








CANYONING WADI TIWI

Un de los barrancos mas espectacular de Oman. Una buena experiencia en barranquismo y una excelente condicion fisica son imprescindible. Ese canon esta parte de un viaje de 3 dias para que verifiquemos las capacidades de los participantes

- DIA 1** (- Lunch - Dinner)
-  **Traslado Muttrah - Dibab (1 hora 30 - 120 Km)**
 -  **Traslado Dibab - As Suwaih (Wadi Al Arbeyeen) (0 hora 45 - 30 Km)**
 - ✓ **Caminata acuatica en el Wadi Al Hail (7 horas)**
Partimos de la población de As Suwaih. Justo bajo al pueblo, donde se acaba la pista ya hay una piscina natural hermosísima y se puede saltar de unos 5 metros. Caminamos primero en el palmar sobre el falaj (canal de irrigación), y luego encontramos un río. Caminamos en el agua ente los bloques. El barranco se pone mas estrecho y debemos nadar en varias piscinas. Al final encontramos una piscina larga con bloques grandes y una cascada. Regresamos por el mismo camino.

- Nivel 1*
- Tiempo de marcha : 4 a 6 horas
 -  **Traslado As Suwaih (Wadi Al Arbeyeen) - Dibab (0 hora 45 - 30 Km)**
 -  **Traslado Dibab - Tiwi (0 hora 30 - 60 Km)**
 -  **Vivaque en la playa**
Establecemos el acampamiento en una de las numerosas playas del sector. Dormimos mecidos por las olas del mar...
Tienda de Campana individual
-
- DIA 2** (Breakfast - Lunch - Dinner)
- ✓ **Paseo y bano inolvidable en el Wadi Shab (3 horas)**
Partimos del mar y caminos en seguida en el canon de Wadi Shab. Caminamos en un palmero y luego a lo largo del pequeño río que cruzamos varias veces. Por fin llegamos a unas piscinas naturales grandes donde nos echamos al agua. De aquí nadamos hasta llegar a un sitio exquisito, pero no les contamos mas, a que eso se deber de ser una sorpresa...
- Nivel 1*
- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas
 -  **Traslado Tiwi - Halut (2 horas - 70 Km)**
 -  **Bivaque en la meseta**
Acampamos en la meseta y pasamos una noche fresca bajo las estrellas
Tienda de Campana individual
-
- DIA 3** (Breakfast - Lunch -)
- ✓ **Barranco del Wadi Tiwi (8 horas)**

Uno de los canones mas hermosos de Oman. Pero tambien es el mas dificil... Hay varios rapeles tecnicos (unos de ellos en cascadas) y gran distancias a nadar. Pero ese baranco es un joya : fuentes de agua caliente que salen de stalagtitas, grotas, y numersas cascadas...

- **Nivel 4***

 **Traslado Mibam - Tiwi (0 hora 30 - 25 Km)**

 **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

Nivel de dificultad Barranquismo y Caminata aquatica

Esta actividad necesita saber nadar por lo menos 100 metros

- Nivel 1** Caminata aquatica que no requiere nigung salto mandatorio ni rapel
- Nivel 2** Barranquismo facil y corto con saltos de menos de 3 metros que tambien se pueden evitar bajando en rapel
- Nivel 3** Barranquismo con saltos de unos metros y rapel poco tecnico
- Nivel 4** Banrranquismo con saltos que pueden ser un poco alos y rapeles tecnicos en cascadas. Bajadas que pueden durar mas de 5 horas