

## Ammeln - Oumesnate



Cet itinéraire se déroule sur chemin / sentier aisé le long de la vallée d'Ammeln  
Il traverse des villages  
Il longe parfois un canal et rencontre source et bassin  
Arrivée possible ou halte à la Maison Traditionnelle  
Possibilité de continuer vers Imin Tizeght  
Retour possible par les « cars verts »



2	Ammeln - Oumesnate	Ammeln	5,400 km	+ 240 m / - 150 m
---	--------------------	--------	----------	-------------------

### Navettes possibles

La vallée des Ammeln est desservie par un service de cars très réguliers et très peu chers (« les cars verts »), venant de Tiznit et allant à Tafraout et au-delà

Attention : à lire impérativement avant toute randonnée

*Vous allez vous déplacer en autonomie et sous votre propre responsabilité dans un territoire qui n'a pas été aménagé pour la randonnée et qui est souvent désert en dehors des villages.*

*Les balisages peuvent présenter des discontinuités*

*La couverture téléphonique n'est pas présente partout*

*L'utilisation des traces nécessite l'utilisation du GPS en état de marche*

**Prévenez votre hébergeur du lieu où vous allez randonner**

**Ayez si possible sur vous un téléphone portable**

**Faites attention aux températures prévues, ne partez pas marcher de juin à septembre ou si une forte chaleur est annoncée**

**Prévoyez de l'eau en abondance, une crème solaire et un chapeau sont indispensables**

**Évitez les ruchers : les abeilles africaines sont agressives et peuvent être dangereuses, n'hésitez pas à faire un large détour, notamment au départ de la randonnée de Tazn'kt / La Gazelle**

**Vous avez toujours la possibilité de faire appel à un guide ou un accompagnateur pour votre randonnée**