

## RANDONNEE ET DECOUVERTE DU NORD D'OMAN

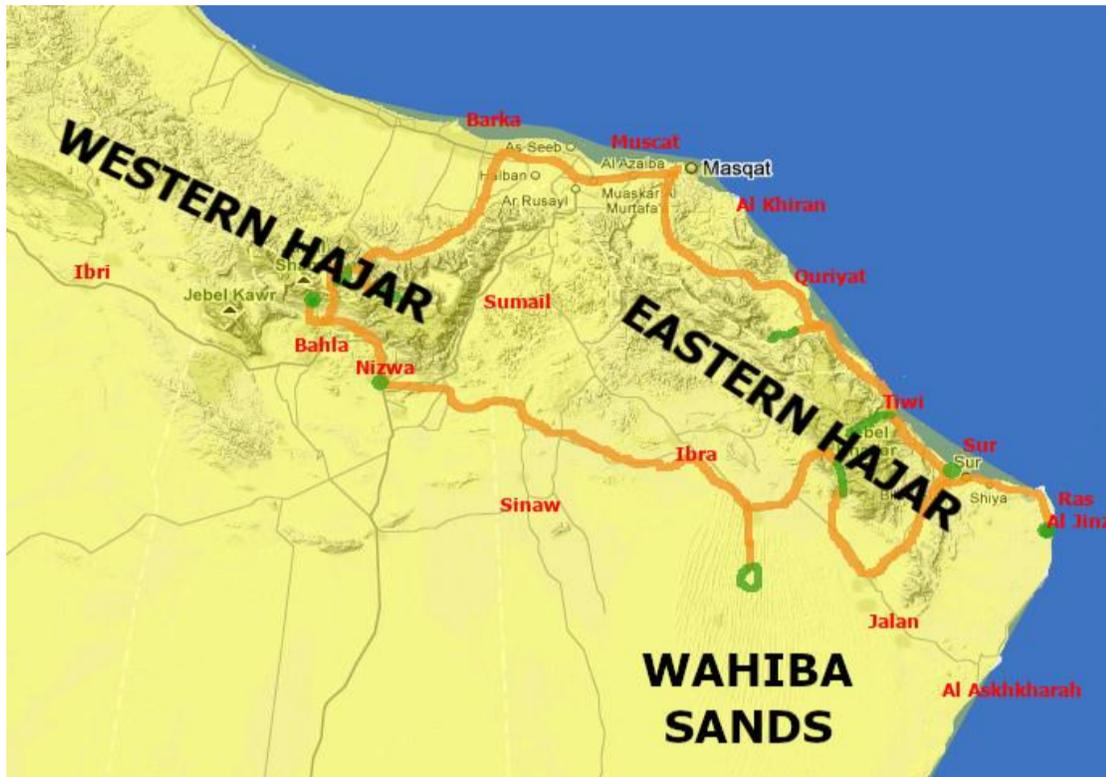
09/11/2024 - 16/11/2024

Un bel aperçu a pied du nord d'Oman, avec des randonnées en montagne et dans les wadis, et 2 nuits consécutives dans le désert. Et aussi les villes de Nizwa et Sur, et l'observation de la ponte des tortues!



<b>Niveau 3</b>	Circuits pouvant contenir des randonnées a la journée (jusqu'a 800m de dénivellée positive) et des randonnées aquatiques pas trop difficiles.
<b>Durée</b>	8 Jour
<b>DEPART</b>	09/11/2024 @ 08:00 AM Rendez-vous devant l'hotel Naseem (corniche de Matrah, Mascate)
<b>FIN</b>	16/11/2024 @ 08:00 AM Nous pouvons vous déposer ou vous le souhaitez dans Mascate
	4 Nuits en hébergements (hotel, chambres d'hotes, lodge, etc...)
	3 Nuits en camping sauvage (avec tentes, matelas épais, tapis, vaisselle, matériel de cuisine) confortable (mais sans toilettes) avec l'assistance des véhicules. Habituellement, les participants montent leur tente eux-mêmes pendant que nous installons le campement collectif.
<b>Prix par personne</b>	<b>600 OMR (1571 USD)</b>
<b>GROUPE DE</b>	<b>4 A 8</b>
<b>Circuit guide en</b>	Français
<b>Guide</b>	

**Itineraire** Wadi Bani Kharus - Wadi Bani Awf - Misfat Al Abreyeen - Nizwa - Desert du Wahiba - Wadi Bani Khalid - Ras Al Had - Sur - Wadi Tiwi - Wadi Al Arbeyeen



**Note sur le transport des bagages** Nous sommes accompagnés de véhicules ; les bagages sont donc toujours transportés dans les véhicules. Vous n'avez à porter durant les randonnées, que vos affaires de la journée.

**Note sur le Desert** Nous marchons en général, le matin, de 3 à 5 heures. La chaleur et le sable mou peuvent causer quelques difficultés. Le soir, nous faisons une balade d'1 à 2 heures autour du campement. Ceux qui le souhaitent peuvent toujours rester au campement et vaquer à leurs occupations ou faire un tour plus court, le matin, comme le soir. Au contraire, ceux qui veulent marcher plus peuvent partir seuls le soir et faire une tour plus long. Dans le desert, nous aurons un seul lieu de campement pour 2 nuits. Sur le campement, nous installons une grande tente (photos ci-dessous) pour avoir de l'ombre le midi, et éventuellement pouvoir s'abriter en cas de vent.



**JOUR 1**

09/11/2024

- Lunch - Dinner

 Transfert vers Al Awabi (2 heures - 200 Km)

✓ **Randonnée dans le Wadi Bani Kharus a travers villages, palmeraies et montagnes (4 heures )**

 *Wadi Bani Kharus*

Nous marchons dans le wadi et sur les terrasses luxuriantes de la palmeraie. Le chemin continue ensuite le long de la vallée, passe un petit col et redescend sur une palmeraie accessible uniquement a pied : les habitants du village de départ y viennent regulierement pour s'occuper des jardins ; l'entrée dans cette palmeraie est desormais privée, et nous nous arretons donc avant, au bord de l'eau pour pique-niquer et rentrons par le meme chemin.

- Niveau 2\*
- Temps de marche : 2 a 4 heures
- Denivelee : +300m/-300m

 Transfert vers Bimah (Wadi Bani Awf) (2 heures 15 - 65 Km)

 **Guesthouse de montagne**

C'est un petit hameau qui a ete renove avec gout et transforme en guesthouse agreable. L'activite agricole (culture et elevage) y a ete conservee. Et le personnel est particulierement sympathique!

**Dortoir**

*Dortoirs de 4 a 10 personnes avec lits superposes et climatisation.  
petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement*



**JOUR 2**

10/11/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

➤ *Wadi Bani Awf*

✓ **Randonnee a travers villages et montagnes du Wadi Bani Awf (5 heures )**

Nous remontons un petit vallon d'abord dans le lit de la riviere avec beaucoup d'arbres et d'oiseaux. Nous trouvons ensuite un bon chemin qui grimpe dans la montagne et nous amene a un premier village. Apres une halte sous les palmiers ou dans le village, nous traversons les jardins et nous dirigeons vers un col. Arrives a celui-ci, nous decouvrons un autre village plus important : 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 jusqu'a la route principale de la vallee

- Niveau 3\*
- Temps de marche : 4 a 5 heures
- Denivelee : +600m/-500m

🚌 Transfert vers Misfat Al Abreyeen (1 heure 45 - 60 Km)

Nous traversons les montagne 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 goudronnee, tandis que versant nord c'est une piste vertigineuse qui offre des vues grandioses.

🏠🏠🏠 **Chambres d'hotels dans une palmeraie**

C'est un vieux village dans une superbe palmeraie en terrasses le long d'un canyon. Le vieux village s'est peu a peu vide de ses habitant qui ont construit des maisons modernes a cote, et les vieilles maisons sont desormais renovees, surtout pour un usage touristiques. L'hebergement etant situe a quelques minutes de marche (en pente) du parking, il est preferable de prevoir 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'ammener de l'alcool dans le village ; nous vous remercions de respecter ces regles!

**Standard Room**

*petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement*



**JOUR 3**

11/11/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Balade dans l'oasis de Misfat Al Abreyeen (2 heures )**

➤ Misfat Al Abreyeen

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.

- Niveau 1\*
- Temps de marche : 1 a 2 heures
- Denivelee : +100m/-100m

🚌 Transfert vers Nizwa (1 heure - 60 Km)

✓ **Visite du Souq de Nizwa (1 heure 30)**

➤ Nizwa

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 a 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 intérieur. On y trouve tout : des tapis, des articles de bazar, des animaux (le marché au bétail est un endroit haut en couleur a ne pas rater), du poisson, des oiseaux, et ... des voitures d'occasion.

🚌 Transfert vers notre campement dans le desert du Wahiba (3 heures - 220 Km)

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

➤ Desert du Wahiba

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\*



**Campement dans le desert du Wahiba**

*Tente individuelle*



**JOUR 4**

12/11/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnee dans le desert d Wahiba (6 heures )**

➤ *Desert du Wahiba*

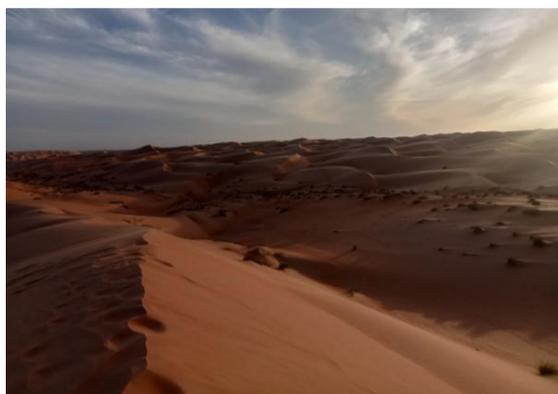
Nous commençons au petit matin notre randonnée dans les dunes lorsque le soleil n'est pas encore trop chaud. Nous partons 3-4 heures dans ce paysage somptueux de dunes ocre. A midi, nous retrouvons les vehicules et nous nous arrêtons déjeuner et nous reposer a l'ombre pendant que le soleil est a son zénith. En fin d'après midi, nous nous promenons a travers les dunes autour du campement pour profiter de la lumiere declinante du soir qui offre les plus beaux contrastes sur les dunes. Dans le desert, les temps de marche sont approximatifs et nous adaptons les etapes en fonction du groupe.

- Niveau 3\*
- Temps de marche : 4 a 5 heures
- Denivelee : +100m/-100m



**Campement dans le desert du Wahiba**

*Tente individuelle*



**JOUR 5**

13/11/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

🚌 Transfert vers Wadi Bani Khalid (1 heure 30 - 80 Km)

✓ **Randonnée Aquatique dans le Wadi Al Hwir (5 heures )**

📍 Wadi Bani Khalid

Une randonnée aquatique facile dans une des plus beaux wadis d'Oman. Nous partons d'une oasis dans la vallée. 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 zig zagant 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 une autre oasis.

- Niveau 1\*

- Temps de marche : 3 à 5 heures

🚌 Transfert vers Ras Al Had (1 heure 45 - 150 Km)

✓ **Observation nocturne des tortues (2 heures )**

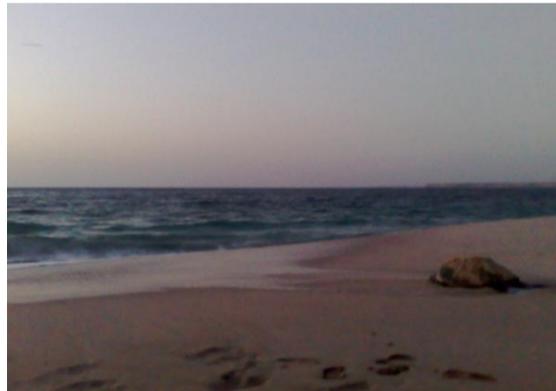
📍 Ras Al Had

La côte 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.

🏠🏠🏠 **Guesthouse ou hotel appartement a Ras Al Had**

**Standard Room**

*petit-dejeuner pris a l'hebergement*



**JOUR 6**

14/11/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

🚌 Transfert vers Sur (1 heure - 50 Km)

✓ **Visite de la ville de Sur (2 heures )**

➤ Sur

Sur est une ville importante mais qui vit a 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 gue d'ou l'on jouit du plus beau point de vue sur la ville.

🚌 Transfert vers Tiwi (0 heure 45 - 60 Km)

✓ **Courte randonnee dans la palmeraie du Wadi Tiwi (2 heures )**

➤ Wadi Tiwi

Nous marchons sur le falaj et les chemins dans une palmeraie luxuriante (palmiers, mais aussi agrumes, bananes, manguiers, papayers, etc..). En fond de vallee, un ruisseau coule, la palmeraie s'etale sur les flancs, et de belles barres rocheuses dominent le tout.

- Niveau 2\*

- Temps de marche : 1 a 2 heures



**Campement dans la palmeraie**

Tres bel endroit. Un ami nous loue sa palmeraie dans le wadi pour y passer la nuit : 2 plateformes pour poser le camp, un falaj (canal d'irrigation), et des sanitaires. Les alentours sont superbes ; s'y promener en fin de journee est tres agreable : sauvage, calme, superbes vues, et beaucoup d'oiseaux...

*Tente individuelle*



**JOUR 7**

15/11/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnée et baignade dans le Wadi Tiwi (6 heures )**

Nous faisons une belle randonnée en boucle dans une vallée splendide : une rivière qui coule toute l'année abritant de belles vasques d'eau turquoise, une palmeraie en terrasses qui s'étire tout le long, des villages, et des parois rocheuses qui dominent le tout. Plusieurs itinéraires s'offrent à nous, dont un qui passe par un court mais très beau canyon ; cette option implique de nager et donc de prévoir son équipement en fonction (ne rien prendre avec soi qui craigne l'eau, ou alors dans un sac étanche)

🏠 Wadi Tiwi

- Niveau 3\*

- Temps de marche : 4 à 5 heures

- Denivellee : +450m/-450m

🏠🏠🏠 **Hotel en bord de mer**

Un petit hotel très bien situé, légèrement en retrait du village de Tiwi, face à la mer, à l'entrée du Wadi Tiwi. L'hotel dispose d'un jardin et d'une piscine.

**Chambre Standard**

Chambre moderne et confortable avec salle de bain privative.  
petit-déjeuner pris à l'hébergement



**JOUR 8**

16/11/2024

Breakfast - Lunch -

 Transfert vers Wadi Al Arbeyeen (1 heure - 80 Km)

**✓ Balade et baignade dans le Wadi Al Hail (4 heures )**

Nous remontons le wadi en marchant sur le falaj, les blocs et parfois dans l'eau. Nous traversons également quelques vasques a la nage. Rapidement la vallee se resserre et nous arrivons a de superbes longues vasques. Nous profitons de ce lieu sauvage et de la baignade rafraichissante. Pour ceux qui le veulent, nous pouvons aussi remonter le canyon un peu plus...

 Wadi Al Arbeyeen

Attention : certains passages peuvent necessiter de marcher dans l'eau ; vos chaussures et vos pantalons pourront etre mouilles.

- Niveau 2\*

- Temps de marche : 2 a 3 heures

 Transfert vers Matrah (2 heures - 180 Km)


**① 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 dénivellation sur un terrain ne présentant pas de grosse difficulté. Accessible à toute personne pratiquant la marche de façon régulière
- Niveau 3** Randonnées avec une dénivellation de 300 à 800 mètres. Accessible à toute personne pratiquant régulièrement la marche en montagne. Les randonnées avec une dénivellation inférieure et classées Niveau 3 présentent des difficultés de terrain
- Niveau 4** Randonnées avec une dénivellation de 800 à 1100 mètres accessibles aux personnes pratiquant la randonnée sportive en montagne
- Niveau 5** Randonnées longues avec une dénivellation supérieure à 1000 mètres et pouvant inclure quelques passages nécessitant les mains

**① Niveau de difficulté Canyoning et Randonnée Aquatique**

Quel que soit le niveau, cette activité nécessite de SAVOIR NAGER plus de 100m

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