

DECOUVERTE D'OMAN

Une decouverte complete des principaux points d'interet du nord d'Oman : Wadi Bani Awf, Jebel Shams, Nizwa, le desert du Wahiba, Sur, les Wadis, et la Mer d'Oman.

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 decouverte 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 - Sharaf Al Alamain (1 heure - 15 Km)**

Cette piste nous fait gravir 1000 m en l'espace d'une dizaine de kilometre. Elle nous offre des vues splendides sur la vallee du Wadi Bani Awf.

 **Transfert Sharaf Al Alamain - Misfat Al Abreyeen (1 heure - 40 Km)**

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

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

- **Niveau 1***

- **Temps de marche : 1 a 2 heures**

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

 **Transfert Misfat Al Abreyeen - Plateau du Jebel Shams (1 heure 20 - 50 Km)**

 **Bivouac dans le massfi du Jebel Shams**

Magnifique endroit de bivouac situe a 1800m d'altitude. Des alentours, nous avons de magnifiques vues sur le Jebel Misht.

Tente individuelle

JOUR 3 (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Transfert Plateau du Jebel Shams - Al Khitaym (0 heure 20 - 10 Km)**

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

Cette itinéraire nous emmène a la découverte d'un village troglodyte abandonne depuis un quinzaine d'années, situe a flanc de falaise a 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 a 3 heures**

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

 **Transfert Plateau du Jebel Shams - Al Hamra (1 heure - 50 Km)**

✓ **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 fabriques a partir de plantes cueillies dans les montagnes.

 **Transfert Al Hamra - Nizwa (0 heure 45 - 60 Km)**

 **Hotel Al Diyar**

Hotel de categorie moyenne **. Situe a 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-dejeuner pris a l'hotel

JOUR 4 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **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.

✓ **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.

 **Transfert Nizwa - Bidiyah (2 heures 30 - 200 Km)**

 **Transfert Bidiyah - Notre campement dans le désert (0 heure 30 - 20 Km)**

✓ **Coucher de soleil dans les dunes (1 heure)**

Nous partons nous promener dans les dunes en toute fin d'après midi. C'est le moment de la journée où la lumière est la plus agréable. Le soleil couchant fait sans cesse évoluer la teinte du sable et les ombres. Un moment magique et inoubliable.

- **Niveau 1***

 **Campement dans le désert du Wahiba**

Nous installons notre campement au milieu des dunes.

Tente individuelle

JOUR 5

(Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Transfert Notre campement dans le désert - 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 - Ras Al Had (2 heures 30 - 190 Km)**

✓ **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.

Hamoor Room

Chambre supérieure qui dispose de la climatisation, d'une télé, d'un frigo, et de sanitaires privés. De plus, vous avez un espace de détente avec des chaises devant le bungalow. petit-déjeuner et dîner pris à l'hôtel

JOUR 6 *(Breakfast - Lunch - Dinner)*

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

✓ **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 gué d'où l'on jouit du plus beau point de vue sur la ville.

 **Transfert Sur - Tiwi (0 heure 45 - 60 Km)**

✓ **Promenade et baignade inoubliable dans le Wadi Shab (3 heures)**

Nous partons du bord de mer à pied et nous pénétrons dans le Wadi Shab. Après 45 minutes ou une heure de marche dans cette splendide vallée, nous nous mettons à l'eau. Nous nageons de vasque en vasque pour découvrir un lieu magnifique. Mais nous ne vous en disons pas plus, car c'est une surprise!

- **Niveau 1***

- **Temps de marche : 1 à 2 heures**

 **Transfert Tiwi - Fins (0 heure 20 - 20 Km)**

Bivouac sur la plage

Nous installons notre campement sur une des nombreuses plages du secteur. Nous dormons bercés par le bruit des vagues...

Tente individuelle

JOUR 7 *(Breakfast - Lunch - Dinner)*

 **Transfert Fins - Tiwi (0 heure 12 - 25 Km)**

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

✓ **Journée 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)

 Transfert Tiwi - Mattrah (1 heure 45 - 160 Km)

Mutrah 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 8 (Breakfast - Lunch -)

✓ 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 mérours 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 agitee ; 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)

✓ 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...

Mutrah 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