



RABAT

CONSEIL REGIONAL DU TOURISME

RABAT • SALE • KENITRA

Rabat-Salé-Kénitra
Escapade balnéaire
— entre plages —
et horizons




MOROCCO

visitmorocco.com

Territoires d'océan vivez l'Atlantique autrement





Chaque vague raconte une histoire, chaque plage devient une invitation à la détente.

Avec ses 180 kilomètres de côtes longeant l'Atlantique, la Région déploie un littoral riche et contrasté. Imaginez-vous marcher sur des étendues sauvages, partager un moment en famille dans de petites criques abritées, vibrer sur des spots de surf de renommée ou profiter de l'animation des plages urbaines.

Ici, l'océan n'est pas seulement un décor : il se mêle à l'histoire, à la nature et à l'accueil chaleureux des habitants pour offrir une expérience balnéaire authentique, accessible et pleine de découvertes.

Offrez-vous cette escapade atlantique, entre détente, émotions et liberté

Plages urbaines & familiales

Des rivages accessibles entre détente et animation

Prenez la route côtière et rejoignez Skhirate, avec sa plage de sable fin longue d'environ 1,5 km, bien équipée et appréciée pour sa tranquillité.

Flânez sur la promenade, faites une pause en terrasse et laissez-vous porter par la douceur de l'air marin.



À Rabat, offrez-vous une pause balnéaire au cœur même de la ville. La plage située à l'embouchure du Bouregreg bénéficie d'un vaste projet d'aménagement :

Corniche réhabilitée, douches, sanitaires et cafés en front de mer, tout est pensé pour rendre la baignade agréable et sécurisée. Imaginez : à deux pas de la médina et de la Tour Hassan, vos pieds foulent déjà le sable tandis que l'Atlantique s'étend à perte de vue.



À une quinzaine de kilomètres de Rabat, la plage des Nations vous tend ses bras.

Réputée pour sa propreté et ses équipements accessibles, elle est considérée comme l'une des plus belles de la région.

Offrez-vous une baignade rafraîchissante, une marche vivifiante le long de son sable doré ou une pause contemplative face à l'Atlantique.



Traversez ensuite le fleuve Bouregreg en direction de Salé, dont la plage populaire attire familles, promeneurs et sportifs.

Le soir, installez-vous face à l'horizon pour admirer le magnifique coucher du soleil.



Plus au nord, à moins de 10 km de Kénitra, découvrez Mehdia.

Station balnéaire paisible, elle séduit par ses vagues généreuses, idéales pour le surf, mais aussi par son atmosphère familiale. Installez votre serviette, laissez les enfants jouer et observez les surfeurs qui animent ce rivage emblématique.

*Que vous soyez en famille,
entre amis ou en couple, ces
plages urbaines et familiales
vous invitent à vivre des instants
simples et mémorables, entre
détente, jeux et panoramas
inoubliables.*





Coup de coeur

*En fin de journée,
installez-vous sur la plage de Salé
et laissez-vous envoûter par l'un des
plus beaux couchers de soleil de la Région.*

*La Casbah des Oudaias se pare
alors de reflets dorés, l'atmosphère
devient paisible, et chaque instant
se transforme en souvenir
à chérir.*



— Top 5 — des plages selon votre profil



En famille :

Harhoura, Val d'Or

Offrez-vous une journée paisible sur ces plages peu profondes et sécurisées, idéales pour les enfants.

Laissez-les courir, jouer et explorer pendant que vous savourez un vrai moment de détente en bord de mer.

Pour se ressourcer :

Moulay Bouselham, Sables d'Or

Marchez au bord de la lagune de la Merja Zerga ou installez-vous sur le sable des Sables d'Or.

Laissez le silence et la beauté des lieux vous envelopper, un vrai rendez-vous avec vous-même.

Pour un coucher de soleil :

Plage de Salé, Témara

Venez flâner au crépuscule, quand le ciel s'embrase et que la lumière dorée se reflète sur les vagues.

Sortez votre appareil photo, capturez l'instant et savourez un moment inoubliable.



Pour le surf :

Mehdia, Skhirate et Rabat

Enfilez votre combinaison et lancez-vous !

À Mehdia, laissez-vous porter par des vagues généreuses encadrées par des écoles de surf réputées, et à Skhirate, mêlez glisse et convivialité dans une ambiance locale chaleureuse.

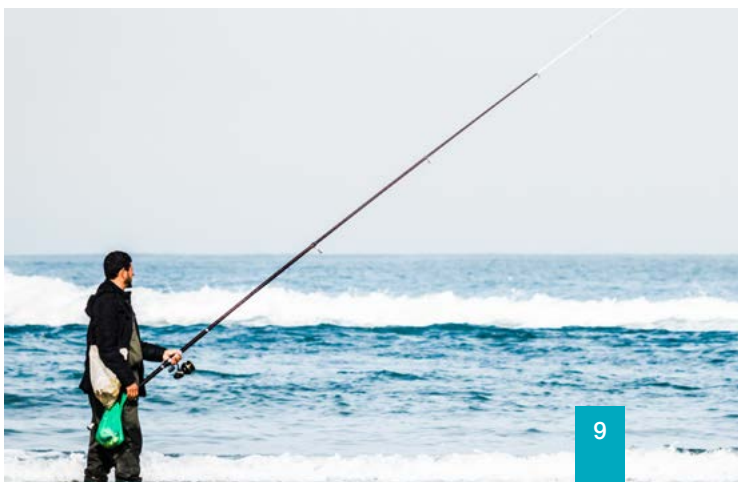


Pour la pêche :

de Skhirate à Mehdia

Munissez-vous de votre canne et rejoignez les récifs prisés des locaux, de Skhirate jusqu'aux jetées de Mehdia.

Vivez l'expérience authentique d'une pêche à la ligne au lever du jour ou au coucher du soleil.





Plages sauvages & nature

Loin de l'agitation, partez explorer un littoral préservé

Si vous rêvez d'un littoral authentique, mettez le cap sur Mehdià.

Son long ruban de sable bordé de dunes et de pins vous invite à marcher, surfer ou simplement respirer face à l'horizon.

Entre vagues, nature et ambiance locale, laissez-vous séduire par ce lieu qui conjugue sport et dépaysement.

Un peu plus au nord, découvrez Moulay Bousselham, un village typique posé entre mer et lagune.

Sa plage paisible et ses eaux calmes sont idéales pour les enfants.



*Ici, l'océan et la lagune se rejoignent
pour offrir un spectacle apaisant,
idéal pour se ressourcer,
rêver ou capturer des instants
précieux.*

Mais le vrai trésor se cache derrière la lagune de Merja Zerga.

Embarquez à bord d'une barque et glissez sur ses eaux au milieu des oiseaux migrateurs. Flamants roses, aigrettes, cormorans... chaque saison vous réserve un nouveau spectacle naturel.

Coup de coeur

*A Mehdia, venez dès les premières
lueurs. Installez-vous entre deux
dunes, respirez profondément et
laissez l'océan vous murmurer
le début d'une nouvelle
journée.*

Activités nautiques & loisirs balnéaires

La mer en mouvement, pour tous les âges

Plongez, pagayez, surfez... laissez-vous porter par l'énergie de l'Atlantique.

À Mehdia, véritable temple du surf, inscrivez-vous à un cours ou laissez vos enfants s'initier en toute sécurité. Les vagues régulières font le bonheur des débutants comme des passionnés.

De Skhirate à Salé en passant par Rabat, osez une sortie en paddle ou en kayak au lever du soleil. Glissez sur l'eau calme, observez le littoral s'éveiller et vivez un instant hors du temps.



Pour plus d'adrénaline, embarquez avec un moniteur pour une séance de voile ou laissez-vous tenter par un tour en jet-ski ou par une excursion en bateau.

Certains clubs organisent même des sorties au coucher du soleil ou des escapades de pêche côtière à ne pas manquer pour varier les plaisirs.

Pour une expérience plus douce, offrez-vous une balade à cheval sur le sable de Harhoura ou d'Oued Ikkem.

Les sabots dans l'écume, les yeux vers l'horizon, c'est une rencontre intime et inoubliable avec l'océan.

Coup de coeur

*Au petit matin, laissez votre
paddle glisser sur la mer calme de
Skhirate.*

*Le silence, la lumière douce,
l'horizon infini...*

*Une liberté absolue à vivre
intensément.*



— Saveurs — de l'océan

Dorades grillées, calamars croustillants, soles fraîches ou plateaux de fruits de mer... le littoral se savoure autant qu'il se contemple.

Chaque escale est une invitation à goûter les trésors de l'Atlantique, du plus simple au plus raffiné.



À Mehdià ou à Moulay Bousselham, installez-vous dans une petite gargote en bord de mer.

Commandez et dégustez le poisson du jour, accompagné d'une salade de tomates, un pain chaud et un thé à la menthe. Le décor est simple, certes, mais l'expérience reste authentique : un instant au goût du Maroc.



À Skhirate ou à Harhoura, changez d'ambiance et offrez-vous une expérience plus élégante.

Les restaurants mettent en avant la fraîcheur des produits locaux : poissons grillés au feu de bois, tajines de poisson aux saveurs subtiles, ou encore plateaux de fruits de mer partagés en toute convivialité.



Chaque adresse offre une atmosphère différente, mais toutes célèbrent la même richesse : celle de l'Atlantique, généreux et authentique.

Ne repartez pas sans faire une halte au marché aux poissons de Salé.

Flânez entre les étals colorés, choisissez votre poisson frais et confiez-le aux stands voisins pour le voir griller sous vos yeux. Installez-vous ensuite parmi les habitants et laissez-vous emporter par l'ambiance conviviale d'un repas partagé.

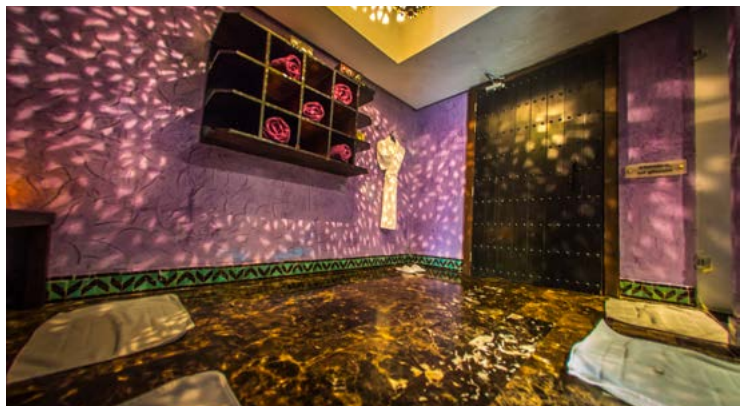
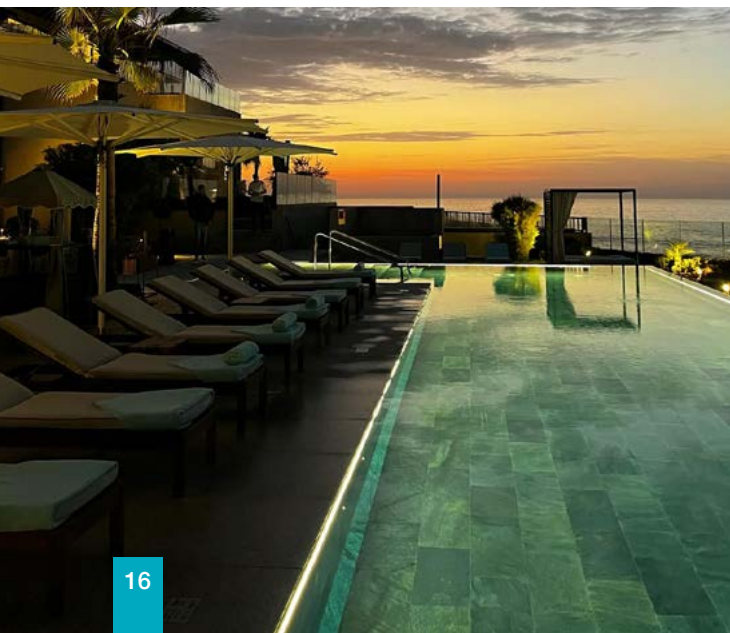
— Séjours — en bord de mer

Offrez-vous un réveil face à l'Atlantique

De Moulay Bouselham à Skhirate, le littoral déploie une offre hôtelière aussi variée qu'accessible.

Hôtels 5 étoiles, maisons d'hôtes conviviales, résidences de vacances ou campings familiaux : chacun peut choisir son style de séjour, selon ses envies et son budget.

Mehdia séduit les familles avec ses résidences et petits hôtels chaleureux. Ambiance conviviale, proximité immédiate avec la plage et tarifs accessibles en font une destination idéale pour un séjour simple et joyeux.



Les hôtels de luxe vous accueillent pour une expérience premium.

Profitez de chambres spacieuses, de spas élégants, de piscines scintillantes et surtout d'une vue panoramique sur l'Atlantique. Le cadre parfait pour une pause bien-être ou une escapade romantique.

Pour un hébergement plus authentique, Harhoura et Témara vous ouvrent les portes de leurs maisons d'hôtes.

Accueil personnalisé, cuisine familiale et atmosphère détendue : une belle occasion de goûter à l'art de vivre local.

Et pour les plus aventuriers, les campings en bord de mer offrent une expérience unique.

Nuits étoilées, barbecue en plein air et réveils au chant des mouettes : une autre manière de vivre la mer, plus libre et proche de la nature.



Coup de coeur

*Une nuit dans une maison
en bois à Mehdiya, à deux
pas de la mer, bercé par
le bruit des vagues*



— Littoral — durable

À vous de préserver l'océan

Profiter de la mer, c'est aussi savoir la protéger.

Tout au long du littoral, des actions concrètes sont mises en place : nettoyage régulier des plages, signalétique écologique, accès facilités pour tous, zones de baignade sécurisées.

À Mehdia, comme à Harhoura et Skhirate, le label « Pavillon Bleu » flotte fièrement. Il distingue des plages exemplaires en matière de propreté, d'éducation environnementale et de gestion durable.

Une reconnaissance internationale qui reflète l'engagement de la région pour un tourisme responsable.





Et si vous deveniez, vous aussi, acteur de cette préservation ?

Avoir le geste citoyen, C'est ramasser ses déchets, respecter les zones balisées, et limiter l'usage des plastiques.

C'est également, observer la flore et respecter l'environnement de la faune.

Chaque geste compte!

En adoptant ces réflexes simples, vous contribuez à préserver la beauté de l'océan tout en rendant votre expérience encore plus précieuse.

Bon à savoir :

L'été, participez aux animations éco-citoyennes : ateliers ludiques pour enfants, ramassages collectifs et stands d'information pour mieux connaître et protéger l'océan.

— Infos utiles —

Tout ce qu'il faut savoir pour préparer votre séjour

Période idéale :

La période idéale s'étend d'avril à octobre, avec un ensoleillement maximal entre juin et septembre.

Pour une baignade agréable, privilégiez juillet et août, quand l'eau est la plus chaude.

Plages sécurisées :

En haute saison, les principales plages de Rabat, Harhoura, Mehdiya, Skhirate, des Nations et Salé sont surveillées.

Suivez toujours les consignes et respectez les drapeaux de baignade.



Accès facile :

De Rabat, comptez 20 minutes pour rejoindre Skhirate, 45 minutes pour Mehdia et environ 1h15 pour Moulay Bouselham. Des liaisons en train ou en bus existent également vers les principaux centres balnéaires.



Clubs nautiques & centres d'activités :

À Mehdia, Skhirate ou Rabat, les clubs nautiques et centres spécialisés vous proposent des cours encadrés de surf, voile, paddle ou kayak . De quoi s'initier en toute sécurité ou perfectionner sa pratique.



Restaurants en bord de plage :

De Skhirate à Moulay Bouselham en passant par Mehdia, Harhoura et Salé, dégustez poissons frais et cuisine locale. Guinguettes conviviales ou restaurants raffinés : laissez-vous guider par vos envies.





Contact

Conseil Régional du
Tourisme Rabat-Salé-Kénitra

22, avenue d'Alger siège
de la Délégation Régionale du
Tourisme, Hassan-Rabat.
Tél : + 212 37 72 59 44
info@visitrabat.com
www.visitrabat.com