

① ネパールヒマラヤ山脈展望と世界遺産観光 6日間  
月曜出発、土曜帰着 カトマンズ - ポカラ航空機移動

費用概算 20万から25万円

2019年

期日	曜日	行動概要	食事	宿泊
10月21日	月	成田、中部、関空に朝7時集合、大韓航空の午前9時頃発の便で出発。 仁川でKE695便に乗り換え、当日17:50カトマンズ(1340m)着 迎えの車で空港至近のホテルにチェックイン。	朝 各自 昼 機内食 夕 軽食	カトマンズ 空港至近 メリディアン
22日	火	早朝、専用車と、ロープウェイでチャンドラギリ(2540m)展望台からの ヒマラヤの眺望楽しみ、(またはオプションで朝エヴェレストマウンテンフライト) 昼便で空路ポカラ(900m)。フェワ湖畔のホテル泊。	朝 ビュフェ 昼 ネパリ 夕 中華	ポカラ レイクサイド バラヒ
23日	水	午前中湖畔散歩、または国際山岳博物館など市内観光 フェワ湖畔のレストランで昼食。 午後、フェワ湖畔の駒ヶ根友好公園で慰霊祭、夕刻からホテルバラヒで懇親会	朝 ビュフェ 昼 イタリアン 夕 宴会	ポカラ レイクサイド バラヒ
24日	木	午前便で空路カトマンズ。専用車でパタン観光。サンセットビューホテルで昼食。 パクタプール経由、ナガルコット(2100m)のヒマラヤ山脈を望む 高原ホテルに投宿。	朝 ビュフェ 昼 蕎麦定食 夕 ビュフェ	ナガルコット センター クラブヒマラヤ
25日	金	ホテルから黎明のヒマラヤ(ランタン、ジュガール山群)の眺望を堪能。 専用車でカトマンズ世界遺産観光。 大韓航空KE696 19:40 カトマンズ発。	朝 ビュフェ 昼 中華 夕 機内食	機中泊
26日	土	仁川で乗継 正午頃、成田、中部、関空に帰着。解散。	朝 機内食	

国際線の最も乗り継ぎのスムーズな便を利用する、休暇日数に限りのある方でも参加しやすい日程です。  
観光主体で3か所の絶景ポイントからヒマラヤ山脈を展望し、ネパールの世界遺産の古都パクタプールも訪れます。  
国際色、ローカル色取り混ぜてバラエティに富んだお食事を手配いたします。

費用概算に含まれるもの;

成田、中部、関空からカトマンズ往復エコノミークラス国際航空運賃(燃油サーチャージ含む)、現地航空運賃、バス、車チャーター。  
ホテルの二人部屋料金(1人部屋指定は追加料金が発生します)。現地観光ガイド料金。食事代。  
国際線の航空券の予約、購入の斡旋をいたします。

費用概算に含まれないもの;

食事時のアルコール飲料代、ホテル客室内ミニバー、観光地の入場料等。オプションのマウンテンフライト。  
パスポート、ビザ取得代は含みませんが、取得のお手伝いを承ります。

キャンセル等;

国際航空券のキャンセル、変更は、キャンセル料と手数料が発生します。その詳細は別途ご案内します。  
参加申し込み時に申し込み金をSAACの特設口座にお振込みいただき、予約等、旅費の一部に充当させていただきます。  
現地費用をの残額を出発の2週間前までにSAAC特設口座にお振込みいただきます。

日本から旅行会社の添乗員は同行しませんが、旅慣れたSAACのメンバーがカトマンズまで各出発空港からお世話いたします。  
ネパール国内では、現地の旅行代理店に各種予約手配と運営を委託いたします。

② アンナプルナ連峰南面、高原ロッジ1泊ハイキング付き  
ポカラ慰霊祭参加、カトマンズ - ポカラ 陸路

9日間

費用概算 20万から25万円

2019年

期日	曜日	行動概要	食事	宿泊
10月21日	月	成田、中部、関空、朝7時集合、大韓航空の午前9時頃発の便で出発。 仁川でKE695便に乗り換え、当日17:50カトマンズ(1340m)着 迎えの車で市内のホテルに投宿。	朝 各自 昼 機内食 夕 軽食	カトマンズ バナショワー サンセットビュー
22日	火	朝食後専用車でポカラ(900m)に向けて出発。 途中ドライブインで昼食。 ポカラフェウ湖畔のホテル泊。	朝 ビュフェ 昼 ビュフェ 夕 中華	ポカラ レイクサイド バラヒ
23日	水	午前中湖畔散策、または国際山岳博物館など市内観光 フェウ湖畔のレストランで昼食。 <b>午後、フェウ湖畔の駒ヶ根友好公園で慰霊祭、夕刻からホテルバラヒで懇親会</b>	朝 ビュフェ 昼 イタリアン 夕 宴会	ポカラ レイクサイド バラヒ
24日	木	屋前ホテル発、専用車で約1時間、カーレ(1750m)。昼食。 徒歩約1.5時間でオーストラリアンキャンプ(2000m)。 ロッジ泊。	朝 ビュフェ 昼 ヌードル 夕 アラカルト	ルムレ オーストラリアンキャンプ ロッジ
25日	金	早朝アンナプルナ山群黎明の景観を堪能。 往路を戻りカンデから迎えの専用車でポカラに戻り昼食。 午後自由行動。	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 チベタン	ポカラ レイクサイド バラヒ
26日	土	朝食後専用車でカトマンズに向かう。 途中ドライブインで昼食。 カトマンズのホテルに直行、チェックイン。	朝 ビュフェ 昼 ビュフェ 夕 和食	カトマンズ バナショワー サンセットビュー
27日	日	朝食後世界遺産の古都パタン観光(またはオプションでエヴェレスト マウンテンフライト)。カトマンズ市内サンセットビューホテルでヒマラヤ 昼食後。チャーター車でバクタプール経由、ナガルコット(2100m)、ホテル泊。	朝 ビュフェ 昼 蕎麦 夕 ビュッフェ	ナガルコット センター クラブヒマラヤ
28日	月	ホテルからヒマラヤ(ランタン、ジュガール山群)の黎明を堪能。 チャーター車でカトマンズ世界遺産市内観光。 大韓航空 KE696 カトマンズ発19:40。	朝 ビュフェ 昼 中華 夕 機内食	機中泊
29日	火	仁川で乗継 正午頃、成田、中部、関空に帰着。解散。	朝 機内食	

ハイキングの履物はスニーカー程度で十分です。現地住民の暮らしぶりに、触れることができます。  
ガイド、ポーターが随きますのでほぼ手ブラで行けます。最高宿泊標高は2000mなので高山病の心配はありません。

費用概算に含まれるもの;

成田、中部、関空からカトマンズ往復エコノミークラス国際航空運賃(燃油サーチャージ含む)、現地航空運賃、バス、車チャーター代。  
ホテルの二人部屋料金(1人部屋指定は追加料金が発生します)。現地観光ガイド料金。  
ロッジ宿泊二人部屋料金(1人部屋指定はできない場合があります)。トレッキング日本語ガイド、ポーター(荷物8キロまで)料金。食事。  
費用概算に含まれないもの;  
食事時のアルコール飲料代、ホテル客室内ミニバー、観光地の入場料等。オプションのマウンテンフライト。  
パスポート、ビザ取得代は含みませんが、取得のお手伝いを承ります。

キャンセル等;

国際航空券のキャンセル変更は、キャンセル料と手数料が発生します。その詳細は別途ご案内します。

参加申し込み時に申し込み金をSAACの特設口座にお振込みいただき、予約等、旅費の一部に充当させていただきます。  
現地費用の残額を出発の2週間前までにSAAC特設口座にお振込みいただきます。

日本から旅行会社の添乗員は同行しませんが、旅慣れたSAACのメンバーが各出発空港からカトマンズまでお世話いたします。  
ネパール国内では、現地の旅行代理店に各種予約手配と運営を委託いたします。

③ アンナプルナ北西面、ダウラギリ東面、ニルギリ西面展望 9日間  
ポカラ慰霊祭参加、タサンビレッジ連泊

費用概算 25万から30万円

2019年

期日	曜日	行動概要	食事	宿泊
10月21日	月	成田、中部、関空、朝7時集合、大韓航空の午前9時頃発の便で出発。 仁川でKE695便に乗り換え、当日17:50カトマンズ(1340m)着 迎えの車で市内のホテルに投宿。	朝 各自 昼 機内食 夕 軽食	カトマンズ パネショワー サンセットビュー
22日	火	朝食後専用車でポカラ(900m)に向けて出発。 途中ドライブインで昼食。 ポカラ フェワ湖畔のホテルに投宿。	朝 ビュッフェ 昼 ビュッフェ 夕 中華	ポカラ レイクサイド バラヒ
23日	水	早朝サランコット展望台、世界平和祈念塔、または国際山岳博物館など観光 フェワ湖畔のレストランで昼食。 午後、フェワ湖畔の駒ヶ根友好公園で慰霊祭、夕刻からホテルバラヒで懇親会	朝 ビュッフェ 昼 イタリアン 夕 ビュッフェ	ポカラ レイクサイド バラヒ
24日	木	早朝の便で空路ジヨムソン(2720m)、四駆でマルファ河口慧海記念館 経由、ナウリコット(2600m)、タサンビレッジ。 チェックイン後、ツクチェ集落まで散策。	朝 ビュッフェ 昼 タカリ 夕 和食	ローワームスタン ナウリコット タサンビレッジ
25日	金	ダウラギリ、アンナプルナ、ニルギリの景観を楽しむショコンレイクへのハイキング。	朝 洋食 昼 箱ランチ 夕 洋食	ローワームスタン ナウリコット タサンビレッジ
26日	土	朝食後四駆でジヨムソン。午前便で空路ポカラ。 (フライトキャンセルの場合四駆でベニ、タクシーでポカラ) ポカラ市内のホテルに投宿。	朝 ビュッフェ 昼 インディアン 夕 アラカルト	ポカラ レークサイド バラヒ
27日	日	朝便で空路カトマンズ。専用車で世界遺産の古都パタン観光。サンセットビュー ホテルでヒマラヤ蕎麦定食の昼食。バクタプール経由、 ナガルコット、ホテル泊。	朝 ビュッフェ 昼 和食 夕 チベタン	ナガルコット センター クラブヒマラヤ
28日	月	ヒマラヤ(ランタン、ジュガール山群)の黎明を堪能。(オプションで エベレストマウンテンフライト)。チャーター車でカトマンズ世界遺産観光。 大韓航空 KE696 カトマンズ発19:40。	朝 ビュッフェ 昼 中華 夕 機内食	機中泊
29日	火	仁川で乗継 正午頃、成田、中部、関空に帰着。解散。	朝 機内食	

ハイキングはスニーカー程度で十分です。ガイドがポカラから同行ご案内します。

最高宿泊標高は2600mなので高山病の心配はありません。

ポカラー ジヨムソン間のフライトがキャンセルになった場合は日程維持のためタクシーと四駆を乗り継ぎポカラとナウリコット間を陸路移動します。

\* ロッジ タサンビレッジはかつて山岳部顧問を務められた故氏原暉夫先生の研究室に留学していた、故ゴクール・シン・トラチャン実弟が故郷で経営しているホテルです。

費用概算に含まれるもの;

成田、中部、関空からカトマンズ往復エコノミークラス国際航空運賃(燃油サーチャージ含む)、現地航空運賃、バス、車チャーター代。

ホテルの二人部屋料金(1人部屋指定は追加料金が発生します)。現地観光ガイド料金。

ロッジ宿泊二人部屋料金(1人部屋指定はできない場合があります)。トレッキング日本語ガイド、ポーター(荷物15キロまで)料金、食事。

費用概算に含まれないもの;

食事時のアルコール飲料代、ホテル客室内ミニバー、観光地の入場料等。オプションのマウンテンフライト。

パスポート、ビザ取得代は含みませんが、取得のお手伝いを承ります。

キャンセル等;

国際航空券のキャンセルまたは変更の場合は、キャンセル料と手数料が発生します。その詳細は別途ご案内します。

参加申し込み時に申し込み金をSAACの特設口座にお振込みいただき、予約等、旅費の一部に充当させていただきます。

現地費用をの残額を出発の2週間前までにSAAC特設口座にお振込みいただきます。

日本から旅行会社の添乗員は同行しませんが、旅慣れたSAACのメンバーが各出発空港からカトマンズまでお世話いたします。

ネパール国内では、現地の旅行代理店に各種予約手配と運営を委託いたします。

④アンナプルナ北東 マルシャンディ上流 ロッジ泊トレッキング 13日間  
ポカラ慰霊祭参加、アンナプルナⅡBC(ピサン)メモリアルケルン訪問

費用概算 25万から30万円

2019年

期日	曜日	行動概要	食事	宿泊
10月21日	月	成田、中部、関空、朝7時集合、大韓航空の午前9時頃発の便で出発。 仁川でKE695便に乗り換え、当日17:50カトマンズ(1340m)着 迎いの車で市内のホテルに投宿。	朝 各自 昼 機内食 夕 軽食	カトマンズ パネショワー サンセットビュー
22日	火	朝食後専用車でポカラ(900m)に向けて出発。 途中ドライブインで昼食。 ポカラ市内のホテルに投宿。	朝 ビュフェ 昼 ダルバート 夕 中華	ポカラ レイクサイド アイランド
23日	水	午前中トレッキング準備 午後、フェワ湖畔の駒ヶ根友好公園で慰霊祭 夕刻からホテルバラヒで懇親会	朝 ビュフェ 昼 イタリアン 夕 ビュフェ	ポカラ レイクサイド アイランド
24日	木	ポカラからチャーター車でガイドとともにベシサハールで昼食。 四駆に乗り換えダラパニ。	朝 ビュフェ 昼 ダルバート 夕 アラカルト	マルシャンディ ダラパニ ロッジA
25日	金	四駆車でマルシャンディ溪谷北上 ローワー ピサン(3200m)、ロッジ泊。 (ポーターはバスでポカラを待つ)	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	マルシャンディ ピサン ロッジB
26日	土	アンナ2峰メモリアルケルン(3500m)往復 (約3時間) ピサン、ロッジ泊。	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	マルシャンディ ピサン ロッジB
27日	日	ポーターが合流。ガイドとポーターとともにトレッキング開始、 マルシャンディ右岸を約3時間でマナン(3540m)。 (ランドリー、ベーカリー、薬局、雑貨店等あり)	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	マルシャンディ マナン ロッジC
28日	月	マナン周辺散策	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	マルシャンディ マナン ロッジC
29日	火	展望のよいマルシャンディ左岸のハイルートをナワル、ギャル(3670m) 方面に辿る(約4時間)ギャル、ロッジ泊	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	ハイルート ギャル ロッジG
30日	水	アパー ピサン(3300m)から ローワー ピサン(3200m)に下り 四駆でベシサハール(約6時間)	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 中華	マルシャンディ ベシサハール ロッジH
31日	木	チャーター車でカトマンズ (約8時間)ホテルへ直行	朝 軽食 昼 ダルバート 夕 和食	カトマンズ パネショワー サンセットビュー
11月 1日	金	世界遺産観光 (オプションで朝のエベレストマウンテンフライト可能) サンセットビューホテルでヒマラヤ蕎麦定食の昼食。 大韓航空 KE696 カトマンズ発19:40。	朝 ビュフェ 昼 蕎麦 夕 機内食	機中泊
2日	土	仁川で乗継 正午頃、成田、中部、関空に帰着。解散。	朝 機内食	

トレッキングコース難易度: 初級

行程中の宿泊最高標高は3670mですが日数をかけて到達しますので高山病の心配はほとんどありません。

トレッキング中は4人パーティにつき、日本語ガイド1名とポーター2名が同行しますので各人15キログラムまでの荷を

預けることができます。マナンでは衣類、食品、日用品、医薬品、消耗品の購入、靴の修理も可能で、洗濯を頼めます。  
1日の行動時間は4-5時間程度で、自分のペースでゆっくりと歩くことができます。大きな高低差はなく、道もよく整備されており、  
ローカットのトレッキングシューズで十分行動できます。

ピサン、マナンではホットシャワーが使用できます。ロッジには毛布などの寝具が備わっていますが、自分専用の寝袋をポカラで  
レンタルまたは購入できます。

費用概算に含まれるもの:

成田、中部、関空からカトマンズ往復エコノミークラス国際航空運賃(燃油サーチャージ含む)、現地航空運賃、バス、車チャーター代。  
ホテルの二人部屋料金(1人部屋指定は追加料金が発生します)。現地観光ガイド料金。ロッジ宿泊二人部屋料金  
(1人部屋指定はできない場合があります)。トレッキング日本語ガイド、ポーター(荷物15キロまで)料金、食事代。

費用概算に含まれないもの:

食事時のアルコール飲料代、ホテル客室内ミニバー、観光地の入場料等。オプションのマウンテンフライト。

トレッキング用品のレンタル代、有料シャワー代、ランドリー代。

パスポート、ビザ取得代は含まれませんが、取得のお手伝いを承ります。

キャンセル等:

国際航空券のキャンセルまたは変更の場合は、キャンセル料と手数料が発生します。その詳細は別途ご案内します。

参加申し込み時に申し込み金をSAACの特設口座にお振込みいただき、予約等、旅費の一部に充当させていただきます。

現地費用をの残額を出発の2週間前までにSAAC特設口座にお振込みいただきます。

日本から旅行会社の添乗員は行きませんが、旅慣れたSAACのメンバーが各出発空港からカトマンズまでお世話いたします。

ネパール国内では、現地の旅行代理店に各種予約手配と運営を委託いたします。

⑤ロジジ泊、トロン峠(5416m)越えアンナプルナ周回トレッキング、17日間  
ボカラ懸垂参加、アンナプルナIIメモリアルケルン訪問、

費用概算 30万から35万円

2019年

期日	曜日	行動概要	食事	宿泊
21日	月	成田、中部、開空に朝7時集合。大韓航空午前9時頃発の便で出発。 仁川でKE695便に乗り換え、当日17:50カトマンス(1340m)着 迎いの車で市内のホテルに投宿。	朝 各自 昼 機内食 夕 軽食	カトマンス パネショワー サンセットビュー
22日	火	朝食後専用車でボカラ(900m)に向けて出発。 途中ドライブインで昼食。 ボカラ市内のホテルに投宿。	朝 ビュフェ 昼 ダルバート 夕 中華	ボカラ レイクサイド アイスランド
23日	水	午前中トレッキング準備 <b>午後、フェウ湖畔の駒ヶ根友好公園で懸垂祭</b> <b>夕刻からホテルラビで観戦会</b>	朝 ビュフェ 昼 イタリアン 夕 ビュフェ	ボカラ レイクサイド アイスランド
24日	木	ボカラからチャーター車でガイドとともにベシサハールで昼食。 四駆に乗り換えダラパニ。	朝 ビュフェ 昼 ダルバート 夕 アラカルト	マルジャンディ ダラパニ ロジジA
25日	金	四駆車でマルジャンディ溪谷北上(ポーターはバスでボカラを発つ) ローワー ビサン(3200m)、ロジジ泊。	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	マルジャンディ ローワービサン ロジジB
26日	土	アンナ2峰メモリアルケルン(3500m)往復 (約3時間) ビサン、ロジジ泊。	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	マルジャンディ ローワービサン ロジジB
27日	日	ポーターが合流。ガイドとポーターとともにトレッキング開始、 マルジャンディ右岸ルートをマナン(3540m)。(行動約3時間) (ランドリー、ペーカリー、薬局、雑貨店、靴修理等あり)	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	マルジャンディ上流 マナン ロジジC
28日	月	高度順応ハイキング、アイスレーク(4600m)往復。 (行動約8時間)	朝 軽食 昼 携行食 夕 アラカルト	マルジャンディ上流 マナン ロジジC
29日	火	見晴らしの良い開けた斜面をゆっくりと高度を上げる ヤクカルカ(4018m)又はレダー(4200m)ロジジ泊(行動4-5時間)	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	コネコーラ ヤクカルカ ロジジD
30日	水	高度が上がるにつれて視界が広がる。トロンフェディ(4450m) 又はハイキャンプ(4925m)泊 (行動4-5時間)	朝 軽食 昼 アラカルト 夕 アラカルト	コネコーラ トロンフェディ ロジジE
31日	木	早起きし、未明朝食後、ヘッドランプを付けて出発。 トロン・パス(5416m)をこえ、西側フェディ(4800m)で昼食、ムクチナート (3700m)。四駆でジヨムソン(2720m)泊。(行動8-9時間)	朝 軽食 昼 ダルバート 夕 アラカルト	ムスタン ジヨムソン ロジジF
11月 1日	金	四駆チャーターでベニ。 タクシーに乗り換えボカラ。 トレッキングガイド、ポーターと別れ、ホテル泊。	朝 ビュフェ 昼 ダルバート 夕 中華	ボカラ レイクサイド アイスランド
2日	土	(予備日)ボカラで休養。		アイスランド
3日	日	専用車でカトマンス。 ホテルへ直行。	朝 ビュフェ 昼 炒麺 夕 和食	カトマンス パネショワー サンセットビュー
4日	月	(予備日) 休養または世界遺産観光		サンセットビュー
5日	火	午前中チャンドギリ展望台 (オプションで朝のエベレストマウンテンフライト可能) (昼食はサンセットビューホテルでヒマラヤ蕎麦定食) 大韓航空 KE696 カトマンス発19:40。	朝 ビュフェ 昼 蕎麦 夕 機内食	機中泊
6日	水	仁川で乗継	朝 機内食	

難易度：中級 行程中5416メートルのトロン峠越えがありますので時間をかけて徐々に高度に体を慣らします。峠越前夜の宿泊はガイドが天候、体調を見て宿泊場所を決めます。標高の高いところでは、朝晩は氷点下になりますのでハイカットのトレッキングシューズ、防寒着、靴下、手袋、帽子、サングラス、寝袋が必要です。ピッケル、アイゼンは不要ですがトレッキングポールの使用が望まれます。トロン・パスの地形は広く傾斜が緩いので体調不良などの際は馬に乗って越えることもできます。ビサンからジヨムソンまでは4人パーティに日本語ガイドとポーター2名がおともします。ロジジ泊中の食事はアラカルトメニューから選ばず、混雑時は食事時間節約のため同一メニューにしていたり場合があります。ビサン、マナン、ジヨムソンではホットシャワーが使用できます。ロジジには毛布などの寝具が備わっていますが、自分専用の寝袋を持参するかボカラでレンタルまたは購入できます。

費用概算に含まれるもの:

成田、中部、開空からカトマンス往復エコノミークラス国際航空運賃(燃油サーチャージ含む)、現地航空運賃、バス、車チャーター代。  
3星級ホテルの二人部屋料金(特定ホテル指定、1人部屋指定は追加料金が発生します)。現地観光ガイド料金、ロジジ泊二人部屋料金  
(1人部屋指定はできない場合があります)。トレッキング日本語ガイド、ポーター(荷物15キロまで)料金、食事代。

費用概算に含まれないもの:

食事時のアルコール飲料代、ホテル客室内ミニバー、観光地の入場料等、オプションのマウンテンフライド、貸馬代、ガモーバッグ使用料、  
トレッキング用品のレンタル代、有料シャワー代、ランドリー代、レスキュー代、トレッキングガイド、ポーターへのチップ、は含みません。  
パスポート、ビザ取得代は含みませんが、取得のお手伝いを承ります。  
キャンセル等、国際航空券のキャンセルまたは変更の場合は、キャンセル料と手数料が発生します。その詳細は別途ご案内します。  
参加申し込み時に申し込み金をSAACの特設口座にお振込みいただき、予約等、旅費の一部に充当させていただきます。現地費用の残額を  
出発の2週間前までにSAAC特設口座にお振込みいただきます。  
日本から旅行会社の添乗員は同行しませんが、旅慣れたSAACのメンバーが各出発空港カトマンスまでからお世話いたします。  
ネパール国内では、現地の旅行代理店に各種予約手配と運営を委託いたします。  
参加ご希望の方には、健康診断と、徳本峠越え、富士山の事前合宿への参加をお勧めします。

\*現地で高度順応不調などの際は、マナンからカトマンスに戻るコースに合流可能です。