

## JEBELS UND WADIS OMANS

*Eine unserer Lieblingsreise! Eine wunderschöne, ungewöhnliche, aber auch anspruchsvolle Strecke, die uns durch abegchieden Bergsoasen und das Wildwasser der Wadis führt. Nur für erfahrene und fit Wanderer...*

### TAG 1 *( - Lunch - Dinner)*

 **Fahrt Muttrah - Al Awabi (2 Stunden - 200 Km)**

 **Fahrt Al Awabi - Bimah (1 Stunde - 35 Km)**

Wir fahren im Wadi Bani Awf zuerst durch Dörfer und grüne Palmengärten. Wir fahren dann über den Wadi Zamah (auch als Snake Canyon bekannt), ein extrem enger und tiefer Canyon; eine beindruckende Pistenfahrt....

✓ **Canyoning in der unteren Snake Canyon (3 Stunden)**

Der Snake Canyon ist ein tief eingeschnittener Canyon, der ins Wadi Bani Awf fließt. Ab und zu kann man sogar beide Wände gleichzeitig berühren. Einen Klettersteig (via ferrata) wurde auf dem Felsen über den Canyon eingerichtet. Unser Ausgangspunkt ist der Nebeneingang des Canyons: kein Abseilen nötig: auf dem Programm stehen Sprünge (max. 4 Meter), Rutsche, Schwimmen und im Wasser wandern. Für diejenigen, die nicht springen wollen, kann man abseilen.

- **Grad 2\***

 **Berghütte Bimah**

Eine sehr schöne und angenehme Unterkunft, die in der Mitte Wadi Bani Awf nur einige Schritte vom Snake Canyon und 5 Minuten Fahrt (oder 5 Stunden Wanderung) von Balad Sit entfernt liegt. Es ist eine einfache, sondern urige Berghütte, die 4 Mehrbettzimmer (4 zu 10 Personen pro Zimmer), 2 privaten Zimmer, und 3 Badezimmer mit Dusche und warmes Wasser zählt. Die Umgebung ist friedlich und sie werden im Garten viele Plätze finden, die Sie einladen, nach einer Wanderung zu entspannen.

**Mehrbettzimmer**

*Mehrbettzimmer (4 zu 10 Personen pro Zimmer) mit Stockbette und Klimaanlage. Frühstück und Abendessen am Hotel*

### TAG 2 *(Breakfast - Lunch - Dinner)*

 **Fahrt Bimah - Balad Sit (0 Stunde 15 - 5 Km)**

✓ **Wanderung von Balad Sit - nach Birkat Al Sharaf (7 Stunden)**

wunderschöne Wanderung, Wir gehen zuerst durch eine enge Schlucht, um das Dorf Balad Sit und seine Palmenoase zu erreichen. Das Dorf liegt am Fuß beeindruckender Felsen. Da fängt eine relativ schwere Wanderung über einen steilen Weg (900 Meter Höheunterschied), der von den 'Chawi', den früheren omanischen Bergleuten benutzt war. Nachdem wir den Pass erreicht haben, gehen wir weiter zum nächsten Pass, dem Bergkamm entlang, am Südhang in einer hügeligen Landschaft.

- **Grad 4\***

- **Gehzeit : 4 zu 6 Stunden**

- **Hoheunterschied : +1300m/-250m**

 **Fahrt Sharaf Al Alamain - Qiyut (1 Stunde - 40 Km)**

 **Biwak in der Gebirge**

Wir schlagen unser Zeltlager im Gebirge, entweder in der Nähe von Qiyut, oder im Wadi Bani Awf.

**Individuelle Campingzelte**


---

**TAG 3** (Breakfast - Lunch - Dinner)

**✓ Wanderung von Qiyut bis Ar Rus. (7 stunden )**

Ausgangspunkt ist das kleine Dorf Qiyut, das 2400 Meter hoch liegt, Vom Bergkamm aus sind die Ausblicke auf das Wadi Al Hajir und das Wadi Bano Awf wunderschön. Dann wandern wir durch Hochplateaus, die mit Wacholder und riesigen Olivenbäumen bepflanzt sind und gelangen zu einem Bergpass. Von dort aus kann man unser Ziel :das Dorf Ar Rus sehen.

- **Grad 3\***

- **Gehzeit : 5 zu 7 stunden**

- **Hoheunterschied : +700m/-900m**

 **Fahrt Ar Rus - Hochfläche der Wacholderbaume (0 stunde 30 - 20 Km)**


 **Zeltlager auf dem Juniper Hochplateau.**

Im Jebel Akhdar, auf 2400 meter Höhe bauen wir unser Zeltlager für die Nacht auf, Wir sind von Olivenbäumen und Wachholdern umgeben und genießen sehr schöne Aussichten auf das wadi Bani Kharus

**Individuelle Campingzelte**

---

**TAG 4** (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Fahrt Hochfläche der Wacholderbaume - Al Manakhr (0 stunde 45 - 35 Km)**

**✓ Wanderung runter in Wadi Al Halfayn (6 stunden )**

Eine sehr schöne Wanderung in einem wilden Tal, das nicht vsehrt besucht wird. Dieses Tal verbindet Jebel Akhdar und Samail. Die Blicke am Abstieg sind einfach unglaublich. Und wenn man runter ankommt, die wilde Palmen die Wasserpools und das alte Falaj sind echt schön

- **Grad 3\***

- **Gehzeit : 4 zu 6 stunden**

- **Hoheunterschied : +100m/-1300m**

 **Fahrt Al Afiah - Unser Zeltlager zwischen steinige Hüllen und Sanddunen (2 stunden 30 - 250 Km)**

 **Zeltlager zwischen Sand und Steinhugel**

**Individuelle Campingzelte**

---

**TAG 5** (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Fahrt Unser Zeltlager zwischen steinige Hüllen und Sanddunen - Bidah (0 stunde 30 - 30 Km)**

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

Eine einfache Wasserwanderung in einem der schönsten Wadis Omans. Ausgangspunkt ist das Dorf Bidah. Zuerst gehen wir durch die üppige Palmenoase und erreichen bald den Zugang zum Canyon. Wir gehen zwischen Felsblöcker und kommen auf zwei Pools und Wasserfälle zu. Man kann von 10 Metern Höhe springen. Wir gehen weiter und müssen einenige Strecken (Pools) schwimmend zurücklegen (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) - Tiwi (1 stunde 45 - 150 Km)**


 **Wadi Shab Resort**

Wadi Shab Resort liegt auf einem Heugel, das das Meer überragt. Es geht um einem bequemen 3-strinen-Hotel mit Schwimmbad angesichts des Meers. Das Restaurant bietet omanisches und auch internationales Essen.

**Standardes Zimmer**

*Dieses Zimmer hat Klimaanlage Sitze, Fernsehen und Ausrüstung um Kafe und Tee zu machen. . Frühstück et Abendessen am Hotel*

**TAG 6** (Breakfast - Lunch - Dinner)

 **Fahrt Sur - Tiwi (0 stunde 45 - 60 Km)**

✓ **Wanderung von Wadi Tiwi zu Al Ghomb (7 stunden )**

Die Wanderung fangt in einem Dorf Wadi tiwis an. Die Anfahrtstrasse lohnt sich schon. Wir gehen hoch um die Felse herum und erreichen nach einige Stunden das plateau. Wir wandern weiter, um das Ober Wadi Shab im dorf Al Ghomb zu erreichen. Al Ghomb ist eine überraschende grune Oase in der Mitte des trockenes Plateau.

- **Grad 4\***

- **Gehzeit : 5 zu 6 stunden**

- **Hoheunterschied : +800m/-400m**

 **Zeltubernachtung auf dem Plateau**

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

**Individuelle Campingzelte**

**TAG 7** (Breakfast - Lunch - Dinner)

✓ **Wanderung von Al Ghomb zu Wadi Shab (7 stunden )**

Heute wandern wir zum Meer durch Wadi Shab. Es gibt 2 Wege und wir gehen auf dem Eselweg, denn der andere schwindelnd und ungeschützt. Wir wandern runter in Wadi Shab mit hervorragende Blicke über das Tal und die riesige Felse und auch über das Meer. Als wir die Talsohle erreichen halten wir zum Baden : schwimmen nach der Wanderung ist sehr angenehm und dazu eine weitere Überraschung erwartet uns ... man kann sie aber nr schwimmend erreichen... Danach bleibt uns nur noch eine halbe Stunde bis zum Meer.

- **Grad 4\***

- **Gehzeit : 5 zu 6 stunden**

- **Hoheunterschied : +200m/-1000m**


 **Wadi Shab Resort**

Wadi Shab Resort liegt auf einem Heugel, das das Meer überragt. Es geht um einem bequemen 3-strinen-Hotel mit Schwimmbad angesichts des Meers. Das Restaurant bietet omanisches und auch internationales Essen.

**Standardes Zimmer**

*Dieses Zimmer hat Klimaanlage Sitze, Fernsehen und Ausrüstung um Kafe und Tee zu machen. . Frühstück et Abendessen am Hotel*

**TAG 8** (Breakfast - Lunch - )

 **Fahrt Tiwi - Dibab (0 stunde 30 - 60 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, durch 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 - Muttrah (1 Stunde 30 - 130 Km)**

 **Muttrah Hotel**

Sie wohnen hier in dem ersten Hotel, das im Sultanat Oman gebaut wurde. Das Hotel liegt ca. 20 Minuten zu Fuss von dem Suq und der Corniche von Matrah. Die Zimmer sind komfortabel, jedes Zimmer wurde anders dekoriert und mit eigenem Charakter. Auch zu Ihrer Verfügung stehen 1 Restaurant, 4 Kneipen, Wifi, Reinigungsservice und 24-Stunden-Rezeption..

**Standardes Zimmer**

*Bequemes und schon dekoriertes Schlafzimmer. Im Zimmer : Minibar, Fernsehen, Klimaanlage, Bugelisen, Haartrockner, Tee und Kafee.. Frühstück am Hotel*

 **Schwierigkeitsgrad Wandern & Spazieren**

- Grad 1** Keine Schwierigkeit. Einfache Spaziergänge. Zu jedem zugänglich, der manchmal spaziert
- Grad 2** Einfache Wanderungen mit Höhenunterschied weniger als 300 Meter ohne Schwierigkeiten
- Grad 2** Wanderungen mit einem Höhenunterschied von 300 zu 800 Meter. Für jeder, der an Bergwanderungen gewohnt ist. In den Wanderungen, die mit Grad 3 und geringere Höhenunterschied beschrieben sind, kommt die Schwierigkeit von der Gelände
- Grad 4** Wanderungen mit einem Höhenunterschied von 800 zu 1100 Meter. Für fite Bergwanderer
- Grad 5** Lange Wanderungen mit Hihenunterschied über 1000 Meter, die Abschnittweise einfaches Klettern bitten

 **Schwierigkeitsgrad Canyoning und Wasserwanderung**

Für diese Aktivität müssen Sie mindestens 100m schwimmen

- Grad 1** Wasserwanderung ohne Pflichtsprünge und ohne Abseilen
- Grad 2** Einfaches und kurzes Canyon mit Sprünge, die nicht höher als 3 Meter sind und, die abseilend vermieden werden können
- Grad 3** Canyons mit Sprünge und Abseilen, die aber nicht besonders technisch sind
- Grad 4** Canyonns mit möglicherweise hohe Sprünge und technisches Abseilen in Wasserfälle, die mehr als 5 Stunden brauchen