

マレーシア最高峰Mt.キナバル登頂 5日間

赤道直下の南シナ海に浮かぶ世界で3番目に大きな島、ボルネオ島。その北部に位置するサバ州は、熱帯魚の泳ぐ美しい海から、標高4,095mのキナバル山まで多彩な自然が存在しています。峻険な岩峰を空に突き上げるマレーシア最高峰のキナバル山は、初めての海外登山としてうってつけの山です。

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	出発日～帰国日	旅行代金
1/20(火)～1/24(土)	¥462,000	5/19(火)～5/23(土)	¥462,000

- 燃油サーチャージ(2025年8月10日現在:日安約23,000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。
- ツアーリーダー(添乗員):コタキナバルからコタキナバルまで同行します。
- 最少催行人数:8人 ● 食事:朝3回、昼3回、夕2回
- 利用予定ホテル:Bクラス以上。コタキナバル/ステラハーバー、ハイアット、ルメリディアン、セントリック
- 一人部屋利用追加料金:¥26,000(山小屋泊を除く)
- 利用予定航空会社:ロイヤルブルネイ航空、マレーシア航空、シンガポール航空

※行動範囲:約1,866m～約4,095m。最高宿泊地約3,300m。高山病の影響ややあり。
※登山:現地ガイドが同行。荷物はポーターが山小屋まで1人5kgまで運搬。

熱帯雨林から岩稜帯へ
変化に富んだ登山ルート

キナバル登山は標高1,800mからスタートします。熱帯らしいジャングルに囲まれた、良く整備され歩きやすい登山道を約6時間歩いて、標高3,300mに建つ山小屋へ。小屋で1泊し、翌朝はまだ真夜中のうちに歩き始め、ヘッドランプを点けながら頂上台地を目指します。太陽が登り始める頃には巨大な一枚岩の上部に達し、独立峰ならではの大自然が広がります。登山口から頂上までの標高差は約2,000m以上もあり、ダイナミックで変化に富んだ登山がキナバル山の魅力です。



▲山麓より望むMt.キナバル(4,095m)全景

キナバル山頂上台地

キナバル山の樹林帯を抜けると頂上台地が広がります。広大な岩盤の上は滑りにくく、目印をたよりに山頂を目指します。岩盤上は特徴的ないくつものピークが見られます。



▲特徴的な岩峰群の間を抜けていく

ロウズピーク

キナバル山の頂上台地には氷河が削って出来たいくつかのピークがあり、その中の最高峰が4,095mのロウズピークです。三角錐の山頂からはボルネオ島の大パノラマが広がります。



▲最高峰のロウズピーク

日程	発着地	スケジュール/食事【宿泊地】
1	東京 発 コタキナバル 着	午前、東京発→東南アジア経由都市→コタキナバルへ。その後、専用車でホテルへ。 ☐☐☐【コタキナバル泊】☐
2	コタキナバル 発 登山口 着/発 山小屋 着	朝、専用車で世界遺産のキナバル国立公園(約2時間)へ。登山口(1,866m)へ移動後、現地ガイド、ポーターと共に登山開始。最初はジャングルの中を登ります。途中、食虫植物のウツボカズラや様々なランなど、数多くの珍しい植物があります。樹林帯を抜け、標高約3,300m付近の快適な山小屋へ(徒歩約6時間)。 ☐☐☐【山小屋泊】☐
3	山小屋 発 Mt.キナバル登頂 山小屋 着/発 登山口 着/発 コタキナバル 着	未明、ガイドと共にヘッドランプのあかりを頼りに出発。サヤサヤ小屋を経て、最高峰ロウズ・ピーク(4,095m)に登頂。この日、多少の頭痛を覚える方もいると思いますが、山小屋まで下りてしまえば大抵治ってしまうでしょう(徒歩約6時間)。 その後、さらに登山口へと下山します(徒歩約4時間)。 下山後、専用車でコタキナバルへ(約2時間)。 ☐☐☐【コタキナバル泊】☐
4	マムティック島 ツアー コタキナバル 発	朝、ボートにてマリンリゾート地マムティック島へ。午後は街などへお出かけください。 夜、空港へ。夜、コタキナバル発→東南アジア経由都市→東京へ。 ☐☐☐【機中泊】☐
5	東京 着	朝、東京着。 ☐☐☐

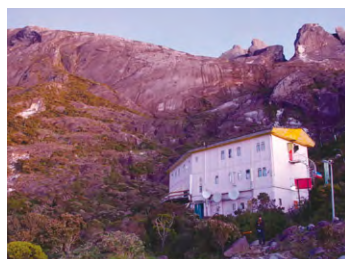
※航空会社の都合や現地事情により日程は一部変更される場合があります。
※4日目のスケジュールセットは料金に含まれています。



▲最高峰ロウズ・ピークへ最後のひと登り

快適な山小屋

キナバル登山は山小屋泊まりの1泊2日の行程です。標高3,300m付近にラバンラタ小屋を中心にいくつかの山小屋が建ち、どの小屋も質素ですが快適に泊まります。



▲ラバンラタ山小屋

コタキナバル

サバ州の中心地でキナバル登山やビーチリゾートなどのボルネオ島の大自然を楽しむための基地となる街です。昔ながらの市場や南国フルーツを売る屋台も楽しみです。



▲コタキナバル市街の市場