



カイルス巡礼、チョモランマ展望、これぞ究極の秘境探訪！
世界の屋根に沿って東チベットからウイグルへ

中国
チベット

チベット横断と新蔵公路走破 18日間

2014年
5月11日(日)～5月28日(水) 旅行代金 **728,000円**

新千歳・成田発着
※その他の空港発着についてはお問い合わせ下さい

〈利用予定航空会社〉中国国際航空、中国東方航空など 〈利用予定ホテル〉成都／空港商務酒店 林芝／華龍酒店 ラサ／民族飯店 シガツェ／神湖酒店 ティンリー／招待所 サガ／招待所 マナサロワール湖／招待所 タルチェン／招待所 ツァンダ／招待所 アリ／郵政賓館、象雄大酒店 ドマル／招待所 三十里宮房／招待所 葉城／乔戈里登山賓館 カシュガル／天縁国際酒店 北京／金成博雅国際酒店または同等クラス 〈食事〉朝 16回・昼 16回・夕 16回
〈最少催行人数〉9名 〈1人部屋追加料金〉88,000円(招待所は手配できない場合があります) 〈添乗員〉新千歳空港から全行程同行

- 査証／必要(中国) 写真1枚 取得手数料5,100円別途(実費込み)
- パスポート残存有効期間／入国時3ヶ月以上
- 燃油サーチャージ・空港諸税は別途申し受けます(目安:23,500円 ※2013年9月現在)

Point

- 1 新蔵公路(チベット～新疆)の総距離 2,342km を走破！
- 2 カイルス山の巡礼トレッキング。乗馬プランもあり(別料金 5,000円)
- 3 チョモランマ(エベレスト)のベースキャンプから世界最高峰を仰ぐ！
- 4 チベットの代表的都市や、奥域の聖湖、奇景“土林”と、中世の仏教王国“グゲ遺跡”の観光
- 5 特別サービス。弊社の低酸素ルーム利用が3回無料！

新蔵公路 葉城(カルギリク)とチベット自治区のラツェを結ぶ、世界一標高の高い中国の国道。全長 2,342km に及び、チョモランマ(エベレスト)やK2など多くの名峰の展望を楽しむことができます。また宇宙の中心として仏教、ヒンドゥー教の聖域カイルス山や、聖地マナサロワール湖など、まさに秘境と呼ぶにふさわしい神秘的な景観が随所に広がります。当ツアーでは林芝(ニンティ)から都ラサを経て、ウイグル自治区のカシュガルまで大走破。山岳絶景と幾多の民族・宗教・文明の興亡の歴史に触れる究極の秘境探訪の旅です。



▲チョモランマ BC から仰ぐチョモランマ(エベレスト)

新蔵公路ルート図 ～チベットからウイグルへ～



▲天空の聖山カイルス。その山容は神々しさに満ちあふれています

宇宙の中心・聖なる山 カイルス山

崑崙山脈とヒマラヤ山脈に挟まれたカイルス(カン・リンポチェ 6,656m)は、ヒンドゥー教・ジャイナ教・ボン教・仏教の最高の聖地です。特にヒンドゥー教のシヴァ派では、カイルス山の形をシヴァの象徴リング(男根)と見なして崇拝しています。チベット仏教にとってはカン・リンポチェ(“尊い雪山”の意)は、仏教の宇宙観がそのまま地上に現れたマンダラ。つまりカイルスはブッダそのものであり、周囲の山々は菩薩や神々とされています。

都 市	行 程	食事
1 各北成	地京都 (午後)各地→(夕刻)北京→(夜)成都 着後、ホテルへ。【成都／ホテル泊】	一機
2 成林芝	(朝)成都→(午前)林芝(ニンティ・2980m)へ。 着後、セチラ峠より ナムチャバルワ峰 (7782m)の展望をお楽しみいただいた後、 ラマ林寺 を観光。【林芝／ホテル泊】	朝昼夕
3 林ラ	途中、聖湖・巴松→湖(3700m)を観光してラサ(3650m)へ。 ●移動約340km 【ラサ／ホテル泊】	朝昼夕
4 ラ	終日、 ラサ観光 (ポタラ宮殿・大昭寺、八角街など)。【ラサ／ホテル泊】	朝昼夕
5 ラムドゥク湖シガツェ	チベット三大聖湖のひとつ ヤムドゥク湖 (4400m)、 ギャンツェ を観光してシガツェ(3900m)へ。 ●移動約377km 【シガツェ／ホテル泊】	朝昼夕
6 シガツェチョモランマBCティンリー	途中、 チョモランマベースキャンプ (5200m)より チョモランマ (8844m)を展望し、ティンリー(4310m)へ。 ●移動約440km 【ティンリー／招待所泊】	朝昼夕
7 ティンリーペイグツォ湖ガ	途中、 ペイグツォ湖 を観光。 シジャパンマ 峰の展望を楽しみ、サガ(4450m)へ。 ●移動約310km 【サガ／招待所泊】	朝昼夕
8 サマナサロワール湖	終日 新蔵公路 をひた走り、 ナムナニ峰 の眺める マナサロワール湖 (4588m)へ。 ●移動約590km 【マナサロワール湖／招待所泊】	朝昼夕
9 マナサロワール湖タルチェン	マナサロワール湖 を観光し、聖峰 カイルス山 (6656m)の展望を楽しんだ後、 タルチェン へ。 ●移動約50km 【タルチェン／招待所泊】	朝昼夕
10 タルチェンカイルス巡礼タルチェン	終日、 カイルスの巡礼体験 。トレッキングまたは乗馬(別料金 5,000円)で。 ●トレッキングの場合：歩程約6時間 【タルチェン／招待所泊】	朝昼夕
11 タルチェンツァンダ	途中、雄大奇景の 札達土林地質公園 を観光。その後、 ツァンダ (3600m)へ。 ●移動約320km 【ツァンダ／招待所泊】	朝昼夕
12 ツァンダグゲ遺跡ア	グゲ王国の都として栄えた グゲ遺跡 やトリン寺を観光し、西チベットの中心都市 アリ (4280m)へ。 ●移動約190km 【アリ／ホテル泊】	朝昼夕
13 アドマル	途中、 パルゴンツォ湖 を観光して ドマル (4450m)へ。 ●移動約260km 【ドマル／招待所泊】	朝昼夕
14 ドマル三十里宮房	界山達坂 (5248m)を越え、 新疆ウイグル自治区 へ入り、 三十里宮房 (3300m)へ。 ●移動約350km 【三十里宮房／招待所泊】	朝昼夕
15 三十里宮房葉城	新蔵公路の終点、 葉城 へ。途中の マザル峠 (4950m)からは世界2位の高峰 K2 (8611m)が望めます。 ●移動約460km 【葉城／招待所泊】	朝昼夕
16 葉城カシュガル	途中、 ヤルカンド を観光後、シルクロードの要衝都市 カシュガル へ。 ●移動約220km 【カシュガル／ホテル泊】	朝昼夕
17 カシュガル北京	出発まで カシュガル観光 (アバク・ホージャ廟、清真寺など)。(夕刻)カシュガル→(深夜)北京 【北京／ホテル泊】	朝昼夕
18 北各地	早朝、空港へ。(朝)北京→(昼～午後)各地	機一

※現地での諸事情により行程及び宿泊地の変更をすることがあります。
※状況により上海経由になる場合もあります。

高山病対策について

当ツアーでは最高所宿泊予定地のタルチェン(4,675m)をはじめ、標高3,500m以上の滞在が続きます。またチョモランマ BC では 5,000m を超えるため高山病対策が必要です。弊社ではスタッフが高度加圧バッグ、血中酸素濃度測定装置、衛星電話を携帯し、皆様の体調管理を徹底します。また当ツアーご参加の方は、事前に弊社の低酸素ルームを3回無料にてご利用いただけます。