

RANDONNEES A TRAVERS LE HAJAR OCCIDENTAL

02/03/2026 - 08/03/2026

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 itinerance sans transfert.



Niveau 4 Circuits pouvant contenir des randonnees sportives (jusqu'a 1200m de denivelee positive), des randonnees aquatiques et du canyoning facile.

Duree 7 Jour

DEPART 02/03/2026 @ 08:00 AM
We can pick up you from your hotel anywhere in Muscat

FIN 08/03/2026 @ 06:00 PM
We can drop you to your hotel anywhere in Muscat or to Airport

 	3 Nuits en hebergements (hotel, chambres d'hotes, 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. Cliquez ici pour plus d'informations sur le camping sauvage
---	--

Prix par personne 650 OMR (1702 USD) **

GROUPE DE 3 A 7 **

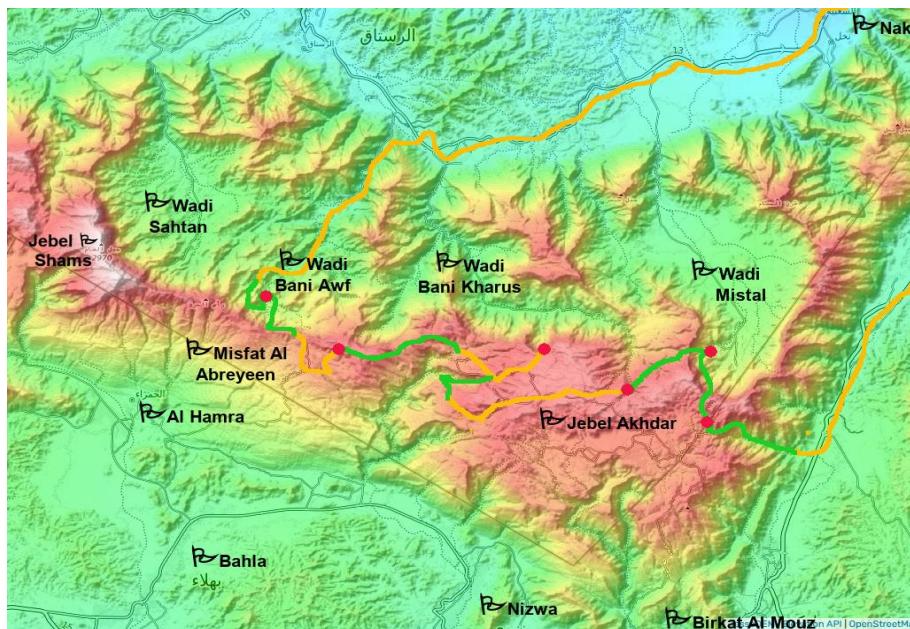
**** SUPPLÉMENT PETIT GROUPE** Nous pouvons confirmer le départ avec 2 participants si vous acceptez de régler un supplément de 210 OMR (550USD) par personne.
Si nous atteignons finalement au moins 3 participants, évidemment le supplément ne s'applique pas et le prix reste de 650 OMR (249 USD) par personne.

Circuit guide en English

Guide

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 partie 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

02/03/2026

- Lunch - Dinner

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

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

✓ **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 ammena 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/-450m | Distance parcourue ~8km

[Wadi Bani Awf](#)

Chambre d'hotes de montagne

Chambres d'hotes simples mais agreeable dans un site grandiose

Private Room

petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement



JOUR 2

03/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

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

Randonnée magnifique. D'abord, nous passons par une petite gorge pour arriver à un grand village entouré d'une belle palmeraie en terrasses, au pied de falaises impressionnantes. Ensuite, nous commençons l'ascension raide (900 m de dénivelée) 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 côtés.

- Niveau 4*
- Temps de marche : 4 à 6 heures
- Dénivelée : +1200m/-200m | Distance parcourue ~8km

Transfert vers un hameau d'altitude près des crêtes (1 heure - 40 Km)

Campement en montagne

Nous campons à 2200m d'altitude, près d'un hameau

Tente individuelle



JOUR 3

04/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

[Jebel Akhdar](#)**✓ 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 apercoit un village encore lointain auquel nous devons arriver.

- *Niveau 3**

- *Temps de marche : 5 à 7 heures*

- *Dénivelée : +700m/-400m*

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

05/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

[Jebel Akhdar](#)

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 particulierment beau. Nous rentrons par un autre chemin vers un autre village du plateau.

- Niveau 3*

- Temps de marche : 4 a 5 heures

- Denivelle : +550m/-800m | Distance parcourue ~9km

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

Chambre d'hotes de montagne

Nuit dans une belle maison d'hotes 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

06/03/2026

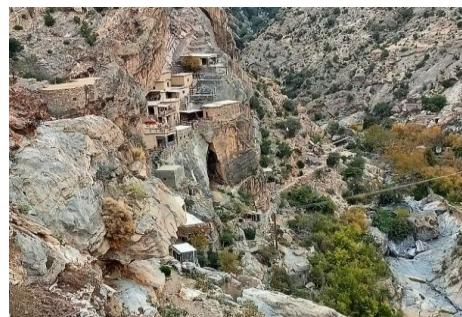
Breakfast - Lunch - Dinner

Journee sans assitance 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)**

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 4***- Temps de marche : 5 a 6 heures****- Denivellee : +500m/-900m | Distance parcourue ~10km****Jebel Akhdar****🏡🏡🏡 Guesthouse dans un village de montagne**

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

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

JOUR 6

07/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Journee sans assitance de vehicule
Nous retrouvons le(s) vehicule(s) a la fin de la randonnee

✓ **Montee vers le Jebel Akhdar (6 heures)**

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'où nous venons. Apres le col, un parcours agreable sur un terrain plus vallonné typique du Jebel akhdar nous emmène a un village d'altitude.

- Niveau 4*

- Temps de marche : 4 a 6 heures

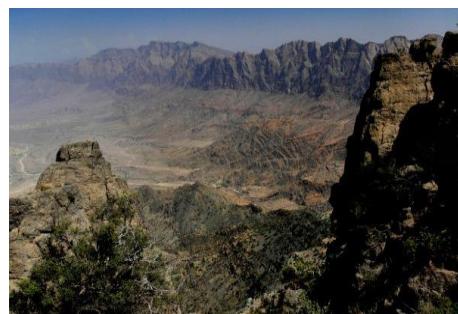
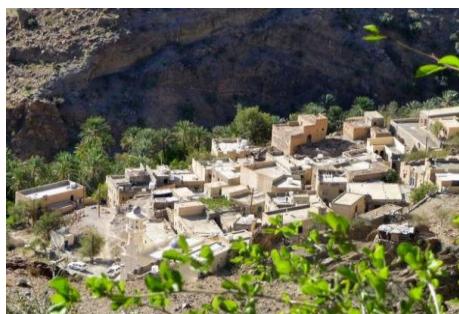
- Denivelee : +850m/-450m | Distance parcourue ~8km

 Wadi Mistal

 **Campement en montagne**

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

Tente individuelle



JOUR 7

08/03/2026

Breakfast - Lunch -

✓ Descente du Jebel akhdar (6 heures)

Une très belle randonnée dans une vallée sauvage et peu fréquentée du Jebel Akhdar. Nous descendons du plateau pour rejoindre la Trouée de Samail. La descente principale offre des vues splendides et la dernière partie dans le wadi avec les vasques d'eau, les palmiers sauvages, et l'ancien falaj est très plaisante

- Niveau 3*

- Temps de marche : 4 à 6 heures

- Denivelle : +1200m/-50m | Distance parcourue ~9km

 [Jebel Akhdar](#)

 Transfert vers Matrah (1 heure 15 - 120 Km)



(i) Niveau de difficulte Randonnee & Balade

Niveau 1	Aucune difficulte. Balade facile et courte accessible a toute personne marchant occasionnellement
Niveau 2	Randonnee facile avec moins de 300 metres de denivelee sur un terrain ne presentant pas de grosse difficulte. Accessible a toute personne pratiquant la marche de facon reguliere
Niveau 3	Randonnees avec une denivelee de 300 a 800 metres. Accessible a toute personne pratiquant regulierement la marche en montagne. Les randonnes avec une denivelee inferieure et classees Niveau 3 presentent des difficultes de terrain
Niveau 4	Randonnees avec une denivelee de 800 a 1100 metres accessibles aux personnes pratiquant la randonnee sportive en montagne
Niveau 5	Randonnees longues avec une denivelee superieure a 1000 metres et pouvant inclure quelques passages necessitant les mains