

DECOUVERTE ET AVENTURE DANS LES MONTS DU HAJAR

CIRCUIT GUIDE EN	FRANCAIS		
DUREE	8 Jour		
DEBUT DU CIRCUIT	LIEU Meeting in front of Naseem Hotel (Mutrah Corniche, Muscat) We might also be able to pick up you directly from your hotel ; just ask when booking...	DATE 02/11/2025	HEURE 8:00:00 AM
FIN DU CIRCUIT	We can drop you anywhere in Muscat (hotel, airport, bus station, private house...)	09/11/2025	6:00:00 PM
NIVEAU DE DIFFICULTE	Niveau 2 <i>Circuits assez faciles avec des balades et des randonnees de quelques heures avec une denivelee positive inferieure a 300m (occasionnellement un peu plus). Ces circuits peuvent inclure des baignades, mais pas de randonnée aquatiques. Il y a toujours la possibilite, pour les participants qui le souhaitent, de ne pas faire la balade ou la randonnée ; quand c'est possible, un programme alternatif leur est propose ; sinon, ils peuvent patienter dans un bel endroit...</i>		
PRIX PAR PERSONNE	500 OMR (1309 USD)		
TAILLE DU GROUPE	3 a 8 Participants		
PERSONNEL SUR PLACE	de 3 a 4 Participants 1 Guide avec les competences pour encadrer les activites du circuit de Jour 1 a 8 de 5 a 8 Participants 1 Guide avec les competences pour encadrer les activites du circuit de Jour 1 a 8 1 Chauffeur de Jour 1 a 8 La cuisine pendant les bivouacs est assurée par l'ensemble de l'équipe		
TRANSPORTS <i>Pour les transferts mentionnes Dans le programme</i>	de 3 a 4 Participants 1 Vehicule 4x4 de Jour 1 a 8 de 5 a 8 Participants 2 Vehicule 4x4 de Jour 1 a 8		
LE PRIX COMPREND	Les transports indiqués ci-dessus et dans le programme L'essence Le personnel indiqué ci-dessus Toutes les excursions et entrées de sites indiqués dans le programme Les petits dejeuner des jours 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Les dejeuner des jours..... 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Les diners des jours..... 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 L'eau Tous les hébergements mentionnes dans le programme sur base de chambre double, sauf si mentionne différemment dans le programme Supplément Single : 16 OMR (40 USD) Concerne les nuits 3 Le matériel de camping (Tentes types igloo 2pers, matelas confortables, vaisselle, cuisine, tapis)		
LE PRIX NE COMPREND PAS	Les dépenses personnelles Les boissons en dehors des repas Les petits dejeuner des jours 9 Les diners des jours..... 8 Les transports vers le lieu de départ du circuit et depuis le lieu d'arrivée du circuit Les éventuelles nuits supplémentaires avant ou après le circuit Les pourboires aux équipes locales		
A EMPORTER	Pharmacie personnelle Crème solaire and anti-moustique Sandales Sac de couchage Lampe frontale Papier toilette Vêtements légers Vêtements un peu plus chaud (veste et pantalon) Chaussures et chaussettes de randonnée Bâtons de randonnées (optionnel : sur certains itinéraires, ils peuvent aider) Sac de Randonnée (20-30L) Maillot de bain (voire chaussures pour aller dans l'eau a cause des cailloux) Matériel de snorkeling (masque et tuba, voire palmes ou sandales qui vont dans l'eau) <i>Nous pouvons vous preter masque et tuba, mais nous n'avons pas de palmes</i>		
CONSEILS POUR LES RANDONNEURS	Oman est un pays très montagneux et aride. Tous les chemins sont caillouteux et beaucoup sont escarpés. A moins que vous soyez un montagnard averti ou que vous soyez particulièrement a l'aise dans la caillasse, il est bon de choisir a Oman un niveau de difficulté un cran au-dessous de ce que vous faites habituellement. Cela ne vous empêchera pas de voir des endroits magnifiques et de faire de belles randonnées, mais ça vous évitera de trop souffrir.		
CONSEILS SUR LES TENUES VESTIMENTAIRES	Oman est un pays musulman qui pratique un islam strict mais très tolérant. Si personne ne vous fera de commentaire sur votre tenue vestimentaire, tout le monde en revanche appréciera de voir que vous faites des efforts. POUR LES FEMMES : prévoir des pantalons ou pantacourts et des t-shirts sans décolleté et couvrant les épaules, ainsi qu'un t-shirt (voire un short) pour se baigner. Evidemment, dans les lieux isolés ou nous sommes seuls, vous vous habillez comme vous voulez... POUR LES HOMMES : prévoir des pantalons ou shorts longs. POUR TOUS : prévoir un pareo pour se changer, car la nudité est tabou. De même les tatouages devraient être cachés.		