

TREK - TRAVERSEE DU JEBEL AKHDAR

Un trek de 9 jours en itinérance qui nous fait traverser le Jebel akhdar depuis le Wadi Bani Awf jusqu'a la vallee de Samail, principalement sur les cretes, mais aussi par les vallees du versant nord (Wadi Bani Awf, Bani Kharus, Mistal).



Niveau 4 Circuits pouvant contenir des randonnees sportives (jusqu'a 1200m de denivelee positive), des randonnees aquatiques et du canyoning facile.

Duree 9 Jour

Realisable en JANVIER - FEVRIER - NOVEMBRE - DECEMBRE



5 Nuits en hebergements (hotel, chambres d'hotels, lodge, etc...)



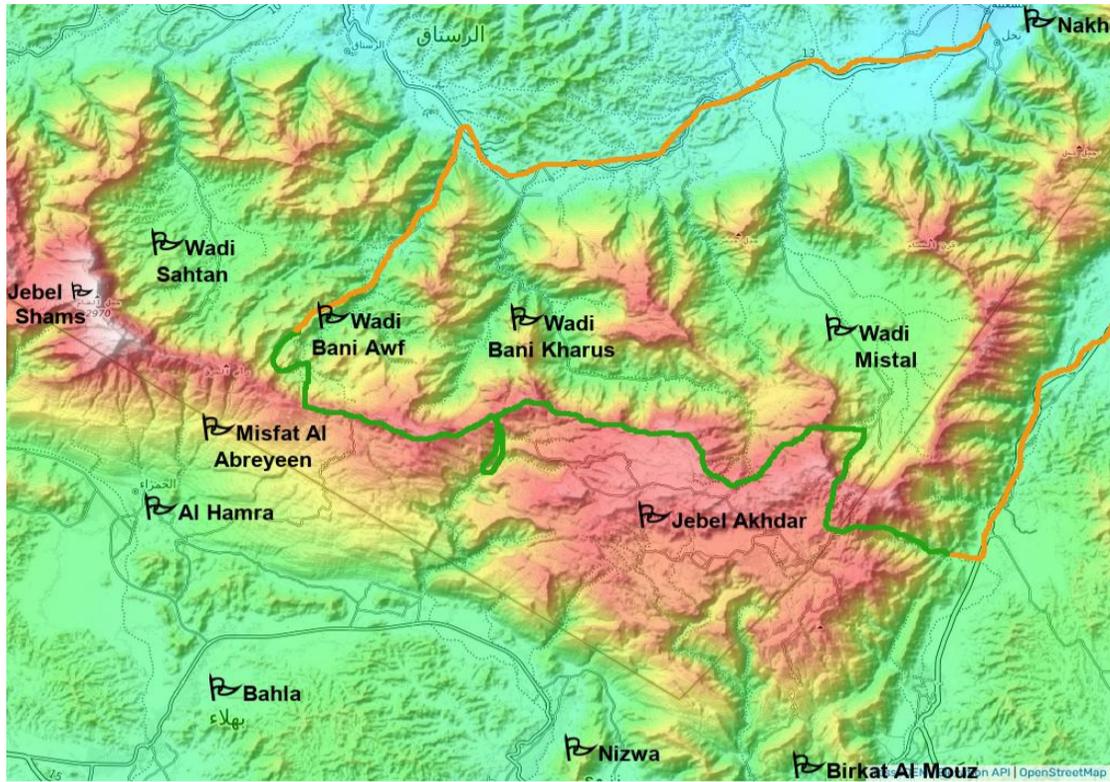
3 Nuits en camping sauvage (avec tentes, matelas epais, tapis, vaisselle, materiel de cuisine) confortable (mais sans toilettes) avec l'assistance des vehicules. Habituellement, les participants montent leur tente eux-meme pendant que nous instalons le campement collectif.

Depart Matrah

Fin Matrah

PARTICIPANTS	PRIX PAR PERSONNE	
2	1150 OMR	3010 USD
3	880 OMR	2303 USD
4	840 OMR	2198 USD
5	730 OMR	1910 USD
6	680 OMR	1780 USD
7	640 OMR	1675 USD

Itineraire Wadi Bani Awf - Jebel Akhdar - Wadi Mistal



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 7, 8) 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.

La nuit 7 nous sommes en hébergement confortable : les draps, couvertures, et serviettes de toilette sont fournis.

JOUR 1*- Lunch - Dinner*

🚌 Transfert vers Bimah (Wadi Bani Awf) (3 heures - 235 Km)

Nous prenons une piste qui remonte la vallee. Nous traversons des villages aux palmeraies verdoyantes puis nous traversons des reliefs abrupts. Une piste impressionnante!

✓ **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 ameenagee 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*

🏠🏠🏠 **Guesthouse de montagne**

C'est un petit hameau qui a ete renove avec gout et transforme en guesthouse agreable. L'activite agricole (culture et elevage) y a ete conservee. Et le personnel est particulierement sympathique!

Dortoir

*Dortoirs de 4 a 10 personnes avec lits superposes et climatisation.
petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement*



JOUR 2

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnee a travers villages et montagnes du Wadi Bani Awf (5 heures)**

Nous remontons un petit vallon d'abord dans le lit de la riviere avec beaucoup d'arbres et d'oiseaux. Nous trouvons ensuite un bon chemin qui grimpe dans la montagne et nous amene a un premier village. Apres une halte sous les palmiers ou dans le village, nous traversons les jardins et nous dirigeons vers un col. Arrives a celui-ci, nous decouvrons 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'a la route principale de la vallee

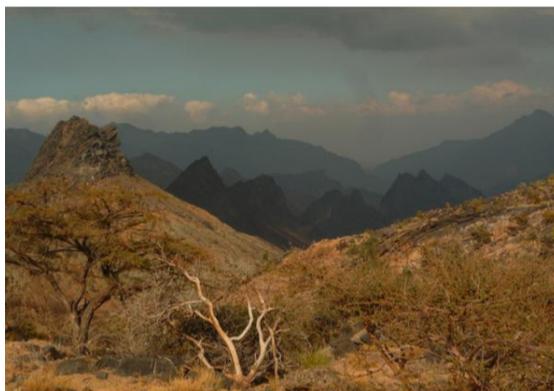
➤ *Wadi Bani Awf*

- Niveau 3*
- Temps de marche : 4 a 5 heures
- Denivelee : +600m/-500m

🏠🏠🏠 **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 vers les cretes et le col de Sharaf Al Alamain (7 heures)**☞ *Wadi Bani Awf*

Randonnée magnifique. D'abord, nous passons par une petite gorge pour arriver a un grand village entouré d'une belle palmeraie en terrasses, au pied de falaises impressionnantes. Ensuite, nous commençons l'ascension raide (900 m de dénivelée) sur un chemin millénaire façonné par les chawi, les montagnards omanais. Arrivés au col, nous suivons la crête sur le versant sud, sur un terrain vallonné, avec des vues splendides de tous les cotés.

- **Niveau 4***- **Temps de marche : 4 a 6 heures**- **Denivelee : +1300m/-250m**🏠🏠🏠 **Hotel de montagne**

Hotel situe a 2000m d'altitude, pres d'un col

*Deluxe Room**petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement*

JOUR 4*Breakfast - Lunch - Dinner*✓ **Randonnee sur les cretes vers le Jebel Akhdar (8 heures)**

Nous partons du col a 2000 m d'altitude. Nous montons sur les cretes que nous suivons, parfois versant nord, avec des vues superbes sur plusieurs vallees, parfois versant sud. Nous traversons plusieurs plateaux avec des oliviers et des genevriers geants. Nous montons enfin a un col duquel on aperçoit au loin un village auquel nous devons encore descendre.

➤ *Jebel Akhdar*

- Niveau 4*
- Temps de marche : 6 a 8 heures
- Denivelee : +800m/-900m

**Campement en altitude**

Nous campons pres d'un hameau abandonne, a 2000m d'altitude.

Tente individuelle



JOUR 5

Breakfast - Lunch - Dinner

✓ **Randonnée vers une palmeraie dans un canyon (6 heures)**

Magnifique randonnée en boucle qui nous fait emprunter un itinéraire encore utilisé de nos jours par les villageois : tous les jours ils descendent aux jardins situés 700 mètres plus bas pour s'occuper du falaj (le système d'irrigation) et des diverses cultures (dates, citrons verts, bananes, patates douces). L'aller se fait sur un chemin à flanc de canyon (mais pas vertigineux), tandis que le retour se fait par la vallée

- Niveau 3*

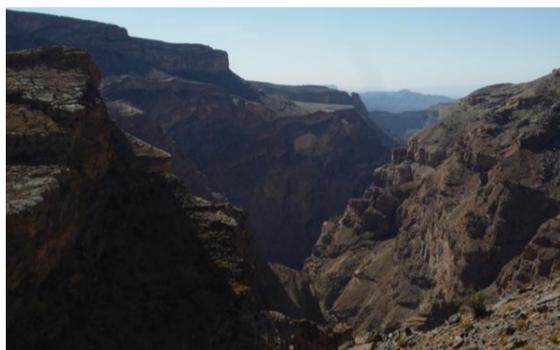
- Temps de marche : 4 à 5 heures

- Denivellation : +750m/-750m

➤ *Jebel Akhdar***Campement en altitude**

Nous campons près d'un hameau abandonné, à 2000m d'altitude.

Tente individuelle



JOUR 6*Breakfast - Lunch - Dinner*📍 *Jebel Akhdar*✓ **Randonnee sur les hauteurs du Jebel Akhdar (7 heures)**

Nous randonnons aujourd'hui sur le plateau du jebel Akhdar sur un itineraire au milieu des genevriers qui nous offre parfois de belles vues sur le versant nord

- Niveau 3*
- Temps de marche : 5 a 7 heures
- Denivelee : +700m/-300m

🏠🏠🏠 **Chambre d'hotels de montagne**

Nuit dans une belle maison d'hotels renovee avec gout dans un ancien village troglodyte. Le village est construit sous un surplomb dans une falaise.

*Standard Room**petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement*

JOUR 7*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

✓ **Randonnee vers le Wadi Mistal (7 heures)**

➤ *Jebel Akhdar*

Une tres belle randonnee, pas trop difficile, a l'exception d'un passage tres raide en descente, qui nous emmene du plateau a une vallee en forme de cirque. Nous partons d'un village situe a 2200m d'altitude ou s'apanouissent particulierement bien grenadiers et noyers, et empruntons un chemin a flanc de montagne nous offrant de belles vues sur plusieurs vallees du versant nord du Hajar Occidental. Nous atteignons finalement un col ou nous decouvrons le grand cirque au fond duquel se trouve notre point d'arrivee : un autre village, plus bas, a 1400m, ou poussent les abricots et les peches.

- Niveau 3*
- Temps de marche : 5 a 6 heures
- Denivelee : +450m/-800m

🏠🏠🏠 **Guesthouse dans un village de montagne**

Une belle guesthouse a l'entree du village, avec une vue magnifique sur la vallee

Standard Room

petit-dejeuner & diner pris a l'hebergement



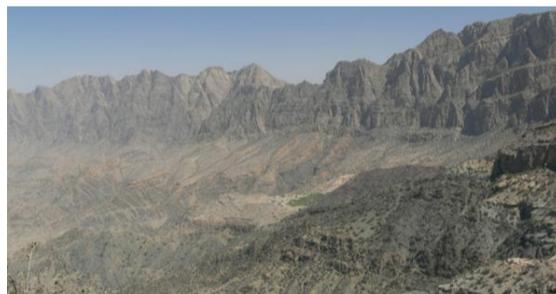
JOUR 8*Breakfast - Lunch - Dinner***Journee sans assistance de vehicule****Nous retrouvons le(s) vehicule(s) a la fin de la randonnee**✓ **Montee vers le Jebel Akhdar (6 heures)**➤ *Wadi Mistal*

Nous partons d'un village situe a 1400m d'altitude. Nous montons d'abord a travers les terrasses plantees d'abricotiers, de grenadiers, et de citronniers. Nous longeons ensuite le falaj canal d'irrigation, puis nous entamons la montee raide vers le col. De la nous avons les dernieres vues sur le cirque d'ou nous venons. Apres le col, un parcours agreable sur un terrain plus vallonne typique du Jebel akhdar nous emmene a un village d'altitude.

- **Niveau 3***- **Temps de marche : 4 a 6 heures**- **Denivelee : +800m/-500m****Campement en montagne**

nous installons notre campement non loin d'un village, a une altitude de 1900m.

Tente individuelle



JOUR 9*Breakfast - Lunch -*✓ **Descente du Jebel akhdar (6 heures)**🏠 *Jebel Akhdar*

Une tres belle randonnee dans une vallee sauvage et peu frequente du Jebel Akhdar. Nous descendons du plateau pour rejoindre la Trouee de Samail. La descente principale offre des vues splendides et la derniere partie dans le wadi avec les vasques d'eau, les palmiers sauvages, et l'ancien falaj est tres plaisante

- **Niveau 3***- **Temps de marche : 4 a 6 heures**- **Denivelee : +100m/-1300m**

🚌 Transfert vers Matrah (1 heure 15 - 120 Km)



① 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 dénivelé sur un terrain ne présentant pas de grosse difficulté. Accessible à toute personne pratiquant la marche de façon régulière
- Niveau 3** Randonnées avec une dénivelé de 300 à 800 mètres. Accessible à toute personne pratiquant régulièrement la marche en montagne. Les randonnées avec une dénivelé inférieure et classées Niveau 3 présentent des difficultés de terrain
- Niveau 4** Randonnées avec une dénivelé de 800 à 1100 mètres accessibles aux personnes pratiquant la randonnée sportive en montagne
- Niveau 5** Randonnées longues avec une dénivelé supérieure à 1000 mètres et pouvant inclure quelques passages nécessitant les mains

① 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