

DAS GROSSE OMAN TREK

Eine anspruchsvolle Trekkingreise für erfahrene Wanderer. Anspruchsvolle Bergwanderungen und einfache Canyoning Abstiege folgen sich nach einander mit nur wenigen Ruhetagen in zwischen, um die Hajargebirge zu Fuss zu entdecken.

Grad 4 Touren, die anstrengende Wanderungen (bis zu 1200m Aufstieg), Wasserwanderungen oder leichtes Canyoning enthalten können.

Reisedauer 12 Tag

Reisezeit JANUAR - FEBRUAR - NOVEMBER - DEZEMBER

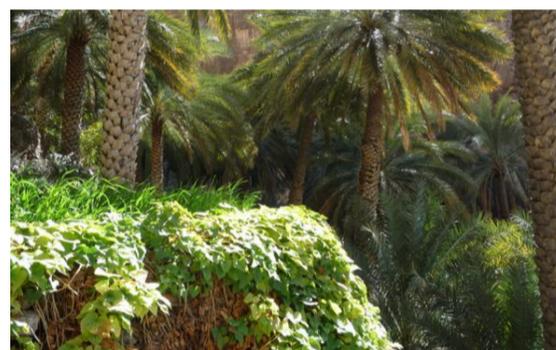


5 Übernachtungen in Unterkünften (Hotel, Gastenhaus, Lodge, usw.)



6 Zeltübernachtungen in der Wildnis (mit Zelten, dicke Matratzen, Matte, Geschirr, Kochausrüstung), bequem (aber ohne Toiletten) mit Unterstützung von Fahrzeugen

REISENDE	PREISE PRO PERSONNE	
3	1150 OMR	3010 USD
4	1170 OMR	3062 USD
5	1080 OMR	2827 USD
6	1030 OMR	2696 USD
7	980 OMR	2565 USD



TAG 1

- Lunch - Dinner

 Fahrt nach einer Berghütte (3 Stunden - 235 Km)

Wir fahren ins Tal zuerst durch Dörfer und grüne Palmenoasen und dann durch unübersichtliche Gelände. Eine beeindruckende Pistenfahrt!

✓ **Canyoning in der unteren Snake Canyon (3 Stunden)**

Der Snake Canyon ist ein tief eingeschnittener Canyon, der ins Wadi Bani Awf fließt. Ab und zu kann man sogar beide Wände gleichzeitig berühren. Einen Klettersteig (via ferrata) wurde auf dem Felsen über den Canyon eingerichtet. Unser Ausgangspunkt ist der Nebeneingang des Canyons: kein Abseilen nötig: auf dem Programm stehen Sprünge (max. 4 Meter), Rutsche, Schwimmen und im Wasser wandern. Für diejenigen, die nicht springen wollen, kann man abseilen.

- Grad 2*

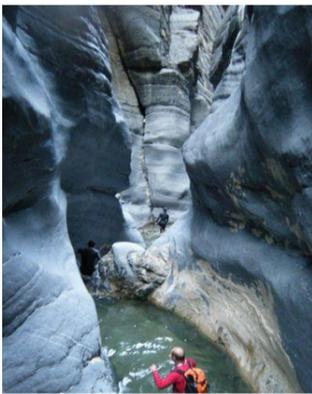
 Fahrt nach einer Berghütte (0 Stunde 15 - 5 Km)

 **Gastehaus in der Gebirge**

Es geht um ein altes Dorfchen, das renoviert wurde und in einem Gastehaus umwandelt wurde. Die Landwirtschafts Aktivität (Ziege und Felder) wurde behalten. Und die Belegschaft ist besonders nett!

Mehrbettzimmer

Mehrbettzimmer (4 zu 10 Personen pro Zimmer) mit Stockbette und Klimaanlage.
Frühstück & Abendessen am Hotel



TAG 2

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung durch Berg und Dorfer (5 stunden)**

Eine echt schöne Waderung durch 2 Bergoasen. Wir wandern am Anfang im Flussbett mit viele Baume und Vogeln (manchmal fliesst auch Wasser) und finden dann einen guten Weg, der im berg hinauf steigt, und uns zu einem ersten Dorf fuhr. Wir gehen weiter hoch durch die Terrassen bis zu einem engen Pass. Von dort sieht man ein anderes grosseres Dorf und steigen in seiner Richtung hinunter. Wir geniessen eine Runde durch die Garten des Dorfs und gehen weiter runter durch eine sehr Enge Schlucht bis zur Hauptstrasse im Tal.

- **Grad 3***

- **Gehzeit : 4 zu 5 stunden**

- **Hoheunterschied : +600m/-500m**

**Gastehaus uin der Gebirge**

Einfaches sondern angenehmes Gastehaus in einer wunderschönen Stelle

Gemeinsames Zimmer

Fruhstuck & Abendessen am Hotel



TAG 3

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung zum Bergkam (7 Stunden)**

wunderschöne Wanderung, Wir gehen zuerst durch eine enge Schlucht, um grosses Dorf und seine Palmenoase zu erreichen. Das Dorf liegt am Fuße beeindruckender Felsen. Da fangt eine relativ schwere Wanderung über einen steilen Weg (900 Meter Höheunterschied), der von den 'Chawi', den omanischen Bergleuten, benutzt war. Nachdem wir den Pass erreicht haben, gehen wir weiter zum nächsten Pass, dem Bergkamm entlang. Aussichte sind toll aller Seiten.

- Grad 4*

- Gehzeit : 4 zu 6 Stunden

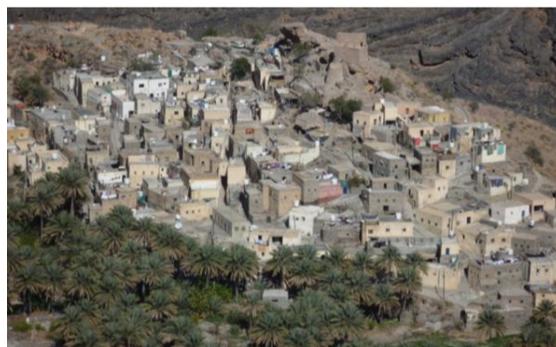
- Hoheunterschied : +1300m/-250m

🚌 Fahrt nach einer hohensiedlung (1 Stunde - 40 Km)

**Zeltübernachtung in der Gebirge**

Wir zelten 2200 hoch nicht weit von einem Dorfchen

Individuelle Campingzelte



TAG 4

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung am Bergkamm (7 Stunden)**

Ausgangspunkt ist ein hohes Dorf, das 2400 Meter hoch liegt. Vom Bergkamm aus sind die Ausblicke auf mehrere Täler an den Nordhang wunderschön. Dann wandern wir durch Hochplateaus mit Wacholder und riesigen Olivenbäumen, und gelangen zu einem Bergpass. Von dort aus kann man in der weite ein kleines Dorf sehen ; und man soll noch dorthin gehen.

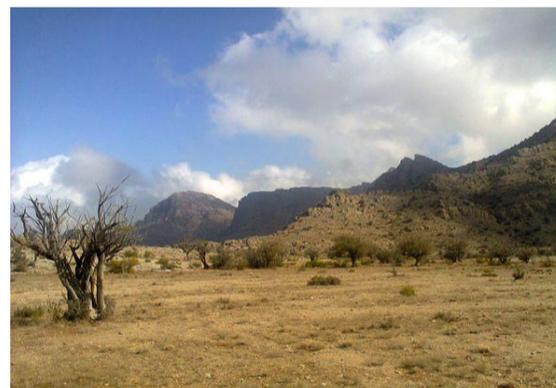
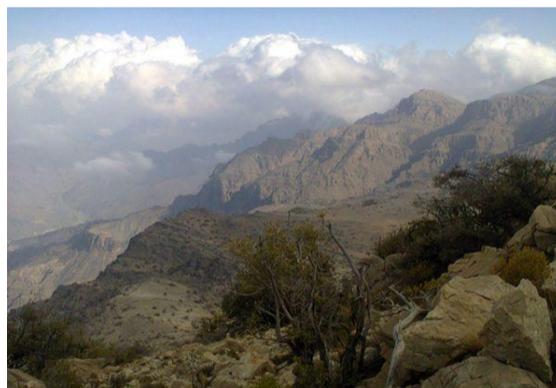
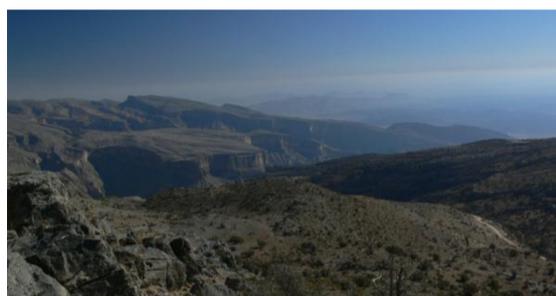
- Grad 3*
- Gehzeit : 5 zu 7 Stunden
- Hoheunterschied : +700m/-900m

 Fahrt nach einer Hochebene mit Wacholderbaume (0 stunde 30 - 20 Km)

**Zeltübernachtung auf einem Hochplateau.**

Im Jebel Akhdar, auf einer Hohe von 2400 meter, mit Olivenbäumen und Wacholdern. Einiege Schritte weiter gibt es sehr schöne Aussichten auf die Täler des Nordhangs.

Individuelle Campingzelte



TAG 5

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach einem hohen Dorf (0 stunde 30 - 15 Km)

✓ **Wanderung nach einer Oase in einer Schlucht (6 stunden)**

Unser Ausgangspunkt ist ein Dorf, das 2000 meter hoch liegt. Wir benutzen genau den gleichen Weg wie die Dorfbewohner, die sich um die Palmenoase und den falaj (Bewässerungskanal), 700 Meter tiefer, kümmern. Wir gehen ca. Zwei Stunden und plötzlich steht die Palmenoase mit Bananenstauden und Dattpalmen, sowie Terrassenfelder mit Knoblauch da. Das Ort ist wunderschön. Wir gehen einien anderen Weg zuruck zu einem andern Dorf auf dem Plateau.

- Grad 3*

- Gehzeit : 4 zu 5 stunden

- Hoheunterschied : +500m/-650m

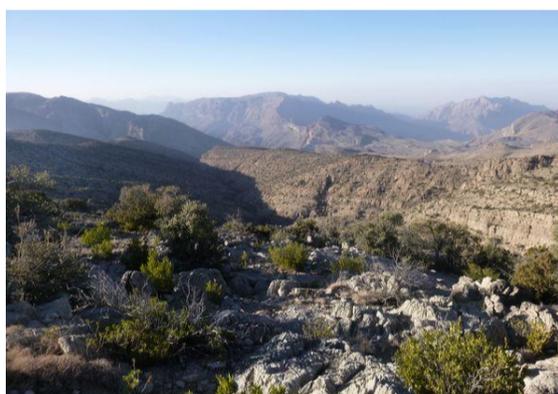
 Fahrt nach einer Hochebene mit Wacholderbaume (0 stunde 20 - 15 Km)



Zeltübernachtung auf einem Hochplateau.

Im Jebel Akhdar, auf einer Hohe von 2400 meter, mit Olivenbäumen und Wacholdern. Einiege Schritte weiter gibt es sehr schöne Aussichten auf die Taler des Nordhangs.

Individuelle Campingzelte



TAG 6

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach einem hohen Dorf (0 stunde 45 - 35 Km)

✓ **Abstieg vom Jebel Akhdar (6 stunden)**

Eine sehr schöne Wanderung in einem wilden Tal, das nicht vseh sehr besucht wird. Dieses Tal verbindet Jebel Akhdar und Samail. Die Blicke am Abstieg sind einfach unglaublich. Und wenn man runter ankommt, die wilde Palmen die Wasserpoools und das alte Falaj sind echt schön

- **Grad 3***

- **Gehzeit : 4 zu 6 stunden**

- **Hoheunterschied : +100m/-1300m**

 Fahrt nach Nizwa (0 stunde 45 - 75 Km)

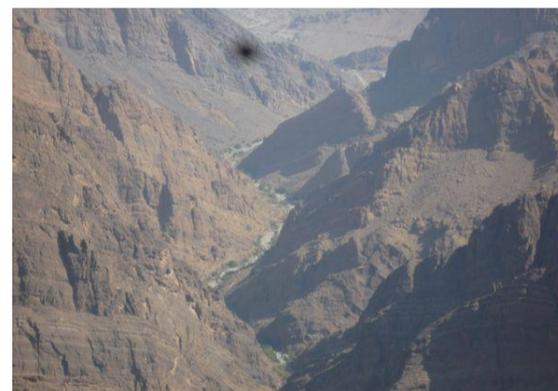
 **Schönes einfaches Hotel**

Ein Hotel in einer spitzen Lage : es liegt in einem alten Stadtviertel von Nizwa gerade am Souq. Es besteht aus mehrere alte Hause, die vor kurzem geschmackvoll renoviert wurden. Schlafzimmer, Badezimmer, typische Majilis (Wohnzimmer), und Terrassen sind über ein Labyrinth von Korridoren, Treppe, und Stege versteut.

Standardes Zimmer

Alle Zimmer sehen Traditionnell aus. Sie haben aber Klimaanlage. Matraze liegen auf dem Boden. Badezimmer sind Privat aber können aus dem Zimmer liegen..

Fruhstuck am Hotel



TAG 7

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Beisichtigung des Souks in Nizwa (1 stunde 30)**

Nizwa ist eine Großstadt, Die am Fuße der berge liegt: Sie war lange Zeit die Hauptstadt des Omans. Es ist eine Traditionsstadt, der Souk und der Markt wurden 1996 renoviert. Am Freitag findet der traditionelle Markt statt. Beduinen aus der Wüste, Chawis aus den Bergen kommen hierher um einzukaufen. Dort kann man alles finden: Teppiche, Töpfereien, Schmuck, aber auch „Vieh. Den Viehmarkt sollte man auf keinen Fall verpassen.

🚌 Fahrt nach unserem Zeltlager in der Wüste (3 stunden - 220 Km)

✓ **Sonnenuntergang in den Dünen (1 stunde)**

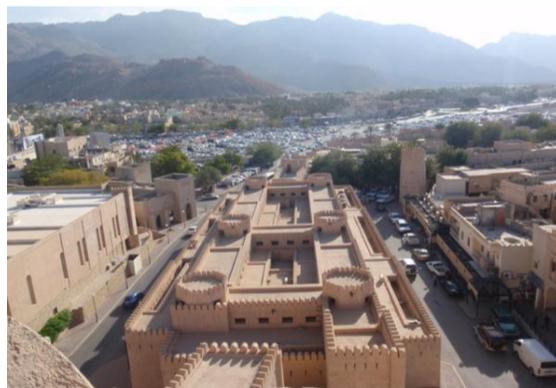
Am späten Nachmittag, wenn das Licht am schönsten ist, gehen wir durch die Dünen spazieren und können den zauberhaften Sonnenuntergang über den Dünen beobachten. Unvergesslicher Moment!

- Grad 1*



Zeltübernachtung in der Wahiba-Wüste.

Individuelle Campingzelte



TAG 8

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung in der Wüste (6 Stunden)**

Früh morgens geht es los, bevor es zu heiß wird. Drei-Vier Stunden lang wandern wir durch diese außergewöhnliche Landschaft. Nach der Mittagspause wird ein bisschen im Schatten ausgeruht. Am späten Nachmittag gehen wir wieder durch Sanddunen um unseren Camp, um die Sonnenuntergang zu sehen. In der wüste wird die Gehzeit nur als Anhaltspunkt gegeben und wir können die Länge der Strecke zur Gruppe anpassen.

- Grad 3*

- Gehzeit : 4 zu 5 Stunden

- Hoheunterschied : +100m/-100m



Zeltübernachtung in der Wahiba-Wüste.

Individuelle Campingzelte



TAG 9

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach einem Wadi (1 stunde 30 - 80 Km)

✓ **Wandern und Schwimmen in einem Wadi im Ostlichen Hajar (5 stunden)**

Eine einfache Wasserwanderung in einem der schönsten Wadis Omans. Ausgangspunkt ist Oase im Tal. Zuerst gehen wir durch die üppige Palmenoase und erreichen bald den Zugang zum Canyon. Wir gehen zwischen Felsblöcker und kommen auf zwei Pools und Wasserfalle zu. Man kann von 10 Metern Höhe springen. Wir gehen weiter und müssen einenige Strecken (Pools) schwimmend zurücklegen (bis 300 meter) Dann wird das Tal immer breiter, wir gehen durch eine Palmenoase und erreichen bald ein Dorf .

- **Grad 1***

- **Gehzeit : 3 zu 5 stunden**

 Fahrt nach Sur (1 stunde - 100 Km)

 **Hotel in Sur**

Ein gutes Hotel mit bequeme und moderne Zimmer, gerade an der Lagune.

Standard Room

Fruhstuck am Hotel



TAG 10

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Besichtigung der Stadt Sur (2 Stunden)**

Sur liegt am Meer, an einer wunderschönen Lagune. Die Stadt war früher für den Bau der Dhaus, der traditionellen arabischen Schiffe, mit denen die Handelsfahrten nach Afrika und Asien unternommen wurden. Wir besichtigen eine Werft und gehen zu einem alten Wachturm, wo wir den besten Aussichtspunkt über die Stadt genießen können.

 Fahrt nach Tiwi (0 Stunde 45 - 60 Km)

✓ **Kurze Wanderung im Wadi durch Palmengarten (2 Stunden)**

Wir wandern im Wadi durch wunderschöne Gärten (mit Palmen, aber auch Bananas, Mangos, Papaya, Lime, usw.) meistens auf dem Falaj, um unser Zeltplatz zu erreichen. Wasser fließt im Talboden, Gärten bedecken Berghänge, und Felswände im Hintergrund.

- Grad 2*

- Gehzeit : 1 zu 2 Stunden

**Zeltübernachtung in privaten Gärten im Wadi**

Sehr schöner Ort. Sehr einfach auch, ohne Toiletten (der Inhaber hat Pläne sie zu bauen) Spaziergang am späten Nachmittag in der Umgebung ist toll: wild, mit überraschenden Aussichten, und viele Vögel...

Camping



TAG 11

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung im Wadi und Schwimmen in der Schlucht (6 Stunden)**

Eine wunderschöne Wanderung : wir gehen durch den ganzen Tal. Wir gehen meistens auf wege oder Falaj (Wasserkanäle) durch den Garten, manchmal im Flussbed durch Felsen, und auch kurze Strecke auf der Piste. Wir queren mehrere Dörfer auf dem Weg. Wann wir das letzte Dorf erreichen, können wir noch in der Schlucht mitte des Dorfs schwimmen gehen.

- **Grad 3***

- **Gehzeit : 4 zu 5 Stunden**

- **Hoheunterschied : +300m/-50m**

🚌 Fahrt nach Tiwi (0 stunde 30 - 25 Km)

🏠🏠🏠 **Hotel am Meer**

Ein schönes kleines Hotel in einer tollen Lage. Es liegt gerade am Meer, an der Nahe vom Dorf Tiwi, und am Eingang vom Wadi Tiwi. Das Hotel verfügt über ein Schwimmbad und ein Garten.

Standardes Zimmer

Modernes und bequemes Zimmer mit privatem Badezimmer.

Fruhstuck am Hotel



TAG 12

Breakfast - Lunch -

 Fahrt nach einem Wadi (0 stunde 30 - 60 Km)✓ **Wasserwanderung in einem Wadi im Ostlichen Hajargebirge (7 stunden)**

Im letzten Dorf des Tals fangt unsere Wanderung an. Unten im Dorf befindet sich ein Pool mit Wasserfall. Vom Felsen können wir ins Wasser springen (5 Meter), dann gehen wir dem Wadi entlang, durch die Oase bis wir auf einen wunderschönen Fluss zukommen. Wir gehen im Wasser durch Felsblöcke, dann wird der Canyon enger und wir schwimmen durch mehrere Pools. Danach wird das Tal wieder breiter, dann wieder enger. Wir schwimmen nochmal bis wir einen Wasserfall erreichen. Wir gehen/schwimmen den selben Weg zurück.

- **Grad 1***

- **Gehzeit : 4 zu 6 stunden**

 Fahrt nach Muttrah (1 stunde 30 - 130 Km)

❗ Schwierigkeitsgrad Wandern & Spazieren

Grad 1 Keine Schwierigkeit. Einfache Spaziergänge. Zu jedem zugänglich, der manchmal spaziert

Grad 2 Einfache Wanderungen mit Höhenunterschied weniger als 300 Meter ohne Schwierigkeiten

Grad 2 Wanderungen mit einem Höhenunterschied von 300 zu 800 Meter. Für jeder, der an Bergwanderungen gewohnt ist. In den Wanderungen, die mit Grad 3 und geringere Höhenunterschied beschrieben sind, kommt die Schwierigkeit von der Gelände

Grad 4 Wanderungen mit einem Höhenunterschied von 800 zu 1100 Meter. Für fite Bergwanderer

Grad 5 Lange Wanderungen mit Hihenunterschied über 1000 Meter, die Abschnittweise einfaches Klettern bitten

❗ Schwierigkeitsgrad Canyoning und Wasserwanderung

Für diese Aktivität müssen Sie mindestens 100m schwimmen

Grad 1 Wasserwanderung ohne Plifchtsprunge und ohne Abseilen

Grad 2 Einfaches und kurzes Canyon mit Sprunge, die nicht höher als 3 meter sind und, die abseilend vermieden werden können

Grad 3 Canyons mit Sprunge und Abseilen, die aber nicht besonders technisch sind

Grad 4 Canyonns mit möglicherweise hohe Sprunge und technisches Abseilen in Wasserfalle, die mehr als 5 Stunden brauchen