

WANDERN IN OMAN

Eine Wanderreise in 3 gleichmassige Teile : 4 Tage in den steilen Bergen des Westlichen Hajars, 4 Tage in den Sanddunen der Weisse Wuste und der Wahiba Wuste, und 4 Tage in den uppigen und wasserreiche Wadis des Ostlichen Hajargebirges.



Grad 3 Touren, die Tageswanderungen (bis zu 800m Aufstieg) und nicht schwierige Wasserwanderungen enthalten können.

Reisedauer 12 Tag

Reisezeit JANUAR - FEBRUAR - NOVEMBER - DEZEMBER



3 Übernachtungen in Unterkünfte (Hotel, Gastenhaus, Lodge, usw.)



7 Zeltübernachtungen in der Wilde (mit Zelten, dicke Matratzen, Matte, Geschirr, Kochausrüstung), bequem (aber ohne Toiletten) mit Unterstützung von Fahrzeugen. Meistsens Sollen Sie die Zelt selber bauen, wahrenddem wir das gemeinsame Camp einrichten.



1 Übernachtungen bei Einheimische, manchmal mit sehr urigem Komfortbedigungen

Abfahrt Muttrah

Endet Muttrah

REISENDE	PREIS PRO PERSONNE	
2	1300 OMR	3403 USD
3	1000 OMR	2617 USD
4	960 OMR	2513 USD
5	900 OMR	2356 USD
6	850 OMR	2225 USD
7	800 OMR	2094 USD
8	760 OMR	1989 USD

Reisestrecke Wadi Sahtan - Wadi Bani Awf - Nizwa - Weisse Wüste - Wahiba Wüste - Wadi Bani Khalid - Sur - Wadi Tiwi - Wadi Al Arbeyeen



Anmerkung über die Transportation von Gepacken Wir sind mit Fahrzeugen begleitet ; Ihre Hauptgepäck werden immer in den Fahrzeugen transportiert. Während Wanderungen brauchen Sie nur einen Tagesrucksack zu tragen.

Anmerkung über die Wüste Wir laufen am Vormittag von 3 bis 5 Stunde. Am Nachmittag wandern wir wieder um das Camp zwischen 1 und 2 Stunde.
 Die Teilnehmer können immer der Wanderung nicht teilnehmen und im Camp bleiben oder kürzeres Spaziergang um das Camp Vormittags oder Nachmittags machen.
 Wann wir das Camp bewegen, einige Teilnehmer können auch die Etappe mit den Fahrzeugen machen.
 Im Gegenteil die eine, die länger wandern wollen, können früher am Nachmittag ein längeres Tour allein machen.
 In der Wüste haben wir 3 verschiedene Zeltlager für jeweils 1, 2, 1 Nächte.
 Am Camp, bauen wir ein grosses Zelt (Bilder darunter), das uns Schatten bringt und uns schützt falls es windig ist.



TAG 1

- Lunch - Dinner

 Fahrt nach einem Bergdorf in Wadi Sahtan (3 Stunden - 225 Km)

✓ **Wanderung durch Bergsdorfer Wadi Sahtans (4 Stunden)**

Das Haupttal bildet einen riesigen Felsekessel, das das Nordhang von Jebel Shams mit Felsen bis zu 2000m hoch hervorragend. Wir wandern auf Jahrhundert alte Wege (manchmal im schlechten Zustand ; einige Passagen können schwierig sein), die abegeschiedene Dörfer miteinander verbinden. Wir laufen durch 3 verschiedene Dörfer und kommen schliesslich an unserem Zeltlager an.

➤ *Wadi Sahtan*

- Grad 3*

- Gehzeit : 3 zu 4 Stunden

- Höheunterschied : +200m/-400m



Zeltübernachtung im Tal

Ein wunderschöner Ort mit phantastischen Ausblicken auf den Nordhang des Jebel Shams.

Individuelle Campingzelte



TAG 2

Breakfast - Lunch - Dinner

Wadi Sahtan

✓ **Wanderung durch Bergsdorfer Wadi Sahtans (6 Stunden)**

Die Wanderung fängt von unserem Camp an. Wir wandern durch mehrere Taler und in jedem Tal erkunden wir ein Paar kleine Dörfer. Jedes Dorf ist eigenartig, denn es je nach der Oberflächengestalt aufgebaut wurde. Palmengärten, Aflaj, Terrassenfelder, Bienenkörbe... wir wandern hier durch das altüberliefertes Oman in einer spektakulären Umgebung! Einige Passagen können kleine Schwierigkeiten anbieten.

- Grad 3*

- Gehzeit : 4 zu 5 Stunden

- Höheunterschied : +700m/-800m

🚌 Fahrt nach Bimah (Wadi Bani Awf) (1 Stunde - 30 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!

Private Room Ensuite

Frühstück & Abendessen am Unterkunft



TAG 3*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Wanderung durch Dorfer und Berge Wadi Bani Awfs (5 Stunden)**➤ *Wadi Bani Awf*

Eine echt schöne Wanderung 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**
 Fahrt nach Nizwa (2 Stunden - 80 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.

*Standard Room**Fruhstuck am Unterkunft*

TAG 4

Breakfast - Lunch - Dinner

➤ Nizwa

✓ **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 Traditionstadt, 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 der weissen Wüste mit Steine und Sand (3 stunden 30 - 350 Km)

➤ Weisse Wüste

✓ **Sonnenuntergang zwischen Sand-und Stein-Wüste. (2 stunden)**

Wir gehen auf ein kleines Plateau, in unmittelbarer Nahe unseres Camps hoch. Auf der einen Seite kann man die weiße Sandwüste, die wir am nächsten Tag erkunden werden, erahnen und auf der anderen Seite geht die Sonne in den Hügeln der Steinwüste unter.

- Grad 1*

- Gehzeit : 1 zu 2 stunden

**Zeltübernachtung zwischen Sand und Steine**

Wir zelten in einem schönen Ort, wo Sanddunen Steinhugel treffen
Individuelle Campingzelte



TAG 5

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung durch Sand und Fels (6 Stunden)**☞ *Weisse Wüste*

Wir wandern in der Wüste. Dieser Ort ist echt schön. Der Sand ist manchmal rot und manchmal weiß und Felsen kommen hier und da vom Sand aus. Wir erreichen unser Camp um Mittag und erholen im Schatten. Am späten Nachmittag gehen wir wieder durch Sanddünen um unseren Camp, um den Sonnenuntergang zu sehen.

- **Grad 2 & 3***- **Gehzeit : 4 zu 5 Stunden****Zeltübernachtung in der Wüste**

Abwechslungsreiche Landschaft : Sanddünen, steinige Hügel, und ein "Wald" mit Akazien.

Individuelle Campingzelte



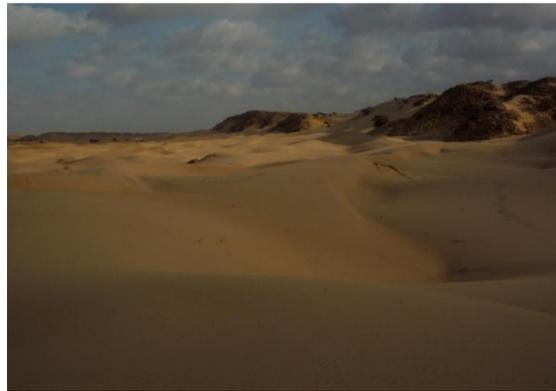
TAG 6*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Tage in der Sand und Steinwüste (7 Stunden)**☞ *Weisse Wüste*

Wir verbringen den ganzen Tag in dieser schönen und ungewöhnlichen Ort, wo Sanddunen steinige Hügel bedecken. Wir gehen zu Fuss am frühen Vormittag und spazieren bis zum späten Vormittag, wann es anfängt heiss zu werden. Wir kommen dann zurück zu unserem Camp, zum Mittagessen und um im Schatten zu erholen. Am späten Nachmittag, wann die Beleuchtung die Landschaft besonders schön macht, und die Hitze ertragbar ist, gehen wir wieder bis zum Sonnenuntergang spazieren.

- **Grad 2 & 3***- **Gehzeit : 2 zu 5 Stunden****Zeltübernachtung in der Wüste**

Abwechslungsreichen Landschaft : Sanddunen, steinige Hügel, und ein "Wald" mit Akazien.

Individuelle Campingzelte



TAG 7

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Quer durch die Sandwüste (6 Stunden)**☞ *Weisse Wüste*

Ein langer aber herrlicher Wandertag. Wir gehen vom Camp mitten in den ockerfarbenen Dünen aus und durchqueren kleine Tafelberge, die von 'Sandzungen' unterbrochen werden. Je weiter vorwärts wir kommen, desto weißer wird der Sand bis wir schließlich vor ganz weißen Sanddünen stehen: eine erstaunliche, irrealer Landschaft. Wir gehen durch diese Dünenlandschaft und erreichen das Meer um Mittags. Noch ein paar Stunde, um zu erholen und im indischen Ozean zu schwimmen, gehen wir wieder spazieren durch die weisse Sanddünen.

- **Grad 2 & 3***- **Gehzeit : 3 zu 5 Stunden****Zeltübernachtung in der weissen Wüste, am Meer.**

Ungewöhnliche Landschaft mit den blütenweißen Dünen auf der einen Seite und dem Indische Ozean auf der anderen.

Individuelle Campingzelte



TAG 8

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Fischerdorf Khalufs (0 stunde 36 - 21 Km)

Bei Ebbe fahrt man die ganze Strecke auf dem Strand und man sieht tausende Meeresvogel

✓ **Halte in einem beduinen Fischerdorf (1 stunde)**

Es ist ein malerisches beduinen Fischerdorf. Hier hat man das Gefühl, am Ende der Welt zu sein... Alte mit Alge und Muscheln bedeckte Gelandewagen ziehen boote, die vom Angel zuruckkommen ; und tausende Vogel fliegen oben...

➤ *Weisse Wuste*

 Fahrt nach unserem Zeltlager in der Wahiba Wuste (7 stunden - 480 Km)

Eine sagenhaft schoene Fahrt mit Gelandewagen durch die Wahiba-Sanswuste. Die Piste ist meistens leicht zu sehen, nur ab und zu vom Sand bedeckt. Wir fahren vom Meer ab , zuerst Richtung Nord-osten, dann Richtung Norden. Je weiter wir fahren, desto besser sehen wir, wie die Dunen schoen aneinandegerei sind.

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

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

➤ *Wahiba Wuste*

- Grad 1*

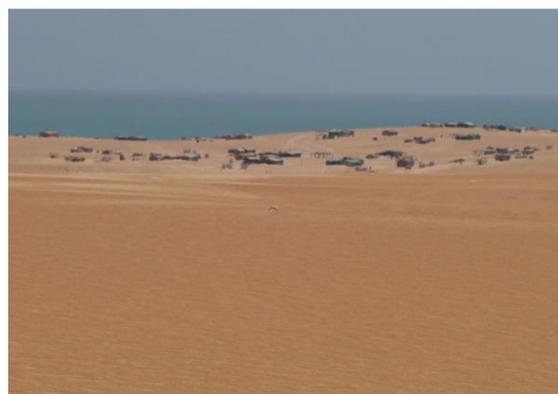


Übernachtung in einem Beduinen Camp

Es ist kein eingerichtetes und bequemes touristisches Camp. Es ist ein typisches beduines Camp mit einem areesh (einen aus Palmen und anderen Gewachsen gemachte Unterschlupf) und einem Beduinenzelt. Unsere Gastgeber nehmen uns hier auf und kochen uns Abendessen und Frühstück. Wir schlaffen alle zusammen unter dem Beduinenzelt, unter dem Stirnenhimmel, oder können wir auch unsere individuelle Zelt aufbauen. Unsere Gastgeber bringen uns Wasser zum waschen. Es gibt keine Toiletten.

Dormitory tent

Frühstück & Abendessen am Unterkunft



TAG 9

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Wadi Bani Khalid (1 stunde 30 - 80 Km)

✓ **Wandern und Schwimmen in Wadi Al Hwir (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 .

➤ *Wadi Bani Khalid*

- **Grad 1***

- **Gehzeit : 3 zu 5 stunden**

 Fahrt nach Sur (2 stunden - 150 Km)

 **Hotel Apartment am Meer gegenüber**

Standard Room



TAG 10*Breakfast - Lunch - Dinner*➤ *Sur*✓ **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)

➤ *Wadi Tiwi*✓ **Kurze Wanderung durch Palmengarten in Wadi Tiwi (2 Stunden)**

Wir wandern im Wadi durch wunderschöne Gärten (mit Palmen, aber auch Bananas, Mangos, Papaya, Lime, usw.) meistens auf dem Falaj. 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. Wir zelten in einem privaten Palmengarten: es gibt 2 Terrassen zum Zelte aufzubauen, ein Falaj (Wasserkanal), und Toiletten. Spaziergang am späten Nachmittag in der Umgebung ist toll: wild, mit überraschenden Aussichten, und viele Vögel...

Individuelle Campingzelte



TAG 11*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Wanderung in Wadi Tiwi (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

🏠 *Wadi Tiwi*

🚌 Fahrt nach unser Zeltlager (1 stunde - 70 Km)

**Zeltübernachtung am Fuss der Gebirge**

Wir zelten am Fuss von schone Berge mit einem Panoramisches Ausblick

Individuelle Campingzelte



TAG 12

Breakfast - Lunch -

 Fahrt nach Wadi Al Arbeyeen (0 stunde 30 - 30 Km)

✓ **Wandern und Schwimmen in Wadi Al Hail (4 stunden)**

Wir fangen, im Wadi zu wandern. Auf dem weg wandert man auf dem Falaj, durch Steinblocken, und durch Wasserpoools quer. Das Tal verengert sich und dort finden wir lange Pools. Wir schwimmen und bleiben ein bisschen in diesem schonen Ort und gehen zuruck.

 Wadi Al Arbeyeen

Achtung : auf dieser Wanderung soll man manchmal durch Wasser gehen ; Schuhe und Hose konnen nass werden...

- Grad 2*

- Gehzeit : 2 zu 3 stunden

 Fahrt nach Muttrah (2 stunden - 180 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