



MONTAGNES ET DESERT

Un beau trek de niveau modere en 2 parties : d'abord les montagnes abruptes du Hajar Occidental, puis les dunes blanches du desert de Khaluf. La randonnee aquatique dans le Wadi Bani Khalid sur la route du retour vient completer le tableau.

JOUR 1 (- Lunch - Dinner)

 **Transfert Matrah - Ar Rustaq (2 heures - 190 Km)**

 **Transfert Ar Rustaq - Un hameau dans le Wadi Sahtan (1 heure - 35 Km)**

✓ **Radonnee a travers les villages du Wadi Sahtan, sous la face nord du Jebel Shams (4 heures)**

Le wadi Sahtan est surplombe par l'impressionnant Jebel Shams. Sa face nord presentant une paroi de plus de 2000m donne des sensations himalayennes. Nous partons sur de vieux sentiers a travers les villages niches sur les flancs de la montagne. Nous traversons 3 villages puis arrivons au campement. Les sentiers passent parfois dans des eboulis et peuvent etre difficiles.

- **Niveau 3***

- **Temps de marche : 3 a 4 heures**

- **Denivelee : +200m/-400m**

Bivouac dans le Wadi Sahtan

Un endroit splendide, avec des vues imprenables au petit matin sur la face nord du Jebel Shams...

Tente individuelle

JOUR 2 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Randonnee a travers les villages du Wadi Sahtan, au coeur du cirque (6 heures)**

Nous partons de notre campement et traversons plusieurs vallons. Chaque vallon (ou presque) abrite un village qui a son charme propre car construit en fonction des contraintes de la montagnes. Palmeraies, falajs, terrasses, ruches... Nous cheminons dans l'Oman traditionnel des montagnes. Au-dessus de nous la face nord du jebel shams donne du grandiose au lieu. Certains passages peuvent etre un peu difficiles.

- **Niveau 4***

- **Temps de marche : 4 a 5 heures**

- **Denivelee : +700m/-800m**

 **Transfert Un hameau dans le Wadi Sahtan - Bimah (1 heure - 30 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 3 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Randonnee de Bimah a Balad Sit (5 heures)**

Nous partons de l'entrée secondaire du 'Snake Canyon'. Nous remontons un petit vallon jusqu'à que nous découvrons le village de Selmah et ses magnifiques jardins. Après une halte sous les palmiers, nous nous dirigeons vers un col. Arrivés à celui-ci, nous découvrons Balad Sit : ses maisons construites sur un promontoire rocheux et dominant la vaste palmeraie. Nous descendons vers le village, traversons les superbes jardins et descendons par une magnifique petite gorge.

- **Niveau 3***

- **Temps de marche : 4 a 5 heures**

- **Denivelee : +600m/-500m**

Transfert Balad Sit - Misfat Al Abreyeen (1 heure 45 - 60 Km)

Nous traversons les montagnes par le col de Sharaf Al Alamain. C'est le seul col qui permet de traverser le massif en voiture. Versant sud, la route est goudronnée, tandis que versant nord une piste descend dans le Wadi Bani Awf. Paysages à couper le souffle

Gite Misfat Al Abreyeen

Maison traditionnelle omanaise, renouée avec goût : nous retrouvons le charme de l'ancien et le confort moderne. Située au cœur de la palmeraie de Misfat Al Abreyeen, ce lieu est enchanteur... le gîte étant situé à quelques minutes de marche du parking, il est préférable de prévoir un sac avec simplement les affaires de la nuit. D'autre part, par respect pour la population du village, il est interdit de fumer dans la maison, et d'apporter de l'alcool dans le village ; nous vous remercions de respecter ces règles!

Chambre standard

Chambre climatisée au décor simple et rustique typique des habitations de montagne. Sanitaires partagés avec d'autres chambres.. petit-déjeuner et dîner pris à l'hôtel

JOUR 4 (Breakfast - Lunch - Dinner)

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

Un des plus beaux villages d'Oman qui dispose d'une très vaste palmeraie accrochée à flanc de canyon. Nous nous baladons dans celle-ci, à 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 - Desert de Khaluf, entre pierres et sable (4 heures - 400 Km)

✓ **Coucher de soleil entre Désert Blanc et collines (2 heures)**

Nous montons sur un petit plateau proche du campement. À la lumière du soir, les contrastes sont magnifiques : sable ocre, sable blanc, roche blanche, roche noire, ... De tous les côtés, le paysage est différent.

- **Niveau 1***

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

Campement entre dunes et rochers

Nous installons notre campement dans ce lieu magique, au milieu des dunes et des affleurements rocheux.

Tente individuelle

JOUR 5 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Randonnée dans le désert de Khaluf (6 heures)**

Nous traversons des paysages splendides : des dunes de sable parfois ocre, et parfois blancs qui laissent affleurer des formations rocheuses. A midi, nous arrivons a notre campement. Apres une pause pour le déjeuner et la sieste, nous repartons depuis notre campement pour voir le coucher de soleil dans cet environnement magnifique.

- **Niveau 2***

- **Temps de marche : 4 a 5 heures**

Campement dans un lieu enchanteur ou les dunes recouvrent la montagne

Nous installons notre campement les pieds dans le sable

Tente individuelle

JOUR 6 (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Traversée du Désert Blanc (6 heures)**

Magnifique journée de marche . Nous partons du campement ou le sable est ocre. Nous traversons plusieurs petits plateaux entrecoupées de langues de sable. Plus nous avançons, plus le sable est blanc. Enfin, nous découvrons de magnifiques dunes entièrement blanche. Paysage somptueux et irréel... Nous traversons ces dunes et arrivons a la mer en fin de matinee ou debut d'apres-midi. En fin de journee, nous repartons pour une petite boucle dans les dunes blanches.

- **Niveau 2***

- **Temps de marche : 3 a 5 heures**

Campement dans le desert blanc, en bord de mer

Nous installons notre camp dans les premieres dunes du desert blanc, a 50 metres de la mer. Endroit magique et irreal : des dunes d'un blanc immacue d'un cote, et l'ocean indien de l'autre...

Tente individuelle

JOUR 7 (Breakfast - Lunch - Dinner)

Transfert Desert Blanc en bord de mer - Khaluf (0 heure 36 - 21 Km)

Nous rejoignons le village de Khaluf. A marree basse, l'integralite du chemin se fait sur la plage et nous observons des oiseaux par milliers.

✓ **Arret au village de Khaluf (1 heure)**

Le village de Khaluf est un pittoresque village de bedouins pecheurs : ambiance de bout du monde ou des 4x4 rouilles et couverts d'algues tirent les bateaux qui reviennent de la peche

- **Niveau 1***

Transfert Khaluf - Qihayd (village au pied des dunes et en ord de mer) (3 heures - 300 Km)

Transfert Qihayd (village au pied des dunes et en ord de mer) - Notre campement dans le desert (4 heures - 180 Km)

C'est une magnifique traversee en 4x4 du desert de Wahiba. La piste est souvent bien tracee, mais parfois, le vent vient recouvrir les traces. Nous partons de la mer et traversons le desert sur une orientation nord-est, puis nord. Plus nous avancons, et plus les grands cordons de dunes orientes nord-ouest sud-est du Wahiba sont marques.

✓ **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 ou 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***

Safari Desert Camp

Un campement aménagé avec goût dans le désert, dans un endroit sauvage. Ce campement ne dispose pas d'électricité, ce qui le rend plus authentique. A votre disposition, thé, café, eau, sheesha. Vous pouvez vous détendre dans les salons attenants au restaurant.

Tente Arabe avec salle de bains privée

Tente arabe aménagée avec goût comme une chambre d'hôtel : lit, tapis, table de chevet, chaises. Sanitaires (toilettes et douche) sont privés et attenants à la tente.. petit-déjeuner et dîner pris à l'hôtel

JOUR 8 (Breakfast - Lunch -)

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

✓ **Randonnée Aquatique dans le Wadi Bani Khalid (5 heures)**

Une randonnée aquatique facile dans une des plus beaux wadis d'Oman. Nous partons du village de Bidah. Nous traversons sa palmeraie luxuriante pour atteindre l'entrée du canyon. Nous cheminons alors entre les blocs pour arriver à 2 superbes vasques et cascades d'où l'on peut sauter d'une dizaine de mètres. Nous continuons en zigzagant entre les blocs, les pieds dans l'eau puis nous traversons à la nage plusieurs vasques successives (jusqu'à 300 m de long). La vallée s'élargit petit à petit et nous découvrons la palmeraie de Seeq dans laquelle nous cheminons pour arriver au village.

- **Niveau 1***

- **Temps de marche : 3 à 5 heures**

 **Transfert Seeq (Wadi Bani Khalid) - Matrah (3 heures - 280 Km)**

Mutrah Hotel

Premier hôtel construit à Oman, l'hôtel Matrah est situé à 20 minutes à pied du souk et de la corniche. Il offre des chambres confortables, chacune avec son propre caractère et sa propre décoration. L'hôtel dispose du Wifi, d'un service de pressing, de 4 bars, et d'un restaurant.

Chambre Standard

Chambre confortable, décorée avec goût. A votre disposition : minibar, TV satellite, A/C, fer à repasser, sèche-cheveux, et service de thé et café.. petit-déjeuner pris à l'hôtel

Niveau de difficulté Randonnée & Balade

- Niveau 1** Aucune difficulté. Balade facile et courte accessible à toute personne marchant occasionnellement
- Niveau 2** Randonnée facile avec moins de 300 mètres de dénivelé sur un terrain ne présentant pas de grosse difficulté. Accessible à toute personne pratiquant la marche de façon régulière
- Niveau 3** Randonnées avec un dénivelé de 300 à 800 mètres. Accessible à toute personne pratiquant régulièrement la marche en montagne. Les randonnées avec un dénivelé inférieur et classées Niveau 3 présentent des difficultés de terrain
- Niveau 4** Randonnées avec un dénivelé de 800 à 1100 mètres accessibles aux personnes pratiquant la randonnée sportive en montagne
- Niveau 5** Randonnées longues avec un dénivelé supérieur à 1000 mètres et pouvant inclure quelques passages nécessitant les mains

Niveau de difficulté Canyoning et Randonnée Aquatique

Quel que soit le niveau, cette activite necessite de SAVOIR NAGER plus de 100m

- Niveau 1** Randonnee aquatique ne necessitant ni saut ni rappel
- Niveau 2** Descente de canyon facile de quelques heures impliquant des sauts de moins de 3 metres pouvant etre descendus en rappel par ceux qui ne veulent pas sauter
- Niveau 3** Descente de canyon impliquant des sauts de quelques metres et des descentes en rappel pas ou peu techniques
- Niveau 4** Descente de canyon de plus de 5 heures impliquant des sauts de plusieurs metres et des descentes de rappel techniques dans des cascades