

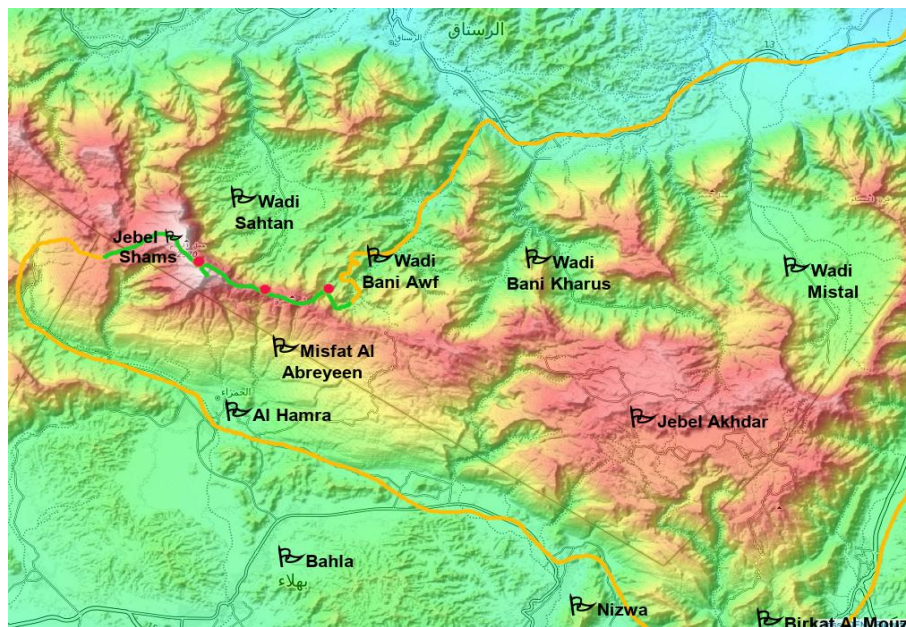
TREKKING - AUFSTIEG DES GIPFELS JEBEL SHAMS AB WADI BANI AWF

20/12/2025 - 23/12/2025

Eine tolle Wanderung, um das höchste Gipfel Omans aufzusteigen : ab Wadi Bani Awf am nördlichen Berghang, am Hauptbergkam entlang, und bergab an der südlichen Seite am Grand Canyon entlang. Anspruchsvoll und minimalistisches Komfort.



Grad 5	Anspruchsvolle Touren, die schwierige Wanderungen, Canyoning, Via-ferratas, oder Abenteuerstrecken enthalten können.
Reisedauer	4 Tag
ABFAHRT	20/12/2025 @ 08:00 AM We can pick up directly from your hotel between 7 and 8 AM
ENDET	23/12/2025 @ 06:00 PM We can drop you anywhere in Muscat (hotel, airport, private house...)
F B F	2 Übernachtungen in der Wilder unter dem Sternenhimmel, mit minimalistischer Ausrüstung, ohne Unterstützung von Fahrzeugen
	1 Übernachtungen bei Einheimischen, manchmal mit sehr urigem Komfortbedingungen
Preis pro Personne	400 OMR (1047 USD)
GRUPPE VON	3 zu 6
Reiseleitung auf	English
Reiseleiter	

Reisestrecke Wadi Bani Awf - Jebel Shams

Anmerkung über die Transportation von Gepacken

Wir sind mit Fahrzeugen begleitet ; Ihre Hauptgepäck werden in den Fahrzeugen transportiert. Meistens brauchen Sie nur einen Tagesrucksack während Wanderungen zu tragen.

AUSNAHME : Diese Reise enthält mehrere Wandertage hintereinander (Tage 2, 3, 4), in denen wir die Fahrzeuge am Abend nicht treffen.

Während diesen Tagen müssen Sie ihre persönliche Sachen, die Sie für die Nacht brauchen, Wasser, und ein Teil des Mittagessens selber tragen.

Wir können ihre Hauptgepäck während diesen Tagen lagern. Es gibt kein Sicherheitsproblem.

Übernachtungen 2, 3 übernachten wir **UNTER DEM STERNENHIMMEL** und Sie sollen auch eigene Isomatte und Schlafsack selber tragen.

TAG 1

20/12/2025

- Lunch - Dinner

 Fahrt nach Bimah (Wadi Bani Awf) (3 stunden - 235 Km)

Wir fahren ins Tal zuerst durch Dorfer und grüne Palmenoasen und dann durch unübersichtliche Gelände. Eine beeindruckende 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.

 Wadi Bani Awf

- Grad 2*

- Hoheunterschied : +0m/-150m | Gelaufene Entfernung ~3km

 Fahrt nach Bimah (Wadi Bani Awf) (0 stunde 15 - 5 Km)

✓ **Kurze Wanderung zu einem Bergdorf (2 stunden)**

Wir laufen zuerst im trockenen Flussbett und finden dann einen guten Weg, der uns zum Dorf, 200m höher.

 Wadi Bani Awf

- Grad 2*

- Gehzeit : 1 zu 1 stunden

- Hoheunterschied : +200m/-0m

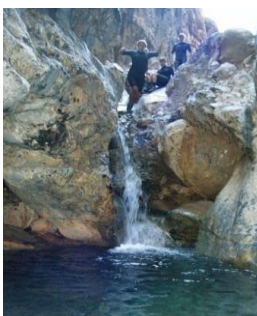


Übernachtung in einem Privathaus

Wir übernachten bei einem Freund in einem Bergsdorf, das jetzt nicht mehr vollzeit gewohnt ist. Wir haben 3 Zimmer wo wir schlafen können und ein neu gebautes Badezimmer. Wir können auch draussen unter dem Sternenhimmel schlafen.

Dormitory room

Frühstück & Abendessen am Unterkunft



TAG 2

21/12/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

Tag ohne Unterstützung von Fahrzeuge

Wir verlassen die Fahrzeug(e) am Vormittag am Anfang der Wanderung

Wir haben kein Zugriff zu den Hauptgepacken am Abend.

✓ Wanderung zum Bergkam (8 Stunden)

Wir fangen an, vom Dorf zu wandern. Wir gehen berg auf kurz auf der Piste und finden den alten steilen Weg. Wir gehen manchmal auf einem guten Pfad und manchmal ohne klaren Weg. Einige Stellen können ein bisschen schwierig sein. Am Pass genießen wir beim guten Wetter hervorragende Aussicht vom Jebel Shams zu Jebel Akhdar auf der Südliche Seite und von Wadi Sahtan zu Wadi Mistal auf der nördlichen Seite. Wir folgen den Bergrücken ab und auf und erreichen einen anderen Pass. Schliesslich gehen wir ein Stück runter am nördlichen Berghang, um ein Bergvorsprung zu folgen, der Wadi Sahtan in einer Höhe von 2000m übersieht.

- Grad 5*

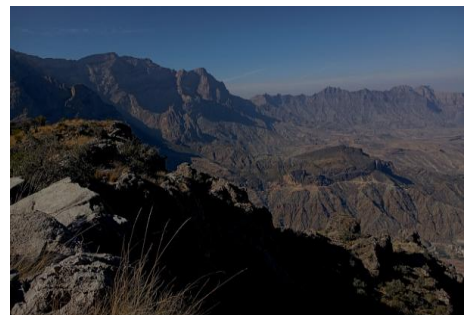
- Gehzeit : 5 zu 7 Stunden

- Höheunterschied : +1200m/-400m | Gelaufene Entfernung ~7km

Wadi Bani Awf

F B F Biwak auf einem Bergvorsprung mit Blick auf Wadi Sahtan

Wir schlafen auf einer Höhe von 2000m auf einem Bergsprung, wo es mehrere Quelle gibt. So haben wir Wasser nicht weit... planen Sie dann Micropur mitzunehmen.

Unter dem Sternenhimmel

TAG 3

22/12/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

Tag ohne Unterstützung von Fahrzeuge

Wir haben kein Zugriff zu den Hauptgepacken am Abend.

✓ Wanderung zum Gipfel Jebel Shams (9 Stunden)

Jebel Shams

Wir verlassen Heute den Bergvorsprung am Wadi Sahtan und erreichen wieder das Hauptbergkamm, das wir wieder folgen. Dann geht es berg ab und wieder auf zu einer Quelle. Kurz nach der Quelle erreichen wir die erste vertikale Felswand (ca. 12m), die mit Leitern eingerichtet ist. Es geht dann immer berg auf. Wann wir gerade unter dem Gipfel sind, folgen wir ein Bergvorsprung das uns zu einer zweiten mit Leitern eingerichteten Felswand (ca. 2m) führt. Wir sind jetzt auf dem Bergkamm, der zum Gipfel führt, der noch 1 km weiter und 150m höher liegt. Wenn wir Zeit haben, können wir am späten Nachmittag dorthin gehen. Sonst machen wir es am nächsten Vormittag.

- Grad 5*

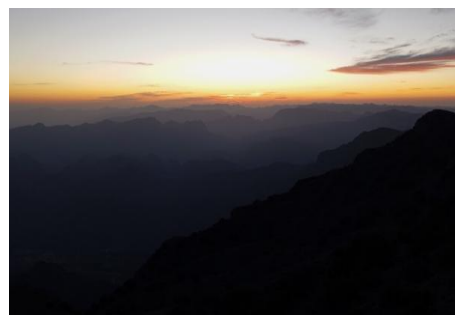
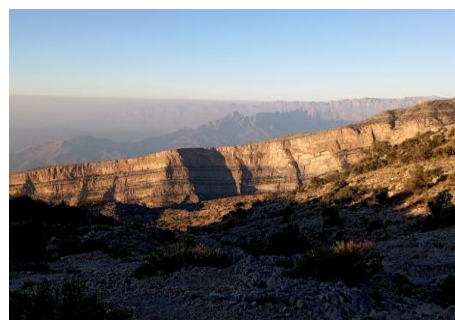
- Gehzeit : 6 zu 8 Stunden

- Höhenunterschied : +1200m/-300m | Gelaufene Entfernung ~10km

F B F Biwak in einem Pass 2800m

Wir übernachten in einem sehr schönen Ort mit hervorragender Aussicht über Wadi Sahtan, und bei klarem Wetter bis zu Jebel Akhdar.

Unter dem Sternenhimmel



TAG 4

23/12/2025

Breakfast - Lunch - Dinner

Tag ohne Unterstützung von Fahrzeuge

Wir finden die Fahrzeug(e) wieder am Schluss der Wanderung

✓ Wanderung am Grand Canyon entlang (7 Stunden)

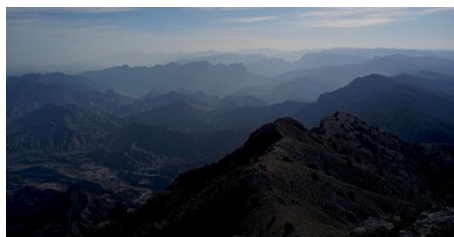
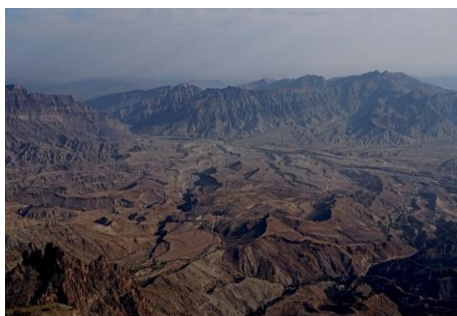
Wir verlassen unser Biwak und gehen zum Gipfel : das beste Aussicht auf dem westlichen Hajargebirge! Beim Rückkehr, nehmen wir unsere Rucksacke und fangen unsere letzte Abstieg an : wir gehen noch ein Stück am Bergkam entlang und dann berg ab an der südlichen Seite am Grand Canyon entlang. Die Aussichte sind beeindruckend. Und bei klarem Wetter können wir bis zu Jebel Misht und Jebel Kawr sehen : ein wunderschönes Panorama...

Jebel Shams

- Grad 4*

- Gehzeit : 5 zu 6 Stunden

- Hoheunterschied : +300m/-1300m | Gelaufene Entfernung ~13km

 Fahrt nach Muttrah (3 Stunden 30 - 300 Km)


① 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

① Schwierigkeitsgrad Canyoning und Wasserwanderung

Für diese Aktivität müssen Sie mindestens 100m schwimmen

Grad 1 Wasserwanderung ohne Pflichtsprunge und ohne Abseilen

Grad 2 Einfaches und kurzes Canyon mit Sprunge, die nicht höher als 3 meter sind und, die abseilend vermieden werden können

Grad 3 Canyons mit Sprunge und Abseilen, die aber nicht besonders technisch sind

Grad 4 Canyonns mit möglicherweise hohe Sprunge und technisches Abseilen in Wasserfalle, die mehr als 5 Stunden brauchen