

RANDOS DANS LES MONTS DU HAJAR

CIRCUIT DISPONIBLE EN	JANVIER - FEVRIER - NOVEMBRE - DECEMBRE					
DUREE	12 Jour					
LIEU DE DEBUT DU CIRCUIT	Matrah					
LIEU DE FIN DU CIRCUIT	Matrah					
NIVEAU DE DIFFICULTE	Niveau 4 <i>Circuits pouvant contenir des randonnees sportives (jusqu'a 1200m de denivelee positive), des randonnees aquatiques et du canyoning facile.</i>					
TARIFS PAR PERSONNE						
Nombre de Personnes	2	3	4	5	6	7
Prix par personne en OMR	1350	1100	1100	950	900	850
Prix par personne en USD	3534	2880	2880	2487	2356	2225
PERSONNEL SUR PLACE	de 1 a 3 Participants 1 Guide avec les competences pour encadrer les activites du circuit de Jour 1 a 12 1 Chauffeur de Jour 1 a 12 de 4 a 7 Participants 1 Guide avec les competences pour encadrer les activites du circuit de Jour 1 a 12 2 Chauffeur de Jour 1 a 12 La cuisine pendant les bivouacs est assurée par l'ensemble de l'équipe					
TRANSPORTS	de 1 a 3 Participants 1 Vehicule 4x4 de Jour 1 a 12 de 4 a 7 Participants 2 Vehicule 4x4 de Jour 1 a 12					
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 indiques dans le programme Les petits dejeuners des jours 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 Les dejeuners des jours..... 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 Les diners des jours..... 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 L'eau Tous les hébergements mentionnes dans le programme sur base de chambre double, sauf si mentionne différemment dans le programme Supplément Single : 62 OMR (163 USD) Concerne les nuits 1, 2, 6, 9, 11 Reduction Chambre Triple : -52 OMR (-136 USD) Concerne les nuits 1, 2, 9, 11 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 dejeuners des jours 13 Les diners des jours..... 12 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) Pour le Canyoning et la Randonnee Aquatique : Chaussures (type tennis) que vous mettrez dans l'eau <i>Nous fournissons des combinaisons shorty durant les mois d'hiver</i>					
CONSEILS POUR LES RANDONNEURS	Oman est un pays très montagneux et aride. Tous les chemins sont caillouteux et beaucoup sont escarpes. 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 : prevoir des pantalons ou pantacourts et des t-shirts sans decollete et couvrant les epaules, ainsi qu'un t-shirt (voire un short) pour se baigner. Evidemment, dans les lieux isoles ou nous sommes seuls, vous vous habillez comme vous voulez... POUR LES HOMMES : prevoir des pantalons ou shorts longs. POUR TOUS : prevoir un pareo pour se changer, car la nudite est tabou. De meme les tatouages devraient etre caches.					