

WANDERN BIS ZUM GIPFEL!

5 der schönsten Wanderungen im Westlichen Hajar nämlich Wadi Bani Awf und Jebel Akhda, um das Bergmassiv durch Täler, Dörfer, Schluchten, Oasen, und stienige Berghänge durchzuqueren. Zum Schluss, den Aufstieg des Gipfels Omans, Jebel Shams.



Grad 4 Touren, die anstrengende Wanderungen (bis zu 1200m Aufstieg) , Wasserwanderungen oder leichtes Canyoning enthalten können.

Reisedauer 8 Tag

Reisezeit JANUAR - FEBRUAR - MARZ - NOVEMBER - DEZEMBER



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



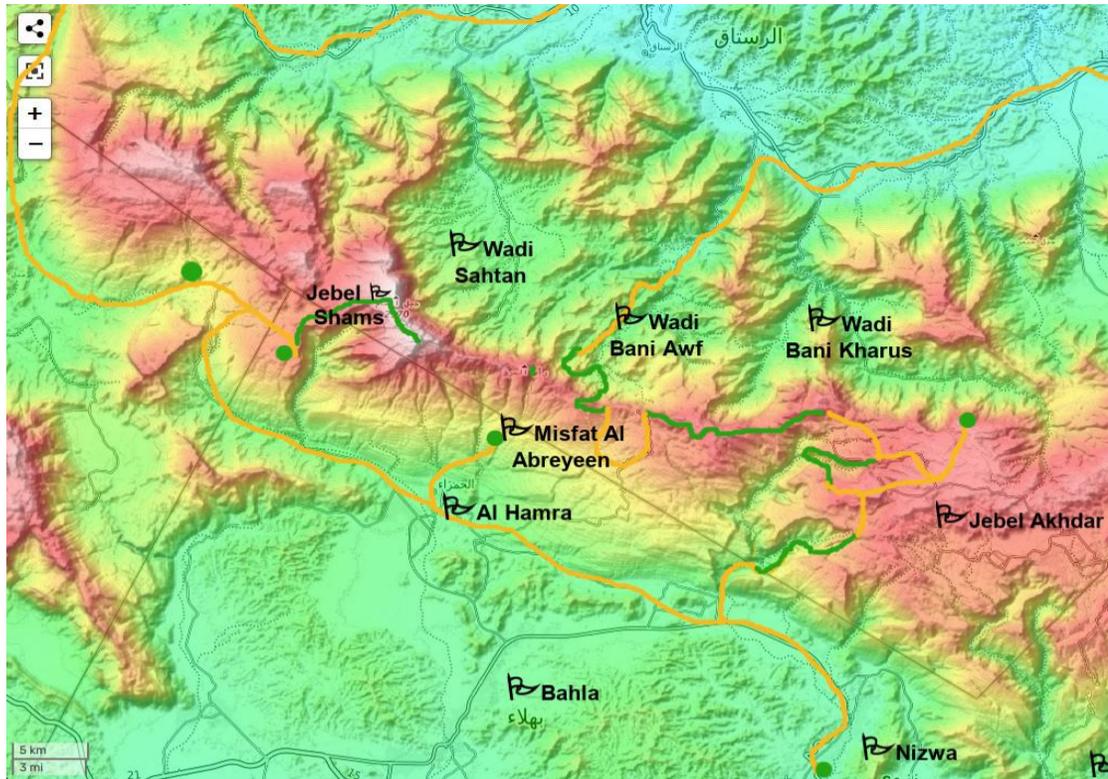
5 Zeltübernachtungen in der Wilde (mit Zelten, dicke Matratzen, Matte, Geschirr, Kochausrüstung), bequem (aber ohne Toiletten) mit Unterstützung von Fahrzeugen. Meistens Sollen Sie die Zelt selber bauen, währenddem wir das gemeinsame Camp einrichten.

Abfahrt Muttrah

Endet Maskat

REISENDE	PREIS PRO PERSONNE	
2	890 OMR	2329 USD
3	700 OMR	1832 USD
4	700 OMR	1832 USD
5	620 OMR	1623 USD
6	560 OMR	1465 USD
7	520 OMR	1361 USD

Reisestrecke Wadi Bani Awf - Jebel Akhdar - Nizwa - Misfat Al Abreyeen - Jebel Shams



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.

TAG 1

- Lunch - Dinner

🚌 Fahrt nach Bimah (Wadi Bani Awf) (3 Stunden - 235 Km)

Wir fahren ins Tal zuerst durch Dörfer und grüne Palmenoasen und dann durch unübersichtliche Gelände. Eine beeindruckende Pistenfahrt!

✓ **Wanderung durch Dörfer und Berge Wadi Bani Awfs (5 Stunden)**

Eine echt schöne Wanderung durch 2 Bergoasen. Wir wandern am Anfang im Flussbett mit vielen Bäumen und Vögeln (manchmal fließt auch Wasser) und finden dann einen guten Weg, der im Berg hinauf steigt, und uns zu einem ersten Dorf führt. Wir gehen weiter hoch durch die Terrassen bis zu einem engen Pass. Von dort sieht man ein anderes größeres Dorf und steigen in seiner Richtung hinunter. Wir genießen eine Runde durch die Gärten des Dorfs und gehen weiter runter durch eine sehr enge Schlucht bis zur Hauptstraße im Tal.

➤ *Wadi Bani Awf*

- Grad 3*

- Gehzeit : 4 zu 5 Stunden

- Höheunterschied : +600m/-500m

🏠🏠🏠 **Gastehaus in der Gebirge**

Einfaches sondern angenehmes Gastehaus in einer wunderschönen Stelle

Standard Room

Frühstück & Abendessen am Unterkunft



TAG 2*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Wanderung zum Bergkam und zum Pass Sharaf Al Alamain (7 Stunden)**

wunderschöne Wanderung, Wir gehen zuerst durch eine enge Schlucht, um grosses Dorf und seine Palmenoase zu erreichen. Das Dorf liegt am Fuße beeindruckender Felsen. Da fangt eine relativ schwere Wanderung über einen steilen Weg (900 Meter Höheunterschied), der von den 'Chawi', den omanischen Bergleuten, benutzt war. Nachdem wir den Pass erreicht haben, gehen wir weiter zum nächsten Pass, dem Bergkamm entlang. Aussichte sind toll aller Seiten.

➤ *Wadi Bani Awf*

- **Grad 4***
- **Gehzeit : 4 zu 6 Stunden**
- **Hoheunterschied : +1300m/-250m**

🚌 Fahrt nach einer hohensiedlung neben Bergkam (1 Stunde - 40 Km)

**Zeltübernachtung in der Gebirge**

Wir zelten 2200 hoch nicht weit von einem Dorfchen

Individuelle Campingzette



TAG 3

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung am Bergkamm zu Jebel Akhdar (7 Stunden)**

Ausgangspunkt ist ein hohes Dorf, das 2400 Meter hoch liegt. Vom Bergkamm aus sind die Ausblicke auf mehrere Täler an den Nordhang wunderschön. Dann wandern wir durch Hochplateaus mit Wacholder und riesigen Olivenbäumen, und gelangen zu einem Bergpass. Von dort aus kann man in der weite ein kleines Dorf sehen ; und man soll noch dorthin gehen.

➤ *Jebel Akhdar*

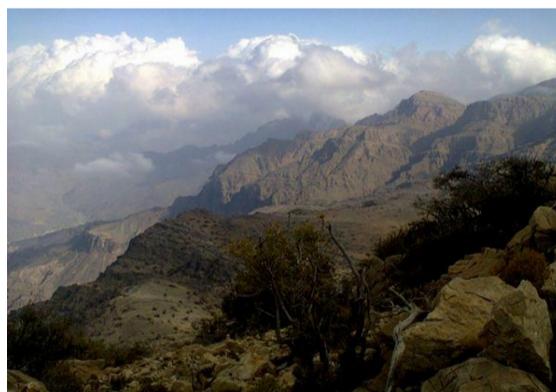
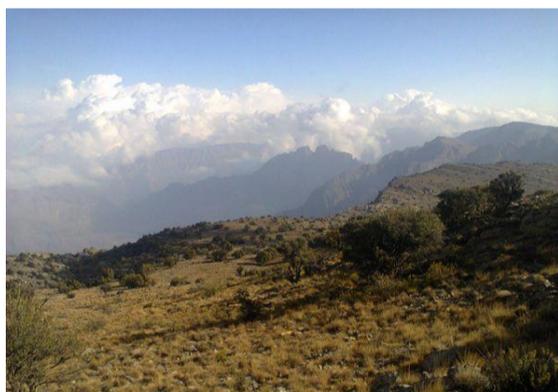
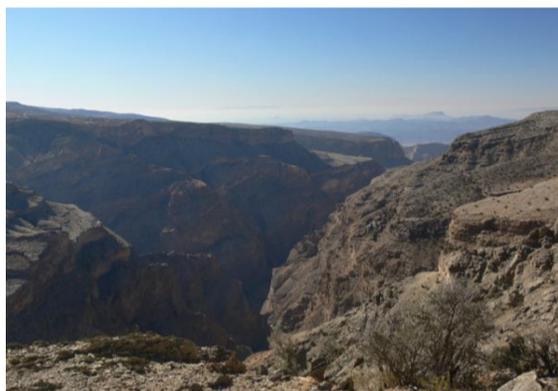
- **Grad 3***
- **Gehzeit : 5 zu 7 Stunden**
- **Hoheunterschied : +700m/-900m**

🚌 Fahrt nach einer Hochebene mit Wacholderbaume (0 stunde 30 - 20 Km)

**Zeltübernachtung auf einem Hochplateau.**

Im Jebel Akhdar, auf einer Hohe von 2400 meter, mit Olivenbäumen und Wacholdern. Einiege Schritte weiter gibt es sehr schöne Aussichten auf die Täler des Nordhangs.

Individuelle Campingzelte



TAG 4

Breakfast - Lunch - Dinner

 Fahrt nach einem hohen Dorf in Jebel Akhdar (0 stunde 30 - 15 Km)

✓ **Wanderung nach einer Oase in einer Schlucht (6 stunden)**

Unser Ausgangspunkt ist ein Dorf, das 2000 meter hoch liegt. Wir benutzen genau den gleichen Weg wie die Dorfbewohner, die sich um die Palmenoase und den falaj (Bewässerungskanal), 700 Meter tiefer, kümmern. Wir gehen ca. Zwei Stunden und plötzlich steht die Palmenoase mit Bananenstauden und Dattpalmen, sowie Terrassenfelder mit Knoblauch da. Das Ort ist wunderschön. Wir gehen einien anderen Weg zuruck zu einem andern Dorf auf dem Plateau.

➤ *Jebel Akhdar*

- Grad 3*
- Gehzeit : 4 zu 5 stunden
- Hoheunterschied : +500m/-650m

 Fahrt nach einem hohen Dorf in Jebel Akhdar (0 stunde 20 - 8 Km)



Zeltubernachtung in hoch Jebel Akhdar

Wir zelten in einem schonen Ort mit hervorragende Aussichten über das Canyon von Wadi Tanuf
Camping



TAG 5*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Abstieg in Wadi Tanuf (7 Stunden)**🏞️ *Jebel Akhdar*

Wir gehen runter von Jebel Akhdar durch ein des Hauptstals, das ein riesiges Canyon bildet. Der Weg ist manchmal sehr sichtbar aber oft auch abwesend und einige Stellen durch Gestein sind manchmal schwierig. Der Ausblick auf den Canyon ist aber fantastisch. Im Tal angekommen, wenn wir genug Zeit haben, können wir noch kurz im Flussbett wandern zum schwimmen.

- Grad 4*

🚌 Fahrt nach Nizwa (0 stunde 30 - 25 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 6

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 Misfat Al Abreyeen (0 stunde 45 - 60 Km)

➤ Misfat Al Abreyeen

✓ **Rundgang in der Bergoase Misfat Al Abreyeen (2 stunden)**

Wahrscheinlich eines der schönsten Dörfer im Oman, Dort gehen wir durch die Palmenoase, die am Hang des Canyons hängt, im Schatten der Dattpalmen. Ein sehr angenehmer Augenblick!

- Grad 1*

- Gehzeit : 1 zu 2 stunden

- Hoheunterschied : +100m/-100m

🚌 Fahrt nach der Hochebene von Jebel Shams (1 stunde 20 - 50 Km)

**Zeltübernachtung im Jebel Shams**

Auf etwa 1800 Meter Höhe

Individuelle Campingzelte

TAG 7

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Wanderung bis zum Gipfel des Jebels Shams (12 Stunden)**

Zuerst gehen wir in Richtung Grand Canyon Arabiens. Die Panoramas sind einfach herrlich. Am frühen Morgen werden wir sehr wahrscheinlich sehen, wie die Geier mit dem Aufwind hinaufsteigen. Wir gehen am Canyon entlang, überqueren einige Hochplateaus. Je höher wir hinaufsteigen, desto grösser sind die Baume. Schliesslich erreichen wir einen Pass und haben einen atemberaubenden Ausblick ins Wadi Sahtan, 2000 Meter tiefer. Links vor uns steht der zweite Gipfel des Jebels Shams, wo sich eine Militarradarstation befindet. Wir gehen den Bergkamm entlang bis zum Gipfel. Wir gehen zurück dem gleichen Weg. Es ist eine lange Wanderung (um 26km und 1000m Steigung).

➤ *Jebel Shams*

- Grad 5*
- Gehzeit : 7 zu 10 Stunden
- Höheunterschied : +1300m/-1300m

**Zeltübernachtung im Jebel Shams**

Auf etwa 1800 Meter Höhe

Individuelle Campingzelle

TAG 8*Breakfast - Lunch -*

 Fahrt nach einem Wadi am westlichen Berghang von Jebel Shams (2 stunden - 100 Km)

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

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.

 *Jebel Shams*

- **Grad 1***

- **Gehzeit : 1 zu 2 stunden**

 Fahrt nach Maskat (4 stunden - 300 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