

C: ヒマラヤ越えフライトコース

ALHC 12

往復徒歩で行く“世界で最も美しい谷のひとつ”

ランタン山群 ゆったりトレッキング 13日間

ロッジ泊まり

発着地 東京・大阪・名古屋・福岡

往復徒歩でランタン山群の中心地キャンジンゴンパを往復します。8,000m峰こそないものの開けたU字谷からは美しい氷雪の峰々が至近の距離で展開します。高山病の注意が必要です。



出発日～帰国日	旅行代金	出発日～帰国日	旅行代金
3/16(金)～3/28(水)	¥328,000	4/6(金)～4/18(水)	¥328,000

- 燃油サーチャージ (2011年11月25日現在: 目安約18,000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。
- ビザ: ネパール/ビザ申請料金約7,200円 (2011年11月現在/手数料・消費税込み) が別途必要です。
- 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。
- 利用予定航空会社: 中国国際航空、中国南方航空、中国東方航空、全日空、日本航空
- 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10回、昼9回、夕9回
- 利用予定ホテル: Bクラス以上。P.2掲載の利用予定ホテルリストをご参照ください。
- 一人部屋利用追加料金: ¥40,000 (ロッジ泊を含む)
- トレッキング: 現地ガイド、コック、ポーターが同行
- 行動範囲: 1,430m～4,350m、最高宿泊地3,840m、高山病の影響あり。

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。

氷雪の峰々と氷河に囲まれた地でゆったり滞在

ランタン山群は、カトマンズの北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か、エベレストなどの著名な山に欠けるためかエベレストやアンナプルナ山群に比べると圧倒的に訪れるトレkkerは少なくなり、静かなトレッキングを楽しむことができます。著名な山こそありませんが、開けたU字谷の底から見上げる氷雪の峰々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)、

ヒマラヤひだ美しい雪峰ガンチェンポ(6,387m)など秀峰にはことかきません。このツアーでは往復ともに徒歩で歩きます。下部のV字谷から上部のU字谷を歩くことではるか昔の氷河期にも思いを馳せることができるでしょう。またゴラタベラ周辺にはシャクナゲの大木が繁茂しており、3～4月の時期には花咲くシャクナゲの大木が見られます。2連泊するキャンジンゴンパは氷雪の峰々と氷河に囲まれた360度の展望が開けた場所です。滞在中は更なる展望を求めて周辺へ足を伸ばします。

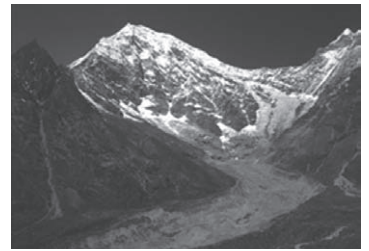


▲ヒマラヤひだの美しいガンチェンポ(6,387m)

世界遺産



▲砦のような山容のランシサ・リ(6,427m)



▲タルチョーピークからのランタンリルン

日程	発着地	スケジュール / 食事(宿泊地)
1	各地 発着	午前、東京(成田)、大阪(関空)、名古屋(中部)、福岡発 →中国内都市で乗り継ぎ→中国四川省の成都へ。着後、専用車で、ホテルへ。 朝昼 成都泊
2	成都 発着	早朝、成都発→横断山脈の上空を飛び、チベット自治区の都ラサを経由して→ヒマラヤを越えるフライトで、ネパールの首都カトマンズへ。着後、ホテルへ。 朝昼 成都泊
3	カトマンズ 発着	トレッキング開始。朝、シェルパ達とともに専用車でトリスリバザールを経て、バルク(1,860m)へ(所要約8時間)。 朝昼 バルク泊
4	バルク 発着	トレッキング開始。尾根道を上がりシャブル(2,200m)へ(徒歩約5時間)。 朝昼 シャブル泊
5	シャブル 発着	深いランタン峡谷の中の道を登り、広い氷蝕のU字谷が開けるゴラタベラ(3,010m)へ(徒歩約6時間)。 朝昼 ゴラタベラ泊
6	ゴラタベラ 発着	広いU字谷の平らな道を、ランタン村(3,450m)へ。高所順応のために半日行程(徒歩約3時間)。 朝昼 ランタン村泊
7	ランタン村 発着	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)。高所順応のために半日行程。雪山や氷河が周囲に迫ります。午後はランタン山群の主峰ランタンリルンを望むハイキングにでかけます(徒歩約2時間)。 朝昼 キャンジンゴンパ泊
8	キャンジンゴンパ 滞在	キャンジンゴンパ滞在。タルチョーピーク(4,350m)を往復します(徒歩約3時間)。 朝昼 キャンジンゴンパ泊
9	キャンジンゴンパ 発着	往路をランタン村、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)。 朝昼 ラマホテル泊
10	ラマホテル 発着	峡谷沿いの道をシャブルベンシ(1,430m)へ(徒歩約6時間)。7日間のトレッキング終了。 朝昼 シャブルベンシ泊
11	シャブルベンシ 発着	朝、シャブルベンシ発。専用車でダウンチェを経てカトマンズへ戻ります(所要約9時間)。 朝昼 カトマンズ泊
12	カトマンズ 発着	朝→ヒマラヤを越えるフライトでラサを経由して→成都へ。夕刻、成都着。(※福岡着の方は、国内線にて上海へ。上海泊) 朝昼 成都泊
13	成都 発着	午前、成都発→中国内都市で乗り継ぎ→各地へ。夜、東京(成田)、大阪(関空)、名古屋(中部)着。(※福岡着の方は、午前、上海発。午後、福岡着) 朝

※航空会社の都合や現地事情により日程は変更されることがあります。