

La semaine complète

Marrakech en 1 semaine

Sept jours pour réunir la ville, la montagne, la mer et le désert : la médina, l'Ourika, deux jours à Essaouira, le lac et l'Agafay, sans quitter son riad ou presque.

DURÉE	À PIED	NIVEAU	BUDGET/J
7 jours	~18 km	Facile à modéré	55-85 €

Sept jours, c'est la semaine qui réunit tout : la ville, la montagne, le désert et la mer. Deux journées pour la *médina*, les palais et les jardins ; une pour l'Atlas vert de l'Ourika ; deux pour Essaouira et l'Atlantique ; une pour le lac et l'Agafay ; une dernière pour souffler. On reste basé à Marrakech, avec une seule nuit dehors, sur la côte.

C'est une semaine en étoile plutôt qu'un marathon de routes : on rentre presque chaque soir au même riad. Pour qui rêve des vraies dunes, une variante mène à Merzouga et à l'Erg Chebbi, trois jours plus loin, elle est en bas de page. Chaque sortie se réserve la veille. À suivre de préférence de mars à mai ou de septembre à octobre.

JOUR 1 Le cœur de la médina

5 km

Une semaine commence par la ville, sans la presser : la médina occupe la première journée, du nord des souks au sud de la place.



8 h 30 | Place Jemaa el-Fna

1 h

La place avant qu'elle ne s'emplisse : premiers étals, charrettes, le calme du matin. Un café, puis les souks.

9 h 30 | Souks et Médersa Ben Youssef

2 h

On remonte par les souks, des teinturiers aux dinandiers, jusqu'à la médersa : cour de marbre, bassin, stuc et cèdre, rouverte après restauration en 2022. Entrée autour de 50 dirhams (5 €).

12 h 30 | Déjeuner à Mouassine

1 h 30

Une table à l'écart du flux, tajine ou salade composée, le temps que la chaleur passe.

16 h 00 | La Koutoubia, de l'extérieur

1 h

Le minaret almohade ferme la médina à l'ouest. Réservé au culte, on en longe les jardins quand la lumière baisse.

18 h 00 | Rooftop au couchant

1 h 30

On finit sur un toit, face à la place qui s'allume et à la fumée des grillades.

JOUR 2 Palais, tombeaux et jardins

4 km

Deuxième jour, les monuments : le sud de la médina le matin, les jardins l'après-midi, un hammam pour clore avant de prendre la route les jours suivants.

**9 h 00**

1 h 30

Palais de la Bahia

Dès l'ouverture, avant l'affluence. Grande cour, appartements du harem, cèdre peint : on retient les espaces forts, le reste est inégal. Entrée autour de 70 dirhams (6 €).

10 h 45

1 h 45

Tombeaux saadiens et palais Badi

Dans la kasbah, côte à côte : les tombeaux longtemps murés et les ruines du Badi où les cigognes nichent. Autour de 100 dirhams (9 €) par site.

13 h 00

1 h 30

Déjeuner dans la kasbah

Le sud de la médina, loin de la cohue des souks, pour une pause au calme.

15 h 00

1 h 45

Jardin Majorelle et musée YSL

Une quinzaine de minutes de taxi depuis la kasbah. Le bleu Majorelle, les bambous, le bassin ; le musée Yves Saint Laurent attenante (entrée séparée). Billet réservé en ligne, par créneau. Jardin autour de 170 dirhams (16 €).

17 h 30

1 h 30

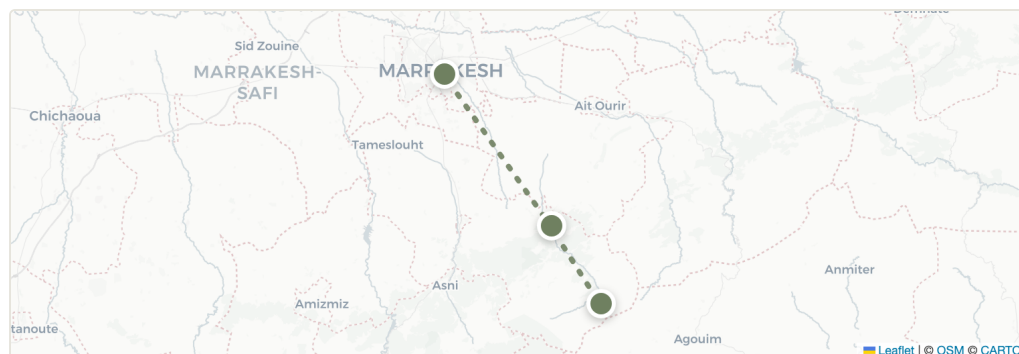
Hammam

Un hammam avec gommage : on repart les jambes légères avant les journées de route.

JOUR 3 La vallée de l'Ourika

journée

Première sortie vers l'Atlas : la vallée de l'Ourika, à une heure et demie au sud. La route suit l'oued, les versants verdissent, l'air fraîchit. Journée entière, au mieux au printemps ; bondée le week-end.



9 h 00

Départ vers l'Ourika

1 h 30

Prise en charge au riad, réservée la veille. La plaine s'efface, les premiers toits de pisé apparaissent sur les pentes.

10 h 30

Halte dans la vallée

1 h 30

Un arrêt au bord de l'oued : argan pressé sur place, un thé chaud avant la marche.

12 h 00

Setti-Fatma et ses cascades

2 h 30

Au bout de la vallée, la montée vers les cascades de Setti-Fatma : sentier de rocaille, passages à gué, l'eau froide au sommet. Chaussures fermées indispensables.

14 h 30

Déjeuner au bord de l'eau

1 h 30

Une table posée sur l'oued, tajine et thé à la menthe, le courant sous les planches.

16 h 00

Retour à Marrakech

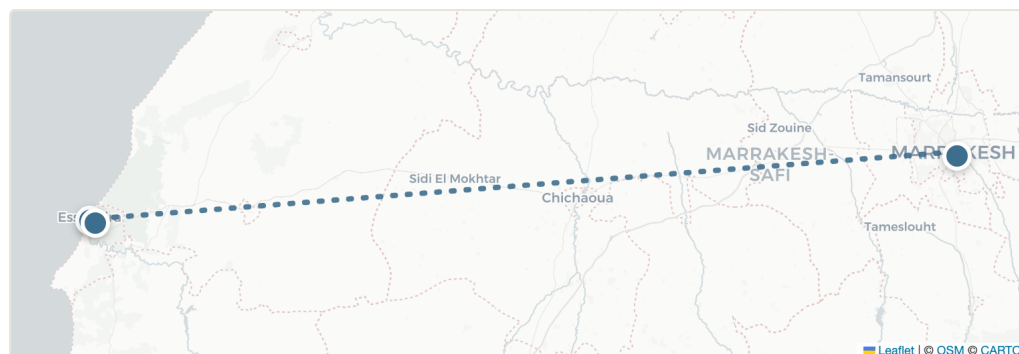
1 h 30

Retour en fin d'après-midi, douche et repos avant la côte.

JOUR 4 Cap sur Essaouira

journée

Cap à l'ouest : trois heures de route jusqu'à Essaouira, posée sur l'Atlantique. Remparts battus par l'océan, port de pêche, médina blanche et bleue, plus fraîche et plus calme que l'intérieur. On y dort.

**9 h 00**

3 h

Route vers Essaouira

Départ de Marrakech, la plaine puis les arganiers, parfois des chèvres perchées dans les branches (souvent là pour la photo). Arrivée en début d'après-midi.

13 h 00

2 h 30

La médina et le port

Déjeuner de poisson grillé sur le port, les barques bleues, les mouettes. Puis la médina classée, ses ruelles droites, ses ateliers d'ébénistes en thuya.

16 h 00

1 h 30

Les remparts au couchant

La Skala de la ville, ses canons face à l'océan, le vent qui ne tombe jamais vraiment. Le soleil descend droit dans l'Atlantique.

19 h 30

soirée

Soirée à Essaouira

Un dîner dans la médina, parfois une soirée gnaoua. Nuit sur place.

JOUR 5 Essaouira, côté mer

semi-journée

Matinée libre au bord de l'eau : la plage, le vent, un dernier café, puis retour à Marrakech dans l'après-midi.



9 h 30 La plage et les alizés

2 h 30

La grande plage balayée par le vent, prisée des kitesurfs. Une marche vers Sidi Kaouki, ou un café face aux vagues.

12 h 30 Déjeuner et emplettes

1 h 30

Un dernier poisson, l'huile d'argan d'une coopérative, le bois de thuya. Puis on charge la voiture.

14 h 30 Retour à Marrakech

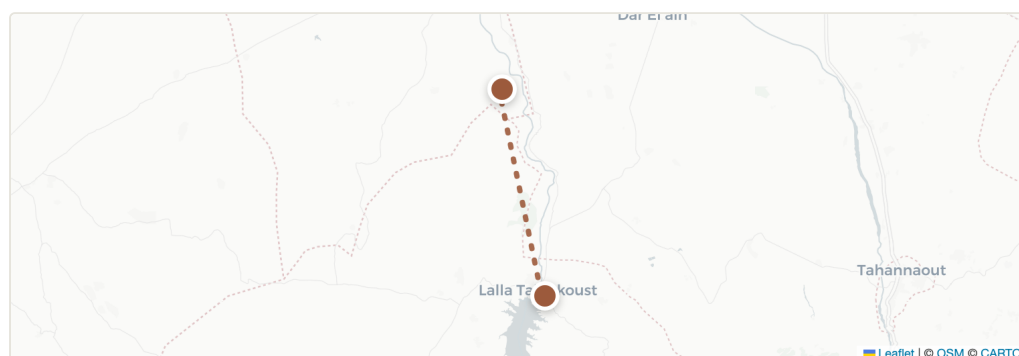
3 h

Trois heures de route, arrivée en fin d'après-midi. Les terres ocre après le bleu de la côte.

JOUR 6 Le lac et l'Agafay au couchant

journée

Avant-dernier jour, plein sud-ouest : le lac de Lalla Takerkoust pour la fraîcheur de l'eau, puis l'Agafay pour le couchant et le dîner. Une journée d'air, sans longue route.



10 h 00 Le lac de Lalla Takerkoust

2 h 30

Une retenue d'eau turquoise au pied de l'Atlas, à quarante-cinq minutes au sud-ouest. Pédalo, kayak ou simple déjeuner sur une terrasse au bord de l'eau, les sommets en fond.

15 h 00 Cap sur l'Agafay, dromadaire au couchant

1 h 30

Quarante minutes de piste vers l'Agafay, tout proche : le vert du lac cède au minéral. Dromadaire ou quad sur le plateau, l'Atlas à l'horizon, la lumière qui baisse. Pas de dunes ni de Sahara, mais le silence et l'espace.

19 h 00 Dîner sous les étoiles

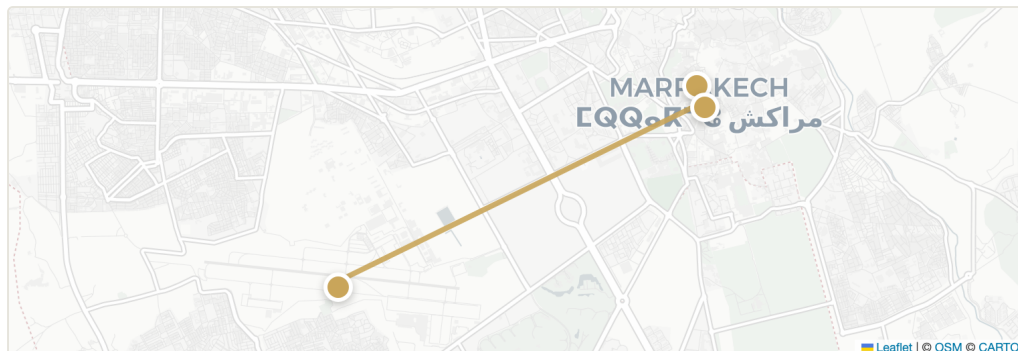
2 h

Dîner au camp, le ciel dégagé, retour à Marrakech vers 22 h.

JOUR 7 Détente et départ

2 km

Dernier jour au ralenti : la ville une dernière fois, à votre rythme, avant l'avion. Rien d'imposé, tout ce qu'on avait gardé pour la fin.

**10 h 00**

2 h 30

Matinée libre

Un hammam, les boutiques repérées dans la semaine, un musée manqué, ou simplement la piscine du riad. On récupère des journées de route.

13 h 00

1 h 30

Déjeuner et flânerie

Un dernier rooftop, un thé sur une terrasse, le temps de boucler les valises.

15 h 00

départ

Vers l'aéroport

Transfert à vingt minutes de la ville. Prévoyez de la marge pour la circulation.

Bon à savoir

- Essaouira est ventée toute l'année : une veste coupe-vent même en été.
- Chaussures fermées pour la montée aux cascades de Setti-Fatma.
- Excursions et transferts à réserver la veille.
- Billet du Jardin Majorelle à réserver en ligne, par créneau.
- Le riad garde en général les bagages le dernier jour, après le départ de la chambre.
- Tarifs indicatifs (2026), à confirmer sur place ou en ligne.

Budget

Par personne et par jour, hors hébergement, hors vol, hors nuit à Essaouira et hors excursions (Ourika, lac, Agafay : 15 à 60 € chacune).

POSTE	PETIT	MILIEU	CONFORT
Repas (x3)	12-18 €	22-32 €	38-60 €
Transport, taxis & route	5-10 €	12-20 €	25-40 €
Visites & entrées	8-14 €	14-22 €	22-38 €
Thé, pauses, extras	5 €	8 €	15 €
Total / jour	~30-47 €	~56-82 €	~98-153 €

Le grand tour du désert : Merzouga en 3 jours

Pour les vraies dunes du Sahara, remplacez Essaouira et la journée lac-Agafay (jours 4 à 6) par la grande boucle de Merzouga : col du Tichka, Aït Ben Haddou classée à l'UNESCO, vallée du Draa, gorges du Dadès (nuit), gorges du Todra, puis l'Erg Chebbi et ses dunes (nuit au camp), lever de soleil et retour. Trois jours et beaucoup de route, mais le Sahara au bout. Le col du Tichka peut fermer sous la neige en hiver.

Plus de mer, moins de désert

Restez deux nuits à Essaouira : une journée de plus pour la plage, le kitesurf ou la route côtière vers Sidi Kaouki, au prix de la journée lac-Agafay.

Imlil plutôt que l'Ourika

Échangez l'Ourika contre Imlil : plus haut, au pied du Toubkal, pour une marche en montagne et un déjeuner chez l'habitant. Les sommets restent enneigés une bonne partie de l'année.

En plein été

La côte d'Essaouira reste fraîche quand Marrakech chauffe : gardez-la pour le milieu de semaine. En ville, monuments le matin, désert au couchant.

Questions fréquentes

Une semaine à Marrakech, qu'est-ce que ça ajoute ?

La mer et le grand large. Deux jours suffisent à la ville, deux autres à l'Atlas et au désert de pierre ; la semaine permet d'ajouter Essaouira sur la côte, ou de partir aux vraies dunes de Merzouga. C'est le format qui ouvre la région entière.

Essaouira vaut-elle la nuit sur place ?

Oui : à trois heures de route, l'aller-retour dans la journée gâche la ville. Une nuit permet le port au lever, les remparts au couchant et une soirée dans la médina, sans courir.

Excursions en étoile ou grande boucle de Merzouga ?

Les excursions gardent le confort d'un même riad et la variété : montagne, côte, désert de pierre. Merzouga donne les dunes du Sahara, mais coûte trois jours de route. Côte et confort, ou grandes dunes : à vous de trancher.

Quand suivre cet itinéraire ?

De mars à mai et de septembre à octobre : l'Atlas est vert, la côte douce, le désert tempéré. L'été, Essaouira rafraîchit quand la ville cuit ; l'hiver, le col du Tichka peut fermer sous la neige et les soirées au désert sont froides.