

UBERQUERUNG DER OSTLICHEN HAJARGEBIRGE

Eine anspruchsvolle Reise mit 2 Tage Schwimmtrekking und 2 Tage Bergtrekking, um die ostliche Hajargebirge uberzuqu岸ren. Die grune Palmen und die frische pools der Wadis bieten ein hervorragendes Kontrast mit dem trockenen Selma Plateau.

TAG 1 (- Lunch - Dinner)

 **Fahrt Muttrah - Dibab (1 stunde 30 - 120 Km)**

 **Fahrt Dibab - As Suwaih (Wadi Al Arbeyeen) (0 stunde 45 - 30 Km)**


✓ **Wandern und Schwimmen im Wadi Al Hail. (7 stunden)**

Im Dorf As Suwaih fangt unsere Wanderung an. Unten im Dorf befindet sich ein Pool mit Wasserfall. Vom Felsen können wir ins Wasser springen (5 Meter), dann gehen wir dem Wadi entlang, duch die Oase bis wir auf einen wunderschönen Fluss zukommen. Wir gehen im Wasser durch Felsblöcke, dann wird der Canyon enger und wir schwimmen durch mehrere Pools. Danach wird das Tal wieder breiter, dann wieder enger. Wir schwimmen nochmal bis wir einen Wasserfall erreichen. Wir gehen/schwimmen den selben Weg zurück.

- **Grad 1***

- **Gehzeit : 4 zu 6 stunden**

 **Fahrt As Suwaih (Wadi Al Arbeyeen) - Dibab (0 stunde 45 - 30 Km)**


 **Fahrt Dibab - Fins (0 stunde 20 - 50 Km)**

Biwak am Strand

Unser Camp richten wir auf einem der zahlreichen Strände ein. Wir schlafen mit Meeresgeräuschen ein.

Individuelle Campingzelte

TAG 2 (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Fahrt Fins - Tiwi (0 stunde 12 - 25 Km)**

 **Fahrt Tiwi - Saymah (Wadi Tiwi) (0 stunde 45 - 25 Km)**

✓ **Wanderung von Wadi Tiwi bis zum Plateau (7 stunden)**

die Wanderung fangt in dem schonen Wadi tiwi an. Zuerst gehen wir durch dirfer und Palmengarten und wir können auch kurz in einem der zahlreichen Pools baden. Dann fangt schon den Aufstieg auf der anderen seite des Tals : es ist steil und das Weg ist sehr steinig ; wir verlassen das grune Tal und treten in einer mineralischen Umwelt ein. Schliesslich erreichen wir das plateau. Wenn man sich umdreht kann man auch das Meer sehen!

- **Grad 5***

- **Gehzeit : 5 zu 6 stunden**

- **Hoheunterschied : +1500m/-100m**

Zeltubernachtung auf dem Plateau

Wir schlagen unsere Zelten auf dem Plateau und verbringen die Nacht unter der Sternen.

Individuelle Campingzelte

TAG 3 (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Fahrt Halut - Ankunft der Wanderung auf dem Plateau (0 stunde 30 - 15 Km)**

✓ **Wanderung vom Plateau zu Wadi Bani Khalid (9 stunden)**

Diese Wanderung fangt auf dem trockenen Plateau an und fuhr uns in Wadi Bani Khalid. Die Aussichte sind wunderschin aber der Abstieg ist lang. Die Ankunft in Wadi Bani khalid ist so schon wir unerwartet : nach die steinige und trockene Gebirge erkunden wir ein grunes Tal! Bevor wir zu dem auto gehen nehmen wir Zeit,um in den kristallkaren Wasserpools zu baden.

- **Grad 5***

- **Gehzeit : 6 zu 8 stunden**

- **Hoheunterschied : +1700m/-300m**

 **Fahrt Muqal (Wadi Bani Khalid) - Unser Zeltlage zwischen steinige Hullen und Sanddunen (0 stunde 30 - 30 Km)**

 **Zeltlager zwischen Sand und Steinhugel**

Individuelle Campingzelte

TAG 4 (Breakfast - Lunch - Dinner)


 **Fahrt Unser Zeltlage zwischen steinige Hullen und Sanddunen - Bidah (0 stunde 30 - 30 Km)**

✓ **Wandern und Schwimmen im Wadi Bani Khalid (5 stunden)**

Eine einfache Wasserwanderung in einem der schonsten Wadis Omans. Ausgangspunkt ist das Dorf Bidah. Zuerst gehen wir durch die uoppige Palmenoase und erreichen bald den Zugang zum Canyon. Wir gehen zwischen Felsblöcker und kommen auf zwei Pools und Wasserfalle zu. Man kann von 10 Metern Höhe springen. Wir gehen weiter und müssen einenige Strecken (Pools) schwimmend zurucklegen (bis 300 meter) Dann wird das Tal immer breiter, wir gehen durch eine Palmenoase und erreichen bald das Dorf Seeq .

- **Grad 1***

- **Gehzeit : 3 zu 5 stunden**

 **Fahrt Seeq (Wadi Bani Khalid) - Muttrah (3 stunden - 280 Km)**

 **Schwirigkeitsgrad Wandern & Spazieren**

Grad 1 Keine Schwierigkeit. Einfache Spaziergange. Zu jedem zugänglich, der manchmal spaziert

Grad 2 Einfache Wanderungen mit Hohenunterschied weniger als 300 Meter ohne Schierigkeiten

Grad 2 Wanderungen mit einem Hohenunterschied von 300 zu 800 Meter. Fur jeder, der an Bergwanderungen gewohnt ist. In den Wanderungen, die mit Grad 3 und geringere Hohenunterschied beschirieben sind, kommt die Schwierigkeit von der Gelande

Grad 4 Wanderungen mit einem Hohenunterschied von 800 zu 1100 Meter. Fur fite Bergwanderer

Grad 5 Lange Wanderungen mit Hihenunterschied uber 1000 Meter, die Abschnittweise einfaches Klettern bitten

 **Schwirigkeitsgrad Canyoning und Wasserwanderung**

Fur diese Aktivitat müssen Sie mindestens 100m schwimmen

- Grad 1** Wasserwanderung ohne Pflichtsprunge und ohne Abseilen
- Grad 2** Einfaches und kurzes Canyon mit Sprunge, die nicht hoher als 3 meter sind und, die abseilend vermieden werden können
- Grad 3** Canyons mit Sprunge und Abseilen, die aber nicht besonders technisch sind
- Grad 4** Canyonns mit moglicherweise hohe Sprunge und technisches Abseilen in Wasserfalle, die mehr als 5 Stunden brauchen