

8ème édition  
**2025**



LE DÉFI DU COEUR

# Trek Elles Marchent

du 23 février au  
2 mars 2025



**TREK D'ORIENTATION SOLIDAIRE**  
**100% sportives engagées**





## UNE MARCHÉ SPORTIVE ET SOLIDAIRE DANS LE SUD MAROCAIN conçue et organisée par Corinne PÉRON

### Une Aventurière des temps modernes

Si le sport fait partie de ses gènes, le partage et la solidarité sont aussi fortement ancrés dans la personnalité de cette quinquagénaire. Formatrice indépendante à la ville, sportive accomplie, Corinne aime particulièrement les défis, les challenges

et la découverte. Elle a de l'énergie à revendre et va jusqu'au bout de ses idées.

Elle crée en 2008 l'association **Le Défi du Cœur** dans le but de promouvoir et de mener des projets solidaires au travers d'événements sportifs 100% féminin.

Tout d'abord en tant que participante sur de nombreux rallyes automobiles, c'est avec le **Trek Elles Marchent™** que Corinne décide d'étendre son action afin de rendre accessible le désert à des femmes qui n'auraient peut-être jamais osé s'y aventurer. Avec un format écologique, durable et solidaire, le **Trek Elles Marchent™** s'inscrit dans un esprit de partage et d'amitié en communion avec la nature, le désert. Une compétition où l'entraide est le maître-mot. Chacune doit

trouver son propre plaisir au sein d'un bonheur collectif. Le **Trek Elles Marchent™** est une respiration différente, une parenthèse hors du temps, et comme Corinne aime le définir : « **Une aventure solidaire à la croisée des chemins** ».



**Corinne PÉRON**

Présidente de l'association « Le Défi du Cœur »,  
Organisatrice de plusieurs treks au Maroc et en France.



# L'association



LE DÉFI DU COEUR



Association loi 1901 créée en 2008 ayant pour but de trouver des fonds afin de mener des projets solidaires via l'organisation et la participation à des évènements sportifs.



**Chaque année les trekkeuses s'engagent pour une cause.** Le dernier jour du trek est consacré à cette cause. Les missions sont décidées en fonction des priorités et des besoins locaux en concertation avec des responsables marocains.

Chaque évènement doit être accompagné d'une action solidaire.

**Actions menées lors des précédents treks :**



- ✓ Plantation de palmiers dans les villages de Jdaïd, Tafraout et Ouzina
- ✓ Construction de murs en pisé
- ✓ Création de fresques dans les classes
- ✓ Construction de fours à pain
- ✓ Clôture autour de la palmeraie d'Ouzina
- ✓ Clôture de la déchèterie de Tafraout

**#SOLIDARITÉ**



# Concept

Le « Trek Elles Marchent » est un trek d'orientation 100 % féminin

**Il a lieu dans le Sahara marocain.** Ce trek est à la portée de toutes les femmes. Il n'est pas nécessaire de s'appeler Lara Croft pour s'aventurer sur les chemins du trek. Il suffit juste de jouir d'une bonne condition physique. Mais le physique est presque accessoire, l'essentiel se joue... dans la tête !

Ténacité, Volonté, voilà les vraies armes pour affronter les difficultés du trek. Arrosez le tout de chaleur humaine, de partage et de solidarité,

SOLIDARITÉ • COHESION • ENTRAIDE  
DÉPASSEMENT • PARTAGE • BIENVEILLANCE

**Bienvenue dans notre trek solidaire !**





LE DÉFI DU COEUR

Un véritable défi sportif  
ponctué chaque jour  
par une chasse au trésor !



Une course en 4 étapes d'environ 26 km chacune. 3 bornes dispersées dans le désert sont à découvrir sur chaque étape, ainsi que le bivouac du soir, en s'aidant simplement d'une carte et d'une boussole.

**GPS INTERDIT.**

**Une chasse au trésor au sein d'un véritable défi sportif.**



Au passage de chaque borne, chaque équipe doit répondre à une question culturelle, un QCM ou relever un défi particulier. Chaque bonne réponse permettra à l'équipe de marquer des points. Les équipes ayant navigué le plus près du cap idéal et qui auront fait le minimum de kilomètre marqueront également des points supplémentaires.



**DES ÉQUIPES DE  
4 femmes  
SE MESURENT SUR  
5 parcours différents**

**L'équipe gagnante sera celle qui aura obtenu le maximum de points.**

# Programme



- **Dimanche 23 février 2025**  
Rendez-vous à 8h00 sur le parking de l'aéroport d'Errachidia
  - ✓ Transfert vers le bivouac
  - ✓ Vérifications administratives
  - ✓ Briefing sportif
- **Du lundi 24 février au jeudi 27 février**
  - ✓ Etapes 1 à 4
- **Vendredi 28 février**
  - ✓ Journée de solidarité
- **Samedi 1<sup>er</sup> février**
  - ✓ Transfert vers Erfoud
  - ✓ Soirée de clôture / Remise des prix / nuit à l'hôtel Xaluca\*\*\*\*
- **Dimanche 2 ou lundi 3 mars (en fonction des vols)**
  - ✓ Transfert vers Errachidia ou aéroport de départ





# Stage de navigation

Le samedi 11 janvier 2025

Afin de partir sereines et avec tous les éléments dont les trekkeuses auront besoin, nous organisons un stage d'une journée (obligatoire pour les nouvelles participantes).



## Au programme :

Les futures trekkeuses apprendront

- ✓ A lire une carte et interpréter les reliefs et les légendes
- ✓ A utiliser un rapporteur topographique
- ✓ A placer précisément un point GPS sur la carte
- ✓ A calculer un cap
- ✓ A utiliser un compas de visée

**Toutes ces informations leur seront indispensables pour trouver les 3 bornes quotidiennes et le bivouac du soir**



# Organisation

Chaque équipe sera en possession d'un **Système de géolocalisation** SmallTrack permettant au PC course de connaître précisément leur position.

Des **véhicules média** (photographe, cameraman, Community Manager) circuleront sur l'étape pour relayer l'évènement sur les réseaux sociaux et publier des photos et vidéos sur le site et à destination des partenaires et des médias.

Des véhicules **d'assistance médicale** seront présents sur l'évènement.



# Les moyens mis en œuvre pour la sécurité des trekkeuses

En tant qu'organisateur responsable, nous nous inscrivons dans une démarche d'optimisation de la sécurité. Notre prestataire MARLINK nous fournit des balises SmallTrak dont seront dotées chaque équipe pendant la course. Une solution technique haut de gamme nous permettant une grande réactivité grâce à la géolocalisation individuelle et le traçage en *live* des concurrentes sur le terrain.

**Un suivi en temps réel sera mis en place sur notre site afin que tous les fans puissent suivre l'évolution des équipes.**

Le directeur de course suit les trekkeuses sur chaque étape, prépositionné sur des points culminants stratégiques afin de pouvoir observer le parcours des équipes. Il est en communication permanente avec le PC course et l'ensemble des acteurs terrain.

Grâce à sa balise SmallTrak, chaque équipe peut à tout moment émettre une alerte pour signaler tout problème éventuel. Identifiée par son numéro et sa position GPS, l'intervention de l'organisation est alors immédiate.

**Différents véhicules tout terrain naviguent également durant l'étape entre les différentes équipes.**





## La sécurité de nos trekkeuses est notre préoccupation première Elle ne supporte aucun compromis ...

Pour nous en assurer, nous suivons en permanence l'actualité spécialisée : recherches personnelles, veille permanente des sites gouvernementaux, abonnement au flux d'information Sécurité sans frontières. **Ces informations sont complétées et croisées par un échange continu avec nos équipes locales et l'inspection générale du ministère du tourisme marocain.**

Enfin, nous conduisons régulièrement des « missions sécurité », nous rendant sur place afin de repérer le terrain et de rencontrer les autorités locales, les spécialistes sécurité.

En fonction de l'ensemble de ces données, nous prenons la décision de maintenir, de restreindre ou de fermer l'événement en étant attentifs à ne jamais nous laisser influencer par des considérations économiques et en se rappelant que si l'insécurité peut être prouvée (il suffit d'un incident), la sécurité absolue ne peut être démontrée.

**Le Maroc ne pose pas de problème majeur de sécurité. Ce pays ne fait d'ailleurs pas l'objet d'avertissements spécifiques de la part des divers « conseils aux voyageurs » du ministère français des affaires étrangères.**



# Le bivouac

Les trekkeuses seront hébergées en bivouac : tentes nomades « confort ».

Elles disposeront également d'une tente restaurant et de douches.

Une tente médicale sera prête à les accueillir en cas de besoin.

Des masseuses seront à leur disposition pour leur proposer des séances de relaxation après leur arrivée d'étape (option payante).

Les bagages des trekkeuses suivront tout déplacement du bivouac sans que celles-ci aient à s'en occuper.

**Pas moins de 70 personnes** assureront l'intendance et la logistique, ainsi que le montage et démontage du bivouac.



# Soirée de remise des prix



## Hôtel Xaluca \*\*\*\*

Les partenaires, familles et amis des trekkeuses seront les bienvenus !

## L'hébergement

Située à Erfoud, ville connue comme “la Porte du Désert”, la Kasbah Hôtel Xaluca est considérée comme unique au Maroc pour ses caractéristiques particulières. Traditionnellement construit en pisé, cet hôtel est le lieu idéal pour se relaxer. Un entourage de rêve, entre dunes et palmeraies, pour jouir de sensations inoubliables.





# Tarifs

**Montant du « pack inscription » 1 400 €**

**+ 250 € de frais de dossier (non remboursable)**

## **Il comprend :**

- ✓ L'adhésion à l'association **Le Défi du Cœur**
- ✓ Les transferts aéroport / bivouac / aéroport (de et vers Errachidia uniquement)
- ✓ La gestion sportive
- ✓ La mise à disposition de cartes topographiques, feuilles de route
- ✓ Le stage de navigation (hors déjeuner et hébergement)
- ✓ Une assistance médicale pendant toute la durée de l'épreuve
- ✓ Un service de géolocalisation des équipes en temps réel pendant la durée de l'épreuve
- ✓ Le bivouac pendant 6 jours
- ✓ La pension complète pendant les 8 jours d'évènement
- ✓ Une assurance responsabilité civile manifestation sportive organisateur
- ✓ Une assurance assistance et rapatriement pendant les 8 jours d'évènement
- ✓ La soirée de remise des prix à l'hôtel Xaluca\*\*\*\* (Erfoud)
- ✓ Un kit de participation par équipe comprenant, dossard, bracelet, casquette, sac à dos, gobelet, etc...

**ATTENTION : les vols sont à la charge des participantes**  
Chacune d'entre elles devra choisir son moyen de transport jusqu'au Maroc.



Tout y est dans ton trek Corinne, de la simplicité, de l'authenticité, de la réflexion et des valeurs humaines. Cerise sur le gâteau, mêmes les personnes qui participent à ce trek sont des sacrés bouts de femme, toutes singulières, volontaires, déterminées... J'ai grandi en 7 jours...



## Paroles de trekkeuses



C'était une expérience vraiment formidable ! Le Maroc ne m'a jamais attiré, je ne me donnais pas l'opportunité de voir autre chose mais ce désert m'a bouleversée par ses dégradés de couleurs, par sa tranquillité, par sa hauteur, par son silence et sa chaleur !

Vous nous avez fait vivre une aventure à fleur de peau, forte en émotions, dure, belle et magnifique. En 2019 j'ai connu la force qui inonde par le dépassement de soi. Cette année avec la présence de ma Cécilia, ont véhiculé des émotions plus profondes, celles que l'on retrouve quand on franchit nos limites, celles des larmes versées lors d'émotions intenses.



Je comprends mieux pourquoi tu veux nous faire partager ce magnifique endroit, il se passe de très belles choses là-bas, c'est magique ...



Non je n'ai pas vécu un événement sportif mais bien plus : de la méditation, de l'émerveillement, du partage, de la solidarité, des rires et un bien être loin de tout confort matériel.

Alors je voudrais te dire merci à toi ainsi qu'à toute l'équipe merveilleuse qui t'entoure et qui a pris soin de nous chaque jour. Je voulais encore vous dire bravo pour cette organisation et cette logistique impeccable qui contribue à rendre ce moment inoubliable.

# Le Staff



**Corinne Péron**  
Organisatrice



**Mohamed Karraoui**  
Directeur logistique



**Thierry Balbous**  
Directeur de course

## Sur le terrain :

- ✓ 1 médecin
- ✓ 6 infirmières dont 1 psychologue
- ✓ 1 podologue
- ✓ 3 kinés
- ✓ 2 photographes, 3 cameramen
- ✓ 1 monteurs vidéo
- ✓ 3 ouvriers, 15 pointeurs

- ✓ 1 PC course
- ✓ 1 cellule médias (animatrice, webmaster, Community manager)

## Sur le bivouac :

- ✓ 70 personnes pour la logistique
- ✓ 12 masseuses
- ✓ 20 cuisiniers



# TEM 2024

## 7 NATIONALITÉS



France



Canada



Switzerland



Belgium



Spain



United Kingdom



Poland

### Objectifs de Développement Durable soutenus:



Plus de 2300 trekkeuses ont vécu l'aventure

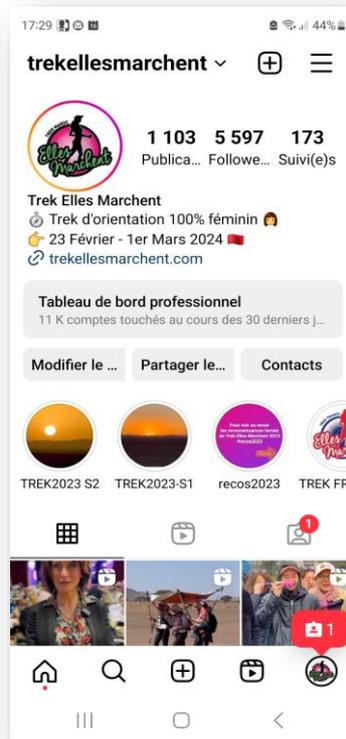


# Dispositif digital

## Un rayonnement interactif



Tik Tok



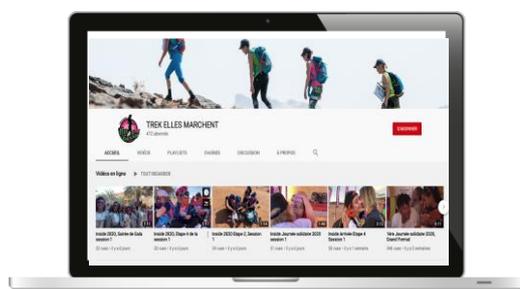
Instagram



LinkedIn



Site Trek Elles Marchent



YouTube



Facebook

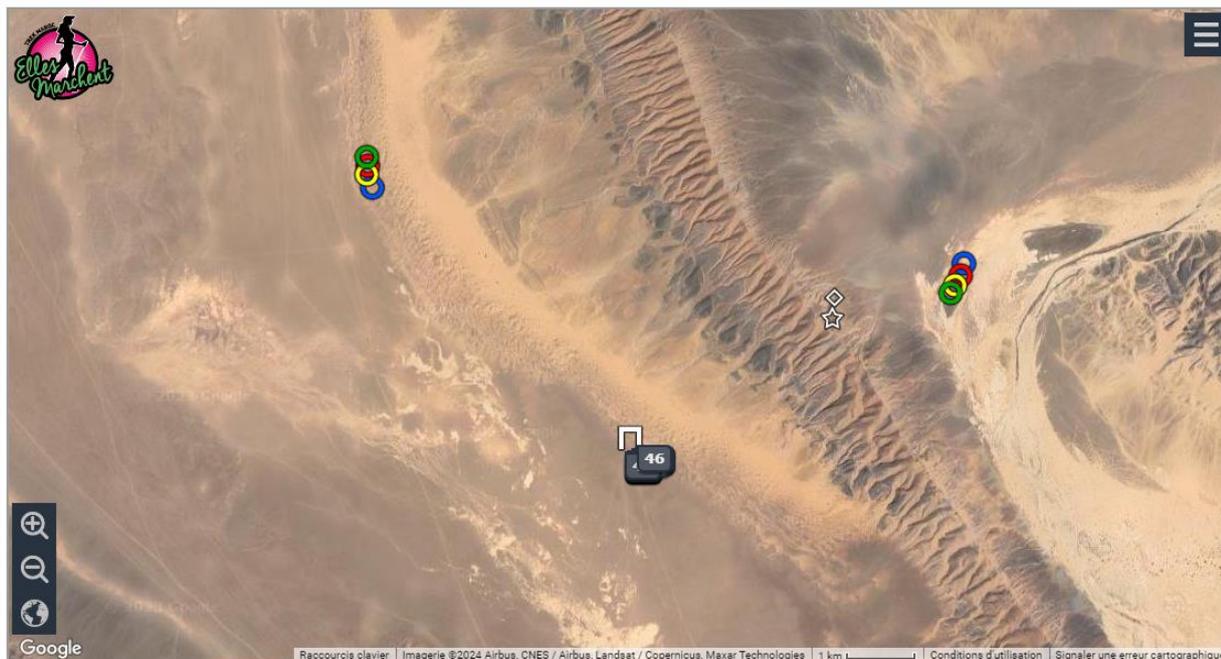


Une audience unique de plus de 15 000 fans sur les réseaux sociaux

# Suivi en temps réel



Vous aurez la possibilité de suivre en temps réel vos équipes favorites à partir de notre live accessible directement sur notre site.



## Nos partenaires



# Equipes entreprise



Fédérez et dynamisez vos équipes féminines avec le TREK ELLES MARCHENT ! un enjeu sociétal et économique

Transformez votre équipe en une force unie et dynamique grâce à cette aventure unique au Maroc. Notre trek offre bien plus qu'une expérience pittoresque : il renforce la cohésion, stimule la collaboration et favorise le leadership.

Engagez vos équipes féminines dans cette aventure mémorable pour renforcer les liens, développer la confiance mutuelle et créer des souvenirs durables.

Ensemble, atteignons de nouveaux sommets, tant professionnels que personnels.

Si vous souhaitez en savoir plus, n'hésitez pas à nous contacter !



L'expérience de PYRESCOM en image

# Contacts



**Corinne Péron**  
Fondatrice

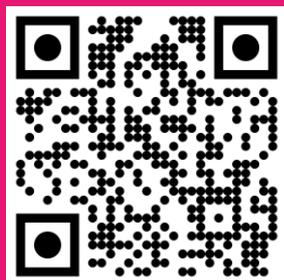
Tél. +33 (0)6 86 77 53 39  
[contact@trekellesmarchent.com](mailto:contact@trekellesmarchent.com)



**Laura Pugin-Saintilan**  
Relation équipes

Tel. +33 (0)6 80 24 48 48  
[rp@trekellesmarchent.com](mailto:rp@trekellesmarchent.com)

**Trek Elles Marchent**  
Association Défi du Cœur  
1 rue des Coquelicots  
66300 THUIR



**#TREKMAROC2025**

[trekellesmarchent.com](http://trekellesmarchent.com)

**#TEM2025**