

SENDERISMO POR EL HAJAR OCCIDENTAL

02/03/2026 - 08/03/2026

7 de las caminatas mas hermosas para cruzar el macizo del Hajar Occidental : 4 excusiones entrecortadas por cortos recorridos en coche y 3 días caminando en itinerancia. Vamos por valles, pueblos, barrancos, oases, laderas rocosas y aldeas de criadores.



Nivel 4 Viajes que pueden incluir caminatas deportivas (hasta 1200m de desnivel positivo), caminatas acuáticas, y canyoning facil.

Duracion 7 Dia

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

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

	3 Noches en alojamientos (Hotel, Casa de huespedes, Lodge, etc...)
	3 Noches acampando en la naturaleza (con tiendas, colchones, esteras, vajilla, equipo para cocinar), confortable (pero sin banos) con el suporte de vehiculos. Ud. tiene que montar la tienda por si mismo, mientras que organizamos el acampamento collectivo.

Precio por persona 650 OMR (1702 USD) **

GRUPO DE 3 A 7 **

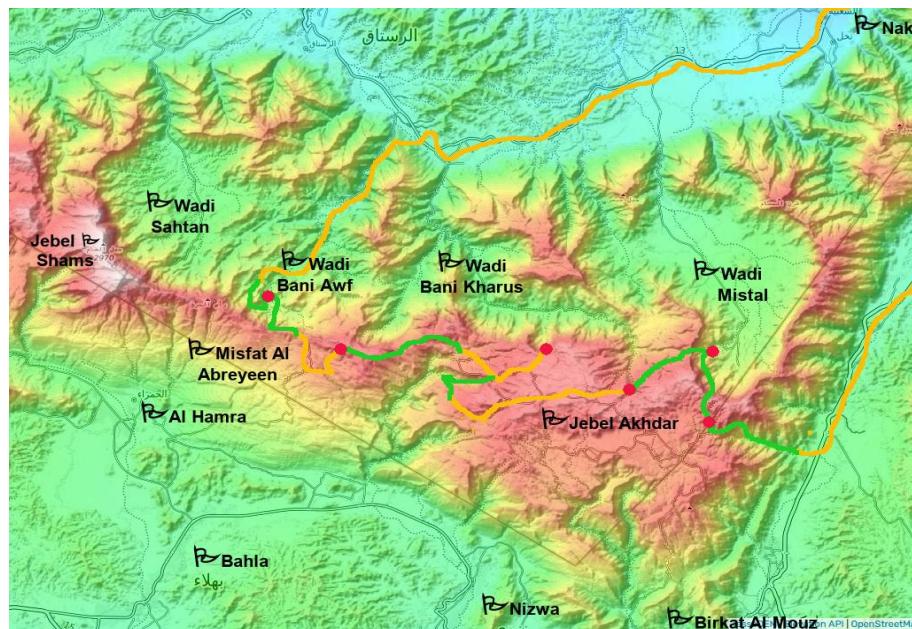
** SUPLEMENTO GRUPO PEQUEÑO	Podemos confirmar la salida con solo 2 participantes si Utds. aceptan pagar un suplemento de 210 OMR (550USD) por persona. Si finalmente alcanzamos 3 participantes, por supuesto el suplemento no se aplica y el precio queda 650 OMR (249 USD) por persona.
--	--

Viaje guiado en English

Guia

Itinerario

Wadi Bani Awf - Jebel Akhdar - Wadi Mistal

Nota sobre la
transportacion del
equipaje

Tenemos vehiculos ; asi su equipaje esta transportado por coche. En la mayoria de los casos, Ud. solo debe traer una mochilla ligera con el necesario para el dia.

EXCEPCION : Ese viaje comporta varios dias consecutivos de trekking (dias 5, 6) en los que no encontramos los vehiculos (y entonces el equipaje) por la noche.

Esos dias, Ud. tiene que llevar sus cosas personales que Ud. necesita por la noche, su agua, y parte del almuerzo.

Podemos guardar su equipaje principal durante de esos dias ; no hay ningun problema de seguridad.

La noche 5 estamos en hospedajes confortables : hojas, cobijas, y toallas estan proporcionados.

DIA 1

02/03/2026

- Lunch - Dinner



Traslado a Bimah (Wadi Bani Awf) (3 horas - 235 Km)

Recorremos el valle por una pista que cruza numerosos pueblos y palmares, y sube un relieve escarpado. Una pista impresionante!

✓ **Caminata entre pueblos y montanas del Wadi Bani Awf (5 horas)**

Caminamos primero en el cauce del río con muchos árboles y parajes (y a veces un arroyo). Luego encontramos un camino que sube en la montaña y nos lleva a un primer pueblo. Despues de un descanso en la sombra de las palmeras o en la aldea, cruzamos las terrazas cultivadas y seguimos subiendo hasta que alcanzemos un collado estrecho. De aquí ya vemos otro pueblo, mas grande con casas construidas en una roca que dominan un palmar y campos hermosísimos. Bajamos al pueblo y damos una vuelta en sus jardines. Encontramos una garganta estrecha y la seguimos hasta que lleguemos a la carretera mayor del valle.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas

- Desnivel : +600m/-450m / Distancia recorrida ~8km

Casa de huespedes de montana

un alojamiento sencillo pero agradable en un sitio muy bonito

Private Room

desayuno & cena en el alojamiento



DIA 2

03/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Wadi Bani Awf

✓ **Caminata hacia las crestas y el collado Sharaf Al Alomain (7 horas)**

Partimos del valle principal y andamos en una garganta estrecha, al fin de la que descubrimos un gran pueblo. Travesamos el pueblo y empezamos la subida. El camino esta empinado pero encontramos escaleras antiguas que nos ayudan subir los pasajes mas difícil. 900 metros arriba llegamos a un collado. Después seguimos las crestas hasta. El camino aquí nos ofrece vistas estupendas de todos lados.

- Nivel 4*
- Tiempo de marcha : 4 a 6 horas
- Desnivel : +1200m/-200m | Distancia recorrida ~8km

Traslado a un pueblito alto cerca de las crestas (1 hora - 40 Km)


Acampamos en la montaña

Acampamos a una altura de 2200m no muy lejo de un pueblito de montaña

Tienda de Campana individual



DIA 3

04/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

 Jebel Akhdar**✓ Caminata en las crestas hacia Jebel Akhdar (7 horas)**

Partimos desde una aldea de altura ubicada a unos 2300 metros de altura. Subimos hasta llegar en las crestas que seguimos. Tenemos vistas espléndidas sobre varios alleys de la vertiente norte. Luego cruzamos varios planos donde crecen enebros y oliveros gigantes. Por fin subimos a un collado ancho desde el que divisamos un pueblo a lo lejos al que tenemos que bajar.

- Nivel 3*
- Tiempo de marcha : 5 a 7 horas
- Desnivel : +700m/-400m

 Traslado a un plano con enebros gigantes (0 hora 30 - 20 Km)

 **Acampamos en un plano alto**

Ubicado a unos 2400m de altura en el macizo del Jebel Akhdar, con enebros y olivos gigantes. A unos pasos tenemos bonitas vistas sobre los valles de la vertiente norte.

Tienda de Campaña individual



DIA 4

05/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner



Traslado a un pueblo alto del Jebel Akhdar (0 hora 30 - 15 Km)

Jebel Akhdar

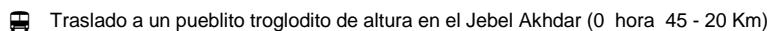
✓ **Caminata hacia un oasis en un barranco (6 horas)**

Partimos de un pueblo ubicado a unos 2000m de altura en la meseta y bajamos en un barranco. Despues de unas horas caminando descubrimos un pueblo antiguo construido bajo el acantilado. Las casas son muy bien mantenidas ya que los que vienen trabajar en los campos pasan a menudo unos dias aqui. Bajamos un poco mas despues del pueblo por escaleras vertiginosas y llegamos a jardines donde crecen dátiles, bananas, limones, y mucho ajo. Es un lugar encantador. Regresamos por otro camino que nos lleva a otro pueblo en la meseta.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas

- Desnivel : +550m/-800m | Distancia recorrida ~9km



Traslado a un pueblito troglodito de altura en el Jebel Akhdar (0 hora 45 - 20 Km)

Casa de huéspedes en la montaña

Anochemos en una guapa casa de huéspedes en un pueblo troglodito antiguo. El Pueblo esta construido en un acantilado.

Standard Room

desayuno & cena en el alojamiento



DIA 5

06/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Dia sin asistencia de vehiculo

Dejamos el(s) vehiculo(s) por la mañana cuando empezamos la caminata

No tenemos acceso al equipaje principal por la noche

✓ **Caminata hacia Wadi Mistal (7 horas)**

Es una caminata hermosa y no muy difícil excepto una bajada muy empinada. Nos lleva de la meseta a un valle que forma un circo. Partimos de un pueblo ubicado a unos 2200m de altura donde crecen especialmente bien ganadas y nueces. Tomamos un sendero en la ladera de la montaña que nos ofrece muchas vistas hacia varios valles de la vertiente norte. Por fin alcanzamos un collado y descubrimos el gran circo que alberga nuestro punto de llegada : un pueblo ubicado a unos 1400m de altura donde crecen melocotones y albaricoques.

- Nivel 4*
- Tiempo de marcha : 5 a 6 horas
- Desnivel : +500m/-900m | Distancia recorrida ~10km

➡ Jebel Akhdar

🏡 Casa de huespedes en un pueblo de montaña

Una casa de huéspedes muy agradable, y muy bien ubicada en la entrada del pueblo, con muy bonita vista sobre el valle

Standard Room

desayuno & cena en el alojamiento



DIA 6

07/03/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Dia sin asistencia de vehiculo

Encontramos el(s) vehiculo(s) al fin de la caminata

✓ **Subida al Jebel Akhdar (6 horas)**

Cruzamos el pueblo y subimos en sus terrazas plantadas en mayoría de albaricoquero (es particularmente hermoso cuando florecen). Arriba de los campos andamos un poco en el falaj (canal de irrigación) y luego subimos en la montaña hasta que lleguemos a un collado estrecho. aquí almorcamos con vistas espectaculares sobre la valle y el circo del que venimos. Luego caminamos a lo largo de la cresta ladera sur en un paisaje mas suave de colinas con enebros y olivos salvajes grandes. Por fin llegamos a una aldea de altura del Jebel Akhdar.

- Nivel 4*

- Tiempo de marcha : 4 a 6 horas

- Desnivel : +850m/-450m | Distancia recorrida ~8km

Wadi Mistal

 **Acampamos en la montaña**

Acampamos en la montaña cerca de un pueblo en una altura de unos 1900m.

Tienda de Campana individual



DIA 7

08/03/2026

Breakfast - Lunch -

☛ Jebel Akhdar

✓ **Bajada del Jebel Akhdar (6 horas)**

Una caminata muy hermosa en un valle salvaje y poco visitada. Ese recorrido vincula el valle de Samail con el Jebel Akhdar. Las vistas al bajar son estupendas! Y al llegar en el fondo del wadi, las palmas, los pozos de agua y el falaj antiguo son muy agradable...

- *Nivel 3**

- *Tiempo de marcha : 4 a 6 horas*

- *Desnivel : +1200m/-50m | Distancia recorrida ~9km*

🚌 Traslado a Matrah (1 hora 15 - 120 Km)



(i) Nivel de dificultad Senderismo & Paseo

Nivel 1	Ninguna dificultad. Paseos faciles y accesibles a cualquier que camina ocasionalmente
Nivel 2	Caminatas faciles con un desnivel que no supera los 300 metros y que no presentan dificultad
Nivel 3	Caminatas con un desnivel de 300 a 800 metros. Accesible a cualquier que esta acostumbrado a caminar en la montaña
Nivel 4	Caminatas con un desnivel de 800 a 1100 metros. Para caministas deportivos
Nivel 5	Caminatas largas con un desnivel superior a 1000 metros y que pueden incluir pasajes que necesitan el uso de los manos