

ENTDECKUNG UND ABENTEUER IN OMAN

Eine abenteuerliche Reiseroute durch wenig besuchte und abgeschiedene Gegenden. Aber ein langsames Tempo und einfache Spaziergänge und Wanderungen. Berge, Wüste, Meer, Wadis, viel Natur und viele Zeltübernachtungen in schönen abgelegenen wilden Orten!



Grad 2 Ziemlich einfache Touren mit Spaziergängen und kurzen Wanderungen mit einem Höhenunterschied unter 300m (gelegentlich ein bisschen mehr). Diese Reise können Schwimmen enthalten, sondern keine Wasserwanderung.
Es gibt immer die Möglichkeit für die Reisende die es wollen, der Wanderung nicht teilzunehmen ; wenn möglich, werden sie ein alternatives Programm angeboten ; sonst werden sie in einem schönen Ort warten.

Reisedauer 15 Tag

Reisezeit JANUAR - FEBRUAR - NOVEMBER - DEZEMBER



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



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



1 Übernachtungen bei Einheimische, manchmal mit sehr urigem Komfortbedingungen

Abfahrt Muttrah

Endet Muttrah

REISENDE	PREIS PRO PERSONNE	
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

Reisestrecke Wadi Mistal - Vorgebirge - Wadi Sahtan - Wadi Bani Awf - Wadi Bani Kharus - Jebel Shams - Nizwa - Weisse Wüste - Wahiba Wüste - Wadi Bani Khalid - Ostlichen Hajar Hochebene - Wadi Tiwi - Wadi Al Arbeyeen - Bandar Khayran



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.
 Im Gegenteil die eine, die länger wandern wollen, können früher am Nachmittag ein längeres Tour allein machen.
 In der Wüste haben wir 2 verschiedene Zeltlager für jeweils 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 Wadi der Vorgebirge (2 stunden - 180 Km)

 Fahrt nach Wadi Mistal (0 stunde 50 - 50 Km)

✓ **Spaziergang in der Bergoase Wakan (1 stunde)**

 Wadi Mistal

Das Dorf liegt tief in einem Tal, das ein Felskessel bildet. Häuser und Garten hängen an den Felsen. Wir gehen durch das alte Dorf, an Terrasengarten entlang, wo Knoblauch, Zwiebel, Bohnen, Dattelpamen, Zitronen- und Aprikosenbaume wachsen. Aprikosen sind die Dorfspezialität und es ist besonders schön im Frühling wann sie bluten.

- Grad 1*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden
- Hoheunterschied : +50m/-50m

 Fahrt nach einem Wadi der Vorgebirge (0 stunde 40 - 50 Km)

✓ **Spaziergang in einem Tal der Vorgebirge (2 stunden)**

 Vorgebirge

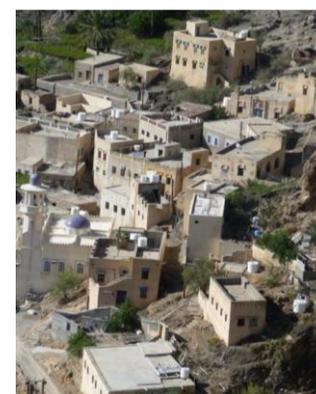
Dieses Tal ist sehr typisch von den omanischen Vorgebirge : der Fluss fließt durch Steine aus dem ozeanischen Boden, die man "Ophioliten" nennt. Auf dem Weg sehen wir mehrere Megnesium Quelle, die weisse Wasserpoools bilden. Wir spazieren durch diesem Tal. Auf dem weg finden wir kleine Pools, wo wir uns erfrischen können.

- Grad 1*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden



Zeltübernachtung in einem Wadi der Vorgebirge

Schönes Ort neben ein Fluss und massive steinige Hugel aus Ophioliten
Individuelle Campingzelte



TAG 2

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Ar Rustaq (1 stunde - 70 Km)

✓ **Spaziergang im Herz von Wadi Sahtan (2 stunden)**

 Wadi Sahtan

Wir laufen auf einem kleinen Plateau, das ganz in der Mitte des Felskessel Wadi Sahtans liegt. Unser Ziel ist ein kleines Dorf, das am Ende des Plateaus liegt, und mit Terrassenfelder umgeben ist. Aussichte auf die Felswände und insbesondere die Nordwand des Jebel Shams sind hervorragend.

- **Grad 2 & 3***
- **Gehzeit : 1 zu 1 stunden**
- **Hoheunterschied : +50m/-50m**

 Fahrt nach einem Bergdorf in Wadi Bani Awf (1 stunde - 35 Km)

✓ **Wanderung runter im Tal (2 stunden)**

 Wadi Bani Awf

Wir gehen durch das Dorf und folgen einen guten Bergweg bis zum Boden des Tals. Wir gehen dann durch Felsen im Flussbett weiter. Es gibt viele Baume und manchmal nach starkem Regen fliesst einen Bach mehrere Monaten lang.

- **Grad 2***
- **Gehzeit : 1 zu 2 stunden**
- **Hoheunterschied : +50m/-350m**

   **Gastenhaus in der Gebirge**

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

Mehrbettzimmer

Mehrbettzimmer (4 zu 10 Personen pro Zimmer) mit Stockbette und Klimaanlage .

Fruhstuck & Abendessen am Unterkunft



TAG 3

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Wadi Bani Kharus (2 stunden - 65 Km)

✓ **Wanderung in Wadi Bani Kharus durch Dorfer, Palmengarten, und Gebirge (4 stunden)**

 Wadi Bani Kharus

Wir gehen durch das Wadi und die üppigen Terrassen der Oase. Wir gehen dann weiter durchs Tal, über einen kleinen Pass und runter nach einem abgeschiedenem Garten : Die Bewohner von den unterliegenden Dorfer kommen regelmässig, um sich um die Garten zu kümmern: ein sehr schöner und üppiger ort. Eintritt in den Garten ist hier jetzt privat : deswegen halten wir vorher am Fluss zum mittagspause und kommen zuruck dem gleichen Weg.

- Grad 2*
- Gehzeit : 2 zu 4 stunden
- Hoheunterschied : +300m/-300m

 Fahrt nach Balad Sit (2 stunden 30 - 70 Km)

 **Gastnhaus uin der Gebirge**

Einfaches sondern angenehmes Gastnhaus in einer wunderschonen Stelle

Standard Room

Fruhstuck & Abendessen am Unterkunft



TAG 4*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Rundgang in der Bergoase Balad Sit (2 stunden)**☞ *Wadi Bani Awf*

Wir wandern durch einen enge Schlucht, der weg ist schön und beeindruckend. Am Ende der Schlucht kann man das Dorf sehen. Vom Dorf aus hat man einen schönen Ausblick über die Oase und die Terrassenfelder, durch die wir auch spazieren gehen, Wir gehen zurück zu den Wagen.

- **Grad 1***
- **Gehzeit : 1 zu 2 stunden**
- **Hoheunterschied : +50m/-50m**

🚌 Fahrt nach Sharaf Al Alamain (1 stunde - 15 Km)

Diese 10km Pistenstrecke fuehrt uns 1000m hoher. Sie ist steil und bietet hervorragende Aussichten auf dem Tal

✓ **Einfache Wanderung am Bergskam (3 stunden)**☞ *Wadi Bani Awf*

Wir wandern den Bergskam entlang und geniessen hervorragende Ausblicke auf den Tal Wadi Bani awf. Von dort sehen wir aber auch Wadi Sahtan, das Gipfel von Jebel Shams, das Jebel Kawr, und die Stadte von Al Hamra, Bahla, und in der weite Nizwa.

- **Grad 2***
- **Gehzeit : 2 zu 3 stunden**
- **Hoheunterschied : +100m/-100m**

🚌 Fahrt nach Misfat Al Abreyeen (1 stunde - 40 Km)

🏠🏠🏠 **Gastezimmer in einem Palmgarten**

Es ist ein altes Dorf in mitte einer wunderschönen Palmenoase. Alte Hause wurden von meistens Bewohner verlassen, die moderne Hause an der Seite gebaut haben, und werden jetzt renoviert für Tourismus Projekte. Das Gastenhaus liegt ein Paar Minuten vom Parkplatz ; es is also besser, dass Sie einen Rucksack mit den notwendigen Sachen für eine Nacht mitnehmen. Aus Achtung vor den Bewohnern des Dorfes, ist es auch verboten im Haus zu rauchen und ins Dorf Alkohol mitzubringen ; wir bedanken uns bei Ihnen, diese Regeln einzuhalten.

Standard Room

Fruhstuck & Abendessen am Unterkunft



TAG 5

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach den Gräbern von Bat (1 stunde 30 - 70 Km)

✓ **Besichtigung der Gräber in Al Ayn (0 stunde 30)**

 *Jebel Shams*

Wir machen eine Pause, um uns die Grabhügel anzusehen. Sie stammen aus dem dritten Jahrtausend vor J.C. Sie liegen am Fuß des Jebel Misht, eines eindrucksvollen Berges mit 1000 Meter hohen Felswänden.

 Fahrt nach einem Wadi am westlichen Berghang von Jebel Shams (0 stunde 30 - 25 Km)

✓ **Spaziergang und Baden in einem Wadi (2 stunden)**

 *Jebel Shams*

Im Wadi fließt das ganze Jahr ein Fluss. Wir haben allerlei Möglichkeiten zum Baden. Schon nach 10 Minuten erreichen wir die ersten Becken, Geht man eine halbe Stunde, so gelangt man zu einem schönen Becken mit Wasserfall.

- Grad 1*

- Gehzeit : 1 zu 2 stunden

 Fahrt nach den Gräbern von Bat (0 stunde 30 - 25 Km)



Zeltübernachtung im Jebel Shams

Auf etwa 1800 Meter Höhe

Individuelle Campingzelte



TAG 6

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Al Khitaym (Jebel Shams) (0 stunde 20 - 10 Km)

✓ **Wanderung am Grand Canyon entlang (4 stunden)**

 *Jebel Shams*

Unser Weg führt uns zu einem Dorf, deren Höhlenwohnungen in den 90. verlassen wurden. Das Dorf liegt ca. auf 1800 Meter am Hang eines Felsens, Der Weg dorthin bietet spektakuläre Ausblicke auf den Grand Canyon. Wir können auch den höchsten Gipfel des Landes (3000M) Jebel Shams sehen. Es ist eine leichte und lohnenswerte Wanderung!

- **Grad 2***
- **Gehzeit : 2 zu 3 stunden**
- **Hoheunterschied : +250m/-250m**

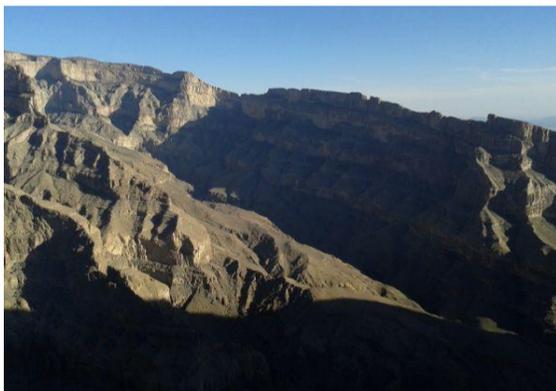
 Fahrt nach Nizwa (1 stunde 30 - 100 Km)

   **Schones 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 7

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 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 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 in der Wüste**

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

Individuelle Campingzelte



TAG 8

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach der weissen Wüste mit Steine und Sand (1 stunde 30 - 75 Km)

✓ **Tage in der Sand und Steinwüste (7 stunden)**

Wir verbringen den ganzen Tag in dieser schonen und ungewohnlichen Ort, wo Sanddunen steiniege Hugeln bedecken. Wir gehen zu Fuss am fruhen Vormittag und spazieren bis zum spaten Vormittag, wann es anfangt heiss zu werden. Wir kommen dann zuruck zu unserem Camp, zum Mittagsessen und um im Schatten zu erholen. Am spaten Nachmittag, wann die Beleuchtung die Landschaft besonders schon macht, und die Hitze ertragbar ist, gehen wir wieder bi zum Sonnenuntergang spazieren.

➤ *Weisse Wuste*

- **Grad 2 & 3***

- **Gehzeit : 2 zu 5 stunden**



Zeltübernachtung in der Wüste

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

Individuelle Campingzelte



TAG 9

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Fischerdorf Khalufs (1 stunde 30 - 70 Km)

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

➤ Weisse Wüste

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...

 Fahrt nach der weissen Wüste, am Meer (0 stunde 20 - 20 Km)

Bei Ebbe fahren wir über den Strand, wo wir Tausende von Vögeln sehen.

✓ **Baden im indischen Ozean (2 stunden)**

➤ Weisse Wüste

Schwer zu sagen, ob man in der Wüste oder am Meer ist, denn dort reichen die Dünen bis ins Meer: unendliche Sandflächen am Indischen ozean entlang. Eine tolle Erfahrung dort zu baden.

✓ **Sonnenuntergang in Khaluf (2 stunden)**

➤ Weisse Wüste

Wir spazieren ein bisschen die weisse Sandwüste, um die Abendsonnenlicht über diese unrealistische Landschaft zu genießen.

- Grad 1*

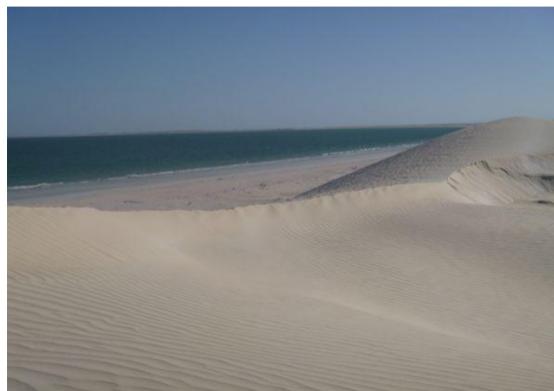
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden



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 10*Breakfast - Lunch - Dinner*

 Fahrt nach unserem Zeltlager in der Wahiba Wüste (5 Stunden - 280 Km)

Eine sagenhaft schöne Fahrt mit Geländewagen durch die Wahiba-Sanswüste. 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 Dünen schön aneinandergereiht sind.

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

➤ *Wahiba Wüste*

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*



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 schlafen alle zusammen unter dem Beduinenzelt, unter dem Sternenhimmel, 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 11

Breakfast - Lunch - Dinner

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

✓ **Wanderung nach Wasserfalle und Schwimmen (3 stunden)**

Ausgangspunkt ist eine kleine Oase im Tal. Wir gehen durch die Garten zur Schlucht. Dort muss man über Felsen klettern, der Weg ist ein bisschen schwierig aber es lohnt sich und dauert nicht so lange. Wir entdecken bald einen großen Wasserpool mit Wasserfall, Wenn Sie Lust haben, können Sie sogar einen zehn Meter Sprung machen. Dem Regen und Fluten nach, kann es vorkommen, dass wir im Wasser gehen eben manchmal schwimmen sollen, um die Wasserfalle zu erreichen.

➤ *Wadi Bani Khalid*

- Grad 2*

- Gehzeit : 1 zu 2 stunden

 Fahrt nach eine Oase del Hajar Oriental (2 stunden 30 - 50 Km)



Zeltübernachtung in der Gebirge

Wir zelten auf einer Hohe von 1000m

Individuelle Campingzelte



TAG 12

Breakfast - Lunch - Dinner

☞ Ostlichen Hajar
Hochebene

✓ **Kurze Wanderung zu einem Bergsdorf (3 stunden)**

Am Ende der Piste gehen wir auf einem guten Pfad runter zum Dorf. Es liegt in einer wunderschönen und wilden Stelle : unter riesigen Felswänden, am Anfang einer wunderschönen Schlucht. Diese Ortschaft ist sehr abgeschieden und besonders schön. Man kann hier auch in einige schöne Pools schwimmen.

- Grad 1*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden
- Hoheunterschied : +100m/-100m

🚌 Fahrt nach einer Bergoase im Ostlichen Hajar (2 stunden - 70 Km)

✓ **Spaziergang in einer Bergoase (3 stunden)**

☞ Ostlichen Hajar
Hochebene

Wir erkunden dieses entlegene Dorf (die Piste wurde nur 2013 aufgebaut!) auf den sogenannten Falaj (Bewässerungskanäle) zu Fuß. Es ist eine überraschend üppige Oase in diesem trockenen Gebirge...

- Grad 2*
- Gehzeit : 1 zu 2 stunden
- Hoheunterschied : +100m/-100m

🚌 Fahrt nach den Hohenlagen der östlichen Hajargebirge (1 stunde - 20 Km)



Zeltübernachtung auf dem Plateau

Wir zelten auf dem Plateau, etwas 1000m über das Meer
Individuelle Campingzelte



TAG 13

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach Tiwi (1 stunde - 30 Km)

✓ Wanderung in Wadi Tiwi durch Garten und Wasserpools (6 stunden)

Ein wunderschönes Tal mit einem Fluss und Wasserpools, einer riesigen Palmenoase auf Terrassen den ganzen Weg entlang, Bergdorfer, und impressive Felswände. Wir verbringen hier den ganzen Tag mit einer Abwechslung von Wandern und Badestop(s). Wir haben verschiedene Optionen für die Strecke, um einen angenehmen und nicht zu schwierigen Wandertag zu verbringen

 Wadi Tiwi

- **Grad 2***

- **Gehzeit : 2 zu 4 stunden**

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


Zeltübernachtung in privaten Garten im Wadi

Sehr schönes Ort. Wir zelten in einem privaten Palmengarten : es gibt 2 Terrassen um Zelte aufzubauen, ein Falaj (Wasserkanal), und Toiletten. Spaziergang am späten Nachmittag in der Umgebung ist toll : wild, mit überraschende Aussichten, und viele Vogel...

Individuelle Campingzelte



TAG 14*Breakfast - Lunch - Dinner*

 Fahrt nach Wadi Al Arbeyeen (1 stunde - 80 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 Wasserpools 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 können nass werden...

- **Grad 2***

- **Gehzeit : 2 zu 3 stunden**

 Fahrt nach unser Zeltlager (0 stunde 30 - 30 Km)



Zeltübernachtung am Fuss der Gebirge

Wir zelten am Fuss von schone Berge mit einem Panoramisches Ausblick

Individuelle Campingzelte



TAG 15

Breakfast - Lunch -

 Fahrt nach Bandar Khayran (2 stunden - 120 Km)

✓ **Tag am Strand : Gehen, Schwimmen, und Snorcheln (6 stunden)**

Die Bucht von Bandar Khiran ist sehr steinig und zahlt viele kleinere Buchten mit schonen Stranden. Wir fangen an am Parkplatz, das hoch liegt, und woraus wir wunderschone Aussichten haben. Wir gehen auf einem guten Weg zu einem weissen Strand, wo wir den Rest den Tag verbringen werden. Wir konnen dort schwimmen und snorcheln (Meeresboden ist reich mit vielen farbigen Fischen, Korallen, und eben manchmal Schildkroten). Air werden am Strand auch mittagsessen. Normalerweise grillen wir Fisch oder Meeresfruchten. Wir konnen auch eine weitere Wanderung machen, um andere Strande zu besuchen. Schliesslichen gehen wir zuruck dem gleichen Weg.

➤ *Bandar Khayran*

- **Grad 2 & 3***

- **Gehzeit : 0 zu 1 stunden**

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

 Fahrt nach Muttrah (0 stunde 45 - 50 Km)


① 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