

DESCUBIERTO Y AVENTURA EN OMAN

Un recorrido aventuroso por lugares remotos y poco visitados. Pero a un ritmo tranquilo con paseos y caminatas faciles. Montanas, desierto, mar, wadis, mucha naturaleza y un monton de noches acampando en sitios reconditos, bonitos y salvajes!



Nivel 2
Viajes bastante faciles con caminatas faciles y cortas con menos de 300 metros de desnivel (ocasionalmente un poco mas).
Siempre hay la posibilidad, para los participantes que desean, de no hacer la caminata ; cuando posible, les ofrecemos un programas alternativo ; si no esperaron en un lugar bonito.

Duracion 15 Dia

Realizable en ENERO - FERBRERO - NOVIEMBRE - DECIEMBRE

 4 Noches en alojamientos (Hotel, Casa de huespedes, Lodge, etc...)
 9 Noches acampando en la naturaleza (con tiendas, colchones, esteras, vajilla, equipo para cocinar), confortable (pero sin banos) con el soporte de vehiculos. Ud. tiene que montar la tienda por si mismo, mientras que organizamos el acampamento colectivo.
 1 Noches en la casa de los habitantes, a veces con confort rustico

Salida Matrah

Termina Matrah

VIAJEROS	PRECIO POR PERSONA	
2	1600 OMR	4188 USD
3	1200 OMR	3141 USD
4	1170 OMR	3062 USD
5	1100 OMR	2879 USD
6	960 OMR	2513 USD
7	900 OMR	2356 USD
8	840 OMR	2198 USD

Itinerario Wadi Mistal - Piemonte - Wadi Sahtan - Wadi Bani Awf - Wadi Bani Kharus - Jebel Shams - Nizwa - Desierto Blanco - Desierto del Wahiba - Wadi Bani Khalid - Meseta del Hajar Oriental - Wadi Tiwi - Wadi Al Arbeyeen - Bandar Khayran



Nota sobre la transportacion del equipaje Tenemos vehiculos ; asi su equipaje esta siempre transportado por coche. Mientras caminatas Ud. solo debe traer una mochilla ligera con el necesario para el dia.

Nota sobre el desierto En el desierto solemos caminar unas 3 o 4 horas por la manana y otra vez 1 o 2 horas por la tarde alrededor del campamento
 Los participantes que lo desean pueden quedar en el acampamento o hacer paseos mas cortos.
 Por lo contrario, los que quieren caminar mas pueden salir mas temprano por la tarde y hacer una vuelta mas larga por si mismo.
 En el desierto, tendremos 2 sitios de acampampada distintos para respectivamente 2, 1 noches.
 En el campamento montamos una tienda grande (vea fotos abajo) para tener sombra durante del dia y protegernos en caso de viento.



DIA 1*- Lunch - Dinner*

 Traslado a un wadi del piemonte (2 horas - 180 Km)

 Traslado a Wadi Mistal (0 hora 50 - 50 Km)

✓ **Paseo en la oase de montana de Wakan (1 hora)**

 *Wadi Mistal*

Damos un paseo en un pueblo ubicado a unos 1400 metros de altura, al fondo de un valle que forma un gran circo. El pueblo y sus jardines estan contruidos en la pared rocosa. Cruzamos el pueblo y caminamos a traves de las terrazas donde crecen ajo, onones, palmeras, limoneros, y albaricoqueros. Albaricoqueros son la especialidad del pueblo y es especialmente bonito en la primavera cuando florecen.

- **Nivel 1***

- **Tiempo de marcha : 1 a 2 horas**

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

 Traslado a un wadi del piemonte (0 hora 40 - 50 Km)

✓ **Paseo en un valle del piedemonte (2 horas)**

 *Piemonte*

Es un valle muy tipico del piedemonte de Oman : el rio corre en rocas que formaban la corteza oceanica (se llaman "ofiolitas"). En camino encontramos varias fuentes de magnesio que coloran unas piscinas de blanco lechoso. Hay agua todo el ano y encontramos unas piscinas pequenas para refrescarnos.

- **Nivel 1***

- **Tiempo de marcha : 1 a 2 horas**



Acampamos en un wadi del piemonte

Lugar bonito cerca de un rio y de collinas de ofiolitas que forman un relieve masivo

Tienda de Campana individual



DIA 2

Breakfast - Lunch - Dinner

🚌 Traslado a Ar Rustaq (1 hora - 70 Km)

✓ **Paseo en el corazon del Wadi Sahtan (2 horas)**

🏠 *Wadi Sahtan*

Hacemos un paseo corto en una meseta ubicada en medio del circo del Wadi Sahtan. Nos dirigimos hacia un pueblito rodeado por un palmar en bancales. Las vistas sobre los acantilados del circo y sobre todo la cara norte del Jebel Shams son impresionantes.

- Nivel 2 & 3*
- Tiempo de marcha : 1 a 1 horas
- Desnivel : +50m/-50m

🚌 Traslado a un pueblo de montana en Wadi Bani Awf (1 hora - 35 Km)

✓ **Caminata abajo en el valle (2 horas)**

🏠 *Wadi Bani Awf*

Cruzamos el pueblo y seguimos un buen camino de montana que nos lleva en el fondo del valle. Seguimos caminando en el lecho del rio entre bloques. Hay muchos arboles y a veces, despues de fuertes lluvias, corre un arroyo por varios meses.

- Nivel 2*
- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas
- Desnivel : +50m/-350m

🏠🏠🏠 **Casa de huespedes en la montana**

Es un pueblito que fue renovado y transformado en una casa de huespedes. La actividad agricola (culturas y cria de capras) fue conservada. Y el personal es particularmente simpatico!

Dormitorio comun

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



DIA 3*Breakfast - Lunch - Dinner*

 Traslado a Wadi Bani Kharus (2 horas - 65 Km)

✓ **Caminata en el Wadi Bani Kharus por pueblos, palmar y montana (4 horas)**

 *Wadi Bani Kharus*

El final del valle esta muy cultivado y cuando se ve desde arriba parece como un río verde. La caminata nos lleva por las terrazas plantadas de palmas y otros árboles fruteros. Luego dejamos la ultima aldea y caminamos en el valle, a veces a bajo, a veces arriba. Pasamos un pequeño collado y de aquí descubrimos otro pequeño palmar. Bajamos descansar cerca del rio yr egresamos por el mismo camino .

- **Nivel 2***

- **Tiempo de marcha : 2 a 4 horas**

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

 Traslado a Balad Sit (2 horas 30 - 70 Km)

   **Casa de huespedes de montana**

un alojamiento sencillo pero agradable en un sitio muy bonito

Standard Room

desayuno & cena en el alojamiento



DIA 4*Breakfast - Lunch - Dinner*

Wadi Bani Awf

✓ **Paseo en la oasis de montaña de Balad Sit (2 horas)**

Partimos de la pista mayor y nos dirigimos hacia un barranco estrechísimo. Caminamos en el fondo de este barranco y por fin descubrimos un pueblo importante. Las habitaciones están construidas en una roca y dominan el palmero. Nosotros cruzamos el pueblo y caminamos entre la terrazas del palmero. Regresamos por un brazo secundario del barranco.

- Nivel 1*
- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas
- Desnivel : +50m/-50m

Traslado a Sharaf Al Alamain (1 hora - 15 Km)

Esa pista sube 1000 metros en apenas 10 kilometros y ofrece vista estupendas en el valle

Wadi Bani Awf

✓ **Paseo por las crestas (3 horas)**

Caminamos a lo largo de las crestas que ofrecen estupendas vistas sobre el wadi Bani Awf. Tambien vemos el Wadi Sahtan, la cumbre del Jebel Shams, el Jebel Kawr, y las ciudades de Bahla, Al Hamra, y a lo lejo Nizwa

- Nivel 2*
- Tiempo de marcha : 2 a 3 horas
- Desnivel : +100m/-100m

Traslado a Misfat Al Abreyeen (1 hora - 40 Km)

🏠🏠🏠 **Casa de huéspedes en un palmar**

Es un pueblo antiguo en medio de un palmar muy grande y muy bonito. La mayoría de las casas antiguas fueron abandonadas por los habitantes y estan ahora renovadas para un uso turistico. La casa esta a unos minutos de marcha del parking, asi que seria mejor que prevean una mochila pequena con solo las cosas que Ud. Necesita para esa noche. Tambien, en respeto a la poblacion de la aldea, esta prohibido traer alcohol en el pueblo y fumar en la casa. Gracias de antemano por respetar esas reglas.

*Standard Room
desayuno & cena en el alojamiento*



DIA 5

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a las tumbas de Bat (1 hora 30 - 70 Km)

✓ **Visita de las tumbas de Al Ayn (0 hora 30)**

 *Jebel Shams*

Paramos para ver las tumbas de Al Ayn que fueron edificadas 3000 años antes de Cristos. Estan ubicadas al pie del Jebel Misht, la mantana que tiene el perfil mas impresionante de Oman con acantilados de mas 1000 metros.

 Traslado a un wadi en la vertiente oeste del Jebel Shams (0 hora 30 - 25 Km)

✓ **Paseo y baño en un wadi (2 horas)**

 *Jebel Shams*

Ese wadi esta ubicado entre los macizos del Jabel Shams y del Jebel Misht. Aquí corre agua todo el ano. La primera de las numerosas piscinas naturales esta a penas 10 minutos de marcha, mientras que la ultima (pequeña pero con una hermosa cascada que corre en una alfombra de musgo) necesita caminar 40 minutos.

- Nivel 1*

- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas

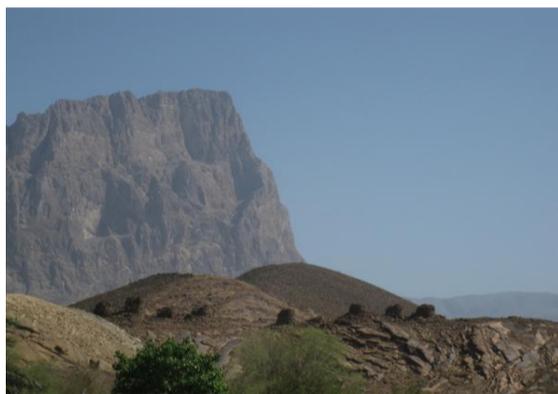
 Traslado a las tumbas de Bat (0 hora 30 - 25 Km)



Acampamos en el macizo del Jebel Shams

Ubicado a 1800m de altura.

Tienda de Campana individual



DIA 6*Breakfast - Lunch - Dinner*

 Traslado a Al Khitaym (Jebel Shams) (0 hora 20 - 10 Km)

✓ **Caminata a lo largo de Gran Canon (4 horas)**

Nos lleva esa caminata a un pueblo deshabitado construido en la ladera del canon mas hundo de Arabia (solo un poco mas pequeño que el de Estados Unidos). La caminata es fácil : ofrece vistas increíbles sobre el canon y el punto mas alto del País (el Jebel Shams) pero no es vertiginoso ni expuesto, solo se suben unos 150 metros de desnivelado.

 *Jebel Shams*

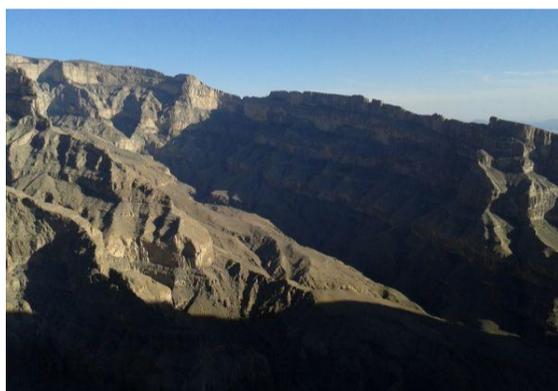
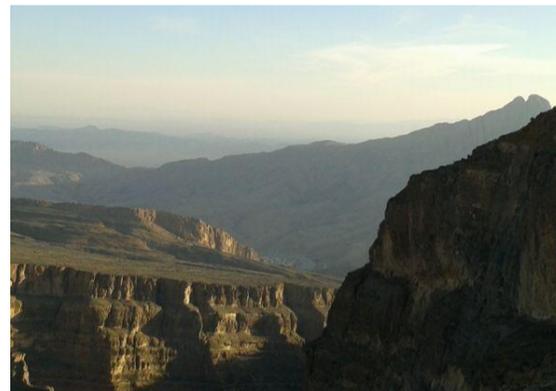
- Nivel 2*
- Tiempo de marcha : 2 a 3 horas
- Desnivel : +250m/-250m

 Traslado a Nizwa (1 hora 30 - 100 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.

*Standard Room
desayuno en el alojamiento*



DIA 7*Breakfast - Lunch - Dinner*➤ *Nizwa*✓ **Visita del Souq de Nizwa (1 hora 30)**

El Souq y el fuerte de Nizwa fueron rehabilitados hace unos diez años. Está 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 el desierto blanco, entre rocas y arena (3 horas 30 - 350 Km)

➤ *Desierto Blanco*✓ **Puesta del sol entre desierto blanco y montañas pequeñas. (2 horas)**

Subimos a una meseta cercana del campamento. Por un lado divisamos al desierto blanco al que iremos mañana, y por otro lado las montañas en las que se pones el sol.

- Nivel 1*

- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas

**Acampamos en el desierto**

Paisaje muy diverso : dunas de arena, colinas de piedra, y una "selva" de acacia

Tienda de Campana individual



DIA 8*Breakfast - Lunch - Dinner*

🚌 Traslado a el desierto blanco, entre rocas y arena (1 hora 30 - 75 Km)

✓ **Dia en el desierto de rocas y arena (7 horas)**

Pasamos el dia entero en este desierto muy particular donde mesetas rocosas de varios colores estan cubiertos por dunas de arena de color rojo o beige. Partimos temprano de nuestro campamento y caminamos hasta el fin de la manana y cuando empieze a estar muy caliente regresamos para almorzar y descansar eeen la sombra. Al fin de la tarde, cuando la luz esta bonita y el calor soportable, partimos para ootra vuelta hasta que se ponga el sol.

➤ *Desierto Blanco*

- Nivel 2 & 3*

- Tiempo de marcha : 2 a 5 horas



Acampamos en el desiert

Paisaje muy diverso : dunas de arena, colinas de piedra, y una "selva" de acacia

Tienda de Campana individual



DIA 9

Breakfast - Lunch - Dinner

🚌 Traslado a el pueblo de pescadores de Khaluf (1 hora 30 - 70 Km)

✓ **Parada en un pueblo beduino de pescadores (1 hora)**

➤ *Desierto Blanco*

Paramos en un pueblo de pescadores beduinos. Sentimos un ambiente de final del mundo : coches antiguos cubiertos de algas y de moluscos traen a barcas que regresan de la pesca, con miles de pajaros volando arriba...

🚌 Traslado a el desierto blanco al mar (0 hora 20 - 20 Km)

Por marea baja, todo el camino se hace en la playa y podemos ver miles de parajos.

✓ **Nos banamos en el Oceano Indio (2 horas)**

➤ *Desierto Blanco*

difícil decir si estamos en el desierto o en la playa ya que las dunas se echan en el mar... Aqui se etiran las playas al infinito. Banarse aqui es un encanto.

✓ **Puesta del sol en el desierto blanco (2 horas)**

➤ *Desierto Blanco*

Damos un paseo por las dunas de arena blanca para aprovechar la luz de la tarde en este paisaje irreal.

- Nivel 1*

- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas



Acampamos en el desierto blanco, cerca del mar

Un lugar particular : por un lado hay dunas blanquisimas y por otro lado el Oceano Indio

Tienda de Campana individual



DIA 10*Breakfast - Lunch - Dinner*

🚗 Traslado a nuestro Acampamento en el desierto del Wahiba (5 horas - 280 Km)

Una travesía en todo terreno del desierto de Wahiba. La pista esta normalmente bien visible, pero ocurre que el viento cubre las huellas. Partimos del mar y cruzamos el desierto en dirección del noreste y luego del norte. Lo mas que conducimos, lo mas altas vuelven las dunas.

✓ **Puesta del Sol en el Wahiba (1 hora)**

➤ *Desierto del Wahiba* 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*

🔥🔥🔥 **Anochemos en un acampamento beduino**

No es un acampamento turistico equippadoo y confortable. Es un acampamento beduino tipico con un areesh (un refugio hecho de palmas y otros vegetales) y una tienda beduina. Nuestros anfitriones nos acgen aqui y no preparan la cena y el desayuno. Tambien nos llevan agua para que podamos banarnos. Dormimos juntos en la tienda beduina, al aire libre bajo las estrellas, o tambien podemos montar nuestras tiendas individuales. No hay sanitarios.

*Dormitory tent
desayuno & cena en el alojamiento*



DIA 11*Breakfast - Lunch - Dinner*

 Traslado a Wadi Bani Khalid (1 hora 30 - 80 Km)

✓ **Caminata corta y baño en un wadi (3 horas)**

Empezamos en un oasis en el valle. Andamos por el palmar hacia la entrada del barranco. El camino en el canon no es fácil, pero no dura mucho. Andamos entre los bloques y por fin llegamos a dos piscinas con cascadas. Nos bañamos en la segunda. El lugar es encantador. Y para los que le gustan sensaciones fuertes, se puede saltar desde unos 10 metros en el agua... Regresamos por el mismo camino. Dependiendo de las lluvias y de las inundaciones que cambian el curso del río, ocurre que debemos caminar o nadar en el agua para alcanzar las cascadas.

 *Wadi Bani Khalid*

- Nivel 2*

- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas

 Traslado a una oasis del Hajar Oriental (2 horas 30 - 50 Km)



Acampamos en la montaña

Acampamos en una altura de 1000m

Tienda de Campana individual



DIA 12*Breakfast - Lunch - Dinner*

☞ *Meseta del Hajar Oriental*

✓ **Paseo en un oasis de montana (3 horas)**

Desde el fin de la carretera bajamos a un pueblo ubicado en un entorno estupendo : bajo un acantilado muy alto y en la entrada de un barraco que tiene medidas de gigantes. Es un lugar muy lejo y salvaje. Tambien podemos banarnos en las primeras piscinas del barranco.

- Nivel 1*
- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas
- Desnivel : +100m/-100m

🚌 Traslado a una oasis de montana en el Hajar Oriental (2 horas - 70 Km)

☞ *Meseta del Hajar Oriental*

✓ **Paseo en un oasis de montana (3 horas)**

Descubrimos un pueblo recondito (la pista de acceso solo fue construida en 2013!) caminando por el palmar en los falaj (canales de irrigacion) : es un oase exuberante ubicado en un lugar espectacular y rodeados por acantilados de toda belleza.

- Nivel 2*
- Tiempo de marcha : 1 a 2 horas
- Desnivel : +100m/-100m

🚌 Traslado a las alturas del Hajar Oriental (1 hora - 20 Km)



Acampamos en la meseta

Acampamos en la meseta que doamina la mar de Oman, en una altura de 1000m.

Tienda de Campana individual



DIA 13

Breakfast - Lunch - Dinner

 Traslado a Tiwi (1 hora - 30 Km)

✓ **Caminata en Wadi Tiwi por palmares y piscinas naturales (6 horas)**

Un valle hermosísimo con un río y pozos de agua, un palmar extenso en bancales a todo lo largo, pueblitos, y paredes rocosas impresionantes. Alternamos caminata y parada(s) para banarse. Hay varios itinerarios para pasar aquí un día completo de caminata agradable y no muy difícil.

- **Nivel 2***

- **Tiempo de marcha : 2 a 4 horas**

- **Desnivel : +100m/-100m**

➤ *Wadi Tiwi*



Acampamento en jardín privado

Sitio muy bonito. Tenemos 2 bancales para poner el acampamiento, un falaj (canal de irrigación), y sanitarios. Paseos al rededor por la fin de la tarde son muy agradables : es salvaje, vistas son estupendas, y hay muchos parajos...

Tienda de Campana individual



DIA 14*Breakfast - Lunch - Dinner*

 Traslado a Wadi Al Arbeyeen (1 hora - 80 Km)

✓ **Paseo y bano en el Wadi Al Hail (4 horas)**

Andamos por el wadi en el falaj, por bloques de roca y cruzamos unas piscinas. El valle se estrecha y forma piscinas naturales muy largas. Nos banamos aqui, descansamos y regresamos.

➤ *Wadi Al Arbeyeen*

Atencion : en esa caminata a veces tenemos que caminar en el agua ; sus zapatos y sus pantalones pueden mojarse...

- Nivel 2*

- Tiempo de marcha : 2 a 3 horas

 Traslado a nuestro sitio de acampamiento (0 hora 30 - 30 Km)



Acampamos al pie de las montañas

Acampamos en una meseta al pie de montaña muy hermosas y con vistas panorámicas

Tienda de Campana individual



DIA 15

Breakfast - Lunch -

 Traslado a Bandar Khayran (2 horas - 120 Km)

✓ **Dia en la playa : paseo, bano, y esnorquel (6 horas)**

La baia de Bandar Khiran es muy escarpada y alberga muchas calas con playas de arena. Partimos del estacionamiento ubicado en un punto alto donde tenemos vistas muy bonitas. Bajamos en un buen sendero a una playa de arena blanca, donde pasaremos el resto del dia. Aqui podemos banarnos, y hacer esnorquel (los fondos marinos son muy ricos con muchos peces multicolores, corales, y aun a veces tortugas). Tambien almorzamos en la playa ; tipicamente hacemos parilladas de peces o de frutos del mar. Si lo queremos, tambien podemos hacer una marcha mas larga para visitar otras calas. Por fin regresaremos por el mismo camino que venimos.

➤ Bandar Khayran

- Nivel 2 & 3*

- Tiempo de marcha : 0 a 1 horas

- Desnivel : +50m/-50m

 Traslado a Matrah (0 hora 45 - 50 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 |