






## TREKKING IN DEN BERGEN DHOFARS

*Im Altertum wurde die Kuste Dhofars als Gluckliches Arabien oder Grunes Arabien bekannt. Es bezog sich auf das mit Walder und Weiden bedeckte Gebirge, wo Kamele und Kuhe zusammen weiden. Es ist ein eigenartiger Rahmen fur ein Trek in Arabien.*

- TAG 1**      (*- Lunch - Dinner*)
-  **Fahrt Salalah - Mughsayl (0 stunde 45 - 60 Km)**
- ✓ **Wanderung auf der westliche Kuste Salalahs (4 stunden )**  
Wir gehen runter bis zu einem wilden Bucht. Wir gehen den Tal hoch und sehen auf dem Weg besonders grosse Weihrauchsbaume (Boswellia sacra). Wir fangen dann an hoch zu einem Pass zu wandern. An der Nahe des Pass sind die Baume zahlreicher und wir sehen auch ein Paar Dragenbaume. Schliesslich entdecken wir eine wunderschone Bucht mit zahlreiche weisse Sandstrande
- *Grad 3\**  
- *Gehzeit : 3 zu 4 stunden*  
- *Hoheunterschied : +400m/-250m*
- ✓ **Schwimmen auf einem weissen Sandstrand (2 stunden )**  
Wir baden im indischen Ozean auf eine der zahlreiche Sandstrande der Bucht.
-  **Biwak auf dem Strand**  
Wir campen an einem sehr schonen Strand mit dem Berg im Hintergrund.  
*Individuelle Campingzelte*
- 
- TAG 2**      (*Breakfast - Lunch - Dinner*)
- ✓ **Wanderung an der Kuste zum Kamelkopf (5 stunden )**  
Eine sehr schone Wanderung an de Kuste. Zuerst gehen wir durch ein weisses Sandstrand und halten zum Schwimmen. Wir gehen weiter auf einem guten Wanderweg und queren mehrere Talen durch, wo wir Weihrauchsbaume und Quellen sehen. Die Aussichte uber das Meer sind hervorragend, und wenn Sie gut beobachten konnen sie auch delfinen und schillkroten sehen...
- *Grad 3\**  
- *Gehzeit : 3 zu 4 stunden*  
- *Hoheunterschied : +400m/-400m*
-  **Fahrt Fizayah - Aussicht (1 stunde - 40 Km)**
- ✓ **Aussicht (0 stunde 15)**  
Wir halten zum Aussicht : wir sind 1000m hoch unter unter die Felsen sehen wir das Meer. Wahrend die Munsun treffen die Wollken die Felsen, die grun werden.
-  **Fahrt Aussicht - Die Hohe des Talkessels Al Hautah (0 stunde 20 - 20 Km)**
-  **Biwak in der hohen Weideland**  
Wir schlagen unsere Zelte auf ungefahr 1000m Hohe im Weideland mit Aussicht ubers Meer.  
*Individuelle Campingzelte*
-

**TAG 3** (Breakfast - Lunch - Dinner)✓ **Abstieg im Felsenkessel Al Hautah (6 stunden )**

Wir fangen 1000m hoch. Die Baume sind gross und es gibt Graslande und viel vogeln. Wir gehen langsam runter und geniessen ein Paar schöne Aussichte über das Meer. Als wir ankommen, ist die Landschaft idilisch : riesige Wustenrosen, Tamarindenbaume, Palmen, und zahlreiche vogeln...

- **Grad 4\***

- **Gehzeit : 4 zu 5 stunden**

- **Hoheunterschied : +0m/-900m**

 **Biwak im wadi an der Nahe des Meers**

Wir schlagen unsere Zelte im Wadi auf, nicht weit vom Strand.

**Individuelle Campingzelte**

**TAG 4** (Breakfast - Lunch - Dinner) **Fahrt Al Hautah - Dhalkut (1 stunde - 80 Km)**✓ **Wanderung zu einer wilden Mundung (6 stunden )**

Wir fangen die Wanderung in einem kleinen schafersdorf an und gehen durch das Weidland. Der Weg bittet wunderschöne Blicke zum Meer. Wir gehen dann runter zur mundung. Das Ort ist unglaublich wild und schön. Hier sieht man zusammen Kamele, Kuhe, Meer, Frischwasser, Palmen, und eine reiche wilde Fauna... Es gibt auch eine Hohle wo man Felszeichnungen sehen kann. Wir gehen durch den Wadi und den Wald zurück zum auto. Auf dem Weg gelingt es oft, dass wir Schliefer sehen.

- **Grad 3\***

- **Gehzeit : 4 zu 5 stunden**

- **Hoheunterschied : +400m/-400m**

 **Fahrt Dhalkut - Salalah (3 stunden - 170 Km)** **Übernachtung in Salalah Beachs Villas**

Angenehme Unterkunft, die im viertel Al Dhariz liegt. Das Hotel sieht das Meer an und hat ein Schwimmbad.

**Sea View Room**

*Bequemes Zimmer mit Klimaanlage, Kuhlschrank, und privaten Badezimmer. Frühstück am Hotel*

**TAG 5** (Breakfast - Lunch - Dinner) **Fahrt Salalah - Khor Ruri (0 stunde 30 - 45 Km)**✓ **Besichtigung von Khor-Khori und Sumhura (1 stunde 30)**

Khor Khori liegt an der Mündung des Wadi Darbat. An dieser Stelle gibt es zahlreiche Meeresvögel. Über der Mündung stehen noch die Ruinen des alten Hafens Sumruham, der in der Antike eine wichtige Rolle in dieser Gegend, Hadramaut, wegen des Weihrauchs gespielt hat. Der Weihrauch ist ein Harz, das von Weihrauchbaumen gewonnen wird.

 **Fahrt Khor Ruri - Wadi Darbat (0 stunde 15 - 20 Km)**✓ **Wanderung im Wadi Darbat (6 stunden )**

Wir entdecken dieses berühmte Wadi, der während der Munsun von lokale turisten sehr besucht wird. Aus dem rahmen fallend. Wir gehen das Wadi hoch und gehen um einen Felsvorsprung herum, wo am Regen ein Wasserfall fließt. Wir gehen zurück durch dem wald auf der anderen Seite des Tals.

- **Grad 3\***
- **Gehzeit : 4 zu 5 stunden**
- **Hoheunterschied : +500m/-500m**

 **Fahrt Wadi Darbat - Salalah (0 stunde 30 - 50 Km)**

#### **Übernachtung in Salalah Beachs Villas**

Angenehme Unterkunft, die im viertel Al Dhariz liegt. Das Hotel sieht das Meer an und hat ein Schwimmbad.

##### **Sea View Room**

*Bequemes Zimmer mit Klimaanlage, Kuhlschrank, und privaten Badezimmer. Frühstück am Hotel*

## **TAG 6**

*(Breakfast - Lunch - Dinner)*

### ✓ **Besuch des Lebensmittelmarkt von Salalah (1 stunde )**

Das Markt von Salalah ist sehr interessant und belebt. Man kann dort alles finden ; Fleisch, Fische, Gemüse, Früchte, Daten, und eben auch traditionelle Heilmittel...

- **Grad 1\***

### ✓ **Besuch der Fruchtbuden Salalahs (1 stunde )**

Salalah ist eine moderne Stadt, die aber riesige Landwirtschaftfläche in der Mitte der Stadt behält. Auf der strasse sind viele Buden, die die Früchte erkaufen, die hier in der Stadt produziert werden.

### ✓ **Besichtigung des Grabes des Propheten Job (0 stunde 30)**

Wir machen einen Halt in den Bergen, nördlich von Salalah, wo sich das Grab befindet.

### ✓ **Besichtigung des archeologischen Parks Al Baleed (1 stunde )**

Diese Ausgrabungsstätte liegt im Stadt Salalah das Meer gegenüber. Diese Stadt war damals als Dhofar (es ist jetzt die Name der Region) bekannt. Das ort wurde schon seit 4000 Jh v Chr besiedelt. Die Runierte Stadt, die noch zu sehen ist, wurde aber 10. Jahrhundert gebaut. Es gibt auch ein museum mit einem Raum über die Geschichte und ein Raum über die Schiffe.

### ✓ **Besuch im Souq Al Husn in Salalah (2 stunden )**

Ein sehr beliebter Markt in der Stadt. Dort kann man Kleidung, Silber- und Gold-Schmuck kaufen, aber es dreht sich vieles um den Weihrauch. Zur Zeit wird der Souq neugebaut und ist deswegen begrenzt.

#### **Übernachtung in Salalah Beachs Villas**

Angenehme Unterkunft, die im viertel Al Dhariz liegt. Das Hotel sieht das Meer an und hat ein Schwimmbad.

##### **Sea View Room**

*Bequemes Zimmer mit Klimaanlage, Kuhlschrank, und privaten Badezimmer. Frühstück am Hotel*

## **Schwierigkeitsgrad Wandern & Spazieren**

### **Grad 1**

Keine Schwierigkeit. Einfache Spaziergänge. Zu jedem zugänglich, der manchmal spaziert

- Grad 2** Einfache Wanderungen mit Hohenunterschied weniger als 300 Meter ohne Schwierigkeiten
- 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