

EL GRAN TREK DE OMAN

Un viaje de trekking exigente para senderistas experimentados. Las caminatas deportivas y las bajadas fáciles de barrancos se suceden con pocos días de descanso para descubrir caminando las montañas del Hajar Occidental y Oriental

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

Duración 12 Día

Realizable en ENERO - FEBRERO - NOVIEMBRE - DICIEMBRE



5 Noches en alojamientos (Hotel, Casa de huéspedes, Lodge, etc...)



6 Noches acampando en la naturaleza (con tiendas, colchones, esteras, vajilla, equipo para cocinar), confortable (pero sin baños) con el soporte de vehículos

VIAJEROS

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

PRECIOS POR PERSONA



DIA 1

- Lunch - Dinner

🚌 Traslado a una casa de huéspedes en la montaña (3 horas - 235 Km)

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

✓ **Barranquismo en el Snake Canyon Inferior (3 horas)**

El Snake Canyon es un barranco muy estrecho que corre en el Wadi Banin Awf. En ciertas partes se pueden tocar las dos paredes al mismo tiempo... Partimos de la entrada secundaria del canyon. No se necesita bajar en rapel. Disfrutaras un día de aventura saltando (max 4 metros), caminando en el agua, deslizando en toboganes naturales, y nagando cortas distancias. Para los que no quieren saltar instalamos cortos rapeles.

- Nivel 2*

🚌 Traslado a una casa de huéspedes en la montaña (0 hora 15 - 5 Km)

🏠🏠🏠 **Casa de huéspedes en la montaña**

Es un pueblito que fue renovado y transformado en una casa de huéspedes. La actividad agrícola (culturas y cría de capras) fue conservada. Y el personal es particularmente simpático!

Dormitorio comun

Dormitorios de 4 a 10 personas equipados con camas literas y aire acondicionado.
desayuno & cena en el hotel



DIA 2

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Caminata por pueblos y montañas (5 horas)**

Caminamos primero en el cauce del río con muchos árboles y parajos (y a veces un arroyo). Luego encontramos un camino que sube en la montaña y nos lleva a un primero pueblo. Después 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, más 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 llegemos a la carretera mayor del valle.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas

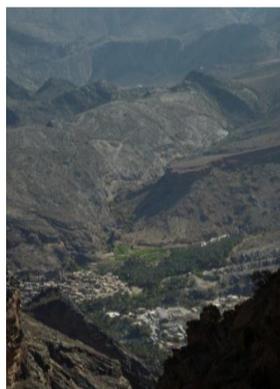
- Desnivel : +600m/-500m

**Casa de huéspedes de montaña**

un alojamiento sencillo pero agradable en un sitio muy bonito

Habitación compartida

desayuno & cena en el hotel



DIA 3*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Caminata hacia las crestas (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 dificil. 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 : +1300m/-250m

🚌 Traslado a un pueblito alto (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 4*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Randonnee sur les cretes (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 valles 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/-900m

🚌 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 Campana individual

DIA 5

Breakfast - Lunch - Dinner

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

✓ **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. Después 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 días aquí. Bajamos un poco más después 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 : +500m/-650m

 Traslado a un plano con enebros gigantes (0 hora 20 - 15 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 Campana individual



DIA 6

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a un pueblo alto (0 hora 45 - 35 Km)

✓ **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 : +100m/-1300m

 Traslado a Nizwa (0 hora 45 - 75 Km)

 **Hotel bonito y sencillo**

Un hotel con una muy buena situacion, en un antiguo barrio al lado del souq de Nizwa. Son varias casas tradicionales que fuen renovadas recienmente con mucho gusto. Habitaciones, cuartos de bano, salones (majilis), y terrazas estan distribuidaos en un laberinto de corredores, escaleras, y pasarelas .

Habitacion estandar

*Las habitaciones estan decoradas en un estilo tradicional. Todas tienen la climatizacion. Los colchones estan en el suelo. Las salas de bano son privadas pero pueden estar fuera de la habitacion..
desayuno en el hotel*



DIA 7

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ Paseo en el Souq de Nizwa (1 hora 30)

El Souq y el fuerte de Nizwa fueron rehabilitados hace unos diez años. Esta abierto todos los días, pero se anima sobre todo el viernes. aquí viene gente de todos lugares que sea de la montaña o del desierto para comprar y vender. Se encuentra de todo. Lo mas folclórico es el mercado al ganado. Pero también se venden pájaros vivos, peces, miel, dátiles, y hasta coches de segunda mano...

🚌 Traslado a nuestro Acampamento en el desierto (3 horas - 220 Km)

✓ Puesta del Sol en el Wahiba (1 hora)

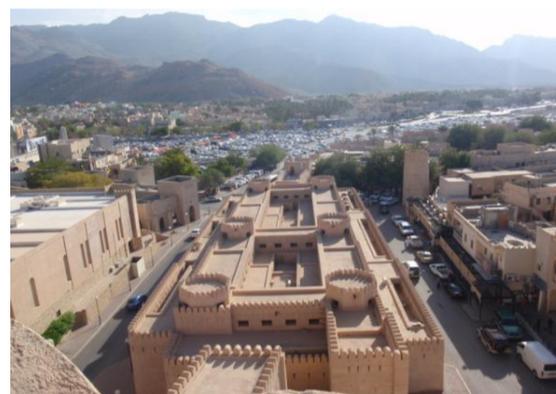
Damos un paseo para observar la puesta del sol desde arriba de una duna alta. Es e mejor momento del día para sacar fotos la que la luz esta mas dulce y el sol poniéndose cambia las sombras en las dunas. La arena tome tintas rojas.

- Nivel 1*



Acampamos en el desierto

Tienda de Campana individual



DIA 8*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Caminata en el desierto de Wahiba (6 horas)**

Nos ponemos en camino temprano para que aprovechemos la frescura de la mañana. Caminamos entre la dunas. La arena del Wahiba es de color amarillo y rojo así que según la luz cambia de color a lo largo del día. Paremos bajo la sombra a medio día cuando el sol es mas fuerte. Almorzamos y descansamos. Luego nos ponemos de nuevo en camino y andamos al rededor del acampamento para ver la puesta del sol. En el desierto damos los tiempos de marcha solo a titulo indicativo y podemos adaptar la duracion de las etapas al grupo.

- Nivel 3*

- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas

- Desnivel : +100m/-100m



Acampamos en el desierto

Tienda de Campana individual

DIA 9*Breakfast - Lunch - Dinner*

 Traslado a una oasis en la entrada del barranco (1 hora 30 - 80 Km)

✓ **Caminata acuatica en un barranco del Hajar Oriental (5 horas)**

Una caminata acuatica facil en unos de los wadis mas hermosos de Oman. Partimos de un oasis. Cruzamos el palmar exuberante para alcanzar la entrada del canon. Caminamos entre los bloques hasta que llegemos a 2 piscinas con cascadas. aquí podemos saltar de unos 10 metros. Seguimos entre bloques y en el agua hasta que encontremos piscinas largas que debemos cruzar nadando. Por fin se ensancha el valle y descubrimos otro oasis que cruzamos para llegar al pueblo.

- Nivel 1*

- Tiempo de marcha : 3 a 5 horas

 Traslado a Sur (1 hora - 100 Km)

 **Hotel en Sur**

Un buen hotel con habitaciones modernas y confortables, ubicado en la laguna.

Standard Room

desayuno en el hotel



DIA 10*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Visita de la ciudad de Sur (2 horas)**

Sur es un puerto construido entre el mar y una laguna interior. Fue conocida en la historia por la construcción de bracos. Esa construcción artesanal ahora no puede competir con las producciones industriales, pero la ciudad conserve una fabrica que visitaremos. Despues subemos a una torre antigua que ofrece la mejor vista sobre la ciudad.

🚌 Traslado a Tiwi (0 hora 45 - 60 Km)

✓ **Caminata corta en el wadi por el palmar (2 horas)**

Caminamos en el wadi en el falaj que traversa el palmar (que tambien alberga bananas, mangos, papayas, y citricos) para alcanzar nuestro acampamiento. Agua corre en el fondo del valle, jardines luxuriantes recubren los flancos, y acantilados impresionantes dominan todo.

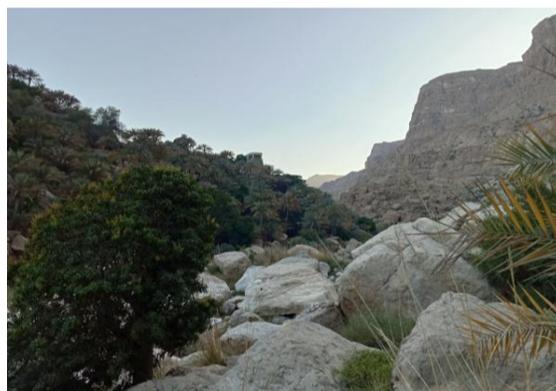
- Nivel 2*

- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas

**Acampamento en jardin privado**

Sitio muy bonito. Es sencillo y todavia no hay banos (el dueno tiene planos construirlos). Paseos al rededor por la fin de la tarde son muy agradables : es salvaje, vistas son estupendas, y hay muchos parajos...

Camping



DIA 11*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Caminata en el wadi y baño en el barranco (6 horas)**

Una caminata muy hermosa : recorrimos todo el wadi hasta el ultimo pueblo. Caminamos sobre todo en los jardines sobre el falaj (canal de irrigacion) o sobre senderos, a veces en el cauce del rio por rocas grandes, y unos trozos cortos en la pista. Travesamos varios pueblos. Cuando alcanzamos el ultimo pueblo, podemos ir a banarnos en el barranco ubicado en medio de los jardines del pueblo

- **Nivel 3***

- **Tiempo de marcha : 4 a 5 horas**

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

🚌 Traslado a Tiwi (0 hora 30 - 25 Km)

🏠🏠🏠 **Hotel al mar**

Una pequena pension muy bien localizada poco antes del pueblo de Tiwi, frente al mar, y cerca del Wadi Tiwi. La pension tiene una piscina y un jardin.

Habitacion estandar

*Habitacion moderna y comfortable con cuarto de baño privado..
desayuno en el hotel*



DIA 12*Breakfast - Lunch -*

 Traslado a un wadi (0 hora 30 - 60 Km)

✓ **Caminata acuatica en un wadi del Hajar Oriental (7 horas)**

Partimos de la ultima poblaci3n del valle. Justo bajo al pueblo, donde se acaba la pista ya hay una piscina natural hermosísima y se puede saltar de unos 5 metros. Caminamos primero en el palmar sobre el falaj (canal de irrigaci3n), y luego encontramos un ri3. Caminamos en el agua ente los bloques. El barranco se pone mas estrecho y debemos nadar en varias piscinas. Al final encontramos una piscina larga con bloques grandes y una cascada. Regresamos por el mismo camino.

- Nivel 1*

- Tiempo de marcha : 4 a 6 horas

 Traslado a Matrah (1 hora 30 - 130 Km)



📌 Nivel de dificultad Senderismo & Paseo

- Nivel 1** Ninguna dificultad. Paseos faciles y accesibles a cualquier que camina ocasionalment
- 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 montana
- 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

📌 Nivel de dificultad Barranquismo y Caminata aquatica

Esta actividad necesita saber nadar por lo menos 100 metros

- Nivel 1** Caminata aquatica que no requiere nigrun salto mandatorio ni rapel
- Nivel 2** Barranquismo facil y corto con saltos de menos de 3 metros que tambien se pueden evitar bajando en rapel
- Nivel 3** Barranquismo con saltos de unos metros y rapel poco tecnico
- Nivel 4** Banrranquismo con saltos que pueden ser un poco alos y rapeles tecnicos en cascadas. Bajadas que pueden durar mas de 5 horas