アルパインツアーサービス株式会社 ☎03-3503-1911 FAX 03-3508-2529 東京本社 〒105-0003 東京都港区西新橋2-8-11（第7東洋海事ビル4階）
Eメールでのお問合わせ：info@alpine-tour.com　ホームページ：www.alpine-tour.com

AATS 11-12

特別企画　エベレスト山群まっただ中の展望地タンボチェへ

エベレスト・パノラマ・ゆったりトレッキングと古都バクタプル・ナガルコット 13日間 ロッジ泊まり

発着地 東京・大阪・名古屋・福岡

ネパールの山、自然、人を愛するエキスパート・ツアーリーダー東豊久がエベレスト街道のトレッキングをご案内する特別企画。世界最高峰をとりまく名峰群を眺めます。帰路は絶景のエベレスト展望ロッジにも宿泊。古都バクタプルもご案内します。

歩行時間　宿泊高度　健診　宿泊施設 ホテル ロッジ

出発日～帰国日	旅行代金
11/26(土)～12/ 8 (木)	¥382,000
2 /20(月)～ 3 / 3 (土)	¥388,000

●燃油サーチャージ（2011年7月1日現在：目安約36,000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。

同行ツアーリーダー
東 豊久（あずま とよひさ）
ネパール通で滞在歴も長く、コミュニケーション手段は英語よりネパール語が得意。現地事情に詳しく、歴史、民族、生活など様々な知識を交えながらご案内いたします。

●ビザ：ネパール/ビザ申請料金約7,200円（2011年7月/手数料・消費税込み）が別途必要です。
●利用予定航空会社：キャセイパシフィック、香港ドラゴン航空
●ツアーリーダー：カトマンズからカトマンズまで同行します。添乗員は同行しませんが、出発日と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11回、昼8回、夕9回
●利用予定ホテル：Aクラス以上。P.2掲載のホテルリストをご参照ください。
●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
●一人部屋利用追加料金：¥38,000（ロッジ泊も含む）
●行動範囲：2,610m ～ 4,198m、最高宿泊地3,870m、高山病の影響あり。
●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。健康診断にかかる費用はお客様のご負担となります。詳細はP.13をご参照ください。

スプーンから寝袋まで。 トレッキングの主要な装具はすべて現地で準備されています。専属のコックがつくる温かい食事もお楽しみいただけます。

▲古都バクタプルを観光します。

▲すり鉢のような地形にあるナムチェ村

▲小ピークからの展望、左からヌプツェ、エベレスト、ローツェ

世界遺産

▲タンボチェからの迫力あるカンテガ（左）とタムセルク（右）

▲タンボチェからのアマダブラム（右）とローツェ（左）とエベレスト（左奥）

日程	発着地	スケジュール / 食事【宿泊地】
1	各地 発 香港 着/発 カトマンズ 着	午前、東京・大阪・名古屋・福岡発✈香港で乗り継ぎ、深夜、ネパールのカトマンズ着。 機 一 【カトマンズ泊 H】
2	カトマンズ 発 ルクラ 着/発 パクディン 着	朝、空路ルクラへ。着後、シェルパ、ポーター達と合流しトレッキング開始。🚶ドゥードゥ・コシ谷沿いの道をパクディンへ（徒歩約3時間）。 朝 昼 夕 【パクディン泊 L】
3	パクディン 発 ナムチェ 着	🚶谷沿いの道をジョサレと辿り、世界遺産のエベレスト（サガルマータ）国立公園の入国手続き後、高度差600mの坂をゆっくりと登ります（徒歩約6時間）。 朝 昼 夕 【ナムチェ泊 L】
4	ナムチェ 発 ホテル・エベレスト・ビュー 着/発 ナムチェ 着	🚶急な坂道をシャンボチェへゆっくり登り、エベレスト、ローツェ、アマダブラム、タムセルクなどの大パノラマを楽しみながら、ホテル・エベレスト・ビューを経て、伝統的で落ち着いたシェルパ族の村クムジュンを巡りシャンボチェ（3,750m）からナムチェへ（徒歩約6時間）。 朝 昼 夕 【ナムチェ泊 L】
5	ナムチェ 発 タンボチェ 着	🚶見晴らしのよい水平道をテシンガへ。いったん、谷底のブンキへ下り、ここから高度差600mの坂をゆっくり登って、山群有数のパノラマを誇るタンボチェ（3,870m）へ（徒歩約6時間）。 朝 昼 夕 【タンボチェ泊 T】
6	タンボチェ 滞在 小ピーク登頂	🚶タンボチェ裏の小ピーク（4,198m）登頂（徒歩約3時間）。エベレスト、ローツェなどのパノラマに加えてコンデ・リ方面の展望も開けます。登頂を希望されない方は、タンボチェにてのんびりとお過ごし下さい。 ※タンボチェ裏の小ピークへの登頂はトレイルの状況（残雪や凍結がある場合）によっては登頂を中止することがあります。 朝 昼 夕 【タンボチェ泊 L】
7	タンボチェ 発 シャンボチェ 着	🚶タンボチェから往路をシャンボチェへ（徒歩約3時間）。 朝 昼 夕 【シャンボチェ泊 L】
8	シャンボチェ 発 モンジョ 着	🚶シャンボチェからナムチェを経て、モンジョへ（徒歩約3時間）。 朝 昼 夕 【モンジョ泊 L】
9	モンジョ 発 ルクラ 着	往路をドゥードゥーコシ沿いの道をルクラへ（徒歩約5時間）。 朝 昼 夕 【ルクラ泊 L】
10	ルクラ 発 カトマンズ 着	国内線で空路、カトマンズへ（飛べない場合はルクラ滞在、ロッジ泊）。 朝 一 一 【カトマンズ泊 H】
11	カトマンズ 発 バクタプル 着/発 ナガルコット 着	午後、古都バクタプルを観光します。夕刻、ナガルコットへ。 朝 一 夕 【ナガルコット泊 H】
12	ナガルコット 発 カトマンズ 着/発	朝焼けのヒマラヤを堪能した後、カトマンズへ。夜の出発まで自由行動。深夜、カトマンズ発✈香港へ。 朝 一 一 【機中泊】
13	香港 着/発 各地 着	朝、香港着✈乗り継いで各地へ。午後、東京・大阪・名古屋着。夜、福岡着。 機

※航空会社や現地事情により日程は一部変更されることがあります。
※カトマンズ～ルクラ間の路線は、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へ変更する場合があります。下山が遅れる場合には帰国に遅延が生じる場合があります。
※天候等の理由により、万が一、帰国日の遅延が生じた場合は、ご帰国便を新たに手配する際にかかる費用の差額はお客様のご負担となりますので、予めご了承ください。
※12日目の昼以降はホテルの部屋を共同（男女別）で夜の出発までご利用いただけます。