

CAMINAR EN LOS MONTES DEL HAJAR

VIAJE DISPONIBLE EN ENERO - FEBRERO - NOVIEMBRE - DICIEMBRE

DURACIÓN 12 Dia

LUGAR DE SALIDA Matrah
LUGAR DE LLEGADA Matrah

NIVEL DE DIFICULTAD **Nivel 4** *Viajes que pueden incluir caminatas deportivas (hasta 1200m de desnivel positivo), caminatas acuáticas, y canyoning facil.*

PRECIOS POR PERSONA						
Numero de Personas	2	3	4	5	6	7
Precio por persona en OMR	1350	1100	1100	950	900	850
Precio por persona en USD	3534	2880	2880	2487	2356	2225

EQUIPO LOCAL de 1 a 3 Viajeros
1 Guia con competencias para las actividades del viaje de Dia 1 a 12
1 Chofer de Dia 1 a 12
de 4 a 7 Viajeros
1 Guia con competencias para las actividades del viaje de Dia 1 a 12
2 Chofer de Dia 1 a 12
Todo el equipo local se encarga de cocinar en el acampamento

TRANSPORTES de 1 a 3 Viajeros
Para los desplazamientos previstos en el programa 1 Vehiculo Todoterreno de Dia 1 a 12
de 4 a 7 Viajeros
2 Vehiculo Todoterreno de Dia 1 a 12

EL PRECIO INTEGRA Los transportes descritos arriba
La gasolina
El equipo local descrito arriba
Todas las excursiones y las entradas mencionadas en el programa
Los desayunos de los dias..... 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
Los almueros de los dias..... 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
Las cenas de los dias..... 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
El Agua
Todos los alojamientos mencionados en el programa, en base de dormitorio doble, salvo si esta descrito distintamente en el programa
Suplemento hab. Single 62 OMR (163 USD) Conciene los días 1, 2, 6, 9, 11
Rebaja habitacion Triple -52 OMR (-136 USD) Conciene los días 1, 2, 9, 11
El equipo de acampamiento (tienda de tipo igloo 2pers, colchones confortables, equipo de cocina y vajilla)

EL PRECIO NO INTEGRA Los gastos personales
Las bebidas fuera de las comidas
Los desayunos de los dias..... 13
Las cenas de los dias..... 12
Los traslados hasta el sitio de partida y desde el sitio de llegada
Las eventuales noches adicionales antes o después del viaje
Las propinas al equipo local

LO QUE DEBE TRAER Farmacia individual
Crema solar
Sandalias
Saco de dormir
Luz frontal
Papel de baño
Ropa ligera
Ropa mas calidas (pantalones y chaqueta)
Calzados y calcetines de montaña
Palo de caminata (opcional : puede ayudarle en ciertos itinerarios)
Mochilla (20 o 30 litros)
Trago de baño (y zapatos que van en el agua si no le gusta andar n las rocas)
Para el barranquismo y la caminata acuatica
Zapatos deportivos que vais a usar en el agua
En los meses de invierno os proporcionamos combinaciones cortas

CONSEJOS SOBRE EL TREKKING Omán es un país montañoso y seco. Todos los caminos son rocosos y otros son muy empinados. A menos que sea un montañero o muy ágil en las rocas, le aconsejamos que escoja un viaje con caminatas un poco mas fáciles que lo que suele hacer. No le impedirá ver sitios guapísimos y hacer caminatas hermosísimas, pero evitara que sufra demasiado al escoger un viaje demasiado difícil.

CONSEJOS SOBRE COMO VESTIRSE Omán es un país musulmán. El Islam aquí esta estricto pero muy tolerante. Nadie se permtiria comentar su vestimenta, pero por cierto apreciaran ver que ud se esfuerza para adaptarse. PARA LAS MUJERES : llevar pantalones y camisetas sin escote que cubre los hombros, asi como una camiseta (y tal vez un pantalon corto) par banarse. Evidentemente cuando estamos solos en sitios aislados se puede vestir como quiera. PARA LOS CABALLEROS : llevar pantalones cortos que cobren las rodillas. PARA TODOS : traer una pareo para vestirse, ya que no se permite desvestirse en publico... Los tatuajes tambien deberian estar cubiertos.