tiene muchas similitudes con las montañas de la **Cordillera Bética** en Andalucía: vegetación exuberante, sierras calcáreas, pueblos blancos y cultivos en terrazas.

Aunque la cima más alta de esta cordillera que es el **Jebel Tidirhin** (2.456 m) que se encuentra en la región oriental de Ketama, es en el oeste, cerca de Chaouen, donde se encuentra la mayor diversidad biológica y la mayor belleza paisajística. Esta preciosa región está protegida dentro del **Parque Nacional de Talassemtane**.

Chaouen y el Parque Nacional de Talassemtane

La ciudad de **Chaouen**, una de las joyas del **Rif Occidental**. Es una ciudad pequeña pero llena de encanto. Está situada en la ladera de una montaña y fue fundada por musulmanes expulsados de **Al-Andalus**.

Chaouen será nuestro punto de partida y de llegada para un mini-trekking de tres días a través de la vertiente norte del **Parque Talassemtane**. Un auténtico paraíso natural y rural, con pueblos remotos, cultivos de Kif y bosques de pinsapos a más de 1.500 metros de altitud.

Las Montañas de los Jabalas

Los Jabalas, o “gente de las montañas”, son los habitantes tradicionales del Rif Occidental. Forman unas 20 tribus con una forma de vivir única: tienen su propio estilo de hablar, vestir y hasta de construir sus casas. En su sociedad, la mujer tiene un rol central tanto en lo económico como en lo social.

Lo mejor de todo es que no tendremos que preocuparnos por nada más que por caminar tranquilos. Nuestro equipaje será transportado en un Land Rover de un alojamiento a otro, pasando la noche en albergues tradicionales con arquitectura local y comida deliciosa. Este es un viaje que combina lo exótico con lo cercano, gente acogedora y paisajes salvajes.

2 El destino

Parque Nacional de Talassemtane: corazón verde del Rif marroquí

Situado en la vertiente norte de la **cordillera del Rif**, el **Parque Nacional de Talassemtane** es una de las joyas naturales más desconocidas y espectaculares del norte de Marruecos. Establecido en 2004 para proteger los ecosistemas únicos del Rif, este espacio protegido se extiende sobre más de 58.000 hectáreas de montañas, gargantas, bosques y pueblos tradicionales.

Geografía y relieve

El parque se caracteriza por un **relieve abrupto y escarpado**, con valles profundos y macizos calcáreos que superan los 2.000 metros de altitud, como el **Jbel Lakraa (2.159 m)**, su cima más emblemática. La erosión ha esculpido un paisaje de **gargantas estrechas** —como las de Kelaa y Akchour—, **mesetas**, y laderas cubiertas de vegetación que descienden hacia el Mediterráneo.

Biodiversidad y botánica

Talassemtane alberga una gran riqueza ecológica, siendo uno de los pocos lugares donde aún sobrevive el **abeto marroquí (Abies marocana)**, especie endémica y relictas que forma bosques densos junto a cedros, robles, arces y pinos. Su vegetación cambia con la altitud, alternando **bosques húmedos**, **matorrales mediterráneos** y **zonas alpinas**, lo que crea una sorprendente diversidad de hábitats en un espacio relativamente reducido.

La fauna es también muy variada, con presencia de **macacos de Berbería**, jabalíes, chacales, ginetas y numerosas aves rapaces, entre ellas el águila real y el quebrantahuesos.

Cultura local y vida rural

Los pueblos del parque —como **Taourarte**, **Azilane** o **Beni Hamed**— están habitados por comunidades **bereberes del Rif**, que conservan formas de vida tradicionales ligadas a la agricultura, el pastoreo

y el aprovechamiento forestal. La arquitectura de piedra y barro, los caminos de herradura y las terrazas agrícolas en ladera son testigos de una adaptación milenaria al entorno montañoso.

Aquí, la hospitalidad es sencilla y auténtica, con alojamientos gestionados por familias locales y comida elaborada con productos de la zona: pan de horno, aceite de oliva, cuscús, harira y verduras de temporada.

Paisajes y senderos

El parque ofrece algunos de los **paisajes más sobrecogedores del norte de África**: gargantas profundas con ríos cristalinos, bosques frondosos que cambian de color con las estaciones, cimas panorámicas y valles en los que el tiempo parece detenido. Es un destino ideal para el **senderismo itinerante**, con rutas bien definidas, pero aún poco transitadas, perfectas para quienes buscan conexión con la naturaleza y tranquilidad.

3 Datos básicos

Destino: Marruecos

Actividad: trekking y ascensiones.

Nivel físico: B

Duración: 5 días

Época: todo el año.

Grupo mínimo-máximo: 5-15 personas.

3.1 Nivel físico exigido para este trekking

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El **nivel físico exigido lo marca** el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El **tipo de terreno** varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El **ritmo de progresión** se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo a **Tánger** y traslado a **Chaouen**. El **mirador de Chaouen** y la **Garganta de Ras el Maa**.

Distancia 7 km. Desnivel + 450 m, Desnivel – 450 m.

Día 2. Etapa 1. Akchour – Taourarte.

Distancia 10 km. Desnivel + 900 m, Desnivel – 175 m.

Día 3. Etapa 2. Taourarte-Azilane por Beni Hamed.

Distancia 23 km. Desnivel + 1.100 m, Desnivel – 960 m.

Día 4. Etapa 3. Azilane-Gîte Talassemtane y ascensión al **Jabel Lakra**.

Distancia 15 km. Desnivel + 540 m, Desnivel – 1.365 m.

Día 5. Traslado a **Tánger** y vuelo de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo a **Tánger** y traslado a **Chaouen**. El **mirador de Chaouen** y la **Garganta de Ras el Maa**.

Tras nuestra llegada al aeropuerto de **Tánger**, nos trasladaremos por carretera hacia **Chaouen**, la perla azul del Rif, en un trayecto de unas tres horas. Una vez instalados en nuestro alojamiento, comenzaremos una ruta suave de unas dos horas y media que combina lo urbano y lo natural.

Pasaremos por las estrechas y encantadoras calles de la **medina**, descubriendo rincones llenos de color y tradición, hasta alcanzar la salida de la garganta del **río Ras El Maa**, cuyas acequias siguen siendo vitales para la vida agrícola y cotidiana de la zona. Desde allí, ascenderemos al mirador donde se alza la **mezquita española**, uno de los mejores puntos para contemplar el atardecer sobre **Chaouen**, teñida de tonos azules y dorados al caer la tarde.

Distancia 7 km. Desnivel + 450 m, Desnivel – 450 m.

Día 2. Etapa 1. Akchour – Taourarte.

Nos desplazaremos hasta **Akchour**, donde iniciaremos la travesía por la vertiente norte de **Talassemtane**, la más salvaje y aislada del Parque Nacional.

No tienes que preocuparte por el equipaje, ya que los vehículos Land Rover se encargarán de llevarlo cada día de un alojamiento a otro. Tú solo llevarás en tu mochila lo que necesites durante el día. En esta primera etapa, te adentrarás en la impresionante Garganta de Kelaa y llegarás a uno de los pueblos más bonitos del Rif, Taourarte.

Distancia 10 km. Desnivel + 900 m, Desnivel – 175 m.

Noche en **Taourarte**.

Día 3. Etapa 2. Taourarte-Azilane por Beni Hamed.

Hoy te espera una etapa larga y exigente. Empezaremos remontando el **Kelaa**, pasando por **Beni Hamed** y luego tomando caminos solitarios que solo son transitados por pastores. Disfrutaremos de paisajes impresionantes, rodeado de pinsapares bajo la cumbre del **Jebel Lakra**. Descenderemos a **Taria** y llegaremos a **Azilane**. Noche en el albergue de **Azilane**.

Distancia 23 km. Desnivel + 1.100 m, Desnivel – 960 m.

Día 4. Etapa 3. Azilane-Gîte Talassemtane y ascensión al Jabel Lakra.

Comenzaremos el día con un traslado en vehículo todo terreno hasta la "Plaza de España", en el corazón del **Parque Nacional Talassemtane**. Desde allí, iniciaremos una etapa fascinante que nos llevará hasta la cima del **Jebel Lakra** (2.159 m), la famosa "montaña calva", que nos ofrecerá vistas espectaculares de todo el parque.

El descenso nos llevará a **Zawiya**. Desde ahí en vehículos privados haremos el traslado hasta **Chaouen**, donde pasaremos la última noche.

Distancia 15 km. Desnivel + 540 m, Desnivel – 1.365 m.

Día 5. Traslado a Tánger y vuelo de regreso.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 495 € por persona. Suplemento de 70 € para las dos noches en **Chaouen** en habitación individual.

5.1 Incluye

- Guía de Muntania
- Transporte en minibús.
- 2 noches en albergues en montaña en régimen de pensión completa.
- 2 noches en Hotel Riad en **Chaouen** con desayuno.
- Traslado de equipajes.
- Seguro de accidente y de rescate
- Seguro obligatorio de responsabilidad civil
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Vuelo a Marrakech. Muntania Outdoors se lo puede gestionar (30 € por gestión de vuelo)
- Cenas en **Chaouen**.
- Agua y bebidas.
- Cualquier actividad adicional (entrada museos, etc).
- Propinas.
- Nada que no esté especificado en el apartado "incluye".

6 Más información

Ropa y material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila con la que caminas cada día, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible.

- Mochila (entre 25-30 litros) para caminar cada día.
- Petate, bolsa de viaje o mochila grande (no maletas rígidas) que será transportada por el vehículo.
- Ropa técnica para la actividad:
 - Calcetines.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Saco de dormir fino. Los alojamientos disponen de mantas.
- Cubre-mochila para la lluvia.
- Bastones telescópicos,
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora o termo, mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. No dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran.

Información final del viaje

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te informaremos del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Billete de avión

A la hora de hacer la reserva podrá ver algunas propuestas de vuelos y el coste cuando se programó el viaje. Antes de comprar el billete comprobamos si hay mejores opciones para que le salga más económico.

Si está interesado en que gestionemos su billete tendrá que marcarlo en la reserva donde verá distintas opciones en función de su lugar de residencia. Si no ve las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirá información de opciones de vuelo.

Si cuando hagamos la compra de su vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta le informaremos para que nos de su confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dice nada al respecto, compraremos su billete con una maleta en bodega.

Si la elección de asiento es gratuita elegiremos los más cómodos entre los disponibles. Si deseas un tipo de asiento específico debes indicarlo previamente. Si la elección de asiento es de pago, dejaremos esta elección a tu criterio para que puedas gestionarla posteriormente tú mismo junto con el resto de los servicios opcionales de pago.

Muntania Outdoors cobra 30 € según destino en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio en el caso de que nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si le llega a usted es responsabilidad suya aceptar el cambio y si no está de acuerdo con el nuevo horario tendrá que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar.

En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 30 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones.

Los bastones no se pueden llevar en cabina, tendrá que facturarlos.

Equipaje y material

Rogamos sean comedidos con el equipaje ya que por las tardes necesitarán pocos cambios de prendas.

Idioma. Árabe Marroquí, lenguas Bereberes en las montañas y el campo y el francés.

Diferencia horaria con España. 1 hora menos.

Moneda. Dírham marroquí. Se puede cambiar en el aeropuerto.

Seguro de viaje (incluido en el precio del viaje)

La actividad tiene **incluido un seguro de viaje con Iris Global** que incluye:

- Rescate hasta 6.000 €
- Gastos médicos por enfermedad o accidente: hasta 30.000 €
- Repatriación o transporte sanitario: ilimitado.
- Regreso anticipado por causas justificadas: ilimitado.
- Perdida, robo o daños de equipaje: hasta 600 €.

También tiene la opción de contratar un **seguro de cancelación** por causas justificadas con el **seguro Iris Global** que le incluimos en el viaje con un coste de 20 € por cada 1.000 € asegurados con un **máximo asegurado de 3.000 €**. La contratación tiene que hacerse en el momento de la reserva de su viaje. Si no se hace en tiempo hay **72 horas de carencia** en el que en caso de tener que cancelar por una causa justificada no le cubriría.

Además, ofrecemos un **seguro anual con Intermundial** que además de cubrir su viaje también cubre cualquier otro viaje dentro del periodo de contratación de este. **Intermundial** también ofrece este seguro con **la opción de cancelación** por las causas justificadas en sus condiciones.

Puede ver la información del seguro de viaje que ofrecemos y de Intermundial en el siguiente enlace:

Seguro de viaje incluido

* Seguro de viaje incluido. Teléfono de asistencia 24h de Iris Global: 91 572 43 43

** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible indicando al operador su nombre completo y número de DNI.

*** Según donde ocurra el incidente, el cliente puede verse obligado a adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

Enlaces de interés

[Visitmorocco](#)

7 Puntos fuertes

- Billete de avión económico.
- Contraste cultural y gastronómico
- Alejado del turismo de masas.

8 Otros viajes similares

- Ascensiones a 4000s, Toubkal.Cordillera del Atlas,Marruecos
- El Mogun y las Gargantas de Achabou

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid