

多くの遠征隊が歩いたエベレスト街道をたどり、憧れの世界最高峰を展望

お申込みは
こちら

発表

エベレスト展望トレッキングと
シェルパの里 9日間

ヒマラヤの遠征隊で活躍する高地民族シェルパ族が生活する村々を訪ねながら、憧れのエベレストの展望地を目指します。エベレスト山群の他のコースに比べて、比較的トレッキング期間の短い日程で、世界最高峰とそれを取り巻く圧巻のヒマラヤの巨峰群を堪能できるコースです。

発着地 東京

歩行時間 宿泊高度 宿泊施設

出発日～帰国日	旅行代金
11/18(火)～11/26(水)	¥496,000

- 燃油サーチャージ (2025年6月1日現在: 目安約45,600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します。
- ビザ=ネパール/申請料金9,400円 (実費5,000円+申請料金4,400円 ※2025年6月1日現在、手数料・消費税込み) の取得が別途必要となります。
- ツアーリーダー (添乗員): 東京から東京またはカトマンズからカトマンズまで同行します。
- 最少催行人数: 10人 ● 食事: 朝7回、昼6回、夕5回
- 利用予定ホテル: Cクラス以上。カトマンズ: ⑧クラス/ラディソン、ゴカルナリゾート
- 一人部屋利用追加料金: **¥62,000** (ロッジを含む)
- 利用予定航空会社: 大韓航空、キャセイパシフィック航空、マレーシア航空、タイ航空、ネパール航空、シンガポール航空

※トレッキング: 現地ガイド、ポーターが同行。コックは同行しません。
※行動範囲: 2,610m～3,880m、最高宿泊地3,440m、高山病の影響ややあり。

専属コック同行

平均的なロッジに宿泊します。トレッキング中はロッジ提供の食事が主体となりますが、専属コックが同行し単調にならないようお手伝いします。

スプーンから寝袋まで

トレッキングに必要な寝具は全て現地準備されています。専属コックが作る温かい食事もおたのしみいただけます。

※カトマンズ～ルクラ間の航空路線は、山岳地帯を飛び定期航空便を利用します。天候条件や機材、その他の現地事情により、遅延やフライトのキャンセルなど、予定通りに飛べないことがあります。天候不順等の理由により、日程変更になる場合に新たに生じた費用につきましては、すべてお客様のご負担になります。また、定期航空便で飛べない場合には代替として小型ヘリコプターを利用することがありますが、その際にかかる利用航空機費用の差額はお客様のご負担となります。あらかじめご了承ください。

日程	発着地	スケジュール/食事【宿泊地】
1	東京発 カトマンズ着	午前、東京発→アジア経由都市で乗り継ぎ、夜、ネパールのカトマンズへ。 ☞着後、カトマンズのホテルへ。 ☞機中【カトマンズ泊 ⑧】
2	カトマンズ発 ルクラ着/発 トレッキング1日目 パクディン着	早朝、ラメチャップ空港へ(約6時間)。朝、→国内線にてルクラ(2,840m)へ。着後、シェルパ達とともに、トレッキング開始。☞ ドゥドゥー・コシ沿いの道をパクディン(2,610m)へ (徒歩約3時間)。 ☞☞☞【パクディン泊 ⑧】
3	パクディン発 ナムチェ着	☞ 谷沿いの道をジョサレ(2,840m)へとたどり、世界遺産のサガルマータ(エベレスト)国立公園に入ります。標高差600mの坂をゆっくりと登り、シェルパの里ナムチェ(3,440m)へ (徒歩約6時間)。 ☞☞☞【ナムチェ泊 ⑧】
4	ナムチェ滞在 トレッキング3日目 エベレストビュー トレッキング	☞ 急な坂道をシャンボチェ(3,841m)へゆっくり登ります。ここから、世界最高峰のエベレスト(3,841m)、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(3,880m)、伝統的で落ち着いたシェルパ族の村クムジュン(3,780m)を巡り、ナムチェへ (徒歩約6時間)。 ☞☞☞【ナムチェ泊 ⑧】
5	ナムチェ発 ルクラ着	☞ 往路をルクラへ戻ります (徒歩約8時間)。 4日間のトレッキング終了。 ☞☞☞【ルクラ泊 ⑧】
6	ルクラ発 カトマンズ着	→ルクラから国内線でラメチャップへ。☞専用車でカトマンズへ(約6時間)。 ※国内線が飛ばない場合はルクラ滞在。ロッジ泊。 ☞☞☞【カトマンズ泊 ⑧】
7	カトマンズ滞在 半日市内観光	カトマンズ滞在。 午前、自由行動。午後、カトマンズの 半日市内観光 へ出かけます。またはルクラ→カトマンズのフライト予備日。 ☞☞☞【カトマンズ泊 ⑧】
8	出発まで自由行動 カトマンズ発	出発まで自由行動 。街の散策や、オプションツアーなどでカトマンズでの滞在をお楽しみください。 夜、カトマンズ発→アジア経由都市へ。 ☞☞☞【機中泊】
9	東京着	朝、アジア経由都市着→乗り継いで東京へ。 午後、東京着。 ☞☞☞

※航空会社の都合や現地事情により、日程は一部変更される場合があります。

エベレスト街道

エベレストを目指す多くの遠征隊が歩き、それを支えるシェルパ族の村々を結ぶ街道です。チベット仏教の寺院も点在し、ここに住む人々の伝統と文化を感じることが出来るのもこの街道を歩く楽しみの一つです。



▲世界最高峰エベレスト(左)、ローツェ(右)

クーンブ山群

エベレスト山群とも呼ばれています。エベレストを中心に、世界第4位の高峰ローツェやヌブツェ、アマダブラム、カンテガ、タムセルクなど歩くにつれと標高の高くなり、氷雪を抱くヒマラヤの山々の絶景は圧巻です。



▲シャンボチェ付近からのタムセルク(右)、アマダブラム(左)

ナムチェ

ヒマラヤの登山隊を支えるシェルパ族の故郷の村として知られるのがナムチェバザールです。すり鉢状の村には多くのトレkkerが訪れ、この村を起点にエベレストやヒマラヤの巨峰群の展望を楽しめます。



▲シェルパの里ナムチェ

クムジュン村

伝統的で落ち着いたシェルパ族の村クムジュンを訪れます。アマダブラム(シェルパ語で母の首飾り)の麓に広がるエベレスト街道でもっとも美しい村と言われています。雪男の頭皮のあるゴンパも有名です。



▲クムジュン村からのアマダブラム(6,812m)