



Ministero del Turismo



Sultanato dell'Oman

Guida Pratica



Sultanato
dell'Oman

*Oman, vivi
i tuoi desideri*

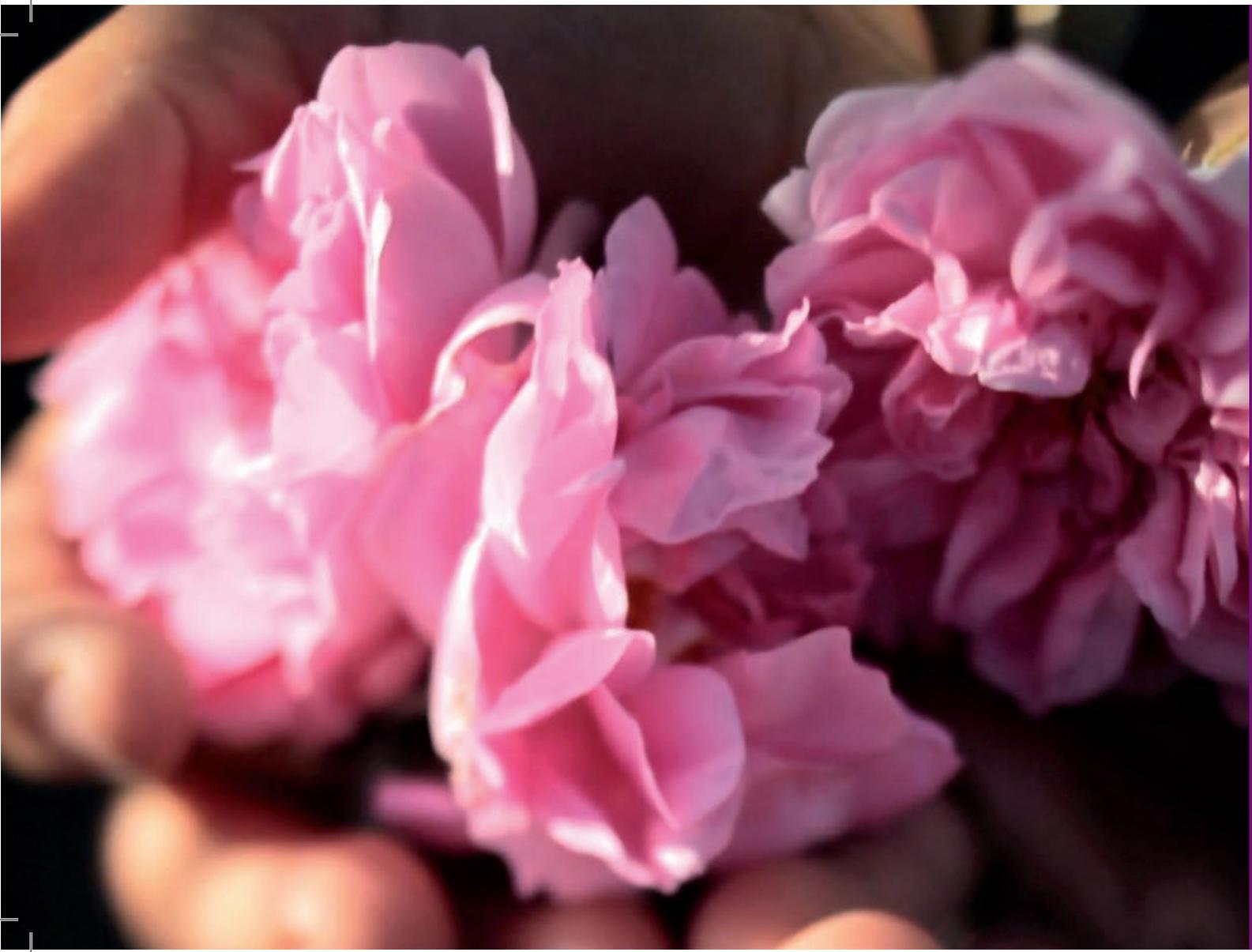




Ministero del Turismo

SOMMARIO

01	BENVENUTO	// 5
02	MASCATE	// 7
03	MARE	// 13
04	DESERTO	// 21
05	MONTAGNA	// 27
06	AVVENTURA	// 33
07	CULTURA	// 39
08	INFO UTILI	// 45



AHLAN! BENVENUTI IN OMAN!

Il Sultanato dell'Oman è una terra ricca di fascino. La Riviera d'Oriente dell'Oceano Indiano, come amiamo definire questo meraviglioso paese, è ancora più vicina all'Italia grazie alla presenza di un Ufficio del turismo che vi aiuterà a svelare le sue mille sorprese.

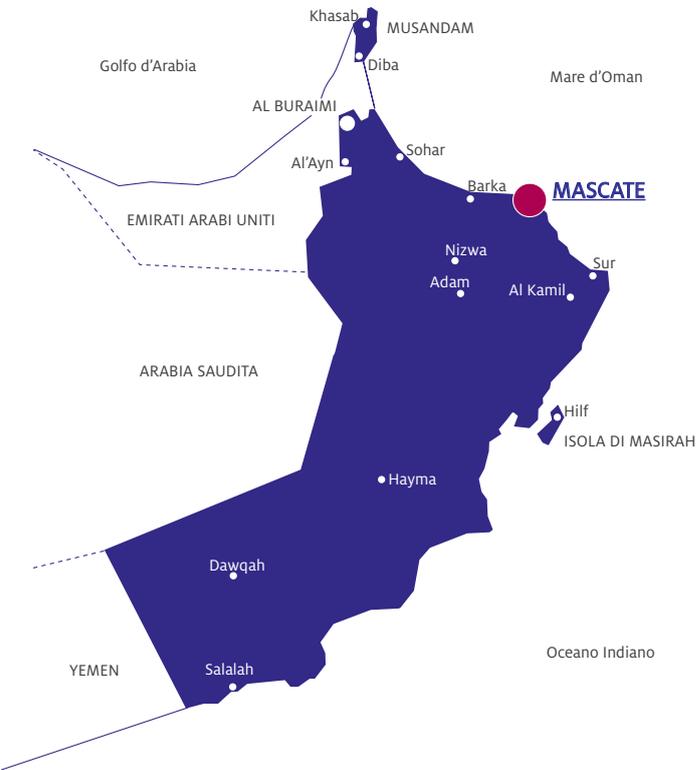
Dune dorate che scivolano in mare, *suk* dai profumi e colori inebrianti, siti storici dichiarati patrimonio dell'umanità dall'UNESCO, alte falesie che precipitano nell'Oceano nella penisola di Musandam. Da sempre terra di viaggi e commerci, già citata da Marco Polo nel "Milione", l'Oman è un paese sicuro, dove la gente è accogliente, aperto e legato alle proprie antiche tradizioni, che ha moltissimo da offrire.

A partire dalla capitale Mascate, con i ricchi musei, le antiche case raccolte tra le mura,

il porto in cui si raccolgono i pescatori sui tradizionali *dhow* e la prima Opera House di tutta la penisola arabica. Sarà una vera emozione avviarsi alla scoperta dei paesini tra le montagne, dei villaggi beduini, della "via dell'incenso" e delle spiagge bagnate dall'Oceano Indiano nella regione del Dhofar, o dei forti che punteggiano il panorama come enormi castelli di sabbia, magari passando la notte in un accampamento nel deserto sotto le stelle, a Sharqiyah sands o nel deserto infinito di Rub-Al'Khali. E poi godersi le piscine naturali dei wadi, le magnifiche spiagge e i siti di immersione incontaminati, dove ammirare diverse specie di tartarughe o delfini.

Vi aspetta un viaggio di esplorazioni, in una terra ospitale, che vi farà assaporare tutto il gusto di un mondo che vive sospeso tra Africa e Asia, porta d'accesso ideale all'Arabia Felix.





02 MASCATE

LA CAPITALE _____ // 8

MASCATE, LA CAPITALE

Mascate è la vivacissima capitale del Sultanato. Una città ricca di storia e fascino, con infrastrutture di alto profilo e splendide spiagge, oltre che un centro moderno e attivo. Un perfetto punto di accesso al Paese e un'ottima base per avvicinarsi alla sua cultura ed esplorare la regione limitrofa e la parte settentrionale del Sultanato.

La città si trova ai piedi della catena dell'Hajar, uno dei principali rilievi della regione, e si affaccia sul golfo dell'Oman. Dal punto di vista architettonico, ha una tipica struttura araba, con case basse bianche o color sabbia, su cui sventano i minareti e le cupole delle moschee. Intorno, gli speroni rocciosi su cui troneggiano gli imponenti forti di Mirani e Jalali e, sullo sfondo, il blu del mare.

I resti archeologici documentano l'esistenza di un villaggio di pescatori in quest'area già nel quinto millennio a. C., facendo, quindi, di Mascate una delle città più antiche del Golfo arabo. Convertita all'Islam nel VII secolo, il suo ruolo di porto commerciale continuò a crescere e ad attirare navigatori e commercianti



da tutto il mondo. Nel 1507 venne occupata dai portoghesi che vi restarono fino al 1650 quando il sultano bin Sayf la liberò, fondando un impero esteso da Zanzibar al Pakistan. Con il trasferimento della capitale nell'isola africana, nel 1832, iniziò il declino di Mascate che risorse a nuovo splendore dopo la salita al potere dell'attuale sultano **Sua Maestà Qaboos bin Said** negli anni '70.

Molteplici sono i punti di interesse di una visita alla città. Si può cominciare con una passeggiata sul lungomare, la **corniche**, magari sul calare della sera, quando si riempie di locali che vengono a godersi l'aria di mare, o di prima mattina, per arrivare all'animato porto di Muttrah e aggirarsi tra le bancarelle dello straordinario mercato del pesce. Nella stessa zona si trova anche il **suq** più fornito dell'intera penisola araba: abiti tradizionali, gioielli, spezie, antichità, tappeti beduini, botteghe artigianali di fabbricazione dei **khanjar**, i tradizionali pugnali scolpiti in argento e avorio, e molto altro. Un dedalo di viuzze piene di mille sorprese. Sul lungomare si affacciano, inoltre, alcune tra le più belle e antiche abitazioni e la moschea Lawati, con la magnifica cupola decorata di mosaici e il minareto blu.



Da visitare assolutamente anche la **grande moschea del sultano Qaboos**, la più grande del paese e l'unica aperta ai visitatori (dal lunedì al giovedì, dalle 9 alle 11). Inaugurata nel 2001, è una struttura magnificente, i cui interni



La capitale del sultanato è un affascinante mix di tradizione e modernità, perfetta carta d'identità del Paese.

sono realizzati in marmo di Carrara, con archi finemente intagliati che danno accesso al cortile da cui si entra nella vastissima sala di preghiera principale, interamente decorata in bianco, blu e oro. Dalla cupola scende uno splendido lampadario a cascata di cristalli Swarovski, mentre il pavimento è coperto da un tappeto persiano proveniente dall'Iran, interamente fatto a mano, che copre una superficie di 4.263 metri quadri ed è stato realizzato da seicento tessitori che hanno intrecciato 1,7 miliardi di nodi.

Non può, invece, essere visitato nei suoi interni ma merita comunque una sosta l'**Al Alam Royal Palace**, il palazzo fatto costruire nel 1972 dal sultano Qaboos come spazio di rappresentanza. Le facciate riccamente adornate e l'impressionante cortile danno un'idea della ricchezza sontuosa degli interni, riservati a incontri e cerimonie pubbliche di rilievo. Durante il soggiorno si impara rapidamente a riconoscere l'imponente profilo dei due forti di **Jalali e Mirani** che si disegnano sulle alture che bordano la città e ne sono un vero tratto identificativo. Costruiti intorno al 1580, all'epoca dell'occupazione portoghese, hanno una struttura magnifica che consente di annoverarli tra i più belli del paese.

ROYAL OPERA HOUSE

Inaugurata nel 2011, la Royal Opera House è stato il primo tempio della musica della penisola arabica. Fortemente voluta dal Sultano, si trova nel cuore della città e ospita una ricca stagione di musica classica, jazz e balletto. Per consultare il programma e acquistare i biglietti: www.rohmuscat.org.om

La città vecchia, Muttrah, le cui porte vengono ancora oggi chiuse al calare della notte, oltre ad essere un affascinante dedalo di viuzze dal sapore antico, ospita alcuni magnifici musei che fanno rivivere l'aria del tempo passato. Il museo **Bait al Zubair** è un bellissimo complesso di edifici privati trasformato in museo etnografico e recentemente ampliato con l'aggiunta di un palazzo intitolato al rinascimento omanita. Conserva una ricchissima collezione di oggetti, gioielli e abiti tradizionali che riportano alla luce la vita quotidiana del sultanato nel corso dei secoli. Il museo ospita anche una collezione di arte contemporanea locale e organizza esposizioni temporanee, concerti ed eventi. È aperto da sabato a giovedì dalle 9.30 alle 18.



Un'altra magnifica abitazione privata, la cosiddetta "casa della veranda", **Bait al Baranda**, ospita il museo dedicato alla storia di Mascate, dalla preistoria fino ai nostri giorni. Una ricca sezione ripercorre la vicenda della dinastia regnante. È aperto dal sabato al giovedì, dalle 9 alle 13 e dalle 16 alle 18.

Anche l'antico consolato francese, **Bait al Fransi**, è stato ristrutturato ed è diventato un delizioso museo con un fresco e lussureggiante giardino interno. Il museo è dedicato alla ricostruzione delle relazioni tra Oman e Francia nel corso del tempo e merita davvero una visita.

Gli amanti della natura si entusiasmeranno nello scoprire flora e fauna, anche fossile, del Sultanato nel fantastico **Museo di storia naturale**, presso il Ministry of Heritage and Culture building ad Al Khuwair. Il pezzo forte è l'enorme scheletro di una balena che troneggia nella sala dedicata a questi mammiferi. È aperto da sabato a mercoledì, dalle 9,30 alle 13,30 e dalle 17 alle 19. Da non perdere anche il **Museo nazionale** che espone una collezione ricca e varia che va dai gioielli, ai costumi tradizionali, agli scrigni intagliati, dai manufatti in bronzo fino alle famosissime imbarcazioni omanite. Il museo è aperto tutte le mattine dal sabato al mercoledì dalle 8 alle 14.



LA SERA

La capitale del Sultanato è una città estremamente vivace anche di sera. Non si cena prima delle 21-21,30 e locali e ristoranti sono sempre affollati di turisti e locali. La cucina tipica è estremamente ricca; ispirata prevalentemente a quella indiana, comprende anche piatti della tradizione medio orientale, swahili e asiatica.

Tra i migliori ristoranti in città, **Turkish house**, dove gustare abbondanti porzioni di pesce e piatti turchi a prezzi moderati (quartiere di al Khuwair, tel. +968 24 48 80 71); **Al Boom**, per assaggiare pesce fresco e altri piatti classici con una stupenda vista sulla baia (di fronte al mercato del pesce a Muttrah, tel. +968 24 71 31 00); **Bin Ateeq**, uno dei rari ristoranti omaniti della capitale, propone carne e pesce arrostiti con riso (zona di Ruwi, tel. +968 24 70 27 27); **Kargeen**, ristorante di specialità orientali, yemenite e continentali con tavoli all'aperto e tende beduine, prezzi medio alti (medina Qaboos, tel. +968 24 69 22 69). **Mumtaz Mahal** (tel. +968 24 60 59 07) e **Passage to India** (tel. +968 24 56 84 80) sono i più rinomati ristoranti indiani della capitale mentre **Beirut Express** a Qurm (tel. +968 24 56 84 11) e la catena **Automatic** (+968 24 56 15 00) servono specialità libanesi. Appena aperto, **The Cave** (tel. +968 24 65 14 65) in una grotta artificiale con vista sulla città. Per il dopo cena, un'ottima idea è una passeggiata sul lungomare. Un'altra zona molto vivace è la spiaggia di al Qurm, dove si trovano diversi locali e vero centro della movida della capitale.





03 MARE

MASCATE _____ // 14

SALALAH _____ // 16

MUSANDAM _____ // 17

SUR E RAS AL JINZ _____ // 18

OMAN, RIVIERA D'ORIENTE SULL'OCEANO INDIANO

Lunghe spiagge sabbiose e deserte, baie tropicali ombreggiate di palme, falesie che precipitano in mare: con i suoi 3.165 km di coste, l'Oman è una meta ideale per gli amanti del mare.

La costa che si dipana dalla capitale Mascate è sabbiosa, con lunghe spiagge tranquille e ben attrezzate e un mare calmo. A nord, la penisola di Musandam è famosa in tutto il mondo per le rocce che scendono a picco nel mare arabico creando cale e insenature spettacolari. A sud, invece, la regione di Salalah è punteggiata da spiagge tropicali, con il mare turchese e le palme che orlano la sabbia dorata.

Il mare del Sultanato, inoltre, è ricco di specie animali come tartarughe, balene e delfini. Molteplici anche le attività acquatiche che si possono praticare.

Vivere il mare a Mascate

L'affascinante e vivace capitale Mascate è ubicata in un tratto di costa sabbiosa bagnato da un mare tranquillo, adatto alla balneazione tutto l'anno. Le



numerose e ottime infrastrutture turistiche la rendono anche una base ideale per combinare il relax della vita di mare con la scoperta dell'interno del paese.

La spiaggia più popolare, a due passi dal centro commerciale della città, è **Qurm**. È il posto perfetto per rilassarsi dopo una giornata di visite o per scoprire la vivacità della vita locale. Altrettanto bella e poco lontana dal centro la spiaggia di **Qantab**, con la sua laguna limpida e la sabbia punteggiata da rocce multicolori. Grazie al porto molto attivo, Mascate è particolarmente adatta anche per esplorare la costa dal mare. Numerose sono, infatti, le opportunità di noleggiare un'imbarcazione o praticare snorkeling, diving, pesca d'altura, kayak, navigazione a vela, kite surf.

I più piccoli, poi, saranno entusiasti di ammirare i delfini, particolarmente diffusi in queste acque. Dal marina di Sidab, lungo il tratto di litorale a est della vecchia Muscat, la mattina presto partono dei tour dedicati al loro avvistamento. A venticinque chilometri dalla città, merita una visita anche il villaggio di **Sawadi**. Le sue spiagge punteggiate di stagni e bordate di mangrovie sono bellissime e ricchissime di flora e fauna. In questo tratto di costa, inoltre, abbondano le conchiglie di una magnifica



tonalità rosa che danno alla spiaggia una splendida sfumatura di colore. Per chi voglia giocare a Robinson Crusoe, le isole deserte che si raggiungono da qui offrono una magnifica opportunità. Le imbarcazioni dei pescatori accompagnano volentieri i turisti per un'escursione di poche ore o una *full immersion* nella natura di uno o più giorni. È importante portarsi provviste e acqua a sufficienza, dato che sulle isole non esistono strutture di alcun genere.

Il sultanato dell'Oman è una meta ideale anche per gli amanti delle vacanze mare, e offre una grande varietà di panorami e attività marine.

Da non perdere anche una gita alla riserva naturale dell'arcipelago delle **Isole Dimaniyat**, 9 isole disabitate che sono un vero paradiso per gli amanti della natura. I traghetti per l'arcipelago partono dalla cittadina di Barka, a mezz'ora da Mascate, nota anche per il suo imponente forte. Ancora più a sud vale una visita la bellissima spiaggia deserta di **Fins**, bagnata da acque color turchese.

Salalah e il Dhofar

Scendendo all'estremità meridionale del Paese, si scopre un'Oman completamente diverso, affacciato sull'Oceano Indiano: un vero angolo di tropici, con splendide baie sabbiose racchiuse tra acque cristalline e palmeti verdeggianti. Chioschi di frutta e succhi freschi completano l'ambiente molto rilassato e informale, perfetto per una vacanza all'insegna del relax. Bagni e immersioni sono, però, assolutamente sconsigliati da giugno a settembre, nel periodo del *khareef*.

Il paesaggio litorale del Dhofar è caratterizzato anche dai *khawr*, suggestive lagune popolate da una straordinaria varietà di uccelli, e dalle numerose sorgenti di acqua dolce.

La costa si può ammirare dal mare, con uscite in kayak che possono abbinare l'esplorazione del bellissimo litorale e l'avvistamento dei delfini

KITESURF A MASIRAH

L'**isola di Masirah**, nella zona meridionale del paese, è una vera oasi di pace, cullata dalla brezza marina. Raggiungibile con un piccolo traghetto da Shannah, Masirah è particolarmente amata dagli appassionati di kitesurf. L'ambiente naturale è incontaminato, il clima rilassato e informale. Non è raro ammirare indisturbati fenicotteri e tartarughe caretta caretta. Da qualche anno Kiteboarding Oman ha aperto un accampamento di tende beduine e un centro kite direttamente sulla spiaggia.

a passeggiate verso l'interno o immersioni e sessioni di pesca. La fauna marina di questa regione è particolarmente ricca e varia, rendendola una destinazione assai conosciuta anche per la pesca d'altura. Non resteranno delusi dalla vita marina di questo tratto di oceano nemmeno i diver. I fondali sono ancora pochissimo esplorati, particolarmente adatti ai subacquei più esperti che desiderino immergersi in un ambiente poco o nulla rovinato dall'uomo. **Mirbat**, settanta chilometri a est di Salalah, è il principale centro per le immersioni. L'area merita



VELA IN OMAN

Patria del mitico marinaio Sinbad, l'Oman ha una tradizione nautica che si perde nella notte dei tempi e rimane una destinazione ideale per gli amanti della vita in mare. Coste spettacolari, mare splendido e disseminato di isole e isolotti, baie perfette per l'attracco e trecentosessanta giorni di sole all'anno sono condizioni uniche che consentono di scoprire il Sultanato dal mare. Alcuni villaggi, come il pittoresco Kumzar, nel nord del paese, sono ancora oggi raggiungibili solo in barca.

Mascat, la penisola di Musandam e la cittadina di Sur sono i principali centri da cui salpare per un'crociera di uno o più giorni o dove noleggiare un'imbarcazione per partire all'avventura.

Oman Sail ospita la sua sailing school presso il Marina Bandar Rowdah (MBR) e di recente è stata aperta un'altra filiale presso il Mussanah Marina (MUS) e The Wave. Di recente apertura, la scuola di vela di Sur. Nei prossimi anni, visto il grande interesse e crescente successo riscosso, sono previste nuove aperture anche a Sohar, Sur, Khasab e Salalah. Per info: www.omansail.com

Parte del gruppo Oman Sail, **Oman Charter** propone tour classici come la costal cruise di Muscat, la visita a Fahal Island e a Bandar Kharan o la crociera al tramonto. Le escursioni giornaliere includono dolphin watching o visita ai forti della regione costiera. Bene tenere a mente che Oman charter propone un programma di crociere in barca a vela con skipper (durata: da un giorno a una settimana). Ma la novità più interessante proposta da Oman Charter è, seguendo la filosofia del car sharing, il boat sharing: quota fissa per possibilità di utilizzo della barca fino a 50 giorni l'anno, senza costi di mantenimento, assicurazione o noleggio. Per info: www.omancharter.com



una visita anche per i suoi interessanti siti culturali, tra cui il magnifico forte e la tomba di Ali, oltre che per la bellissima spiaggia che costeggia tutta la città fino a sfumare in un pittoresco porticciolo. I più piccoli la apprezzeranno in modo particolare, è infatti il luogo ideale dove far volare gli aquiloni.

La penisola di Musandam

La penisola di Musandam è nota come la regione dei **"fiordi d'Arabia"**. Altissime falesie si tuffano a picco nel mare del golfo dell'Oman creando paesaggi insoliti e maestosi. Per le sue caratteristiche è senz'altro preferibile ammirarla dal mare. Le opportunità sono molteplici. Un'ottima opzione è quella di scoprire la costa utilizzando i *dhow*, le tipiche imbarcazioni omanite. Ma molti sono i centri che organizzano anche escursioni in kayak.

Queste imbarcazioni consentono di andare alla scoperta di fiordi, baie riparate e isolette, abbinando l'escursione a sedute di snorkeling. È anche possibile associare un'uscita in kayak con passeggiate che consentano di scoprire tratti dell'interno della regione.

Dal porto di **Dibba** partono crociere di più giorni in *dhow* dotati di ogni comfort che uniscono immersioni, pesca e tratti in kayak mentre il centro Extra Divers Musandam, a Khasab, offre la formula dell'uscita in giornata.

Nella penisola, a Zighy bay, si trova anche il famoso Six Senses. Un lussuoso resort che miscela lo stile tradizionale omanita con un design chic e i comfort più moderni e propone ai suoi ospiti una lussuosa Spa, ottimi ristoranti, attività sportive come paragliding o immersioni di mezza giornata (mattina o pomeriggio) o in notturna in una ventina di diversi siti.

Sur e Ras al Jinz

Un'altra ottima base per vivere il mare dell'Oman è il grazioso villaggio di **Sur**. È un centri tradizionali di costruzione dei *dhow*, le tipiche imbarcazioni del sultanato. La lunghissima vocazione navale locale è documentata in un interessante museo marittimo, un'ottima introduzione alla storia



dei grandi navigatori omaniti.

Dopo una giornata di mare o trascorsa a esplorare l'eccezionale mercato del pesce, aspettare il calare della notte in riva al mare consente di ammirare l'andirivieni leggero dei *dhow* mentre i locali improvvisano appassionate partite di calcio. Per pochi Rial, i pescatori del villaggio accompagnano i turisti alla scoperta del baia e del porto e li sbarcano nel quartiere di al Ajyah, con le stradine bordate di case bianche dalle magnifiche porte in legno o ferro battuto, testimoni del legame Oman - Zanzibar, da cui raggiungere, con una gradevole passeggiata uno dei piccoli ristoranti di pesce nella zona del suk.

Nelle vicinanze di Sur, è da non perdere la visita di **Ras al Hadd**, l'estrema punta orientale del paese, nel punto in cui le acque del golfo dell'Oman si uniscono a quelle del mare arabico. La spiaggia è famosa in tutto il mondo, insieme alla vicina Ras al Jinz, per le tartarughe verdi che, tra settembre e novembre, vengono a migliaia a deporvi le uova. Dopo circa due mesi, i piccoli riemergono dalla sabbia e si precipitano verso il mare. Uno spettacolo davvero emozionante che si può ammirare la mattina presto o la sera molto tardi. È, quindi, consigliabile trascorrere la notte sul posto. A **Ras al Jinz**, il centro scientifico per lo studio e

DIVING IN OMAN

Il fascino dell'Oman si estende ai suoi fondali marini. Ricchissimi di coralli e di numerose specie ittiche, in gran parte poco esplorati, sono una continua scoperta per gli appassionati di immersioni. I mesi migliori sono aprile e ottobre, periodo in cui la visibilità è eccezionale e la temperatura dell'acqua estremamente gradevole ma le immersioni possono essere effettuate durante tutto l'anno, ad eccezione della regione del Dhofar dove le condizioni del mare non lo consentono durante la stagione del *khareef*. I principali siti si trovano al largo della fascia costiera di Mascate e nella straordinaria riserva marina delle isole Dimaniyat, della penisola di Musandam, nel tratto di mare sul quale si affaccia Salalah.

la protezione delle tartarughe ha da poco aperto un Turtles visitors centre ricco di informazioni sul ciclo di vita di questi curiosi animali e organizza uscite guidate per l'avvistamento, mettendo a disposizione dei visitatori anche alcune camere in un lodge e un ristorante. Dato il grande interesse della riserva, se si desidera pernottarvi è senz'altro consigliabile prenotare con un certo anticipo.

CENTRI DIVING A MASCATE E DINTORNI

CENTRO DIVING	WEB
Euro Divers Oman (2 centri di cui 1 presso Shangri-la's Barr Al Jissah Resort & Spa)	www.euro-divers.com
Extra Divers Al Sawadi (presso Al Sawadi Beach Resort)	www.extradivers.org
Extra Divers Qantab	www.extradivers.org
Global Scuba	www.global-scuba.com
Moonlight Dive Centre	www.moonlightdive.com
Muscat Diving & Adventure Centre	www.holiday-in-oman.com
Oman Dive Center Muscat (hotel Extra Divers Lodge)	www.omandivecenter.com
Oman Sail Dive Center	www.seaoman.com
Sun Diving tourism	www.sundiving-tourism.com

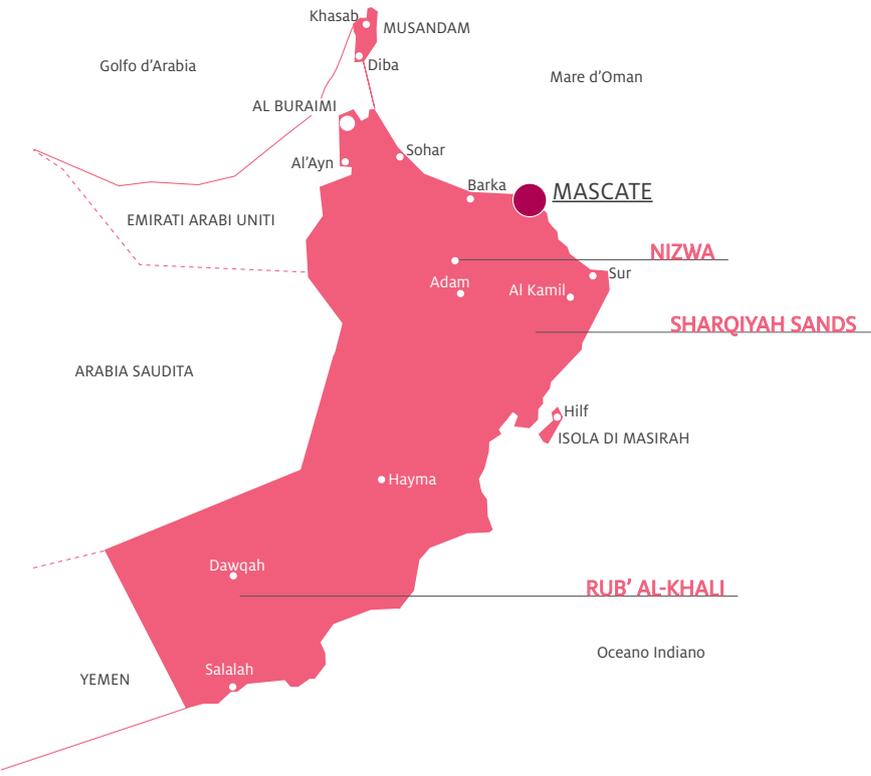
CENTRI DIVING NEL MUSANDAM

CENTRO DIVING	WEB
Extra Divers Musandam (hotel Atana Khasab)	www.extradivers.org
Extra Divers Zighy Bay (hotel Six Senses Zighy Bay)	www.extradivers.org
Nomad Ocean Adventures	www.discovernomad.com
Al Marsa Tours Travel & Tourism	www.almarsamusandam.com

CENTRI DIVING NEL DHOFAR

CENTRO DIVING	WEB
Extra Divers Mirbat (hotel Salalah Marriott Resort)	www.extradivers.org
Extra Divers Salalah (hotel Crowne Plaza Salalah)	www.extradivers-worldwide.com
Sub Aqua Dive Centre Salalah (hotel Hilton Salalah)	www.subaqua-divecenter.com





04 DESERTO

SHARQIYAH SANDS // 22

NIZWA, LA PORTA DEL DESERTO // 23

RUB' AL-KHALI // 24

IL DESERTO DELLE MILLE E UNA NOTTE

Distese che paiono infinite immerse nel silenzio: il fascino del deserto è unico. Che sia composto dalle classiche, alte dune sabbiose o da superfici rocciose alle quali le pietre regalano mille sfumature, il deserto offre paesaggi ricchi e diversi. Comunque, sempre emozionanti. Un vero sogno e un'esperienza unica per chi ama l'avventura e il contatto diretto con la natura.

Le possibilità di esplorare il deserto omanita durante un viaggio nel Paese sono molteplici. Può essere affrontato in tutta tranquillità da chi ama viaggiare nel più assoluto comfort come da chi desidera mettersi alla prova con esperienze più forti. È anche un'opzione ideale per le famiglie che potranno regalare ai più piccoli l'emozione di una passeggiata a dorso di dromedario. Si potrà optare per una gita in giornata, magari all'alba o al tramonto, oppure passare tra le dune più giorni, trascorrendo la notte in un campo di tende sotto le stelle. Un'escursione nel deserto offre anche la possibilità di venire in contatto con la vita quotidiana dei "beduini delle sabbie", popolazioni estremamente ospitali che



vivono nelle città-oasi create grazie all'antico sistema degli *aflaj*.

Sharqiyah Sands

Il cuore dell'Oman è costituito dal vasto deserto di Sharqiyah, conosciuto tra i locali anche con il nome di Wahiba sands, dal nome della tribù di Beduini che lo popola, nella parte

centrale del Paese, con dune che sfumano dal bianco al giallo al rosso al color ocra. Raggiungibile in sole due ore di auto da Mascate o da Sur, è la zona desertica più facilmente accessibile del paese. Facendo base in una di queste due città, può agevolmente essere la meta di un'escursione in giornata. Per godere in tutta tranquillità dell'esperienza, è necessario

tuttavia spostarsi su vetture a quattro ruote motrici, meglio se in una carovana composta da più di un veicolo, e possibilmente con una guida locale. È sempre bene, inoltre, avere carburante, acqua e cibo in abbondanza.

Nonostante la possibilità di passarci soltanto poche ore, la magia di una notte trascorsa sotto la volta celeste tempestata di stelle nella silenziosa magia del deserto è davvero impagabile. E le opportunità di pernottamento sono molteplici. Avendo più giorni, inoltre, si possono organizzare percorsi più lunghi che regalano panorami davvero fuori dal consueto. Ad esempio, bastano due giorni per vivere l'esperienza unica di attraversare tutto il deserto di Sharqiyah da nord a sud, per chiudere l'itinerario vedendo le dune dorate affondare nel mare d'Arabia.

Chi desideri prolungare il tour può, una volta raggiunto il mare, proseguire lungo la costa, seguendo una pista ben mantenuta che consente di scoprire questa regione selvaggia e affascinante, stretta tra le dune di Sharqiyah e il blu del mare. I veicoli a motore non sono, comunque, l'unica opportunità per percorrere le distese sabbiose. Un'ottima alternativa, rispettosa dell'ecosistema, delle tradizioni locali ed estremamente sicura, sono le



carovane di dromedari con la guida dei beduini, preziosi conoscitori del luogo. Solo i dromedari, poi, riescono a raggiungere la sommità delle dune, regalando punti di vista unici sul panorama.

I più allenati possono anche pensare di unirsi a qualche gruppo che effettua escursioni a piedi. Normalmente si tratta di quattro o cinque ore di marcia al giorno, di solito effettuate nelle ore più fresche del mattino e della sera.

Nizwa, alle porte del deserto

La città incantata di Nizwa, adagiata nel cuore di una magnifica regione montagnosa, è il ottimo punto di accesso alle zone desertiche dell'Oman. Antica capitale del regno, ha mantenuto il sapore e la ricchezza degli edifici costruiti nel tipico stile omanita. La città fortificata si erge maestosa nel cuore di un'oasi verdeggiante, punto di incontro tra le piste carovaniere che

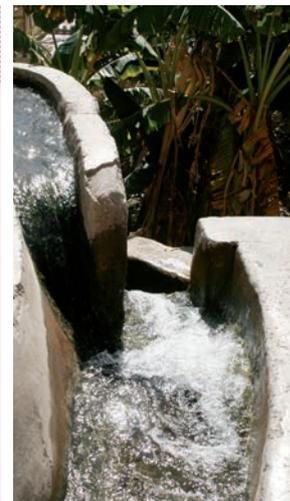
Il deserto, sabbioso o costituito da una distesa pietrosa, è sicuramente una delle esperienze di punta di un viaggio nel sultanato.

arrivavano da nord e da sud. La sua vocazione commerciale è ancora oggi testimoniata dal magnifico suq, uno dei più belli e ricchi del Paese. Si snoda fra le mura della città e vi si trovano manufatti in legno, ceramica, argento e metalli preziosi ma anche carne, pesce, frutta, verdura e spezie. Un'ottima opportunità per l'acquisto di souvenir bellissimi e originali. Il venerdì, poi, dall'alba alle 9 del mattino, è assolutamente da non perdere il grande mercato del bestiame al quale accorrono, per vendere e acquistare dromedari e altri animali, beduini appartenenti a diverse tribù. Nizwa merita una visita anche per le sue bellezze architettoniche e per il possente forte, che troneggia sulla città.

Costruito a metà del seicento sui resti di un precedente castello risalente al IX secolo, si tratta del più grande forte dell'intera penisola arabica con una torre di guardia che supera di 34 metri il resto delle fortificazioni e raggiunge un diametro di 45 metri. Nei dintorni dell'antica capitale, si possono effettuare interessanti escursioni a al Hamra e Bahla. Il **villaggio di al Hamra**, con i suoi splendidi edifici che ricordano le bellissime case ocra del vicino Yemen, è considerato il più autentico e

OASI E FALAJ

L'ingegno della popolazione araba ha consentito di rendere fertili anche territori brulli e aridi, come i deserti. Un'intelligente rete di canali, chiamati *aflaj* (al singolare, *falaj*), infatti, è stata costruita nel corso dei secoli fino a coprire tutto il paese. Questa stupefacente struttura, annoverata dall'UNESCO come patrimonio dell'umanità, ha consentito di portare l'acqua in numerose aree del paese dando vita a verdeggianti oasi che si aprono come una sorpresa davanti agli occhi dei viaggiatori. L'antico sistema di irrigazione dei *aflaj*, ancora utilizzato ai nostri giorni, è costituito da circa diecimila canali che rendono abitabili e coltivabili molte aree del paese che, altrimenti, non sarebbero adatte alla vita umana. L'acqua dei canali proviene dai *wadi*, letti di fiumi periodicamente riempiti dalle acque piovane, dalle sorgenti naturali e dalle piogge che cadono nella regione montuosa.



intatto dell'Oman. Anche **Bahla** è un centro assai conosciuto, noto in tutta la regione fin dall'antichità per l'abilità dei suoi artigiani vasai. Una visita alle botteghe permette di scoprire una lunghissima tradizione ancora molto vivace. La città, inoltre, ospita un'imponente fortezza e il sontuoso **castello di Jabrin**, edificato nel 1670.

Rub'al-Khali

Una vasta parte del territorio omanita è occupata dal Rub'al-Khali, uno dei deserti più vasti al mondo:

il suo nome in arabo significa "il quarto vuoto" perché ricopre un quarto dell'intera penisola arabica, su territorio omanita e saudita. Si estende su una superficie enorme, superiore a quella della Francia; il "deserto dei deserti", come è stato soprannominato, è una delle poche aree della terra a non essere stata ancora completamente esplorata. Accessibile dalla città di Salalah, il vasto deserto che occupa la parte meridionale del Sultanato ospita dune e rocce calcaree, arriva fino alle porte della città sepolta di Ubar, antico snodo per il

CAMPI TENDATI

Vedere il sole che tramonta dietro le dune e ammirare le stelle che, pian piano, riempiono il blu cobalto della notte. Intorno, la pace e il silenzio del deserto. A Sharqiyah, si può dormire in questi campi tendati fissi:

Al Raha Tourist Camp è un'ottima soluzione per chi desidera sperimentare il deserto senza rinunciare al comfort. Può ospitare fino a 200 persone con una struttura adatta anche all'organizzazione di eventi. Mette a disposizione degli ospiti 67 capanne in stile tradizionale (barasti) e nove suite.
Per info: www.alrahaoman.com

Chi ama il lusso sarà conquistato dal **Desert nights camp**, con trenta bungalow prefabbricati e servizi di alta qualità, fra cui aria condizionata, un ristorante raffinato e doccia con acqua calda, a 2 ore da Mascate.
Per info: www.desertnightscamp.com

Punta sullo stile tipico omanita, invece, il **Safari desert camp** di Bidiyah con tende arredate in stile arabo. Propone ai suoi ospiti anche escursioni in jeep o dromedario fra le dune.
Per info: www.safaridesert.com

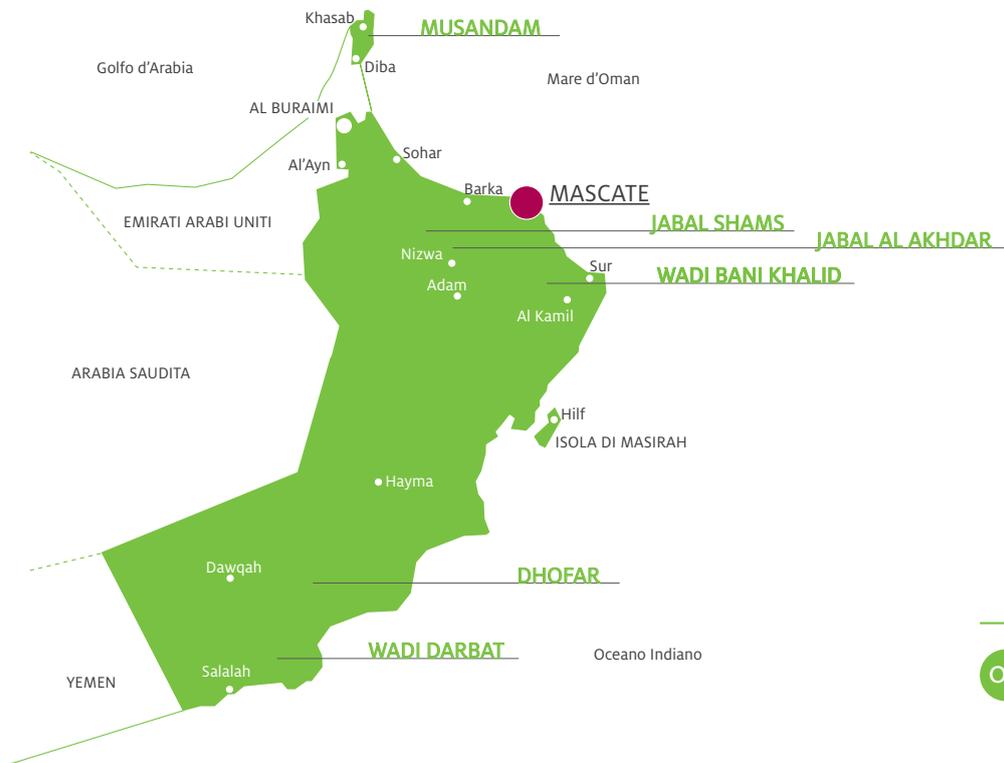
Il **1000 Nights camp** – regala un'emozione unica grazie alla sua posizione isolata che, al calare della notte, si accende di centinaia di candele creando un'atmosfera magica.
Per info: www.1000nightscamp.com



commercio dell'incenso, ed è visitabile in giornata o con accampamenti mobili, dato che non esistono campi tendati fissi. Numerosi tour operator offrono delle escursioni di più giorni in questa zona che richiede qualche sforzo in più rispetto alla visita di Sharqiyah ma regala magnifici paesaggi e forti emozioni.

Partendo da Mascate si può anche optare per raggiungere Salalah, punto di ingresso privilegiato al Rub al Khali, in auto attraversando l'interno del paese. Questo percorso, dodici ore per circa un migliaio di chilometri, offre la straordinaria opportunità di scoprire l'estesa piana desertica, le hamadas, che costituisce il cuore del paese. Un'ottima occasione anche per vedere gli immensi campi petroliferi, principale ricchezza dell'Oman, delle province del Dhofar e di al Wusta. Uno spettacolo curioso e davvero inconsueto!





05 MONTAGNA

LA MONTAGNA VERDE
E LA MONTAGNA DEL SOLE // 28

MUSANDAM // 29

DHO FAR // 30

LWADI // 31

IL CUORE DELL'OMAN: IL MASSICCIO DI HAJAR

Altopiani con vette che superano i tremila metri, villaggi incrostati tra le pareti rocciose, canyon mozzafiato e frutteti verdeggianti. Il 20% del Sultanato è costituito da territorio montagnoso e offre panorami sensazionali e un ampio ventaglio di attività all'aria aperta. Dai cosiddetti "fiordi d'Arabia" della penisola del Musandam agli oltre seicento chilometri del massiccio di Hajar fino ai monti del Dhofar dell'estremo sud. La gamma delle esperienze possibili è praticamente illimitata e comprende escursioni sui sentieri di montagna e nei *wadi*, bagni nelle piscine naturali, canyoning, arrampicate e vie ferrate, trekking in mountain bike, speleologia. A rendere ancora più speciale l'opportunità di questa *full immersion* nella natura, la possibilità di campeggiare liberamente, e in tutta sicurezza, ovunque.

La montagna verde e la montagna del Sole

La principale catena montuosa dell'Oman è quella dell'Hajar, che si sviluppa dall'estremo nord fino alla zona di Sur. È l'area montuosa più



estesa del paese e racchiude paesaggi magnifici, dove dedicarsi ad attività all'aria aperta adatte a ogni età e qualsiasi livello di preparazione fisica. Tra le cime più note per la loro bellezza, il **Jabal (monte) Akhdar** è senz'altro uno dei punti forti della regione. Il nome, montagna verde, gli deriva dalla numerose coltivazioni terrazzate che ricoprono le sue pendici. Si tratta, infatti, di una zona particolarmente fertile e piacevolmente fresca tutto l'anno, punteggiata da numerosi, piccoli villaggi tradizionali. Il luogo ideale dal quale contemplare il Jabal Akhdar è il **plateau di Sayq**, un vastissimo altopiano a duemila metri di altezza. I numerosi sentieri tracciati, anche se non tutti segnalati, offrono la possibilità di trascorrere numerose giornate in totale libertà, alla scoperta di angoli incantevoli e splendidi paesaggi. All'altopiano si accede grazie a una pista riservata ai fuoristrada, dopo aver superato un posto di controllo della polizia. Chi preferisce può proseguire direttamente in auto, una strada asfaltata conduce, infatti, fino alla cima del Jabal Akhdar.

All'estremità opposta, la catena dell'Hajar culmina nella "montagna del sole", **Jabal Shams**, il punto più alto del Sultanato con i suoi 3.075 metri è una delle località più belle del paese. In questa zona si apre un'imperdibile

meraviglia, il wadi an Nakhar, meglio noto come il "Grand canyon d'Arabia" per i suoi panorami maestosi e mozzafiato. Il canyon può essere ammirato dall'altopiano, che i locali chiamano semplicemente "plateau", a 1.950 metri di altitudine, oppure può essere costeggiato seguendo una strada che, sul fondo del canalone, serpeggia lungo le gole del *wadi*, tra enormi formazioni rocciose.

Visitare la regione è anche l'occasione per esplorare il sottosuolo della zona visitando la grotta attrezzata di Al Hoota.

La zona occidentale dell'Hajar è altrettanto ricca in *wadi* e villaggi immersi tra magnifici palmeti. Tra le vallate più rinomate per la loro bellezza il **Wadi Bani Awf**, una delle più scenografiche, e il wadi al Sahtan, con le sue numerose ramificazioni e i minuscoli e pittoreschi villaggi. Merita una segnalazione anche il villaggio interamente restaurato e nuovamente abitato di **Misfat al Abriyyin**.

Musandam

La penisola di Musandam, enclave omanita in territorio degli emirati arabi, è situata all'estremità settentrionale del paese, ed è conosciuta come la zona dei "fiordi d'Arabia". Alte falesie scendono a picco nel mare creando



Aspre scogliere o bianche montagne, villaggi tipici e lussureggianti wadi: le montagne dell'Oman sono varie e sorprendenti.

LA RACCOLTA DELLE ROSE

Da marzo fino a maggio le pendici del Jabal Akhdar si colorano di vaste chiazze rosa e l'aria assume un delicato profumo. E' la magnifica fioritura delle rose, coltivate dagli abitanti dei villaggi della montagna di generazione in generazione. I fiori sono raccolti per fabbricare uno dei prodotti più tipici del Sultanato: l'attar, l'acqua di rose. Viene utilizzata in molte preparazioni, per profumare le abitazioni ma anche per insaporire i dolci locali e il caffè. Il processo di distillazione è lungo e affascinante e, in molte zone, ancora condotto artigianalmente mettendo a scaldare sulla brace i petali disposti in grandi recipienti, detti *borma*.

magnifici paesaggi. Dalla piccola **Khasab** parte una bella strada di montagna, percorribile in vettura o a piedi, che si snoda nel cuore della penisola. Anche il **wadi Bih** offre qualche bella possibilità per gli escursionisti. Le camminate alla scoperta della zona montuosa della penisola possono essere abbinate alle crociere in khayak o sui tradizionali *dhow* che ne percorrono i fiordi.

Dhofar

L'area meridionale del Sultanato, con le alture del Dhofar, merita una visita soprattutto durante i mesi estivi. Le cime, intorno agli ottocento metri, sono ricoperte di una vegetazione lussureggiante del colore degli smeraldi e sono immerse in un grigiore perlaceo. Grazie al *khareef*, nome che prende qui la stagione umida, si crea un magnifico contrasto con il resto del paese e, nei pascoli, vacche e dromedari si mescolano creando un paesaggio unico e suggestivo.

La città di **Salalah** è un ottimo punto di partenza per viaggiare nella regione. Verso oriente, si apre il **wadi Darbat**, uno dei più belli della zona, con numerose possibilità di escursioni a piedi. Da non perdere le cascate che scendono scintillando lungo le pareti del **Jabal Samhan** e una sosta ad uno dei piccoli chioschi che vendono i profumati spiedini di dromedario e capra cotti sulla brace. Una sorprendente delizia che i beduini dei numerosi villaggi della zona propongono ai viaggiatori curiosi di scoprire tutti gli aspetti della vita tra queste montagne. Sul versante opposto, invece, la catena montuosa scende verso il mare dando vita a una successione di spiagge, insenature e coste rocciose frastagliate di grande impatto estetico.



DOVE DORMIRE

Sono molte le possibilità di pernottamento nelle zone di montagna, oltre al campeggio libero, soluzione suggestiva e sicura in Oman.

A circa 15 km dal centro di Nizwa si trova il **Golden Tulip Nizwa** (4 stelle). È dotato di 102 camere e 3 suite e mette a disposizione dei propri ospiti un giardino interno oltre a piscina e palestra.

Tel. +968 25 43 16 16 www.goldentulipnizwa.com

In città, si può pernottare al **Falaj Daris** (3 stelle), un hotel con 55 camere spaziose, due piscine e un fitness club.

Tel. +968 25 41 05 00 www.falajdarishotel.com

Alila Jabal Akhdar è il primo hotel di montagna 5* dell'Oman. Dispone di 78 suite, loft e due ville da 361 mq con piscina privata. Ha ristorante, piscina, spa, centro fitness e strutture per eventi.

Tel +968 2534 4200 www.alilahotels.com/jabalakhdar

Un altro ottimo indirizzo in quota è l'**Hotel Sahab**, nei pressi del Sayq plateau con una vista impagabile. Propone moltissime attività insolite come passeggiate speleologiche, mungitura delle capre o raccolta dei petali di rosa nelle fattorie della zona, cavalcate a dorso di mulo e serate dedicate all'osservazione del cielo stellato.

Tel. +968 25 42 92 88 www.sahab-hotel.com

Per combinare l'attenzione all'ambiente con l'amore per il lusso, **The view** è una scenografica struttura all'insegna dell'eco luxury. Il rispetto per l'ecosistema e la cura assoluta dei dettagli rendono questo campo un luogo davvero accogliente e speciale.

Tel. +968 24 40 08 73 www.theviewoman.com

Qui si trova anche uno dei siti naturali più belli e frequentati della regione, i cosiddetti "buchi del soffiatore", cavità naturali attraverso il quale il mare sale in alti spruzzi con un effetto scenografico che ricorda i geyser. Spingendosi ancora più a occidente, verso la frontiera con lo Yemen, una bellissima strada sale zigzagando in uno dei paesaggi più impressionati del paese

I wadi

I *wadi* sono valli formate dallo scorrere dei torrenti costellati da oasi e piscine naturali. Questi corsi d'acqua sono anche utilizzati nel tradizionale sistema di irrigazione degli *afraj*. Creano paesaggi estremamente suggestivi e sono una delle maggiori attrattive del Sultanato. La zona dell'Hajar orientale ne è particolarmente ricca. Già a poche ore di strada da Mascate si possono ammirare i due wadi collegati di **Dayqah** e al **Suwayh**. Oltre sessanta chilometri di piste consentono di esplorarli in fuoristrada con soste rigeneranti per tuffarsi nelle acque cristalline delle vasche naturali di acqua dolce che li punteggiano. Nella regione di Sharqiyah, a circa duecento chilometri dalla capitale, si trova wadi Bani Khalid. Le sue piscine sempre ricche di acqua sono particolarmente affollate durante il fine settimana, quando gli omaniti ci vengono per un tuffo e un picnic con la famiglia o gli amici. Gli amanti dell'avventura possono seguire il letto del torrente per raggiungere, in tre giorni e due notti, il **wadi Tiwi** che si apre tra palmeti verdeggianti. Un altro itinerario, meno frequentato, si dipana tra massi ciclopici fino a raggiungere i **villaggi di Bidah e Sayq**. I wadi che tramano la parte occidentale del massiccio dell'Hajar sboccano sull'oceano Indiano e sono perfetti per combinare un'escursione in montagna con il campeggio in riva al mare.





06 NATURA, TREKKING E AVVENTURA

ITINERARI _____ // 34

NATURA, TREKKING E AVVENTURA

La ricchissima natura dell'Oman, con i suoi paesaggi vasti e variati, tra mare deserto e montagne, è ideale per chi ami vivere all'aperto o sperimentare attività sportive ad alto tasso di adrenalina.

Itinerari

Se amate la **natura** potete pensare a un viaggio di esplorazione di un paio di settimane, con partenza da Mascate. La strada costiera a est della capitale è punteggiata da numerose, splendide spiagge, come Bandar al Jissah, Qantab, Yiti e As Sifah. Oltre ad offrire la meta perfetta per una giornata di mare, sono luoghi ideali per **campeggiare sotto le stelle**. Così come la spiaggia di **Fins**, punto di partenza per esplorare Wadi Shab e Wadi Tiwi, a poca distanza anche la riserva delle tartarughe di Ras al Jinz, a circa un'ora di auto dalla cittadina di Sur. Il quarto giorno può essere dedicato alla scoperta del **Wadi Bani Khalid**, con le pozze naturali in cui fare il bagno e le rive ombreggiate di palme per una sosta pic nic. Per il tramonto, si possono raggiungere le **dune di Sharqiyah**,



ITINERARI A PIEDI O IN BICI SUL MASSICCIO DI HAJAR

Il massiccio Hajar offre almeno una trentina di percorsi di montagna che in tutto ricoprono un percorso di varie centinaia di km. Il Sultanato è ricco di passeggiate di questo genere, soprattutto nel Dhofar e nell'area del Musandam. Gli itinerari in bici di Bike & Hike Oman seguono diversi percorsi da compiere in giornata, mentre gli amanti del trekking possono decidere di compiere un grand tour della parte occidentale del massiccio Hajar a piedi in una dozzina di giorni, fra Jabal Shams e Jabal Akhdar. Per info: www.bikeandhikeoman.com

dove passare anche la notte in uno dei campi attrezzati. Le giornate seguenti sono dedicate alla scoperta della catena dell'Hajar. Tre giorni possono essere sufficienti per scoprire almeno le principali meraviglie della regione: il **Jabal Shams**, il **Jabal Akhdar**, l'**altopiano Sayq**, la vasta grotta di Al Hoota e il "grand canyon" di An Nakhar. E' consigliabile viaggiare con una guida esperta della regione. Il nono giorno prevede di ritornare a Mascate. Gli ultimi giorni sono riservati alla **penisola di Musandam**, facilmente raggiungibile

con un volo da Mascate. Almeno tre giorni sono necessari per ammirare le bellezze dei fiordi, i drammatici paesaggi delle alture che si tuffano in mare e le acque limpide del golfo.

Se amate le **vacanze attive** e le attività mozzafiato potete dedicare due settimane a scoprire le diverse offerte del Sultanato. All'arrivo a Mascate, si può prenotare subito un'immersione per il giorno dopo, o considerare l'opzione di un'**immersione in notturna**. Il terzo

SCALATE

L'Oman ha più di **160 siti** di arrampicata che sono adatti per tutti i livelli di pratica. Le pareti vertiginose del massiccio di Hajar spesso si trasformano nel parco divertimenti preferito dagli alpinisti esperti. La parete rocciosa del **Wadi Ghul**, alta 300 metri, è tra i siti più noti. Riservato ai professionisti esperti, **Jabal Misht** è uno dei migliori siti di arrampicata nella penisola arabica. Per più di 6 km, la sua scogliera alta 850 m offre infatti diversi punti di accesso a seconda dei diversi livelli di difficoltà. Anche nei dintorni di Mascate, diverse colline sono adatte per l'arrampicata.



La ricchissima natura dell'Oman, con i suoi stupendi paesaggi, tra mare deserto e montagne, è ideale per chi ami vivere all'aperto o sperimentare attività sportive.

CANYONING E KAYAK

In alcune gole dell'Oman, il canyoning si affianca alle passeggiate acquatiche, come a Wadi Dayqah e a Wadi Bani Khalid. A Wadi Bani Awf, nella stretta gola di Wadi Bimmah è possibile percorrere un percorso di canyoning molto sportivo, con dei salti nelle piscine naturali, tirolesi e guadi. Della durata complessiva di 3 o 4 ore, i percorsi di questo genere sono da organizzare con l'aiuto di guide esperte. Picchi e spiagge accessibili soltanto dal mare sono invece le caratteristiche dei fiordi del Musandam: lo scenario ideale per praticare un po' di kayak in mare.

giorno può essere dedicato alla pesca d'altura, prima di partire in auto per Barka e Rustaq. Da lì, ci si può avventurare nel Wadi Bani Awf dove passare la **notte in un bivacco**. La mattina seguente si potrà raggiungere Snake canyon con le sue splendide viste. I più preparati potranno mettersi alla prova con il **trekking**, la **via ferrata** e il **canyoning**. La regione di **Bahla** offre anche l'opportunità di effettuare escursioni guidate in mountain-bike. I due giorni successivi vanno consacrati al Jabal Shams, con la grotta di Al Hoota e il magnifico "grand canyon" di **Wadi An Nakhar**.



Il settimo giorno ci si può riprendere dalle fatiche godendosi il fascino e la vivacità dell'antica capitale, Nizwa. E' la porta di ingresso verso il deserto di Sharqyah dove ci si può divertire con il *dune bashing* prima di godersi la luna piena o l'alba in un'**escursione in groppa ai dromedari**. I più avventurosi opteranno poi per il trekking di 3 giorni che collega il Wadi Bani Khalid al Wadi Tiwi, sulle pendici orientali dell'Hajar. Tornando verso Mascate, è senz'altro consigliabile fermarsi strada facendo per un bagno, per esempio a Fins beach. Da lì, verso Sohar, si apre la strada che conduce alla penisola di Musandam dove è da prevedere una sosta di almeno tre giorni, per scoprire tutte le meraviglie naturali e tutte le possibilità di campeggio all'aria aperta,

CAMPING

Il Sultanato non dispone di alcuna struttura preposta al camping, ma gli amanti della natura e del turismo en plein air hanno la possibilità di campeggiare in posti davvero eccezionali. La legislazione del Paese, infatti, non impone alcuna restrizione in materia, e si possono effettuare campeggi ove si preferisce nei pressi di wadi, montagne, spiaggia, deserto, a condizione di rispettare le regole base del rispetto della natura e della popolazione. La stagione ideale per il campeggio va da ottobre ad aprile; ma anche d'estate, le sommità come il plateau de Sayq e le vette di Jebel Shams offrono temperature piacevoli e magnifici panorami.

trekking, **scalata e navigazione su dhowo in kayak**.

Le opzioni per chi desideri un viaggio attivo sono diverse. Da quelle più improntate alle attività di terra (trekking, canyoning, arrampicata, percorsi in fuoristrada, *dune bashing*, escursioni a dorso di dromedario) a quelle di mare (snorkelling, diving, kayak, kitesurf ecc.). Per chi viaggia in famiglia, è possibile programmare anche itinerari più *soft*, adatti anche ai più giovani.

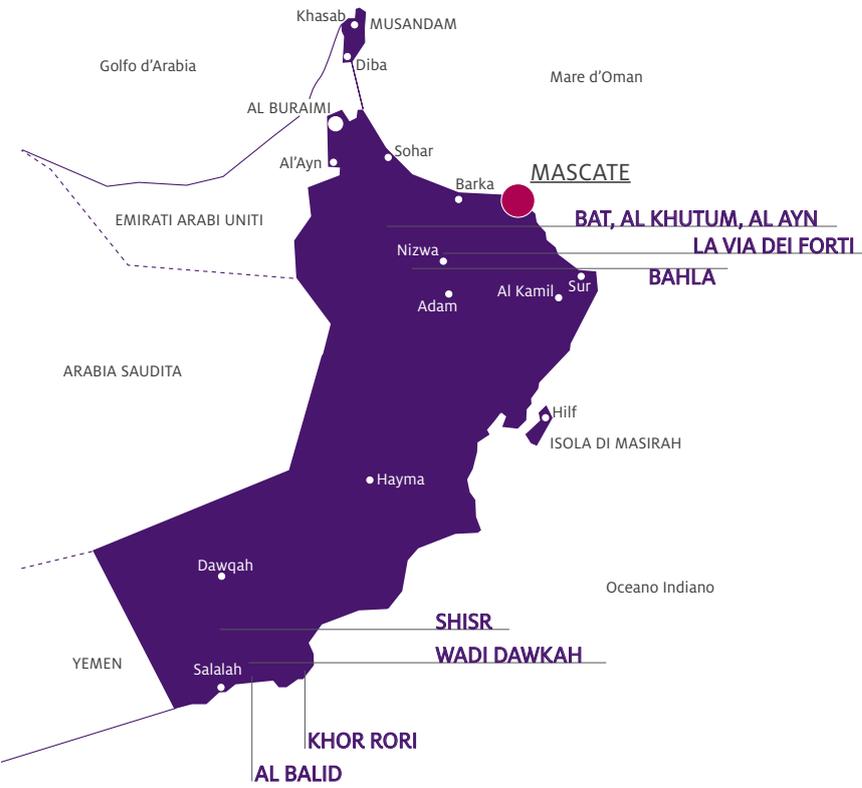
GOLF

Destinazione emergente fra gli amanti del golf, l'Oman offre tutti gli ingredienti per una perfetta combinazione "golf e vacanza di scoperta".

Nelle vicinanze della capitale Mascate, a poca distanza dall'aeroporto internazionale di Seeb, sono **tre campi da golf a 18 buche** da provare in Oman. Complementari fra loro in termini di esperienza di gioco, saranno presto affiancati da un quarto campo nel sud del paese, a Salalah beach nella regione del Dhofar nelle vicinanze delle strutture ricettive Juweira Boutique hotel e Rotana Resort.







07 CULTURA

LA VIA DELL'INCENSO // 40

ISITI UNESCO // 41

LA VIA DEI FORTI // 42

CULTURA E TRADIZIONI DEL SULTANATO DEL'OMAN

La storia millenaria dell'Oman ha prodotto una cultura ricca e affascinante. Luogo di incontri e scambi commerciali tra Oriente e Occidente fin dall'antichità, il paese ha assorbito e rielaborato stimoli e influssi provenienti da India, Persia, Zanzibar, Portogallo, Inghilterra. La conversione all'Islam, nel VII secolo, accolto nella versione moderata e tollerante dell'ibadismo, è stata un forte elemento unificante, capace di tenere insieme tradizione e apertura alla modernità. Di questo straordinario patrimonio rimane testimonianza nei siti archeologici, negli edifici storici, nell'artigianato, nell'abbigliamento e nella cucina di questo seducente paese. Mille piccole e grandi scoperte che accompagnano il viaggiatore e danno più gusto a un viaggio nel Sultanato.

La via dell'incenso

Il traffico dell'incenso ha innervato, fin dall'antichità, uno dei principali circuiti commerciali, capace di provocare il fiorire e il decadere di città e luoghi di scambio. L'Oman è da sempre uno dei più importanti esportatori



di questa resina prodotta dall'arbusto *Boswellia sacra*. In particolare, la regione del Dhofar è il punto di partenza della famosa via dell'incenso che, a partire dall'epoca romana, collegava la penisola arabica con il mondo mediterraneo. Lo straordinario valore storico e culturale di questo territorio è stato ribadito dall'Unesco che, nel 2000, ha iscritto quattro siti del "paese dell'incenso" nella lista dei patrimoni dell'umanità. Ne fa parte la **via dell'incenso** che comprende gli alberi da incenso del **Wadi Dawkah**, i resti dell'oasi carovaniera di **Shisr** (anche nota come l'antica città perduta di **Ubar**) e dei porti di **Khor Rori** e **Al Balid**, risalente al IV sec. a. C. e ricostruito durante il periodo medievale islamico. L'incenso è ancora oggi prodotto nella regione e può essere acquistato nel mercato di al Husn. Una volta all'anno, a settembre, Salalah ospita anche un grande mercato esclusivamente dedicato a questa resina e all'olio essenziale che se ne ricava.

I siti UNESCO

Numerosi i siti Unesco in Oman, fra cui i già illustrati sopra, facenti parte della Via dell'incenso. In tutto, i siti UNESCO omaniti sono 7: il sito archeologico di **Bat, Al Khutum e Al Ayn** (vicino Ibrì); il forte di **Al Bahla** e la sua oasi; le rovine archeologiche di **Al**

IL RAMADAN E LA FESTA DI EID AL FITR

Il ramadan è il nono mese dell'anno nel calendario islamico ed è dedicato al digiuno diurno. Molte attività sono chiuse durante il Ramadan e per rispetto delle usanze locali è bene non mangiare, bere o fumare in pubblico durante le ore del giorno.

Il mese si chiude con l'Eid al Fitr, una settimana di festeggiamenti in cui la comunità si riunisce per consumare i cibi tipici e fare festa con danze e canti folcloristici: si tratta di un momento particolarmente interessante per visitare il paese e immergersi nelle sue ricche tradizioni culturali in un clima gioioso. Essendo dipendente dalle fasi lunari, non ha una data fissa, anche se anticamente si suppone fosse sempre un mese estivo, ma è variabile, come la Pasqua per gli europei.

Baleed (vicino Salalah, parte della Via dell'incenso); il sito archeologico di **Sumhuran** (vicino Salalah, parte della Via dell'incenso); la città perduta di **Shishr**, chiamata anche Ubar (vicino Salalah, parte della Via dell'incenso); il **Frankincense Park** di Wadi Dawka (vicino Salalah, parte della Via dell'incenso);



Un Paese con una storia ricca e millenaria come il Sultanato ha molto da offrire anche in ambito culturale: dalla via dell'incenso ai siti UNESCO, alla ricchezza della sua storia e delle sue tradizioni.

il sistema di **irrigazione tradizionale degli Aflaj** che comprende il falaj Al Jeela (a Sur), il falaj Daris (a Nizwa), il falaj Al Mujasser (Al Rustaq), il falaj Al Khatmeen (a Nizwa), e il falaj Al Malaki (a Izki).

La via dei forti

Queste magnifiche e imponenti strutture punteggiano alture e speroni rocciosi in tutto il paese. Si tratta di più di mille tra forti, castelli e torri di avvistamento costruiti nel corso della lunga storia dell'Oman. Ognuno di essi presenta una particolarità o una speciale suggestione, dovuta agli elementi architettonici o all'ubicazione. La stessa capitale, Mascate, è dominata dagli impressionanti forti di Jalali e Mirani. Maestoso anche il **forte di Nakhl**, costruito in cima a un altopiano roccioso a strapiombo su una sterminata pianura verdeggiante di palme da dattero. Tra i forti da non perdere anche quelli di **Bait Naman** e **Al Hobe**, situati in località particolarmente amene e luogo di villeggiatura dei sultani. Splendido anche il **castello di Jabrin** che racchiude al suo interno passaggi segreti, soffitti dipinti, cortili racchiusi da pannelli in legno traforati e delicatamente intagliati. Dal punto più alto del palazzo, la vista che spazia sul massiccio dell'Hajar è mozzafiato.

IL POPOLO BEDUINO

Il termine beduino deriva dall'arabo *bedhw*, che significa abitante del deserto. Le tribù nomadi omanite sono diverse e vivono nelle zone desertiche (i beduini delle sabbie) ma anche nelle zone montagnose e sulle coste. Si dedicano al lavoro stagionale della coltivazione della palma da dattero, alla raccolta dei cereali, alla pesca e all'allevamento del bestiame. Sono popolazioni molto ospitali che custodiscono le proprie tradizioni bilanciandole con una cauta apertura alla modernità. Gli uomini appartenenti alle diverse tribù si distinguono per il colore del turbante e per il modo di indossarlo. Anche le donne indossano abiti estremamente colorati, con pantaloni ricamati e scialli a motivi indiani o africani, che consentono di identificarne l'appartenenza tribale.



EVENTI CULTURALI E FESTIVAL

Il calendario della stagione omanita è ricco di eventi adatti a soddisfare i gusti più vari. La **Royal Opera House di Mascate**, prima struttura dedicata alla musica classica e lirica nella penisola arabica, propone dal 2011 un prestigioso programma con grandi nomi della musica classica, jazz, operistica e del balletto. Per le indicazioni aggiornate e acquistare i biglietti basta visitare il sito www.rohmuscat.org

Un momento ideale per visitare la capitale è a inizio anno quando, tra gennaio e febbraio, si svolge il **festival di Mascate**: feste ed eventi in tutta la città consentono di scoprire il meglio della cultura omanita in un'atmosfera vivace e calorosa. Esposizioni di prodotti artigianali, spettacoli, grandi chef che cucinano i migliori piatti tipici, gare internazionali di ciclismo e vela e molto altro.

Tra questi, un evento da non perdere per gli appassionati di moda: la **Mascate fashion week**. Una settimana di sfilate dedicate alle creazioni di stilisti omaniti e di varie regioni dell'Asia e dei Paesi arabi. I modelli vengono poi esposti al Ghalya's museum of modern art.

Per info: www.muscat-festival.com.

Chi visita il paese durante l'estate resterà affascinato dal folkloristico **Salalah festival**. Organizzato a luglio/agosto per festeggiare la stagione del khareef, con temperature fresche e l'esplosione di una rigogliosa vegetazione, comprende un ricco calendario di concerti, spettacoli folkloristici e attività per famiglie con bambini tra cui il festival dell'aquilone.

Per info: www.salalahtourismfestival.com

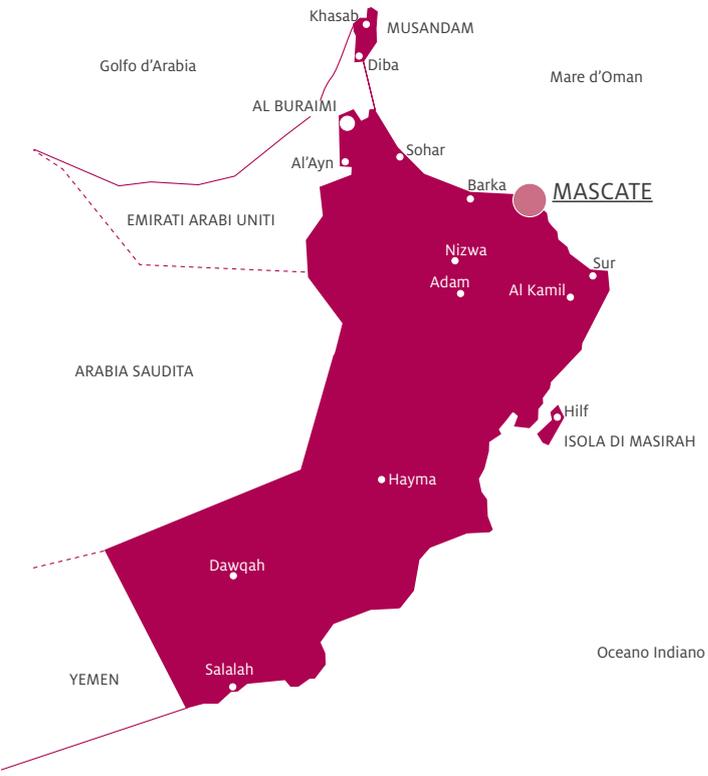
EVENTI SPORTIVI

L'antica tradizione nautica del Sultanato si rinnova grazie a diverse competizioni internazionali di alto livello. Le principali sono **Sailing Arabia** - The tour (febbraio, gara a tappe in tutto il nord della penisola arabica, www.sailingarabiathetour.com); **Extreme sailing Series** (marzo, riservata ai catamarani ultra-veloci, www.extremesailingseries.com, www.omansail.com); **Race week Mussanah** (marzo, regata internazionale di dinghy, <http://mussanahraceweek.com/en/>).

Ricca l'offerta anche per gli amanti del ciclismo con il **tour d'Oman** che vede al nastro di partenza i più forti ciclisti di tutto il mondo (febbraio, www.tourofoman.om) e la **TransHajar MTB race**, quattro giorni di prove fuoristrada in mountain bike per team maschili e femminili low budget e nel rispetto della natura (tra gennaio e febbraio, <http://transhajar.com/home>).







08 OMAN, INFO UTILI

CARTA D'IDENTITÀ	// 46
INFORMAZIONI PRATICHE	// 47
DIZIONARIO	// 49
INDIRIZZI UTILI	// 50

LA CARTA D'IDENTITÀ DEL SULTANATO

Il Sultanato dell'Oman occupa l'estremità sud orientale della penisola arabica ed è il terzo paese della regione per estensione dopo Arabia Saudita e Yemen, con i quali confina. Il Tropico del cancro lo attraversa, passando appena al di sotto della capitale, Mascate. Ha una superficie di 309.500 chilometri quadrati, di poco superiore a quella dell'Italia, per 4.000.000 abitanti. La popolazione si concentra nel nord del paese e nella regione del Dhofar, a sud, mentre l'80% del territorio è occupato dal deserto.

Economia: l'economia omanita si basa principalmente sull'esportazione di petrolio e gas naturale: il Paese condivide con l'Iran la posizione strategica sullo stretto di Hormuz, da qui transita oltre il 60% del consumo mondiale di petrolio. Altre voci significative della bilancia commerciale sono il commercio marittimo, la pesca, l'agricoltura e il turismo: quest'ultimo è in pieno sviluppo ed espansione per accogliere i sempre più numerosi visitatori internazionali in arrivo nel Sultanato, in crescita del 14% a livello mondiale rispetto allo scorso anno con arrivi totali pari a 2.388.161 passeggeri.

Ordinamento politico: l'Oman è una monarchia costituzionale a capo della quale è Sua Maestà il sultano Qaboos ibn Said. La capitale è Mascate.

Religione: La religione nazionale è l'islam nella variante meno diffusa dell'ibadismo. Una dottrina che attribuisce grande importanza al pacifismo, alla tolleranza e all'indulgenza. L'ibadismo è diffuso esclusivamente nel Sultanato, a Zanzibar e in alcune piccole enclave in Tunisia e Algeria.



INFORMAZIONI PRATICHE

Fuso orario: + 3 ore (+2 quando in Italia vige l'ora legale).

Valuta: Ryal dell'Oman (OMR), suddiviso in 1000 Baisa. Un Ryal vale circa 2 €, ma il cambio è variabile.

Banche: la rete bancaria è di standard europeo. È possibile pagare con le più diffuse carte di credito nei centri principali ma è meglio disporre di denaro contante per i negozi più piccoli e i villaggi meno turistici.

Orari: il week-end in Oman comprende il giovedì e il venerdì. Le banche sono aperte dalle 8 alle 12 dal sabato al mercoledì e dalle 8 alle 11.30 il giovedì. I negozi e il suk dalla domenica al giovedì dalle 8 alle 13 e dalle 16 alle 21

Lingua: la lingua ufficiale è l'arabo. L'inglese è largamente diffuso nelle città principali e in tutte le strutture turistiche. L'italiano è parlato dalle guide turistiche e dagli operatori locali.

Salute: nessun vaccino richiesto.

Abbigliamento: abiti estivi in ogni stagione, consigliabile un maglione in lana per le notti nel deserto o in montagna, per i locali con aria condizionata e se si prevede di visitare il Dhofar durante la stagione del monzone. Per le donne, sono da evitare abiti e gonne sopra il ginocchio, troppo aderenti o troppo scollati. Anche per gli uomini, è preferibile evitare pantaloncini corti e magliette senza maniche.

Clima: l'Oman è visitabile tutto l'anno. Vi sono due stagioni: l'estate, da marzo a ottobre, e l'inverno, da novembre a febbraio. Le temperature diurne in inverno si attestano tra i 25° e i 30° C sulle coste e in pianura ma scendono fra i 15° e i 25° sopra i 1.800 m, e a dicembre/gennaio durante la notte in montagna scendono addirittura sotto 0°C! D'estate, invece, la regione meridionale del Dhofar gode dei benefici della stagione del Khareef, che porta una forte umidità e mantiene le temperature intorno alla media invernale mentre al nord il clima è molto caldo con temperature che superano, anche abbondantemente, i 40°C. Il periodo migliore per escursioni nel deserto va da ottobre a fine aprile.

MESE	TEMPERATURA min e max	UMIDITÀ %
gennaio	14-26 °C	81-61
febbraio	15-27 °C	81-63
marzo	18-30 °C	74-61
aprile	22-34 °C	66-63
maggio	27-38 °C	61-63
giugno	29-39 °C	64-65
luglio	29-39 °C	64-64
agosto	27-41 °C	66-64
settembre	24-38 °C	73-64
ottobre	22-36 °C	77-62
novembre	17-30 °C	78-59
dicembre	15-27 °C	82-62

COME RAGGIUNGERE L'OMAN

Compagnie aeree: dall'Italia con voli diretti settimanali da Milano Malpensa con Oman Air oppure voli con scalo da Roma e Venezia con Emirates, Etihad Airways, KLM, Lufthansa, Qatar Airlines, Swiss Air e Turkish Airlines.

Muoversi all'interno: Oman Air gestisce una serie di voli interni che collegano Mascate a Salalah e Khasab. Khasab può essere raggiunta anche in catamarano veloce da Mascate gestito dalla National FerryCompany che collega anche le città di Lima e Shinas.

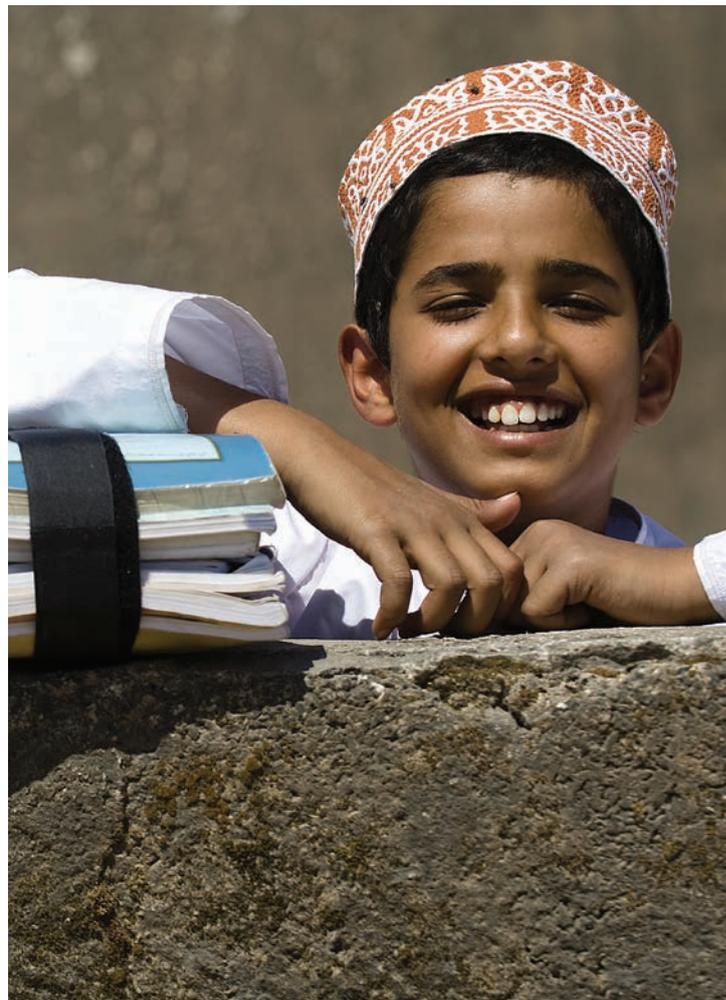
All'interno del paese ci si può spostare facilmente in automobile sulle strade principali a lunga percorrenza, con guida a destra come in Italia ed è sufficiente la sola patente Italiana per i primi 15 giorni a partire dall'ingresso nel paese. Se il soggiorno si estende per più di 15 giorni, è necessaria la patente internazionale.

Per le escursioni più impegnative, nel deserto o in montagna, è decisamente preferibile avere un autista e una guida locali. A Mascate è attivo un servizio di taxi.

La Oman National Trasport Company gestisce una rete di pullman comodi ed efficienti che uniscono le principali città del paese.

DOCUMENTI

Formalità: per entrare nel Paese sono necessari un passaporto con validità di almeno sei mesi e un visto che può essere chiesto e ritirato all'arrivo all'aeroporto di Mascate, di Salalah o al porto di sbarco della crociera al costo di 5 Rial (circa € 10) per soggiorni fino a 10 giorni e 20 Rial (circa € 40) per soggiorni da 11 a 30 giorni. Ulteriori



informazioni riguardo al visto sono disponibili presso l'ambasciata omanita in Italia, al numero 06 36300517 (attivo dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 15)

Regole di comportamento: è consigliabile che le donne evitino di fumare in pubblico e che le coppie mantengano un atteggiamento riservato. E' sempre preferibile chiedere il permesso di scattare fotografie alle persone, soprattutto se si tratta di donne e bambini. Ricordate, inoltre, che è proibito circolare per Mascate con vetture sporche di fango e sabbia.

DOVE DORMIRE

Il Sultanato dell'Oman è una destinazione di alta gamma e i suoi hotel sono, per la maggior parte, a 4 e 5 stelle. Tuttavia esistono soluzioni adatte a ogni tipo di viaggio e la qualità della ricezione è in genere buona. Il recente sviluppo turistico del Paese ha favorito l'espansione turistica di altre zone, come il Dhofar e la sua capitale Salalah, o la penisola di Musandam, ma anche di aree naturali meno frequentate come Nizwa, Duqm e Sur. Sono, inoltre, da segnalare le soluzioni suggestive e uniche dei campi di tende nel deserto e la possibilità di campeggiare liberamente ovunque, in particolare in montagna e sulle spiagge.

DIZIONARIO

Gli omaniti sono sempre molto felici di trovare un viaggiatore che sa qualche parola di arabo ed è una buona idea imparare almeno alcune semplici frasi di saluto e presentazione. La lingua araba non prevede una distinzione fra il "tu" e il nostro "lei" di cortesia.

Il saluto più formale è *salaam alaikum* (la pace sia con te) al quale si risponde: *Wa alaikum assalaam* (e con te).

Più informali: *sabah al khayr* (buongiorno), a cui si risponde *sabah annur* (lett. giorno di luce).

E la sera: *masà al khayr* (buonasera), a cui si risponde *masà annur*.
Benvenuto: *ahlan wa sahlan*.

Arrivederci: *maasalama*.

Come stai? *Kef halik?* (se ci si rivolge a un uomo); *Kef halish?* (rivolgendosi a una donna).

Bene: *Ana mabsout* (maschile), *Ani mabsouta* (femminile).

Grazie: *shukran*.

Prego: *afuan*.

Sì, grazie: *naam, shukran*.

No, grazie: *laa, shukran*.

Come ti chiami: *aysh ismak?* (rivolgendosi a un uomo); *aysh ismash?* (rivolgendosi a una donna).

Mi chiamo...: *Ismi...*

INDIRIZZI UTILI

IN ITALIA

Ufficio del turismo del Sultanato dell'Oman in Italia

presso AIGO - Milano

Tel. +39 02 89952633 Fax +39 02 6692648

omaninfo@aigo.it

www.omantourism.gov.om

Ambasciata del Sultanato dell'Oman in Italia

Via Camilluccia, 625 00135 Roma

Tel. +39 06 36300517

Dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 15.00

embassyoman@virgilio.it

IN OMAN

Ministero del Turismo

P. O. Box 200 PC 115 Ministerial Area Road - Mascate

Tel +968 22088179

info@omantourism.gov.om

www.omantourism.gov.om

Ambasciata d'Italia e Sezione Consolare

Way 3034 House 2697 Shatt Al Qurum - Mascate

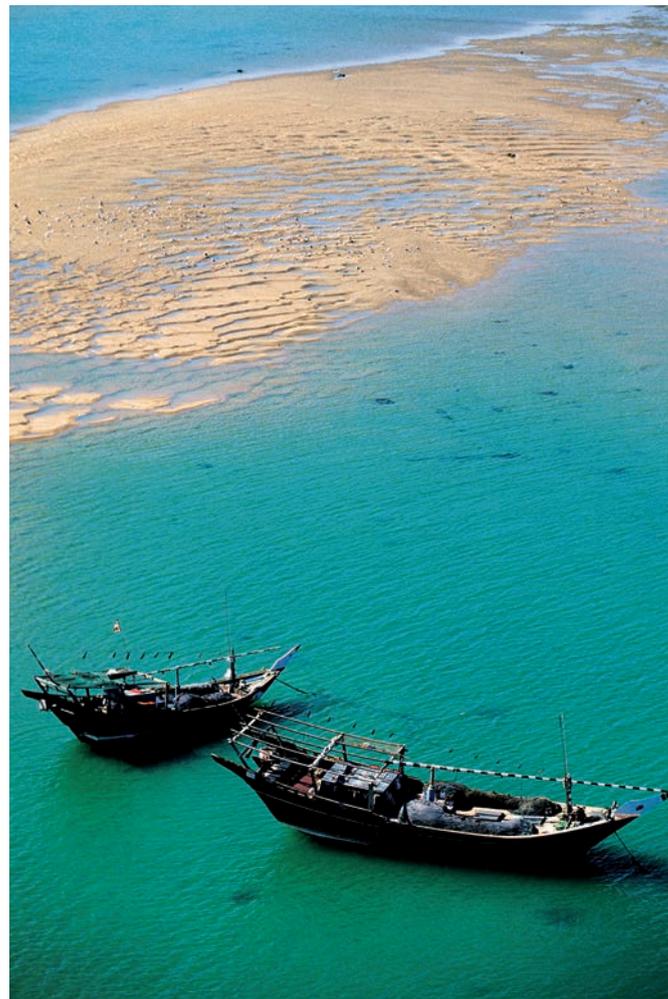
Tel +968 24 693727

Dal sabato al martedì dalle 7.45 alle 15.00;

mercoledì dalle 7.45 alle 14.45

ambasciata.mascate@esteri.it

www.ambmascate.esteri.it





Ministero del Turismo

UFFICIO DEL TURISMO
DEL SULTANATO DELL'OMAN

Tel. +39 02 89952633

omaninfo@aigo.it

www.omantourism.gov.om

 Oman Turismo