

MONTAGNE, DESERT, ET WADIS

12/11/2023 - 23/11/2023

Un circuit sportif mais accessible, qui vous fait découvrir en randonnée des facettes très variées d'Oman : les montagnes au relief abrupt du Hajar Occidental, les dunes du Desert Blanc et du Wahiba, et les wadis luxuriants du Hajar Oriental.



Niveau 3	Circuits pouvant contenir des randonnées à la journée (jusqu'à 800m de dénivelée positive) et des randonnées aquatiques pas trop difficiles.
Durée	12 Jour
DEPART	12/11/2023 @ 08:30 AM Meet in front of Naseem Hotel (on Mutrah Corniche)
FIN	23/11/2023 @ 06:00 PM We drop you to your hotel anywhere in Muscat
	4 Nuits en hébergements (hotel, chambres d'hotes, lodge, etc...)
	7 Nuits en camping sauvage (avec tente, matelas épais, tapis, vaisselle, matériel de cuisine) confortable (mais sans toilettes) avec l'assistance des véhicules
Prix par personne	960 OMR (2513 USD)
TAILLE DU GROUPE	3 A 7
Circuit guide en	English
Guide	Deep (Parle également Bengali, Hindi, Nepali, Français)

JOUR 1

11/12/2023

- Lunch - Dinner

 Transfert vers un village de montagne (3 heures - 225 Km)

✓ **Radonnee a travers des villages de montagne (4 heures)**

La vallee principale forme un grand cirque domine par la face nord du Jebel Shams qui offre une paroi de plus de 2000m et donne des sensations himalayennes. Nous partons sur de vieux sentiers (parfois en mauvais etat : certains passages peuvent etre difficiles) a travers les villages niches sur les flancs de la montagne. Nous traversons 3 villages puis arrivons au campement.

- Niveau 3*

- Temps de marche : 3 a 4 heures

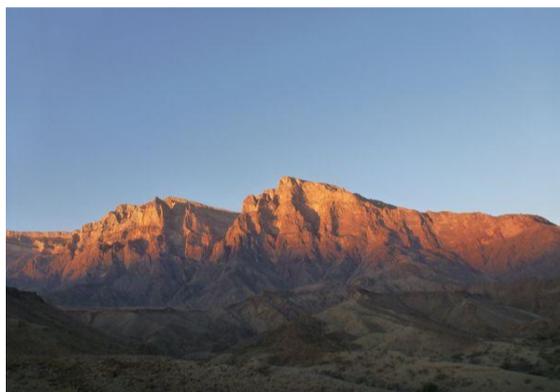
- Denivelee : +200m/-400m



Campement dans le cirque

Un endroit splendide, avec des vues imprenables au petit matin sur la face nord du Jebel Shams...

Tente individuelle



JOUR 2

13/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnee a travers des villages de montagne (6 heures)**

Nous partons de notre campement et traversons plusieurs vallons. Chaque vallon (ou presque) abrite un village qui a son charme propre car construit en fonction des contraintes de la montagnes. Palmeraies, falajs, terrasses, ruches... Nous cheminons dans l'Oman traditionnel des montagnes, dans un cadre grandiose. Certains passages peuvent etre un peu difficiles.

- Niveau 3*
- Temps de marche : 4 a 5 heures
- Denivelee : +700m/-800m

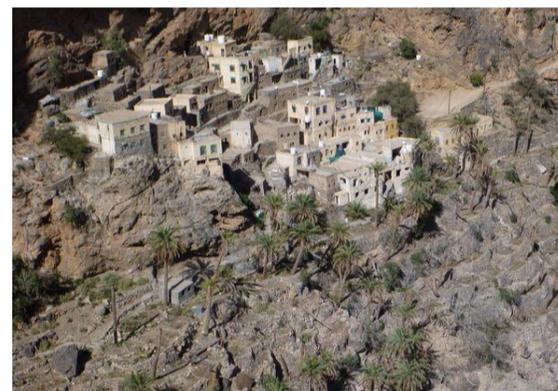
🚌 Transfert vers une guesthouse de montagne (1 heure - 30 Km)

🏠🏠🏠 **Guesthouse de montagne**

C'est un petit hameau qui a ete renove avec gout et transforme en guesthouse agreable. L'activite agricole (culture et elevage) y a ete conservee. Et le personnel est particulierement sympathique!

Dortoir

Dortoirs de 4 a 10 personnes avec lits superposes et climatisation.
petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement



JOUR 3

14/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

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

Le Snake Canyon est un canyon tres encaisse qui coule dans le Wadi Bani Awf. Par endroit nous pouvons toucher les deux parois en meme temps... Une via ferrata est amenee sur la falaise au-dessus du Canyon. Nous partons de l'entree secondaire du canyon ; aucun rappel n'est necessaire. Au programme : des sauts (max 4 metres), un peu de nage, des toboggans, et de la marche dans l'eau... Pour ceux qui ne veulent pas sauter, nous installons de petits rappels.

- Niveau 2*

🚌 Transfert vers une guesthouse de montagne (0 heure 15 - 5 Km)

✓ **Courte randonnee vers un petit village de montagne (2 heures)**

Nous remontons d'abord le fonds de la vallee, puis un bon chemin nous permet de monter jusqu'au village.

- Niveau 2*

- Temps de marche : 1 a 2 heures

- Denivelee : +300m/-0m

🏠🏠🏠 **Nuit chez l'habitant**

Nous dormons chez un ami dans un beau village de montagne qui n'est desormais plus habite a plein temps. Nous avons 3 chambres dans lesquelles nous pouvons dormir, et une salle de bains recemment construite. Nous pouvons aussi dormir dehors a la belle etoile...

Dormitory Room



JOUR 4

15/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnee a travers montagnes et villages (4 heures)**

Nous partons du 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 : 3 a 4 heures
- Denivelee : +300m/-500m

🚌 Transfert vers Nizwa (2 heures - 80 Km)

✓ **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 a visiter. Son fort et son souq ont été rénovés dans le style traditionnel en 1996. Son marche du vendredi, le Souq Al Juma, attire de nombreux visiteurs, aussi bien les chavis des montagnes que les bédouins du désert et de la plaine intérieur. On y trouve tout : des tapis, des articles de bazar, des animaux (le marche au bétail est un endroit haut en couleur a ne pas rater), du poisson, des oiseaux, et ... des voitures d'occasion.

🏠🏠🏠 **Hotel de charme au confort simple**

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

Standard Room

petit-dejeuner pris a l'hebergement



JOUR 5

16/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Transfert vers Sinaw (1 heure 20 - 125 Km)✓ **Visite d'un marche bedouin (2 heures)**

C'est le jour du marche hebdomadaire

- Niveau 1* Transfert vers le desert blanc, entre pierres et sable (4 heures - 270 Km)✓ **Coucher de soleil entre Désert Blanc et collines (2 heures)**

Nous montons sur un petit plateau proche du campement. A la lumiere du soir, les contrastes sont magnifiques : sable ocre, sable blanc, roche blanche, roche noire, ... De tous les cotes, le paysage est different.

- Niveau 1***- Temps de marche : 1 a 2 heures****Campement entre dunes et rochers**

Nous installons notre campement un bel endroit, au milieu des dunes et des affleurements rocheux.

Tente individuelle

JOUR 6

17/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnee entre dunes et affleurements rocheux (6 heures)**

Nous traversons des paysages splendides : des dunes de sable parfois ocre, et parfois blancs qui laissent affleurer des formations rocheuses. A midi, nous arrivons a notre campement. Apres une pause pour le dejeuner et la sieste, nous repartons depuis notre campement pour voir le coucher de soleil dans cet environnement magnifique.

- Niveau 2 & 3*

- Temps de marche : 4 a 5 heures

**Campement dans le desert**

Paysage varie ou se cotoient dunes de sable, affleurements rocheux, et une "foret" d'accacia.

Tente individuelle



JOUR 7

18/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Traversée du Désert Blanc (6 heures)**

Magnifique journée de marche . Nous partons du campement où le sable est ocre. Nous traversons plusieurs petits plateaux entrecoupés de langues de sable. Plus nous avançons, plus le sable est blanc. Enfin, nous découvrons de magnifiques dunes entièrement blanches. Paysage somptueux et irréel... Nous traversons ces dunes et arrivons à la mer en fin de matinée ou début d'après-midi. En fin de journée, nous repartons pour une petite boucle dans les dunes blanches.

- Niveau 2 & 3*

- Temps de marche : 3 à 5 heures

**Campement dans le désert blanc, en bord de mer**

Paysage inhabituel : des dunes d'un blanc immacué d'un côté, et l'océan indien de l'autre...

Tente individuelle

JOUR 8

19/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Transfert vers un village de pecheurs (0 heure 36 - 21 Km)

A marree basse, l'integralite du chemin se fait sur la plage et nous observons des oiseaux par milliers.

✓ **Arret dans un village bedouin de pecheurs (1 heure)**

C'est un village tres pitoresque : ambiance de bout du monde ou des 4x4 rouilles et couverts d'algues tirent les bateaux qui reviennent de la peche. Au large, nous voyons de nombreux boutres.

 Transfert vers notre campement dans le desert (7 heures - 480 Km)

C'est une magnifique traversee en 4x4 du desert de Wahiba. La piste est souvent bien tracee, mais parfois, le vent vient recouvrir les traces. Nous partons de la mer et traversons le desert sur une orientation nord-est, puis nord. Plus nous avancons, et plus les grands cordons de dunes orientes nord-ouest sud-est du Wahiba sont marques.

✓ **Coucher de soleil dans les dunes (1 heure)**

Nous partons nous promener dans les dunes en toute fin d'après midi. C'est le moment de la journée ou 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 desert du Wahiba

Tente individuelle



JOUR 9

20/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

 Transfert vers un wadi (1 heure 30 - 80 Km)

✓ Randonnée Aquatique dans un wadi du Hajar Oriental (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 zigzagant 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

 Transfert vers Sur (2 heures - 150 Km)

 Hotel appartementface a la mer

Standard Room



JOUR 10

21/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Visite 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. Historiquement réputée pour la fabrication des boutres arabes, la ville conserve un chantier naval que nous visitons. Nous montons ensuite vers une tour de gue d'ou l'on jouit du plus beau point de vue sur la ville.

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

✓ **Courte randonnée dans le wadi et la palmeraie (2 heures)**

Nous marchons sur le falaj et les chemins dans une palmeraie luxuriante (palmiers, mais aussi agrumes, bananes, manguiers, papayers, etc..) pour rejoindre notre lieu de campement. En fond de vallee, un ruisseau coule, la palmeraie s'etale sur les flancs, et de belles barres rocheuses dominent le tout.

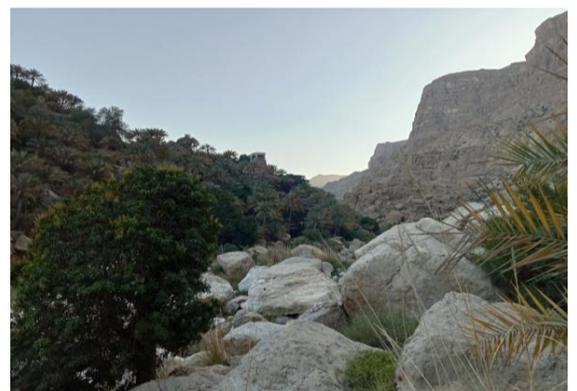
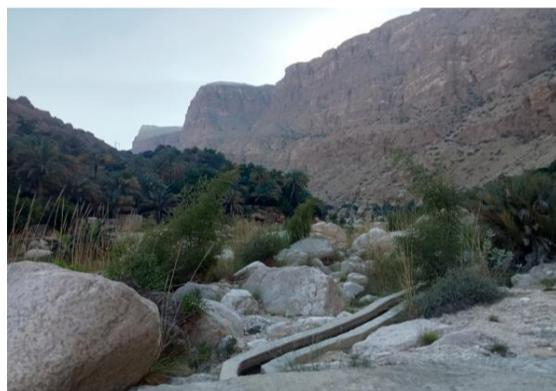
- Niveau 2*

- Temps de marche : 1 a 2 heures

**Campement dans la palmeraie**

Tres bel endroit. Pour le moment, les conditions sont tres simples, mais le propriétaire prévoit de construire des sanitaires... Les promenades autour du campement le soir sont agreables : cadre grandiose et plein d'oiseaux!

Tente individuelle



JOUR 11

22/11/2023

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnee dans le wadi et baignade (6 heures)**

Tres belle randonnee : nous remontons toute la vallee a pied ! Principalement dans des chemins ou des falajs a travers la palmeraie, parfois dans les blocs en fond de vallee, et quelques courts passage sur la piste. Nous traversons plusieurs villages. Une fois arrives au dernier village, nous pouvons encore descendre nous baigner dans un superbe petit canyon et remonter par la palmeraie.

- Niveau 3*

- Temps de marche : 4 a 5 heures

- Denivelee : +300m/-50m

🚌 Transfert vers notre campement (1 heure - 70 Km)

**Campement au pied des montagne**

Nous posons notre campement sur un petit plateau au pied de belles montagnes, avec un une vue panoramique

Tente individuelle

JOUR 12

23/11/2023

Breakfast - Lunch -

 Transfert vers un wadi (0 heure 30 - 30 Km)

✓ Balade et baignade dans un wadi (4 heures)

Nous remontons le wadi en marchant sur le falaj, les blocs et parfois dans l'eau. Nous traversons également quelques vasques a la nage. Rapidement la vallee se resserre et nous arrivons a de superbes longues vasques. Nous profitons de ce lieu sauvage et de la baignade rafraichissante. Pour ceux qui le veulent, nous pouvons aussi remonter le canyon un peu plus...

Attention : certains passages peuvent necessiter de marcher dans l'eau ; vos chaussures et vos pantalons pourront etre mouilles.

- Niveau 2*

- Temps de marche : 2 a 3 heures

 Transfert vers Mattrah (2 heures - 180 Km)


① Niveau de difficulté Randonnée & Balade

- Niveau 1** Aucune difficulté. Balade facile et courte accessible à toute personne marchant occasionnellement
- Niveau 2** Randonnée facile avec moins de 300 mètres de dénivelé sur un terrain ne présentant pas de grosse difficulté. Accessible à toute personne pratiquant la marche de façon régulière
- Niveau 3** Randonnées avec une dénivelé de 300 à 800 mètres. Accessible à toute personne pratiquant régulièrement la marche en montagne. Les randonnées avec une dénivelé inférieure et classées Niveau 3 présentent des difficultés de terrain
- Niveau 4** Randonnées avec une dénivelé de 800 à 1100 mètres accessibles aux personnes pratiquant la randonnée sportive en montagne
- Niveau 5** Randonnées longues avec une dénivelé supérieure à 1000 mètres et pouvant inclure quelques passages nécessitant les mains

① Niveau de difficulté Canyoning et Randonnée Aquatique

Quel que soit le niveau, cette activité nécessite de SAVOIR NAGER plus de 100m

- Niveau 1** Randonnée aquatique ne nécessitant ni saut ni rappel
- Niveau 2** Descente de canyon facile de quelques heures impliquant des sauts de moins de 3 mètres pouvant être descendus en rappel par ceux qui ne veulent pas sauter
- Niveau 3** Descente de canyon impliquant des sauts de quelques mètres et des descentes en rappel pas ou peu techniques
- Niveau 4** Descente de canyon de plus de 5 heures impliquant des sauts de plusieurs mètres et des descentes de rappel techniques dans des cascades