

CAMINATA EN LOS MONTES DEL HAJAR

12/11/2023 - 25/11/2023



Una seleccion de las mas bonitas caminatas en la montana y caminatas acuaticas en los wadis por los montes del Hajar Occidental y oriental. Tambien una estancia en Nizwa, 2 noches en el desierto, y un ultimo dia en la playa de una cala salvaje.

ATTENTION : Ce sejour tiene 2 dias de consecutivos de caminata (dias 7 & 8) en los que no encontramos los vehiculos y el equipaje principal por la noche.

Durante de esos dias, Ud. tiene que llevar su agua, sus cosas personales, y parte del picnic.

Podemos guardar su equipaje principal durante de esos dias.

La noche del dia 7, dormimos en un alojamiento confortable en el que todo esta proporcionado (hojas, mantas, toallas) ; tambien podemos llenar nuestra agua para el dia siguiente.

Nivel 4 Viajes que pueden incluir caminatas deportivas (hasta 1200m de desnivel positivo), caminatas acuaticas, y canyoning facil.

Duracion 14 Dia

SALIDA 12/11/2023 @ 08:30 AM
Rendez-vous a l'hotel Centara a Mascate (quartier 'South Al Atheibah')

TERMINA 25/11/2023 @ 08:00 PM
Nous vous deposons a l'hotel Riyam a Mascate (quartier de Mattrah) ou vous passez la derniere nuit



8 Noches en alojamientos (Hotel, Casa de huéspedes, Lodge, etc...)



6 Noches acampando en la naturaleza (con tiendas, colchones, esteras, vajilla, equipo para cocinar), confortable (pero sin banos) con el soporte de vehiculos

Precios por persona 1350 OMR (3534 USD)

TAMANO DEL GRUPO 5 A 7

Viaje guiado en Francais

Guia Rachel (Parle aussi English, Deutsch)

DIA 1

11/12/2023

- Lunch - Dinner

✓ **Visita de la Mezquita del Sultan Qaboos (1 hora)**

Visitamos esa mezquita por la mañana ya que después esta cerrada a los que nos son musulmanes. Es la mas grande del país, y la única (con la de Nizwa) que se puede visitar. Desde a fuera esta muy sobria, pero a dentro esta finamente decorada. El lustro de cristal y la alfombra son especialmente impresionantes.

🚌 Traslado a un pueblito de montana (2 horas 30 - 175 Km)

✓ **Caminata corta por pueblos de montana (4 horas)**

El valle principal forma un gran circo dominado por la cara norte del Jebel Shams que ofrece paredes rocosas de hasta 2000m de altura. Al fondo del circo, cada valle aloja un pueblo pequeno con jardines en terrazas. Las paredes veticales de la cara norte del Jebel Shams y esos pueblitos escondidos dan mucho encanto a la caminata. Partimos de un pueblo y cruzamos otros andando en caminos antiguos (a veces estan en estado malo y unos pasajes pueden ser un poco dificil) hasta que alcanzemos nuestro acampamento.

- Nivel 2*

- Tiempo de marcha : 2 a 3 horas

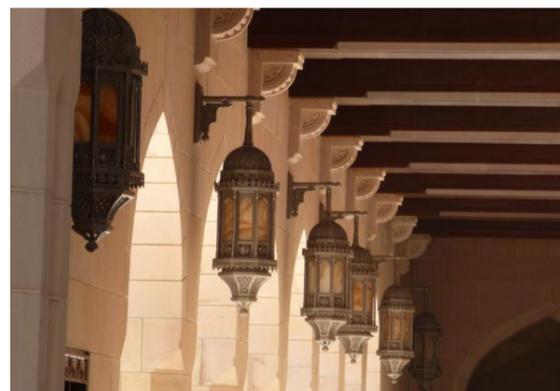
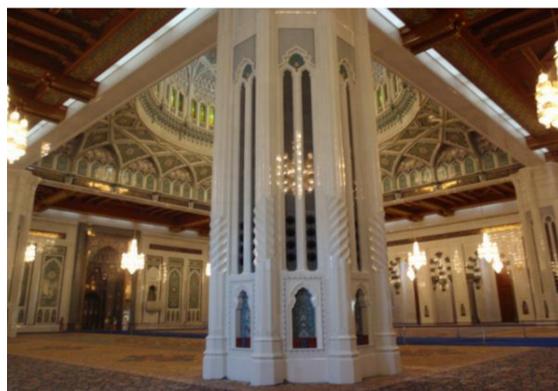
- Desnivel : +200m/-300m



Acampamos en el circo

Un sitio de bivaque gradable con hermosisimas vistas sobre la cara norte del Jebel Shams

Tienda de Campana individual



DIA 2

13/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Caminata por pueblos de montana (6 horas)**

Partimos de nuestro acampamento y cruzamos varios pueblos caminando. Estamos en el Oman tradicional. El sendero esta a veces dificil, pero el itinerario esta muy bonito : pueblos aislados y paredes rocosas impresionantes...

- Nivel 3*
- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas
- Desnivel : +700m/-800m

🚌 Traslado a una casa de huéspedes en la montana (1 hora - 30 Km)

🏠🏠🏠 **Casa de huéspedes en la montana**

Es un pueblito que fue renovado y transformado en una casa de huéspedes. La actividad agricola (culturas y cria de capras) fue conservada. Y el personal es particularmente simpatico!

Dormitorio comun

Dormitorios de 4 a 10 personas equipados con camas literas y aire acondicionado.
desayuno & cena en el alojamiento



DIA 3

14/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a un pueblo de montana (0 hora 15 - 5 Km)

✓ **Caminata hacia las crestas (7 horas)**

Partimos del valle principal y andamos en una garganta estrecha, al fin de la que descubrimos un gran pueblo. Travesamos el pueblo y empezamos la subida. El camino esta empinado pero encontramos escaleras antiguas que nos ayudan subir los pasajes mas dificil. 900 metros arriba llegamos a un collado. Después seguimos las crestas hasta. El camino aquí nos ofrece vistas estupendas de todos lados.

- Nivel 4*

- Tiempo de marcha : 4 a 6 horas

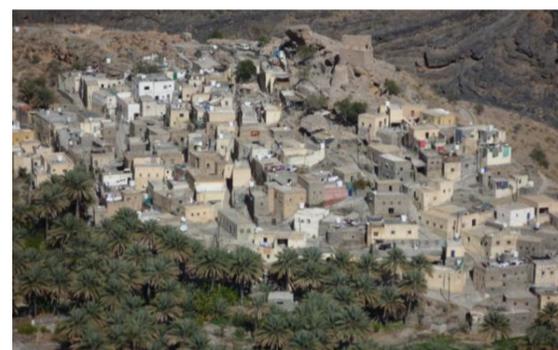
- Desnivel : +1300m/-250m

 **Hosteleria de montana**

Ubicado a 1900m de altura que dispone de todo el comforte moderno.

Deluxe Room

desayuno & cena en el alojamiento



DIA 4

15/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a un pueblito alto (1 hora - 40 Km)

✓ **Randonnee sur les cretes (7 horas)**

Partimos desde una aldea de altura ubicada a unos 2300 metros de altura. Subimos hasta llegar en las crestas que seguimos. Tenemos vistas esplendidas sobre varios aldes de la vertiente norte. Luego cruzamos varios planos donde crecen enebros y oliveros gigantes. Por fin subimos a un collado ancho desde el que divisamos un pueblo a lo lejos al que tenemos que bajar.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 5 a 7 horas

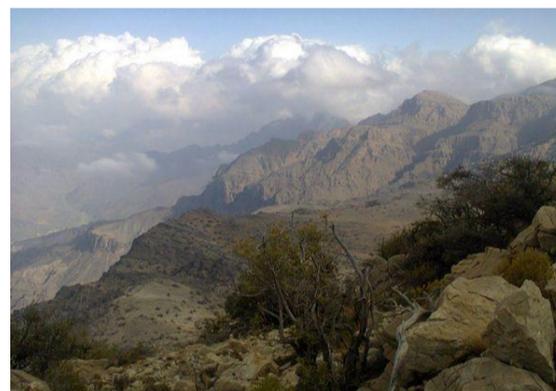
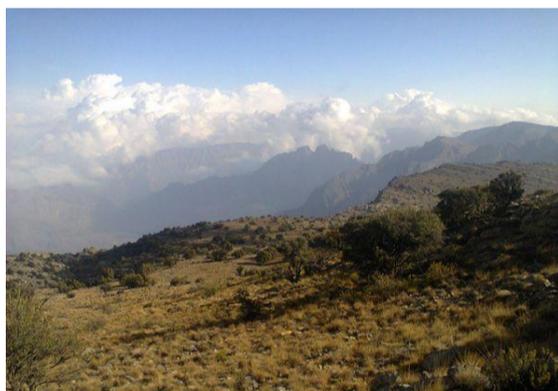
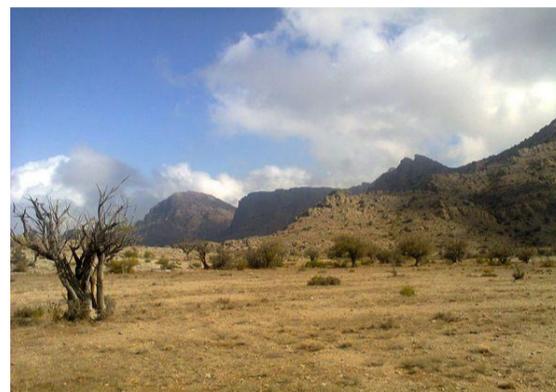
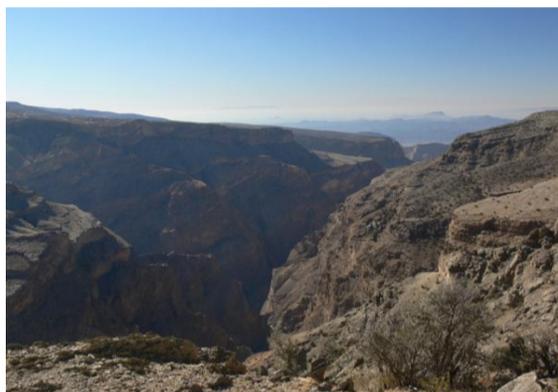
- Desnivel : +700m/-900m



Acampamos en la montaña

Acampamos cerca de una aldea depoblada a 2000m de altura.

Tienda de Campana individual



DIA 5

16/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a un pueblo alto (0 hora 30 - 15 Km)

✓ **Caminata hacia un oasis en un barranco (6 horas)**

Partimos de un pueblo ubicado a unos 2000m de altura en la meseta y bajamos en un barranco. Después de unas horas caminando descubrimos un pueblo antiguo construido bajo el acantilado. Las casas son muy bien mantenidas ya que los que vienen trabajar en los campos pasan a menudo unos días aquí. Bajamos un poco más después del pueblo por escaleras vertiginosas y llegamos a jardines donde crecen dátiles, bananas, limones, y mucho ajo. Es un lugar encantador. Regresamos por otro camino que nos lleva a otro pueblo en la meseta.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas

- Desnivel : +500m/-650m

 Traslado a un plano con enebros gigantes (0 hora 20 - 15 Km)


Acampamos en un plano alto

Ubicado a unos 2400m de altura en el macizo del Jebel Akhdar, con enebros y olivos gigantes. A unos pasos tenemos bonitas vistas sobre los valles de la vertiente norte.

Tienda de Campana individual



DIA 6

17/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

Dejamos el(los) vehiculo(s) por la mañana cuando empezamos la caminata
Por la noche, no tenemos acceso al equipaje

 Traslado a un pueblito troglodito de altura (0 hora 30 - 15 Km)

✓ **Caminata en la montaña (7 horas)**

Es una caminata hermosa y no muy difícil excepto una bajada muy empinada. Nos lleva de la meseta a un valle que forma un circo. Partimos de un pueblo ubicado a unos 2200m de altura donde crecen especialmente bien ganadas y nueces. Tomamos un sendero en la ladera de la montaña que nos ofrece muchas vistas hacia varios valles de la vertiente norte. Por fin alcanzamos un collado y descubrimos el gran circo que alberga nuestro punto de llegada : un pueblo ubicado a unos 1400m de altura donde crecen melocotones y albaricoques.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 5 a 6 horas

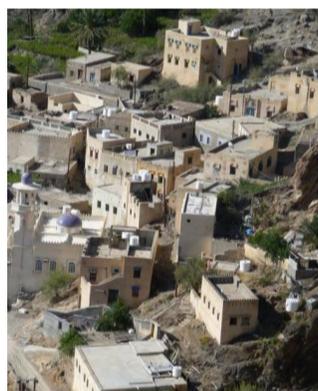
- Desnivel : +450m/-800m

   **Casa de huéspedes en un pueblo de montaña**

Una casa de huéspedes muy agradable, y muy bien ubicada en la entrada del pueblo, con muy bonita vista sobre el valle

Standard Room

desayuno & cena en el alojamiento



DIA 7

18/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

Encontramos el(los) vehiculo(s) al fin de la caminata✓ **Subida al Jebel Akhdar (6 horas)**

Cruzamos el pueblo y subimos en sus terrazas plantadas en mayoría de albaricoquero (es particularmente hermoso cuando florecen). Arriba de los campos andamos un poco en el falaj (canal de irrigación) y luego subimos en la montaña hasta que lleguemos a un collado estrecho. aquí almorzamos con vistas espectaculares sobre la valle y el circo del que venimos. Luego caminamos a lo largo de la cresta ladera sur en un paisaje mas suave de colinas con enebros y olivos salvajes grandes. Por fin llegamos a una aldea de de altura del Jebel Akhdar.

- Nivel 3*
- Tiempo de marcha : 4 a 6 horas
- Desnivel : +800m/-500m

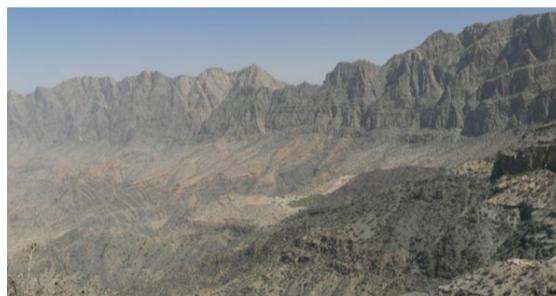
🚌 Traslado a Nizwa (1 hora 30 - 70 Km)

🏠🏠🏠 **Hotel bonito y sencillo**

Un hotel con una muy buena situacion, en un antiguo barrio al lado del souq de Nizwa. Son varias casas tradicionales que fue renovadas recientemente con mucho gusto.

Standard Room

desayuno en el alojamiento



DIA 8

19/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Visita del Fuerte de Nizwa (1 hora)**

Fue rehabilitado con el Souq hace unos 10 años. Se compone de una parte militar (la ciudadela), una parte de habitaciones, y las prisiones. En la ciudadela explican las sistemas de defensa, y desde arriba tenemos una vista hermosísima sobre Nizwa. Las prisiones fueron acondicionados en salas de museo, pequeñas pero muy bien hechas.

✓ **Paseo en el Souq de Nizwa (1 hora 30)**

El Souq y el fuerte de Nizwa fueron rehabilitados hace unos diez años. Esta abierto todos los días, pero se anima sobre todo el viernes. aquí viene gente de todos lugares que sea de la montaña o del desierto para comprar y vender. Se encuentra de todo. Lo mas folclórico es el mercado al ganado. Pero también se venden pájaros vivos, peces, miel, dátiles, y hasta coches de segunda mano...

🚌 Traslado a nuestro Acampamento en el desierto (3 horas - 220 Km)

✓ **Puesta del Sol en el Wahiba (1 hora)**

Damos un paseo para observar la puesta del sol desde arriba de una duna alta. Es e mejor momento del día para sacar fotos la que la luz esta mas dulce y el sol poniéndose cambia las sombras en las dunas. La arena tome tintas rojas.

- Nivel 1*



Acampamos en el desierto

Tienda de Campana individual



DIA 9

20/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Caminata en el desierto de Wahiba (6 horas)**

Nos ponemos en camino temprano para que aprovechemos la frescura de la mañana. Caminamos entre la dunas. La arena del Wahiba es de color amarillo y rojo así que según la luz cambia de color a lo largo del día. Paremos bajo la sombra a medio día cuando el sol es mas fuerte. Almorzamos y descansamos. Luego nos ponemos de nuevo en camino y andamos al rededor del acampamento para ver la puesta del sol. En el desierto damos los tiempos de marcha solo a titulo indicativo y podemos adaptar la duracion de las etapas al grupo.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas

- Desnivel : +100m/-100m



Acampamos en el desierto

Tienda de Campana individual

DIA 10

21/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

🚌 Traslado a una oasis en la entrada del barranco (1 hora 30 - 80 Km)

✓ **Caminata acuatica en un barranco del Hajar Oriental (5 horas)**

Una caminata acuatica facil en unos de los wadis mas hermosos de Oman. Partimos de un oasis. Cruzamos el palmar exuberante para alcanzar la entrada del canon. Caminamos entre los bloques hasta que llegemos a 2 piscinas con cascadas. aquí podemos saltar de unos 10 metros. Seguimos entre bloques y en el agua hasta que encontremos piscinas largas que debemos cruzar nadando. Por fin se ensancha el valle y descubrimos otro oasis que cruzamos para llegar al pueblo.

- Nivel 1*

- Tiempo de marcha : 3 a 5 horas

🚌 Traslado a Sur (1 hora - 100 Km)

🏠🏠🏠 **Hotel en Sur**

Un buen hotel con habitaciones modernas y confortables, ubicado en la laguna.

Standard Room

desayuno en el alojamiento



DIA 11

22/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a Tiwi (0 hora 45 - 60 Km)

✓ **Caminata de un wadi a otro por la montaña (7 horas)**

Caminamos hacia arriba rodeando los acantilados que nos dominan. Las vistas sobre el valle son estupendas. Tambien hay vistas al mar. Llegamos en la meseta arida y seguimos caminando para alcanzar otro valle importante. Bajamos en ese gran barranco para alcanzar un sorprendente oasis verde en la ladera de la montaña, con bonitas vistas.

- Nivel 4*

- Tiempo de marcha : 5 a 6 horas

- Desnivel : +800m/-400m



Acampamento en el majilis del pueblo

Pasamos la noche en el majilis de la mesquita del pueblo : aqui se reunen los hombres para sentarse y hablar. Ya que ahora muy poca gente vive en el pueblo la mesquita esta de acuerdo rentarlo nos. El lugar es muy bonito, en medio de los jardines, y tenemos banos. Una ropa y un comportamiento decentes son necesarios...

Camping

desayuno & cena en el alojamiento



DIA 12

23/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Caminata hacia el mar por el wadi (7 horas)**

Bajamos primero al pueblo muy hermoso en el fondo del valle. Luego caminamos en el wadi entre bloques rocosos. Después hay dos caminos, y tomamos el camino de los burros, ya que el otro es muy vertiginoso : dejamos el wadi y seguimos caminando un poco más alto en la meseta unas horas. Por fin bajamos de nuevo en el wadi : disfrutamos maravillosas vistas sobre la valle con sus acantilados impresionantes y sus palmares, y sobre el mar. Al llegar en el fondo del wadi vamos a bañarnos : el sitio es muy turístico (al contrario del resto del día) pero muy hermoso. Después del baño queda una hora para llegar al mar.

- Nivel 4*

- Tiempo de marcha : 6 a 7 horas

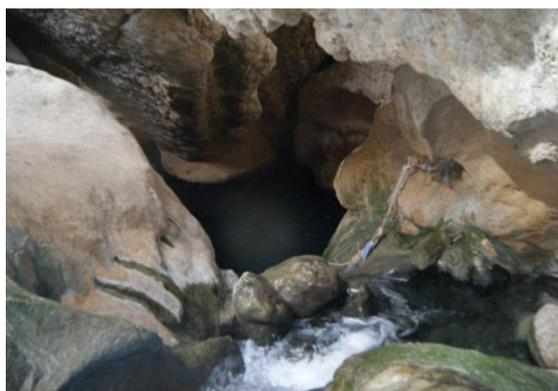
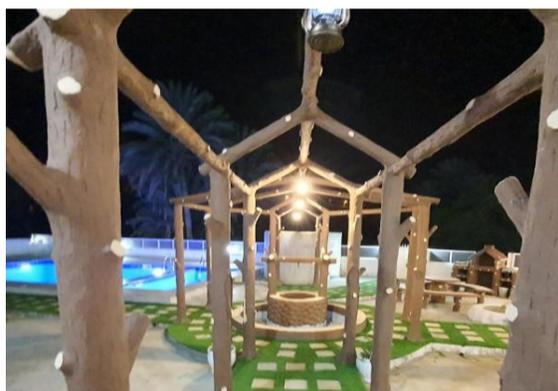
- Desnivel : +200m/-1000m

**Hotel al mar**

Una pequeña pensión muy bien localizada poco antes del pueblo de Tiwi, frente al mar, y cerca del Wadi Tiwi. La pensión tiene una piscina y un jardín.

Habitación estandar

Habitación moderna y comfortable con cuarto de baño privado..
desayuno en el alojamiento



DIA 13

24/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

🚌 Traslado a un wadi (0 hora 30 - 60 Km)

✓ **Caminata acuatica en un wadi del Hajar Oriental (7 horas)**

Partimos de la ultima poblaci3n del valle. Justo bajo al pueblo, donde se acaba la pista ya hay una piscina natural hermosísima y se puede saltar de unos 5 metros. Caminamos primero en el palmar sobre el falaj (canal de irrigaci3n), y luego encontramos un rí0. Caminamos en el agua ente los bloques. El barranco se pone mas estrecho y debemos nadar en varias piscinas. Al final encontramos una piscina larga con bloques grandes y una cascada. Regresamos por el mismo camino.

- Nivel 1*

- Tiempo de marcha : 4 a 6 horas

🚌 Traslado a Matrah (1 hora 30 - 130 Km)

🏠🏠🏠 **Riyam Hotel**

Un hotel moderno y nuevo con habitaciones confortables que esta ubicado a solo 5 minutos a pie de la Cornisa de Mutrah

Standard Room

desayuno en el alojamiento



DIA 14

25/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a un pueblo de pescadores (0 hora 45 - 50 Km)

✓ **Vuelta en barco, baño y esnorquel (4 horas)**

Partimos de un pequeño pueblo de pescadores. Uno de ellos nos lleva en su barca para que veamos la bahía, su calas, su manglar, y unos de los pájaros que la habitan. Por fin nos deja en una cala hermosísima. Después del almuerzo (claro que comemos pescados asados!) nadamos con peces multicolores. Entre otros, veremos labridos, peces cofre, peces mariposas, peces ángel, peces payasos, peje puercos, o acanturidos. Si tenemos suerte, también ocurra que quedamos nadar un poco tortugas... ATENCION : cuando el mar esta agitado, no se puede llegar a esta cala ; vamos a otra que esta tambien guapa pero los fondos marines no son tan ricos.

 Traslado a Mascate (0 hora 45 - 70 Km)

✓ **Parada frente al palacio del Sultan (0 hora 30)**

Paremos para ver desde afuera el palacio del Sultán. El no vive aquí. El edificio solo sirve a las recepciones oficiales. Ocupa toda a costa de Mascate y esta rodeado por 2 fuertes construidos por los portugueses que defienden la bahía.

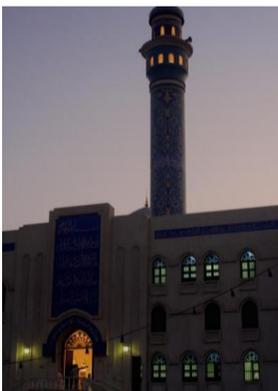
 Traslado a Matrah (0 hora 10 - 5 Km)

✓ **Visita del Souq de Muttrah (2 horas)**

El edificio principal del souq esta de toda belleza, con techos adornados de madera talladas y de vidrieras. Se extiende en todos lados con calles estrechas llenas de tiendas y tenderetes. Lo mejor es perderse en esas calles a la busca de lo que desea traer a casa. El souq esta organizado en corporaciones : hay el barrio del oro, el del argente, el de las ropas, el de las alfambras, etc....

 **Riyam Hotel**

Un hotel moderno y nuevo con habitaciones confortables que esta ubicado a solo 5 minutos a pie de la Cornisa de Mutrah
Standard Room



📌 Nivel de dificultad Senderismo & Paseo

- Nivel 1** Ninguna dificultad. Paseos faciles y accesibles a cualquier que camina ocasionalment
- Nivel 2** Caminatas faciles con un desnivel que no supera los 300 metros y que no presentan dificultad
- Nivel 3** Caminatas con un desnivel de 300 a 800 metros. Accesible a cualquier que esta acostumbrado a caminar en la montana
- Nivel 4** Caminatas con un desnivel de 800 a 1100 metros. Para caministas deportivos
- Nivel 5** Caminatas largas con un desnivel superior a 1000 metros y que pueden incluir pasajes que necesitan el uso de los manos

📌 Nivel de dificultad Barranquismo y Caminata aquatica

Esta actividad necesita saber nadar por lo menos 100 metros

- Nivel 1** Caminata aquatica que no requiere nigrun salto mandatorio ni rapel
- Nivel 2** Barranquismo facil y corto con saltos de menos de 3 metros que tambien se pueden evitar bajando en rapel
- Nivel 3** Barranquismo con saltos de unos metros y rapel poco tecnico
- Nivel 4** Banrranquismo con saltos que pueden ser un poco alos y rapeles tecnicos en cascadas. Bajadas que pueden durar mas de 5 horas