



Les mille merveilles du sultanat d'Oman - VH47 - 9 jours... 6 de marche et de découverte

	Avec aérien	Sans aérien		Avec aérien	Sans aérien
22 au 30 oct 11*			18 au 26 fév 12	1 665 €	915 €
5 au 13 nov 11	1 545 €	905 €	25 fév au 4 mars 12	1 665 €	915 €
19 au 27 nov 11	1 545 €	905 €	17 au 25 mars 12	1 545 €	905 €
17 au 25 déc 11	1 745 €	865 €	14 au 22 avril 12	1 645 €	905 €
25 déc 11 au 2 janv 12	1 745 €	865 €	21 au 29 avril 12	1 645 €	865 €
21 au 29 janv 12	1 465 €	825 €	5 au 13 mai 12	1 465 €	825 €
Sup. chambre individuelle : 65 €					

*** Circuit « RECO DECOUVERTE », partez avec le responsable de la destination pour Visages. Circuit adapté, consultez la fiche descriptive VH47A.**

Les montagnes arides du djebel Akhdar, ses plus beaux oasis de fraîcheurs, la découverte des mille merveilles architecturales de Mutrah, Nizwa, Ibra et Sour... Une belle incursion dans les dunes de Wahiba et déjà, la baignade dans les vasques aux eaux limpides du Wadi Bani Khaled annonce le retour dans le golfe d'Oman. Un séjour bien rythmé !

Déroulement et itinéraire

Jour 1 - Mascate

Vol pour Mascate et transfert à l'hôtel.

Jour 2 - Mascate - Wadi Yiti

La journée commence par la découverte du marché aux poissons puis départ pour la visite de la grande mosquée du Sultan Qaboos, l'une des rares mosquées accessibles aux non musulmans. Cet édifice fut fondé à l'instigation de sa Majesté le sultan Qaboos. Route pour le vieux Mascate, dans sa baie protégée. Tour panoramique de l'ancienne ville. Ce fût un port de commerce très dynamique mais à présent c'est un quartier gouvernemental résidentiel. Tout en haut des rochers sont érigés deux forts imposants: le fort Al-Mirani et le fort Al-Jalali (zones militaires). Continuation vers la ville de Mutrah, située à l'ouest de Mascate. Promenade le long de la Corniche et de son port animé. Visite au souk de Mutrah en fin d'après midi. Découverte des ruelles et des magasins restés authentiques. Visite du musée en option. Fin de journée, transfert vers le Wadi Yiti installation du campement et dîner.

Temps de marche : 4h00 lors des visites.

Jour 3 - Birkat el Mawz - Jebel Akhdar - Sayq

Départ matinal, destination Birkat el Mawz. Entre les maisons faites d'argile de cette oasis vous pouvez observer le fonctionnement du système d'irrigation traditionnel Falaj. Ensuite, nous montons vers le Jebel Akhdar « la montagne verte ». Randonnée dans les villages par d'anciens chemins et sentiers d'intérêt historique comportant souvent d'impressionnants escaliers taillés dans la pierre. Installation du campement sur le plateau d'Al Sayq à une altitude de 2000 m.

Temps de marche : 3h00.

Jour 4 - Sayq - Nizwa - Wadi Tanouf - Misfat el Abryeen - Wadi gull

Le matin nous partons vers Nizwa, célèbre pour son orfèvrerie et son fort rond. Visite du fort, un des plus anciens et plus importants d'Oman, datant du 17^{ème} siècle. Il est composé d'une haute tour ronde contenant plusieurs cours intérieures, salles militaires et séjours. Ensuite, visite de l'ancien souk et du marché traditionnel. Randonnée découverte du Wadi Tanouf et de son village en ruines, l'un des derniers témoignages de l'architecture omanaise médiévale. La journée continue par la visite du Misfat l'un des plus beaux villages de l'intérieur des terres. Perché à 1100 m d'altitude, nous randonnerons dans la palmeraie parmi les citronniers, orangers, et manguiers. Notre guide se fera l'interprète des agriculteurs que nous rencontrerons selon la saison. Fin de journée, on se dirige vers le Wadi Gull nuit en campement et dîner.

Temps de marche : 4h00.

Jour 5 - Nakhar - Jebel Shams - Khutaym - Saab

La journée commence par une randonnée dans le Grand Canyon de Wadi Nakhar, où s'élèvent des aiguilles et des parois rocheuses hautes de 1500 à 2000 mètres. Peut-être croiserons-nous des familles spécialisées dans la fabrication de tapis. Elles nous accueilleront pour nous montrer leur travail. Court transfert vers le plateau de Jebel Shams qui domine le Grand Canyon, pique-nique et randonnée avec une vue spectaculaire sur le canyon en passant par le village abandonné de Saab. Campement sur le plateau à 2000 m d'altitude.

Temps de marche : 4h00.

Jour 6 - Ibra - Wahiba

Départ matinal vers le désert de Wahiba pour 3h de route. Arrêt à Ibra, la deuxième plus grande ville de la région. La ville est entourée de différents forts érigés sur les collines alentour. Promenade dans l'ancienne partie de la ville qui abrite un oasis de palmiers. Déjeuner dans un restaurant typique avant de se diriger vers le désert de Wahiba pour commencer la randonnée. Le désert de Wahiba, est une mer de sable totalement fermée, séparée du Rub al khali par 200 kilomètres de plaine caillouteuse. Il s'étend sur 3000 km². Randonnée de 4h00 pour admirer l'un de ses plus beaux spectacles : celui du soleil couchant et de ses reflets roses et bleu-violet sur les dunes. Installation du campement et dîner.

Temps de marche : 5h00.

Jour 7 - Wahiba - Wadi Bani Khaled - Sur - Fins

Balade matinale sur les dunes avant de nous diriger vers le Wadi Bani Khaled qui est profondément enfoui dans les montagnes comme un fragment du jardin d'Eden, l'eau y est permanente toute l'année. Palmiers, manguiers, citronniers et bien d'autres arbres fruitiers y poussent. Plusieurs villages s'y sont établis de longue date. Visite de ces oasis et possibilité de baignade dans les eaux émeraude du Wadi. Après un joli trajet, arrivé à Sur et sa vieille ville aux influences indiennes, persanes et africaines, réputée pour ses belles portes en bois. Visite de son chantier et de « dhow » où l'on continue à y fabriquer les fameux boutres en bois utilisés jadis pour la pêche des perles dans le golfe arabe, ou pour le transport des marchandises entre l'Arabie, la Corne d'Afrique et l'Asie. Aujourd'hui la ville se réveille de sa torpeur grâce à l'activité de pêche au thon. Fin de journée, transfert vers Fins et campement sur la plage de sable blanc. Le cadre idéal pour un dernier réveil à Oman.

Temps de marche : 3h00.

Jour 8 - Wadi Shaab - Wadi Tiwi - Mutrah - Mascate

Nous partons à la découverte de Wadi Shaab, signifiant « gorge entre les falaises », on se faufile à travers la verdure et les biefs d'eau douce qui nous incitent à la baignade. La journée se poursuit au Wadi Tiwi, appelé également les gorges des « neufs villages », avec ses piscines naturelles d'eau douce, ourlées de bananiers, dattiers, figuiers... En début d'après midi on se dirige vers le vieux Mascate. Tour panoramique de la ville, des quartiers et visite de l'ancienne ville, située dans une baie protégée. Avant, c'était un port de commerce très dynamique, et à présent, un quartier gouvernemental résidentiel. Tout en haut des rochers sont érigés deux forts imposants : le fort Al-Mirani et le fort Al-Jalali (zones militaires). Continuation vers la ville de Mutrah, située à l'ouest de Mascate. Visite au souk de Mutrah en fin d'après midi où les ruelles et les magasins n'ont pas encore changé d'apparence. Chambres à disposition pour se changer puis transfert à l'aéroport. Nuit en vol. Temps de marche : 3h00.

Jour 9 - France

Arrivée en France en début de matinée.

Les horaires sont donnés à titre indicatif et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses et temps pris pour le pique-nique.



- La qualité de nos guides locaux.
- Un circuit entre « randonnée » et « découverte ».
- Les rencontres avec les habitants.

L'esprit Visages

Les raisons sont diverses pour marcher : retrouver un rythme naturel, faire l'expérience de ses limites, s'évader, rencontrer l'autre... Ecole d'humilité et de sagesse, depuis 30 ans la marche à pied est notre passion, notre philosophie.

Du Queyras au Vietnam, nous vous faisons randonner là où notre parfaite connaissance du terrain nous permet de vous proposer des itinéraires de qualité et des hébergements accueillants, le plus souvent familiaux.

Des Alpes du Sud aux terres du Sud, nos expériences ont forgé une équipe de correspondants locaux, de guides et d'accompagnateurs, fiers de leurs terroirs et désireux de les partager en toute simplicité. Ils sont, pour la plupart, amis et partagent la même passion : le rapprochement des peuples et l'évasion vers une nature encore intacte.

L'Esprit Visages est né, à vous de le faire vivre !

Randonnée



Étape de 4 à 5h00 en moyenne, de 12 à 15 km sur chemins, pistes ou sentiers vallonnés avec un sac à dos léger. Dénivelée peu significative.

Votre profil : vous pratiquez la marche de temps à autres sur chemins ou sentiers.

Hébergement et nourriture

- 1 nuits en hôtel confortable base chambre double ou triple à Mascate.
- Le soir de votre départ vous avez accès à une chambre pour 3 personnes afin de préparer votre sac, vous relaxer et prendre une douche avant votre transfert vers l'aéroport.
- 6 nuits en campement sous tente type igloo 2 places avec matelas épais fournis.

Le riz constitue l'aliment de base et accompagne viande ou poisson au curry ou au safran... La soupe est régulièrement servie surtout en montagne. Les plats omanais sont largement influencés par la cuisine indienne. Pain locaux, dattes et pâtisseries sont très appréciés.

- Les pique-niques et les repas du soir durant le circuit sont préparés par notre équipe locale à base de produits locaux. Le soir dîners en bivouac autour du feu.
- Afin de vous laisser le choix, les repas à Mascate sont libres.

Encadrement

Un guide bédouin francophone Visages de 4 à 15 participants.

Transferts locaux et portage

Circuit avec véhicule d'accompagnement 4*4. Avec vous uniquement vos affaires de la journée, vous retrouvez vos bagages tous les soirs.

Aérien

Tous nos vols sont prévus au départ de Paris avec les compagnies régulières Air France - KLM, Lufthansa, Qatar Airways, Oman Air ou Gulf Air.

Départ de province

- Départ possible de toutes les grandes villes de province. Supplément à partir de 50 € par personne pour frais de dossier.
- **Départ avancé ou retour différé.** Supplément à partir de 50 € par personne.
Départ avancé : rendez-vous au premier hébergement (coordonnées sur convocation).
Retour différé : dispersion à la fin de la dernière prestation du circuit.

Dans les deux cas le transfert aéroport est à votre charge.

Départ de Marseille

L'aéroport Marseille-Provence, gestionnaire des parkings, propose un très intéressant système de "Chèque Parking". Consulter le site : chequeparking.com. Nous pouvons, si vous le souhaitez, vous le réserver à l'inscription.

Convocation pour le départ

Avec aérien

A l'aéroport. Les lieux et heures exacts vous seront précisés quelques jours avant le départ.

Sans aérien

Au 1er hébergement, les lieux et heures exacts vous seront précisés quelques jours avant le départ. Il est impératif de nous communiquer **votre heure d'arrivée et votre n° de vol au plus tard une semaine avant votre départ.**

Formalités et santé

Passeport valide 6 mois après la date de retour prévue.

Visas

Vous pouvez le demander à l'avance auprès du consulat à Paris - 50 av. de Iéna, 75016 Paris.
☎ 01 47 23 01 63 - toutefois nous vous conseillons de l'obtenir à l'aéroport de Mascate (20 OMR – environ = 40 € échangeables sur place).

Vaccins

Aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Dentiste et médecin : Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Argent et pourboire

Vous pourrez changer de l'argent à l'aéroport (bureaux de change). A Mascate, votre guide pourra vous indiquer un distributeur. A titre indicatif 1 € = 0,55 OMR et 1 OMR = 2 €.

Les pourboires doivent refléter votre satisfaction mais ils font partie intégrante de la culture omanaise. Il est de tradition de remettre une enveloppe à l'équipe d'encadrement à la fin du séjour. Prévoyez environ 30 € par participant.

Le prix

Il comprend

- Les vols internationaux entre Paris et Mascate.
- Les taxes d'aéroport.
- Tous les transferts nécessaires au bon déroulement du programme.
- L'hébergement tel que décrit au programme.
- Tous les repas hors repas à Mascate (2 ou 3 repas selon les horaires d'avion).
- L'assistance de notre équipe locale de chauffeurs et de cuisiniers.
- Tout le matériel de bivouac (couchage avec matelas épais, matériel de cuisine...).
- L'encadrement par un guide locale Visages spécialiste de nos circuits.

Il ne comprend pas

- Les entrées de sites (10 € environ).
- Les repas à Mascate (entre 5 et 20 € par repas selon vos envies).
- Le visa (40 € environ).
- Les pourboires (30 € environ)
- Les frais d'inscription à moins de 45 jours 20 € par dossier (offerts sur Internet)
- L'assurance assistance/rapatriement (1 %)
- L'assurance annulation, vol et perte de bagages, interruption de séjour (2,5 %)

Guide et bibliographie

- Le sultanat d'Oman, *Bruno Le Cour Grandmaison, Karthala, Paris, 2000.*
- Oman : vingt-cinq siècles de récits de voyage, *Xavier Beguin-Billecoq, Relations Internationales & culture, Paris, 1994.*
- Le grand guide d'Oman et les Émirats arabes unis, Bibliothèque du voyageur, *Gallimard, Paris, 2008.*
- Atlas des peuples d'Orient, *Jean et André Sellier, La Découverte, Paris, 2002.*

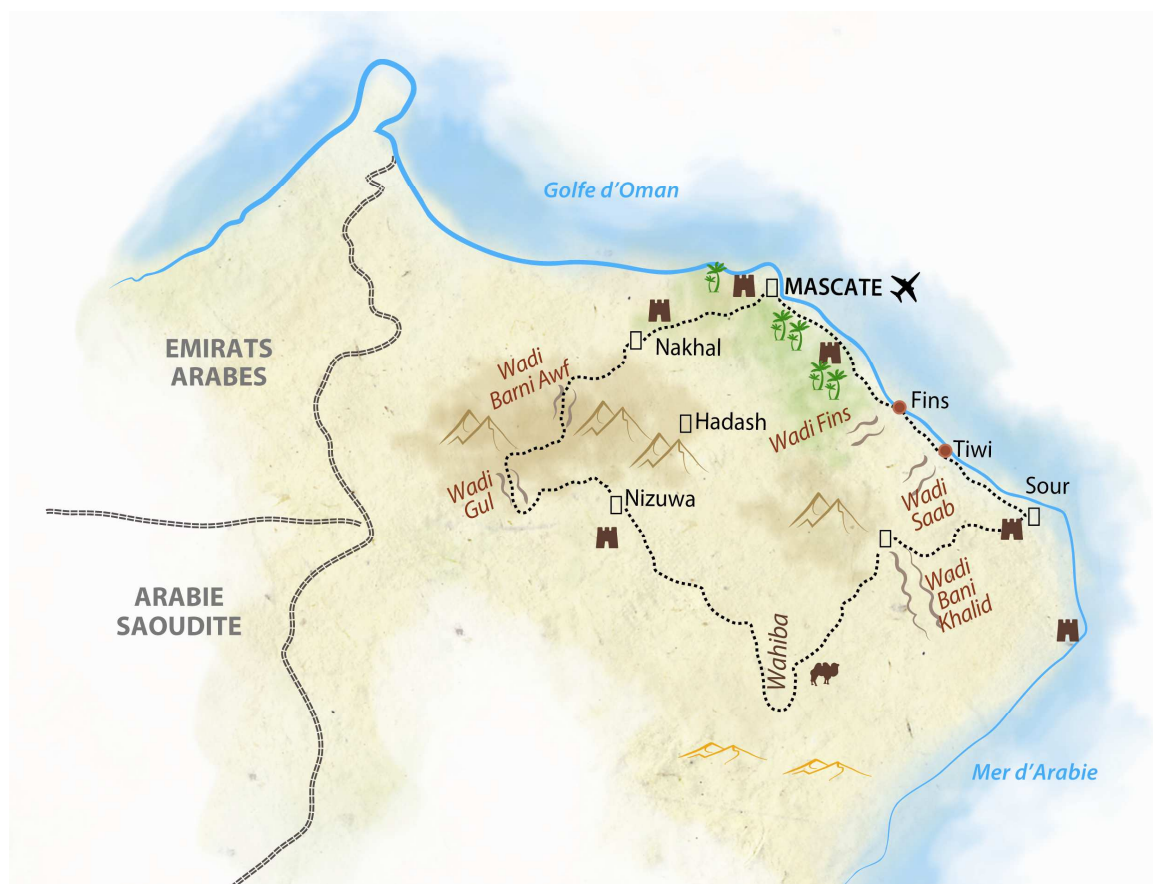
• Carte

Freytag & Berndt Emirats Arabes Unis, Golfe Persique, Koweït, Oman. 1/1 600 000.

Climat

Entre octobre et avril, les températures restent agréables et la lumière très douce. Bien que le climat soit chaud et désertique sur l'ensemble du pays, près des côtes et en montagne, le climat reste doux. Les amplitudes de températures entre le jour et la nuit sont très importantes, surtout en montagne. Il peut faire moins de 10° la nuit et entre 25° et 30° la journée, il faut donc prévoir un équipement adapté, notamment un bonnet.

Les baignades dans les vasques naturelles et dans la mer d'Oman seront nombreuses et permettront de redescendre en température.



Inscription

Sur visages-trekking.com ou à l'aide du bulletin d'inscription figurant à la fin du catalogue VISAGES, ou joint, à la fiche descriptive ou à télécharger sur le site, accompagné d'un acompte de 30 %. Un exemplaire du bulletin d'inscription vous sera ensuite retourné, validé par nous.

Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez + de 3 mois avant le départ, deux avantages :

- Vous versez un acompte réduit de 10%.
- **Vous bénéficiez de 3 % de réduction.**

Sinon acompte de 30% lors de l'inscription : solde 30 jours avant le départ.

Pour toute inscription à moins d'un mois du départ, il est nécessaire de régler la totalité du circuit. Les réductions ne sont pas cumulables et ne s'appliquent pas aux groupes constitués bénéficiant déjà d'un prix spécifique.

Conditions de vente

Les conditions générales et particulières de vente sont celles définies dans notre brochure générale.

Assurance

Nous vous engageons vivement à souscrire une assurance "Annulation-Assistance-Rapatriement" même si le paiement avec certaines cartes bancaires peut vous couvrir partiellement. C'est pourquoi Visages a négocié auprès d'EUROP ASSISTANCE une formule d'assurance totalement adaptée aux types de nos circuits. L'Assistance/Rapatriement vous est proposée au prix de 1 % du prix du circuit choisi et l'annulation au prix de 2,5 %. Elles peuvent être souscrites indépendamment l'une de l'autre, doivent être prises à l'inscription et ne peuvent prendre effet qu'après le paiement de l'intégralité du prix du circuit. Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription ou sur simple demande.

Pour plus de confort et de sécurité, partez bien équipés.

Garder la tête froide ou chaude !

- Chapeau ou casquette indispensable !
- Lunettes de soleil protection 3 ou 4 couvrant bien les yeux.
- Pour les nuit fraîches en campement de montagne, un bonnet au fond du sac est fortement conseillé.

La règle des 3 couches

- Tee-shirts manches courtes ou longues, légers et respirant pour permettre l'évacuation de la transpiration. Ces vêtements sont aujourd'hui appelés des secondes peaux.
- Couche intermédiaire pour apporter de la chaleur type fibre polaire, utile pour les nuits fraîches en montagne.
- Veste imperméable type Goretex idéale pour protéger du vent comme de la pluie.

Les pantalons de saison

- Pantalon léger vous protégeant de la végétation ou du soleil tout en conservant une aisance de marche.
- Short en tissu léger, séchant rapidement.
- Collant chaud pour la nuit.
- Maillot de bain indispensable
- Sous-vêtements de rechange.

Les pieds et les mains

- Chaussures adaptées à l'activité, de préférence montante pour préserver la cheville des torsions, avec une membrane Goretex pour l'étanchéité et la respiration. L'accroche et la qualité de la semelle permettent la randonnée sur tous les chemins.

Notre conseil : Ne découvrez pas la qualité de vos chaussures le premier jour d'un trek ! Il est indispensable de les essayer à plusieurs reprises et d'en être satisfait avant de partir.

- Des chaussures de détente : sandales ou baskets, pour les visites culturelles ou la fin de journée, elles doivent être adaptées à la marche tout en étant légères et agréables.
- Des sandales ouverte pour la marche dans le désert de Wahiba et les baignages peuvent être pratiques.
- Chaussettes de marche en laine ou en coton avec renfort aux talons et sur l'avant du pied.

Le sac

- Votre sac de voyage ne doit pas dépasser 15 Kg. Ce sac sera transporté dans la journée par véhicules ou chameaux selon les cas et vous le retrouverez au camp ou à l'hôtel le soir.
- Votre sac à dos (**sac de cabine durant le vol**) doit être suffisamment grand pour contenir vos affaires de la journée (gourde, appareil photo, coupe-vent, tee-shirt de rechange...) : le format de 35 litres est un bon compromis entre encombrement, poids et volume disponibles.

Les indispensables

- Sac de couchage de bonne qualité (température de confort 0°/ 5°) + drap cousu.
- Couteau de poche*.
- Stylo, briquet, épingles de sûreté*
- Lingettes humides pour la toilette.
- Du savon liquide sans rinçage
- 2 gourdes d'un litre (isothermes de préférence).
- Petit nécessaire de couture* + nécessaire de toilette + 1 paire de lacets de rechange.
- De la crème solaire
- Des pastilles purifiantes pour l'eau
- Lampe de poche, frontale de préférence.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Quelques sacs plastique pour protéger vos affaires en cas de pluie ou un sur-sac étanche.
- Un petit sac pour vos détritrus
- Du papier toilette.
- Des jumelles et un appareil photo (facultatifs).
- Des boules Quiès... (facultatif)

* à mettre dans les bagages de soute durant le vol.

Une pharmacie personnelle

- Vos médicaments personnels habituels
- Vitamine C
- Médicament contre la douleur
- Anti-diarrhéique
- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale)
- Collyre et crème antibiotique pour les yeux
- Bande adhésive élastique type Elastoplast
- Petits pansements adhésifs
- Compresses désinfectantes
- Double peau (ampoules)
- Traitement pour rhume et maux de gorge
- Un anti-moustique puissant
- Un tube de biafine
- Un anti-inflammatoire (pommade ou gélule)

Cette liste de matériel est à adapter suivant la saison.

Il est préférable d'avoir sur vous en permanence dans une pochette étanche :

- Votre passeport.
- De l'argent liquide + CB.
- Votre contrat d'assistance (assurance Visages ou autres).

Nos partenaires équipement



Votre retour en quelques mots ... Votre opinion est essentielle !

L'équipe de Visages met tout en oeuvre pour que votre trekking soit une réussite, c'est pourquoi vos commentaires nous sont très précieux : ils nous permettent d'améliorer la prestation de nos partenaires et le déroulement de nos circuits.

Désormais la fiche d'appréciation est disponible en ligne, dans votre espace client, rubrique : **"Votre retour en quelques mots"**. Ne manquez pas de la remplir !

Vous avez envie de partager vos photos avec d'autres randonneurs ?

N'hésitez pas à nous envoyer un cd de vos plus beaux clichés !

Nous vous ferons un avoir de 30 € sur votre prochain voyage par photo publiée dans nos brochures.

