



## RANDONNEES A TRAVERS LE HAJAR OCCIDENTAL

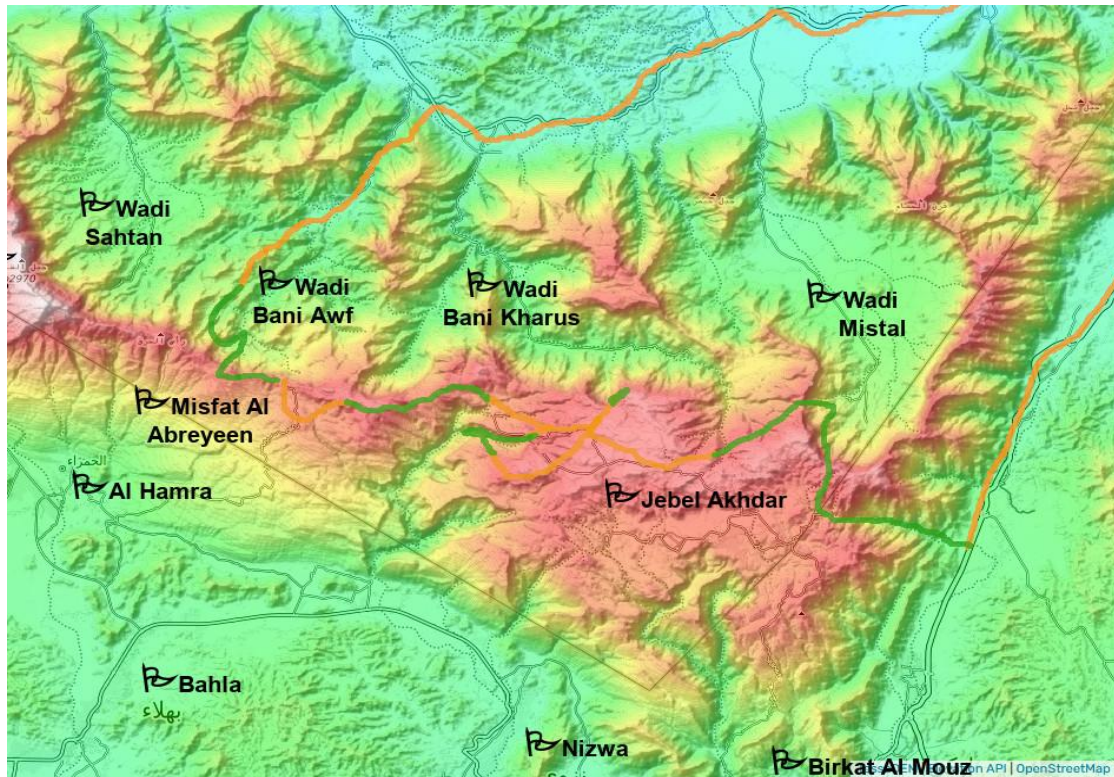
28/12/2024 - 03/01/2025

7 des plus belles randonnees dans le massif montagneux du Hajar Occidental a travers villages, vallees, oasis, cretes rocheuses, et hameaux de bergers. 4 randonnees entrecoupees de courts transferts, et 3 en itinérance sans transfert.



<b>Niveau 4</b>	Circuits pouvant contenir des randonnees sportives (jusqu'a 1200m de denivelee positive), des randonnees aquatiques et du canyoning facile.
<b>Duree</b>	7 Jour
<b>DEPART</b>	28/12/2024 @ 08:00 AM Meet in front of Naseem Hotel (Mutrah Corniche, Muscat) We might also be able to pick up you from your hotel... just ask when booking...
<b>FIN</b>	03/01/2025 @ 06:00 PM We can drop you anywhere in Muscat (hotel, airport, bus station, private house...)
	3 Nuits en hebergements (hotel, chambres d'hotels, lodge, etc...)
	3 Nuits en camping sauvage (avec tentes, matelas epais, tapis, vaisselle, materiel de cuisine) confortable (mais sans toilettes) avec l'assistance des vehicules. Habituellement, les participants montent leur tente eux-meme pendant que nous instalons le campement collectif.
<b>Prix par personne</b>	<b>650 OMR (1702 USD)</b>
<b>GROUPE DE</b>	<b>3 A 7</b>
<b>Circuit guide en</b>	English
<b>Guide</b>	

## Itineraire Wadi Bani Awf - Jebel Akhdar - Wadi Mistal



## Note sur le transport des bagages

Nous sommes accompagnés de véhicules ; les bagages sont donc transportés dans les véhicules. La plupart du temps, vous n'avez à porter durant les randonnées, que vos affaires de la journée.

**EXCEPTION :** Ce séjour comprend plusieurs jours consécutifs de randonnée (jours 5, 6) lors desquels nous ne retrouvons pas les véhicules (et n'avons donc pas accès aux bagages principaux) le soir.

Durant ces journées, vous devez porter vous-même vos affaires personnelles dont vous avez besoin pour la journée et la nuit, votre eau, et une part du pique-nique.

Nous pouvons stocker vos bagages durant ces journées ; il n'y a aucun problème de sécurité.

La nuit 5 nous sommes en hébergement confortable : les draps, couvertures, et serviettes de toilette sont fournis.



**JOUR 1**

28/12/2024

- Lunch - Dinner

🚌 Transfert vers Bimah (Wadi Bani Awf) (3 heures - 235 Km)

Nous prenons une piste qui remonte la vallee. Nous traversons des villages aux palmeraies verdoyantes puis nous traversons des reliefs abrupts. Une piste impressionnante!

✓ **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 ammene 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

➤ Wadi Bani Awf

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

🏠🏠🏠 **Chambre d'hotels de montagne**

Chambres d'hotels simples mais agreable dans un site grandiose

**Standard Room**

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



**JOUR 2**

29/12/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnée vers les cretes et le col de Sharaf Al Alamain (7 heures )**➤ *Wadi Bani Awf*

Randonnée magnifique. D'abord, nous passons par une petite gorge pour arriver a un grand village entouré d'une belle palmeraie en terrasses, au pied de falaises impressionnantes. Ensuite, nous commençons l'ascension raide (900 m de dénivellée) sur un chemin millénaire façonné par les chawi, les montagnards omanais. Arrivés au col, nous suivons la crête sur le versant sud, sur un terrain vallonné, avec des vues splendides de tous les cotés.

- Niveau 4\*

- Temps de marche : 4 a 6 heures

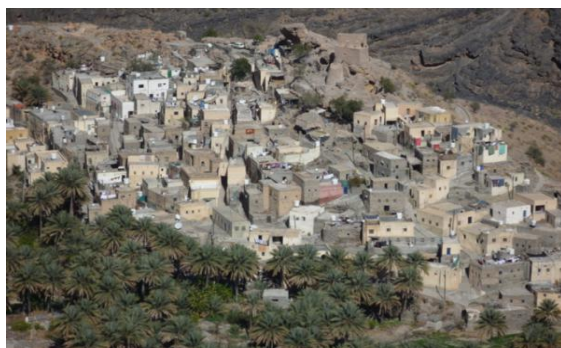
- Denivellee : +1300m/-250m

🚌 Transfert vers un hameau d'altitude pres des cretes (1 heure - 40 Km)

**Campement en montagne**

Nous campons a 2200m d'altitude, pres d'un hameau

**Tente individuelle**





**JOUR 3**

30/12/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnee sur les cretes vers le Jebel Akhdar (7 heures )**

Nous partons d'un petit hameau d'altitude situe a quelques 2400 m. Nous suivons d'abord les cretes avec des vues superbes sur les vallees du versant nord. Nous traversons ensuite plusieurs plateaux avec des genevriers et oliviers geants. Nous montons enfin a un col duquel on aperçoit un village encore lointain auquel nous devons arriver.

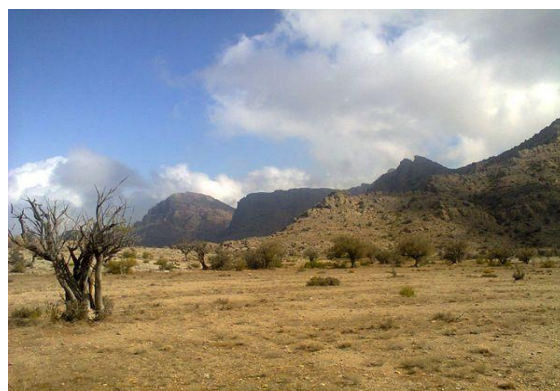
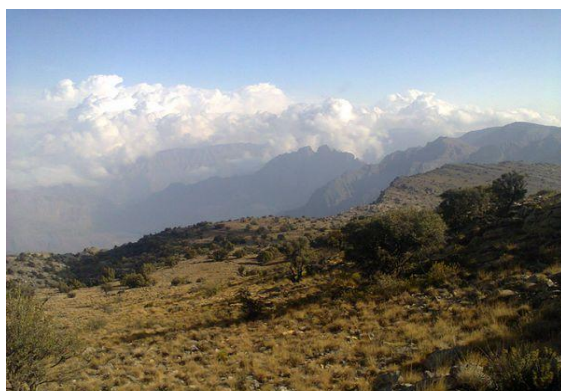
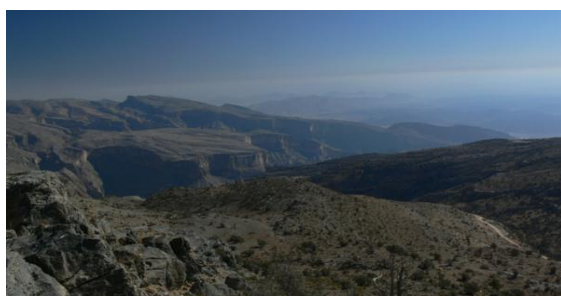
🏠 *Jebel Akhdar*

- Niveau 3\*
- Temps de marche : 5 a 7 heures
- Denivelee : +700m/-900m

🚌 Transfert vers un plateau couvert de genevriers (0 heure 30 - 20 Km)

**Campement en altitude**

Magnifique endroit, situe a 2400m d'altitude, dans le massif du Jebel Akhdar, avec des genevriers geants et des oliviers sauvages. En marchant quelques metres, nous avons de superbes vues sur les vallees du versant nord.

**Tente individuelle**

## JOUR 4

31/12/2024

Breakfast - Lunch - Dinner

🚌 Transfert vers un village d'altitude sur le Jebel Akhdar (0 heure 30 - 15 Km)

✓ **Randonnee vers une palmeraie dans un canyon (6 heures )**

Nous partons d'un village situe a 2000m d'altitude. Nous empruntons le même chemin que les habitants du villages qui vont s'occuper de la palmeraie a laquelle nous descendons, 700m plus bas. Dans la palmeraie que l'on découvre presque avec surprise après plus de 2 heures de marche, nous trouvons des palmiers dattiers, citronniers (dont les fruits sont seches sur place), des bananiers, des patates douces, et de l'ail. C'est un site particulièrement beau. Nous rentrons par un autre chemin vers un autre village du plateau.

📍 *Jebel Akhdar*

- Niveau 3\*

- Temps de marche : 4 a 5 heures

- Denivelee : +500m/-650m

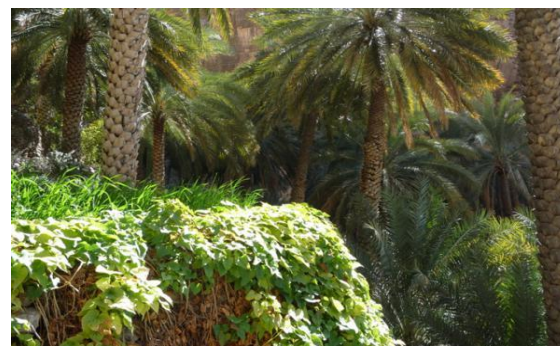
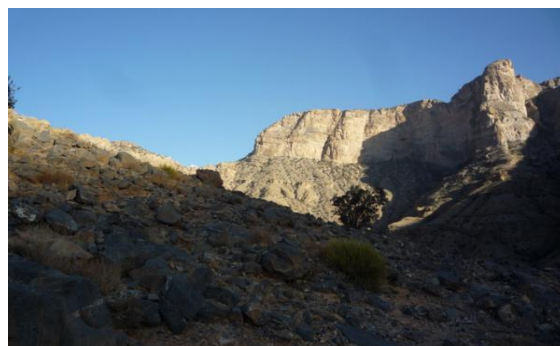
🚌 Transfert vers un hameau troglodyte d'altitude dans le Jebel Akhdar (0 heure 45 - 20 Km)

🏠🏠🏠 **Chambre d'hotels de montagne**

Nuit dans une belle maison d'hotels renovee avec gout dans un ancien village troglodyte. Le village est construit sous un surplomb dans une falaise.

**Standard Room**

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





**JOUR 5**

01/01/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

**Journee sans assistance de vehicule**  
**Nous laissons le(s) vehicule(s) le matin au depart de la randonnee**  
**Nous n'avons pas acces aux bagages principaux le soir**

✓ **Randonnee vers le Wadi Mistal (7 heures )**

➤ *Jebel Akhdar*

Une tres belle randonnee, pas trop difficile, a l'exception d'un passage tres raide en descente, qui nous emmene du plateau a une vallee en forme de cirque. Nous partons d'un village situe a 2200m d'altitude ou s'apanouissent particulierement bien grenadiers et noyers, et empruntons un chemin a flanc de montagne nous offrant de belles vues sur plusieurs vallees du versant nord du Hajar Occidental. Nous atteignons finalement un col ou nous decouvrons le grand cirque au fond duquel se trouve notre point d'arrivee : un autre village, plus bas, a 1400m, ou poussent les abricots et les peches.

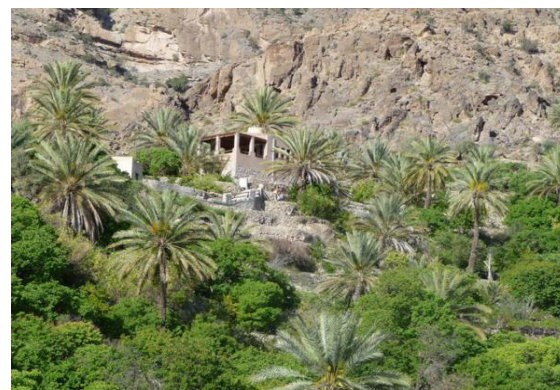
- Niveau 3\*
- Temps de marche : 5 a 6 heures
- Denivelee : +450m/-800m

🏠🏠🏠 **Guesthouse dans un village de montagne**

Une belle guesthouse a l'entree du village, avec une vue magnifique sur la vallee

**Standard Room**

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





**JOUR 6**

02/01/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

**Journee sans assistance de vehicule****Nous retrouvons le(s) vehicule(s) a la fin de la randonnee**✓ **Montee vers le Jebel Akhdar (6 heures )**➤ *Wadi Mistal*

Nous partons d'un village situe a 1400m d'altitude. Nous montons d'abord a travers les terrasses plantees d'abricotiers, de grenadiers, et de citronniers. Nous longeons ensuite le falaj canal d'irrigation, puis nous entamons la montee raide vers le col. De la nous avons les dernieres vues sur le cirque d'ou nous venons. Apres le col, un parcours agréable sur un terrain plus vallonne typique du Jebel akhdar nous emmène a un village d'altitude.

- **Niveau 3\***- **Temps de marche : 4 a 6 heures**- **Denivelee : +800m/-500m****Campement en montagne**

nous installons notre campement non loin d'un village, a une altitude de 1900m.

**Tente individuelle**



**JOUR 7**

03/01/2025

Breakfast - Lunch -

✓ **Descente du Jebel akhdar (6 heures )**🏠 *Jebel Akhdar*

Une tres belle randonnee dans une vallee sauvage et peu frequente du Jebel Akhdar. Nous descendons du plateau pour rejoindre la Trouee de Samail. La descente principale offre des vues splendides et la derniere partie dans le wadi avec les vasques d'eau, les palmiers sauvages, et l'ancien falaj est tres plaisante

- Niveau 3\*

- Temps de marche : 4 a 6 heures

- Denivelee : +100m/-1300m

🚌 Transfert vers Matrah (1 heure 15 - 120 Km)



**📌 Niveau de difficulté Randonnée & Balade**

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