

Voyage de La Libre Zen à Oman  
« Le changement »  
en compagnie de Christine Alexandre

Du 3 au 11 décembre 2021 (Deuxième départ)



Son désert de sable orangé et ses Bédouins, ses villages médiévaux nichés dans les oasis de montagne, ses canyons, oasis et wadis, sa côte bordée de plages intactes, ses forts et châteaux, ses souks, sa capitale Mascate et sa Grande Mosquée, font du Sultanat d'Oman, trait d'union entre l'Inde et l'Afrique, une destination magique « de contes des mille et une nuits », aux nombreux contrastes. La coexistence de populations de nombreuses origines et cultures, les traditions omanaises préservées et la tolérance rendent ce pays du Moyen-Orient particulièrement attrayant, accueillant et sûr.

*B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.*

Waouw Travel SRL – Rue Culée 12 1380 Lasne  
0475/75.70.77 – [info@waouwtravel.be](mailto:info@waouwtravel.be) – Lic. A5936

Nous y serons accompagnés par Christine Alexandre, coach certifiée par l'Institut International de Genève, formatrice, conférencière, et à l'origine avec son époux du concept de voyages d'épanouissement de Waouw Travel.

Au cours de ce voyage, où nous circulerons entre mer, désert et montagne, Christine Alexandre nous proposera quelques conférences sur le thème du changement.

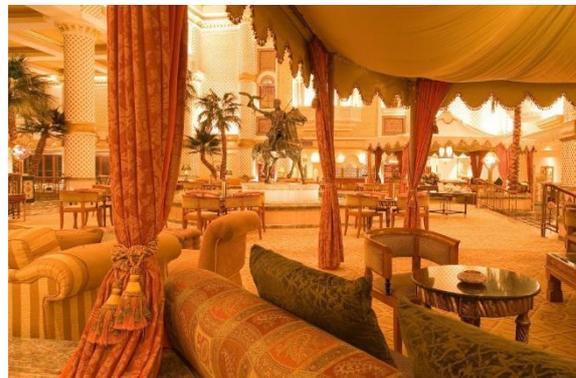
A notre époque, le changement ne s'entrevoit plus de la même façon. Aujourd'hui nous sommes sollicités pour faire face au changement quotidiennement, et la crise sanitaire que nous vivons actuellement nous le rappelle bien. Dans ce pays qui vient de vivre une transition importante suite au décès du Sultan au début de l'année 2020, nous avons considéré intéressant de vous proposer ce thème du changement.



## ITINERAIRE

### **Jour 1 (Vendredi 3 décembre 2021) : Bruxelles – Mascate**

C'est en fin de matinée que nous nous envolons de Bruxelles pour Istanbul avec la compagnie Turkish Airlines (11h25 – 16h55 / 3h30 de vol / 2h de décalage avec Bruxelles). Après une brève escale, nous continuons avec Turkish Airlines vers Mascate (18h30 – 00h20<sup>+1</sup> / 4h50 de vol / 3h de décalage avec Bruxelles). Arrivés à Mascate, nous retrouvons Atef, notre guide francophone qui nous accompagnera tout au long de la semaine, et rejoignons le Grand Hyatt Muscat Hotel, splendide hôtel 5 étoiles à l'impressionnante architecture typiquement arabe, situé en bord de plage à Mascate. Installation et nuitée.



### **Jour 2 (Samedi 4 décembre 2021) : Mascate (B, L, D)**

Après le petit-déjeuner, nous partons à la découverte de Mascate, étonnante capitale du Sultanat d'Oman, et débutons par son fleuron ; sa majestueuse Grande Mosquée du Sultan Qaboos. Inaugurée en 2001, elle est composée des plus beaux matériaux venant du monde entier, dont notamment le plus grand tapis persan fait main d'une pièce (70 x 60 mètres), ses 35 lustres en cristal et plaqué or dont l'immense (8 m de diamètre et 14 m de hauteur) pendant au centre de la principale salle de prière, ses marbres de Carrare, ses vitraux, ses mosaïques en Zellige, ...

*B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.*



Nous poursuivons notre visite de Mascate par une autre pièce maîtresse de l'architecture omanaise contemporaine ; la Royal Opera House ! Inauguré en 2011, cet opéra de 1.100 places accueille les plus prestigieux spectacles d'Oman.



Après sa visite, nous rejoignons Muttrah, la vieille ville de Mascate, où nous déjeunons dans un restaurant typique omanais. Puis nous nous rendons par la corniche au musée Bait Al Zubair qui retrace l'histoire du pays et en présente les traditions, notamment au travers d'une belle collection de costumes traditionnels, bijoux et armes. Nous faisons ensuite un arrêt photo au Palais Al Alam, un des six palais du Sultan Qaboos, avant de déambuler dans le souk de Muttrah, l'un des plus anciens marchés d'Oman.



Datant d'environ 200 ans, nous en apprécierons la beauté et la magie, à travers les étals d'encens, parfums, bijoux, objets artisanaux, ...

*B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.*

Waouw Travel SRL – Rue Culée 12 1380 Lasne  
0475/75.70.77 – [info@waouwtravel.be](mailto:info@waouwtravel.be) – Lic. A5936

De retour à l'hôtel, temps de détente, puis première conférence de Christine Alexandre, pour ceux qui le souhaitent. Et enfin, délicieux dîner buffet à l'hôtel.

**Jour 3 (Dimanche 5 décembre 2021) : Bimmah, Sour & Wahiba Sands (B, L, D)**

Après le petit-déjeuner, nous quittons notre hôtel de Mascate, direction le désert de Wahiba Sands ! En cours de route, visite du gouffre de Bimmah, trou caverneux de 40 mètres de large et de 20 mètres de profondeur, rempli d'eau turquoise, entouré par la mer d'un côté et les montagnes de l'autre, et dont la légende locale dit qu'il a été créé par une météorite. C'est pourquoi son nom "Hawayyat Najm" se traduit par "The Falling Star". Cependant, les géologues ont confirmé que la couche supérieure de la croûte terrestre s'est effondrée en raison de l'érosion. Puis continuation vers la ville portuaire de Sour et ses chantiers navals, qui produisent encore des navires en bois traditionnels. Visite du musée maritime qui met en évidence le rôle de premier plan que les Omanais ont joué dans la navigation maritime au cours de l'histoire, puis déjeuner dans un restaurant local.



Nous poursuivons ensuite notre route jusqu'au village de Bidiyah, où nous embarquons à bord de véhicules 4x4 et entrons dans les sables dorés des Wahiba Sands, dunes s'étendant sur une superficie de 200 km de long sur 100 km de large, des montagnes des Eastern Hajars à la mer d'Arabie.

*B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.*



C'est depuis 7000 ans, l'habitat naturel des Bédouins ce peuple qui sait comment survivre dans les conditions difficiles du désert. Nous allons à sa rencontre, avant de poursuivre notre avancée dans le désert et de rejoindre notre campement de grand luxe : le Desert Nights Camp. Le plus beau et le plus confortable des Wahiba Sands !



Nous nous installons dans nos luxueuses « tentes », puis grimpons en 4x4 au sommet des dunes bordant le campement pour y vivre un moment suspendu et magique : assister au coucher du soleil sur le désert ! Le soleil couché, c'est dans ce décor exceptionnel que nous nous retrouvons pour une seconde conférence de Christine Alexandre. Et le soir, nous dînons sur la terrasse au milieu du campement.



B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

**Jour 4 (Lundi 6 décembre 2021) : Nizwa & Bahla (B, L, D)**

Ce matin, petit-déjeuner, petite balade à dos de dromadaire pour ceux que cela tente, puis nous reprenons les véhicules 4x4 pour sortir des Wahiba Sands.



A la sortie du désert, nous retrouvons notre autocar et filons vers Nizwa, l'ancienne capitale d'Oman. Nous en visitons le fort. Celui-ci, datant de 1650, fut le siège du pouvoir pendant le règne de la dynastie des Yarubas, et est aujourd'hui le monument national le plus visité.



Nous déjeunons à Nizwa, puis nous rendons à Bahla, où nous faisons un arrêt photo au fort qui se dresse fièrement au centre de la capitale de la poterie d'Oman, dont nous traversons le quartier des potiers, avant de nous rendre au Château de Jabreen tout proche.



*B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.*

Nous visitons ce magnifique édifice truffé de détails étonnants, comme les plafonds richement peints, une chambre funéraire, une cage d'escalier et une balustrade complexe s'étendant sur trois étages, ...

Nous rejoignons ensuite notre nouvel hôtel, le Golden Tulip Nizwa 4 étoiles, où nous nous installons, profitons d'un moment de détente, puis dînons autour de la piscine.



## Jour 5 (Mardi 7 décembre 2021) : Al Hamra & Jebel Shams (B, L, D)

Aujourd'hui, nous nous rendons d'abord au souk de Nizwa, où nous pouvons admirer un magnifique éventail d'objets d'artisanat : cafetières, épées, articles en cuir, argenterie, poterie, antiquités, ... mais aussi des épices, dattes, fruits, légumes, ...



De là, nous nous dirigeons vers la vieille ville d'Al Hamra et visitons Bait Al Safah, deux anciennes demeures en briques de boue qui ont été restaurées et transformées en un musée animé présentant la vie des Omanais de jadis. Nous y voyons des femmes préparant de manière traditionnelle du café, du pain omanais, des lotions, ... et perpétuant les gestes antiques.

Ensuite, nous montons à bord de véhicules 4x4 pour nous rendre dans les montagnes, passons par Wadi Ghul où nous pouvons voir le village abandonné de Ghul sur le rebord d'un affleurement où convergent deux oueds, puis continuons jusqu'à Jebel Shams, la « montagne du soleil », point culminant du Sultanat d'Oman, à 3000 mètres d'altitude, ainsi nommée pour la beauté des levers et couchers de soleil. Nous y débouchons sur le « Grand Canyon d'Oman ». Emotion garantie !

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.



Après le déjeuner dans un resort au sommet de Jebel Shams, ceux qui le souhaitent peuvent emprunter la célèbre promenade sur le balcon le long du canyon. Celle-ci offre des vues spectaculaires sur Wadi An Nakhr, le « Grand Canyon », et au loin sur Al Hamra. Nous redescendons ensuite de la montagne et retournons vers notre hôtel, où après un moment de détente, nous avons le plaisir d'assister à une nouvelle conférence de Christine Alexandre, avant de dîner au bord de la piscine.

**Jour 6 (Mercredi 8 décembre 2021) : Nizwa - Mascate (B, L, D)**

Après le petit-déjeuner, nous prenons congé de notre hôtel de Nizwa et reprenons la direction de Mascate. En route, nous passons par les ruines et le vieux fort d'Izki, avant de faire halte dans le village de Zukait où les fouilles archéologiques témoignent d'un riche passé et d'une diversité de civilisations dont les cultures se sont mélangées.



B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

Les tombes en forme de ruche situées au sommet d'une colline surplombant le village remonteraient au troisième millénaire avant Jésus-Christ.

A notre entrée dans Muscat, nous déjeunons dans un restaurant spécialisé en grillades, puis traversons Muscat et poursuivons jusqu'à une petite baie sur la côte où se cache le splendide Shangri-La Bar Al Jissah Resort & Spa, où nous nous installons dans l'Al Bandar Hotel.



L'après-midi, temps de détente afin de pleinement profiter de la plage, de la piscine, du spa, et autres facilités de notre magnifique hôtel. Et en fin d'après-midi, dernière conférence donnée par Christine Alexandre, suivie du dîner.

### **Jour 7 (Jeudi 9 décembre 2021) : Croisière Dauphins & Bandar Al Khayran (B, L, D)**

Notre dernière journée à Oman est maritime ! Après le petit-déjeuner, nous nous rendons à la toute proche et charmante Marina Bandar Al Rowdha. Nous y embarquons à bord de confortables bateaux à moteur et partons pour l'île de Bandar Al Khayran. En quittant la jetée, nous profitons d'une vue magnifique sur Mascate depuis le golfe d'Oman, puis partons au large à la rencontre des dauphins et baleines. Un fascinant et merveilleux spectacle ! Ensuite nous longeons le littoral omanais, et avant que nous atteignons l'île, ceux qui le désirent peuvent s'adonner à la plongée avec tuba, leur donnant ainsi l'occasion d'avoir un aperçu de la riche vie sous-marine d'Oman.



B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.



A notre arrivée sur l'île isolée de Bandar All Khayran, un délicieux barbecue de fruits de mer nous attend. Nous déjeunons sous les tentes arabes, puis disposons d'un moment de détente sur la plage, avant de reprendre la mer vers la marina et notre hôtel. Là, temps libre pour profiter de l'hôtel. En début de soirée, session de clôture de notre voyage, puis dernier dîner à l'hôtel.

### **Jour 8 (Vendredi 10 décembre 2021) : Journée de détente (B, D)**

Pour terminer notre séjour à Oman, chacun bénéficie d'une journée complète de détente pour librement profiter de la plage et de la piscine, se rendre à Mascate ou Muttrah pour visiter ou faire quelques emplettes, ... Chacun déjeune librement, et en fin d'après-midi nous quittons notre hôtel pour Mascate où nous dînons avant de rejoindre l'aéroport de Mascate en fin de soirée.

### **Jour 9 (Samedi 11 décembre 2021) : Mascate - Bruxelles**

Notre vol Turkish Airlines à destination d'Istanbul quitte Mascate en milieu de nuit (01h20 – 06h05 / 5h45 de vol) puis celui à destination de Bruxelles s'envole d'Istanbul en début de matinée (09h00 – 10h30 / 3h35 de vol).

## » VOTRE CONFERENCIERE



### **Christine Alexandre**

Christine Alexandre est coach certifiée par l'Institut International de Genève, formatrice, conférencière, Christine Alexandre est à l'origine, avec son époux, d'un concept qui permet à chacun de se retrouver avec soi dans l'instant présent.

Enseignante de formation, Christine Alexandre quitte l'enseignement après 10 ans. Elle crée des voyages pour des entreprises qu'elle accompagne pendant 8 ans. Après de nombreuses années de formation dans le domaine du développement personnel (coaching, maître praticien PNL, analyse transactionnelle, ennéagramme, neurosciences, communication non violente et de nombreuses formations

B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.

dans le cadre du développement personnel...), à partir de 2007 elle travaille en entreprise, donne des formations et conférences avec la volonté "d'élever" l'humain dans sa vie professionnelle et personnelle et accompagne en coaching des personnes en individuel.

En 2015, elle crée, avec Dominique, son mari, Waouw Travel qui permet d'allier leurs compétences et passions. Ensemble ils créent et accompagnent des voyages d'épanouissement et Christine en anime certains, tout cela dans la même vision : apporter un petit ou grand plus dans la vie de ceux qu'ils rencontrent.

Au cours des conférences données par Christine durant ce voyage, nous aurons l'occasion de mieux comprendre le changement, savoir pourquoi nous y résistons et bénéficierons d'outils pour accueillir le changement avec enthousiasme.

## **i EN PRATIQUE**

Prix du séjour de 9 jours / 7 nuits en chambre double : 3.290 € pp  
Supplément single : 700 €  
Acompte à la réservation : 40 % du montant total  
Départ garanti à partir de 20 participants (max 30 participants)

### **Inclus :**

- les vols aller/retour Bruxelles – Mascate via Istanbul avec Turkish Airlines,
- les transferts et excursions en autocar de luxe et véhicules 4x4,
- le logement en chambre double en hôtels 4 et 5 étoiles et campement 5 étoiles – Grand Hyatt Muscat Hotel\*\*\*\*, Desert Nights Camp\*\*\*\*, Golden Tulip Nizwa Hotel\*\*\*\* et Al Bandar Hotel du Shangri-La Bar Al Jissah Resort & Spa\*\*\*\*\* (ou équivalents),
- tous les repas mentionnés dans le programme, boissons non alcoolisées comprises,
- toutes les visites mentionnées avec guide local francophone (entrées comprises),
- les conférences données par Christine Alexandre,
- les frais de visa (obtention prise en charge par Waouw Travel),
- l'accompagnement par Christine & Dominique de Waouw Travel.

### **Non inclus :**

- les boissons alcoolisées,
- les dépenses personnelles,
- les pourboires,
- les assurances annulation et all-in de Touring (en option).

### **Petite précision qui a son importance :**

Bien évidemment, si les mesures sanitaires en vigueur au moment de ce voyage ne devaient pas en permettre la tenue, nous le reporterons et donnerons aux personnes inscrites le choix entre un report de leur participation ou le remboursement intégral immédiat du montant payé.

### **Informations et inscriptions :**

Dominique Demey - Waouw Travel  
0475/75.70.77 ou [info@waouwtravel.be](mailto:info@waouwtravel.be)

*B = petit-déjeuner / L = repas de midi / D = repas du soir.*

Waouw Travel SRL – Rue Culée 12 1380 Lasne  
0475/75.70.77 – [info@waouwtravel.be](mailto:info@waouwtravel.be) – Lic. A5936