

## RANDOS AUX RACINES DU HAJAR OCCIDENTAL

Un beau voyage pour découvrir les vallées versant nord du Hajar Occidental et ses oasis reculées. 2 nuits en bivouac dans des lieux splendides, 2 nuits dans d'agréables guesthouses, et 1 nuit à camper au milieu du cirque du Wadi Sahtan.



**Niveau 3** Circuits pouvant contenir des randonnées à la journée (jusqu'à 800m de dénivelée positive) et des randonnées aquatiques pas trop difficiles.

**Durée** 6 Jour

**Realisable en** JANVIER - FEVRIER - MARS - NOVEMBRE - DECEMBRE



2 Nuits en hébergements (hotel, chambres d'hotes, lodge, etc...)



1 Nuits en camping sauvage (avec tentes, matelas épais, tapis, vaisselle, matériel de cuisine) confortable (mais sans toilettes) avec l'assistance des véhicules. Habituellement, les participants montent leur tente eux-mêmes pendant que nous installons le campement collectif.

**F B F**

2 Nuits en bivouac à la belle étoile, avec un équipement minimum, sans assistance de véhicules

**Depart** Matrah

**Fin** Matrah

PARTICIPANTS	PRIX PAR PERSONNE	
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

## Itineraire Wadi Bani Kharus - Wadi Bani Awf - Wadi Sahtan



## Note sur le transport des bagages

Nous sommes accompagnés de véhicules ; les bagages sont donc transportés dans les véhicules. La plupart du temps, vous n'avez à porter durant les randonnées, que vos affaires de la journée.

**EXCEPTION : Ce séjour comprend plusieurs jours consécutifs de randonnée (jours 1, 2, & 5, 6) lors desquels nous ne retrouvons pas les véhicules (et n'avons donc pas accès aux bagages principaux) le soir.**

**Durant ces journées, vous devez porter vous-même vos affaires personnelles dont vous avez besoin pour la journée et la nuit, votre eau, et une part du pique-nique.**


**Nous pouvons stocker vos bagages durant ces journées ; il n'y a aucun problème de sécurité.**

**Les nuits 1, 5 nous bivouaquons à LA BELLE ÉTOILE et il vous faudra donc aussi porter votre matelas et votre sac de couchage.**

**JOUR 1**

- Lunch - Dinner

**Journee sans assistance de vehicule**  
**Nous laissons le(s) vehicule(s) le matin au depart de la randonnee**  
**Nous n'avons pas acces aux bagages principaux le soir**

 Transfert vers Wadi Bani Kharus (2 heures 45 - 225 Km)

✓ **Randonnée vers une palmeraie perdue dans la montagne (4 heures )**

Nous partons sur un ancien chemin. Celui-ci est parfois difficile a trouver, tandis que par endroit, il est remarquablement façonne. Apres une ascension de quelques 600m, nous découvrons un village ancien qui a été abandonne (les habitants sont descendus habiter dans la vallée), mais dont les maisons servent toujours a ceux qui viennent travailler regulierement dans la palmeraie toute proche. Apres une petite pause auprès de la source, nous empruntons le canal d'irrigation (falaj) pour nous rendre dans la palmeraie, îlot de verdure, accroche au milieu de falaises...

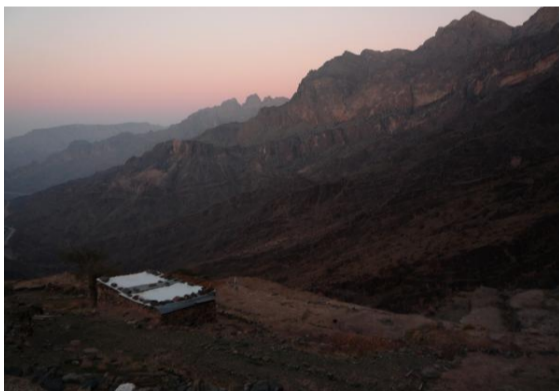
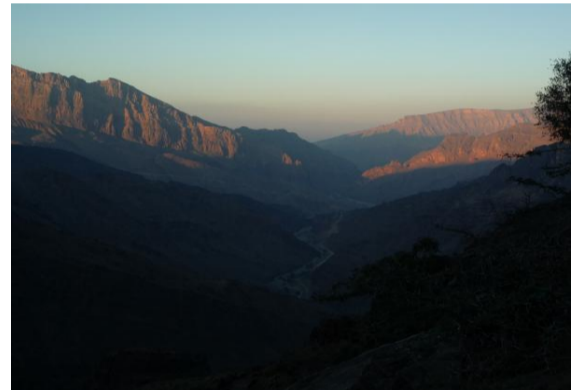
➤ *Wadi Bani Kharus*

- Niveau 3\*
- Temps de marche : 3 a 4 heures
- Denivelee : +600m/-0m

**FBF Bivouac sur des terrasses abandonnees**

Nous bivouaquons sur d'anciennes terrasses cultivees actuellement abandonnees, avec des spuuerbes vues sur la vallee.


*A la belle etoile*



**JOUR 2***Breakfast - Lunch - Dinner***Journee sans assistance de vehicule  
Nous retrouvons le(s) vehicule(s) a la fin de la randonnee**✓ **Randonnee pour redescendre (3 heures )**➤ *Wadi Bani Kharus*


Nous rentrons par le meme chemin que la veille. En descente, certains passages peuvent sembler un peu difficiles.

- Niveau 4\*
- Temps de marche : 2 a 3 heures
- Denivelee : +0m/-600m

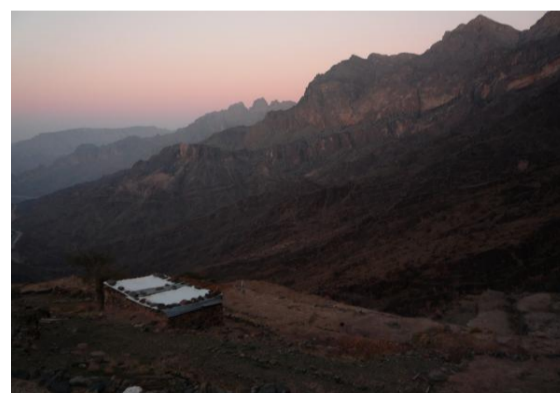
 Transfert vers Balad Sit (1 heure 30 - 50 Km)
✓ **Balade dans l'oasis de Balad Sit (2 heures )**➤ *Wadi Bani Awf*

D'abord, nous passons par une petite gorge. Le cheminement est très agréable et fait forte impression. Au débouché de la gorge, nous découvrons le village. Le vieux village perche sur un rocher domine la palmeraie et les diverses cultures en terrasse. Nous nous promenons entre les terrasses et rattrapons derrière le village un bras secondaire de la petite gorge qui nous ramène au point de départ

- Niveau 1\*
- Temps de marche : 1 a 2 heures
- Denivelee : +50m/-50m

 **Chambre d'hotels de montagne**

Chambres d'hotels simples mais agreable dans un site grandiose

*Chambre partagee**dortoir avec maximum 4 lits par chambre.**petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement*

## JOUR 3

Breakfast - Lunch - Dinner

## ✓ Randonnée a travers villages et montagnes du Wadi Bani Awf (5 heures )

Nous remontons un petit vallon d'abord dans le lit de la rivière avec beaucoup d'arbres et d'oiseaux. Nous trouvons ensuite un bon chemin qui grimpe dans la montagne et nous amène à un premier village. Après une halte sous les palmiers ou dans le village, nous traversons les jardins et nous dirigeons vers un col. Arrivés à celui-ci, nous découvrons un autre village plus important : ses maisons construites sur un promontoire rocheux et dominant la vaste palmeraie. Nous descendons vers le village, traversons les superbes jardins et descendons par une magnifique petite gorge jusqu'à la route principale de la vallée

➤ Wadi Bani Awf

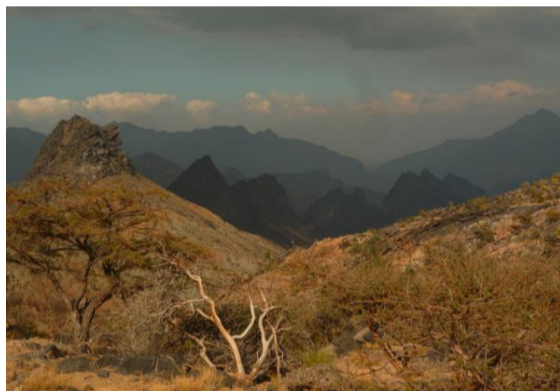
- Niveau 3\*
- Temps de marche : 4 à 5 heures
- Denivellation : +600m/-500m

🏠🏠🏠 Guesthouse de montagne

C'est un petit hameau qui a été renoué avec goût et transformé en guesthouse agréable. L'activité agricole (culture et élevage) y a été conservée. Et le personnel est particulièrement sympathique!

*Dortoir*

*Dortoirs de 4 à 10 personnes avec lits superposés et climatisation.  
petit-déjeuner & dîner pris à l'hébergement*



**JOUR 4***Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Canyoning dans le Snake Canyon inferieur (3 heures )**

Le Snake Canyon est un canyon tres encaisse qui coule dans le Wadi Bani Awf. Par endroit nous pouvons toucher les deux parois en meme temps... Une via ferrata est amenee sur la falaise au-dessus du Canyon. Nous partons de l'entree secondaire du canyon ; aucun rappel n'est necessaire. Au programme : des sauts (max 4 metres), un peu de nage, des toboggans, et de la marche dans l'eau... Pour ceux qui ne veulent pas sauter, nous installons de petits rappels.

➤ *Wadi Bani Awf*

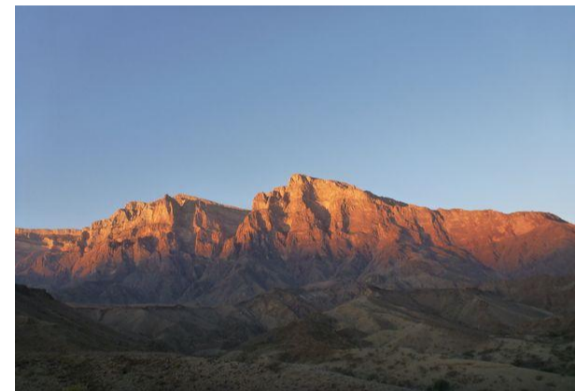
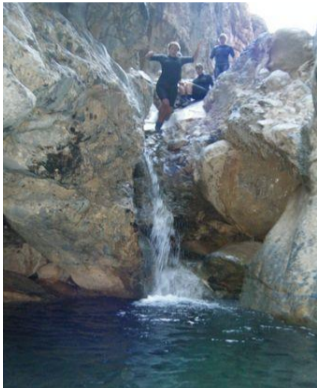
**- Niveau 2\***

🚌 Transfert vers notre campement dans le cirque (1 heure - 30 Km)

**Campement dans le cirque**


Un endroit splendide, avec des vues imprenables au petit matin sur la face nord du Jebel Shams...

*Tente individuelle*



**JOUR 5***Breakfast - Lunch - Dinner*

**Journee sans assistance de vehicule**  
**Nous laissons le(s) vehicule(s) le matin au depart de la randonnee**  
**Nous n'avons pas acces aux bagages principaux le soir**

 Transfert vers un village de montagne dans le Wadi Sahtan (1 heure - 20 Km)

✓ **Randonnee vers les cretes (5 heures )**

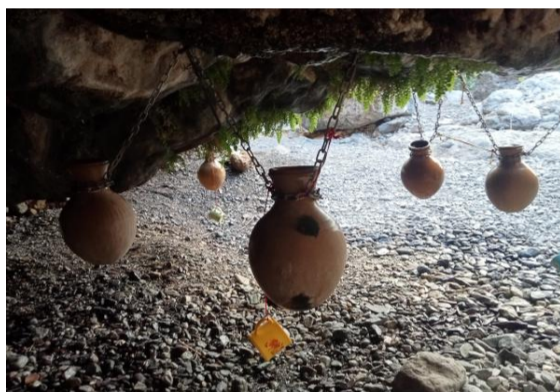
Une superbe randonnee qui nous fait gravir les parois rocheuses du cirque principalement sur de bons sentiers (certains passages un peu plus difficiles ou hors-sentier). Nous remontons une ravine particulierement arboree pour Oman, ce qui attire les oiseaux. Plus nous nous elevons, plus les arbres prennent de la hauteur. Les vues sont splendides. Finalement, nous rejoignons notre lieu de bivouac pres d'une source, par un sentier a flanc de montagne.

➤ *Wadi Sahtan*

- Niveau 3\*
- Temps de marche : 4 a 5 heures
- Denivelee : +800m/-100m

**F B F Bivouac pres d'une source**

Nous bivouaquons a 1800m d'altitude dans un lieu charmant pres d'une source avec un superbe vue  
***A la belle etoile***



**JOUR 6***Breakfast - Lunch***Journee sans assistance de vehicule  
Nous retrouvons le(s) vehicule(s) a la fin de la randonnee**✓ **Redescente dans la vallee (4 heures )**➤ *Wadi Sahtan*

Nous laissons notre lieu de bivouac pour continuer sur le chemin en balcon. Nous redescendons par un autre vallon puis rejoignons le village dont nous etions partis la veille.

**- Niveau 3\*****- Temps de marche : 2 a 3 heures****- Denivelee : +0m/-800m**

🚌 Transfert vers Matrah (3 heures - 325 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

### 📌 Niveau de difficulté Canyoning et Randonnée Aquatique

Quel que soit le niveau, cette activité nécessite de SAVOIR NAGER plus de 100m

- Niveau 1** Randonnée aquatique ne nécessitant ni saut ni rappel
- Niveau 2** Descente de canyon facile de quelques heures impliquant des sauts de moins de 3 mètres pouvant être descendus en rappel par ceux qui ne veulent pas sauter
- Niveau 3** Descente de canyon impliquant des sauts de quelques mètres et des descentes en rappel pas ou peu techniques
- Niveau 4** Descente de canyon de plus de 5 heures impliquant des sauts de plusieurs mètres et des descentes de rappel techniques dans des cascades