

SEJOUR KAYAK DE MER DESERT ET CANYON A OMAN

Je me permet de vous suggérer de profiter de votre déplacement pour combiner le séjour kayak avec quelques jours de tourisme au Sultanat d'Oman. Le pays est magnifique, très facile d'accès et la population très attachante. L'hygiène est remarquable partout et l'on se sent en grande sécurité même dans les coins les plus reculés. On peut par exemple camper partout (tradition des bédouins) dans la mesure où l'on est dans la nature et à quelques distances des habitations et manger sans aucune arrière-pensée toutes les crudités que l'on nous propose dans tous les restaurants.

PROGRAMME INDICATIF :

Ce programme peut être modifié par le guide sans préavis pour des raisons de sécurité de conditions météorologiques ou autres considérations nécessitant des adaptations pour le bon déroulement du séjour. Notre parcours est ouvert sur l'océan indien et malgré cela nous pouvons considérer que nous naviguerons sur une mer facile, le plus souvent très calme et un régime de vent très favorable à la pratique de notre activité. La houle est quasi inexistante et l'état de la mer est le plus souvent influencé par un régime de brise très modéré. Les coups de vent sont très rare mais toujours possible naturellement.

Jour 1 : Vol Paris – Muscat : Accueil et transfert vers votre Hôtel.

Jour 2 : Visite de la grande mosquée de Mascat. Préparation et prise en main des kayaks. Transfert vers notre lieu d'embarquement et première navigation.

Jour 3 à 6 : 03 H 30 à 05 H 00 de navigation par jour. Le reste du temps est consacré à la baignade, le « snorkeling » et des ballades terrestres de découverte des environs (monts et villages) ou du farniente.

Jour 7 : Nous récupérons des véhicules 4 X 4 et partons à la découverte du wadi shab. Nous prenons la route du désert des Wahibas. Ballade de fin d'après midi et installation dans un campement de charme dans les dunes ocres des Wahibas.

Jour 8 : Nous rejoignons le canyon du wadi banni khaled pour une randonnée aquatique. Cette journée de découverte et de baignade dans les vasques limpides des montagnes de l'hajar orientale sera une nouvelle occasion de vivre quelques heures au contact de l'environnement verdoyant des villages de montagne et des palmeraies séculaires. Nuit et bivouac dans un paysage semi désertique entre dune et plaine d'acacias.

Jour 9 : Nous rejoignons Nizwa pour une découverte du quartier des souks et du fort . L'après midi randonnée et visite du village et de la palmeraie de Misfat al Abriyyin. Bivouac en montagne.

Jour 10 : Randonnée en balcon dans le grand canyon de wadi Ghul pour un panorama grandiose sur le jabal shams. Route vers le village de Bilat sayt et bivouac près du village.

Jour 11 : Départ à pied dans une petite gorge débouchant sur le village de Bilat Sayt, au pied de falaises impressionnantes. Découverte de ce beau village avec ses maisons construites sur un promontoire rocheux, dominant la vaste palmeraie. Retour par la piste en suivant le wadi bani awf. Arrêt au fort de Nakhl. Puis route vers Mascat et découverte du quartier du palais du sultan, la corniche, le port dominé de ses forts Portugais et du souk le plus animé de la capitale avant votre vol retour vers Paris.

ECHELLE DE DIFFICULTE :

3 sur une échelle de 5.

3 : Séjour à destination d'un public en bonne forme physique sans difficulté technique mais avec une durée d'activité kayak de 3 H 30 à 5 H 00 à intensité modérée et en conditions d'hébergement rustiques (tente de camping) sans accès à des sanitaires autres que ceux offerts par la nature (douche dans la mer et besoins comme les chats) sauf nuit en hôtel du 8° jour.

Pour la partie terrestre nous vous proposons des randonnées faciles de 01 à 03 H 00, sauf descente du Wadi bani khaled environ 05 H 00.

PRIX : 1760 Euros.

Ce tarif comprend :

- L'encadrement par Brevet d'état Français connaissant la région.
- Le prêt du matériel de navigation (Kayak, pagaie, gilet de sauvetage.etc)
- La nourriture depuis le jour 2 au jusqu'au jour 11 à midi.
- Les transferts aller et retour depuis et vers l'aéroport.
- Tous les transferts en véhicule nécessaires pour les activités.
- 2 Nuits d'hôtel en chambres partagées la première la 6° nuit du séjour.
- 1 Nuit en gîte en chambres partagées la 9° nuit du séjour.

Ce tarif ne comprend pas :

- Vos transferts aériens pour rejoindre Muscat (Oman).
- Les boissons supplémentaires aux restaurants ou autre paillotes et bars.
- Une petite spécialité de votre région que vous voudriez bien faire découvrir (sucrée, salée, alcool) et partager pour faire connaissance du groupe dans la convivialité (mention spéciale pour charcuteries, fromages et vins que l'on ne trouve pas ou pas facilement en Oman). 2 bouteilles d'alcool par personne autorisées au passage en douane.
- Le dernier repas à Mascate le dernier soir avant votre retour vers la France.
- Vos assurances personnelles obligatoires, RC, annulation, rapatriement a voir lors de votre inscription.
- Les pourboires de nos chauffeurs Omanais si vous êtes satisfaits de leurs services et de leurs comportements. Prévoir entre 15 à 20 Euros par personne.
- Nous pouvons vous proposer un contrat avec notre partenaire Europe assistance pour un coût de 3,84 % du prix du séjour, si vous ne possédez pas déjà votre contrat (annulation, rapatriement).

HEBERGEMENT :

- 2 nuits en hôtel en chambre partagée, 1 nuit en gîte en chambre partagées, puis des bivouacs sous tente sans accès à des sanitaires.

REPAS :

Comme à mon habitude j'essaye toujours de vous proposer une bonne proportion de spécialités locales et de toutes les façons j'achète tous les produits alimentaires sur place. Nous mangerons également plusieurs fois dans des restaurants locaux.

- Le petit déjeuner : Thé, lait, café, chocolat, biscuits, confiture, miel, pain, jus de fruit.
- Le midi : Salade composée de légumes de saison, fromages, fruits, pain et ou féculents.
- Le soir : Un repas chaud à base de pâtes, riz, pomme de terre, quinoa ... adaptés aux produits et spécialités locales, yaourts ou desserts lactées, gâteaux etc... dont plusieurs repas dans des petits

restaurants locaux (compris dans le tarif du séjour) pour profiter de l'ambiance et mettre les pieds sous la table sans avoir à éplucher les oignons ou faire sa vaisselle...la fête quoi !!

ENCADREMENT :

Guide (brevet d'état canoë-kayak, voile et randonnée pédestre) Français connaissant la région.

LES FORMALITES :

- Pour les Français votre passeport en cours de validité (valable 6 mois après votre date de retour).
- Le visa doit maintenant s'obtenir par internet en ligne sur le site suivant : <https://evisa.rop.gov.om/> qui est le site officiel du gouvernement omanais. Attention de nombreux sites proposent l'obtention du visa mais souvent avec des frais supplémentaires. Durant l'année 2019 il était toujours possible d'obtenir le visa sur place en arrivant mais cela a pu changer, donc partir avec son visa est la meilleure option.
- La monnaie locale est le Rial Omanais (renseignez vous concernant le taux de change) qui fluctue en permanence mais aux alentours de : 1 rial Omanais = entre 2.25 et 2.45 €. 1 Rial Omanais valait par exemple 2.36 € le 22 Septembre 2019.
- Vaccins Obligatoires : Pas de vaccination obligatoire, sauf contre la fièvre jaune pour les voyageurs en provenance de zones infectées.
- Vaccins Conseillés : Comme toujours et partout, il faut être protégé contre diphtérie, tétanos, coqueluche et poliomyélite, hépatites A et B, rougeole pour les enfants. Et, moins systématiquement (séjour itinérant dans le désert des Wahiba), typhoïde, rage.
- Prévention Paludisme : Il a complètement été éradiqué d'Oman
- Les infrastructures médico-chirurgicales sont, au moins, équivalentes à celles des pays occidentaux. En cas de problème, il est souhaitable de contacter sa société d'assistance et l'ambassade de France à Mascate

PREPARATION PHYSIQUE :

Vous préparer physiquement à votre séjour vous permettra toujours de profiter plus sereinement de chaque instant. Le corps est une "machine" qui se conditionne ou déconditionne très vite aux tâches qu'elle doit accomplir. Pratiquer un peu d'activité sportive les 2 à 3 semaines précédents le séjour vous mettra en de bien meilleures dispositions physiques. Bien entendu plus l'activité que vous pratiquez ressemble à celle que vous préparez, plus c'est efficace, mais si vous n'avez pas la possibilité de naviguer optez pour la natation ou autre sport qui mobilise le haut du corps. A défaut courir sera toujours positif en améliorant votre endurance globale.

PREPARATION PSYCHOLOGIQUE :

La magie de la vie en plein air est parfois nuancée par les caprices du ciel, du vent voire de la pluie. Ces événements font partie de nos retrouvailles avec la nature et offrent le plus souvent des émotions, paysages et couleurs extraordinaires. Nous pouvons être contraint à suspendre notre progression en mer pour nous consacrer à l'exploration terrestre des paysages traversés et vivre l'expérience du spectacle d'une mer agitée. Le programme peut donc être modifié sans préavis.

Dans un autre registre la vie de groupe offre des échanges enrichissants et des dynamiques dont nous seul de façon individuel pouvons influencer la tendance. C'est l'auberge Espagnole et le plaisir que nous retirerons de chaque instant sera le fruit de la bonne humeur, la tolérance et l'écoute de chacun pour autrui.

Dans un premier temps la participation de chacun aux tâches collectives est la base essentielle pour garantir une ambiance légère ou personne ne pèse sur le temps disponible et l'énergie de l'autre. C'est le

pré requis à partir duquel nous aurons les meilleures chances de tisser des liens de confiance, de sympathie et de vivre une belle ambiance de groupe.

INFORMATIONS PRATIQUES DIVERSES :

- Température de l'air : Doux et agréable et 25° en moyenne de Novembre à Mars.
- Température de l'eau : Entre 21° et 24° de Novembre à Mars.
- Transport Aérien : Réservez au plus tôt afin de bénéficier des meilleures tarifs et disponibilités.
Cela doit être votre première préoccupation car les disponibilités limitent votre choix et les tarifs variant énormément deviennent vraiment onéreux si l'on réserve tardivement.
- On trouve des vols de Paris à partir de 291 Euros avec Qatar Airways par exemple avec une seule et courte escale à Doha. D'autres compagnie comme Emirates, Gulf air ou Oman air (vol direct Paris – Mascat) proposent des prestations équivalentes a savoir des temps de vol d'environ 07 H 00 (hors escale). Avec ces vols vous arriverez entre 22 H 00 et 00 H et quelques.
- Depuis peu la Turkish aiways propose des vols de province (Marseille, Lyon et peut être d'autres ville de France à tarif raisonnable, service très correct et temps de vol parfait (escale à Istambul).
- L'idéal est d'arriver au plus tôt (entre 22 H 00 et 23 H 00) afin d'avoir une nuit de récupération avant la première journée de préparation et de départ en kayak. En effet il faut souvent compter une heure encore après l'heure d'arrivée à Muscat pour sortir de l'aéroport avec bagages et visa tamponné.
- Ils existent des vols depuis d'autres ville Française mais bien sûr les choix sont beaucoup plus restreints en terme de compagnie, d'horaires, de temps de vol etc...