

# TREKKING IN NEPAL HIMALAYA

特別企画

岩崎元郎さんで行く“地球を遠足”シリーズ 第25回!



## ネパール・ランタン山群ゆったりトレッキング 12日間

●旅行期間:2010年10月26日(火)～11月6日(土)

●旅行代金:¥426,000【東京・大阪・名古屋・福岡発着】※燃油サーチャージ(2010年6月30日現在:目安17,000円～30,000円)が別途必要です。今後変更となる場合はご旅行代金ご請求の際にご案内いたします。



▲ヘリコプターで一気にアプローチ



▲美峰ランシサ・リを望む



▲キャンジゴンパ背後のタルチョピークへ登頂(右上)



▲キャンジゴンパ付近からのランタンリルン

### 第25回 岩崎元郎の“地球を遠足”

今回は地球を遠足、1年振りのネパールです。偉大なヒマラヤ探検家ティルマンが「世界で最も美しい谷のひとつ」と賞賛したランタン谷は、標高6,000m～7,000m級の華麗な山々に囲まれた美しい谷です。この谷を往路をヘリで入山し、帰路はゆっくりと歩いて下る7泊8日のトレッキングです。



#### 同行講師のご紹介 岩崎 元郎 (いわざき もとお)

日本が元気をとり戻すために、「一億二千万人総登山者化計画」を提唱。近著に『山登りの作法』他、『ぼくの新日本百名山』など著書も多数。無名山塾主宰、登山インストラクター。

### 第26回 初夏のニュージーランド・南島パノラマ・ハイキング 9日間

●旅行期間:2010年12月3日(金)～12月11日(土)  
●旅行代金:¥492,000【東京発着】・¥498,000【大阪発東京着】  
※燃油サーチャージ(2010年6月30日現在:目安22,000円)が別途必要です。今後変更となる場合はご旅行代金ご請求の際にご案内いたします。

花咲く初夏の季節に“地球の箱庭”ニュージーランドの南島をハイキング。緑豊かなフィヨルドランド、美しいミルフォードサウンド、マウントクックの迫力の氷雪峰など魅力も満載。うれしい連泊設定。



▲Mt.クック山麓をハイキング

アルパインツアーのホームページをご覧ください。<http://www.alpine-tour.com>



観光庁長官登録旅行業第490号/(社)日本旅行業協会正会員

ボンド保証会員

アルパインツアーサービス株式会社

お問い合わせ e-mail: info@alpine-tour.com

東京本社 〒105-0003 **03-3503-1911**  
東京都港区西新橋2-8-11(第7東洋海事ビル4階)

大阪 〒550-0003 **06-6444-3033**  
大阪市西区京町堀1-4-3 (TCF肥後橋ビル2階)

名古屋 〒450-0002 **052-581-3211**  
名古屋市中村区名駅3-23-6 (第2千福ビル8階)

福岡 〒810-0073 **092-715-1557**  
福岡市中央区舞鶴1-2-8 (セントラルビル5階)

広島 **082-542-1660**  
広島サービスステーション (大阪支店転送)

仙台 **022-265-4611**  
仙台サービスステーション (東京本社転送)

札幌 **011-711-7106**  
(株)りんゆう観光 〒060-0909 札幌市東区北9条東2丁目

# ネパール・ランタン山群ゆったりトレッキング 12日間



▲ヘリの機窓から望むランタンリルン

ネパール・ヒマラヤの静かで美しい谷ランタン谷を7泊8日かけてゆっくりトレッキング。8,000m峰こそないものの、明るく開けた谷の上部からは、6,000~7,000mの秀峰が至近の距離で展開します。入山にはヘリコプターを利用して長いアプローチを短縮。ランタン谷のトレッキングのハイライト、キャンジンゴンパにも2連泊して、360度のパノラマが広がる4,000m峰の登頂や好展望地への往復などヒマラヤ展望を満喫します。高山病に対する注意が必要です。



▲ランタン地域は、タマン族が多く住んでいる

【発着地】東京・大阪・名古屋・福岡

出発日～帰国日	旅行代金
10月26日(火)～11月6日(土)	¥426,000

※燃油サーチャージ(2010年6月30日現在:目安17,000円~30,000円)が別途必要です。今後変更となる場合はご旅行代金ご請求の際にご案内いたします。

- 利用予定航空会社: タイ国際航空、シンガポール航空、大韓航空、エア・インディア、全日空
- ツアーリーダー: カトマンズよりカトマンズまで同行します。添乗員は同行しません。発着地によってはツアーリーダーが全行程同行します。
- 最少催行人数: 10人 ●食事: 朝10回、昼8回、夕10回
- 利用予定ホテル: パンコク/メルキュール、ラディソン カトマンズ/ラディソン、ヤク&イエティ、アンナプルナ ●ビザ: ネパール ●トレッキング: 現地ガイド、コック、ポーターが同行 ●一人部屋追加料金: ¥32,000 (ロッジ泊も含む)
- 行動範囲: 1,430m~4,350m、最高宿泊地3,840m、高山病の影響やあり。
- 健康診断: このコースは標高3,800m以上の高所に宿泊しますので当社所定の健康診断を受けていただきます。

## 雪山と氷河に囲まれた静かで美しい谷

ランタン山群はヒマラヤの国ネパールの首都カトマンズから北へわずか60kmに位置し、カトマンズからもっとも近いヒマラヤです。それにもかかわらず、アプローチが不便なためと8,000m峰など有名な山に欠けるため、エベレストのあるクーンブ山群やアンナプルナ山群に比べると圧倒的にトレッカーは少なく、静かなトレッキ

ングを楽しむことができます。開けたU字谷の底から見上げる雪山や氷河の距離は近く、ピラミダルな山容の主峰ランタンリルン(7,225m)、特徴のある鋭い岩峰が天を突くキムシュン(6,760m)、ヒマラヤひだที่สวยงามな山容のランシサ・リ(6,427m)など秀峰にはことかきません。

## 往路ヘリ入山、徒歩下山

このツアーでは、往路、下部の急な峡谷帯はヘリコプターで飛び越えて、開けた氷河浸食U字谷が始まる地点ゴラタベラ(3,010m)に着陸します。そしてここから上部の広々としたゆるい傾斜の谷を歩きます。そのため他のポピュラーなアンナプルナやエベレスト・コースなどよりも、登りがずっと少ない行程になります。

また、特に高所順応には大変配慮しています。入山時には通常の1日行程を2日間かけて歩き、1日に上がる高度差を400m以内におさえていますので、無理のない行程です。もちろん酸素ボンベなど高山病対応装備を携行します。復路はシャブルベンシ(1,430m)まで標高差約3,000mを2日間かけて下ります。

日程	発着地	スケジュール / 食事【宿泊地】
1	各地 発着 東南アジア経由地 着	午前、東京・大阪・名古屋・福岡発。東南アジア経由地へ。着後、ホテルへ。【機】 <b>【東南アジア経由地泊 H】</b>
2	東南アジア経由地 発着 カトマンズ 着	午前、東南アジア経由地発、カトマンズへ。着後、ホテルへ。【朝機】 <b>【カトマンズ泊 H】</b>
3	カトマンズ 発着 ゴラタベラ 着	朝、ヘリコプター特別運行便でランタン山群中のゴラタベラ(3,010m)へ。【朝機】 <b>【ゴラタベラ泊 L】</b>
4	ゴラタベラ 発着 ランタン村 着	▲広いU字谷の平らな道をランタン村(3,450m)へ。(前日に飛べなかった場合は、この日の朝カトマンズからゴラタベラへ、ヘリコプター特別運行便で飛び、徒歩にてランタン村へ。)【朝機】 <b>【ランタン村泊 L】</b>
5	ランタン村 滞在	終日、ランタン村滞在。▲高所順応のため、周辺ハイキングなどを楽しみます。【朝機】 <b>【ランタン村泊 L】</b>
6	ランタン村 発着 キャンジンゴンパ 着 ランシサ・リ展望ハイキング	▲広いU字谷の平らな道を、ランタン山群の中心地キャンジンゴンパ(3,840m)へ(徒歩約3時間)。午後はランシサ・リの展望を求めてハイキングを楽しみます(徒歩約3時間)。【朝機】 <b>【キャンジンゴンパ泊 L】</b>
7	キャンジンゴンパ 滞在 タルチョピーク登頂	終日、キャンジンゴンパ滞在。▲タルチョピーク(4,350m)を往復します。雪山や氷河が周囲に迫ります(徒歩約3時間)。【朝機】 <b>【キャンジンゴンパ泊 L】</b>
8	キャンジンゴンパ 発着 ラマホテル 着	▲往路をゴラタベラを経て、谷間のラマホテル(地名、2,435m)へ下ります(徒歩約7時間)。【朝機】 <b>【ラマホテル泊 L】</b>
9	ラマホテル 発着 シャブルベンシ 着	▲峡谷沿いの道をシャブルベンシ(1,430m)へ下ります(徒歩約6時間)。【朝機】 <b>【シャブルベンシ泊 L】</b>
10	シャブルベンシ 発着 カトマンズ 着	朝、シャブルベンシ発、専用車(所要約9時間)で、カトマンズへ戻ります。【朝機】 <b>【カトマンズ泊 H】</b>
11	カトマンズ 発着 東南アジア経由地 着/発	午後、カトマンズ発。東南アジア経由地で乗り継ぎ、東京・大阪・名古屋・福岡へ。【朝機】 <b>【機中泊】</b>
12	各地 着	午前、東京・大阪・名古屋・福岡着。【機】

※日程は、航空会社の都合や現地事情などにより変更となる場合があります。  
※カトマンズ~ランタン谷間のヘリコプター便は、山岳飛行便となります。天候条件や機材その他の現地事情により予定通りには飛べないことがあります。そのため、入山が遅れる場合にはトレッキング日程の縮小、またはトレッキングコースを他の山域に変更する場合があります。

**ご参加者にプレゼント!**

**新登場**  
**C3fitサポートロングタイツ**  
市販価格: 12,600円

C3fitサポートタイツは、腰周りをサポートして、長時間の歩行時にもフラツキが無く安定した足の運びを実現します。また、特に下山時の膝への衝撃を緩和するため、膝周辺の靭帯のトラブルを予防する、ロングトレッキングに最適なタイツです。 協賛: (株)ゴールドウイン



▲ヒマラヤひだの美しいガンチェンポ

お申し込み、お問い合わせは、アルパインツアー各営業所へ。