

AUTOUR DU HAJAR ORIENTAL

Un itineraire facile autour du massif du Hajar Oriental pour decouvrir de nombreux wadis (chacun avec son charme propre), passer une nuit dans le desert, et profiter des plages sauvages de la Mer d'Oman!



Niveau 2 Circuits assez faciles avec des balades et des randonnees de quelques heures avec une denivelee positive inferieure a 300m (occasionnellement un peu plus). Ces circuits peuvent inclure des baignades, mais pas de randonnee aquatiques.
Il y a toujours la possibilite, pour les participants qui le souhaitent, de ne pas faire la balade ou la randonnee ; quand c'est possible, un programme alternatif leur est propose ; sinon, ils peuvent patienter dans un bel endroit...

Duree 7 Jour

Realisable en FEVRIER - MARS - NOVEMBRE - DECEMBRE



2 Nuits en hebergements (hotel, chambres d'hotels, lodge, etc...)



4 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.

Depart Matrah

Fin Matrah

PARTICIPANTS	PRIX PAR PERSONNE	
2	670 OMR	1753 USD
3	520 OMR	1361 USD
4	470 OMR	1230 USD
5	510 OMR	1335 USD
6	450 OMR	1178 USD
7	430 OMR	1125 USD
8	410 OMR	1073 USD

Itineraire Piemont - Desert du Wahiba - Wadi Bani Khalid - Ras Al Had - Sur - Wadi Tiwi - Wadi Al Arbeyeen - Bandar Khayran



Note sur le transport des bagages Nous sommes accompagnés de véhicules ; les bagages sont donc toujours transportés dans les véhicules. Vous n'avez à porter durant les randonnées, que vos affaires de la journée.

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 un tour plus long. 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.



JOUR 1

- Lunch - Dinner

🚌 Transfert vers un wadi de piemont (2 heures - 150 Km)

✓ **Balade dans un wadi de piemont (3 heures)**

➤ *Piemont*

Nous remontons une belle vallee de piemont, ou une riviere qui coule toute l'annee creuse son lit a travers des collines de roches marrons foncees constituees d'ophiolites (c'est un terme generique designant en geologie les roches de la croute oceanique). Des sources de magnesium viennent alimenter le cours d'eau et colorent des vasques en blanc, nous offrant de beaux contrastes avec les roches sombres.

- Niveau 2*
- Temps de marche : 2 a 3 heures
- Denivelee : +100m/-100m

🚌 Transfert vers notre campement dans le desert du Wahiba (1 heure 30 - 140 Km)

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

➤ *Desert du Wahiba*

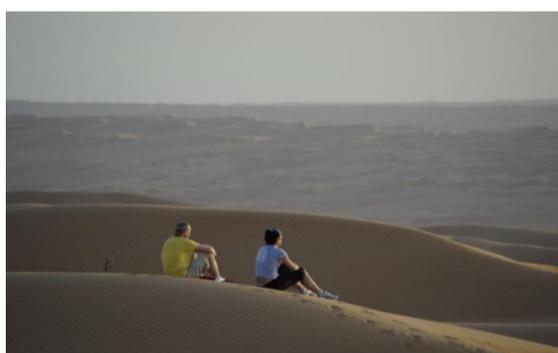
Nous partons nous promener dans les dunes en toute fin d'après midi. C'est le moment de la journée ou la lumière est la plus agréable. Le soleil couchant fait sans cesse évoluer la teinte du sable et les ombres. Un moment magique et inoubliable.

- Niveau 1*



Campement dans le desert du Wahiba

Tente individuelle



JOUR 2

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **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 ocre. A midi, nous retrouvons les véhicules et nous nous arrêtons déjeuner et nous reposer a l'ombre pendant que le soleil est a son zénith. En fin d'après midi, nous nous promenons a travers les dunes autour du campement pour profiter de la lumière declinante du soir qui offre les plus beaux contrastes sur les dunes. Dans le desert, les temps de marche sont approximatifs et nous adaptons les etapes en fonction du groupe.

➤ *Desert du Wahiba*

- Niveau 3*
- Temps de marche : 4 a 5 heures
- Denivelee : +100m/-100m

**Campement dans le desert du Wahiba***Tente individuelle*

JOUR 3

Breakfast - Lunch - Dinner

 Transfert vers Wadi Bani Khalid (1 heure 30 - 80 Km)

✓ **Randonnee vers des cascades et baignade (3 heures)**

La partie basse de cette vallée forme un canyon très sauvage. Nous partons d'une oasis dans la vallée et traversons sa palmeraie en direction du canyon. Nous crapahutons ensuite dans le canyon entre les blocs (le parcours n'est pas spécialement facile, mais ne dure pas très longtemps) pour arriver à une vasque somptueuse avec une chute d'eau et la possibilité de sauter de 10 m. Selon les pluies et les crues qui changent le cours de la rivière, il se peut que nous devions marcher dans l'eau, voire nager pour atteindre les cascades.

➤ *Wadi Bani Khalid*

- **Niveau 2***

- **Temps de marche : 1 à 2 heures**

 Transfert vers Ras Al Had (2 heures 30 - 190 Km)

✓ **Observation nocturne des tortues (2 heures)**

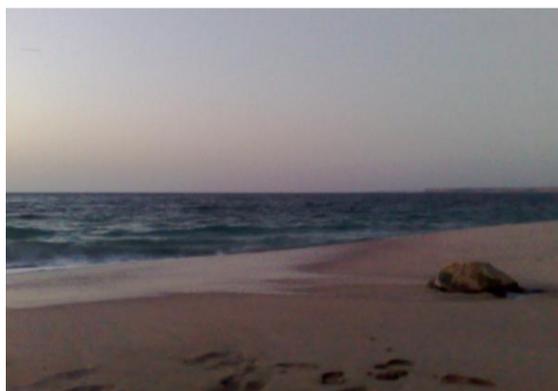
La côte ici est classée réserve naturelle pour protéger les tortues vertes qui viennent y pondre en nombre. Les visites sont encadrées et regroupées sur 2 plages, les autres étant interdites la nuit pour laisser les tortues au calme. Le pique saisonnier pour les pontes est l'été, période pendant laquelle on peut trouver jusqu'à 50 tortues sur une seule plage, mais tout au long de l'année on est presque assuré de voir au moins une ou deux tortues. Vous verrez une tortue creuser son trou, y déposer les oeufs, reboucher le trou, retourner à la mer, ainsi que les bébés tortues qui, à peine sortis de l'oeuf gagnent la mer.

➤ *Ras Al Had*

 **Guesthouse ou hotel appartement a Ras Al Had**

Standard Room

petit-dejeuner pris a l'hebergement



JOUR 4

Breakfast - Lunch - Dinner

 Transfert vers Sur (1 heure - 50 Km)

✓ Visite de la ville de Sur (2 heures)
 Sur

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 la palmeraie du Wadi Tiwi (2 heures)
 Wadi Tiwi

Nous marchons sur le falaj et les chemins dans une palmeraie luxuriante (palmiers, mais aussi agrumes, bananes, manguiers, papayers, etc..). 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. Un ami nous loue sa palmeraie dans le wadi pour y passer la nuit : 2 plateformes pour poser le camp, un falaj (canal d'irrigation), et des sanitaires. Les alentours sont superbes ; s'y promener en fin de journee est tres agreable : sauvage, calme, superbes vues, et beaucoup d'oiseaux...

Tente individuelle



JOUR 5

Breakfast - Lunch - Dinner

Wadi Tiwi

✓ **Randonnee et Baignade dans le Wadi Tiwi (4 heures)**

Une superbe vallee, avec une belle riviere aux vasques d'eau turquoises, une immense palmeraie en terrasses tout du long, des villages, et des parois rocheuses impressionnantes! Nous remontons la vallee en voiture et faisons une petite randonnee dans le fond de la vallee pour aller nous baigner.

- Niveau 2*
- Temps de marche : 2 a 3 heures
- Denivelee : +100m/-100m

🚌 Transfert vers Wadi Tiwi (0 heure 15 - 5 Km)

Wadi Tiwi

✓ **Balade vers une cascade (1 heure)**

Tres bel endroit. Depuis le village, nous descendons sur de bons mais raides escaliers a travers la palmeraie pour atteindre un petit canyon en contre-bas. Une belle cascade coule dans une vasque ou l'on peut se baigner (avec pudeur).

- Niveau 1*
- Temps de marche : 0 a 1 heures
- Denivelee : +100m/-100m

🏠🏠🏠 **Hotel en bord de mer**

Un petit hotel tres bien situe, legerement en retrait du village de Tiwi, face a la mer, a l'entree du Wadi Tiwi. L'hotel dispose d'un jardin et d'une piscine.

Chambre Standard
Chambre moderne et confortable avec salle de bain privative.
petit-dejeuner pris a l'hebergement



JOUR 6

Breakfast - Lunch - Dinner

 Transfert vers Wadi Al Arbeyeen (0 heure 30 - 60 Km)

✓ **Balade et baignade dans le Wadi Al Hail (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...

➤ *Wadi Al Arbeyeen*

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



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 7

Breakfast - Lunch -

 Transfert vers Bandar Khayran (2 heures - 120 Km)

✓ **Journee a la plage : balade, baignade, et snorkeling (6 heures)**

La baie de Bandar Khiran est tres decoupee et abrite de nombreuses criques. Nous partons d'un parking situe legerement en altitude, d'ou les vues sur la baie sont splendides. Nous descendons sur un sentier facile vers une petite plage de sable blanc, ou nous passerons le reste de la journee. Au programme : baignade, snorkeling (fonds marins superbes, avec de nombreux poissons multicolores, de beaux coraux, et parfois meme des tortues), pique-nique (si possible, nous essayons de faire du poisson grille), et eventuellement une balade vers d'autres criques. Nous rentrons par le meme chemin qu'a l'aller.

 Bandar Khayran

- Niveau 2 & 3*

- Temps de marche : 0 a 1 heures

- Denivelee : +50m/-50m

 Transfert vers Matrah (0 heure 45 - 50 Km)


📌 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 dénivelée sur un terrain ne présentant pas de grosse difficulté. Accessible à toute personne pratiquant la marche de façon régulière
Niveau 3	Randonnées avec une dénivelée de 300 à 800 mètres. Accessible à toute personne pratiquant régulièrement la marche en montagne. Les randonnées avec une dénivelée inférieure et classées Niveau 3 présentent des difficultés de terrain
Niveau 4	Randonnées avec une dénivelée de 800 à 1100 mètres accessibles aux personnes pratiquant la randonnée sportive en montagne
Niveau 5	Randonnées longues avec une dénivelée supérieure à 1000 mètres et pouvant inclure quelques passages nécessitant les mains