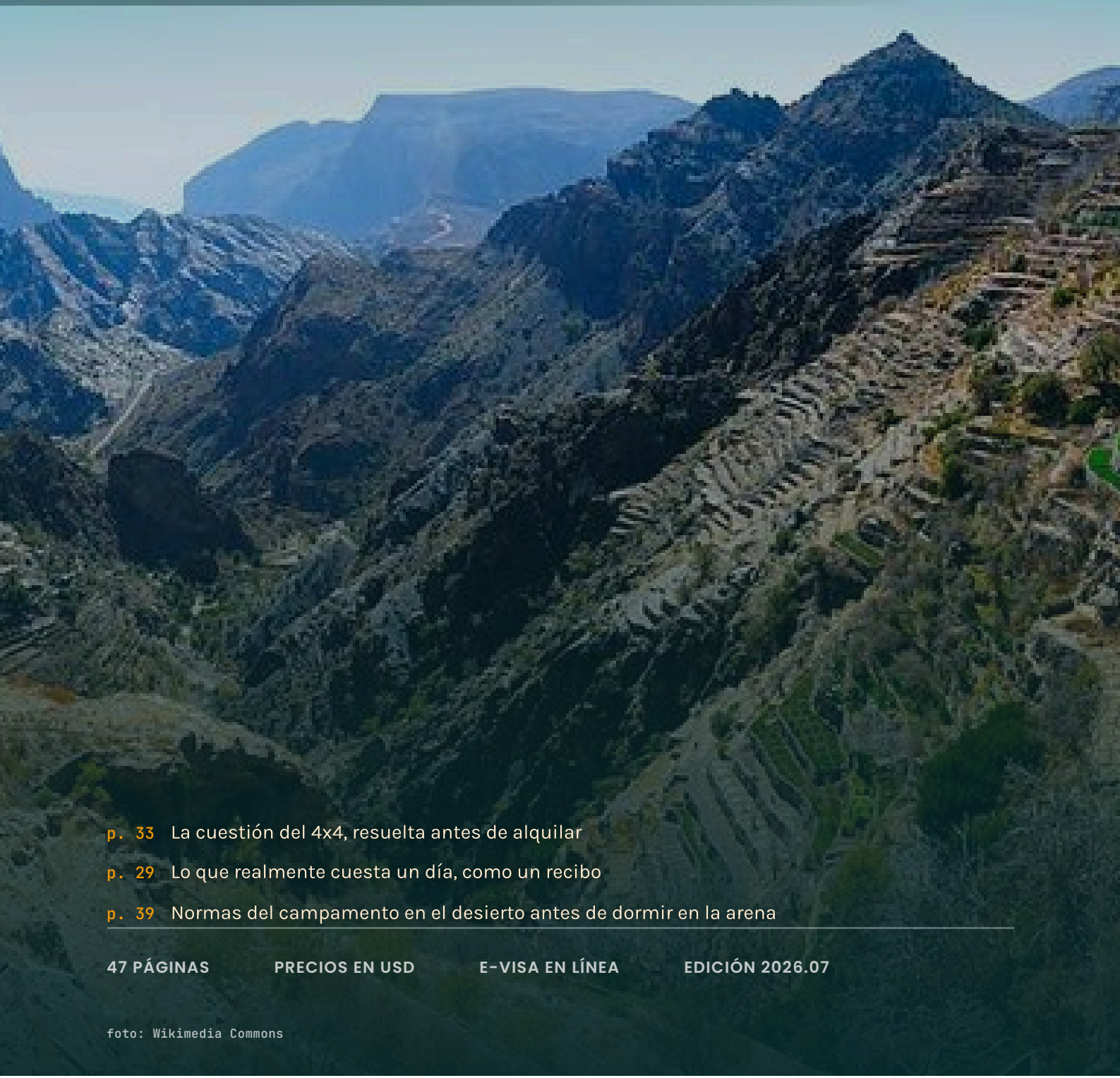
PACK LIGHTLY

EL RINCÓN TRANQUILO DE ARABIA

Omán

Los wadis, los fuertes y las dunas, desglosados con honestidad: lo que realmente cuesta un día, cuándo un 4x4 vale su precio, y cómo recorrer Mascate, las montañas y el desierto en un solo trayecto bien planificado.



p. 33 La cuestión del 4x4, resuelta antes de alquilar

p. 29 Lo que realmente cuesta un día, como un recibo

p. 39 Normas del campamento en el desierto antes de dormir en la arena

47 PÁGINAS PRECIOS EN USD E-VISA EN LÍNEA EDICIÓN 2026.07

foto: Wikimedia Commons

Empieza aquí

la forma de un viaje a Omán, lo que cuesta, qué organizar primero


ARENAS DE WAHIBA, EL DESIERTO AL ATARDECER

Omán es el estado del Golfo que conservó su paisaje. Sin carrera de rascacielos, sin centros comerciales temáticos haciéndose pasar por un país: en cambio, una costa de puertos en funcionamiento, fuertes de adobe en la llanura interior, cañones sombreados de palmeras cortados en montañas desnudas, y un mar de dunas naranjas que se extiende hasta el Cuadrante Vacío. La mayor parte de un viaje se organiza en torno a la cordillera de Hajar: Mascate en la costa, Nizwa y sus fuertes hacia el interior, las terrazas altas de Jebel Akhdar, y el desierto y las playas de tortugas al sur y este. Salalah, el verde sur monzónico, está a mil kilómetros y requiere un vuelo. Esta guía se organiza según esa geografía: lo que cuesta cada tramo, si necesitas un 4x4, y las pocas cosas que hay que reservar antes de volar. Todo sin conexión, en tu bolsillo.

La forma de un viaje

La mayoría de los primeros viajes recorren Mascate, Nizwa, las montañas, las Arenas de Wahiba y la costa este en una semana, y añaden Salalah por avión para diez días o más. Norte compacto, trayectos largos hacia el sur: alquila un coche y no te apresures.

Lo que cuesta un día

Viajar con mochila ronda los 50 USD al día, gama media unos 100, comodidad cerca de 250. El recibo completo, de la cama al café de cardamomo, se detalla en la página 29.

Organiza antes de volar

La e-visa es un formulario de cinco minutos, el coche es el viaje, y un 4x4 solo se justifica para las dunas y las pistas altas. La página 31 indica el orden en que reservar.


COMIDA OMANÍ, LA FUENTE COMPARTIDA


FUERTE DE NIZWA EN LA LLANURA INTERIOR

CÓMO FUNCIONAN LOS ENLACES

Algunos enlaces de reserva generan una comisión para Pack Lightly, sin costo adicional para ti. El aviso completo está en la última página.

Índice

toca una línea para ir directo ahí

01 El país 07

02 Adónde ir 10

03 Qué hacer 18

04 Rutas e itinerarios 23

05 Cuándo ir 28

06 Práctico 31

07 Seguro e inteligente 38

08 Herramientas, tarjetas, fuentes 43

ACCESOS RÁPIDOS

La cuestión del 4x4 33

Lo que realmente cuesta un día 29

Normas del campamento en el desierto 39

Tu viaje en una página

7 a 10 días · 50 a 250 USD/día · mejor de octubre a abril

Si no lees nada más, esta página es el viaje. El clásico primer recorrido va de Mascate por la costa hasta Nizwa y los fuertes, sube a las montañas de Hajar, cruza las dunas de Wahiba, y vuelve por la costa este pasando por Sur y la playa de tortugas de Ras al Jinz. Presupuesta según las cifras de abajo, no según las tarifas de los resorts. Reserva el coche antes de volar y resuelve la cuestión del 4x4 con tiempo: lo necesitas para las dunas y las pistas altas, no para las autopistas. Salalah, el verde sur monzónico, es un tramo aparte al que se llega en avión para viajes más largos.

LA RUTA

Mascate día 1-2
1.5h en coche
Nizwa día 3
1h en 4x4
Jebel Akhdar día 4
3h en coche
Wahiba día 5
2h en coche
Costa de Sur día 6-7

PRESUPUESTO POR DÍA

Mochilero	50 USD
Estándar	100 USD
Comodidad	250 USD

RESERVA PRIMERO

01 Vuelos internacionales, 6 a 8 semanas antes — Skyscanner

02 E-visa y normas de entrada, antes de volar — Sherpa

03 eSIM, instálala antes de salir — Saily

MEJORES MESES

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
■	■	■	■	■				■	■	■	■

■ mejor: fresco y seco ■ intermedio: empieza el calor ■ pico de calor veraniego

Omán de un vistazo

puntuaciones 0-100 · datos de la herramienta de comparación de países de pack-lightly

PUNTUACIÓN

Seguridad	90
Naturaleza	80
Cultura	80
Aventura	75
Comida y bebida	65
Económico	50

Viaje económico	50 USD/día
Gama media	100 USD/día
Lujo	250 USD/día

NATURALEZA · CULTURA · AVENTURA · PAREJAS · FAMILIAS · SOLO

fuente: herramienta de comparación de países, 2026-07 · media de la región Oriente Medio 65

SEIS IMÁGENES DEL VIAJE













01

El país

Qué es Omán, qué no es, y por qué el país más tranquilo del Golfo es el que vale la pena recorrer. Cuatro regiones que conocer antes de elegir fechas.

EN ESTE CAPÍTULO

Un país, cuatro regiones, cuatro perfiles de viajero 07

El Golfo sin prisas: auténtico frente a pulido 08

Qué es Omán

5M de habitantes · 4 regiones · la península arábiga sin prisas

Un sultanato de unos cinco millones de habitantes en el extremo sureste de la península arábiga, que comparte fronteras con los Emiratos Árabes Unidos, Arabia Saudí y Yemen, y una larga costa sobre el mar Arábigo. Mascate es la capital y el punto de llegada: una ciudad de baja altura de aproximadamente un millón de habitantes extendida por la costa bajo montañas desnudas, donde empieza casi todo viaje. Omán es el Golfo tranquilo y sin aglomeraciones. Es excepcionalmente seguro, los omaníes son acogedores sin insistencia comercial, el inglés se usa ampliamente en el sector turístico, y las carreteras son excelentes. La contrapartida son las distancias y el precio: los lugares de interés están repartidos en trayectos largos, un coche de alquiler es prácticamente imprescindible, y el alojamiento y el combustible suman más rápido que en los rincones más económicos de Asia. Esta guía muestra la versión que funciona en 2026.

CAPITAL
Mascate
~1M de habitantes

RELIGIÓN
Ibadí
una rama distintiva del islam

MONEDA
OMR
1 OMR = ~2.60 USD

MEJORES MESES
Oct-Abr
fresco y seco

CUATRO REGIONES, CUATRO PERSONALIDADES



La costa: Mascate y el norte

centro · puertos · base todo el año

Donde empieza todo viaje. La Gran Mezquita, el zoco y el paseo marítimo de Muttrah, y excursiones fáciles de un día a wadis y fuertes antiguos por la costa de Batinah.



El interior: Nizwa y el Hajar

fuertes · picos en terrazas · noches frescas

El antiguo corazón de Omán: pueblos con fuerte como Nizwa y Bahla, y las mesetas altas de Jebel Akhdar y Jebel Shams sobre ellos.



Desierto y costa este

dunas · wadis · playas de tortugas

Duerme en las dunas de Wahiba, nada en el cañón de Wadi Shab, observa el anidamiento de tortugas en Ras al Jinz, y visita los astilleros de dhows en Sur.



El extremo sur: Salalah y Dhofar

verde monzónico · incienso · a un vuelo de distancia

A mil kilómetros al sur, Dhofar se vuelve verde bajo el monzón del khareef en verano mientras el resto de Arabia se cuece de calor. Se llega en un vuelo corto.

PARA QUIÉN ESTÁ PENSADA ESTA GUÍA

Primera visita
7 días, gama media, el recorrido en coche de alquiler de Mascate a las montañas y al desierto.

Naturaleza y aventura
Baños en wadis, la caminata del balcón de Jebel Shams, una noche acampando en las dunas.

Cultura e historia
Los fuertes de Nizwa y Bahla, los zocos y la Gran Mezquita, a un ritmo pausado.

Pareja o familia
Una semana de lugares imprescindibles más una playa y un campamento en el desierto para relajarse.

El Golfo sin prisas

el vecino tranquilo · auténtico donde el resto se volvió artificial



ZOCO DE MUTTRAH, UN MERCADO EN FUNCIONAMIENTO

A dos horas por carretera de los centros comerciales e islas artificiales de Dubái, Omán decidió ser lo contrario. Una ley mantiene la mayor parte del país de baja altura, así que Mascate se extiende blanca y plana bajo las montañas en lugar de crecer hacia arriba. Los zocos siguen vendiendo incienso y plata a los propios omaníes, no solo a los turistas. Los fuertes se restauraron, no se reemplazaron. Lo que obtienes es un estado del Golfo que todavía parece y se siente como tal: un lugar de puertos, palmeras datileras y pueblos de adobe en vez de un perfil urbano construido para las fotos.

Ese es el atractivo y la contrapartida en uno. Omán es más tranquilo, calmado y auténtico que sus vecinos, y también más caro, más pausado y con menos vida nocturna. El alcohol se encuentra en los bares de hotel, no en cada esquina. La recompensa es un país donde un pueblo con fuerte al atardecer, un baño en un cañón con apenas otras personas, o una taza de café de cardamomo ofrecida sin pedirla, todavía se sienten genuinos. Ven por el paisaje y la calma, no por la fiesta.

La ausencia de un perfil de rascacielos es deliberada. Un límite de altura mantiene Mascate a escala humana, y por eso se percibe como un lugar real, no como un resort.

Combina Omán con una escala en Dubái si quieres ambos: el Golfo pulido durante una noche, el auténtico durante una semana.

Fuertes en lugar de torres

Nizwa, Bahla, Jabreen: fortalezas de adobe restauradas, no réplicas de cristal.

Zocos en funcionamiento

Muttrah sigue vendiendo plata, halwa e incienso a los lugareños, a precios reales.

Paisaje vacío

Wadis y dunas que puedes tener casi para ti solo fuera de las vacaciones escolares.

PROFUNDIZA Los rincones tranquilos en la guía de lugares no turísticos, la selección de paisajes en la página de los lugares más bellos, y las costumbres detrás de todo en el artículo sobre la cultura.

foto: Wikimedia Commons

02

Adónde ir

Siete lugares llevan el peso del país: una capital costera, dos pueblos con fuerte, picos altos en terrazas, un cañón o dos, un mar de dunas, y una playa de tortugas en el borde del mapa.

EN ESTE CAPÍTULO

Mascate 10

Nizwa y los fuertes 11

Las montañas de Jebel 12

Los wadis 13

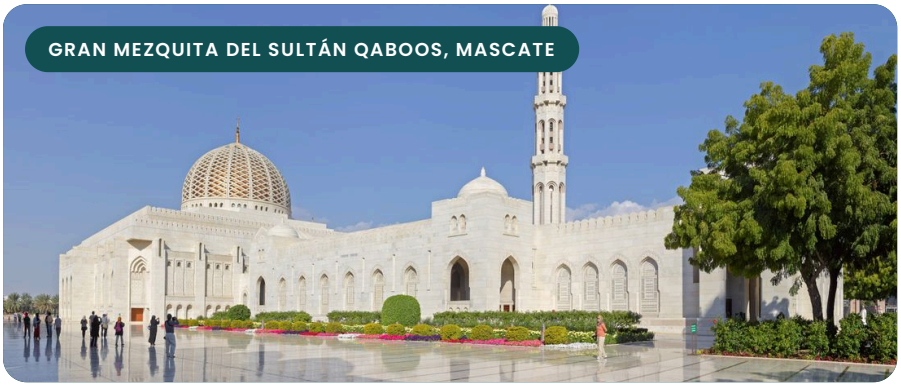
Arenas de Wahiba 14

Sur y la costa de las tortugas 15

Salalah y el khareef 16

Mascate

capital · 2 noches · base todo el año


GRAN MEZQUITA DEL SULTÁN QABOOS, MASCATE

Mascate es una capital que se negó a crecer hacia arriba. Se extiende a lo largo de cuarenta kilómetros de costa en bloques blancos y bajos entre montañas pardas y el mar, una sucesión de barrios más que un centro único. La mayoría de los viajeros la usan como punto de partida, y dos noches son suficientes: una para ver los puntos clave, otra para hacer una excursión de un día a un wadi por la carretera costera. El ritmo es pausado, las calles están limpias, y la llamada a la oración se extiende sobre el agua al atardecer.

Los dos puntos de referencia están en extremos opuestos. La Gran Mezquita del Sultán Qaboos, al oeste, es el mejor edificio moderno del país: una alfombra enorme de una sola pieza, una araña de cristal Swarovski, y una calma que recompensa el horario de primera hora de la mañana, cuando pueden entrar los no musulmanes. Hacia el este, el Mascate antiguo rodea el paseo marítimo de Muttrah, donde un zoco en funcionamiento de plata, incienso y halwa se extiende desde el puerto bajo balcones tallados en madera.

La Gran Mezquita abre a no musulmanes de sábado a jueves, aproximadamente de 8 a 11am, cerrada los viernes. Cubre brazos y piernas; las mujeres cubren el cabello. Entrada gratuita.

No hay metro. Las apps Careem y Otaxi son mejores que los taxis de calle, que rara vez usan taxímetro. Un coche de alquiler es lo más práctico para las excursiones a wadis.

La Gran Mezquita

Una de las grandes mezquitas modernas, su nave principal serena y enorme. Solo por las mañanas.

Zoco y paseo de Muttrah

Plata, incienso y halwa en un mercado cubierto, seguido de un paseo junto al puerto.

Fuertes del Mascate antiguo

Al Jalali y Al Mirani custodian el puerto real, enmarcando el Palacio Al Alam.

Excursiones por la costa

El Sumidero de Bimmah y Wadi Shab están a 1 o 2 horas por la carretera costera.

PROFUNDIZA

La guía completa de Mascate clasifica lo mejor, la página de la Gran Mezquita cubre el código de vestimenta y los horarios, y el mercado tiene su propio artículo con horarios y consejos.

Nizwa y los fuertes

1.5h desde Mascate · 1-2 días · la antigua capital del interior



FUERTE DE NIZWA, LA TORRE REDONDA

El mercado de cabras de Nizwa se celebra temprano los viernes, de unas 6 a 8am. Ve al amanecer y combínalo con el fuerte antes de que llegue el calor y las multitudes.

La entrada a los fuertes cuesta unos 5 OMR (~13 USD) cada uno. Nizwa, Bahla y Jabreen están a 30 minutos entre sí, así que hazlos como una sola ruta.

Nizwa fue durante siglos la capital del interior de Omán, un oasis de palmeras datileras a los pies del Hajar, y sigue siendo la mejor base para las montañas y el país de fuertes a su alrededor. La gran torre redonda del Fuerte de Nizwa, construida en el siglo XVII para resistir invasores, ofrece la vista más amplia sobre el oasis y esconde un laberinto de troneras y escalones falsos diseñados para detenerlos en la puerta. Debajo, el zoco restaurado vende plata, cerámica y dátiles y, los viernes por la mañana, cabras vivas en una subasta ruidosa y en movimiento.

Dos fuertes más están a media hora y convierten la región en una excursión de un día completo. Bahla, una fortaleza declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO con siete kilómetros de murallas de adobe, es la más antigua y con más ambiente, envuelta en historias locales de magia y yinns. Jabreen, un castillo-palacio del siglo XVII cercano, es el más elegante: techos pintados, inscripciones coránicas y habitaciones frescas construidas para un gobernante erudito más que para un asedio.

Fuerte y zoco de Nizwa

La torre redonda, los puestos de plata, y la subasta de cabras del viernes al amanecer.

Fuerte de Bahla

Patrimonio de la Humanidad, siete kilómetros de murallas, el más antiguo y evocador de los tres.

Castillo de Jabreen

Techos pintados y salas de erudito, el contrapunto elegante a la solidez de Bahla.

SIGUE LEYENDO El pueblo en la guía de Nizwa, la torre de cerca en la página del Fuerte de Nizwa, y el gigante de adobe en la página del Fuerte de Bahla.

Las montañas de Jebel

el Hajar alto · 1-2 noches · territorio de 4x4



Por encima de los pueblos con fuerte, el Hajar se eleva hasta los dos mil metros, y el aire cambia con la altura. Jebel Akhdar, la Montaña Verde, no es verde en el sentido que sugiere su nombre: es una meseta caliza alta cortada por antiguos pueblos de piedra y, en una de sus curvas de nivel, terrazas de granada, albaricoque y las rosas damascenas que se destilan en agua de rosas cada primavera. Es diez grados más fresco que la llanura, lo que la convierte en el refugio del verano y en una noche fría en invierno. La carretera de subida está asfaltada pero es empinada, y un control policial al pie hace regresar a todo lo que no sea un 4x4.

Una hora al oeste, Jebel Shams es el pico más alto de Omán y el lugar de su mejor caminata. La Caminata del Balcón (sendero W6) sigue una cornisa a lo largo del borde de Wadi Ghul, el cañón que se promociona como el Gran Cañón de Arabia, hasta un pueblo abandonado aferrado al acantilado. Es un recorrido de ida y vuelta plano de tres horas con una caída vertical durante todo el trayecto, sin escalada, sin permiso, solo agua, protección solar y cabeza para las alturas.

El control de Jebel Akhdar es estricto: solo 4x4, sin excepciones, y las empresas de alquiler anulan el seguro si envías un vehículo 2WD. Reserva el coche adecuado o un conductor.

La Caminata del Balcón no tiene barandilla y tiene una caída larga. Adecuada para caminantes con paso firme y a la luz del día, no apta para niños pequeños ni para terminar al atardecer.

Terrazas de Jebel Akhdar

Terrazas de rosas y granadas, aire fresco, y una caminata por el pueblo entre ellas.

La Caminata del Balcón

Un sendero plano en cornisa hacia Wadi Ghul en Jebel Shams. Tres horas, vistas enormes.

Misfat al Abriyeen

Un pueblo de adobe escalonado con un paseo junto al canal de agua falaj, de camino a la subida a la cordillera.

MÁS DETALLES

La meseta en la guía de Jebel Akhdar, y el sendero del acantilado en la guía de Jebel Shams. Más picos en el artículo sobre las montañas.

Los wadis

pozas de cañón · medio día cada uno · mejor de octubre a abril



Un wadi es un valle que solo lleva agua tras la lluvia, y en Omán los mejores conservan agua todo el año: pozas turquesa entre acantilados naranjas, alimentadas por manantiales y a la sombra de palmeras datileras. Es lo mejor que ofrece el país. Wadi Shab, en la costa al sur de Muscat, es el clásico: un breve trayecto en barca cruzando la desembocadura, una caminata de 45 minutos por el desfiladero pasando pozas y canales falaj, y luego una travesía a nado por un cañón estrecho hasta una cascada oculta dentro de una cueva. Lleva calzado apto para nadar y una bolsa estanca, y ve temprano.

Tierra adentro, Wadi Bani Khalid es el fácil: pozas amplias a las que se llega por un sendero pavimentado, popular entre familias y concurrido los viernes. Entre ambos, el Bimmah Sinkhole, un cráter de piedra caliza colapsado con agua verde justo junto a la carretera costera, es una parada de diez minutos que merece un salto desde los escalones. Ninguno de los tres necesita guía, pero los tres premian empezar temprano antes de que lleguen los excursionistas del día.

Nunca entres a un wadi si se pronostica lluvia río arriba. Las riadas repentinas llenan estos cañones en minutos y son el verdadero peligro, no el baño en sí.

Cúbrete entre baño y baño. Son valles conservadores: nada con camiseta y pantalón corto en lugar de bikini, por respeto a las familias locales.

Wadi Shab

Barca, caminata y nado hasta una cascada en una cueva. El mejor medio día cerca de Muscat.

Wadi Bani Khalid

Pozas amplias y de fácil acceso en el borde del desierto. Ideal para familias, concurrido los viernes.

Bimmah Sinkhole

Un cráter verde de piedra caliza junto a la carretera costera. Una parada rápida para nadar y saltar.

SIGUE LEYENDO La ruta completa en la página de Wadi Shab, las pozas fáciles en el resumen de Wadi Bani Khalid, el cráter en la página del Bimmah Sinkhole, y más en el reportaje de cascadas.

Wahiba Sands

el desierto · 1 noche mínimo · mejor de octubre a abril



Las Wahiba Sands, o Sharqiya Sands, son el desierto que la mayoría imagina: largas dunas naranjas de hasta cien metros de altura, formando crestas paralelas hacia el horizonte. Es el hogar de familias beduinas que aún pastorean camellos aquí, y la única forma de alojarse es en uno de sus campamentos entre las dunas. Pasa un día y una noche, porque el desierto es un lugar distinto al atardecer y bajo un cielo sin luz artificial en cien kilómetros a la redonda. Los campamentos van desde simples chozas barasti hasta tiendas de lona con camas de verdad.

Llegar implica desinflar los neumáticos y conducir por arena blanda, para lo cual hace falta un 4x4 y algo de confianza, o bien un traslado del campamento. Una vez allí, el ritmo es tranquilo: una salida de dune-bashing al atardecer, un tobogán por la duna más alta, una cena omaní junto al fuego y un ascenso al amanecer para ver salir la luz sobre la arena. Reserva el campamento directamente y deja que ellos se encarguen del traslado si prefieres no enfrentarte tú mismo a las dunas.

Reserva el campamento directamente y pide un traslado desde Al Wasil o Bidiyah, en el borde del desierto. Así reservas tu primer intento con arena blanda para las horas de luz.

La arena en verano alcanza un calor extremo y las noches se vuelven frías en invierno. Lleva una capa de abrigo, y evita el desierto por completo entre junio y agosto.

Dune-bashing y toboganes

Una salida en 4x4 por las crestas al atardecer, y luego un tobogán por la duna más alta.

Campamento nocturno

Chozas barasti o tiendas de lona, cena omaní, fuego y todo el cielo nocturno.

Amanecer y camellos

Un ascenso a las dunas al amanecer para ver la luz, o un paseo tranquilo en camello con los anfitriones beduinos.

MÁS DETALLE

Las siete mejores paradas en el resumen de Wahiba Sands, la noche en sí en la página del campamento en el desierto, y los rincones tranquilos en la guía de lugares fuera de lo común.

foto: Wikimedia Commons

Sur y la costa de las tortugas

la costa este · 1-2 noches · dhows y tortugas anidando


SUR, EL PUERTO DE DHOWS

Sur fue el gran puerto comercial marítimo de Omán, la ciudad cuyos mercaderes navegaban hasta Zanzíbar e India, y todavía construye los dhows de madera que los transportaban. En el astillero de la laguna se puede ver a los carpinteros de ribera dar forma a los cascos a mano, tal como lo han hecho durante generaciones, sin clavos en los diseños tradicionales. La ciudad envuelve un puerto pintoresco cruzado por una pasarela hacia el faro de Ayjah, y es la parada nocturna natural entre el desierto y las tortugas.

El motivo por el que la mayoría llega hasta tan al este es Ras al Jinz, media hora más allá. Es una de las playas de anidación de tortugas verdes más importantes del océano Índico, protegida como reserva, y en un paseo nocturno o al amanecer guiado se puede ver a las hembras arrastrarse por la arena para poner huevos, o a las crías correr hacia el mar. Funciona todo el año, con su punto álgido de junio a septiembre, y debe reservarse a través de la reserva. Sin linternas, sin flash, y mantén la distancia: es un lugar de conservación en activo, no un espectáculo.

Los paseos de tortugas en Ras al Jinz se reservan a través de la reserva, con un turno al anochecer y otro al amanecer. Reserva con antelación en temporada alta; el turno del amanecer suele ser el más tranquilo.

Pasa la noche en la reserva o en Sur para no tener que conducir por la carretera costera a oscuras tras un paseo tardío. Las tortugas anidan mejor en noches tranquilas y sin luna.

Astillero de dhows en Sur

Observa cómo se construyen a mano barcos comerciales de madera en la laguna, y luego cruza hasta el faro.

Tortugas de Ras al Jinz

Un paseo guiado por la playa para ver tortugas verdes anidando, reservado a través de la reserva.

Desvío a Wadi Shab

El baño en el cañón de la página 13 está en la carretera costera de acceso, una combinación fácil con Sur.

VER TAMBIÉN La ciudad en el resumen de Sur, el contexto de la reserva en la página de parques nacionales, y las especies en el repaso de fauna.

Salalah y el khareef

el extremo sur · se llega en avión · verde cuando el resto de Arabia se abrasa



Salalah rompe las reglas del resto del país. A mil kilómetros al sur, en la costa de Dhofar, recibe la cola del monzón del océano Índico: de finales de junio a principios de septiembre, aproximadamente, llega el khareef, que envuelve las colinas en nubes y las tiñe de un verde sorprendente mientras el resto de Arabia se sitúa en los 45C. Corren las cascadas, los camellos pastan en laderas cubiertas de hierba y los turistas del Golfo llegan en avión tras avión buscando un clima que no tienen en casa. Es el único momento en que el extremo sur supera al norte, y el único momento en que merece la pena considerarlo.

Fuera del khareef, Salalah es una ciudad costera tranquila y de bajo perfil, con arena blanca, plantaciones de coco y las ruinas y el museo del antiguo comercio del incienso sobre el que la región construyó su riqueza. En cualquier caso, es un viaje aparte: el trayecto en coche desde Muscat son diez horas completas cruzando desierto vacío, así que casi todo el mundo hace el salto en avión de 1,5 horas. Dedícale tres o cuatro días como viaje propio en lugar de añadirlo al circuito del norte.

El khareef es verde pero gris y lluvioso: espera nubes y niebla, no sol. Ve por el raro verdor del desierto, no por un bronceado de playa.

Salalah está a 1,5 horas de vuelo desde Muscat frente a 10 horas en coche. Reserva el vuelo con antelación en temporada de khareef, cuando los visitantes del Golfo llenan todos los asientos.

Las colinas del khareef

Laderas verdes de monzón, cascadas y niebla, solo de finales de junio a principios de septiembre.

La costa del incienso

Las ruinas y el museo de Al Baleed sobre el comercio de incienso que enriqueció Dhofar.

Playas y géiseres marinos

Arena blanca, cocoteros y los géiseres marinos de Mughsail al oeste de la ciudad.

SIGUE LEYENDO La ciudad en el resumen de Salalah, la ventana del monzón en la página del khareef, y la conexión aérea en la guía de vuelos nacionales.

03

Qué hacer

Nada por un cañón, duerme en las dunas, come cordero cocinado a fuego lento con las manos, y elige dónde alojarte en cada región con los tours que valen la pena.

EN ESTE CAPÍTULO

Lo que Omán pide de tus días 18

Comida, los platos que pedir 19

Alojamiento: Muscat y Nizwa 20

Alojamiento: desierto, costa y Salalah 21

Lo que Omán pide que hagas con tus días

nada en los wadis · conduce por la arena · bucea en los arrecifes


WADI SHAB, EL BAÑO EN EL CAÑÓN

Omán es un país de aire libre con un abrigo cultural encima. Verás fuertes, zocos y la gran mezquita, y merecen el tiempo, pero el paisaje sigue tirando de ti hacia afuera: un cañón para nadar, una duna para subir, un arrecife donde sumergirse. Los fuertes son el marco; los wadis, la arena y el mar son el cuadro.

La actividad que da forma a la mayoría de los viajes es una de tres. Un baño en un wadi, subiendo por Wadi Shab hasta la cueva de la cascada o en las pozas de Bani Khalid. Una noche en las dunas de Wahiba con un ascenso al amanecer. O una inmersión frente a las islas Daymaniyat, una reserva marina protegida de aguas claras, tortugas y rayas a una hora en barco de la costa de Muscat. Elige una, construye un día alrededor de ella y deja que el resto de lugares llenen los huecos.

Las islas Daymaniyat cierran a los visitantes de mayo a octubre por la temporada de anidación, y siempre requieren un operador de barco con licencia. Planifica las inmersiones para los meses frescos.

Las mejores caminatas, la Balcony Walk de Jebel Shams y las rutas por los wadis, no necesitan guía. Un conductor-guía local solo se justifica en el desierto profundo y las pistas remotas.

Baños en los wadis

Wadi Shab y Bani Khalid: pozas turquesa entre palmeras y roca. Mejor en temporada fresca.

Una noche en las dunas

Un campamento en Wahiba con dune-bashing, cena omaní y un ascenso al amanecer para ver la luz.

Buceo y snorkel

La reserva de Daymaniyat frente a Muscat: aguas claras, tortugas y rayas, profundidades suaves.

Caminatas de montaña

La Balcony Walk y los senderos de terrazas de Jebel Akhdar, frescos y sin aglomeraciones.

SIGUE LEYENDO Los arrecifes en la guía de buceo, el agua clara en Oman Snorkelen: descubre los mejores spots, las reservas en la página de parques nacionales, y las olas en la página de spots de surf.

Comida: los platos que pedir

arroz y carne cocinada a fuego lento · platos para compartir · 1 a 31 USD por plato

La comida omaní está pensada para compartir y cocinar despacio, menos picante que la india y menos aceitosa que gran parte de la del Golfo, con un fuerte acento de las rutas comerciales de cardamomo, azafrán, lima seca y agua de rosas. El plato de cada día es arroz con carne; el especial es el shuwa, cordero marinado, envuelto y enterrado en un horno de arena durante un día o más, cocinado para bodas y el Eid. La comida callejera es barata y buena, y la cultura de ofrecer café y dátiles a un invitado es un ritual genuino, no una estrategia de venta. Estos seis son la lista corta.



Shuwa shuwa

USD 10-31 · el plato de celebración

Cordero o cabra frotado con especias, envuelto en hojas de palma y asado lentamente en un pozo de arena hasta dos días. Se sirve sobre arroz y se come con la mano derecha. El plato alrededor del cual los omaníes construyen un festín.

Majboos

Majboos majboos

USD 4-10 · en todas partes

El plato de cada día: arroz especiado con azafrán cocinado con pollo, cordero o pescado, aromatizado con lima seca y cardamomo. Un primo del biryani y la opción segura y buena en cualquier restaurante local.

Madrouba

Madrouba madrouba

USD 3-8 · mesas de Ramadán

Arroz y pescado o pollo batidos hasta formar una papilla suave y sabrosa, sazonada con especias y mantequilla. Comida reconfortante, muy presente en el iftar, y más suave para el estómago que una parrillada pesada.

Mishkak

Mishkak mishkak

USD 1-5 · puestos callejeros

Brochetas de carne marinada a la brasa en puestos junto a la carretera después del anochecer, servidas con pan plano. La mejor comida barata del país y la opción por defecto para cenar en la calle.

Halwa omaní

Halwa omaní halwa omani

USD 3-10 · con el café

Un dulce denso y pegajoso de azúcar, agua de rosas, azafrán y frutos secos, removido durante horas en una olla de cobre. Se ofrece con café de cardamomo a cada invitado. Compra un bote en un puesto del zoco de Muttrah.

Harees

Harees harees

USD 3-7 · Ramadán y Eid

Trigo y carne cocinados a fuego lento y machacados hasta lograr una pasta suave y sabrosa, un básico festivo en todo el Golfo. De aspecto sencillo, profundamente reconfortante, y mejor en una cocina casera o un buen sitio local.

El kahwa, el café de cardamomo servido con dátiles, llega constantemente y es un regalo, no una cuenta. Acepta al menos la primera taza pequeña, es el gesto educado

El alcohol solo se sirve en restaurantes y bares de hoteles con licencia, no en establecimientos ni tiendas locales. Planifica un viaje sin alcohol fuera de los resorts

EN LA WEB Platos, bebidas y dónde tomarlos en la guía de comida y bebida, y la hospitalidad detrás de ellos en la página de cultura.

Dónde alojarse: Muscat y Nizwa

precios por noche, habitación doble · la ubicación gana a las estrellas

Dos reglas cubren el norte. En Muscat, duerme en Muttrah o en el tramo de Qurum y Shatti para tener cerca el paseo marítimo, el zoco y las playas, con la Gran Mezquita a un corto trayecto en coche. En Nizwa, aloja cerca del fuerte y el zoco para poder estar en el mercado de cabras de los viernes al amanecer y llegar a Bahla, Jabreen y las montañas sin un trayecto largo cada mañana.

Muscat

albergue **30 USD** medio **75 USD** confort **170 USD**

Muttrah pone el zoco y el paseo marítimo a pie; Qurum y Shatti te acercan a las playas. Los precios varían con la temporada, así que consulta precios en vivo cerca del centro en Stay22 antes de decidir, o encuentra una cama económica en Hostelworld.

Nizwa

albergue **28 USD** medio **65 USD** confort **150 USD**

Aloja cerca del fuerte para que el mercado de cabras al amanecer y el zoco queden a un corto paseo y la ruta del fuerte empiece sin complicaciones. Compara habitaciones cerca del casco antiguo en Stay22, o una cama económica en Hostelworld.

De gama media hacia arriba en ambas ciudades, con cancelación gratuita mientras tu ruta aún está en movimiento.

Buscar alojamiento en Stay22

TOURS QUE VALE LA PENA PAGAR, DESDE MUSCAT

Wadi Shab, Bimmah Sinkhole y Fins Beach, día completo

desde 86 USD

5.0 (24 reseñas)

9 horas

Excursión de snorkel de medio día en las islas Daymaniyat

desde 98 USD

5.0 (44 reseñas)

5 horas

Crucero de avistamiento de delfines y snorkel

desde 75 USD

5.0 (26 reseñas)

3 horas

Tours en vivo de Viator, precios capturados en julio de 2026, valoraciones de reservas verificadas. Toca una tarjeta para reservar.

Dónde alojarse: desierto, costa y Salalah

precios por noche, habitación doble · un campamento, una costa, un vuelo al sur

El sur y el este son tres camas distintas. En las dunas de Wahiba la elección es el campamento, no el hotel, y este incluye las comidas y un recorrido por las dunas. En la costa este, Sur o la reserva de Ras al Jinz te dejan cerca del astillero de dhows y la playa de las tortugas. Salalah es un destino aparte al que se llega en avión, mejor si le dedicas sus propias noches cerca de la playa o de las colinas del khareef.

Wahiba Sands (campamentos en el desierto)

campamento básico 45 USD **medio 90 USD** **tienda de lujo 220 USD**

Los campamentos se ubican entre las dunas e incluyen cena, desayuno y un recorrido por las dunas; las chozas barasti básicas comparten baño, las tiendas de lujo venden las estrellas a precio superior. Compara campamentos cerca de Bidiyah en Stay22, o una cama económica en Hostelworld.

Salalah

albergue 30 USD **medio 70 USD** **resort de playa 180 USD**

El centro de Salalah mantiene cerca el zoco y el museo; los resorts de playa se ubican a lo largo de la costa al oeste de la ciudad. Reserva con antelación para la temporada de khareef, cuando los visitantes del Golfo llenan cada habitación. Consulta habitaciones en vivo en Stay22, o una cama económica en Hostelworld.

Campamentos en el desierto, hoteles de costa y resorts de Salalah, cancelables hasta pocos días antes del check-in.

Buscar alojamiento en Stay22

TOURS QUE VALE LA PENA PAGAR, DESDE SALALAH

Este de Salalah: montañas, camellos, cascada y playa blanca

desde 94 USD

5.0 (31 reseñas)

8 horas

Playa Fazayah y géiseres marinos, oeste de Salalah

desde 93 USD

5.0 (26 reseñas)

8 horas

Tour de atardecer en el desierto Empty Quarter

desde 169 USD

5.0 (69 reseñas)

8 horas

Tours en vivo de Viator, precios capturados en julio de 2026, valoraciones de reservas verificadas. Toca una tarjeta para reservar.

04

Rutas

Ocho formas de recorrer el país, la semana sobre la que construir el viaje, un circuito más largo con el sur, y el trayecto dibujado como mapa de tránsito.

EN ESTE CAPÍTULO

Elige tu viaje, 8 rutas 23

7 días, día a día 24

10 a 14 días con el sur 25

El circuito como mapa de tránsito 26

Elige tu viaje

tres dimensiones, ocho rutas · encuentra la tuya, salta al itinerario correspondiente

Con quién viajas, cuánto tiempo tienes y cuánto gastas por noche deciden la ruta antes que cualquier lista de lugares. Encuentra tu fila abajo; el circuito de siete días en la siguiente doble página cubre en detalle los dos caminos más comunes.

SOLO · 4D · RÁPIDO

Muscat, Nizwa, un wadi

USD 550 · coche de alquiler

- Muscat 1: mezquita + zoco
- Nizwa 1: ruta del fuerte
- Wadi Shab + costa 1

PRIMERA VEZ · 7D · MEDIO

El circuito clásico de montañas al mar

USD 1.100 · 4x4

- Muscat 2 · Nizwa + Jebel 2
- Wahiba 1 · Sur 1
- Tortugas de Ras al Jinz 1

PAREJA · 7D · CONFORT

Lujo tranquilo, sin conducir

USD 3.200 para 2 · con conductor

- Muscat 2: resort de costa
- Jebel Akhdar 2: hotel de acantilado
- Tienda de lujo en Wahiba 1 · Sur 1

NATURALEZA · 10D · MEDIO

Wadis, picos y dunas

USD 1.700 · 4x4

- Jebel Shams + Akhdar 3
- Wadi Shab, Bani Khalid 2
- Wahiba 2 · costa este 2

FAMILIA · 8D · MEDIO

Lugares imprescindibles, ritmo tranquilo

USD 3.600 · familia de 4

- Muscat 2 · Nizwa 1
- Campamento Wahiba 1 · Sur 2
- Wadi Bani Khalid + costa 2

KHAREEF · 6D · MEDIO

Vuela al sur para ver el verde

USD 1.300 · vuelo + coche

- Muscat 2: mezquita + zoco
- Vuelo a Salalah 4
- Colinas del khareef, costa, Empty Quarter

DOS SEMANAS · 14D · MEDIO

Todo, norte y sur

USD 2.600 · coche + vuelo

- Circuito norte: Muscat, montañas
- Desierto + tortugas costa este
- Vuelo a Salalah 4 · Musandam 2

PRESUPUESTO · 7D · MOCHILERO

Coches compartidos y albergues

USD 700 · 4x4 compartido

- Muscat 2 · Nizwa 1
- Campamento compartido en el desierto 1
- Wadi Shab + Sur 3

RUTAS YA PREPARADAS

La semana completa en el itinerario de 7 días, el gran circuito en el itinerario de 14 días, y el recorrido largo de norte a sur en el itinerario de 21 días.

7 días, el circuito esencial

de Muscat a la costa · mezquita, fuertes, montañas, dunas, tortugas

La semana que la mayoría de quienes viajan por primera vez deberían hacer, planteada en torno a un 4x4 para poder tomar las pistas de montaña y desierto y parar donde quieras. Compra la e-visa antes de volar y resuelve el coche con antelación: un 4x4 abre Jebel Akhdar y las dunas de Wahiba, un sedán no. La versión completa, con alternativas, está en el itinerario de 7 días de la web.

1 Llegada a Muscat
aeropuerto · día cero

Aterriza, recoge el 4x4, aloja cerca de Muttrah. Paseo por el corniche, vistazo al zoco, noche temprana.

2 Lugares de Muscat
mezquita + costa

Gran Mezquita a la apertura, luego los fuertes antiguos y el Palacio Al Alam, y una tarde de wadi o playa.

3 Nizwa y los fuertes
ruta del fuerte · 1,5h de trayecto

Conduce tierra adentro, recorre el Fuerte de Nizwa y el zoco, suma Bahla y Jabreen, duerme cerca del casco antiguo.

4 Jebel Akhdar o Shams
4x4 · Balcony Walk

Sube la montaña pasando el control, recorre los pueblos en terraza o la Balcony Walk de Jebel Shams.

5 Wahiba Sands
dunas + noche de campamento

Conduce hasta el borde del desierto, desinfla los neumáticos, sal de dunas al atardecer, cena omaní y estrellas en el campamento.

6 Wadi Shab y Sur
baño en cañón + costa

Un ascenso a las dunas al amanecer, luego la carretera costera para nadar en Wadi Shab y ver el astillero de dhows de Sur.

7 Ras al Jinz, luego Muscat
tortugas · 2,5h de vuelta

Un paseo de tortugas al amanecer en la reserva, y luego la carretera costera de vuelta a Muscat para el vuelo de regreso.

¿Sin 4x4? Limítate a la costa y los fuertes en sedán, y reserva los tramos de Jebel Akhdar y Wahiba como excursiones guiadas de un día en lugar de conducirlos tú mismo.

Reserva con antelación el paseo de tortugas de Ras al Jinz. Si el turno del amanecer está completo, el del anochecer funciona, pero conducirás la carretera costera de vuelta a oscuras.

De 10 a 14 días, sumando el sur

el mismo circuito más un interior mas pausado y un vuelo a Salalah

Unos días extra convierten el circuito esencial en el viaje que Omán realmente merece: un interior mas pausado, mas wadis y un vuelo hasta Salalah para llegar al extremo sur. Escala sin problemas hasta el itinerario de 14 días si dispones de dos semanas.

1 **Mascate** Llegada y alojamiento cerca de Muttrah, la Gran Mezquita y la corniche, cena junto al puerto.
mezquita · zoco

El circuito en forma de mapa de transporte

un trayecto en coche por el norte, un vuelo hacia el sur

2 **Costa de Mascate** Costa abajo hasta el sinkhole y el baño en Wadi Shab, de vuelta para una tarde de playa.
Bimmah · Wadi Shab

El viaje por el norte es en realidad un único circuito que sale de Mascate: hacia el interior, a los fuertes y las montañas, cruzando las dunas de Wahiba, y de vuelta por la costa este pasando por Sur y las tortugas. Un 4x4 lo recorre entero en una semana sin prisas. Salalah está a mil kilometros al sur y se llega en vuelo, no en coche.

3 **Nizwa** … cerca del
Nizwa,

4 **Jebel** … a noche en la
Balcony

5 **Jebel** … iguo en el aire
terraza

6 **Wahib** … , estrellas y
dunas +

7 **Sur y R** … o para ver
dhows +



coche de alquiler · pista para 4x4 · vuelo domestico

El vuelo Mascate a Salalah, explicado

LO QUE LLEVA CADA TRAMO

Mascate a Nizwa
coche de alquiler · 1.5h
solo combustible

Nizwa a Jebel Akhdar
solo 4x4 · 1h
control

Nizwa a Wahiba Sands
coche + 4x4 · 3h
solo combustible

Wahiba a Sur
coche · 2h
solo combustible

Sur a Ras al Jinz
coche · 40 min
solo combustible

Mascate a Salalah
vuelo domestico · 1.5h
~60 USD

horarios: instantanea de operadores, 2026 · un sedan de alquiler ronda los 30 a 40 USD al día, un 4x4 de 60 a 90, mas un combustible muy barato. Traslados entre ciudades vía 12Go.

05

Cuándo ir

Una larga ventana fresca, un verano desértico brutal y un monzón verde que solo visita el extremo sur. Ademas, lo que cuesta realmente un día, presentado tal como se gasta.

EN ESTE CAPÍTULO

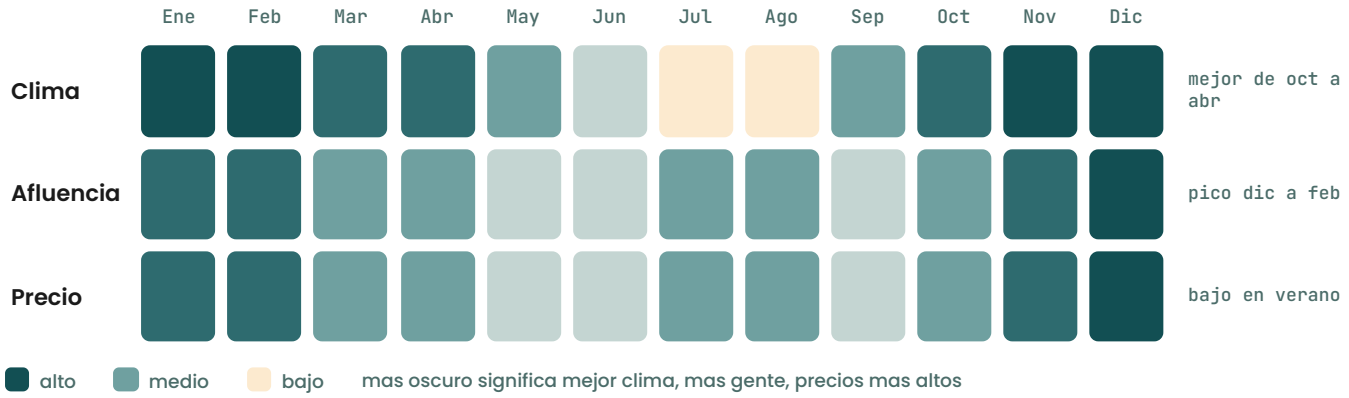
Clima, afluencia, precio 28

Lo que cuesta un día 29

Clima, afluencia, precio

calendario de 12 meses · el invierno gana en el norte

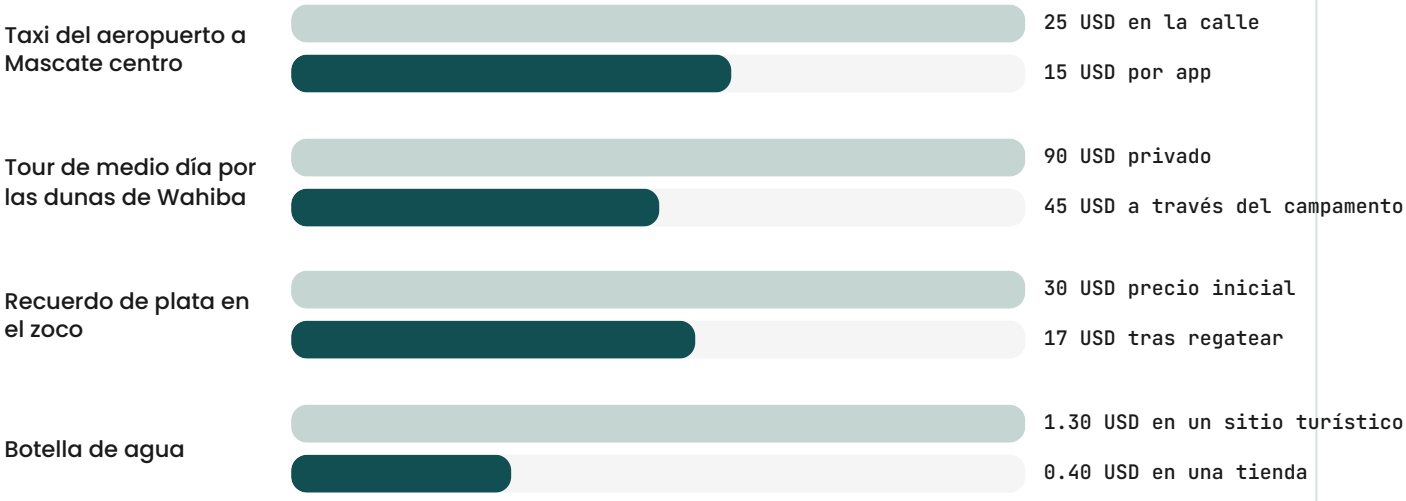
Omán se rige por una regla clara: viajar en invierno. De octubre a abril el norte es calido de día, fresco de noche y seco, que es cuando los wadis, las montañas y el desierto funcionan de verdad. El verano, de junio a agosto, cuece el interior por encima de los 45C y cierra el desierto a cualquier viaje sensato. La única excepción es el extremo sur: Salalah se pone verde bajo el monzón del khareef justo cuando el resto del país es insoportable, aproximadamente de finales de junio a principios de septiembre. Planifica el norte para la mitad fresca y el sur para la húmeda.



fuente: dataset best-travel-time · capturado 2026-05-17 · el khareef de Salalah va de junio a septiembre, a contracorriente del norte

LO QUE CUESTAN LAS COSAS: PRECIO PEDIDO VS PAGADO

DATOS DE MUESTRA



packlightly.es

Lo que cuesta un día

tres estilos de viaje · presentado tal como se gasta el día

Los presupuestos diarios se esconden en promedios, así que aquí está el día desglosado en su lugar: una cama, tres comidas, moverse, algo que valga la pena hacer y el café al final. Tres versiones reales del mismo martes en Omán. El coche de alquiler y la e-visa son costes de todo el viaje, repartidos a lo largo de toda la estancia, no se muestran aquí.

UN DÍA EN OMÁN

* mochilero *

cama en guesthouse	18.00
desayuno de pan y té	3.00
almuerzo de majboos	4.00
cena de mishkak	6.00
coche compartido + combustible	7.00
entrada a fuerte o wadi	5.00
agua + snacks	2.00
kahwa + dátiles	1.00
TOTAL / DÍA	**~50 USD**

datos de country-comparison · 2026-07

UN DÍA EN OMÁN

* estandar *

doble 3 estrellas, con desayuno	45.00
desayuno en cafetería	incl.
almuerzo en restaurante	10.00
cena con un zumo	16.00
coche de alquiler + parte de combustible	18.00
entrada a fuerte o wadi	5.00
café + snacks	6.00
TOTAL / DÍA	**~100 USD**

datos de country-comparison · 2026-07

UN DÍA EN OMÁN

* confort *

doble 4 estrellas, con desayuno	140.00
desayuno de hotel	incl.
almuerzo en restaurante	18.00
cena, buena mesa	35.00
4x4 con conductor, medio día	40.00
tour de dunas o buceo	15.00
bebidas + café	12.00
TOTAL / DÍA	**~250 USD**

datos de country-comparison · 2026-07

Calcula estas mismas cifras para tus propias fechas, tamaño de grupo y moneda en la calculadora de presupuesto gratuita de Pack Lightly.

Abrir la Calculadora de Presupuesto

El coche es el presupuesto. Las camas y la comida son razonables, pero un 4x4 mas combustible es la partida que separa los niveles. Comparte uno entre dos o cuatro para reducirlo a la mitad.

Lleva riales en efectivo para campamentos, fuertes pequeños y combustible en el interior. Las tarjetas funcionan en hoteles y centros comerciales de Mascate, menos en el desierto y las montañas.

06

Práctico

Visado, dinero, el coche, la pregunta del 4x4, eSIM, salud. Las partes aburridas que solo se leen una vez. Bien resueltas, no vuelves a pensar en ellas.

EN ESTE CAPÍTULO

Reservar en este orden 31

Dinero y moverse 32

La pregunta del 4x4 33

Cama, mochila, señal 34

Salud basica 35

Preguntas frecuentes 36

Reservar en este orden

cuatro cosas antes de volar · el resto sobre el terreno

Omán premia un poco de planificación previa y castiga el exceso de planificación después. Cuatro cosas realmente merece la pena resolver con antelación, y tienen un orden natural. El coche es la que mas importa: decide entre sedan o 4x4 antes de reservar, porque cambia hasta donde puede llegar todo el viaje.

8 sem
antes

Vuelos internacionales

Las tarifas a Mascate tocan fondo entre seis y ocho semanas antes. Si Salalah está en la lista, compara un billete open-jaw de vuelta desde el sur para no tener que regresar al norte.

Comparar vuelos en Skyscanner

4 sem
antes

E-visa, seguro, el coche

Solicita la e-visa en el portal oficial (unos 26 USD por una entrada única de 30 días), añade un seguro de viaje con cobertura médica y, si piensas bucear o hacer senderismo, una clausula de actividades, y reserva el coche. Reserva un 4x4 si las montañas y las dunas entran en el plan.

Comprobar los requisitos de entrada según pasaporte

2 sem
antes

Primeras noches y el campamento del desierto

Reserva tus dos primeras noches en Mascate y el campamento de Wahiba directamente, ya que incluye el tour de dunas y las comidas. El resto de las camas puede esperar a que estés allí.

Reservar las primeras noches con Stay22

1 sem
antes

eSIM

Instala antes de salir, activa al aterrizar. Un plan de 5 GB cubre una semana; 10 GB cubre dos, de sobra para mapas y subidas durante los trayectos, con cobertura irregular en pleno desierto y montañas.

Configurar una eSIM de Saily

Regla del pasaporte: seis meses de validez tras la llegada. Compruébalo ya; las renovaciones van lentas en temporada alta.

Solicita la e-visa solo a través del portal oficial del gobierno (evisa.rop.gov.om). Evita los sitios copia que cobran un recargo por el mismo formulario.

Dinero y moverse

efectivo + tarjeta · alquila un coche, no hay otra manera

El rial omaní (OMR) es una de las monedas mas fuertes del mundo, con un valor de unos 2.60 USD, y se divide en 1.000 baisas, así que los precios pequeños vienen en decimales con pinta extraña. Lleva efectivo para campamentos, fuertes pequeños, combustible y propinas; las tarjetas funcionan en hoteles, centros comerciales y restaurantes grandes de Mascate. Saca riales de un cajero bancario en lugar del cambio del aeropuerto, y avisa a tu banco de las fechas para que la tarjeta no se bloquee el primer día.

CONCEPTO	MOCHILERO	MEDIO	CONFORT
Guesthouse / 3 estrellas / 4 estrellas	USD 28	USD 70	USD 150
Comida callejera / restaurante	USD 4	USD 12	USD 30
Kahwa o café fuera	USD 1	USD 3	USD 6
Campamento de Wahiba, por noche	USD 45	USD 90	USD 220
Coche de alquiler, por día	USD 30	USD 45	USD 90 (4x4)

verificado 2026-05 · USD orientativos por persona · tarifas basadas en capturas de Booking y operadores locales

MOVERSE: EL COCHE ES EL VIAJE

No hay transporte público útil entre los sitios, así que un coche de alquiler es casi obligatorio: da acceso a los fuertes, los wadis y las montañas, y cuesta entre 30 y 45 USD al día por un sedan o entre 60 y 90 por un 4x4, mas uno de los combustibles mas baratos del planeta. Las carreteras son excelentes, anchas y señalizadas en inglés, y la conducción omaní es mas tranquila que la media del Golfo, aunque el interior es vacío y largo, así que repostar antes del desierto y reservar tramos. En Mascate, las apps Careem y Otaxi ganan a los taxis de calle, que raramente usan taxímetro. Entre ciudades, un vuelo domestico conecta Mascate y Salalah, y la plataforma 12Go reserva los traslados largos si prefieres no conducir. Toda la cuestión del 4x4, cuando lo necesitas de verdad, está en la siguiente página.

Paga siempre en riales cuando el datafono ofrezca "tu" moneda; la conversión dinamica añade en silencio entre un 4 y un 7 por ciento.

Reposta antes del interior y del desierto. Las gasolineras escasean rapido en cuanto dejas las carreteras costeras, y los tramos vacíos son largos.

LA IMAGEN COMPLETA

Datos y tarifas en la guía de la moneda, las normas de tráfico y el permiso en la página de conducción, y ahorros útiles en el desglose de presupuesto.

La pregunta del 4x4

cuándo lo necesitas de verdad y cuándo basta con un sedan

La decisión mas importante en el presupuesto de Omán es sedan o 4x4, y merece la pena acertar: un 4x4 practicamente duplica el alquiler, pero un sedan cierra en silencio las montañas y las dunas. La respuesta honesta es que la mayoría de los lugares famosos están sobre un asfalto excelente que un coche normal maneja sin problema, y unos pocos de los mejores no. Ajusta el coche a la ruta, no al marketing.

UN SEDAN BASTA PARA

- [ ] Mascate, la Gran Mezquita y Muttrah
- [ ] Los fuertes de Nizwa, Bahla y Jabreen
- [ ] La carretera costera hasta Wadi Shab y Bimmah
- [ ] Sur, Ras al Jinz y la costa este
- [ ] Salalah y sus carreteras costeras asfaltadas

NECESITAS UN 4X4 PARA

- [ ] Jebel Akhdar (un control lo exige)
- [ ] La pista hasta la cumbre de Jebel Shams
- [ ] Adentrarte en las dunas de Wahiba
- [ ] Lechos de wadi accidentados y pistas todoterreno
- [ ] Cualquier salida al desierto profundo o al Empty Quarter

SI CONDUCES POR LA ARENA Y LAS PISTAS

Conducir por wadis y dunas es la verdadera habilidad, y también el verdadero riesgo. Desinfla los neumaticos a unos 15 psi para la arena blanda y vuelve a inflarlos en el asfalto. Nunca entres en el lecho de un wadi si hay lluvia prevista aguas arriba, porque las riadas repentinas los llenan en minutos y son la causa de la mayoría de las muertes de turistas aquí. En el desierto profundo, viaja con un segundo vehículo si puedes, lleva agua, una cuerda de remolque y una pala, y avisa a alguien de tu ruta y hora de vuelta. Si nada de esto te convence, lo inteligente es saltarte la conducción por libre en esos dos o tres tramos y reservarlos como tours guiados de día. El resto del país puedes conducirlo tranquilamente tú mismo en un sedan.

06

SIGUE LEYENDO Las normas de tráfico y el permiso internacional en la página de conducción, los picos que lo requieren en el reportaje de montañas, y las rutas remotas en la guía de lugares menos turísticos.

Cama, mochila, señal

hoteles · qué llevar para el calor y la cultura · eSIM

CAMA

Para hoteles y guesthouses, Stay22 gana en cancelación gratuita y profundidad de oferta; para las pocas camas económicas de Mascate y Nizwa, Hostelworld tiene el mayor abanico de reseñas. Los campamentos del desierto de Wahiba se reservan mejor directamente con el operador, ya que el precio incluye el tour de dunas y las comidas.

MOCHILA: LA LISTA DE UNA SEMANA PARA EL CALOR Y LA CULTURA

- [ ] Capas ligeras que cubran hombros y rodillas (ciudades y la mezquita)
- [ ] Una capa de abrigo para las noches del desierto y las montañas altas
- [ ] Zapatillas resistentes para los wadis; sandalias aptas para el agua
- [ ] Un pañuelo o chal (mujeres, para la Gran Mezquita y las tardes frescas)
- [ ] SPF 50, gafas de sol y un sombrero ancho para los senderos expuestos
- [ ] Botella de agua reutilizable y sobres de electrolitos
- [ ] Bolsa seca para los baños en los wadis y el barco de Wadi Shab
- [ ] Adaptador de enchufe tipo G y una batería portatil
- [ ] Dos tarjetas en bolsillos separados, mas efectivo en riales
- [ ] Botiquín pequeño: apositos para ampollas, paracetamol, loperamida

Señal. Compra la eSIM antes de volar y activala al aterrizar. Un plan de 5 GB cubre una semana (~8 USD); 10 GB cubre dos. La cobertura es buena en las ciudades y las autopistas, irregular en pleno desierto de Wahiba y en las pistas altas, que es parte de la gracia. Una SIM local de Omantel u Ooredoo sale mas barata para estancias largas.

Configurar una eSIM de Saily

PROFUNDIZA MAS

La lista completa por temporada en la lista de equipaje, qué ponerse en cada lugar en la página de código de vestimenta, y planes de datos comparados en la guía de eSIM.

Salud basica

poco drama · el calor y el agua son los riesgos reales

Omán es un destino facil en cuanto a salud. No hay malaria en las zonas turísticas, las farmacias estan por todas partes y son competentes, y los hospitales privados de Mascate son modernos y hablan inglés. Los riesgos reales son el calor, la deshidratación y el sol en los lugares expuestos, las riadas repentinas en los wadis y el clasico malestar estomacal del viajero. La lista de abajo recoge todo lo que realmente hace falta hacer, en orden.

LA LISTA BREVE

- [ ] **Seis semanas antes:** revisión en un centro de vacunación internacional. Confirma que las vacunas de rutina (triple vírica, DTP, polio) están al día.
- [ ] **Recomendado:** hepatitis A y tifoidea para viajes con comida callejera; la hepatitis A es una serie de dos dosis, así que empieza pronto.
- [ ] **Omitir:** pastillas antimalaricas. Las principales rutas turísticas están libres de malaria.
- [ ] **Plan contra el calor:** tres litros de agua al día en el desierto y en las rutas, un sombrero y electrolitos. El golpe de calor es el problema número uno de los viajeros aquí.
- [ ] **Seguridad en el agua:** nunca entres en un wadi si hay lluvia prevista aguas arriba. Las riadas repentinas son el verdadero peligro, no el baño.
- [ ] **Seguro:** cobertura médica con clausula de actividades si buceas, nadas en los wadis o conduces por el desierto.

SI ALGO SALE MAL

Marca el 9999 para cualquier emergencia, el número unificado para policía, bomberos y ambulancia. Los hospitales privados de Mascate, incluidos el Royal Hospital y el Sultan Qaboos University Hospital, son modernos y estan acostumbrados al papeleo de los seguros; para cualquier cosa seria, dirígete a la capital en lugar de a una clínica rural. Para problemas menores, cualquier farmacia resuelve malestares estomacales, quemaduras solares y heridas leves sin receta, muchas veces sin necesidad de prescripción. En el interior profundo, la ayuda queda lejos, que es el verdadero argumento para no conducir solo por pistas remotas.

El agua del grifo es desalada y en general segura en las ciudades, pero la mayoría de los viajeros prefiere botellas o una botella con filtro para ir sobre seguro, especialmente en el interior.

El Balcony Walk de Jebel Shams queda expuesto y hace calor ya a media mañana. Sal temprano, lleva dos litros de agua y da la vuelta si se te echa la luz encima.

SIGUE LEYENDO El calendario de vacunas paso a paso en el desglose de vacunas, opciones de hospital en la página de hospitales, y coberturas comparadas en la guía de seguro de viaje.

Preguntas frecuentes

las ocho mas hechas, respondidas sin rodeos

¿Es seguro viajar a Omán?

Sí, excepcionalmente. Omán es uno de los países mas seguros del mundo, con una delincuencia muy baja contra los turistas y un ambiente tranquilo y acogedor. Los principales riesgos son la carretera, el calor y las riadas repentinas en los wadis, no las personas.

¿Cuántos días necesito?

Siete días cubren el circuito del norte: Mascate, los fuertes, las montañas, las dunas de Wahiba y la costa este. Diez a catorce añaden Salalah por vuelo y un interior mas pausado. Tres o cuatro es el mínimo para Mascate y un wadi.

¿Qué deberían llevar las mujeres?

Se respeta la vestimenta modesta: hombros y rodillas cubiertos en ciudades y lugares turísticos, un pañuelo para la Gran Mezquita, que exige cubrir pelo, brazos y piernas. Baña te con camiseta y bañador largo en los wadis, por respeto a las familias locales.

¿Cuándo es la mejor época?

De octubre a abril para el norte: días calidos, noches frescas, seco. Evita de junio a agosto, cuando el interior supera los 45C y el desierto queda fuera de alcance. El extremo sur invierte esto, mas verde en el khareef del verano.

¿Necesito visado?

La mayoría de las nacionalidades sí lo necesitan. La e-visa es un formulario online de cinco minutos en el portal oficial, unos 26 USD por una entrada única de 30 días, y tu pasaporte debe tener una validez de seis meses tras la llegada. Hay una opción mas corta de 10 días mas barata.

¿Necesito un 4x4?

Solo para parte del viaje. Un coche normal se maneja bien en Mascate, los fuertes, los wadis de la costa y Salalah, sobre un asfalto excelente. Un 4x4 es obligatorio para Jebel Akhdar, la pista de Jebel Shams y adentrarte en las dunas de Wahiba. Ajusta el coche a la ruta.

¿Merece la pena el vuelo a Salalah?

Durante el monzón del khareef, de finales de junio a principios de septiembre, sí: colinas verdes y cascadas mientras el resto de Arabia se cuece. Fuera de esas fechas, Salalah es una ciudad de playa agradable, pero conviene sopesar el vuelo de 1.5 horas frente al trayecto largo en ambos sentidos.

¿Se puede beber el agua del grifo?

Es desalada y en general segura en las ciudades, pero la mayoría de los visitantes bebe agua embotellada o usa una botella con filtro, tanto para evitar un malestar estomacal como porque Omán es un país con escasez de agua donde rellenar de forma responsable importa.

MAS RESPUESTAS

El panorama de seguridad en el desglose de seguridad, cultura y etiqueta en la página de cultura, y el calendario en la página de días festivos.

07

Seguridad e inteligencia local

Uno de los países más seguros del mundo, con un par de pequeños timos, la etiqueta que de verdad importa, una noche bien hecha en un campamento del desierto y las frases que cambian cómo responden los locales.

EN ESTE CAPÍTULO

Muy seguro, con algún timo menor 38

Etiqueta en el campamento del desierto 39

Etiqueta: qué hacer y qué no 40

Números de emergencia y frases 41

Muy seguro, con algún timo menor

casi nula criminalidad · algún timo turístico que se esquiva fácil

Omán es uno de los países con menos riesgo de estafas en los que se puede viajar. La delincuencia violenta contra turistas es prácticamente inexistente, y el mayor riesgo real del viaje es la carretera y el calor, no las personas. Lo que sí se encuentra es una lista muy corta de pequeños trucos alrededor de los sitios turísticos, ninguno peligroso y todos fáciles de esquivar en cuanto se conoce su forma.

01

El taxi del aeropuerto "sin taxímetro"

En el aeropuerto o en la parada de un hotel, un conductor descarta el taxímetro y propone un precio fijo muy por encima de la tarifa real. Es el timo más antiguo del manual, y el único común aquí.

La solución: acuerda el precio en voz alta antes de subir, o usa las apps Careem y Otaxi, donde el precio queda fijado antes del trayecto.

02

El tour de dunas con sobreprecio

Una agencia de Mascate vende un tour privado de un día por Wahiba con un gran sobreprecio respecto a lo que cobran los propios campamentos del desierto por el mismo recorrido en dunas reservado directamente.

La solución: reserva directamente con el campamento y toma su tour de dunas, o comparte un traslado en grupo. El dinero se queda local y el precio se reduce a la mitad.

03

El primer precio del zoco

En el zoco de Muttrah, el precio de salida de la plata, un puñal khanjar o el incienso se marca alto porque se espera que el comprador lo baje regateando durante un té.

La solución: disfruta del té sin ninguna obligación, empieza ofreciendo más o menos la mitad y prepárate para marcharte. Marcharse suele revelar el precio real.

EXTRA

El "guía" no oficial del fuerte

Alguien se acopla al grupo en un fuerte, narra un rato y luego pide una propina generosa. Bien si se quería un guía, molesto si no.

La solución: los fuertes están bien señalizados y son fáciles de visitar por cuenta propia. Rechaza con educación desde el principio, o acuerda una propina pequeña antes de que empiece.

MÁS EN LA WEB

El panorama de seguridad completo en la guía de seguridad, y las normas de tráfico en la página de conducción.

Etiqueta en el campamento del desierto

antes de dormir en la arena · invitado, no cliente


CAMPAMENTO EN LAS ARENAS DE WAHIBA BAJO LAS DUNAS


DUNAS DE WAHIBA AL AMANECER

⚠

Las noches se vuelven frías en el desierto en invierno y las cabañas son básicas. Lleva una capa de abrigo y una linterna frontal, y espera baños compartidos en los campamentos más sencillos.

Una noche en un campamento de Wahiba es una de las mejores experiencias que ofrece Omán, y funciona mejor cuando se vive como ser recibido en lugar de recibir un servicio. Las familias beduinas que gestionan las dunas son famosas por su hospitalidad: se recibe café con cardamomo y dátiles antes incluso de deshacer el equipaje, se come más de lo que se puede terminar y se acaba integrado en la velada alrededor del fuego. Entender un poco cómo funciona esa hospitalidad hace que toda la noche sea más cálida.

El ritmo es lento y social. El kahwa y los dátiles llegan de forma constante y son un regalo, no una cuenta, así que conviene aceptar al menos la primera taza pequeña. La cena se comparte en bandejas comunes; se come con la mano derecha, o con cuchara, y conviene dosificarse, porque rechazar la comida demasiado pronto puede interpretarse como un desaire. El alcohol no forma parte de la cultura y la mayoría de los campamentos no lo sirven, así que hay que preguntar con discreción en lugar de dar por hecho que está permitido. Se puede fotografiar las dunas libremente, pero siempre hay que pedir permiso antes de fotografiar a personas, especialmente a mujeres.

SÍ

Acepta el café y los dátiles

La primera taza de kahwa es la bienvenida. Aceptarla, y tomarte tu tiempo, es todo el ritual.

NO

Fotografíes a personas sin invitación

Pregunta antes, especialmente con mujeres. Una sonrisa y un gesto hacia la cámara es suficiente.

SÍ

Come con la mano derecha

Desde la bandeja compartida, o usa una cuchara. La mano izquierda se mantiene fuera de la comida.

NO

Saques alcohol sin invitación

La mayoría de los campamentos no lo sirven. Pregunta con discreción si tienes dudas, y nunca des por hecho que es bienvenido junto al fuego.

SIGUE LEYENDO El desierto en sí en el repaso de las Arenas de Wahiba, y las costumbres más amplias en el artículo sobre la cultura.

Etiqueta: la lista corta

las cuatro primeras son las que de verdad importan · el resto suaviza cada interacción

Omán es cálido y tolerante, y un poco de respeto abre muchas puertas. Ocho cosas importan más que nada: la vestimenta, la fe, la hospitalidad y las dos manos. Acertar con esto abre puertas, aparece el café y los precios se suavizan. Todo lo demás es ambiente.

SÍ

Viste con modestia en los sitios y en las ciudades

Hombros y rodillas cubiertos. Mascate y los resorts son más relajados; el interior y los pueblos pequeños, menos.

NO

Comas o bebas en público durante el día en Ramadán

Por respeto a quienes ayunan. Come en tu hotel o discretamente en interiores.

SÍ

Acepta el café y los dátiles

La hospitalidad es motivo de orgullo. Aceptar al menos una taza de kahwa es cortesía, no una compra.

NO

Comas ni entregues cosas con la mano izquierda

La mano derecha es para la comida y los saludos. La izquierda se considera impura en toda la región.

SÍ

Cúbrete por completo en la Gran Mezquita

Las mujeres cubren cabello, brazos y piernas; los hombres llevan pantalón largo. Vístete acorde o no te dejarán entrar.

NO

Fotografíes a personas o zonas militares sin invitación

Pide permiso antes de un retrato, especialmente a mujeres, y nunca apuntes la cámara a puestos de control o palacios.

SÍ

Saluda con as-salaamu alaykum

Un poco de árabe cambia el ambiente de la sala. La respuesta es wa alaykum as-salaam. Pruébalo en todas partes.

NO

Muestres afecto en público

Ir de la mano está bien; más que eso se percibe como de mala educación. Mantén el perfil bajo en público.

Aquí el enfado siempre pierde. Una sonrisa tranquila y paciencia llevan mucho más lejos que alzar la voz.

Las propinas se agradecen pero son modestas: redondea el taxi al alza, deja un poco en restaurantes, unos riales para un buen guía o anfitrión de campamento.

07

SIGUE LEYENDO Religión, costumbres y el contexto completo en el artículo sobre la cultura, y qué llevar según el lugar en la página de código de vestimenta.

Números de emergencia y ocho frases

guarda los números ahora · las frases cambian cómo responden los locales

EMERGENCIAS (TODAS)
9999
policía, bomberos, ambulancia

POLICÍA REAL DE OMÁN
9999
inglés, en los sitios turísticos

AMBULANCIA
9999
en todo el país

EMBAJADA DE ESPAÑA EN MASCATE
[VERIFICAR: teléfono de la Embajada de España en Mascate]
servicios consulares

ROYAL HOSPITAL
+968 24 599 000
Mascate, público

DEFENSA CIVIL
9999
rescate, incendios

OCHO FRASES QUE CAMBIAN CÓMO RESPONDEN LOS LOCALES

ESPAÑOL	ÁRABE (FONÉTICO)	NOTAS
Hola	marhaba	el saludo cotidiano
La paz sea contigo	as-salaamu alaykum	respuesta: wa alaykum as-salaam
Gracias	shukran	añade "jazeelan" para "muchas gracias"
Sí / No	na'am / la	"la, shukran" declina con educación
¿Cuánto cuesta?	bikam?	esencial en cualquier zoco
Por favor	min fadlak / fadlik	fadlak a un hombre, fadlik a una mujer
¿Dónde está el baño?	wayn al-hammam?	"hammam" es baño
Perdón / disculpa	'afwan	también significa "de nada"

Guarda el 9999 y el nombre de tu hotel en árabe en el teléfono antes de la primera salida nocturna. En recepción te lo escriben.

Estas mismas frases se imprimen como tarjeta de bolsillo en la página 44; recórtala y llévala con la llave de la habitación.

08

Herramientas y referencia

Las herramientas en vivo con las que se construyó esta guía, las tarjetas recortables para el bolsillo y las fuentes detrás de cada cifra.

EN ESTE CAPÍTULO

Lleva las herramientas en vivo contigo 43

Tarjetas para imprimir: recorta, dobla, llévalas 44

Fuentes y metodología 45

Créditos de imágenes 46

Una nota sobre los enlaces 47

Lleva las herramientas en vivo contigo

escanea para abrir · los datos se actualizan tras la impresión de este PDF

Esta guía es una fotografía fija; las herramientas detrás de ella siguen actualizándose. Escanea un código o escribe la URL corta. Cada una viene precargada con los mismos datos de Omán con los que se construyó esta guía.



Calculadora de presupuesto de viaje

Omán: 50 USD/día mochilero, 250 USD/día confort.

packlightly.es/
herramientas/calculadora-de-presupuesto/



Mapa de viaje interactivo por país

Puntos de Omán en el mapa, de Nizwa a las dunas de Wahiba.

packlightly.es/
herramientas/mapa-de-viaje-interactivo-por-pais/



Mapa de la mejor época para viajar

Mejor época: de octubre a abril en el norte. Clima mes a mes en todo el mundo.

packlightly.es/
herramientas/mapa-de-la-mejor-epoca-para-viajar/



Comida y bebida local

Shuwa, majboos, halwa y más, con precios.

packlightly.es/
herramientas/comida-y-bebida-local/

Tarjetas para imprimir: recorta, dobla, llévalas

imprime al 100% de escala · tamaño tarjeta de crédito, 85 x 54 mm

Imprime esta página en A4 o Carta al 100 por ciento (sin ajustar a la página), recorta por las líneas discontinuas, y las dos tarjetas caben en tu cartera para todo el viaje. Los campos del formulario son interactivos en Acrobat y en Vista Previa de iOS, por si prefieres escribir a máquina en lugar de a mano.

ÁRABE · ESENCIALES

Hola	marhaba
La paz sea contigo	as-salaamu alaykum
Gracias	shukran
Sí / No	na'am / la
¿Cuánto cuesta?	bikam?
Por favor	min fadlak / fadlik
¿Dónde está el baño?	wayn al-hammam?
Perdón	'afwan

packlightly.es

EMERGENCIAS · OMÁN

Emergencias (todas) 9999

Policía Real de Omán 9999

Ambulancia 9999

Embajada de España (Mascate) [VERIFICAR: teléfono de la Embajada de España en Mascate]

Royal Hospital +968 24 599 000

Mi hotel: _____

Dirección: _____

Nº de seguro: _____

Tarjeta izquierda al frente, tarjeta derecha al dorso: imprime a doble cara por el lado corto y se doblan en una sola.

¿Perdiste la guía pero conservas la tarjeta? El código QR abre el hub en vivo de Omán con todas las páginas que enlaza esta guía, más las actualizaciones publicadas después de que esta edición fuera a imprenta.

packlightly.es/oman/

Fotografía las dos tarjetas antes de recortarlas. Una copia en el teléfono de la tarjeta de emergencia sigue funcionando cuando la cartera se queda en el hotel.

Pide en recepción que escriban el nombre y la dirección de tu hotel en árabe en el dorso. Los taxistas lo leen de un vistazo.

Fuentes y metodología

cada cifra procede de una fuente fechada



ESCRITO POR

Wouter van Kemenade

Fundador de Pack Lightly. Más de veinte países recorridos sobre el terreno, formación en marketing de rendimiento y una escritura de viajes basada en datos. Cada cifra de esta guía se contrasta con una fuente listada abajo; si un precio varía más de un 15 por ciento, la siguiente edición lo señala.

FUENTES USADAS EN ESTA EDICIÓN

1. Precios de hoteles y hostales: instantánea de Booking y Hostelworld de 2026-05, Mascate, Nizwa y Salalah.
2. Tipos de cambio: tipos de referencia del BCE, 2026-05-25 (1 OMR = ~2,60 USD).
3. Visado y entrada: el portal oficial evisa.rop.gov.om, consultado el 2026-05-15.
4. Datos y precios de tours: API de Viator Partner, capturados en julio de 2026.
5. Avisos de viaje: FCDO y Departamento de Estado de EE. UU., última actualización 2026-04-30.
6. Clima: conjunto de datos de mejor época para viajar y promedios de 10 años de Open-Meteo, capturados el 2026-05-17.
7. Páginas del clúster de Omán en Pack Lightly, consultadas en 2026-07: visado · presupuesto · seguridad · mejor época para viajar · eSIM

Metodología. Las puntuaciones de país de Pack Lightly agregan once dimensiones en la puntuación de 0 a 100 de la página 5, comparadas con el promedio regional de Oriente Medio. Las cifras de presupuesto proceden del conjunto de datos de comparación de países, y los veredictos climáticos del conjunto de datos de mejor época para viajar, ambos con su fecha de captura donde aparecen.

Qué cambió en la edición 2026.07: primer lanzamiento de Omán con el estándar de diseño v2. Próxima actualización planificada: enero de 2027. No cubierto en profundidad: los fiordos de Musandam en el extremo norte, ni los cruces fronterizos terrestres.

Créditos fotográficos. Todas las fotografías proceden de Wikimedia Commons bajo una licencia Creative Commons o de dominio público. La lista completa por imagen, con cada fotógrafo y licencia, está en la página siguiente. La portada muestra las terrazas de Jebel Akhdar. Los datos y precios de tours proceden de la API de Viator Partner, capturados en julio de 2026.

Créditos de imágenes

cada foto, su autor y licencia

Todas las fotografías de lugares, comida y fauna proceden de Wikimedia Commons. Cada una se reutiliza bajo la licencia Creative Commons o de dominio público indicada abajo, con atribución al fotógrafo. Bajo CC BY-SA, esta lista y cualquier reutilización llevan los mismos términos de compartir igual. Haz clic en cualquier título para abrir el archivo original en Commons.

1. **Fuerte de Bahla, Omán**. Francisco Anzola, CC BY 2.0, CC BY 2.0.
2. **Terrazas de las montañas Hajar en Jebel Akhdar, Omán**. Philipp Weigell, CC BY 3.0, CC BY 3.0.
3. **Terrazas de las montañas Hajar en Jebel Akhdar, Omán**. Philipp Weigell, CC BY 3.0, CC BY 3.0.
4. **Zoco de Muttrah, Mascate, Omán, interior del mercado**. Dr. Thomas Liptak, CC BY-SA 4.0, CC BY-SA 4.0.
5. **Fuerte de Nizwa, Omán**. Andries Oudshoorn, CC BY-SA 2.0, CC BY-SA 2.0.
6. **Costa de la playa de Ras al-Jinz, Omán**. hotshoe!, CC BY 2.0, CC BY 2.0.
7. **Salalah, Omán, torre del reloj**. Bernhard Dunst, CC BY-SA 4.0, CC BY-SA 4.0.
8. **Gran Mezquita del Sultán Qaboos, Mascate, Omán**. Richard Bartz, CC BY-SA 3.0, CC BY-SA 3.0.
9. **Sur, Omán, costa**. Dr. Thomas Liptak, CC BY-SA 4.0, CC BY-SA 4.0.
10. **Comida tradicional omaní, arroz**. Erkan Pinar, CC BY 2.0, CC BY 2.0.
11. **Pozas del cañón de Wadi Shab**. albinfo, CC BY-SA 4.0, CC BY-SA 4.0.
12. **Dunas del desierto de las Arenas de Wahiba, Omán**. albinfo, CC BY-SA 4.0, CC BY-SA 4.0.

Datos y precios de tours: API de Viator Partner, capturados en julio de 2026. Retrato del autor y marcas de la marca: Pack Lightly.

Una nota sobre los enlaces de esta guía

divulgación · por qué esta guía es gratuita

Esta guía es gratuita porque algunos de los enlaces de reserva que contiene son enlaces de afiliado. Cuando un lector reserva un alojamiento, un tour, una eSIM o comprueba un visado a través de uno de esos enlaces, el comercio le paga a Pack Lightly. El lector paga el mismo precio de cualquier forma.

La elección viene antes que el socio. Un alojamiento, un tour o una opción de transporte se elige por el viaje que ofrece, y donde existe un enlace de socio para eso, se usa; donde no, sigue apuntando allí un enlace normal. Un lugar sobrevalorado sigue llamándose sobrevalorado, y una opción más barata que supera a la famosa conserva su lugar. La comisión financia la guía, no elige por ella.

Preguntas, correcciones o un lugar que hayas probado y que merezca estar en la próxima edición: escribe a hello@pack-lightly.com.

Socios enlazados en esta edición: **Aviasales** · **Booking.com** · **Saily** · **Hostelworld** · **Stay22** · **Viator** · **Sherpa** · **12Go** · vía **Travelpayouts**

Los enlaces pueden sobrevivir a una tirada impresa. Si alguno deja de funcionar, la versión en vivo de cada página de esta guía está en packlightly.es/oman.

Este archivo tiene versión; la edición aparece en la portada. La próxima actualización planificada llega en enero de 2027 y sustituye este archivo en la misma descarga.