Atalante
L'ESPRIT TREK

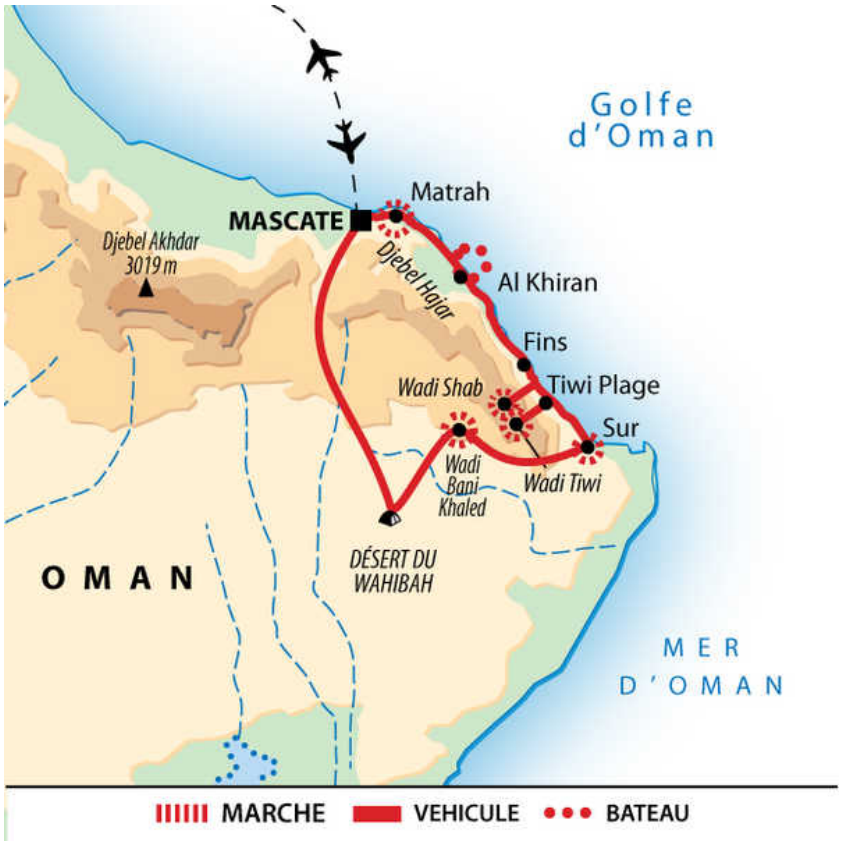
OMAN

Dunes géantes, wadis et grands ploufs émeraude !

- La randonnée aquatique ludique.
- L'observation des dauphins en pleine mer.
- Nager au milieu d'une faune aquatique très riche.
- Découvrir les souks colorés et les traditions omanaises.

À PARTIR DE	**2 495 €** (vol inclus)
DURÉE	9 jours
TYPE	Voyage en famille
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Découverte

Partez en famille pour un voyage d'aventure à Oman haut en couleur ! Sur les traces de Sinbad le marin, nous découvrons un pays aux multifacettes très contrastées, mêlant modernité et tradition. Entre la mer émeraude où nous nous baignons, les canyons et wadis verdoyants où nous plongeons, les dunes ocres qui accueillent nos roulades, et les bivouacs à la belle étoile sur la plage ou dans le désert , le Sultanat d'Oman s'offre à vous de toutes les manières, à pied, dans l'eau ou sur un chameau !



Itinéraire

JOUR 1

Vol pour Mascate.

HÉBERGEMENT : AVION OU HÔTEL | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Vol pour Mascate. Selon vos heures d'arrivée (certains vols sont de nuit plus que de jour), accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel ou départ direct en circuit . Repas libre en ville.

JOUR 2

Muscat – Marché aux poissons – Baie de Bendar Al Kheyran - Sifah

TRANSPORT : 4X4 (1H) | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Visite matinale du souk aux poissons et aux légumes de Muttrah. Lieu haut en couleurs, et première immersion dans la vie locale, on y retrouve une grande diversité de poissons ainsi que de nombreux légumes et fruits, tout pour se régaler au barbecue du midi. Nous prenons ensuite la route pour rejoindre la baie d'Al Kheyran. Embarquement avec un pêcheur pour rejoindre les îlots, et accostage sur l'une des criques pour une belle baignade avec masques et tuba, à la recherche des poissons multicolores et des tortues. Après un bon poisson grillé, baignades et farniente puis retour sur la terre ferme dans l'après-midi. Transfert vers le village de Sifah. Bivouac en bord de mer

JOUR 3

Sifah - Wadi Al Hail - Fins

TRANSPORT : MINIBUS (3H) | MARCHE : 1H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Ce matin, nous quittons le bord de mer pour rejoindre le Wadi al Hail, l'une des deux branches du Wadi al Arbyeen. Journée consacrée à une randonnée aquatique dans cette vallée sauvage et méconnue, alternance ludique de marche, crapahut à travers les beaux rochers blancs, baignade dans les vasques turquoise et émeraude... Nous pique-niquons dans ce cadre magnifique avec de nombreuses possibilités de baignade selon saison. L'après midi, transfert vers le village de Fins et bivouac en bord de mer pour deux nuits.

JOUR 4

Fins - Wadi Tiwi - Fins

TRANSPORT : MINIBUS (2H) | MARCHE : 2H-3H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Aujourd'hui, nous passons la journée dans le Wadi Tiwi ! Une journée de randonnée aquatique, avec des points de vues spectaculaires, au coeur de la vie rurale omanaise, ponctuée de baignades insolites. Le matin, nous roulons sur une piste jusqu'au village de Mibam d'où nous débutons notre randonnée. Nous cheminons à travers villages et palmeraies puis nous empruntons un ancien sentier muletier permettant de relier les villages et d'accéder au wadi. Nous remontons dans le wadi en suivant le « Falaj », canal d'irrigation ancestral, puis à travers le chaos du wadi. Baignade et jeux aquatiques et exploration dans les belles vasques émeraude et les cascades, splendide! L'après midi, nous rejoignons le village de Seymah un peu plus bas, à travers la palmeraie, pour retrouver nos voitures et rejoindre notre camp au bord de l'océan.

JOUR 5

Fins - Wadi Shaab - Ville de Sur

TRANSPORT : MINIBUS (1H30) | MARCHE : 3H | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Court transfert jusqu'au Wadi Shaab, qui est parallèle au Wadi Tiwi. Cette randonnée débute par une traversée en barque de pêcheur de quelques minutes, puis un sentier facile dans la gorge aux falaises ocre, longeant de magnifiques vasques qui appellent toutes les unes plus que les autres à la baignade... baignade et nage jusqu'à une surprenante grotte !. En fin de matinée, repas dans un restaurant local et route pour Sur. Construite entre l'océan et une lagune magnifique, Sur hérite d'un passé tourné vers la mer : pêche, atelier de construction de boutres traditionnelles et commerce maritime. Balade visite en fin d'après midi.

JOUR 6

Sur - Wadi Bani Khaled - Désert de Wahiba

TRANSPORT : 4X4 (3H) | MARCHE : 1H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Ce matin, nous partons pour Wadi Bani Khaled, un magnifique canyon sauvage que nous visitons. Nous marchons dans sa partie basse qui est plus sauvage et ludique, et pique-nique surplace. Puis continuation pour Bidiyah pour observer le coucher de soleil dans les dunes. C'est le moment de la journée où la lumière est la plus agréable... Nous installons notre campement à une trentaine de kilomètres à l'intérieur du désert du Wahiba, au milieu des dunes.

JOUR 7

Désert du Wahiba

TRANSPORT : 3H | MARCHE : 1H-2H | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Randonnée matinale, aux premières lueurs du soleil, qui font chatoyer les dunes...et la température encore clémente ! Nous rejoignons avec nos véhicules les tentes des bédouins, pour boire un petit thé et manger quelques dates. A la sortie du désert nous pique niquons avant de rejoindre Mascate. Petit crochet par le Palais du Sultan, pour un stop photo puis retour à notre hôtel. Dîner au restaurant.

JOUR 8

Mascate – Sortie Dauphins - Mascate

TRANSPORT : 1H | HÉBERGEMENT : AVION | DÎNER : LIBRE

Ce matin, visite de la grande mosquée du Sultan Qaboos, puis dans la matinée, nous rejoignons la mer, pour une sortie en mer de 2h à la recherche des dauphins ! Retour sur la terre ferme. Pique-Nique et après-midi libre pour se relaxer ou visiter le quartier de Mutrah, la Corniche, les souks... dîner libre et transfert aéroport dans la soirée.

NB : Selon la météo la sortie en mer peut être annulée et remplacée par une sortie snorkeling dans une baie protégée.

JOUR 9

Atterrissage en France

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Arrivée en France dans la matinée (selon nos horaires de vol)

À NOTER

L'itinéraire, les distances et les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés en fonction de l'état des pistes, des conditions météo et du rythme du groupe. Dans ce cas notre expérience du terrain nous conduira à choisir la meilleure solution pour votre sécurité et celle du groupe.

Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé chez Huwans et Atalante, partenaires sur ces départs.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 19/05/2024)

Nombre de participants : de 5 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
SAM. 19/10/2024	DIM. 27/10/2024	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits
SAM. 26/10/2024	DIM. 03/11/2024	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits
SAM. 21/12/2024	DIM. 29/12/2024	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits
SAM. 28/12/2024	DIM. 05/01/2025	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits
SAM. 15/02/2025	DIM. 23/02/2025	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits
SAM. 22/02/2025	DIM. 02/03/2025	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits
SAM. 12/04/2025	DIM. 20/04/2025	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits
SAM. 19/04/2025	DIM. 27/04/2025	2 495 €	Confirmé dès 5 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- Le vol aller retour Paris / Mascate
- Les transferts sur place
- Les entrées dans les sites
- L'hébergement
- La pension complète sauf les repas libres mentionnés au programme
- Masque et tuba à disposition lors de la journée baignade
- L'équipe de chauffeurs
- Un guide accompagnateur francophone

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Réduction enfant de 7 à 11 ans : -200 € (si vous prenez les vols avec nous)
- Réduction ado de 12 à 15 ans : -80 € (si vous prenez les vols avec nous)
- Les frais de visa (voir rubrique "Visa")
- La contribution à la neutralité carbone : 10 €

À payer sur place :

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les repas libres mentionnés au programme (environ 5 repas à 12€ / repas)
- Les pourboires à votre guide accompagnateur et à l'équipe locale (à votre discrétion).

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

DÉPARTS DE PROVINCE

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter par mail ou par téléphone au 04 81 68 55 60.

OPTIONS

- Le transfert aéroport privatif (jusqu'à 4 personnes) en cas de vol différé : 90 €
- Nuit supplémentaire à Mascate : 45 €/pers en chambre double ou twin, 90 € en chambre individuelle

Détail du voyage

NIVEAU

Voyage découverte ludique avec des petites randos et de nombreuses baignades. Il est impératif de savoir nager.

ENCADREMENT

L'accueil aéroport se fait par votre guide francophone ou une personne de l'équipe locale anglophone.

Pendant votre voyage, vous êtes accompagnés par un guide accompagnateur francophone. Il a été choisi pour son expérience du terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, et pour sa passion à faire découvrir le pays. Dans la plupart des cas il n'est pas omanais, mais un guide régional arabophone, à cause de l'absence d'une école de formation de guide de trekking à Oman. Votre guide est secondé par des chauffeurs omanais anglophones.

Les guides sont polyvalents, et peuvent à la fois s'occuper de l'encadrement du voyage, de la conduite ainsi que de la cuisine. Ils ont une charge particulièrement importante (comme dans d´autres pays nordiques ou aux USA Canada par exemple) car en plus de l´encadrement, ils conduisent et se chargent également de nombreux repas (courses, préparation). Par conséquent, ils apprécieront tout particulièrement votre participation et aide dans leur tâche comme par exemple aider à charger les 4x4 ou aider à la préparation des pique-niques. C´est dans les faits ce qui se passe de façon spontanée dans nos groupes mais il ne fait pas de mal de prévenir pour que vous puissiez vous préparer.

ALIMENTATION

Les repas de midi sont pris dans les restaurants locaux ou sous forme de pique-nique (lors du mois de Ramadan, du 9/3 au 10/4/24, tous les restaurants sont fermés le midi : nous remplacerons donc ces repas prévus au resto par de délicieux pique-niques).
Les dîners pris en bivouac ou en campement sont préparés par l'équipe locale à base de produits frais achetés sur place : fruits, légumes, poisson, viande, riz et féculents. La cuisine omanaise a généralement une influence indienne, parfois africaine, très parfumée, mais on peut contrôler les épices.
N'hésitez pas à apporter avec vous des spécialités de votre région, elles sont toujours appréciées !

L'eau prise en dehors des bouteilles d'eau minérale doit être traitée avec des pastilles purifiantes type Micropur ou Hydroclonazone.

Sur place l'alcool est rare et cher. N'oubliez pas que vous bénéficiez de produits détaxés à l'aéroport d'embarquement. Même si vous voyagez dans un pays musulman aux traditions fortement ancrées, les équipes qui vous encadrent savent composer avec vos habitudes et ne s'offensent pas d'un apéro servi le soir au bivouac. Sachez simplement respecter leur religion et consommer avec modération.

HÉBERGEMENT

- 4 nuits en campement/bivouac : tentes igloo de 3 places pour 2 personnes (ou 3 enfants !) avec matelas confortables fournis, et abside pour mettre les sacs à couvert
- 2 nuits à l'hôtel à Mascate le J1 et le J7
- 1 nuit à Sur en hôtel en chambre double avec sanitaire privée et climatisation

DÉPLACEMENT

Transport international :

Nous voyageons le plus souvent avec la compagnie Turkish Airlines, une des meilleures compagnies en Europe en terme de service et de ponctualité. Nous avons choisi un plan de vol avec des temps d'escales raisonnables.

Voici à titre indicatif le plan de vol théorique

Aller :

- Roissy 15h50 - Istanbul 21h25
- Istanbul 01h15 - Muscat 07h05

Retour :

- Muscat 01h20 - Istanbul 06h05
- Istanbul 08h00 - Roissy 09h40

Selon les disponibilités au moment de votre inscription, nous pouvons modifier ce plan de vol pour partir de votre ville directement vers Istanbul (de Lyon, Bordeaux et Bales-Mulhouse), il y aurait donc un supplément de 120 € TTC par personne aller-retour, n'hésitez pas à nous faire la demande.

Il existe un vol direct au départ de Paris pour Oman, mais cela engendre un surcoût, merci de prendre contact avec nous pour connaitre l'éventuel supplément de tarif et les disponibilités des places au moment de votre réservation.

S'il n'y a plus de disponibilité sur la compagnie Turkish Airlines, nous utilisons souvent les compagnies des pays du Golf, ce sont des excellentes compagnies ponctuelles et confortable (exemple : Gulf Air, Emirates et Oman Air)

Sur place, nous utilisons des minibus ou 4x4 selon le terrain (4 passagers et un chauffeur local par 4x4).

BUDGET & CHANGE

La monnaie locale est le Rial omanais (10 EUR = entre 4 et 4.5 EUR environ). Emportez des EUROS en espèces ou en chèques de voyage.

POURBOIRES

Bien que votre guide accompagnateur et ses assistants chauffeurs soient rémunérés selon la réglementation en vigueur du pays, il est en général de tradition dans le voyage d'aventure, lorsque celui-ci s'est bien passé bien entendu, de remettre une enveloppe à l'équipe à la fin du voyage. Le montant est à votre discrétion (en moyenne de 20 € par chauffeur et 35 € pour le guide, par participant et par semaine). Libre à vous d'y participer ou non !

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Les matériels de cuisine individuel et collectif et de bivouac collectif sont fournis par nos soins.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de marche
- Chaussures légères ou sandales à enfiler lors des étapes dans des villes, villages, pendant les transferts ou le soir au campement.
- Chaussons néoprènes ou sandales pouvant aller dans l'eau, pour les randonnées dans les wadis.
- Chaussettes
- Pantalon de coton (de rigueur dans les villages) et bermudas (évitez les shorts, voir "Savoir Vivre" en Oman).
- Jupe ou paréo pour les femmes, pour visiter les sites religieux et/ou traverser les villages
- Maillot de bain. **Attention**, à certains endroits il convient de se couvrir pour les baignades : emportez un pantacourt et un T shirt pour aller dans l'eau.
- Chemises ou T-shirts.
- Pull-over chaud ou polaire
- Chapeau ou casquette avec protection sur la nuque, et/ou un cheich : les deux premiers offrent l'avantage de vous protéger aussi le visage du soleil, ce que ne fait pas le cheich (longue écharpe de voile) : celui-ci est en revanche fort utile pour se protéger du froid, du chaud, du sable et du vent.
- Lunettes de soleil catégorie 3

Pour les soirs les plus froids au cœur de l'hiver (décembre, janvier et février) vous aurez aussi besoin de veste type Gore-Tex pour vous protéger du vent.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Serviettes humidifiées type " lingette " pour une toilette rapide et une bonne hygiène
- Boules Quiés (facultatif)
- Un sac à linge sale pour pouvoir le séparer de vos affaires propres dans votre sac de voyage (facultatif)
- Un shorty pour les enfants pour les randonnées aquatiques (facultatif mais très appréciable)
- Des lycras pour se protéger du soleil lors des baignades
- Sac de couchage confortable, adapté à votre taille, plutôt de forme sarcophage (plus près du corps et doté d'une capuche qui ferme) avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance.

Il est nécessaire d'adapter votre sac de couchage aux températures rencontrées, déterminées en fonction de votre période de voyage et de la région visitée. Nous vous conseillons de choisir un sac de couchage confortable à 10°C de moins que la température moyenne la plus basse rencontrée

- Drap de sac en coton
- Trousse de toilette
- Serviette de bain
- Crème et stick de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe frontale avec piles et ampoules de rechange
- Gourde de 1 litre minimum, légère et isotherme
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (attention, à mettre dans votre bagage en soute dans l'avion)
- Papier hygiénique + briquet pour destruction
- Une prise 3 fiches adaptée au pays
- Appareil photo

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Qu'il soit transporté à dos de chameau, d'âne ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, calé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez absolument les sacs rigides et les valises, plus difficiles à manipuler, et préférez la solidité à l'esthétique. Limitez le poids au maximum.

- Un petit sac à dos d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo…), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion (attention à ne pas avoir dedans d'objets contondants : couteau, lime ou ciseaux à ongle…).

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de premier secours comprenant : Antiseptique local, pansements, compresses, pansements double peau, bandes élastoplast.
Nous vous conseillons de prévoir une petite trousse à pharmacie à emporter chaque jour avec vous pour les "petits bobos" de tous les jours, et une deuxième trousse plus complète à laisser dans le bagage principal.

Petite trousse du quotidien :

- Crème de protection solaire visage et lèvres
- Gel assainissant mains ou lingettes désinfectantes
- Antiseptique local non alcoolisé
- Lavage oculaire ou antiseptique oculaire en dosettes
- Sérum physiologique en dosettes
- Boîte de pansements adhésifs de différentes tailles
- Boîte de pansements hydro colloïdes pour les ampoules (compeed)
- Boîte de compresses stériles
- Rouleau de sparadrap
- Bandes extensibles
- Bande cohésive de contention (entorses, maintien
- Spray anti-moustiques pour la peau adapté aux destinations tropicales (type 5/5)
- Pommade anti-démangeaisons

- Pommade ou 1 spray contre les brûlures superficielles et/ou coups de soleil
- Pommade contre les coups et les bleus et/ou un tube homéopathique Arnica 9CH
- Pastilles purifiantes pour l'eau (Micropur forte ou Aquatabs)

Trousse à garder dans les sacs principaux :

- Antidouleur et antipyrétique (contre la fièvre) par exemple : paracétamol
- Antihistaminique (contre les allergies)
- Médicament contre la digestion difficile
- Antispasmodique (en cas de douleurs abdominales)
- Anti-nauséeux (contre le mal de transport)
- Antiseptique intestinal
- Anti diarrhéique
- Soluté de réhydratation orale, en cas de diarrhées importantes
- Antiémétique (contre les nausées et les vomissements)
- Gel anti-inflammatoire
- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale)
- Traitement pour rhume et maux de gorge (pastilles)

Les accessoires :

- Thermomètre médical
- Paire de ciseaux
- Pince à épiler ou à écharde
- Prise anti-moustique avec recharges
- Moustiquaires imprégnées

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui, valable 6 mois après la date de retour, avec au moins 1 page vierge.

En plus de votre passeport, nous vous conseillons de voyager avec une photocopie en permanence sur vous (la double page où figure la photo), qui vous dépannera en cas de perte ou de vol de l'original.

Attention : les enfants doivent posséder un passeport individuel, et ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents.

VISA

Pour les séjours de moins de 14 jours sur place, il n'est pas nécessaire de demander un visa pour les ressortissants français :
- pour les circuits au Musandam avec une arrivée à Dubaï, votre passeport sera simplement visé et tamponné à la frontière omanaise.
- pour les autres voyages à Oman, votre passeport sera visé et tamponné à l'arrivée à Mascate.

En cas de dépassement de la durée sur place, il vous sera demandé 10 OMR par jour supplémentaire.

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives. Assurez-vous cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés.

La vaccination contre la fièvre jaune devient obligatoire si vous avez effectué auparavant un séjour ou transit dans un pays situé en zone d'endémie.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs