

OMAN RANDO EXPRESS

29/11/2026 - 05/12/2026

Un voyage condense pour decouvrir differentes facettes d'Oman beaucoup a pied et peu en voiture : 4 randonnees en montagne (dont 3 en itinerance), 2 nuits et une journee dans le desert, et une superbe randonnee aquatique dans le Wadi Bani Khalid!



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 29/11/2026 @ 08:00 AM
We can pick upp you from your hotel anywhere in Muscat

FIN 05/12/2026 @ 08:00 PM
We can drop you to your hotel anywhere in Muscat or at the airpoort

 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 680 OMR (1780 USD) **

GROUPE DE 3 A 7 **

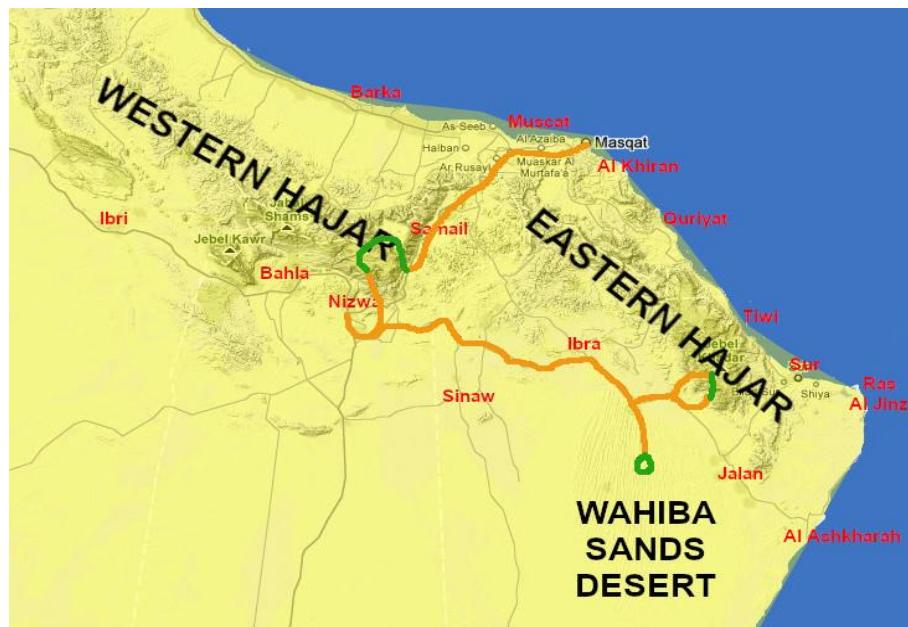
**** SUPPLÉMENT PETIT GROUPE** Nous pouvons confirmer le départ avec 2 participants si vous accepter de régler un supplément de 220 OMR (576USD) par personne.
Si nous atteignons finalement au moins 3 participants, évidemment le supplément ne s'applique pas et le prix reste de 680 OMR (260 USD) par personne.

Circuit guide en English

Guide

Itinéraire

Jebel Akhdar - Wadi Mistal - Nizwa - Desert du Wahiba - Wadi Bani Khalid



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 2, 3) 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 2 nous sommes en hébergement confortable : les draps, couvertures, et serviettes de toilette sont fournis

Note sur le Desert

Nous marchons en général, le matin, de 3 à 5 heures. La chaleur et le sable mou peuvent causer quelques difficultés. Le soir, nous faisons une balade d'1 à 2 heures autour du campement.

Ceux qui le souhaitent peuvent toujours rester au campement et vaquer à leurs occupations ou faire un tour plus court, le matin, comme le soir.

Au contraire, ceux qui veulent marcher plus peuvent partir seuls le soir et faire une tour plus longue.

Dans le désert, nous aurons un seul lieu de campement pour 2 nuits.

Sur le campement, nous installons une grande tente (photos ci-dessous) pour avoir de l'ombre le midi, et éventuellement pouvoir s'abriter en cas de vent.

[Cliquez ici pour plus d'informations sur le déroulement d'un séjour dans le désert](#)



JOUR 1

29/11/2026

- Lunch - Dinner



Transfert vers un village de la trouee de Samail (1 heure 15 - 120 Km)

✓ **Randonnee en montee vers le Jebel Akhdar (8 heures)**

Une tres belle randonnee dans une vallee sauvage et peu frequentee. Nous partons de la Trouee de Samail pour rejoindre le Jebel Akhdar. La premiere partie se fait dans le fond de vallee a travers des blocs ou sur le vieux falaj. Nous atteignons des vasques d'eau naturelles apres une a deux heures de marche, puis commence la longue montee pour atteindre un village d'altitude sur le plateau. Les vues durant la montee sont splendides, avec des parois verticales impressionantes...

- **Niveau 4***- **Temps de marche : 6 a 7 heures**- **Denivelle : +1200m/-50m / Distance parcourue ~9km**[Jebel Akhdar](#) **Campement en montagne**

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

Tente individuelle

JOUR 2

30/11/2026

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

✓ Descente vers Wakan (Wadi Mistal) (6 heures)

Nous partons d'un village d'altitude où poussent noyers et grandiers. Nous montons jusqu'à un col étroit qui donne accès à la vallée du versant nord. À partir de là, nous descendons avec des vues panoramiques sur la vallée qui forme un grand cirque. Finalement, nous atteignons un village dont les terrasses sont plantées principalement d'abricotiers et de pêchers.

- Niveau 4*

- Temps de marche : 4 à 5 heures

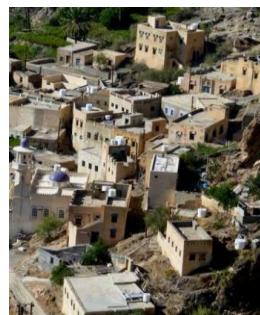
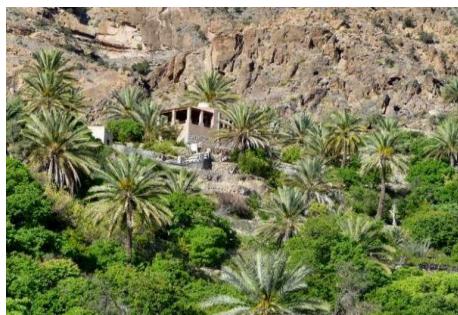
- Denivelle : +450m/-850m | Distance parcourue ~8km

🏡🏡🏡 Guesthouse dans un village de montagne

Une belle guesthouse à l'entrée du village, avec une vue magnifique sur la vallée

Standard Room

petit-dejeuner & dîner pris à l'hébergement



JOUR 3

01/12/2026

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 (7 heures)

Une tres belle randonnee, pas trop difficile, a l'exception d'un passage, qui nous emmene d'une belle vallee formant un cirque au Jebel Akhdar, en nous offrant de belles vues le versant nord particulierement accidente du Hajar Occidental. Nous partons d'un village situe a 1400m d'altitude ou s'apanouissent particulierement bien les abricots et les peches, pour rejoindre un autre village, plus haut, a 2200m ou poussent grenadiers et noyers.

- Niveau 4*

- Temps de marche : 5 a 6 heures

- Denivellee : +900m/-500m | Distance parcourue ~10km

[Jebel Akhdar](#)

🛏️🛏️🛏️ 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 4

02/12/2026

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 particulierement 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**

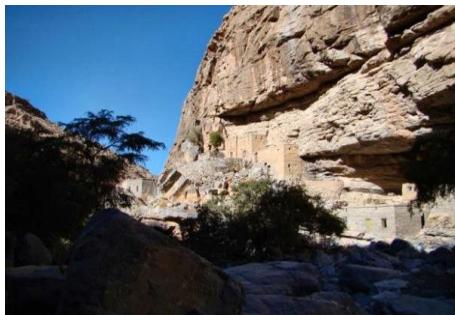
Transfert vers Nizwa (1 heure 30 - 90 Km)

Hotel de charme au confort simple

Un hotel tres bien situe dans un vieux quartier derriere le souk et le fort. C'est un ensemble de maisons traditionnelles en pise qui a ete recentement renove et amenage avec gout.

Standard Room

petit-dejeuner pris a l'hebergement



JOUR 5

03/12/2026

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 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 6

04/12/2026

Breakfast - Lunch - Dinner

Desert du Wahiba

✓ Randonnee dans le desert d Wahiba (6 heures)

Nous commençons au petit matin notre randonnée dans les dunes lorsque le soleil n'est pas encore trop chaud. Nous partons 3-4 heures dans ce paysage somptueux de dunes ocres. A midi, nous retrouvons les véhicules et nous nous arrêtons déjeuner et nous reposer à l'ombre pendant que le soleil est à son zénith. En fin d'après midi, nous nous promenons à travers les dunes autour du campement pour profiter de la lumière déclinante du soir qui offre les plus beaux contrastes sur les dunes. Dans le désert, les temps de marche sont approximatifs et nous adaptons les étapes en fonction du groupe.

- Niveau 3*
- Temps de marche : 4 à 5 heures
- Denivelle : +100m/-100m

⛺⛺⛺ Campement dans le desert du Wahiba

Tente individuelle



JOUR 7

05/12/2026

Breakfast - Lunch -

➡️  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 Matrah (3 heures - 280 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