

ENTDECKUNG UND ABENTEUER IM HERZ DER HAJARGEBIGE

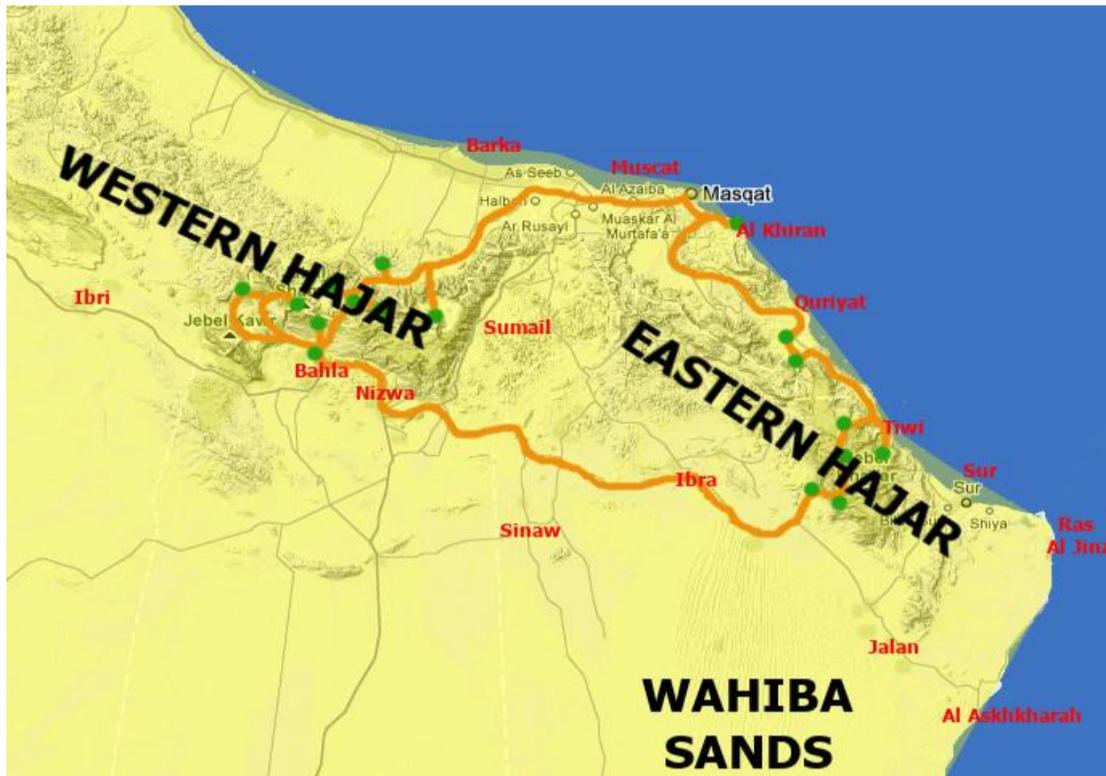
23/02/2025 - 06/03/2025

Eine Reisedstrecke weitaus durch wenig besuchte und abgeschiedene Gegenden, um die 2 haupte Bergmassive Omans (die Westliche und Ostliche Hajargebigen) in der Tiefe zu entdecken. Mitten in Natur und Traditionen.



Grad 2	Ziemlich einfache Touren mit Spaziergängen und kurzen Wanderungen mit einem Höhenunterschied unter 300m (gelegentlich ein bisschen mehr). Diese Reise können Schwimmen enthalten, sondern keine Wasserwanderung. Es gibt immer die Möglichkeit für die Reisende die es wollen, der Wanderung nicht teilzunehmen ; wenn möglich, werden sie ein alternatives Programm angeboten ; sonst werden sie in einem schönen Ort warten.
Reisedauer	12 Tag
ABFAHRT	23/02/2025 @ 08:00 AM Meeting in front of Naseem Hotel (Mutrah Corniche, Muscat) We might be able to pick up you directly from your hotel ; just ask when booking...
ENDET	06/03/2025 @ 06:00 PM We can drop you anywhere in Muscat (Hotel, Airport, Bus Station, Private House...)
	4 Übernachtungen in Unterkünften (Hotel, Gastenhaus, Lodge, usw.)
	7 Zeltübernachtungen in der Wildnis (mit Zelten, dicke Matratzen, Matte, Geschirr, Kochausrüstung), bequem (aber ohne Toiletten) mit Unterstützung von Fahrzeugen. Meistens Sollen Sie die Zelt selber bauen, währenddem wir das gemeinsame Camp einrichten.
Preis pro Person	850 OMR (2225 USD)
GRUPPE VON	3 zu 8
Reiseleitung auf	English
Reiseleiter	

Reisestrecke	Wadi Mistal - Vorgebirge - Wadi Sahtan - Wadi Bani Awf - Wadi Bani Kharus - Al Hamra - Misfat Al Abreyeen - Jebel Shams - Nizwa - Wadi Bani Khalid - Ostlichen Hajar Hochebene - Wadi Tiwi - Wadi Al Arbeyeen - Bandar Khayran
---------------------	--



Anmerkung über die Transportation von Gepacken	Wir sind mit Fahrzeugen begleitet ; Ihre Hauptgepcke werden immer in den Fahrzeugen transportiert. Wahrend Wanderungen brauchen Sie nur einen Tagesrucksack zu tragen.
---	--

TAG 1

23/02/2025

- Lunch - Dinner

 Fahrt nach einem Wadi der Vorgebirge (2 stunden - 180 Km)

 Fahrt nach Wadi Mistal (0 stunde 50 - 50 Km)

✓ **Spaziergang in der Bergoase Wakan (1 stunde)**

➤ *Wadi Mistal*

Das Dorf liegt tief in einem Tal, das ein Felskessel bildet. Häuser und Garten hängen an den Felsen. Wir gehen durch das alte Dorf, an Terrasengarten entlang, wo Knoblauch, Zwiebel, Bohnen, Dattelpamen, Zitronen- und Aprikosenbaume wachsen. Aprikosen sind die Dorfspezialität und es ist besonders schön im Frühling wann sie bluten.

- Grad 1*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden
- Hoheunterschied : +50m/-50m

 Fahrt nach einem Wadi der Vorgebirge (0 stunde 40 - 50 Km)

✓ **Spaziergang in einem Tal der Vorgebirge (2 stunden)**

➤ *Vorgebirge*

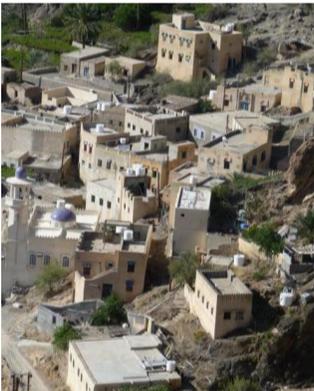
Dieses Tal ist sehr typisch von den omanischen Vorgebirge : der Fluss fließt durch Steine aus dem ozeanischen Boden, die man "Ophioliten" nennt. Auf dem Weg sehen wir mehrere Megnesium Quelle, die weisse Wasserpoools bilden. Wir spazieren durch diesem Tal. Auf dem weg finden wir kleine Pools, wo wir uns erfrischen können.

- Grad 1*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden



Zeltübernachtung in einem Wadi der Vorgebirge

Schönes Ort neben ein Fluss und massive steinige Hugel aus Ophioliten
Individuelle Campingzelte



TAG 2

24/02/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Ar Rustaq (1 stunde - 70 Km)

✓ **Spaziergang im Herz von Wadi Sahtan (2 stunden)**

➤ *Wadi Sahtan*

Wir laufen auf einem kleinen Plateau, das ganz in der Mitte des Felskessel Wadi Sahtans liegt. Unser Ziel ist ein kleines Dorf, das am Ende des Plateaus liegt, und mit Terrassenfelder umgeben ist. Aussichte auf die Felswände und insbesondere die Nordwand des Jebel Shams sind hervorragend.

- **Grad 2 & 3***
- **Gehzeit : 1 zu 1 stunden**
- **Hoheunterschied : +50m/-50m**

 Fahrt nach einem Bergdorf in Wadi Bani Awf (1 stunde - 35 Km)

✓ **Wanderung runter im Tal (2 stunden)**

➤ *Wadi Bani Awf*

Wir gehen durch das Dorf und folgen einen guten Bergweg bis zum Boden des Tals. Wir gehen dann durch Felsen im Flussbett weiter. Es gibt viele Baume und manchmal nach starkem Regen fliesst einen Bach mehrere Monaten lang.

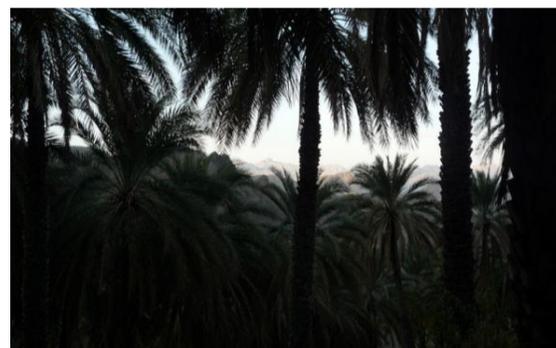
- **Grad 2***
- **Gehzeit : 1 zu 2 stunden**
- **Hoheunterschied : +50m/-350m**

   **Gastehaus in der Gebirge**

Es geht um ein altes dorfchen, das renoviert wurde und in einem Gastehaus umwandelt wurde. Die Landwirtschafts Aktivitat (Ziege und Felder) wurde behalten. Und die Belegschaft ist besonders nett!

Mehrbettzimmer

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



TAG 3

25/02/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Wadi Bani Kharus (2 stunden - 65 Km)

✓ **Wanderung in Wadi Bani Kharus durch Dorfer, Palmengarten, und Gebirge (4 stunden)**

➤ *Wadi Bani Kharus*

Wir gehen durch das Wadi und die üppigen Terrassen der Oase. Wir gehen dann weiter durchs Tal, über einen kleinen Pass und runter nach einem abgeschiedenem Garten : Die Bewohner von den unterliegenden Dorfer kommen regelmässig, um sich um die Garten zu kümmern: ein sehr schöner und üppiger ort. Eintritt in den Garten ist hier jetzt privat : deswegen halten wir vorher am Fluss zum mittagspause und kommen zurück dem gleichen Weg.

- Grad 2*
- Gehzeit : 2 zu 4 stunden
- Hoheunterschied : +300m/-300m

 Fahrt nach Balad Sit (2 stunden 30 - 70 Km)

✓ **Rundgang in der Bergoase Balad Sit (2 stunden)**

➤ *Wadi Bani Awf*

Wir wandern durch einen enge Schlucht, der weg ist schön und beeindruckend. Am Ende der Schlucht kann man das Dorf sehen. Vom Dorf aus hat man einen schönen Ausblick über die Oase und die Terrassenfelder, duch die wir auch spazieren gehen, Wir gehen zurück zu den Wagen.

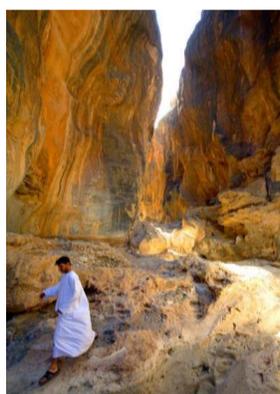
- Grad 1*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden
- Hoheunterschied : +50m/-50m

   **Gastnhaus uin der Gebirge**

Einfaches sondern angenehmes Gastnhaus in einer wunderschönen Stelle

Standard Room

Fruhstuck & Abendessen am Unterkunft



TAG 4

26/02/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Sharaf Al Alamain (1 stunde - 15 Km)

Diese 10km Pistenstrecke fuehrt uns 1000m hoher. Sie ist steil und bietet hervorragende Aussichten auf dem Tal

✓ **Einfache Wanderung am Bergskam (3 stunden)**

 Wadi Bani Awf

Wir wandern den Bergskam entlang und geniessen hervorragende Ausblicke auf den Tal Wadi Bani awf. Von dort sehen wir aber auch Wadi Sahtan, das Gipfel von Jebel Shams, das Jebel Kawr, und die Stadte von Al Hamra, Bahla, und in der weite Nizwa.

- Grad 2*

- Gehzeit : 2 zu 3 stunden

- Hoheunterschied : +100m/-100m

 Fahrt nach Al Hamra (0 stunde 45 - 30 Km)

✓ **Besichtigung eines lebendigen Museum uber tradizionnelle Know-hows (1 stunde 30)**

 Al Hamra

In diesem Dorf haben wir die Möglichkeit in ein omanisches Haus reinzugehen. Wir werden von den Frauen empfangen, die uns zeigen, wie sie Kaffee rösten und kochen, Brot backen und wie sie Öl und Salben aus den im Gebirge gepflückten Krautern herstellen.

 Fahrt nach Misfat Al Abreyeen (0 stunde 12 - 10 Km)

✓ **Rundgang in der Bergoase Misfat Al Abreyeen (2 stunden)**

 Misfat Al Abreyeen

Wahrscheinlich eines der schönsten Dörfer im Oman, Dort gehen wir durch die Palmenoase, die am Hang des Canyons hängt, im Schatten der Dattentpalmen. Ein sehr angenehmer Augenblick!

- Grad 1*

- Gehzeit : 1 zu 2 stunden

- Hoheunterschied : +100m/-100m

 **Gastezimmer in einem Palmgarten**

Es ist ein altes Dorf in mitte einer wunderschönen Palmenoase. Alte Hause wurden von meistens Bewohner verlassen, die moderne Hause an der Seite gebaut haben, und werden jetzt renoviert fur Tourismus Projekte. Das Gastenhaus liegt ein Paar Minuten vom Parkplatz ; es is also besser, dass Sie einen Rucksack mit den notwendigen Sachen fur eine Nacht mitnehmen. Aus Achtung vor den Bewohnern des Dorfes, ist es auch verboten im Haus zu rauchen und ins Dorf Alkohol mitzubringen ; wir bedanken uns bei Ihnen, diese Regeln einzuhalten.

Standard Room

Fruhstuck & Abendessen am Unterkunft



TAG 5

27/02/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Al Khitaym (Jebel Shams) (1 stunde 12 - 50 Km)

✓ **Wanderung am Grand Canyon entlang (4 stunden)**

 *Jebel Shams*

Unser Weg führt uns zu einem Dorf, deren Höhlenwohnungen in den 90. verlassen wurden. Das Dorf liegt ca. auf 1800 Meter am Hang eines Felsens, Der Weg dorthin bietet spektakuläre Ausblicke auf den Grand Canyon. Wir können auch den höchsten Gipfel des Landes (3000M) Jebel Shams sehen. Es ist eine leichte und lohnenswerte Wanderung!

- Grad 2*
- Gehzeit : 2 zu 3 stunden
- Hoheunterschied : +250m/-250m

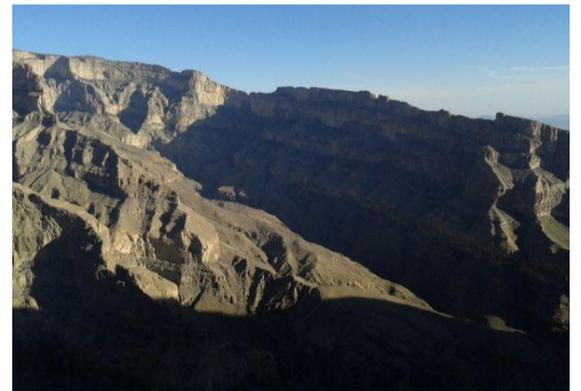
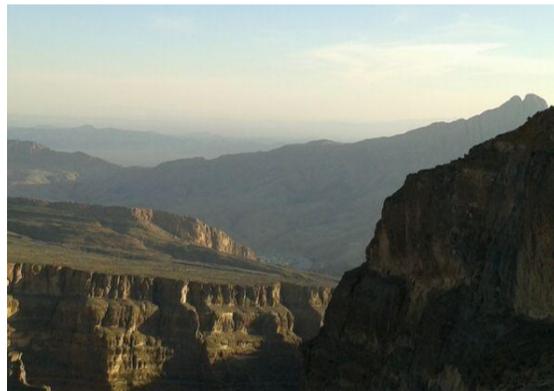
 Fahrt nach der Hochebene von Jebel Shams (0 stunde 20 - 12 Km)



Zeltübernachtung im Jebel Shams

Auf etwa 1800 Meter Höhe

Individuelle Campingzelte



TAG 6

28/02/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach einem Wadi am westlichen Berghang von Jebel Shams (2 stunden - 100 Km)

✓ **Spaziergang und Baden in einem Wadi (2 stunden)**

Im Wadi fließt das ganze Jahr ein Fluss. Wir haben allerlei Möglichkeiten zum Baden. Schon nach 10 Minuten erreichen wir die ersten Becken, Geht man eine halbe Stunde, so gelangt man zu einem schönen Becken mit Wasserfall.

 *Jebel Shams*

- Grad 1*

- Gehzeit : 1 zu 2 stunden

 Fahrt nach den Gräbern von Bat (0 stunde 30 - 25 Km)

✓ **Besichtigung der Gräber in Al Ayn (0 stunde 30)**

Wir machen eine Pause, um uns die Grabhügel anzusehen. Sie stammen aus dem dritten Jahrtausend vor J.C. Sie liegen am Fuß des Jebel Misht, eines eindrucksvollen Berges mit 1000 Meter hohen Felswänden.

 *Jebel Shams*

 Fahrt nach Nizwa (1 stunde 30 - 100 Km)

 **Schones einfaches Hotel**

Ein Hotel in einer spitzen Lage : es liegt in einem alten Stadtviertel von Nizwa gerade am Souq. Es besteht aus mehreren alten Häusern, die vor kurzem geschmackvoll renoviert wurden.

Standard Room

Fruhstuck am Unterkunft



TAG 7

01/03/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Nizwa (1 stunde - 60 Km)

✓ **Beisichtigung des Souks in Nizwa (1 stunde 30)**

Nizwa ist eine Großstadt, Die am Fuße der berge liegt: Sie war lange Zeit die Hauptstadt des Omans. Es ist eine Traditionsstadt, der Souk und der Markt wurden 1996 renoviert. Am Freitag findet der traditionelle Markt statt. Beduinen aus der Wüste, Chawis aus den Bergen kommen hierher um einzukaufen. Dort kann man alles finden: Teppiche, Töpfereien, Schmuck, aber auch „Vieh. Den Viehmarkt sollte man auf keinen Fall verpassen.

 Nizwa

 Fahrt nach unserem Zeltlager (3 stunden - 250 Km)

Zeltübernachtung mit Steinhugel umgeben
Individuelle Campingzelte


TAG 8

02/03/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Wadi Bani Khalid (0 stunde 30 - 30 Km)

✓ **Wanderung nach Wasserfalle und Schwimmen (3 stunden)**

➤ *Wadi Bani Khalid*

Ausgangspunkt ist eine kleine Oase im Tal. Wir gehen durch die Garten zur Schlucht. Dort muss man über Felsen klettern, der Weg ist ein bisschen schwierig aber es lohnt sich und dauert nicht so lange. Wir entdecken bald einen großen Wasserpool mit Wasserfall, Wenn Sie Lust haben, können Sie sogar einen zehn Meter Sprung machen. Dem Regen und Fluten nach, kann es vorkommen, dass wir im Wasser gehen eben manchmal schwimmen sollen, um die Wasserfalle zu erreichen.

- **Grad 2***

- **Gehzeit : 1 zu 2 stunden**

 Fahrt nach eine Oase del Hajar Oriental (2 stunden 30 - 50 Km)


Zeltübernachtung in der Gebirge

Wir zelten auf einer Höhe von 1000m

Individuelle Campingzelte



TAG 9

03/03/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

☞ Ostlichen Hajar
Hochebene

✓ **Kurze Wanderung zu einem Bergsdorf (3 stunden)**

Am Ende der Piste gehen wir auf einem guten Pfad runter zum Dorf. Es liegt in einer wunderschönen und wilde Stelle : unter riesige Felswände, am Anfang einer wunderschönen Schlucht. Diese Ortschaft ist sehr abgeschieden und besonders schön. Man kann hier auch in einige schöne Pools schwimmen.

- Grad 1*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden
- Hoheunterschied : +100m/-100m

🚌 Fahrt nach einer Bergoase im Ostlichen Hajar (2 stunden - 70 Km)

✓ **Spaziergang in einer Bergoase (3 stunden)**

☞ Ostlichen Hajar
Hochebene

Wir erkunden dieses entlegene Dorf (die Piste wurde nur 2013 aufgebaut!) auf den sogenannten Falaj (Bewässerungskanäle) zu Fuss. Es ist eine überraschend uppige Oase in dieser trockenen Gebirge...

- Grad 2*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden
- Hoheunterschied : +100m/-100m

🚌 Fahrt nach den Hohenlagen der ostlichen Hajargebirge (1 stunde - 20 Km)



Zeltübernachtung auf dem Plateau

Wir zelten auf dem Plateau, etwas 1000m über das Meer

Individuelle Campingzelte



TAG 10

04/03/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Tiwi (1 stunde - 30 Km)

✓ Wandern und Schwimmen in Wadi Tiwi (4 stunden)
 Wadi Tiwi

Ein wunderschönes Tal mit einem Fluss und Wasserpoools, einer riesigen Palmenoase auf Terrassen den ganzen Weg entlang, Bergdorfer, und impressive Felswände. Wir fahren durch das Tal und wandern durch Palmengarten und im Flussbett, um schwimmen zu gehen.

- Grad 2*
- Gehzeit : 2 zu 3 stunden
- Hoheunterschied : +100m/-100m

 Fahrt nach Wadi Tiwi (0 stunde 15 - 5 Km)

✓ Spaziergang zu einem Wasserfall (1 stunde)
 Wadi Tiwi

Ein sehr schönes Ort. Wir gehen durch die Palmen bergab auf gute aber steile Treppe und erreichen eine beeindruckende Schlucht. Dort gibt es ein Wasserfall und wir können auch (mit Anstand) baden

- Grad 1*
- Gehzeit : 0 zu 1 stunden
- Hoheunterschied : +100m/-100m


Zeltubernachtung in privaten Garten im Wadi

Sehr schönes Ort. Wir zelten in einem privaten Palmengarten : es gibt 2 Terrassen um Zelte aufzubauen, ein Falaj (Wasserkanal), und Toiletten. Spaziergang am späten Nachmittag in der Umgebung ist toll : wild, mit überraschende Aussichten, und viele VogelIn...

Individuelle Campingzelte


TAG 11

05/03/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Wadi Al Arbeyeen (1 stunde - 80 Km)

✓ **Wandern und Schwimmen in Wadi Al Hail (4 stunden)**

Wir fangen, im Wadi zu wandern. Auf dem weg wandert man auf dem Falaj, durch Steinblocken, und durch Wasserpools quer. Das Tal verengert sich und dort finden wir lange Pools. Wir schwimmen und bleiben ein bisschen in diesem schonen Ort und gehen zuruck.

➤ *Wadi Al Arbeyeen*

Achtung : auf dieser Wanderung soll man manchmal durch Wasser gehen ; Schuhe und Hose können nass werden...

- Grad 2*

- Gehzeit : 2 zu 3 stunden

 Fahrt nach unser Zeltlager (0 stunde 30 - 30 Km)



Zeltübernachtung am Fuss der Gebirge

Wir zelten am Fuss von schone Berge mit einem Panoramisches Ausblick

Individuelle Campingzelte



TAG 12

06/03/2025

Breakfast - Lunch -

 Fahrt nach Bandar Khayran (2 stunden - 120 Km)

✓ **Tag am Strand : Gehen, Schwimmen, und Snorcheln (6 stunden)**

Die Bucht von Bandar Khiran ist sehr steinig und zahlt viele kleinere Buchten mit schonen Stranden. Wir fangen an am Parkplatz, das hoch liegt, und woraus wir wunderschone Aussichten haben. Wir gehen auf einem guten Weg zu einem weissen Strand, wo wir den Rest den Tag verbringen werden. Wir konnen dort schwimmen und snorcheln (Meeresboden ist reich mit vielen farbigen Fischen, Korallen, und eben manchmal Schildkroten). Air werden am Strand auch mittagsessen. Normalerweise grillen wir Fisch oder Meeresfruchten. Wir konnen auch eine weitere Wanderung machen, um andere Strande zu besuchen. Schliesslichen gehen wir zuruck dem gleichen Weg.

➤ Bandar Khayran

- Grad 2 & 3*

- Gehzeit : 0 zu 1 stunden

- Hoheunterschied : +50m/-50m

 Fahrt nach Muttrah (0 stunde 45 - 50 Km)


① Schwierigkeitsgrad Wandern & Spazieren

- Grad 1** Keine Schwierigkeit. Einfache Spaziergange. 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 Höhenunterschied über 1000 Meter, die Abschnittweise einfaches Klettern bitten