

Oman Desert Marathon – 22-29 Noiembrie 2019

Muscat & Oman Desert

Perioada deplasarii 21 Noiembrie - 30 Noiembrie 2019



Oman Desert Marathon 2019 / Multi Stage Race 165 Km / 6 Etape

Oman Desert Marathon este o cursa de tip Multi Stage care se desfășoară pe cele mai înalte dune de nisip al desertului Oman. Sunt 165 de km în 6 etape pe urmele vechilor caravane din desert, de la oasisa Bidya până la Marea Arabiei. Este o mare aventură și provocare pentru orice iubitor de sport, o experiență de neuitat în care veți dormi în corturi în desert, veți alerga pe dunele de nisip atât în plină zi cât și noaptea la lumina stelelor și a frontalei. Oman Desert Marathon este o alegere perfectă pentru cine dorește să încerce o astfel de cursă multi stage, fiind accesibilă atât din punct de vedere al distanțelor din fiecare etapa cât și al costurilor de participare și deplasare.

Cursa este organizată excelent de către Ministerul de Turism și Sport din Oman având întregul suport al comunităților locale și experiența oferită de o echipă internațională implicată în organizarea altor curse de acest tip.

Oman este o destinație sigură, primitoare și fascinantă. Cu o abundență de frumuseți naturale, de la munte spectaculosi, desertul cu ale sale dune de nisip până la zona de coastă a Marii Arabiei, Oman reprezintă o excelentă alegere pentru un contact cu lumea araba, intr-o țară deschisă la nou dar care își păstrează încă cultura sa specifică regiunii.



Str. Ermil Pangratti, Nr. 3, Etaj 1, Ap.4, Bucuresti – 1, Romania
Tel/Fax: 0040 21 233 4775; 0040 728 001359,
Web-site: www.exploretravel.ro;
Email: office@exploretravel.ro

Vom zbura la Muscat via Doha, iar din momentul sosirii in Oman suntem preluati de organizatorii cursei si devinem oaspetii lor si intram intr-o mare familie alaturi de participanti din alte 100 de tari.

Explore Travel a fost desemnata reprezentant oficial pentru Romania incepand cu 2019.

Grupul Explore Travel o sa fie format din maxim 12 Participanti. Noi ne ocupam de toate detaliile participarii de la inscriere, transport, viza pentru Oman, sfaturi legate de echipamentul necesar si sfaturi de antrenament si asistenta pe durata deplasarii, avand o persoana care participa la cursa alaturi de voi.

Dragos Pironog, Chief Explorer Officer la Explore Travel o sa fie persoana voastră de contact pentru toate detaliile deplasarii si cel alaturi de care o sa impartiti aceasta experienta la Oman Desert Marathon.

Andrei Gligor a alergat toate cele 4 curse din cadrul [4 Deserts](#), a participat de 2 ori la Maraton des Sables si o sa ne ofere suportul sau in alegerea echipamentului si alimentatiei pentru aceasta cursa.

Radu Milea este printre cei mai buni ultramaratonisti din Romania si timp de 3 luni, incepand cu luna Septembrie o sa va ofere sfaturi de antrenament.

Experiente locale:

- Participati la o cursa Multi Stage prin desertul din Oman
- Bucurati-vă de ospitalitatea locală din Oman pe toată durata excursiei
- Relaxați-vă într-o oază din desert la finalul cursei
- Traieste aceasta experienta alaturi de un grup de alergatori romani
- Descopera orasul Muscat intr-un scurt tur al capitalei statului Oman.

Ziua 1: 21 NOIEMBRIE 2019: BUCURESTI – DOHA

Plecare din Bucuresti de pe aeroportul Otopeni la ora 23.30 spre Oman cu compania Qatar Airways via Doha.

Ziua 2: 22 NOIEMBRIE 2019: DOHA - MUSCAT

Sosire in Doha la ora 05.15 si scurta escala pana la ora 07.20 cand se pleaca spre Oman. Sosire la 10.10 in Muscat si preluare de la aeroport de catre echipa de organizatori ai cursei si transfer la Oman Desert Marathon Basecamp in oaza Bidiya. Pranz si cina incluse. Distribuirea numerelor de concurs si zi de adaptare si pregatire pentru cursa.

Ziua 3: 23 NOIEMBRIE 2019: ETAPA 1 / 21 KM

Mic dejun oferit de organizatori si **START OMAN DESERT MARATHON.**

Prima etapa incepe la ora 06.30 si din acest moment incepe cursa si sunteti obligati sa aveți la voi in rucsac echipamentul si mancarea pentru cele 6 zile cat dureaza cursa. Singurul lucru pe care vi-l ofera organizatorii pe durata cursei este apa (la unele puncte de hidratare pe traseu si la finalul fiecarei etape).

Prima etapa este de doar 21 de km insa este etapa de aclimatizare in cursa. Rucsacul este greu avand proviziile pentru toate cele 6 zile de cursa si corpul nu este inca adaptat la climatul din desert, pentru multi fiind poate prima oara cand sunt intr-un desert.



Str. Ermil Pangratti, Nr. 3, Etaj 1, Ap.4, Bucuresti – 1, Romania
Tel/Fax: 0040 21 233 4775; 0040 728 001359,
Web-site: www.exploretravel.ro;
Email: office@exploretravel.ro

Primii 10 km sunt pe un teren plat si nisip compact insa traseul intra in desert si urmatorii 8 km sunt destul de dificili. Ultimii 3 sunt in coborare prin dunele de nisip pana la castelul Al Wassil unde locnicii va asteapta zgomotosi si de unde sunteti transferati in tabara pentru prima noapte.

Cazare: cort in desert

Nivel cazare: basic

Distanță etapa: 21 km

Ziua 4: 24 NOIEMBRIE 2019: ETAPA 2 / 25 KM

Etapa a 2 porneste de pe varful unei dune mari de nisip si continua toata ziua cu urcari si coborari si portiuni de alergare pe varful unor dune. Startul are loc la 06.30 dimineata, imediat dupa rasaritul soarelui.

Cazare: cort in desert

Nivel cazare: basic

Distanță etapa: 25 km

Ziua 5: 25 NOIEMBRIE 2019: ETAPA 3 / 29 KM

Aceasta etapa va face diferenta, atat pentru alergatorii de top, cat si pentru alergatorii amatori, spune directorul cursei Ahmed Al Malki. Acest lucru se datoreaza faptului ca se traverseaza una dintre cele mai dificile zone ale desertului. Deja de 3 zile in cursa, participantii simt deja oboseala si sunt in mijlocul desertului, departe de orice urma de civilizatie si inconjurati de nisip virgin si natura neatinsa.

Cazare: cort in desert

Nivel cazare: basic

Distanță etapa: 29 Km

Ziua 6: 26 NOIEMBRIE 2019: ETAPA 4 / 28 KM

Aceasta etapa traverseaza alta zona cu nisipuri virgine insa peisajul se schimba putin si apar dune mai mici si portiuni de nisip compact si chiar putina iarbă.

Cazare: cort in desert

Nivel cazare: basic

Distanță etapa: 28 Km

Ziua 7: 27 NOIEMBRIE 2019: ETAPA 5 / 42 KM – MARATON DE NOAPTE



Str. Ermil Pangratti, Nr. 3, Etaj 1, Ap.4, Bucuresti – 1, Romania
Tel/Fax: 0040 21 233 4775; 0040 728 001359,
Web-site: www.exploretravel.ro;
Email: office@exploretravel.ro

Etapa de maraton este cea mai lunga etapa a cursei, cu 42 km si 195 metri de traversat pana la ultima tabara de corturi inainte de finish. Startul acestei etape se face la ora 15,00 oferind putina odihna in plus participantilor dupa etapele grele precedente. Chiar daca este o etapa lunga si este pe finalul cursei, acest maraton este una dintre cele mai frumoase experiente pentru ca ofera posibilitatea de a alerga noaptea prin desert. Departe de orice localitate si alergand sub cerul instelat al desertului si simtind aerul racoros al serii, alergatorii se bucura de aceasta etapa. Traseul este unul lin si dupa primii 15 km de nisip moale urmeaza o sectiune cu teren compact care ofera posibilitatea de a alerga mai usor catre punctul final al maratonului. Trecerea pe langa niste case beduine inseamna primele semne de civilizatie dupa 3 zile in desert.

Cazare: cort in desert

Nivel cazare: basic

Distanta etapa: 42 Km

Ziua 8: 28 NOIEMBRIE 2019: ETAPA 6 / 20 KM

Ultima etapa a cursei are 20 de km si incepe la ora 09.00. Pana la singurul punct de alimentare de la km 10,5 traseul este unul lin si usor, similar cu cel din etapa precedent. De aici apropierea de Marea Arabiei schimba peisajul si textura terenului. Alergatorii au de traversat inca 2 dune de nisip pana la punctul final al cursei. Transfer la hotel pentru cazare, un dus mult asteptat si o cina bufet alaturi de bauturi reci oferite de organizatori.

Cazare: hotel in Bidiyah

Nivel cazare: superior

Distanta etapa: 20 Km

Ziua 9: 29 NOIEMBRIE 2019: ZI DE RELAXARE

Zi libera de odihna dupa cursa. Optional puteti opta pentru diferite activitati in Wadi Bani Khalid. Pranz inclus la hotel si seara cina festiva.

Cazare: hotel in Bidiyah

Nivel cazare: superior

Experiente: cina festiva

Ziua 10: 30 NOIEMBRIE 2019: MUSCAT – DOHA - BUCURESTI

Transfer dimineata devreme in Muscat. Oprit la Mutraq Souq pentru vizita si cumparaturi dupa care transfer la aeroport pentru zborul Qatar Airways cu plecare la ora 13.45. Sosire la 14.35 in Doha si scurta escala pana la 16.10 cand se pleaca spre Bucuresti. Sosire la ora 20.30.



Str. Ermil Pangratti, Nr. 3, Etaj 1, Ap.4, Bucuresti – 1, Romania
Tel/Fax: 0040 21 233 4775; 0040 728 001359,
Web-site: www.exploretravel.ro;
Email: office@exploretravel.ro

Desert Oman Marathon 2019	Tarif pentru persoana (EURO)
Desert Oman Marathon	2100 Euro

Grup minim 10 persoane. Pentru grup sub 10 persoane, tarifele se vor recalcula.

Tariful include:

- Taxa de inscriere garantata pentru Oman Desert Marathon 2019
- Bilete de avion Bucuresti – Muscat si retur via Doha cu Qatar Airways
- Taxe de aeroport
- Program de pregatire si consultanta din partea Team Run pentru ultimele 3 luni inainte de cursa (Sep/Oct/Nov)
- 6 nopti cazare in cort in desert pe durata cursei
- 2 nopti cazare la hotel in Bidyah
- 2 pranzuri si 3 cine oferite de organizatori dintre care ultima cina este Cena Festiva
- transferuri in Oman
- Sfaturi legate de echipament si alimentatie pe durata cursei oferite de Andrei Gligor.
- Taxa de viza Oman
- Asistenta turistica Explore Travel

Tariful nu include :

- asigurarea medicala si asigurarea storno a calatoriei optionala
- orice echipament necesar cursei

Avantajele inscrierii prin Explore Travel

- Taxa de participare este garantata pentru oricare dintre participantii din Romania daca se face pana la data de 31.08.2019 si se poate achita in transe egale
- Explore Travel se ocupa de inscriere, viza, transport, documente de calatorie
- Posibilitatea de a avea o experienta unica alaturi de un grup de alergatori romani
- Program de pregatire adaptat posibilitatilor fiecaruia pentru finalizarea in bune conditii a cursei alese din partea partenerilor nostri de la Team Run.
- Lista cu recomandari pentru echipament si alimentatie
- Reduceri speciale pentru echipament sportiv sau alimentatie oferite de partenerii nostri
- Asistenta din momentul inscrierii si pe durata excursiei oferita de noi

Orar de zbor: QATAR AIRWAYS



Str. Ermil Pangratti, Nr. 3, Etaj 1, Ap.4, Bucuresti – 1, Romania
Tel/Fax: 0040 21 233 4775; 0040 728 001359,
Web-site: www.exploretravel.ro;
Email: office@exploretravel.ro

21.11 Bucuresti – Doha 23:30 – 05:15
22.11 Doha – Muscat 07.20 – 10.10

30.11 Muscat – Doha 13:45 – 14:45 / Doha – Bucuresti 16.10 – 20.30

* orarul de zbor poate suferi modificari

Conditii de inscriere

- *Plata unui avans de 300 Euro in momentul inscrierii*
- *Transa a doua de 1000 Euro pana la data de 31.08.2019*
- *Plata integrala pana la data de 01.11.2019*

Conditii de anulare:

- *Avansul de 300 Euro este nerambursabil si acopera penalizarea la biletul de avion si avansul la taxa de inscriere la cursa care este nerambursabila*
- *Pentru anulari din momentul inscrierii si cu pana la 90 de zile inainte de plecare se ramburseaza contravaloarea pachetului mai putin avansul de 300 Euro nerambursabil.*
- *Pentru anulari cu mai putin de 90 de zile inainte de plecare penalizarea este 100%.*