

## CAMINATAS EN LAS RAICES DEL HAJAR OCCIDENTAL



Un bonito viaje para descubrir las valles de la vertiente norte del Hajar Occidental. 2 noches en vivaque en sitios magnificos, 2 noches en simpaticas casas de huéspedes, y 1 una noche acampando en el circo del Wadi Sahtan.



**Nivel 3** Viajes que pueden incluir caminatas de varias horas (hasta 800m de desnivel positivo) y caminatas acuaticas no dificil.

**Duracion** 6 Dia

**Realizable en** ENERO - FEBRERO - MARZO - NOVIEMBRE - DICIEMBRE

 2 Noches en alojamientos (Hotel, Casa de huéspedes, Lodge, etc...)  
 1 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.  
**F B F** 2 Noches acampando en la naturaleza bajo las estrellas, con equipo minimo, sin soporte de vehiculos

**Salida** Matrah

**Termina** Matrah

VIAJEROS	PRECIO POR PERSONA	
1	1290 OMR	3376 USD
2	680 OMR	1780 USD
3	475 OMR	1243 USD
4	475 OMR	1243 USD
5	390 OMR	1020 USD
6	360 OMR	942 USD
7	320 OMR	837 USD
8	300 OMR	785 USD

**Itinerario** Wadi Bani Kharus - Wadi Bani Awf - Wadi Sahtan**Nota sobre la  
transportacion del  
equipaje**

Tenemos vehiculos ; asi su equipaje esta transportado por coche. En la mayoría de los casos, Ud. solo debe traer una mochilla ligera con el necesario para el día.

**EXCEPCION :** Ese viaje comporta varios días consecutivos de trekking (días 1, 2, & 5, 6) en los que no encontramos los vehiculos (y entonces el equipaje) por la noche.

Esos días, Ud. tiene que llevar sus cosas personales que Ud. necesita por la noche, su agua, y parte del almuerzo.

Podemos guardar su equipaje principal durante de esos días ; no hay ningún problema de seguridad.

Las noches 1, 5 dormimos AL AIRE LIBRE y Ud. tiene que llevar también su propio colchon y saco de dormir.

**DIA 1**

- Lunch - Dinner

**Dia sin asistencia de vehiculo**  
**Dejamos el(los) vehiculo(s) por la mañana cuando empezamos la caminata**  
**No tenemos acceso al equipaje principal por la noche**

🚌 Traslado a Wadi Bani Kharus (2 horas 45 - 225 Km)

✓ **Caminata hacia un palmero en el monte (4 horas )**

Empezamos a caminar en el fondo del valle y rápidamente subimos en la ladera izquierda. El camino no se ve siempre bien, pero hay trozos que son bien trabajados, con escaleras de piedras (ese camino permitía cruzar la montaña para alcanzar a Nizwa). Después de haber subido unos 600 metros encontramos una aldea. Ahora nadie ocupa las habitaciones todo el tiempo, pero sirven a los que suben del pueblo para trabajar aquí. Desde la fuente que corre bajo la aldea, caminamos en el falaj (canal de irrigación) para llegar al palmero, que no deja de sorprender : una huella verde en medio del acantilado! Regresamos por el mismo camino.

➤ *Wadi Bani Kharus*

- Nivel 3\*

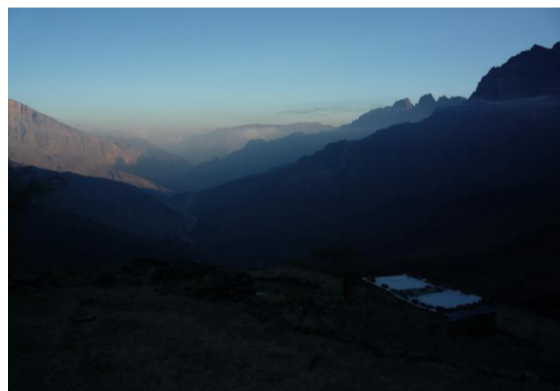
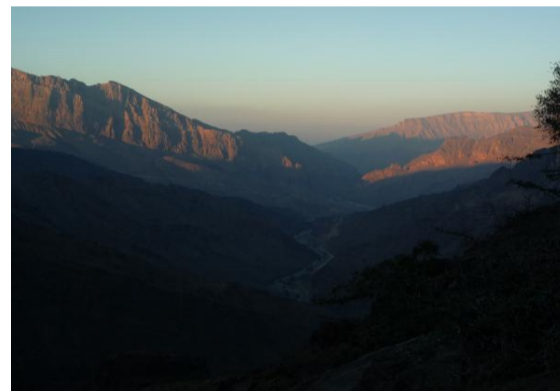
- Tiempo de marcha : 3 a 4 horas

- Desnivel : +600m/-0m

**F B F Vivaque en terrazas abandonadas**

Pasamos la noche al aire libre bajo las estrellas y en terrazas que ahora no estan cultivadas. Tenemos muy buenas vistas sobre el valle.

*Al aire libre bajo las estrellas*



**DIA 2***Breakfast - Lunch - Dinner***Dia sin asistencia de vehiculo  
Encontramos el(los) vehiculo(s) al fin de la caminata**✓ **Caminata para bajar (3 horas )**➤ *Wadi Bani Kharus*

Regresamos bajando por el mismo camino que subimos el día antes. Al bajar unos pasajes pueden parecer un poco vertiginosos.

- Nivel 4\*
- Tiempo de marcha : 2 a 3 horas
- Desnivel : +0m/-600m

🚌 Traslado a Balad Sit (1 hora 30 - 50 Km)

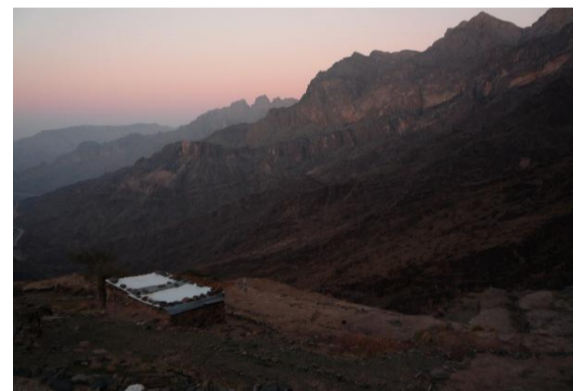
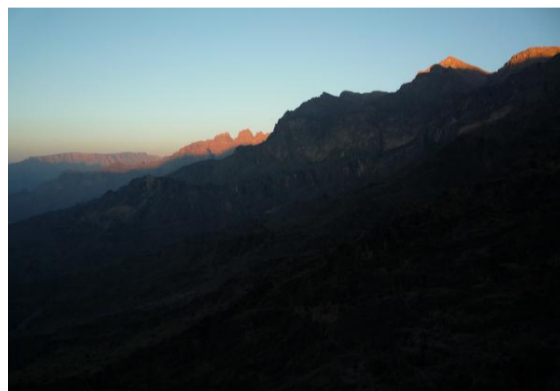
✓ **Paseo en la oasis de montana de Balad Sit (2 horas )**➤ *Wadi Bani Awf*

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

🏠🏠🏠 **Casa de huéspedes de montana**

un alojamiento sencillo pero agradable en un sitio muy bonito

*Habitacion compartida**Dormitorio con max. 4 camas per habitacion.**desayuno & cena en el alojamiento*

**DIA 3***Breakfast - Lunch - Dinner*📍 *Wadi Bani Awf*✓ **Caminata entre pueblos y montañas del Wadi Bani Awf (5 horas)**

Caminamos primero en el cauce del río con muchos árboles y parajos (y a veces un arroyo). Luego encontramos un camino que sube en la montaña y nos lleva a un primero pueblo. Después de un descanso en la sombra de las palmeras o en la aldea, cruzamos las terrazas cultivadas y seguimos subiendo hasta que alcanzemos un collado estrecho. De aquí ya vemos otro pueblo, más grande con casas construidas en una roca que dominan un palmar y campos hermosísimos. Bajamos al pueblo y damos una vuelta en sus jardines. Encontramos una garganta estrecha y la seguimos hasta que lleguemos a la carretera mayor del valle.

- Nivel 3\*

- Tiempo de marcha : 4 a 5 horas

- Desnivel : +600m/-500m

🏠🏠🏠 **Casa de huéspedes en la montaña**

Es un pueblito que fue renovado y transformado en una casa de huéspedes. La actividad agrícola (culturas y cría de capras) fue conservada. Y el personal es particularmente simpático!

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

**DIA 4***Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Barranquismo en el Snake Canyon Inferior (3 horas )**

Wadi Bani Awf

El Snake Canyon es un barranco muy estrecho que corre en el Wadi Banin Awf. En ciertas partes se pueden tocar las dos paredes al mismo tiempo... Partimos de la entrada secundaria del canyon. No se necesita bajar en rapel. Disfrutaras un día de aventura saltando (max 4 metros), caminando en el agua, deslizando en toboganes naturales, y nagando cortas distancias. Para los que no quieren saltar instalamos cortos rapeles.

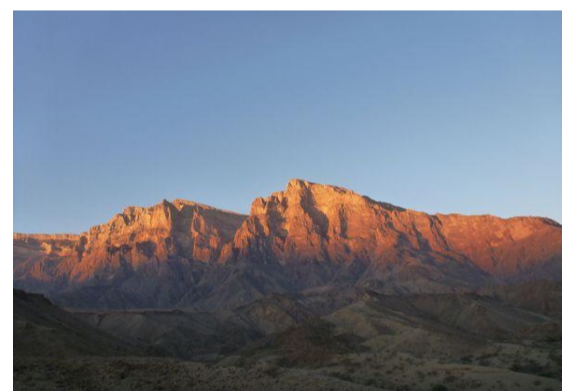
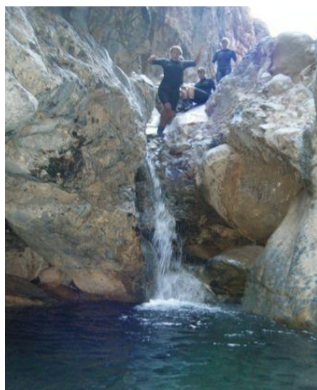
**- Nivel 2\***

Traslado a nuestro acampamento en el circo (1 hora - 30 Km)

**Acampamos en el circo**

Un sitio de bivaque gradable con hermosisimas vistas sobre la cara norte del Jebel Shams

*Tienda de Campana individual*



**DIA 5***Breakfast - Lunch - Dinner***Dia sin asistencia de vehiculo****Dejamos el(los) vehiculo(s) por la manana cuando empezamos la caminata****No tenemos acceso al equipaje principal por la noche**
 Traslado a un pueblo de montaña en Wadi Sahtan (1 hora - 20 Km)

✓ **Caminata hacia las crestas (5 horas )**

Una caminata muy hermosa hoy : caminamos hacia arriba en direccion de las crestas, principalmente en buenos caminos (pero en unos trozos no hay camino y a veces debemos ayudarnos de nuestras manos). Subimos por una quebrada que alberga bastante arboles (para Oman...), lo que atrae pajaros. Lo mas que subimos lo mas grande son los arboles. Las vistas tambien son estupendas. Por fin seguimos un buen camino casi plano hasta nuestro lugar de vivaque cerca de una fuente.

➤ *Wadi Sahtan*

- **Nivel 3\***

- **Tiempo de marcha : 4 a 5 horas**

- **Desnivel : +800m/-100m**

**F B F Vivaque cerca de una fuente**


Anochemos en un lugar encantador, cerca de una fuente y con vistas hermosas, a unos 1800 m de altura

***Al aire libre bajo las estrellas***



**DIA 6***Breakfast - Lunch***Dia sin asistencia de vehiculo  
Encontramos el(los) vehiculo(s) al fin de la caminata**✓ **Bajada en el valle (4 horas )**➤ *Wadi Sahtan*

Dejamos nuestro lugar de vivaque y conitnuamos el camino. Empezamos la bajada primero hacia otro pueblo. Por fin, cruzamos un valle pequeno para alcanzar el pueblo desde el que partimos el dia antes.

- **Nivel 3\***- **Tiempo de marcha : 2 a 3 horas**- **Desnivel : +0m/-800m**
 Traslado a Matrah (3 horas - 325 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

**📌 Nivel de dificultad Barranquismo y Caminata aquatica**

Esta actividad necesita saber nadar por lo menos 100 metros

- Nivel 1** Caminata aquatica que no requiere nigung salto mandatorio ni rapel
- Nivel 2** Barranquismo facil y corto con saltos de menos de 3 metros que tambien se pueden evitar bajando en rapel
- Nivel 3** Barranquismo con saltos de unos metros y rapel poco tecnico
- Nivel 4** Banrranquismo con saltos que pueden ser un poco alos y rapeles tecnicos en cascadas. Bajadas que pueden durar mas de 5 horas