

الإشـراف العام
General supervision

عمر بن أحمد البوسعيدي
Omar Ahmed AlBusaidi

OMRAN

C39b

من مسقط القديمة إلى مطرح
From Old Muscat TO Matrah

مسـارات المشـاة في محافظـة مسقـط

TREKKING ROUTES ON MUSCAT GOVERNORATE

وزارة التراث والسياحة
Ministry of Heritage and Tourism

Adventure Tourism | Experience عُمان OMAN









المستوى

المستوى ١ : سهل - بدون لون
عبارة عن ممر مشاة مسطح بدون عقبات ومناسب لجميع الأعمار بما فيهم الأطفال الصغار مع ضرورة الإشراف عليهم.

المستوى ٢ : معتدل - بدون لون
مناسب للعائلات والأطفال مع الإشراف المباشر عليه وهو عبارة عن ممر مع ميل خفيف تتخلله بضع عقبات، وبعض السلالم.

المستوى ٣ : متوسط
مناسب لشخص في حالة بدنية معقولة، ثابت الخطوات ولا يعاني من دوار، حيث أن بعض المسارات سهلة نسبياً ومناسبة للمشاة الأقل خبرة،بما في ذلك الأطفال المرافقون الذين تتراوح اعمارهم بين ١٠ سنوات وما فوق.

المستوى ٤ : صعب
مناسب لشخص في حالة بدنية جيدة، ثابت الخطوات ولا يعاني من دوار ويفضل أن يكون لدى المشاة خبرة في مسار المستوى الثالث أو يجب أن يتجولوا مع اخرين من ذوي الخبرة، كما تتطلب بعض الأحيان التسلق باستخدام أدوات خاصة، كما يجب أن يصطحب المشاركين بالمغامرة مرشد متخصص بنشاط المشي الجبلي مرخص من وزارة التراث والسياحة.

المستوى ٥ : صعب جداً
مناسب لشخص لديه الخبرة في مسار المستوى الرابع، ويتمتع بصحة جيدة جداً، ثابت الخطوات، مع قدرة تحمل جيدة ولا يعاني من الدوار، حيث قد تصادف أجزاء مكشوفة، بما في ذلك التسلق والصعود باستخدام أدوات خاصة، كما يجب أن يصطحب المشاركين بالمغامرة مرشد متخصص بنشاط المشي الجبلي مرخص من وزارة التراث والسياحة.

عزيزي الزائر

مرحباً بك في مسـقط القديمة مـن هنا يمكنك المشي على إحدى المسارات المحددة إلى قلعة مطـرح (C39) أو ريـام (C38) أو سـوق مطـرح (C38b) في أقل من ساعتين.

أنت الآن في بداية مسار C39b في مسقط القديمة

السلامة

هذه المسارات موصى بها للمشاة ذوي الخبرة بمسـتوى لياقـة بدني جيـد ، باسـتخدام أحذيـة الرحلات القوية.
• قـد تتم مصادفة بعض الأجزاء المكشـوفة أو أجزاء تتطلب الصعود
• الرجـاء الالتـزام بالمسـار المحـدد والحـذر عند الحواف المكشوفة.
• حمـل حقيبـة الإسـعافات الأوليـة ومصباح يـدوي. يجـب أن يحمـل أحـد أفـراد المجموعـة دائماً.
• يجب مراقبة الأطفال دائماً.
• انتبـه للزواحف والحشـرات، خاصـة بعد حلول الليل.
• لا تأخذ أي نباتات أو صخور من المسار.
• لا تنس إخبار شـخص من الأقارب عن مسارك ووقـت العـودة المتوقـع او اسـتخدام تطبيـق (نداء) التابع لهيئة الدفاع المدني والاسعاف.

تذكر

• أحضر ما يكفي من الماء.
• التقط صورا فقط - اترك آثار أقدام فقط.
• حافـظ على نظافة المسـار وجلب القمامة إلى الحاوية التالية.
• إذا وجـدت بعض القمامـة على طول الطريق ، كن بطلًا وخذها معك.





Dear Visitor,

Welcome to Old Muscat! From here you can walk on marked paths to either or Matrah Fort (C39), Riyam (C38a) or Matrah Souq (C38b) in under 2 hours.

YOU are at the start of C39b In Old Muscat

Safety

• These paths are recommended for experienced walkers with good fitness level, using strong trekking shoes.
• Some short scrambling and exposed sections may be encountered.
• Please keep to the marked trail and be careful at exposed cliff edges.
• Carry a First Aid Kit and a troch. One of your group members should carry a telephone.
• Be aware of reptiles and insects, especially after nightfall.
• Do not take any plants or rocks.
• Don't forget to tell someone your route and expected return time, or use the application (Neda) provided by the Civil Defense and Ambulance Authority.

Remember

• Bring enough WATER!
•Take only PHOTOS - Leave only FOOTPRINTS.
• Keep the path clean and bring your trash to the next container.
• If you find rubbish along the path, be a HERO and take it with you!

GRADING

Grade 1: Easy, Footpath mainly flat without obstacles. Suitable for all ages but young children should be under supervision.

Grade 2: Moderate, suitable for families with children under supervision. Footpath is slightly inclined, with a few obst, acles and some steps.

Grade 3: Intermediate, suitable for someone in reasonable physical condition, surefooted and not suffering from vertigo. Tracks are relatively easy and suitable for less-experienced trekkers including accompanied children above 10 years old.

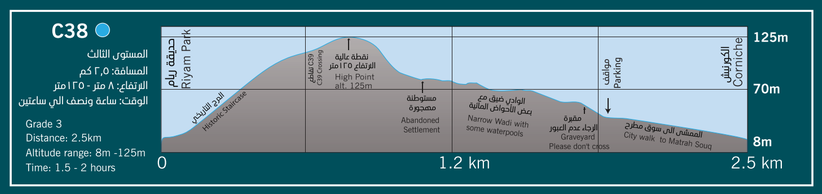
Grade 4 : Difficult, suitable for someone in good physical condition, surefooted and not suffering from vertigo. Trekkers should preferably have experience with Grade 3 routes, or should trek with others who are experienced.It also sometimes requires climbing and using special tools for climbing activity. Thus, the participants in any adventure activity must be accompanied by a specialized tour guide in adventure activities, especially in hiking and climbing licensed by the Ministry of Heritage and Tourism.

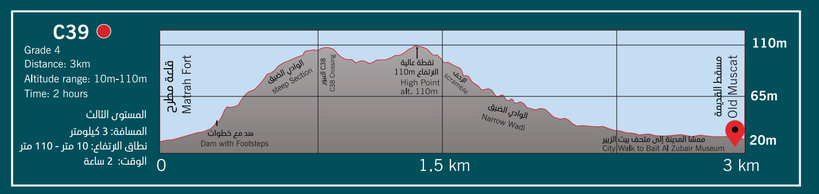
Grade 5 : Very difficult, suitable for someone very experienced with Grade 4 routes, in good physical condition, surefooted, with a good stamina and not suffering from vertigo. May encounter exposed parts, including climbs and scrambling.
It requires climbing using special tools. The participants should be accompanied with a specialised hiking coach, licensed by the Ministry of Heritage and Tourism.

C39b Overview: For the first 1 km, you will pass through the residential area of Old Muscat. You then leave civilisation behind you as you follow a small wadi into the mountains. A scramble up to an old wall brings you to the highest point of the trek and some magnificent views over Sultan Qaboos Port harbour and corniche. Shortly after, you will meet the junction with **C38**.The final challenge is a scramble over the dam and down towards Matrah Fort or return to Riyam Park.
Geological interest: "ophiolite" More info in the "GeoHeritageTour Guide" on the Ministry of Heritage and Tourism website.

نظرة عامة على C39b

خـلال أول كيلومتر سـوف تمر عبر المنطقة السكنية في مسقط القـديمة، بعدها ستخرج من المنطقة المأهولة لتتبع مجرى واد صغير بين الجبال، وخلال مرحلة الصعود سوف تصل إلى جدار قديم سيوصلك إلى أعلى نقطة في هذا المسار، حيث سيكون بمقدورك مشاهدة المناظر الخلابة لميناء السلطان قابوس والممشى البحري. وبعد مواصلة المسير لمسافة قصيرة سوف تصل لنقطة التقاطع مع مسار **C38** ، وسيكون التحدي الأخير.عبر تسلق السد ومن ثم النزول نحو قلعة مطرح أو العودة إلى مواقف حديقة ريام.
الاهتمام الجيولوجي: « أفيوليت « ولمزيد من المعلومات في تطبيق المرشد الآلي للمسارات الجيولوجية عبر موقع وزارة التراث والسياحة.







سـياحة المغامرات | اكتشف عُمان OMAN

www.experienceoman.com

Adventure Tourism | Experience عُمان OMAN

Beauty Has An Address
#experienceoman

للجمال عنوان
#اكتشف_عُمان

In an emergency, contact the ROP on 9999

في حالات الطوارئ، يرجى منكم الإتصال بشرطة عمان السلطانية على الرقم التالي: ٩٩٩٩

www.experienceoman.com

Beauty Has An Address
#experienceoman

للجمال عنوان
#اكتشف_عُمان

659500 660000 660500 661000 661500 662000 662500

2614000 2613500 2613000 2612500 2612000

بحر عمان
Sea of Oman

ميناء السلطان قابوس
Sultan Qaboos Port

رصيف العبارة
Ferry pier

سوق مطرح للأسماك والخضروات والفواكه
Matrah market for Fish, Fruits & Vegetables

بيت اللبان
Bait Al Luban

بيت البرندة
Bait Al Baranda Museum

مسجد الرسول الأعظم
The Great Prophet Mosque

كورنيش
Corniche

مطرح
Matrah

سوق مطرح
Matrah Souq

متحف المكان والناس
Place & People Museum

قلعة مطرح
Matrah Fort

أفيوليت
ophiolite

السد
Dam

سلم
steps

مقبرة الرجاء عدم العبور
Graveyard Please don't cross

ممشى مطرح إلى مسقط القديمة (٣ كم)
Matrah - Old Muscat trek (3km)

ممشى ريام إلى مطرح(٢,٥ كم)
Riyam - Matrah trek (2.5km)

C39a

C38b

C38a

كورنيش
Corniche

حديقة ريام
Riyam Park

ريام
Riyam

كورنيش
Corniche

حديقة كلبوه
Kalbuh Park

طريق عودة غير معلم
Return walk unmarked

متحف بوابة مسقط
Muscat Gate Museum

قلعة الميراني
Al Mirani Fort

مسقط القديمة
Old Muscat

العتحف العماني الفرنسي
Omani French Museum

متحف بيت الزبير
Bait Al Zubair Museum

متحف المرسة السيحية
Al Saidia Museum

المتحف الوطني
The National Museum

جدار الدفاع القديم
old defence wall

مستوطنة مهجورة
Abandoned Settlement

ممشى مطرح إلى مسقط القديمة (٣ كم)
Matrah - Old Muscat trek (3km)

C39b

50 100 130 150 200

Recreational facilities: مرافق التسلية

Trailhead	رأس درب
Grade 3- Challenging	المستوى الثالث - تحدي
Grade 4- Difficult	المستوى الرابع - صعب
Unmarked return route	طريق عودة غير محدد
Marked trekking paths	مسارات غير محددة
Separator between 2 paths	فاصل بين مسارين
Altitude in meters	الارتفاع بالأمتار
Contour line	خط الكنتور
Summit	القمة
Safety Installation	تركيبات للسلامة
Signboard	لوحة إرشادية

General facilities: المرافق العامة

City, Village	مدينة , قرية
Main roads	طرق رئيسية
Parking	موقف
Police Station	مركز شرطة
Health Center	مركز صحي
Mosque	مسجد
Washrooms	دورات مياه
Bank / ATM	بنك / ظراف آلي

Natural features: المعالم الطبيعية

Geological site	الموقع الجيولوجي
Cultivated area	مساحة مزروعة
Wadi	وادي
Graveyard	مقبرة

Points of Interest: نقاط الاهتمام

Cultural or historical site	موقع ثقافي أو تاريخي
Museum	متحف
Fort / Castle	قلعة / حصن
Tower	برج
Rest place	استراحة
Accommodation	فندق , دار ضيافة
Restaurant	مطعم
Coffee shop	مقهى
View point	نقطة مشاهدة
You are here:	انت هنا

Adventure Tourism Experience عمان OMAN #EXPERIENCEOMAN

0 125 m 250 m

Elevation Range نطاق الارتفاع: 225 200 175 150 125 100 75 50 0

Muscat Governorate
C39b Trekking Map
2025 Ministry of Heritage & Tourism

محافظة مسقط
خريطة الرحلات سيراً على الأقدام C39b
2025 وزارة التراث والسياحة

Map Sources: USGS, SRTM 90m DEM
Datum: WGS84 - UTM
Field work data collection 2019-2020
by trekkingoman.com

مصادر الخريطة : USGS, SRTM 90m DEM
المرجع : WGS84 - UTM
جمع بيانات العمل الميداني 2019 - 2020