

LA GRANDE DECOUVERTE D'OMAN

Pour découvrir Oman autrement : oasis de montagne, desert de sel, dunes geantes du Rub Al Khali, chaos rocheux du Huqf, Desert blanc de Khaluf, Wadis... Un circuit facile, mais une vraie aventure dans des lieux varies...

JOUR 1 (- Lunch - Dinner)

 **Transfert Mattrah - Al Awabi (2 heures - 200 Km)**

 **Transfert Al Awabi - Al Alya (Wadi Bani Kharus) (1 heure - 30 Km)**

✓ **Randonnée entre Al Alya et la palmeraie d'Ad Dar (4 heures)**

Nous partons d'Ad Dar, tout au fond du Wadi Bani Kharus. Nous marchons dans le wadi et sur les terrasses luxuriantes de la palmeraie. Le chemin continue ensuite le long de la vallee, passe un petit col et redescend sur Ad Dar. Ad Dar est une palmeraie uniquement accessible a pied : les habitants d'Al Alya y viennent tous les jours pour s'occuper des cultures et surtout du systeme d'irrigation. C'est un endroit de toute beauté et la palmeraie y est particulièrement luxuriante. Nous revenons par le même chemin.

- Niveau 2*

- Temps de marche : 2 a 4 heures

- Denivelee : +300m/-300m

 **Transfert Al Alya (Wadi Bani Kharus) - Bimah (2 heures 15 - 65 Km)**

Refuge de Bimah

Un bel endroit sypathique situe au coeur du Wadi Bani Awf, a 2 pas du Snake Canyon et 5 minutes de voiture (ou 5 heures de rando) de Balad Sit. C'est un refuge rustique mais charmant qui compte 4 dortoirs (de 4 a 10 personnes), 2 chambres privatives, et 3 salle de bain avec douche et eau chaude. Dans un cadre environnement naturel, et paisible, vous trouverez dans le jardin de nombreux endroits qui invitent a la detente apres une journee de randonnee...

Dortoir

Dortoirs de 4 a 10 personnes avec lits superposes et climatisation. petit-dejeuner et diner pris a l'hotel

JOUR 2 (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Transfert Bimah - Balad Sit (0 heure 15 - 5 Km)**

✓ **Promenade a la découverte de Balad Sit (2 heures)**

D'abord, nous passons par une petite gorge. Le cheminement est très agréable et fait forte impression. Au débouche de la gorge, nous découvrons le village de Balad Sit (le village cache). Le vieux village perche sur un rocher domine la palmeraie et les diverses cultures en terrasse. Nous nous promenons entre les terrasses et rattrapons derriere le village un bras secondaire de la petite gorge qui nous ramène au point de départ

- Niveau 1*

- Temps de marche : 1 a 2 heures

- Denivelee : +50m/-50m

 **Transfert Balad Sit - Al Hamra (1 heure 30 - 50 Km)**

Nous traversons les montagne par le col de Sharaf Al Alamain. C'est le seul col qui permet de traverser le massif en voiture. Versant sud, la route et goudronnee, tandis que versant nord une piste descend dans le Wadi Bani Awf. Paysages a couper le souffle

✓ **Visite de Bait As Safah (1 heure 30)**

Nous entrons ici dans une maison omanaise traditionnelle, située au coeur de la vieille ville d'Al Hamra. Des femmes nous accueillent et nous montre comment elles font le café, le pain, la farine, et divers huiles et onguents fabriqués à partir de plantes cueillies dans les montagnes.

 **Transfert Al Hamra - Misfat Al Abreyeen (0 heure 12 - 10 Km)**

✓ **Ballade dans Misfat Al Abreyeen (2 heures)**

Un des plus beaux villages d'Oman qui dispose d'une très vaste palmeraie accrochée à flanc de canyon. Nous nous baladons dans celle-ci, à l'ombre des palmiers, papayers, et autres bananiers. Un moment très agréable!!!

- **Niveau 1***

- **Temps de marche : 1 à 2 heures**

- **Denivelee : +100m/-100m**


 **Gite Misfat Al Abreyeen**

Maison traditionnelle omanaise, renouée avec goût : nous retrouvons le charme de l'ancien et le confort moderne. Située au coeur de la palmeraie de Misfat Al Abreyeen, ce lieu est enchanteur... le gîte étant situé à quelques minutes de marche du parking, il est préférable de prévoir un sac avec simplement les affaires de la nuit. D'autre part, par respect pour la population de village, il est interdit de fumer dans la maison, et d'apporter de l'alcool dans le village ; nous vous remercions de respecter ces règles!

Chambre standard

Chambre climatisée au décor simple et rustique typique des habitations de montagne. Sanitaires partagés avec d'autres chambres.. petit-déjeuner et dîner pris à l'hôtel

JOUR 3 (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Transfert Misfat Al Abreyeen - Al Khitaym (1 heure 12 - 50 Km)**

✓ **Randonnée Al Khitaym - Sab Bani Khamis (4 heures)**

Cette itinéraire nous emmène à la découverte d'un village troglodyte abandonné depuis un quinzaine d'années, situé à flanc de falaise à environ 1800m d'altitude, sur un emplacement improbable. Le chemin qui nous y mène nous offre des vues spectaculaires sur le Grand Canyon d'Arabie, le Wadi Nakhr. Nous pouvons également voir le Jebel Shams, sommet le plus haut du pays (3000m)

- **Niveau 2***

- **Temps de marche : 2 à 3 heures**

- **Denivelee : +250m/-250m**

 **Transfert Plateau du Jebel Shams - Nizwa (1 heure 30 - 100 Km)**

 **Hotel Al Diyar**

Hôtel de catégorie moyenne **. Situé à 5 km du souq de Nizwa, il a une piscine et des chambres propres aux standards internationaux.

Chambre Standard

Chaque chambre est équipée d'une baignoire ou d'une douche, toilettes, frigo et d'une télévision.. petit-déjeuner pris à l'hôtel

JOUR 4 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Visite du Souq de Nizwa (1 heure 30)**

Nizwa est un centre important : grande ville au pied des montagnes versant sud, elle a longtemps été capitale d'Oman et siège de l'Imamat. C'est une ville pleine de tradition, agréable à visiter. Son fort et son souq ont été rénovés dans le style traditionnel en 1996. Son marché du vendredi, le Souq Al Juma, attire de nombreux visiteurs, aussi bien les chawis des montagnes que les bédouins du désert et de la plaine intérieure. On y trouve tout : des tapis, des articles de bazar, des animaux (le marché au bétail est un endroit haut en couleur à ne pas rater), du poisson, des oiseaux, et ... des voitures d'occasion.

✓ **Visite du Fort de Nizwa (1 heure)**

Le fort de Nizwa a été restauré récemment. Il comprend une partie défensive (la citadelle) et une partie d'habitation (pour l'Imam et les scolaires). Du haut de la citadelle, on a une vue magnifique sur Nizwa et sa palmeraie, la plus grande du pays. Le sous-sol du fort était occupé par les prisons. Les cellules ont été aménagées en petites salles de musée sur la culture locale ; très bon musée, petit, mais très pédagogique.

 **Transfert Nizwa - Fahud (2 heures - 150 Km)**

 **Transfert Fahud - Umm As Samim (1 heure 30 - 150 Km)**

Nous conduisons sur une route monotone, mais nous croisons de nombreuses exploitations de pétrole et de gaz.

✓ **Arrêt dans le désert de sel d'Umm As Samim (0 heure 30)**

En arabe, "Umm As Samim" signifie "La mère des poisons". C'est une grande étendue aride où le sel affleure et forme une croûte qui se craquelle. C'est un endroit hostile où l'on ne trouve aucune végétation. Nous nous arrêtons un moment dans ce lieu incongru pour voir la croûte de sel.

- **Niveau 1***

 **Transfert Umm As Samim - Rub Al Khali (1 heure - 80 Km)**

Nous rentrons dans le Désert du Désert, le Rub Al Khali. Plus nous avançons et plus les dunes prennent de la hauteur et présentent des reliefs somptueux.

✓ **Promenade dans les dunes pour voir le coucher de soleil (1 heure)**

Nous partons nous promener à travers les hautes dunes du désert du Rub Al Khali (le quart vide, en arabe), le grand désert d'Arabie, principalement situé en Arabie Saoudite, mais qui débordé sur les pays limitrophes. Nous montons au sommet d'une des dunes pour voir le soleil se coucher dans ce paysage hors du commun...

- **Niveau 2***

- **Temps de marche : 1 à 2 heures**

- **Dénivelé : +150m/-150m**

 **Bivouac dans le Rub Al Khali**

Nous campons au pied des grandes dunes du Rub Al Khali

Tente individuelle

JOUR 5 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Randonnée dans le Rub al Khali (6 heures)**

Nous partons le matin à pied depuis notre campement. Nous gravissons plusieurs grandes dunes qui nous entourent : les montées sont rudes, mais les descentes sont rapides et ludiques, et nous donnent parfois l'occasion de faire chanter des dunes. En fin de matinée, nous revenons à notre campement, déjeunons et nous reposons. En fin d'après-midi, nous partons à l'assaut d'une autre grande dune pour arriver à son sommet et contempler un magnifique coucher de soleil.

- **Niveau 3***

- Temps de marche : 4 a 5 heures
- Denivelee : +150m/-150m

Bivouac dans le Rub Al Khali

Nous campons au pied des grandes dunes du Rub Al Khali
Tente individuelle

JOUR 6 *(Breakfast - Lunch - Dinner)*

 Transfert Rub Al Khali - Qarn Kibrit (3 heures - 250 Km)

✓ Dome de sel de Qarn Kibrit (1 heure)

Nous nous arrêtons voir un dome de sel. Nous observons les blocs de sel cristallise qui composent le socle de la montagne et explorons une galerie qui fut anciennement utilisee pour l'exploitation du sel.
- Niveau 1*

 Transfert Qarn Kibrit - Jebel Kobra (0 heure 45 - 70 Km)

✓ Balade dans le chaos du Jebel Kobra (2 heures)

Nous nous arrêtons au pied de ce petit massif de calcaire crayeux et nous promenons a travers le dedale de gorges qui le decoupe. C'est un site magnifique et sauvage. L'erosion a donne aux roches des formes spectaculaires.
- Niveau 3*
- Temps de marche : 1 a 2 heures

Bivouac au pied des falaises calcaires

Nous posons notre campement au pied des falaises calcaires, a l'entree d'une petite gorge
Tente individuelle

JOUR 7 *(Breakfast - Lunch - Dinner)*

 Transfert Jebel Kobra - Desert de Khaluf, entre pierres et sable (2 heures - 200 Km)

✓ Balade entre pierre et sable (3 heures)

Nous faisons une petite balade a travers le sable et les affleurement rocheux en bordure du desert blanc. C'est un endroit magnifique ou le sable a des teintes parfois creme, et parfois ocre. Les collines de pierres sont recouvertes par le sable, et une petite foret d'accacia apport une touche de vert au paysage...

- Niveau 2*
- Temps de marche : 2 a 3 heures

Campement dans un lieu enchanteur ou les dunes recouvrent la montagne

Nous installons notre campement les pieds dans le sable
Tente individuelle

JOUR 8 *(Breakfast - Lunch - Dinner)*

 Transfert Desert de Khaluf, entre pierres et sable - Khaluf (1 heure - 60 Km)

✓ Arrêt au village de Khaluf (1 heure)

Le village de Khaluf est un pittoresque village de bedouins pecheurs : ambiance de bout du monde ou des 4x4 rouilles et couverts d'algues tirent les bateaux qui reviennent de la peche

- Niveau 1*** Transfert Khaluf - Desert Blanc en bord de mer (0 heure 20 - 20 Km)**

Nous rejoignons les dunes blanches en bord de mer. A marree basse, l'integralite du chemin se fait sur la plage et nous observons des oiseaux par milliers.

✓ Balade dans les dunes blanches en bord de mer (2 heures)

Nous faisons une balade dans a travers des dunes d'un blanc immacule. C'est un lieu d'une grande beaute et tres singulier.

- Niveau 2***✓ Baignade a Khaluf (2 heures)**


Difficile de dire si on est sur la plage ou dans le désert, puisque les dunes se jettent dans la mer... Ici, d'infinies étendues de sables s'étirent le long de océan indien. La baignade est somptueuse.

 Campement dans le desert blanc, en bord de mer

Nous installons notre camp dans les premieres dunes du desert blanc, a 50 metres de la mer. Endroit magique et irreel : des dunes d'un blanc immacue d'un cote, et l'océan indien de l'autre...

Tente individuelle**JOUR 9** *(Breakfast - Lunch - Dinner)*** Transfert Khaluf - Ras Ar Ruays (2 heures - 150 Km)****✓ Balade a Ras Al Ruwais (1 heure)**

Nous faisons une balade au cap de Ras Al Ruwais. Ici les dunes surplombent litteralement la mer, posees sur un socle de gres (sable petrifie) erode par la mer et le vent pour former des falaises singulieres.

 Transfert Ras Ar Ruays - Qihayd (village au pied des dunes et en ord de mer) (0 heure 30 - 50 Km)** Transfert Qihayd (village au pied des dunes et en ord de mer) - Notre campement dans le desert (4 heures - 180 Km)**

C'est une magnifique traversee en 4x4 du desert de Wahiba. La piste est souvent bien tracee, mais parfois, le vent vient recouvrir les traces. Nous partons de la mer et traversons le desert sur une orientation nord-est, puis nord. Plus nous avancons, et plus les grands cordons de dunes orientes nord-ouest sud-est du Wahiba sont marques.

 Safari Desert Camp

Un camement amenege avec gout dans le desert, dans un endroit sauvage. Ce campement ne dispose pas d'electricite, ce qui le rend plus authentique. A votre disposition, the, cafe, eau, sheesha. Vous pouvez vous detendre dans les salons attenants au restaurant.

Tente Arabe avec salle de bains privée

Tente arabe ammenagee avec gout comme une chambre d'hotel : lit, tapis, table de chevet, chaises. Sanitaires (toilettes et douche) sont privatifs et attenants a la tente.. petit-dejeuner et diner pris a l'hotel

JOUR 10 *(Breakfast - Lunch - Dinner)*** Transfert Notre campement dans le desert - Bidiyah (0 heure 30 - 30 Km)**** Transfert Bidiyah - Bidah (1 heure - 50 Km)**

✓ **Marche et baignade dans la partie basse du Wadi Bani Khalid (3 heures)**

La partie basse de cette vallée forme un canyon très sauvage. Nous partons du joli village de Bidah et traversons sa palmeraie en direction du canyon. Nous crapahutons ensuite dans le canyon entre les blocs (le parcours n'est pas spécialement facile, mais ne dure pas très longtemps) pour arriver à une vasque somptueuse avec une chute d'eau et la possibilité de sauter de 10 m.

- **Niveau 2***

- **Temps de marche : 1 à 2 heures**

 **Transfert Bidah - Sur (2 heures - 150 Km)**

 **Sur Beach Hotel**

Standard Room

petit-dejeuner pris a l'hotel

JOUR 11 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Visite de la ville de Sur (2 heures)**

Sur est une ville importante mais qui vit à un rythme tranquille. Elle est construite en bord de mer et s'étend le long d'une lagune magnifique. Historiquement réputée pour la fabrication des boutres arabes, la ville conserve un chantier naval que nous visitons. Nous montons ensuite vers une tour de gue d'ou l'on jouit du plus beau point de vue sur la ville.

 **Transfert Sur - Ras Al Had (1 heure - 50 Km)**

✓ **Decouverte de la cote aux alentours de Ras Al Had (1 heure)**

Nous découvrons les plages sauvages de la ras Al Had. Ces plages sont classées réserve naturelles car les tortues vertes viennent y pondre (elles sont interdites la nuit). Nous y observons les trous laissés par les tortues, des traces de renards, des débris d'oeufs mangés par ces derniers, et les traces des tortues qui sont retournée à la mer au petit matin. Nous pouvons nous baigner, et il peut arriver que l'on voit des tortues...

✓ **Observation nocturne des tortues (2 heures)**

La cote ici est classée réserve naturelle pour protéger les tortues vertes qui viennent y pondre en nombre. Les visites sont encadrées et regroupées sur 2 plages, les autres étant interdites la nuit pour laisser les tortues au calme. Le pique saisonnier pour les pontes est l'été, période pendant laquelle on peut trouver jusqu'à 50 tortues sur une seule plage, mais tout au long de l'année on est presque assuré de voir au moins une ou deux tortues. Vous verrez une tortue creuser son trou, y déposer les oeufs, reboucher le trou, retourner à la mer, ainsi que les bébés tortues qui, à peine sortis de l'oeuf gagnent la mer.

 **Nuit au Turtle Beach Resort**

Cet hébergement a un cadre agréable : il dispose d'une plage et de transats. Le bar et le restaurant sont aménagés dans un décor de boutre arabe. Vous pouvez également jouer au billard. Les bungalows sont dans le style traditionnel, faits en tiges de palmiers.

Turtle Room

Chambre simple disposant d'un ventilateur. Les sanitaires sont collectifs, mais suffisamment nombreux et très régulièrement nettoyés.. petit-dejeuner et diner pris a l'hotel

JOUR 12 (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Transfert Ras Al Had - Tiwi (1 heure 30 - 100 Km)**

 **Transfert Tiwi - Saymah (Wadi Tiwi) (0 heure 45 - 25 Km)**

✓ **Journee dans le Wadi Tiwi (6 heures)**

Nous partons depuis le village de Saymah. Nous le traversons, puis suivons un sentier au dessus de la palmeraie pour arriver un autre village. Nous avons de magnifiques vues sur la vallee et ses palmeraies qui se succedent et ressemblent, de loin, a un fleuve vert. Nous descendons alors dans le fond de la vallée et cheminons entre les blocs, le long de la rivière ou sur le falaj. Nous arrivons enfin a une vasque magnifique, entourée de falaises et de palmiers. Nous nous baignons et savourons un barbecue dans ce lieu magique. La baignade est inoubliable... Nous rentrons par le meme chemin et nous arretons sur le chemin pour un nouveau bain avant de retrouver les voitures

- **Niveau 2***

- **Temps de marche : 2 a 4 heures**

- **Denivelee : +100m/-100m**

 **Transfert Saymah (Wadi Tiwi) - Tiwi (0 heure 45 - 15 Km)**

 **Wadi Shab Resort**

Le Wadi Shab resort a été construit sur la colline surplombant la mer bleue près de Tiwi. C'est un hotel 3-étoiles confortable avec piscine face à la mer. Le restaurant principal de l'hôtel surplombe la mer, on y sert des specialites omanaise mais aussi de la cuisine occidentale.

Chambre Standard

Cette chambre climatisée dispose d'un petit coin salon avec une télévision à écran plat. Vous y trouverez une bouilloire électrique et un réfrigérateur. La salle de bain est équipée d'une douche, d'articles de toilette et d'un sèche-cheveux.. petit-dejeuner et diner pris a l'hotel

JOUR 13 (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Transfert Dibab - As Suwaih (Wadi Al Arbiyin) (0 heure 45 - 30 Km)**

✓ **Mini rando aquatique dans le Wadi Al Arbeyeen (4 heures)**

Nous remontons le wadi en marchant sur le falaj, les blocs et parfois dans l'eau. Nous traversons également quelques vasques a la nage. Rapidement la vallee se resserre et nous arrivons a de superbes longues vasques. Nous profitons de ce lieu sauvage et de la baignade rafraichissante. Pour ceux qui le veulent, nous pouvons aussi remonter le canyon un peu plus...

Attention : certains passage necessitent de passer dans l'eau! Vos chaussures, vos vetements, et vos sacs seront donc mouilles, et il ne faut pas prendre avec vous des objets qui craignent l'eau!

- **Temps de marche : 2 a 3 heures**

 **Transfert As Suwaih (Wadi Al Arbiyin) - Dibab (0 heure 45 - 30 Km)**

 **Transfert Dibab - Mattrah (1 heure 30 - 130 Km)**

✓ **Visite du Souq de Muttrah (2 heures)**

Le bâtiment principal du souq est magnifiquement orne de plafonds en bois et de vitraux. Il déborde de tous cotes sur des petites ruelles garnies d'échoppes. Vous vous promenez et vous perdez dans le dédale de petites allées a la recherche du souvenir que vous désirez. Organise par corporations, vous trouverez le coin de l'or, celui de l'argent, celui des souvenirs, des vêtements, des tapis, etc...

 **Muttrah Hotel**

Premier hotel construit a Oman, l'hotel Mattrah est situe a 20 minutes a pied du souk et de la corniche. Il offre des chambres confortables, chacune avec son propre caractere et sa propre decoration. L'hotel dispose du Wifi, d'un service de pressing, de 4 bars, et d'un restaurant.

Chambre Standard

Chambre confortable, decoree avec gout. A votre disposition : minibar, TV satellite, A/C, fer a repasser, seche-cheveux, et service de the et cafe.. petit-dejeuner pris a l'hotel

JOUR 14 (Breakfast - Lunch - Dinner)✓ **Souq au poisson et aux légumes de Muttrah (1 heure)**

C'est un lieu haut en couleur qui mérite vraiment la visite. On trouve rarement une telle diversité de poissons : daurades et mérus en tous genres, espadons, barracudas, requin, crabes, crevettes, calamars, thons a profusion, kinfish, et même des poissons perroquets et autres multicolores. A cote du souq au poisson, se trouve le souq aux légumes ou l'on trouve fruits, légumes, dates, miel, thym, etc....

 **Transfert Mattrah - Al Khiran (0 heure 45 - 50 Km)**
✓ **Tour en bateau dans la baie de Khiran et Snorkeling (4 heures)**

Nous partons d'un petit port d'ou un pêcheur nous emmène sur sa barque. Nous nous promenons en bateau dans la baie : mangroves, oiseaux marins, falaises. Cette baie a des allures de 'petit Musandam'. Nous débarquons sur une magnifique crique. Apres le déjeuner de poisson grille, nous nous baignons pour voir coraux et poissons. Entre autres habitants des lieux : poissons sergents, poissons tigres, poissons anges, poissons papillons, et parfois même des tortues vertes... ATTENTION : cette crique n'est pas accessible lorsque la mer est agitée ; dans ce cas nous campons sur une autre crique ou l'on peut faire du snorkeling egalement, mais ou les fonds sont moins riches

 **Transfert Al Khiran - Mattrah (0 heure 45 - 50 Km)**
 **Muttrah Hotel**

Premier hotel construit a Oman, l'hotel Mattrah est situe a 20 minutes a pied du souk et de la corniche. Il offre des chambres confortables, chacune avec son propre caractere et sa propre decoration. L'hotel dispose du Wifi, d'un service de pressing, de 4 bars, et d'un restaurant.

Chambre Standard

Chambre confortable, decoree avec gout. A votre disposition : minibar, TV satellite, A/C, fer a repasser, seche-cheveux, et service de the et cafe.. petit-dejeuner pris a l'hotel

 **Niveau de difficulte Randonnee & Balade**

- Niveau 1** Aucune difficulte. Balade facile et courte accessible a toute personne marchant occasionnellement
- Niveau 2** Randonnee facile avec moins de 300 metres de denivelee sur un terrain ne presentant pas de grosse difficulte. Accessible a toute personne pratiquant la marche de facon reguliere
- Niveau 3** Randonnees avec une denivelee de 300 a 800 metres. Accessible a toute personne pratiquant regulierement la marche en montagne. Les randonnees avec une denivelee inferieure et classees Niveau 3 presentent des difficultes de terrain
- Niveau 4** Randonnees avec une denivelee de 800 a 1100 metres accessibles aux personnes pratiquant la randonnee sportive en montagne
- Niveau 5** Randonnees longues avec une denivelee superieure a 1000 metres et pouvant inclure quelques passages necessitant les mains

❗ Niveau de difficulté Canyoning et Randonnée Aquatique

Quel que soit le niveau, cette activité nécessite de SAVOIR NAGER plus de 100m

- Niveau 1** Randonnée aquatique ne nécessitant ni saut ni rappel
- Niveau 2** Descente de canyon facile de quelques heures impliquant des sauts de moins de 3 mètres pouvant être descendus en rappel par ceux qui ne veulent pas sauter
- Niveau 3** Descente de canyon impliquant des sauts de quelques mètres et des descentes en rappel pas ou peu techniques
- Niveau 4** Descente de canyon de plus de 5 heures impliquant des sauts de plusieurs mètres et des descentes de rappel techniques dans des cascades