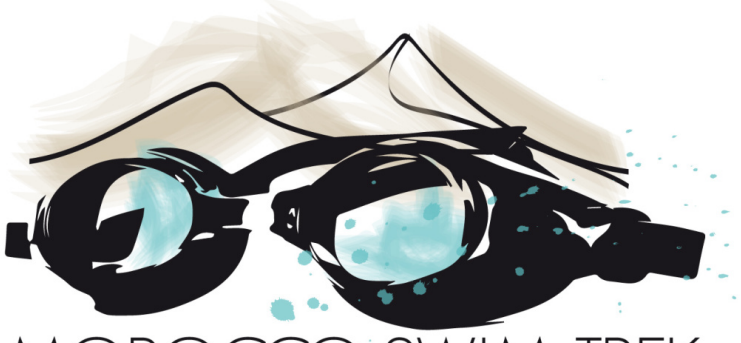


MOROCCO SWIM TREK

SAHARA

www.moroccoswimtrek.com

EN BREF

DATES	Du 03 au 08 decembre 2024
LIEU	Lagune de Dakhla
ORGANISATEUR	OPEN WATER EVENT
PERIODICITE	Annuel / 9ème
NATURE DE L'EVENEMENT	Trek de natation itinerant en 4 étapes
TYPES DE PARTCIPANTS	Professionnels et amateurs
NOMBRE DE NAGEURS 2023	150 nageurs / 20 nationaliés
PARTICULARITE	Professionnels et amateurs
LIEU DE PRISE EN CHARGE	Dakhla aeroport
PRE-REQUIS	Nageurs en condition et entrainés pour l'eau libre

OBJECTIFS

• L'objectif principal du Morocco Swim Trek est de réinventer la pratique de la nage en eau libre en proposant un défi unique : parcourir 33 km dans le Sahara marocain. Notre but est de permettre aux nageurs de se surpasser dans cette aventure inédite, tout en partageant cette expérience avec des passionnés venus des quatre coins du monde. Au-delà de la compétition, chaque participant repartira enrichi de sa propre victoire personnelle, ayant repoussé ses limites et partagé des moments inoubliables avec une communauté internationale de nageurs.

FOLLOW US !

Notre choix s'est porté sur la lagune de Dakhla **en raison des conditions optimums** que cette dernière peut offrir pour ce type de compétition. A savoir: micro climat et température de l'eau, sécurité pour les nageurs, la lagune permet aux nageurs d'évoluer en toute sécurité. Douze mois sur douze, les atouts uniques de la lagune offrent des conditions de nage peu égalées dans le reste du Maroc, avec un plan d'eau encore méconnus et peu fréquenté. Un endroit rare de pure nature, encore préservé de l'activité touristique de masse. Les nageurs y découvrent **des sites uniques** en leur genre au quotidien (La Dune Blanche, l'île du Dragon, la source d'Asmaa...) et profitent d'un cadre exceptionnel tout au long de leur séjour. Le Morocco Swim Trek propose une expérience forte du Sahara, au- delà du sport, un dépaysement total entre océan et désert.

DAKHLA

Our choice fell on the Dakhla lagoon **because of the optimal conditions** that it can offer for this type of competition. Namely: micro climate and water temperature, safety for swimmers, the lagoon allows swimmers to move around in complete safety. Twelve months out of twelve, the unique assets of the lagoon offer swimming conditions unrivaled in the rest of Morocco, with a body of water still unknown and little frequented. A rare place of pure nature, still preserved from mass tourist activity. Swimmers discover **unique sites** of their kind on a daily basis (white dune, Dragon Island, Asmaa spring, etc.) and enjoy an exceptional setting throughout their stay. The Morocco Swim Trek offers a strong experience of the Sahara, beyond sport, a total change of scenery between ocean and desert.

DAKHLA

Dakhla est une ville du Sahara Marocain anciennement appelée VILLA CISNEROS.

Elle est le chef lieu de la région d'Oued Ed-Dahab-Lagouira, de la province d'Oued Ed- Dahab. Elle est la dernière grande ville du royaume avant la Mauritanie et est située à l'extrémité d'une péninsule longue de 40 km environ. Notre écolodge, lui, se trouve à **10 km au sud de la ville.**

Contrairement aux autres villes marocaines, il n'y a pas de «médina». Mais cela ne vous empêche pas d'aller y faire un tour, vous y trouverez une multitude de produits locaux.

Les principales ressources de la région sont la pêche, l'ostréiculture et le tourisme sportif. Dakhla est l'un des meilleurs spots au monde pour les sports de glisse de par sa situation géographique, sa météorologie et ses vents réguliers 10 mois sur 12.

DAKHLA

Dakhla is a city located in the Moroccan Sahara and formerly known as **VILLA CISNEROS.**

Dakhla is the main city in the province of Oued Ed-Dahab. The city is also the last and largest Moroccan city before the border of Mauritania. Dakhla is located at the southernmost point of a 40 km peninsula and our ecolodge lies **10 km south of the city.**

Unlike other Moroccan cities, there is no «medina» in Dakhla. But still well worth a visit, where you can find local and traditional souvenirs, and soak up this Saharan culture and laid back vibes.

The principal industries of the region are fishing, oyster farming and water sports tourism. Due to its location, climate, and regular winds, for 10 months out of 12, Dakhla is one of the best spots in the world for kitesurfing.

PARIS 3 900 km
LONDON 4 350 km
ROME 4 490 km
BERLIN 5 000 km

AGADIR 1 180 km
CASABLANCA 1 620 km
MARRAKECH 1 400 km
DAKAR 1 380 km

FOLLOW US !

ACCES

Vous avez choisi un lieu idéal pour relever le défi d'une course de natation en eau libre.

Entre océan, lagune et désert, à plusieurs centaines de kilomètres de toute civilisation, loin de la cohue et des vas et viens incessants de notre monde moderne vous trouverez un endroit où le temps passe différemment. **La Lagune de Dakhla**, terre d'évasion, lieu magique qui apporte au **MOROCCO SWIM TREK** un caractère insolite et dépaysant

A la frontière entre plusieurs mondes influencés par les cultures marocaines et africaines, la ville de Dakhla, anciennement appelée Villa Cisneros, est située sur la côte atlantique du Sahara marocain, à 380 km de la frontière mauritanienne et à 1600km de Casablanca.

ACCESS

You have chosen an ideal location to take on the challenge of an open water swim race.

Between ocean, lagoon and desert, several hundred kilometers from any civilization, far from the hustle and bustle and incessant comings and goings of our modern world, you will find a place where time passes differently. **The Lagoon of Dakhla**, land of escape, magical place which gives **MOROCCO SWIM TREK** an unusual and exotic character

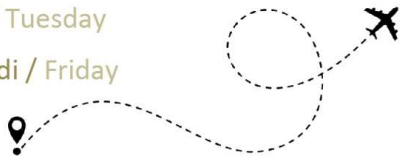
On the border between several worlds influenced by Moroccan and African cultures, the city of Dakhla, formerly called Villa Cisneros, is located on the Atlantic coast of the Moroccan Sahara, 380 km from the Mauritanian border and 1600 km from Casablanca.

- **Au départ de Paris // Vol direct - Departing from Paris // Direct flight**

royal air maroc

√ Le Mardi / Tuesday

√ Le Vendredi / Friday



transavia

√ Le Lundi / Monday

√ Le Jeudi / Thursday

- **Au départ de Marrakech - Departing from Marrakech**

AirArabia العربية للطيران

√ Le Dimanche / Sunday

√ Le Mercredi / Wednesday

- **Au départ de Casablanca - Departing from Casablanca**

royal air maroc

√ 2 Vols par jour / 2 flights per day

FOLLOW US !

CONDITIONS METEO

Dakhla fait partie de ces destinations accueillantes toute l'année, avec du beau soleil et une ambiance agréable chaque jour, en toute saison.
En décembre, il y a moins de chance d'avoir du vent contrairement au reste de l'année et les températures restent douces, variant entre °19C et °24C en journée. La température de l'eau varie entre 20 et °22C.

WEATHER CONDITIONS

Dakhla is one of those welcoming destinations all year round, with beautiful sunshine and a pleasant atmosphere every day, in all seasons.
In December, there is less chance of wind unlike the rest of the year and temperatures remain mild, varying between °19C and °24C during the day. The water temperature varies between 20 and °22C.

FOLLOW US !

FOLLOW US!

LE CHALLENGE

JOUR/DAY 1
DRAGON ISLAND

6.5 km

NUIT/NIGHT
DAKHLA CLUB

JOUR/DAY 2
WHITE DUNE

8.5 km

NUIT/NIGHT
NOMAD TENT

THE CHALLENGE

JOUR/DAY 3
LAGOON MARATHON

10 km

NUIT/NIGHT
DAKHLA CLUB

JOUR/DAY 4
OCEAN VAGABOND

5 km

NUIT/NIGHT
DAKHLA CLUB

FOLLOW US!

150 NAGEURS / 20 NATIONALTES

Avec cette année plus de **20 nationalités** qui seront représentées sur la ligne de départ, nous sommes heureux de constater que cette aventure voyage par delà les frontières et motive chaque année toujours plus de nageurs à nous rejoindre **des quatre coins du monde!** Australie, Kazakhstan, Qatar, Brésil, Colombie, Suède, Etats-Unis, Grèce...une liste qui ne cesse de s'élargir d'édition en édition (la première en 2015 ayant accueilli 60 nageurs). Uniquement contraints par des problématiques d'hébergement, de logistique et de sécurité, notre organisation se voit refuser chaque année des candidatures de plusieurs dizaines de nageurs, **le Morocco Swim Trek étant aujourd'hui un challenge sportif reconnu dans le monde de l'Open Water.** Les nageurs du Maroc n'en restent pas moins présents puisqu'ils représenteront lors de l'édition 2023 près de 30% de nos inscrits.

150 swimmers / 20 nationalities

With this year more than **20 nationalities** who will be represented on the starting line, we are happy to see that this adventure travels beyond borders and motivates more and more swimmers to join us from **the four corners of the world** every year! Australia, Kazakhstan, Qatar, Brazil, Colombia, Sweden, United States, Greece... a list which continues to grow from edition to edition (the first in 2015 having welcomed 60 swimmers). Constrained solely by accommodation, logistics and security issues, our organization is refused applications from several dozen swimmers each year, **the Morocco Swim Trek being today a recognized sporting challenge in the world of Open Water.** Swimmers from Morocco remain no less present since they will represent nearly 30% of our registrants during the 2023 edition.

FOLLOW US !

NOS VALEURS

Le partenariat à un événement sportif constitue une opportunité de contact direct et permet de valoriser la propre marque tout en créant un lien de proximité avec **votre cible.**
Plus particulièrement, la natation en eau libre est également associée à des valeurs telles que :

RESPECT DE L'ENVIRONEMENT
RIGUEUR SOLIDARITE COURAGE
CONSTANCE ABNEGATION ENGAGEMENT
CONFIANCE EN SOI PERSEVERANCE
ENDURANCE ESPRIT D'EQUIPE

FOLLOW US !

COMBINAISON

Dois-je m'équiper d'une combinaison pour le Morocco Swim Trek ?

Les 2 possibilités sont acceptées, et 2 classements départageront les nageurs avec ou sans combinaison !

La combinaison apporte de nombreux avantages, elle procure un sentiment accru de sécurité et un effet de flottaison supplémentaire non négligeable notamment si votre technique de crawl n'est pas parfaitement au point : le Néoprène maintiendra vos jambes à la surface de l'eau, vos pieds couleront moins et vous glisserez ainsi davantage.

Bien évidemment, la combinaison est aussi un moyen de se prémunir contre le froid, et c'est d'ailleurs là sa fonction première.

... ou osez l'eau libre en maillot !

Prendre le départ uniquement vêtu de son maillot de bain et de ses lunettes, c'est une sensation de liberté incomparable dont vous parleront tous les nageurs eau libre expérimentés. Vous ne ferez qu'un avec la nature et plus à l'aise pour effectuer vos mouvements. Néanmoins ATTENTION, la préparation de votre corps est primordiale et fait partie de votre entraînement. Nous déconseillons aux nageurs novices d'eau libre de se frotter au Morocco Swim Trek en maillot ! Enfin, sachez qu'en dessous de °16C, la combinaison est souvent obligatoire sur les événements eau libre. Avant tout pour votre propre sécurité.

SWIMMING SUIT

Do I need a wetsuit for the Morocco Swim Trek ?

Both possibilities are accepted, and 2 rankings will decide between swimmers with or without a wetsuit!

The suit brings many advantages, it provides an increased feeling of security and a significant additional buoyancy effect, especially if your crawl technique is not perfectly perfect: the Neoprene will keep your legs on the surface of the water, your feet will sink less and you will slip more.

Obviously, the suit is also a way to protect yourself against the cold, and this is also its primary function.

...or dare to take to the open water in a swimsuit !

Starting out wearing only your swimsuit and goggles is an incomparable feeling of freedom that all experienced open water swimmers will tell you about. You will become one with nature and more comfortable when performing your movements. However BE CAREFUL, preparing your body is essential and is part of your training. We do not recommend novice open water swimmers to try Morocco Swim Trek in a swimsuit! Finally, be aware that below °16C, wetsuits are often mandatory for open water events. Above all for your own safety.

FOLLOW US !

Le MOROCCO SWIM TREK élu 3ème évenement de natation en eau libre de l'année par la WORLD OPEN WATER SWIMMING ASSOCIATION (WOWSA) aux Etats-Unis!

World Open Water Swimming Association
8 février ·

🏆 Morocco Swim Trek Wins Bronze in WOWSA Product/Service of the Year Awards 🏆

The Morocco Swim Trek "Sahara Edition" has made a splash in the world of open water swimming, being honored as the bronze recipient in Product/Service of the Year at the 2022 WOWSA Awards!

The Morocco Swim Trek "Sahara Edition" is a unique open-water swimming event that offers a combination of adventure and athletic challenge. This international event is open to both amateur and professional swimmers and is held in the stunning desert landscape between the ocean and dunes of sand. The event spans six days and consists of four heats of swimming, each with its own distinctive character.

Read More and see Edith Molina, Founder and Organizer of the Morocco Swim Trek's acceptance speech:
https://www.openwaterswimming.com/morocco-swim-trek-wins.../

#wowsa #wowsaawards2022
#openwaterswimming

Morocco Swim Trek

LES PACKS DISPONIBLES
AVAILABLE PACKS
www.moroccoswimtrek.com

FOLLOW US !

LES FORMULES

MOROCCO SWIM TREK
SAHARA

swim trekker confort

- Vous serez logés en catégorie de chambre confort, double ou triple, avec salle de bain privative.
- Nuitée en Bivouac à la dune blanche (tente nomade dortoir)
- Transferts aéroport inclus à partir de la ville de Dakhla
- Pension complète incluses durant les 5 nuitées de l'évènement
- Warm up & Yoga inclus

- You will be accommodated in a comfort room category, double or triple, with private bathroom.
- Night in Bivouac at the white dune (nomadic dormitory tent)
- Airport transfers included from Dakhla city
- Full board included during the 5 nights of the event
- Warm up & Yoga included

MOROCCO SWIM TREK
SAHARA

swim trekker

- Vous serez logés en catégorie de chambre Médina, double ou triple. Les chambres n'offrent pas de vue et sont plus excentré du restaurant. Les chambres comportent une salle de bain privative
- Nuitée en Bivouac à la dune blanche (tente nomade dortoir)
- Transferts aéroport inclus à partir de la ville de Dakhla
- Pension complète incluses durant les 5 nuitées de l'évènement
- Warm up & Yoga inclus

- You will be accommodated in a Medina room category, double or triple. The rooms do not offer a view and are further away from the restaurant. The rooms have a private bathroom
- Night in Bivouac at the white dune (nomadic dormitory tent)
- Airport transfers included from Dakhla city
- Full board included during the 5 nights of the event
- Warm up & Yoga included

THE FORMULAS

MOROCCO SWIM TREK
SAHARA

tandem

Vous êtes 2 à participer et vous répartir les épreuves de nage !

- Vous serez logés en catégorie de chambre confort, double ou triple. Les chambres comportent une salle de bain privative
- Nuitée en Bivouac à la dune blanche (tente nomade dortoir)
- Transferts aéroport inclus à partir de la ville de Dakhla
- Pension complète incluses durant les 5 nuitées de l'évènement
- Warm up & Yoga inclus

There are 2 of you participating and sharing the swimming events!

- You will be accommodated in a comfort, double or triple room category. The rooms have a private bathroom
- Night in Bivouac at the white dune (nomadic dormitory tent)
- Airport transfers included from Dakhla city
- Full board included during the 5 nights of the event
- Warm up & Yoga included

FOLLOW US !

LES FORMULES

MOROCCO SWIM TREK
SAHARA

swim discovery 5k

Découvrez le Morocco Swim Trek en participant à la dernière étape des 5000m avec les 25 autres nationalités !

- Vous serez logés 2 nuitée (du vendredi au dimanche) en catégorie de chambre confort, double ou triple. Les chambres comportent une salle de bain privative
- Transferts aéroport inclus à partir de la ville de Dakhla
- Pension complète incluses durant les 2 nuitées de l'évènement
- Warm up & Yoga inclus

Discover the Morocco Swim Trek by participating in the last stage of the 5000m with the 25 other nationalities!

- You will be accommodated for 2 nights (Friday to Sunday) in a comfort, double or triple room category. The rooms have a private bathroom
- Airport transfers included from Dakhla city
- Full board included during the 2 nights of the event
- Warm up & Yoga included

MOROCCO SWIM TREK
SAHARA

visiteur

Soutenez un proche et profiter du voyage pour explorer Dakhla et ses environs !

- Vous serez logés en catégorie de chambre confort, double avec votre proche. Les chambres comportent une salle de bain privative.
- Nuitée en Bivouac à la dune blanche (tente nomade dortoir)
- Transferts aéroport inclus à partir de la ville de Dakhla
- Pension complète incluses durant les 5 nuitées de l'évènement
- Warm up & Yoga inclus

**Le pack exploration est à réserver sur le site*

Support a loved one and enjoy the trip to explore Dakhla and its surroundings!

- You will be accommodated in a comfort, double room category with your loved one. The rooms have a private bathroom.
- Night in Bivouac at the white dune (nomadic dormitory tent)
- Airport transfers included from Dakhla city
- Full board included during the 5 nights of the event
- Warm up & Yoga included

**The exploration pack must be reserved on the site*

THE FORMULAS

MOROCCO SWIM TREK
SAHARA

junior trekker

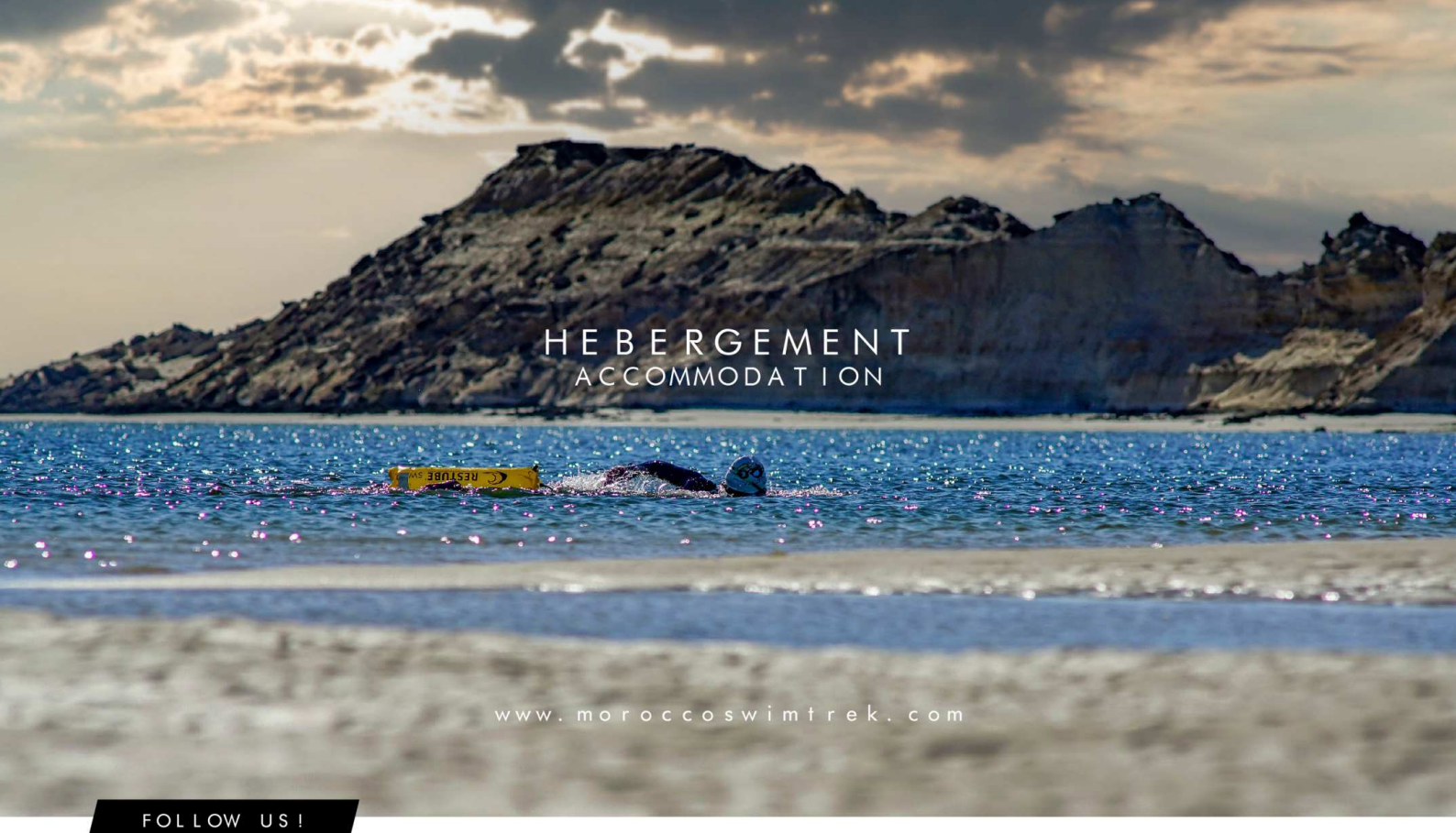
Les enfants sont invités à découvrir la natation en eau libre et prendre le départ d'une course de 1500m !

- Vous serez logés 2 nuitée (du vendredi au dimanche) en catégorie de chambre confort, double ou triple. Les chambres comportent une salle de bain privative
- Transferts aéroport inclus à partir de la ville de Dakhla
- Pension complète incluses durant les 2 nuitées de l'évènement
- Warm up & Yoga inclus

Children are invited to discover open water swimming and take the start of a 1500m race!

- You will be accommodated for 2 nights (Friday to Sunday) in a comfort, double or triple room category. The rooms have a private bathroom
- Airport transfers included from Dakhla city
- Full board included during the 2 nights of the event
- Warm up & Yoga included

FOLLOW US !



FOLLOW US!

PARTENAIRES HEBERGEMENT

L'hotel Dakhla Club & Spa, partenaire hébergement exclusif pour la 3ème année consécutive du Morocco Swim Trek. Il accueillera de nouveau et avec enthousiasme les nageurs et l'équipe organisatrice de cette 10ème édition. Situé à Dakhla, cet établissement offre une vue imprenable sur la lagune de Dakhla. Des chambres confortables, et une cuisine raffinée requinqueront nos nageurs après leurs étapes de nage! Un SPA, une piscine extérieur et une salle de fitness sont mis à la disposition des nageurs.

ACCOMMODATION PARTNER

The Dakhla Club & Spa Hotel, exclusive accommodation partner for the 3rd consecutive year of the Morocco Swim Trek, will once again enthusiastically welcome swimmers and the organizing team for this 10th edition. Located in Dakhla, this establishment offers breathtaking views of the Dakhla Lagoon. Comfortable rooms and refined cuisine will rejuvenate our swimmers after their swimming stages! A SPA, an outdoor pool, and a fitness room are available for the swimmers.

FOLLOW US!

LA RECEPTION

La réception Dakhla Club est ouverte tous les jours de **08h00 à 23h00.**

FICHE DE POLICE
C'est une obligation légale au Maroc. A votre arrivée, une fiche de police vous a été remise. Il est important de nous la remettre au plus tôt. Nous sommes tenus de les transmettre à la Gendarmerie Royale chaque jour.

CLE DE VOTRE BUNGALOW
Nous vous proposons de laisser votre clé à la réception durant vos activités.

WIFI
Une connexion Wifi est disponible gratuitement au niveau de la salle de restaurant. Elle est accessible via votre compte Facebook ou en utilisant un mot de passe (date du jour). Connectez-vous aux heures de faible fréquentation, le signal ne sera que meilleur. **SOYEZ PATIENTS, NOUS SOMMES EN PLEIN DESERT !!**

PIÈCE D'IDENTITE
Afin de ne pas prendre le risque de perdre votre passeport, nous vous demandons de venir à Dakhla avec une photocopie de celui-ci. Ainsi, votre pièce d'identité originale restera en sécurité, seule la photocopie vous suivra dans vos affaires lors de la nuit en bivouac du 01/12.

ACTIVITÉS INCLUSES DANS LES FORMULES POUR NAGEURS ET VISITEURS :
- Réveil musculaire
- Stretching

A RECEPTION EOLODGE

The Dakhla Club reception is open every day from 08:00 to 23:00.

POLICE RECORD
This is a legal obligation in Morocco. When you arrived, you were given a police record. It is important to give it to us as soon as possible. We are required to transmit them to the Royal Force every day.

YOUR BUNGALOW KEY
We suggest you to leave your key at the reception during your activities.

WIFI
Free Wifi is available in the restaurant. It can be accessed via your Facebook account or by using a password (date of the day). Connect to low attendance times, the signal will only be better. **BE PATIENT, WE ARE IN THE MIDDLE OF DESERT!!**

IDENTITY
In order not to take the risk of losing your passport, we ask you to come to Dakhla with a photocopy of it. Thus, your original ID will remain safe, only the photocopy will follow you in your belongings during the night in the desert of Dec, 1st.

ACTIVITIES INCLUDED IN THE PACKAGES FOR SWIMMERS AND VISITORS :
- Muscular awakening
- Stretching

FOLLOW US !

LA RESTAURATION

La pension complète est incluse dans votre séjour. Elle démarre avec le dîner du premier soir et se termine par le déjeuner du dernier jour de votre séjour. Les hôtels partenaires vous proposeront chaque jour un buffet varié, mariant cuisine internationale et marocaine. Des menus alliant variétés de salades de légumes cuits ou crus, tagines de viande ou de poisson, soupes, pâtes, barbecue...parfaitement adaptés à la récupération des sportifs qui sont également leur clientèle tout au long de l'année.

ALLERGIES ALIMENTAIRES & INTOLERANCES
Nous vous invitons à apporter vos propres produits d'appoint en cas d'allergie ou d'intolérance en vous rappellent qu'aucun produit spécifique ne peut être acheté sur place. Les camps se situant à 30km du centre ville et les magasin d'alimentation à Dakhla n'en proposant aucun (gluten free etc).

BOISSONS
L'eau minérale est inclue tout au long de votre séjour. Les extras seront à votre charge.

CONSOMMATION D'ALCOOL
La consommation d'alcool provenant de l'extérieur n'est pas autorisée dans l'enceinte des restaurants.

FOOD & BEVERAGE

Full board is included in your stay. It starts with dinner on the first night and ends with lunch on the last day of your stay. The partner hotels will offer you every day a varied buffet, combining international and Moroccan cuisine. Menus combining varieties of cooked or raw vegetable salads, meat or fish tagines, soups, pasta, barbecue... perfectly adapted to the recovery of athletes who are also their customers throughout the year.

FOOD ALLERGIES & INTOLERANCES
We invite you to bring your own supplemental products in case of allergy or intolerance by reminding you that no specific products can be purchased on site. Camps located 30km from the city center and food shops in Dakhla offer none (gluten free etc).

DRINKS
Mineral water is included throughout your stay. Extras will be at your expense.

ALCOHOL CONSUMPTION
The consumption of alcohol coming from the outside is prohibited inside the restaurants

FOLLOW US !

DETENTE & BIEN ÊTRE

Dakhla Club Hotel – Kitesurf & SPA

HAMMAM & SAUNA

Esprit oriental ou culture nordique ? Dans les deux cas, c'est un beau cadeau à se faire. Délassant et surtout purifiant, les bains de chaleur humide (hammam oriental) ou sèche (sauna finlandais) chassent le stress et les toxines. Il repose d'une vie intense ou de l'effort physique. Les nageurs en raffolent au retour de leurs sessions pour délier leurs muscles. DAKHLA CLUB vous ouvre les portes de ce plaisir, chaque jour de 16 à 20h. C'est l'heure du lâcher prise.

SOINS & MASSAGES

Nos soins & massages complètent magnifiquement la séance au sauna ou au hammam. Les massages aident au relâchement des tensions. Ils préviennent les courbatures après les longues distances et soulagent les contractures. Ils calment et apaisent autant qu'ils augmentent la conscience de notre corps et favorisent une plus grande circulation de l'énergie. Ils améliorent l'estime de nous-même et contribuent à nous ouvrir l'esprit.

GYM & FITNESS

Dans l'enceinte du SPA & Fitness, la salle de gym est en libre accès permanent pour tous les hôtes du DAKHLA CLUB.
Les grandes baies vitrées s'ouvrent sur les jardins de l'hôtel et vous permettent de pratiquer votre sport en pleine nature. Cardio-training et musculation à l'air libre ! Les machines sont toutes de dernière génération.

RÉSERVATION SUR PLACE À VOTRE ARRIVÉE

RELAXATION & WELL BEING

Dakhla Club Hotel – Kitesurfing & SPA

HAMMAM & SAUNA

Oriental spirit or Nordic culture? Either way, it's a great gift.
Relaxing and above all purifying, wet heat baths (Oriental hammam) or dry heat (Finnish sauna) drive away stress and toxins. It is based on an intense life or physical effort. Swimmers love it when they return from their sessions to loosen their muscles. DAKHLA CLUB opens the doors of this pleasure to you, every day from 4 to 8 pm. It's time to let go.

TREATMENTS & MASSAGES

Our treatments & massages beautifully complement the session in the sauna or hammam.
Massages help release tension. They prevent aches after long distances and relieve contractures. They calm and soothe as much as they increase the awareness of our body and promote a greater flow of energy. They improve our self-esteem and help open our minds.

GYM & FITNESS

Inside the SPA & Fitness, the gym is permanently free for all DAKHLA CLUB guests.
The large bay windows open onto the hotel gardens and allow you to practice your sport in the heart of nature. Cardio training and strength training in the open air! The machines are all of the latest generation.

RESERVATIONS ON SITE DIRECTLY DURING YOUR STAY

DAKHLA CLUB

FOLLOW US !

ARRIVEE AU CAMP

DAKHLA CLUB

ARRIVAL AT THE CAMP

FOLLOW US !

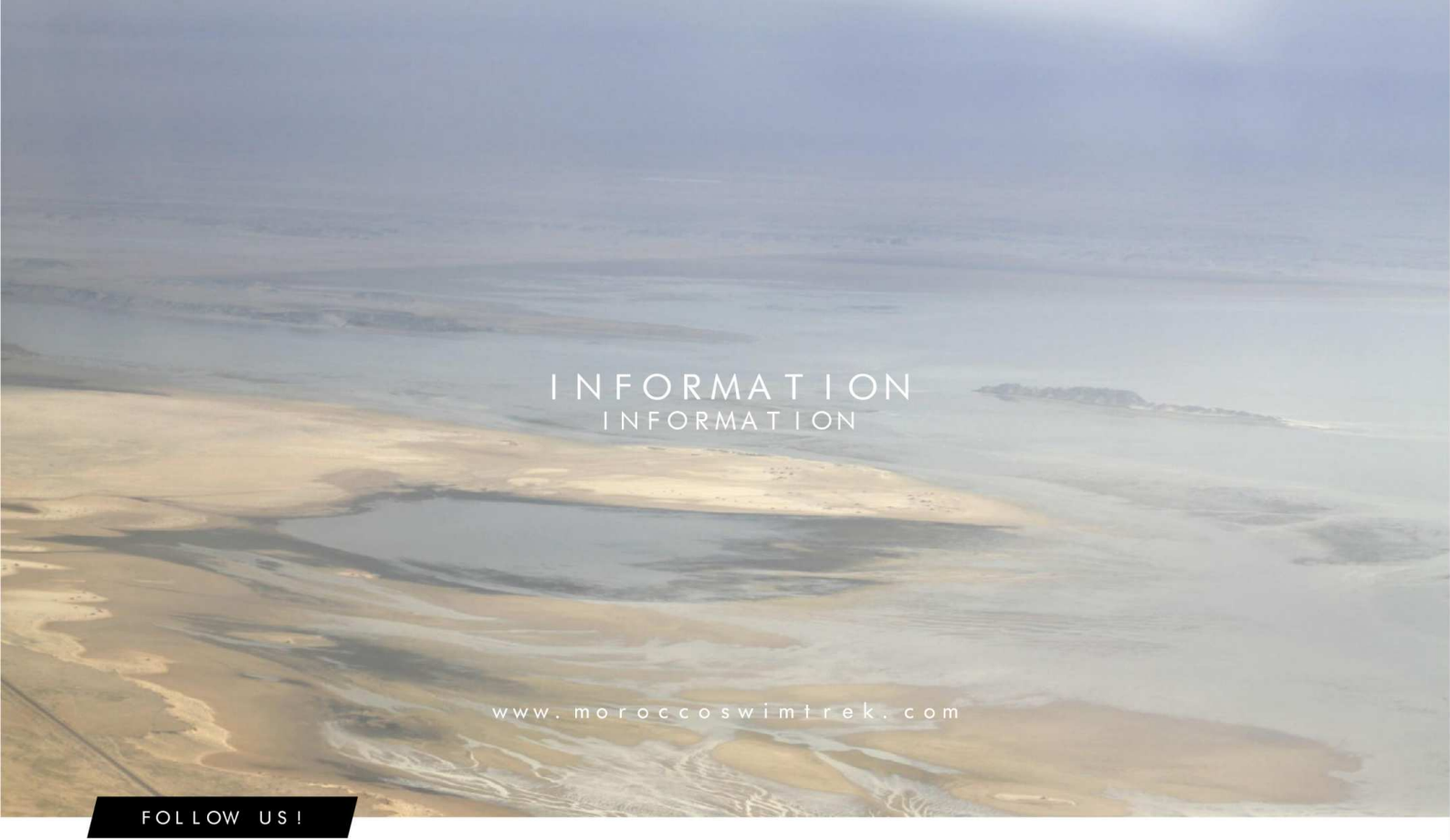
NUIIT EPIQUE

Dans le cadre de votre participation au **Morocco Swim Trek**, nous sommes ravis de vous offrir une expérience unique : une nuit à la manière des nomades. UN MOMENT FORT durant votre course !
L'équipe organisatrice accueillera les arrivées de notre seconde étape au bivouac installé à cette occasion ! Vous aurez l'occasion de vous immerger pleinement dans la culture locale en passant une nuit sous les étoiles, dans de grandes tentes dortoirs, sur le site exceptionnel de la dune blanche.
Tagines et salades marocaines seront au menu, sans oublier le thé à la menthe et les pâtisseries marocaines ! En plus de ce festin gastronomique, des surprises spéciales vous attendent tout au long de l'après-midi et la soirée. Préparez-vous à être émerveillés par des animations culturelles, et des rencontres avec des artisans locaux.

EPIC NIGHT

As part of your participation in the Morocco Swim Trek, we are delighted to offer you a unique experience: a night in the style of the nomads. A HIGHLIGHT during your race!
The organizing team will welcome the arrivals of our second stage at the bivouac set up for this occasion! You will have the opportunity to fully immerse yourself in the local culture by spending a night under the stars, in large dormitory tents, at the exceptional site of the white dune.
Moroccan tagines and salads will be on the menu, not to mention mint tea and Moroccan pastries! In addition to this gastronomic feast, special surprises await you throughout the afternoon and evening. Get ready to be amazed by cultural performances and encounters with local artisans.

FOLLOW US !



INFORMATION

INFORMATION

www.moroccoswimtrek.com

FOLLOW US!

AVANT LE DEPART

NUITS SUPPLEMENTAIRES/ ARRIVEES AVANT LE 03/12 ET DEPARTS APRES LE 08/12

Si vous arrivez avant le 03/12 et repartez après le 08/12, merci de réservez directement votre chambre auprès de notre hôtel partenaire en envoyant un e-mail à **reservation@dakhlaclub.com**, code de reservation MST2024. N'attendez pas!

Le Morocco Swim Trek ne prenant pas ce transfert en charge. Ce transfert est à organiser en vous adressant à la réception de l'hôtel où vous logerez.

PLAN DE VOL/ TRANSFERT AEROPORT ARRIVEE DAKHLA :

Avant le 01 novembre assurez-vous d'avoir pris votre billet d'avion et d'envoyer votre plan de vol, scan de passeport, décharge de responsabilité et certificat médical **(DOCUMENTS OBLIGATOIRES)** à l'organisation sur **moroccoswimtrek@gmail.com** pour réserver et garantir votre transfert de l'aéroport à l'hôtel DAKHLA CLUB où vous séjournerez et pour votre traçabilité tout au long de la course.

COMPTE D'UTILISATEUR/ DOCUMENTS OBLIGATOIRES

Merci de créer un compte d'utilisateur en cliquant sur le lien communiqué par l'organisation à J-35 **http://moroccoswimtrek.com/nageur.php** pour créer votre compte d'utilisateur (référez-vous à votre numéro d'inscription sur la liste du MST en ligne **http://www.moroccoswimtrek.com/eng/participants.php** et surtout implémenter sur la plateforme vos documents (Flight plan, Certificat médical, Décharge, Scan de passeport/CIN, Fiche d'inscription) afin d'éviter une perdition d'informations et assurer vos transferts et nuitées à l'hôtel.

BEFORE DEPARTURE

ADDITIONAL NIGHTS/ ARRIVALS BEFORE 03/12 AND DEPARTURES AFTER 08/12

If you arrive before 03/12 and leave after 08/12, please book your room directly with our partner hotel by sending an e-mail to reservation@dakhlaclub.com, reservation code MST2024. Don't wait to do it!

The Morocco Swim Trek does not take charge of this transfer. This transfer is to be arranged with the desk front of the hotel where you will be staying.

FLIGHT PLAN/ AIRPORT TRANSFER ARRIVAL DAKHLA :

Before November 1st please make sure you have booked your flight ticket and send your flight plan, passport scan, liability waiver and medical certificate **(MANDATORY DOCUMENTS)** to the organization on **moroccoswimtrek@gmail.com** to book and guarantee your transfer from the airport to the DAKHLA CLUB hotel where you will be staying and for your tracking throughout the race.

USER ACCOUNT / REQUIRED DOCUMENTS

Please create a user account by clicking on the link provided by the organization at D-35 **http://moroccoswimtrek.com/nageur.php** to create your user account (refer to your registration number on the MST online list **http://www.moroccoswimtrek.com/eng/participants.php** and especially to implement on the platform your documents (Flight plan, Medical certificate, Release, Scan of passport/CIN, Registration form) in order to avoid a loss of information and to ensure your transfers and nights at the hotel.

FOLLOW US !

A L'AEROPORT AU MAROC

ASSISTANCE AEROPORT AU DÉPART // À CASABLANCA

Une partie de l'équipe organisatrice se trouvera à l'aéroport de Casablanca Mohamed V afin de vous assister lors du vol Casablanca/Dakhla. Ils seront habillés de T-Shirt Oranges portant la mention TEAM, et munis de pancartes MOROCCO SWIM TREK. A votre arrivée le reste de l'équipe vous accueillera et vous assistera pour le transfert Aéroport Dakhla/Dakhla Club.

(Responsable visiteurs Laurence Morillon Pomares +212 663 717 201)
(Accueil des nageurs / Transferts terrestres Abderrazak Barahou +212 614 623 410)

Gardez à l'esprit que nous serons basés à plus de 30km du centre ville de Dakhla et donc sans accès à aucun service. Nous vous invitons donc à procéder à vos achats last minute à votre dernier aéroport avant Dakhla:

- Change en Dirhams (vous pouvez cependant régler les camps en Euros)
- Puce téléphone & internet locale
- Médicaments
- Accessoires de type chargeur, piles, câble, etc...
- Snacks, gâteaux...

ASSISTANCE AEROPORT A L'ARRIVÉE // À DAKHLA

Une partie de l'équipe organisatrice sera présente à votre arrivée à l'Aéroport afin de vous assister pour le transfert vers le camp Dakhla Club (30km) où sont attendus l'ensemble des nageurs.

• Vous êtes nageur ou visiteur accompagnant: Merci de bien vous diriger vers les personnes portant les pancartes Morocco Swim Trek en précisant que vous êtes nageur ou visiteur accompagnant.

AT THE AIRPORT IN MOROCCO

AIRPORT ASSISTANCE ON DEPARTURE // IN CASABLANCA

Part of the organizing team will be at Casablanca Mohamed V airport to assist you on the Casablanca/Dakhla flight. They will be dressed in Orange T-Shirt with the mention TEAM, and equipped with signs MOROCCO SWIM TREK. Upon arrival the rest of the team will welcome you and assist you for the transfer Dakhla Airport/Dakhla Club.

(Responsible for visitors Laurence Morillon Pomares +212 663 717 201)
(Airport Transferts Abderrazak Barahou +212 614 623 410)

Keep in mind that we will be based more than 30km from downtown Dakhla and therefore without access to any services. We invite you to make your last minute purchases at your last airport before Dakhla :

- Change to Dirhams (you can however settle the camps in Euros)
- Local internet & phone chip
- Medicine
- Charger, battery, cable, etc...
- Snacks, cakes...

AIRPORT ASSISTANCE ON ARRIVAL // IN DAKHLA

A part of the organizing team will be present when you arrive at the Airport to assist you for the transfer to the Dakhla Club camp (30km) where all the swimmers are expected.

• You are a swimmer or a visitor: Thank you for making sure you are heading for the people with the Morocco Swim Trek signs by indicating that you are a swimmer or a visitor.

FOLLOW US!

GO SPORT
GO SPORT
GO SPORT

ARRIVEE AU CAMP

Le reste de l'équipe organisatrice se trouvera à la réception du camp Dakhla Club où vous arriverez après un transfert en minibus d'environ 30min. La plupart des nageurs arrivant par le vol du 03/12, nous vous demanderons donc d'être patients pour la récupération de vos clés de chambre ou d'affaires de campement, selon votre pack...notre équipe faisant le maximum afin de tous vous accueillir avec rapidité! Il sera tard le soir, mais l'aventure commencera dès ce moment...donc smile & bonne humeur! Merci de noter que le camp ne proposera pas de restauration le soir de l'arrivée, il vous faudra donc prévoir de dîner à l'aéroport ou dans l'avion pour Dakhla.

VOUS ÊTES EN PACK CONFORT

Nous vous remettons la clé de votre bungalow (1 clé par bungalow à se partager avec vos roomates). L'équipe Dakhla Club vous orientera afin de trouver le chemin de votre chambre. Merci de bien noter que la clé de votre bungalow doit être absolument remise à la réception avant vos départs en mer. Elle ne doit pas être emportée dans votre sac d'appoint.

ARRIVAL AT THE CAMP

The rest of the team will be at the Dakhla Club reception where you will arrive after a minibus transfer of about 30min. Most swimmers arriving by the flight of Dec 03rd, we will ask you to be patient for the recovery of your room or camp business keys, depending on your pack... our team is doing everything possible to welcome you all quickly! It will be late at night, but the adventure will start from this moment... So smile & have a good mood! Please note that the camp will not offer any catering on the evening of arrival, so you will have to plan dinner at the airport or on the plane to Dakhla.

YOU ARE IN COMFORT PACK

We give you the key to your bungalow (1 key per bungalow to share with your roomates). The Dakhla Club team will direct you to find your way to your room. Please note that the key to your bungalow must be given to the reception before your departure to sea. It should not be carried in your bag.

FOLLOW US !

VOS VALISES

HEBERGEMENT

La course étant itinérante, vous changerez de camp une seule fois pour la nuit en bivouac, l'organisation de votre valise en amont est donc primordiale. Pour rappel:

- 03-12 / Camp Dakhla Club
- 04-12 / Camp Dakhla Club
- 05-12 / Bivouac Sahraoui à la Dune Blanche (Tous les nageurs en tente sahraoui)
- 06-12 / Camp Dakhla Club
- 07-12 / Camp Dakhla Club

Le matin du 04 decembre, merci de remettre à l'organisation un petit sac d'appoint pour votre arrivée à l'île du dragon.

Le matin du jeudi 05 decembre (étape n°2 des 8,5km), il vous faudra rassembler une partie de vos affaires dans un petit sac d'appoint à nous remettre après le petit déjeuner pour la nuit suivante en bivouac. L'organisation ne pouvant pas assurer le transport de grosses valises à travers des km dans le désert, nous vous demandons de prévoir un petit bagage léger contenant le strict nécessaire pour cette nuit en tente au pied de la dune blanche. Votre valise principale restera dans votre chambre au camp Dakhla Club.

Nous vous recommandons de voyager léger et surtout de ne pas oublier d'étiqueter l'ensemble de vos bagages!

Prévoyez donc un sac en plus!

YOUR LUGGAGE

ACCOMMODATION

The race being itinerant, you will change camp only once for the night in bivouac, the organization of your suitcase beforehand is therefore essential. As a reminder:

- Dec 03rd / Dakhla Club Camp
- Dec 04th / Dakhla Club Camp
- Dec 05th / Bivouac Sahraoui at the Dune Blanche (All swimmers in Sahraoui's tent)
- Dec 06th / Dakhla Club Camp
- Dec 07th / Dakhla Club Camp

On the morning of December 04th, please give to the organization a small extra bag for your arrival at the Dragon Island.

On the morning of Thursday, December 05th (stage n°2 of 8,5km), you will have to gather a part of your stuff in a small extra bag to give us after the breakfast for the following night in bivouac. The organization cannot ensure the transport of large suitcases through the desert, so we ask you to bring a small light bag containing the bare necessities for this night in a tent at the foot of the white dune. Your main suitcase will remain in your room at the Dakhla Club camp.

We recommend you to travel light and don't forget to label all your luggage!

So pack an extra bag!

FOLLOW US!

VOS VALISES

05//12

NUIT AU BIVOUAC

Je laisse ma valise au camp Dakhla Club et prépare un petit sac pour la nuit à venir au bivouac. Après le petit déjeuner, ce sac d'appoint est à remettre à notre équipe qui se chargera de la faire transporter jusqu'au bivouac de la Dune Blanche. Vous trouverez votre sac entreposé à l'intérieur des tentes dortoirs à votre arrivée de l'étape n°2.

06//12

NUIT À DAKHLA CLUB

Je laisse mon sac d'appoint au bivouac de la Dune Blanche. Ce sac est à remettre à notre équipe après le petit déjeuner qui se chargera de le transporter au camp Dakhla Club.

UNE VALISE PRINCIPALE

Qui restera tout le long du séjour au camp Dakhla Club

UN SAC D'APPOINT

Qui vous suivra pour la nuit en bivouac du 05/12

CHACUN ÉTIQUETÉ

Avec nom, prénom et le numéro de bonnet qui vous sera envoyé avant le départ

FOLLOW US !

MOROCCO SWIM TREK
SAHARA
arena

YOUR LUGGAGE

05//12

NIGHT AT BIVOUAC

I leave my suitcase at the Dakhla Club camp and prepare a small bag for the night to come at the bivouac. After breakfast, this extra bag is to be given to our team who will take care of transporting it to the bivouac of the Dune Blanche. You will find your bag stored inside the dormitory tents when you arrive at stage 2.

06//12

NIGHT AT DAKHLA CLUB

I leave my extra bag at the bivouac of the Dune Blanche. this bag is to be given to our team after breakfast which will take care of transporting it to the Dakhla Club camp.

A MAIN LUGGAGE

Which will stay throughout the stay at Dakhla Club camp

A SMALL BAG

Which will follow you for the night at the bivouac dec 05th

EACH WELL LABELED

With surname, first name and bonnet number which will be sent to you before departure

FOLLOW US !

EQUIPEMENT

FOURNI PAR LE MOROCCO SWIM TREK

L'organisation vous fournit pour la course:
- Un swim bag
- Un bonnet de natation numéroté
- Une bouée RESTUBE
- Une puce kilométrique
- Des barres, eau et fruits durant les ravitaillements

EQUIPEMENTS A PREVOIR

Il vous faut prévoir une combinaison (pour ceux qui souhaitent nager en combinaison) ainsi que des lunettes de natation anti UV (le soleil est extrêmement fort à Dakhla. Bien que les températures y soient généralement très agréables au mois de décembre pendant la journée, prévoyez les équipements suivants pour les soirées (parfois fraîches et ventées):
- Un coupe vent / Une veste polaire / Un sweat-shirt à capuche
- Des chaussettes chaudes
- Un bonnet chaud
- Un legging / jogging
- Une lampe de poche / Lampe frontale
- Un duvet (pour ceux qui le souhaitent. Les couvertures sont fournies au bivouac)
- Gel douche, shampoing
- Serviette de plage
- Gourde (en option)
- Lunettes de natation anti UV / Lunettes de soleil / Casquette
- Il est conseillé de ramener un power bank chargé pour la batterie de votre téléphone si vous en avez besoin. L'électricité est éteinte de 23h environ à 6h00.

Prévoyez également une très bonne crème solaire waterproof!

MAIS AUSSI
- Votre **certificat médical** obligatoire et votre décharge décharge signée
- La **caution de 50 euros pour votre RESTUBE**
- **Une photocopie de votre passeport**

FOLLOW US!

EQUIPEMENT

PROVIDED BY MOROCCO SWIM TREK

The organization provides you for the race:
- A swimming bag
- A numbered swimming cap
- A RESTUBE buoy
- A kilometric chip
- Bars, water and fruit during the refueling

EQUIPMENT TO BE PROVIDED

You need a combination (for those who want to swim in a suit) as well as anti-UV swimming glasses (the sun is extremely strong in Dakhla. Although the temperatures are generally very pleasant in December during the day, provide the following equipment for the evenings (sometimes cool and windy):
- A wind jacket/ Fleece jacket/ Hoodie
- Warm socks
- A hot hat
- A legging/jogging
- One Flashlight / Headlamp
- A duvet (for those who want it. Blankets are provided at the bivouac)
- Shower gel, shampoo
- Beach towel
- Canteen (optional)
- UV Swim Goggles/ Sunglasses/ Cap
- It is advisable to bring a charged power bank for your phone battery if you need it. Electricity is turned off from about 11pm to 6am.

Also provide a very good waterproof sunscreen!

BUT ALSO
- Your signed **medical certificate** and discharge
- The **50 euros deposit for your RESTUBE**
- **A photocopy of your passport**

TROUSSE DE SOINS

Gardez à l'esprit que nous serons basés à plus de 30km du centre ville de Dakhla et donc sans accès à aucun service. L'organisation offrant bien évidemment durant toute la durée de la course un encadrement de sécurité et d'assistance médicale, nous vous invitons néanmoins à prendre avec vous une trousse à pharmacie personnelle contenant ce dont vous pourriez avoir besoin afin d'être le plus autonome possible pour les petits bobos:

- Vaseline pour vous enduire le corps
- Biafine
- Straps
- Doliprane
- Crème solaire
- Intétrix / Immodium
- Sticks à lèvres
- Crème hydratante
- Pansements
- Serum physiologique pour vos yeux
- Antisecptique
- Lingettes
- Ventoline
- (...)

EQUIPEMENT

CARE KIT

Keep in mind that we will be based more than 30km from downtown Dakhla and therefore without access to any services. The organization of course offers safety and medical assistance throughout the race; we invite you to take with you a personal pharmacy kit containing what you may need in order to be as independent as possible for small injuries:

- Vaseline to coat your body • Biafine
- Straps
- Doliprane
- Sunscreen
- Intetrix/Imodium
- Lipsticks
- Moisturizing cream
- Dressings
- Physiological serum for your eyes • Antiseptic
- Wipes
- Ventoline
- (...)

FOLLOW US!

AFFAIRE PERSONNELLES

MON SWIMMER BAG

Il est numéroté au même titre que votre bonnet, il vous suivra tout au long de la course où nous le transporterons sur chaque point d'arrivée.
Il contient **votre minimum** d'affaires vous permettant d'attendre le transfert d'après course.
Il contient:
T-shirt / sweat / bonnet / Lunettes de soleil / crème solaire / serviette (microfibre de préférence)

MON SAC D'APPOINT

Qui me suivra durant la nuit au bivouac

SWIMMER BAG

It is marked with the same number as your cap,it will follow you throughout the race where we will carry it to each arrival point.
It contains your minimal equipment that will allow you to wait for the post-race transfer.
it contains :
t-shirt / sweatshirt / cap / sunglasses / sun cream / towel (preferably microfiber)

MY EXTRA BAG

which will follow me during the night at the bivouac

FOLLOW US !

FOLLOW US!

LE DÉPART

LES BUNGALOWS

Il est impératif de libérer les bungalows avant 14h00. Un coin bagagerie est mis à votre disposition. Vous pourrez, si vous le souhaitez, vous doucher avant votre départ (au niveau de notre base nautique).

LE REGLEMENT

Tous les extras que vous ferez durant votre séjour (bar, boutique, massages,...) seront reportés sur votre facture. Dakhla Club accepte les Euros, les Dirhams et les cartes bancaires (à l'exception des cartes American Express).

DEPART POUR L'AEROPORT

Nous assurons votre transfert vers l'aéroport de Dakhla. Votre départ a lieu impérativement deux heures avant l'heure prévue du décollage de l'avion.
Merci de transmettre à la reception votre heure de départ.

NOTE

La direction décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'effets personnels durant votre séjour au sein de notre écolodge. Un coffre-fort est à votre disposition auprès de notre réception si vous souhaitez y déposer des objets de valeur.

DEPARTURE

BUNGALOWS

On your day of departure check out is before 2 pm. You can store your luggage next to the reception desk or on the terrace. In case you need to take a shower, you can use the shower facility behind water sport.

PAYMENT

All extra expenses of your stay (bar, shop, massages...) will be directly reported on your bill. Dakhla Club accepts Dirhams, Euros and all credit cards (except American Express).

DEPARTURE TO THE AIRPORT

We organise transport from and to Dakhla airport. Departure from the camp is at least two hours before take off.
Thank you to inform the reception desk of your departure time.

NOTE

The management declines all responsibility in case of loss or theft of personal effects during your stay in our ecolodge. A safe is available at our reception if necessary to store your valuables.

FOLLOW US !

INFOS

Edith Molina
+212 (0)6 61 95 76 91

Laurence Pomares
+212 (0)6 63 71 72 01

moroccoswimtrek@gmail.com

FOLLOW US!

www.moroccoswimtrek.com