

CANYONS D'OMAN

25/10/2026 - 31/10/2026

Un voyage ideal pour decouvrir les montagnes omanaises a la saison chaude, quand la randonnee classique est trop eprouvante : des canyons faciles et des randonnees aquatiques presque tous les jours, mais aussi Nizwa, Sur et une nuit dans le desert!



Niveau 3 Circuits pouvant contenir des randonnees a la journee (jusqu'a 800m de denivelee positive) et des randonnees aquatiques pas trop difficiles.

Duree 7 Jour

DEPART 25/10/2026 @ 08:00 AM
We can pick up you from your hotel anywhere in Muscat

FIN 31/10/2026 @ 06:00 PM
We can drop you to your hotel anywhere in Muscat or to the airport

5 Nuits en hebergements (hotel, chambres d'hotes, lodge, etc...)
 1 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 570 OMR (1492 USD) **

GROUPE DE 3 A 8 **

**** SUPPLÉMENT PETIT GROUPE** Nous pouvons confirmer le départ avec 2 participants si vous acceptez de régler un supplément de 180 OMR (472USD) par personne.
Si nous atteignons finalement au moins 3 participants, évidemment le supplément ne s'applique pas et le prix reste de 570 OMR (218 USD) par personne.

Circuit guide en English

Guide

Itinéraire	Wadi Bani Awf - Misfat Al Abreyeen - Nizwa - Desert du Wahiba - Wadi Bani Khalid - Sur - Wadi Shab - Wadi Tiwi - Wadi Al Arbeyeen
-------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



Note sur le transport des bagages

Nous sommes accompagnés de véhicules ; les bagages sont donc toujours transportés dans les véhicules. Vous n'avez à porter durant les randonnées, que vos affaires de la journée.

JOUR 1

25/10/2026

- Lunch - Dinner

Transfer to Bimah (Wadi Bani Awf) (3 hours - 235 Km)

We take a road that goes up the valley. We cross villages with green palm groves and then we cross abrupt reliefs. An impressive road!

✓ **Canyoning dans le Snake Canyon inférieur (3 heures)**

The Snake Canyon is a very deep canyon that coule in the Wadi Bani Awf. At this point we can touch the two walls at the same time... A via ferrata is built on the cliff above the Canyon. We start from the secondary entrance of the canyon; no rappel is necessary. The program: jumps (max 4 meters), a little swim, toboggans, and a walk in the water... For those who do not want to jump, we have small rappels.

- **Niveau 2***

- **Denivelle : +0m/-150m / Distance parcourue ~3km**

Transfer to Balad Sit (0 hour 20 - 10 Km)

✓ **Walk in the oasis of Balad Sit (2 hours)**

First, we pass through a small gorge. The path is very pleasant and makes a strong impression. At the end of the gorge, we discover the village. The old village is built on a rock that dominates the palm grove and the various terraces. We walk between the terraces and catch up with the secondary entrance of the small gorge that brings us back to the starting point.

- **Niveau 1***

- **Temps de marche : 1 à 2 heures**

- **Denivelle : +50m/-50m**

☞ ☞ ☞ **Chambre d'hôtes de montagne**

Simple guesthouses in a grandiose setting

sharing Room

petit-dejeuner & dinner pris à l'hébergement



JOUR 2

26/10/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Misfat Al Abreyeen

Transfert vers Un hameau de montagne (2 heures - 70 Km)

✓ **Randonnee et baignade dans un canyon (5 heures)**

Entre randonnee et descente de canyon. Une tres belle sortie qui debute a 1500m d'altitude. Un bon chemin avec de tres belles vues nous emmene dans le fond du canyon ou nous decouvrons d'abord des cultures. Nous descendons dans le lit du wadi et trouvons de nombreuses vasques d'eau et une vegetation luxuriante. Nous pouvons evidemment nous baigner... en continuant, le canyon devient plus sec et nous passons par les vires parfois a droite, et parfois a gauche. Enfin la vallee s'ouvre et un bon chemin nous ammene dans une oasis importante et particulierement belle. Nous la classons de "niveau 4" non pas a cause de la difficulte physique, mais parce que certains passages sont exposes.

- **Niveau 4***
- **Temps de marche : 3 a 4 heures**
- **Denivelle : +0m/-500m**

눉눇눇 Chambres d'hotes dans une palmeraie

C'est un vieux village dans une superbe palmeraie en terrasses le long d'un canyon. Le vieux village s'est peu a peu vide de ses habitant qui ont construit des maisons modernes a cote, et les vieilles maisons sont desormais renovees, surtout pour un usage touristiques. L'hebergement etant situe a quelques minutes de marche (en pente) du parking, il est preferable de prevoir un sac avec simplement les affaires de la nuit. D'autre part, par respect pour la population du village, il est interdit de fumer dans la maison, et d'ammener de l'alcool dans le village ; nous vous remercions de respecter ces regles!

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

JOUR 3

27/10/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Nizwa

✓ Visite du Souq de Nizwa (1 heure 30)

Nizwa est un centre important : grande ville au pied des montagnes versant sud, elle a longtemps été capitale d'Oman et siège de l'Imamat. C'est une ville pleine de tradition, agréable à visiter. Son fort et son souq ont été rénovés dans le style traditionnel en 1996. Son marché du vendredi, le Souq Al Juma, attire de nombreux visiteurs, aussi bien les chawis des montagnes que les bédouins du désert et de la plaine intérieure. On y trouve tout : des tapis, des articles de bazar, des animaux (le marché au bétail est un endroit haut en couleur à ne pas rater), du poisson, des oiseaux, et ... des voitures d'occasion.

➡ Transfert vers notre campement dans le désert du Wahiba (3 heures - 220 Km)

✓ Coucher de soleil dans les dunes (1 heure)

Nous partons pour nous promener dans les dunes en toute fin d'après midi. C'est le moment de la journée où la lumière est la plus agréable. Le soleil couchant fait sans cesse évoluer la teinte du sable et les ombres. Un moment magique et inoubliable.

- Niveau 1*

⛺⛺⛺⛺⛺ Campement dans le désert du Wahiba
Tente individuelle



JOUR 4

28/10/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Wadi Bani Khalid

Transfert vers Wadi Bani Khalid (1 heure 30 - 80 Km)

✓ **Randonnée Aquatique dans le Wadi Al Hwir (5 heures)**

Une randonnée aquatique facile dans une des plus beaux wadis d'Oman. Nous partons d'une oasis dans la vallée. Nous traversons sa palmeraie luxuriante pour atteindre l'entrée du canyon. Nous cheminons alors entre les blocs pour arriver à 2 superbes vasques et cascades d'où l'on peut sauter d'une dizaine de mètres. Nous continuons en zig zagant entre les blocs, les pieds dans l'eau puis nous traversons à la nage plusieurs vasques successives (jusqu'à 300 m de long). La vallée s'élargit petit à petit et nous découvrons une autre oasis.

- *Niveau 1**

- *Temps de marche : 3 à 5 heures*

- *Denivelle : +0m/-200m / Distance parcourue ~5km*

Transfert vers Sur (2 heures - 150 Km)

🏨 Hotel à Sur

Un hôtel de bonne catégorie aux chambres modernes et confortables. Il se situe un peu à l'extérieur de la ville, sur la lagune.

Standard Room

petit-déjeuner pris à l'hébergement



JOUR 5

29/10/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Sur

✓ Apercu de la ville de Sur (2 heures)

Sur est une ville importante mais qui vit a un rythme tranquille. Elle est construite en bord de mer et s'étend le long d'une lagune magnifique. La ville a une longue tradition de construction navale ; un seul atelier subsiste dans lequel les fameux boutres arabes sont fabriqués ; nous le visitons. Nous montons ensuite vers une tour de guet d'où l'on jouit du plus beau point de vue sur la ville.

Bus Transfert vers Tiwi (0 heure 45 - 60 Km)

✓ Promenade et baignade dans le Wadi Shab (3 heures)

Nous partons du bord de mer à pied et nous pénétrons dans le Wadi Shab. Après 45 minutes ou une heure de marche dans cette splendide vallée, nous nous mettons à l'eau. Nous nageons de vasque en vasque pour découvrir une cascade qui coule dans une grotte. La vallée, la balade, et la baignade sont superbes, mais le site est désormais très touristique.

- Niveau 1*
- Temps de marche : 1 à 2 heures

📍📍📍 Guesthouse en bord de mer à Tiwi

Standard Room

petit-déjeuner pris à l'hébergement



JOUR 6

30/10/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

➡️ Transfert vers Wadi Tiwi (0 heure 45 - 25 Km)

✓ **Randonnée et baignade dans le Wadi Tiwi (6 heures)**

Nous faisons une belle randonnée en boucle dans une vallée splendide : une rivière qui coule toute l'année abritant de belles vasques d'eau turquoise, une palmeraie en terrasses qui s'étire tout le long, des villages, et des parois rocheuses qui dominent le tout. Plusieurs itinéraires s'offrent à nous, dont un qui passe par un court mais très beau canyon ; cette option implique de nager et donc de prévoir son équipement en fonction (ne rien prendre avec soi qui craigne l'eau, ou alors dans un sac étanche)

- Niveau 3*

- Temps de marche : 4 à 5 heures

- Denivelle : +350m/-350m / Distance parcourue ~7km

➡️ Transfert vers Tiwi (0 heure 45 - 15 Km)

➡️➡️➡️ Guesthouse en bord de mer à Tiwi

*Standard Room**petit-dejeuner pris à l'hébergement*

JOUR 7

31/10/2026

Breakfast - Lunch -

 Transfert vers Wadi Al Arbeyeen (0 heure 30 - 60 Km)

✓ **Randonnée Aquatique dans le Wadi Al Hail (7 heures)**

Nous démarrons notre randonnée aquatique du dernier village de la vallée. Au pied du village se trouve une vasque splendide avec une petite cascade. Depuis la falaise, nous pouvons sauter d'environ 5 mètres. Nous cheminons ensuite dans le fond du wadi et dans la palmeraie sur ses flancs, puis nous trouvons un cours d'eau magnifique. Nous cheminons alors entre les blocs les pieds dans l'eau. Puis le canyon se resserre et nous traversons plusieurs piscines à la nage (possibilité de sauter). La vallée s'élargit de nouveau puis se rétrécit. Nous nageons de nouveaux pour arriver à un cul de sac ou une grande cascade tombe dans une grande vasque. Nous rentrons par le même itinéraire.

- *Niveau 1**

- *Temps de marche : 4 à 6 heures*

 Transfert vers Matrah (1 heure 30 - 130 Km)


ⓘ 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

 ⓘ Niveau de difficulte Canyoning et Randonnee Aquatique

Quel que soit le niveau, cette activite necessite de SAVOIR NAGER plus de 100m

Niveau 1	Randonnee aquatique ne necessitant ni saut ni rappel
Niveau 2	Descente de canyon facile de quelques heures impliquant des sauts de moins de 3 metres pouvant etre descendus en rappel par ceux qui ne veulent pas sauter
Niveau 3	Descente de canyon impliquant des sauts de quelques metres et des descentes en rappel pas ou peu techniques
Niveau 4	Descente de canyon de plus de 5 heures impliquant des sauts de plusieurs metres et des descentes de rappel techniques dans des cascades