

## LES ACTIVITES AU JARDIN DES DOUARS ET DANS LA REGION D'ESSAOUIRA

### Activités



Chers clients,

Nous sommes ravis de vous accueillir au Jardin Des Douars et souhaitons vous faire profiter pleinement de votre séjour. Pour cela, nous avons listé pour vous les meilleures activités à faire pendant votre temps ici à l'hôtel, ainsi qu'à l'extérieur, afin d'apprécier la diversité qu'offre la Essaouira et sa région.

### Balades et Plages



Nous vous encourageons à scanner les QR codes ci-joints pour retrouver nos cartes interactives personnalisées sur Google map avec toutes nos adresses et prestataires préférés !

## ACTIVITES A L'HÔTEL

### o Padel

Le padel est un sport de raquette qui a gagné en popularité ces dernières années et récemment arrivé au Jardin des Douars ! Il se joue à 4 joueurs (ou 2). Les règles sont similaires à celles du tennis, mais le jeu se distingue par des rebonds sur les murs en verre. Le padel est apprécié pour sa convivialité et son accessibilité à tous les niveaux de pratique. Vous pourrez rejoindre les terrains via la petite porte à droite du bar de la piscine adultes. Vous apprécierez également un bon cocktail après votre jeu sur la terrasse ombragée et conviviale du bar du Club. Notre nouveau Club Des Douars proposera bientôt également une salle de fitness et de yoga ainsi qu'un bassin de nage. Ces extensions étant encore en travaux, nous vous prions de nous excuser pour l'éventuelle gêne liée aux travaux autour des terrains. Réservez vite votre terrain ou une leçon privative à la réception de l'hôtel ou directement au Club des Douars !

Tarifs pour les résidents du Jardin des Douars :

- Location du terrain (prêt des raquettes) : 400 MAD /1h30
- Leçon privative avec notre coach 1 à 4 pers (non-membres) : 600 MAD /1h
- Leçon privative avec notre coach 1 à 4 pers (membre) : 380 MAD /1h

Règlement sur votre note à l'hôtel

Règlement sur votre note à l'hôtel

Règlement sur votre note à l'hôtel



### o Cours de Body Training

Abdel, coach sportif passionné vous propose chaque jeudi de 9h00 à 10h00 ses cours collectifs de body training (en petit groupe). Une séance parfaite pour révéler la meilleure version de vous-même et sculpter vos cuisses et vos fessiers, rien de tel pour démarrer la journée du bon pied !

Possibilité de cours/coaching privés adaptés à vos besoins et objectifs, sur demande à la réception.

Inscription à la réception (jusqu'à mercredi 18h), places limitées

Tarifs :

- Cours collectifs : 150 MAD/pers /1h
- Cours privés : 300 MAD pour 1 ou 2 pers + 150 MAD/pers sup

Règlement sur votre note à l'hôtel

Règlement sur votre note à l'hôtel

### o Cours de Pilates

Pascale, notre coach vous propose chaque lundi de 9h à 10h, un cours collectif de Pilates (en petit groupe). Idéal pour le bien-être physique et mental, cette gymnastique équilibrante et vitalisante est basée sur la musculature du dos, de la sangle abdominale ainsi que sur la respiration et la concentration.

Possibilité de cours/coaching privés, sur demande à la réception.

Inscription à la réception (jusqu'à dimanche 18h), places limitées !

Tarifs :

- Cours collectifs : 150 MAD/pers /1h
- Cours privés : 300 MAD pour 1 ou 2 pers + 150 MAD/pers sup

Règlement sur votre note à l'hôtel

Règlement sur votre note à l'hôtel

## o Cours de Yoga

Adapte du Yoga matinal, du réveil et du réveil musculaire en douceur, le cours collectif (en petit groupe) d'Abdel chaque samedi de 9h à 10h est fait pour vous ! Abdel, professeur de Yoga et coach sportif, sera très attentif à vos postures, idéal pour attaquer une journée de vacances !

Possibilité de cours/coaching privé, sur demande à la réception.

Inscription à la réception (jusqu'à vendredi 18h), places limitées !

Tarifs :

- Cours collectifs : 150 MAD/pers /1h
- Cours privés : 300 MAD pour 1 ou 2 pers + 150 MAD/pers sup

Règlement sur votre note à l'hôtel

Règlement sur votre note à l'hôtel

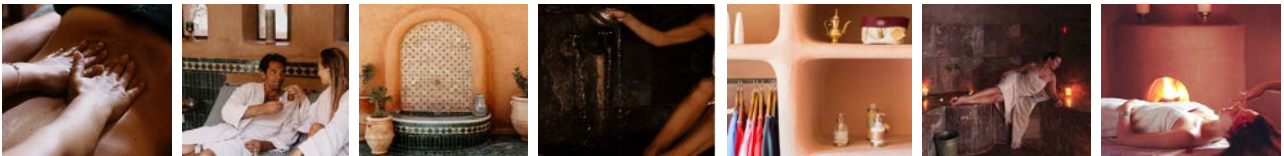
## o Soins au Spa

Offrez-vous un moment de détente dans notre spa, Les techniques de massages et les soins du corps prodigués autour du hammam constituent un élément essentiel de la culture marocaine et donc du Jardin des Douars ! Laissez vous aller entre les mains de nos thérapeutes particulièrement expérimentées, choisissez entre un gommage à la pulpe d'argan sous la coupole du grand hammam, un massage en duo ou en solo, un soin esthétique... Vous trouverez la carte des soins dans votre chambre. Le Spa est ouvert tous les jours de 10h à 20h (dernier soin à partir de 19h). Les réservations se font directement au Spa. Découvrez également au Spa un espace boutique avec une jolie sélection ainsi que quelques produits esthétiques.

Tarifs :

- Variables selon les soins choisis

Règlement sur votre note à l'hôtel



## o Jeux de Société

Nous tenons à votre disposition plusieurs jeux de société ainsi que des trousseaux de coloriages et peinture pour les petits. N'hésitez pas à passer à la réception pour demander la liste et nous les emprunter.

## o Thé sous l'arganier du Potager avec Ahmed

Un temps d'échange et de transmission à la rencontre des plantes du potager, des saisons et du savoir-faire traditionnel. Une parenthèse gourmande vous attend: thé aux herbes fraîchement sélectionnées et pâtisseries fines servies dans l'esprit du partage marocain. Une expérience offerte uniquement en français. Expérience offerte uniquement en français pour 8 personnes maximum, tous les dimanche à 11h00 : Rendez-vous avec Ahmed à la réception.

## ACTIVITES EN DEHORS DE L'HOTEL

*Bienvenue à Essaouira ! Ses remparts que cognent les vagues de l'Atlantique, ses façades blanches aux volets bleus et ses souks animés font d'elle une ravissante médina dont on tombe très vite amoureux. Venir à Essaouira sans y voir les magnifiques dunes qui se jettent voluptueusement dans l'océan serait vraiment dommage ! La région d'Essaouira avec sa nature omniprésente est un superbe terrain de jeu, à vous de choisir le vôtre ! Toutes les activités listées ci-dessous sont réservables auprès de notre réception.*

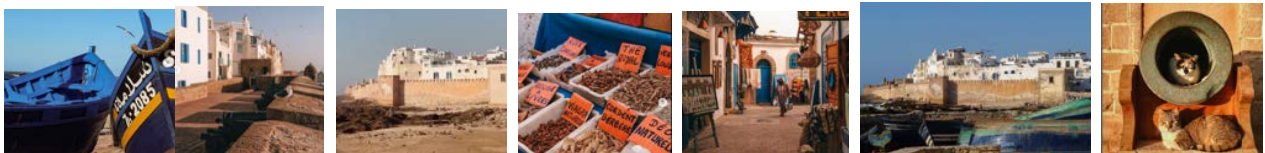
## o Visite Guidée de la Médina

Notre guide local vous fera visiter le cœur de Mogador, découvrir son histoire et partager ses secrets.

Tarifs :

- 150 MAD à 200 MAD par pers (selon le nombre)

Règlement en espèces auprès de notre partenaire



## o Cours de Cuisine Marocaine

A l'entrée de la médina, dans un ancien entrepôt, L'Atelier vous accueille par petits groupes (8 pers max) pour découvrir les secrets de la gastronomie marocaine. Dans une ambiance amicale et détendue, les ateliers d'une demi-journée vous apprendront à réaliser un repas traditionnel : tajines, couscous ou cornes de gazelle n'auront plus de secret pour vous !

Tarifs :

- Cours salé (10h30 à 14h30) : 600 MAD (repas inclus)
- Cours sucré (15h à 17h) : 300 MAD (goûter inclus)
- Déjeuner et tour du souk pour accompagnant 12h30-14h45 : 200 MAD

Règlement auprès de notre partenaire



## o Golf de Mogador

Le Golf de Mogador, surplombant l'océan, est situé à 10 minutes en voiture de l'hôtel dans le village de Diabat . Aucun doute que ce magnifique 18 trous signé Gary Player vous séduira ! Cours et perfectionnement également disponible auprès des coachs de la « Mogador Golf Academy ».

### Tarifs :

- Green fee 18 trous : 750 MAD
- Green fee 13 trous : 550 MAD / Green fee 9 trous : 475 MAD
- Green fee 7 jours illimité : 4.200 MAD
- Caddy : 200 MAD pour les 18 et 13 trous et 150 MAD pour 9 trous
- Voiturette : 400 MAD pour les 18 et 13 trous et 250 MAD pour un 9 trous
- Location sac : 400 MAD pour les 18 et 13 trous et 250 MAD pour un 9 trous
- Cours de golf : Tarif variable selon formule

Règlement sur votre note à l'hôtel  
Règlement auprès de notre partenaire  
Règlement sur votre note à l'hôtel  
Règlement auprès de notre partenaire  
Règlement auprès de notre partenaire  
Règlement auprès de notre partenaire  
Règlement auprès de notre partenaire



## o Balade en Quad

Sur une durée de 2h, 3h, ou même à la journée (hors haute saison), vous partez d'Essaouira pour rejoindre le Cap Sim, en passant par la plage, les dunes, et les sentiers rocailleux. Les balades sont limitées à 10 quads maximum, en solo ou en bi-place accompagné d'un guide. L'assurance, l'équipement de protection, un encas, une bouteille d'eau et la remise d'un DVD de photos par personne sont inclus dans le prix. On vous recommande les balades du coucher de soleil, les lumières sont incroyables !

### Tarifs :

	2h // Dunes du Cap Sim	3h // Dunes + forêt	Journée // village De Sidi Kaouki	1h // Sunset Tour	2h // Sunset Tour
Quad Monoplace 125cc.	495 MAD	605 MAD	1.045 MAD	440 MAD	550 MAD
Quad Monoplace 300cc.	660 MAD	770 MAD	1.265 MAD	605 MAD	715 MAD
Quad Biplace 350cc.	770 MAD	1.265 MAD	1.540MAD	715 MAD	825 MAD

Règlement sur votre note à l'hôtel

**Important :** notre prestataire applique une politique d'annulation stricte. Toute annulation d'une balade en quad effectuée moins de 48 heures avant le départ sera intégralement facturée.



aa

## o Balade à Cheval ou à Dromadaire

Un autre moyen de découvrir la nature environnante. Au départ de Diabat, (15 minutes en voiture du Jardin des Douars), pour une balade de 1h à 3h. Les chevaux de notre partenaire sont des Arabo-barbes, ils sont vifs et parfaitement adaptés au terrain, ils satisferont particulièrement les cavaliers expérimentés. Vous préférez une monture locale ? Alors le dromadaire est fait pour vous et il est adapté pour toute la famille !

### Tarifs :

	1 heure	2 heures	3 heures
Balade Cheval	250 MAD	400 MAD	500 MAD
Balade Cheval SUNSET	300 MAD	500 MAD	600 MAD
Balade Dromadaire	200 MAD	300 MAD	450 MAD
Balade Dromadaire SUNSET	250 MAD	450 MAD	X

Règlement en espèces auprès de notre partenaire



## o Balade en Mobylette rétro 100% électrique

Notre partenaire Lou's Rides (@lousrides) propose des balades au cœur de la culture marocaine alliant points de vue époustouffants, visites fascinantes et rencontres chaleureuses, sans efforts, sur de petites motos au look rétro et 100% électriques, faciles à manier et accessibles à tous sans permis, de 8 à 88 ans.

- **Découverte Express :** Découvrez l'histoire d'Essaouira de manière unique et ludique.  
Durée 1h15 – 420 MAD/pers si 1 pers/bike – 315 MAD/pers si 2 pers/bike - Départ de l'ancienne médina.
- **Twilight by the Sea :** Pacourez la côte Sud d'Essaouira et apprenez plein d'anecdotes sur l'Essaouira  
Durée 2h – 590 MAD/pers si 1 pers/bike – 470 MAD/pers si 2 pers/bike - Départ de l'ancienne médina.

- **Le Grand Tour d'Essaouira** : Vivez un savoureux mélange de ville et de campagne, découvrez les secrets de l'huile d'Argan et profitez d'une pause thé dans un endroit charmant.  
*Durée 3h – 980 MAD/pers si 1 pers/bike – 710 MAD/pers si 2 pers/bike – Départ de l'ancienne médina.*
- **L'odyssée du Soleil Couchant** : Découvrez le pays berbère : des montagnes du Sud jusqu'à l'immense plage de Sidi Kaouki au soleil couchant. Inclut : Navettes A/R, boissons, goûter, cadeau pour les dames, apéritif, vidéos Gopro. *Durée 5h30 – 1750 MAD/pers si 1 pers/bike – 1350 MAD/pers si 2 pers/bike – Départ l'après-midi du Jardin des Douars.*
- **Le périple des 3 vallées** : Grimpez au travers des plus beaux villages de la région, à la découverte des habitants et de leurs troupeaux. Inclut : Navettes A/R, boissons, lunch, cadeau pour les dames, vidéos Gopro. *Durée 5h30 – 1580 MAD/pers si 1 pers/bike – 1250 MAD/pers si 2 pers/bike – Départ le matin du Jardin des Douars.*
- **Les secrets de l'Oasis** : Parcourez la plus grande oasis de la région, à l'ombre des palmiers dattiers et des oliviers centenaires. Inclut : Navettes A/R, petit-déj, boissons, lunch idylique, cadeau pour les dames, vidéos Gopro. *Durée 6h30 – 1950 MAD/pers si 1pers/bike – 1470 MAD/pers si 2 pers/bike – Départ le matin du Jardin des Douars.*

Règlements auprès de notre partenaire



## o Kitesurf / Windsurf / Surf / WingFoil

### À ESSAOUIRA :

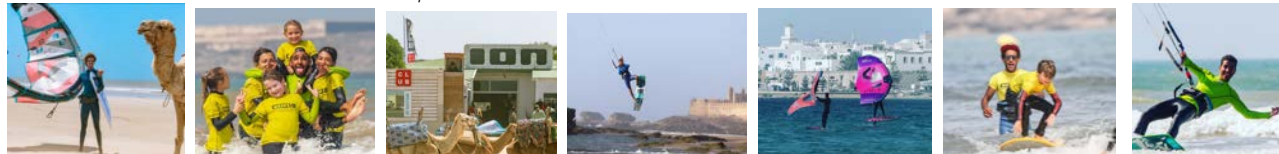
Vous souhaitez naviguer dans la baie d'Essaouira ? De renommée internationale, la baie d'Essaouira vous offre un terrain de jeu exceptionnel protégé par ses îles. Grâce au vent des Alizés qui baigne notre cité, vous pourrez pratiquer le kitesurf, windsurf, Foil et surf (quand le vent se calme en hiver !) Nous vous proposons un partenaire de qualité : *le ION Club* (Océan Vagabond) vous accueille toute l'année, pour cours ou location de surf/kitesurf/windsurf/wing foil, débutants ou confirmés.

#### Tarifs :

- Variable selon les clubs et les formules choisies
- Pour des questions d'assurance et conditions météo, les réservations se font directement entre le client et le club.

Règlement en espèces auprès de notre partenaire

**Good deal** : Ion Club offre une remise de 10% pour tous les clients du Jardin des Douars !



### À SIDI KAOUKI :

Le spot de Sidi Kaouki est incontestablement l'un des plus beaux de la région, sa large plage de beach break offre un spot de surf réputé : venez surfer les vagues de Kaouki en hiver ou domptez les vents puissants au printemps et en été en wind surf et kitesurf ! Le club nautique de Boujma Guilloul, notre athlète local (plusieurs fois champion du monde de Windsurf) vous attend chez **BOUJ X SPORTS** à Sidi Kaouki ! Il dispose de matériel de qualité, tant pour la location que pour les cours tous niveaux (surf/kitesurf/windsurf/wingfoil).

#### Tarifs :

- Variable selon les clubs et les formules choisies
- Pour des questions d'assurance et conditions météo, les réservations se font directement entre le client et le club.

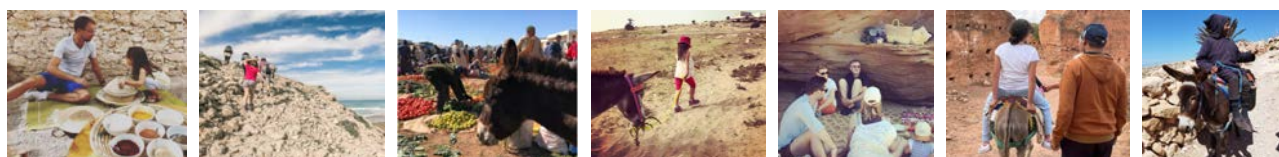
Règlement en espèces auprès de notre partenaire

**Good deal** : Bouj X Sports offre une remise de 10% pour tous les clients du Jardin des Douars !



## o Randonnées Pédestres Ecotourisme

Notre partenaire Berberlands-Écotourisme, propose une offre variée de randonnées pedestres avec un accueil chez l'habitant pour une pause thé ou un déjeuner. Une équipe passionnée qui vous fera découvrir la nature d'Essaouira et son monde rural, pleins de charme et de douceur. Il est conseillé de réserver en avance.



### Les balades ½ journée (2 personnes minimum) :

**ARGANIER** : Parcours idéal pour les personnes souhaitant faire une balade tranquille. Découverte d'une forêt d'arganiers et visite d'une coopérative d'huile d'argan ainsi que les ruines d'une ancienne sucrerie du 16ème siècle. Thé chez l'habitant. Sur demande, les enfants pourront monter sur un petit âne sur une partie du parcours.

*Tarif : 700 MAD/2 pers + 300 MAD par pers sup.*

**LES CASCADES DE SIDI M'BARK** : Marche sur une plage déserte et sauvage en traversant un milieu dunaire pour arriver aux cascades de Sidi M'Bark. Ici la nature offre un spectacle magnifique ! En fin de matinée, une famille vous accueillera pour déguster le thé dans la plus pure tradition de l'hospitalité marocaine.

Tarif : 700 MAD/2 pers + 300 MAD par pers sup.

**L'OASIS** : La source de l'Oasis alimente toute la région, en cheminant vers la source en direction du marabout de Sidi Bourahmoune vous traverserez des champs et profiterez d'une superbe vue d'ensemble de l'oasis. La balade se termine en buvant un thé chez une famille qui se dédit à la vannerie traditionnelle.

Tarif : 700 MAD/2 pers + 300 MAD par pers sup.

**LE SOUK du MERCREDI** : Marché typique du village berbère d'Ida Ougourd. Vous y découvrirez comment la vie s'organise en campagne, mention spéciale pour le parking des ânes ! Pour terminer la matinée vous prendrez un thé en observant l'effervescence du marché. La balade se terminera par la visite d'une coopérative d'huile d'argan.

Tarif : 700 MAD/2 pers + 300 MAD par pers sup.

**LE SOUK du DIMANCHE – DÉGUSTATION** : Le plus grand marché rural de la région d'Essaouira a lieu chaque dimanche à Had Draa, (30 km d'Essaouira). Le marché donne un aperçu authentique de la vie quotidienne de la campagne marocaine. Nous goûterons une variété de produits alimentaires locaux.

Tarif : 900 MAD/2 pers + 400 MAD par pers sup.

### Les balades 1 journée :

- **GRAND PAYSAGE** : Randonnée assez sportive qui permet de faire de belles rencontres et d'admirer de merveilleux paysages. Balade au cœur d'une forêt d'arganiers pour rejoindre l'océan, en passant par les cascades de Sidi M'Bark, vous traverserez des jardins en terrasse. Le midi, pause chez l'habitant pour déguster un tajine.  
Tarif : 1100 MAD/ 2 pers + 400 Mad par pers sup.
- **COURS DE CUISINE & SOUK DE CAMPAGNE** : Nous commencerons par la visite d'un marché (souk) de campagne débordant de légumes fraîchement récoltés. Les cours de cuisine se déroulent au cœur d'une ferme. Des femmes berbères nous apprendront à cuisiner sur le feu des plats typiques. Possible les jours de souk : jeudi et mercredi.  
Tarif : 1700 MAD/ 2 pers + 600 Mad par pers sup.
- **DROMAPIED**: Le départ de la balade se fait à dos de dromadaire en partant de la plage sauvage au nord d'Essaouira, échanges avec l'éleveur de dromadaires sur cet animal typique du Maroc. Piquenique dans la forêt d'acacias, et retour à pied à Essaouira par des pistes faciles, observation de la faune et la flore.  
Tarif : 1300 MAD/ 2 pers + 500 Mad par pers sup.

\* Gratuit pour les enfants de - de 3 ans mais il faut les signaler pour avoir une place dans le transport.

\* Les annulations moins de 24h avant la balade seront facturées.

\* Prix supplémentaire pour un âne portant les enfants : possible pour balades Arganier et Cascades : 150 MAD/ Ane

Les règlements doivent se faire en espèces uniquement auprès de notre prestataire

Règlement en espèces auprès de notre partenaire



### o Bar à Paniers au Carré Nomade

Une super activité créative à faire avec Pascale, dans le cadre très agréable du Carré Nomade (route de Marrakech). Vous choisissez votre panier, la couleur, le mot doux, les lanières pour repartir avec une création aussi unique qu'originale ! L'atelier dure 2 heures, réservation obligatoire. Possibilité d'atelier au Jardin des Douars à partir de 2 personnes (350 MAD/adulte et 250 MAD/enfant entre 8 et 12 ans).

#### Tarifs :

- 290 MAD/adulte (hors transport)
- 180 MAD/ enfant (à partir de 8 ans)

Règlement en espèces auprès de notre partenaire



### o Atelier Poterie By Lo

Découvrez l'art de la poterie avec Laurence, façonnage, emailage, raku, peinture sur céramique, tournage... Plusieurs possibilités de stage sont possibles dans un atelier très agréable niché au cœur du carré nomade. Atelier de 2 heures, à partir de 6 ans, réservation obligatoire.

#### Tarifs :

- à partir de 250 MAD / adulte (hors transport)
- à partir de 200 MAD/enfant (à partir de 6 ans)

Règlement en espèces auprès de notre partenaire



## DECOUVERTE DE NOTRE REGION PAR VOS PROPRES MOYENS

*"Osez explorer notre belle region par vous même, les locaux seront ravis de vous accueillir ! Une voiture de location pour quelques jours vous donnera beaucoup de liberté pour découvrir les environs !*

### o *Souk d'Ida Ougourd*

Le mercredi matin, les habitants de la campagne environnante se retrouvent au souk d'Ida Ougourd pour vendre et acheter la production hebdomadaire. Ambiance et immersion en terre berbère garantie !

### o *Balade aux cascades de Sidi M'Bark et Pique-nique du JDD*

On vous explique comment aller aux cascades de Sidi M'bark et on vous prépare même le pique-nique du JDD ! Prévoir 45 minutes de route et 30 minutes de marche. Au programme : marche/dunes/baignade et vie rurale.

#### **Tarifs :**

- Pique-nique Adultes : 145 MAD /pers (hors boisson)
- Pique-nique enfants – de 12 ans : 105 MAD

Règlement sur votre note à l'hôtel

***Nous espérons que cette liste non exhaustive vous aidera à profiter au maximum de votre séjour. N'hésitez pas à contacter notre équipe pour toute question ou pour effectuer des réservations.***

***Nous vous souhaitons un agréable séjour à Essaouira !***