

SENDERISMO EN JEBEL AL QAMR

VIAJE DISPONIBLE EN	ENERO - FEBRERO - NOVIEMBRE - DICIEMBRE					
DURACIÓN	4 Dia					
LUGAR DE SALIDA	Salalah					
LUGAR DE LLEGADA	Salalah					
NIVEL DE DIFICULTAD	Nivel 3 <i>Viajes que pueden incluir caminatas de varias horas (hasta 800m de desnivel positivo) y caminatas acuaticas no dificil.</i>					
PRECIOS POR PERSONA						
Numero de Personas	2	3	4	5	6	7
Precio por persona en OMR	530	430	430	380	350	330
Precio por persona en USD	1387	1126	1126	995	916	864
EQUIPO LOCAL	de 1 a 3 Viajeros 1 Guia con competencias para las actividades del viaje de Dia 1 a 4 1 Chofer de Dia 1 a 4 de 4 a 7 Viajeros 1 Guia con competencias para las actividades del viaje de Dia 1 a 4 2 Chofer de Dia 1 a 4 Todo el equipo local se encarga de cocinar en el acampamento					
TRANSPORTES	de 1 a 3 Viajeros 1 Vehiculo Todoterreno de Dia 1 a 4 de 4 a 7 Viajeros 2 Vehiculo Todoterreno de Dia 1 a 4					
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 Los almueros de los dias..... 1, 2, 3, 4 Las cenas de los dias..... 1, 2, 3 El Agua Todos los alojamientos mencionados en el programa, en base de dormitorio doble, salvo si esta descrito distintamente en el programa 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..... 5 Las cenas de los dias..... 4 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)					
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 aconsejemos 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.					