

Programma Broedplaats in de woestijn zaterdag 8 - zaterdag 15 november 2014

- 8 november: Vlucht naar Marrakesh met Transavia vanaf Schiphol om 6.15 uur
Vervoer naar Riad *Chambre des Amis* in Marrakesh door eigen chauffeur. Hele dag door te brengen in Marrakesh. Gezamenlijk diner.
- 9 november: Vertrek vanaf de *Chambre des Amis*. Met een eigen minibus rijden we door de hoge Atlas naar M'hamid, aan de rand van de Sahara, daar waar de weg ophoudt.
Aan het eind van de dag komen we aan in de bivak van Marcia en Mouloud. Hier dineren we, en wie wil kan hier of onderweg woestijnkleding kopen. Zeer aan te bevelen. De kosten €15/20 zijn niet inbegrepen.
We overnachten in het huis van Marcia en Mouloud, of in de woestijnbivak.
- 10 -14 november: Lopen, uitwisselen, stilte, mijmeren.... We overnachten in tenten of onder de sterrenhemel. Dagafstanden zijn variabel en stellen geen speciale eisen aan conditie.
Tijdens de trekking, het lopen en overnachten in de woestijn, ijken we onze vragen, nieuwe ideeën en inzichten in voortdurende wisselwerking met elkaar en de Sahara, een omgeving die groter is dan wijzelf. Marcelle en Maria zijn dagelijks als coach beschikbaar.
- 14 november: Vervoer vanaf de bivak naar Marrakesh. We lunchen in Ait Benhaddou. We overnachten Ouarzazate, in de bergen van d
- 15 november: Terugvlucht om 9.50 uur.

Wil je kennis maken met de organisatie van Marcia en Mouloud?
Kijk op www.amassakoul.com

Praktische informatie:

Aanmeldingsformulier nauwkeurig invullen en terugsturen naar Maria:
mariaroelofs@planet.nl Bagage max 15 kg. wil je meer meenemen dan zijn de meerkosten voor eigen rekening
Zorg zelf voor eigen reis- en annuleringsverzekering
Denk eraan dat je paspoort bij vertrek nog minimaal 6 maanden geldig is.
Denk tijdig aan de inenting. DTP en Hepatitis A worden aangeraden maar zijn niet verplicht

Heenvlucht vanuit vliegveld Schiphol: zaterdag 8 november 2014 6.15 uur
Terugvlucht vanuit Marrakesh: zaterdag 15 november 2014 9.50 uur

Op 1 oktober is er een bijeenkomst om kennis te maken en de praktische zaken door te spreken, voor wie daaraan behoefte heeft.

Meenemen:

- Goede wandelschoenen, bij voorkeur geen dichte schoenen

- Slaapzak (houd rekening met koude nachten)
- Geldig paspoort (controleer de datum)
- Luchtige bedekkende kleding. Je kunt in M'hamid goedkoop een katoenen "woestijnjurk" kopen. Erg handig.
- Goed lopend schoeisel, vb Teva sandalen
- Warm (thermo)ondergoed voor 's nachts. Het kan koud zijn 's nachts. Grote temperatuurverschillen zijn niet ongebruikelijk.
- Warme slaapzak (5 graden boven nul)
- Een lakenzak
- Zonnebrand
- Zonnebril
- Zaklamp, een hoofdlampje is erg handig
- Eventueel materiaal waar je zelf mee wilt werken (denk aan teken/schrijfgerei, papier, fototoestel, muziek, etc.)
- Een pet of dunne katoenen sjaal die als tulband kan dienen.

Vooraf niet meenemen:

Je horloge! Je ervaart in de woestijn een hele andere tijdsbeleving. Het lopen, de stand van de zon en de temperatuur bepalen het ritme van de dag...

Tip: neem niet teveel mee. Je mag max. 10 kilo meenemen zonder bijbetaling, maar in de woestijn hebben we niet veel kleding nodig. Zeker niet als je besluit een "jurk" te kopen die je beschermt tegen zon en stof.

Wij zorgen voor eerste hulp benodigdheden.

Ammakassoul neemt slaapmatjes mee.

De overnachtingen in de woestijn:

Je hebt de keuze uit

- de open lucht
- de grote tent
- in een van de kleine tentjes

Hartelijke groet
Marcelle en Maria

