

DEL WADI TIWI AL WADI SHAB

Una caminata de 2 días para descubrir 2 de los valles más famosos de Oman siguiendo un itinerario original lejos de la muchedumbre y fuera del tiempo.

DIA 1 (- Lunch - Dinner)

 **Traslado Muttrah - Tiwi (1 hora 45 - 160 Km)**


✓ **Caminata de Wadi Tiwi a al Ghomb (7 horas)**

La caminata parte de un pueblo al fondo del wadi Tiwi. La pista de acceso ya vale la pena. Caminamos hacia arriba rodeando los acantilados que nos dominan. Las vistas sobre la valle son estupendas. Leegamos en la meseta arida y seguimos caminando para alcanza el Wadi Shab alto en el pueblo de Al Ghomb. un sorprendente oasis verde en medio de esa meseta muy seca.

- Nivel 4*

- Tiempo de marcha : 5 a 6 horas

- Desnivel : +800m/-400m

 **Bivague en la meseta**

Acampamos en la meseta y pasamos una noche fresca bajo las estrellas

Tienda de Campana individual

DIA 2 (Breakfast - Lunch -)

✓ **Caminata de al Ghomb a Wadi Shab (7 horas)**

Hoy bajamos al mar por el Wadi shab. Hay dos caminos, y nosotros tomaremos el camino de los burros, ya que el otro es muy vertiginoso. Bajamos en el Wadi Shab con maravillosas vistas sobre la valle con sus acantilados impresionantes y sus palmares, y sobre el mar. Al llegar en el fondo del wadi vamos a banarnos : el baño es muy agradable despues de la caminata y nos espera aqui otra sorpresa... pero solo se puede alcanzar nadando... Despues del baño queda media hora parra llegar al mar.

- Nivel 4*

- Tiempo de marcha : 5 a 6 horas

- Desnivel : +200m/-1000m

 **Traslado Tiwi - Muttrah (1 hora 45 - 160 Km)**

 **Nivel de dificultad Senderismo & Paseo**

- Nivel 1** Ninguna dificultad. Paseos faciles y accesibles a cualquier que camina ocasionalment
- Nivel 2** Caminatas faciles con un desnivel que no supera los 300 metros y que no presentan dificultad
- Nivel 3** Caminatas con un desnivel de 300 a 800 metros. Accesible a cualquier que esta acostumbrado a caminar en la montana
- Nivel 4** Caminatas con un desnivel de 800 a 1100 metros. Para caministas deportivos
- Nivel 5** Caminatas largas con un desnivel superior a 1000 metros y que pueden incluir pasajes que necesitan el uso de los manos