



# アダムスピーク登頂とスリランカ周遊 10日間

2015年1月26日(月)～2月4日(水) 旅行代金 **258,000円** 新千歳・東京・中部・関西発着同額  
※その他の空港発着についてはお問い合わせ下さい

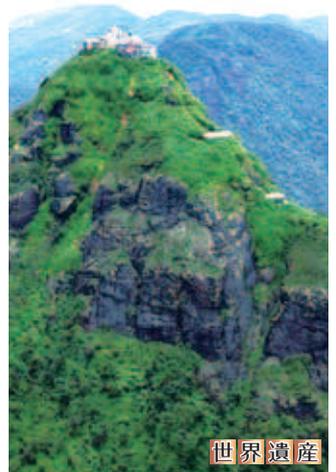
〈利用予定航空会社〉大韓航空 〈利用予定ホテル〉コロombo/ゴールフェイスホテル シギリア/カッサパライオンズ・ロック キャンディ/ホテルスイス ヌワラエリヤ/ガルウェイ・フォレスト ナラタニヤ/スライトリヤ・チルド(ゲストハウス) ゴール/クロウセンバグまたは同等クラス  
**〈食 事〉**朝8回・昼8回・夕7回 **〈最少催行人数〉**7名  
**〈1人部屋追加料金〉**43,000円 **〈添乗員〉**新千歳空港から全行程同行  
※新千歳空港以外からご参加の場合は、ソウル(インチョン空港)にて合流・解散になります。

- 査証/必要 取得手数料 5,000円別途(実費込み)
- パスポート残存有効期間/入国時6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:35,000円 ※2014年9月現在)

- ポイント**
- 1 現在注目されているシギリアロックをはじめ、スリランカの世界遺産7ヶ所をめぐります!
  - 2 スリランカの聖なる山、世界遺産のアダムスピーク(スリー・パーダ 2,243m)に登頂!
  - 3 世界遺産ホートンブレインズ国立公園で軽ハイキング
  - 4 セイロン茶やスパイスの名産地も訪れます!

## アダムスピーク(スリー・パーダ)

仏・ヒンドゥー・イスラム・キリストの世界4大宗教共有のスリランカ随一の聖地。信仰の対象は頂に残る“仏足跡”で、毎年、多くの巡礼者や、旅行者が山頂を目指します。頂上までは3～4時間の所要で、360度の展望が広がります。



世界遺産

▲雲海に包まれた神秘的な景観

▲美しい三角形の尖峰

## 世界遺産 7つの世界遺産をめぐります!



**1 ダンブッラ**  
 BC1世紀のシンハラ王朝ワラガムパーフ王によって建立されたスリランカ最大の石窟寺院(3日目)



**2 アスラーダプラ**  
 スリランカ最初の王朝が築かれ、スリランカ文化発祥の地といわれています。写真はサヤ大塔(4日目)



▲ラトナギリ・ワタターゲ(仏塔)



▲キャンディ湖と街並み

**3 ポロンナルワ**  
 シンハラ王朝の10～12世紀にかけての都。全盛期に造られた大建築群は、アジア有数の規模を誇るとして有名です(3日目)

**4 キャンディ**  
 シンハラ王朝最後の都。街中には美しい人工湖があり、湖畔の仏歯寺は参拝者が絶えません(5日目)



**5 シギリア**  
 5世紀後半にカッサパ王が築いた宮殿跡で、巨大な岩山の頂に造られています。色鮮やかな18人の美女(シギリアレディ)のフレスコ画が残り、訪れる人々を魅了しています(4日目)

地 名	行 程	食事
1 各 地 ソ ウ ル	(午前～夕刻)新千歳または各地 → (夕刻～夜)ソウル → 【機中泊】	一機機
2 コロンボ	コロombo空港でガイドと合流。専用車でホテルへ。朝食後、コロombo観光(ペター地区、ゴールフェイスグリーン、コロombo国立博物館、旧国会議事堂、ギャラリーカフェなど)。【コロombo泊】	朝昼夕
3 コロンボ ダンブッラ ポロンナルワ シギリア	朝食後、ダンブッラへ。世界遺産ダンブッラ石窟寺院観光。午後、世界遺産ポロンナルワ遺跡観光(クアドラングル、ガル・ヴィハーラ、宮殿跡など)。【シギリア泊】	朝昼夕
4 シギリア ミントラレー アスラーダプラ シギリア	午前、世界遺産シギリアロックに登り、観光。その後、仏教伝来の聖地ミントラレーへ。午後、世界遺産アスラーダプラ観光(ルワンウェリ、サヤ大塔、スリー・マハー、菩提樹など)。【シギリア泊】	朝昼夕
5 シギリア マータレー キャンディ	朝食後、キャンディへ。途中、マータレーのスパイスガーデン、パティック工場見学。熱帯雨林の植物が育つペラデニヤ植物園を観光。世界遺産キャンディ観光。仏歯寺拝観。伝統舞踊キャンディアン・ダンス観賞。【キャンディ泊】	朝昼夕
6 キャンディ ヌワラエリヤ	朝食後、セイロン茶の産地ヌワラエリヤへ。着後、市内観光(紅茶園、紅茶工場など見学)。【ヌワラエリヤ泊】	朝昼夕
7 ヌワラエリヤ ホートンブレインズ ナラタニヤ	世界遺産ホートンブレインズ国立公園へ向かいます(所要約1時間30分)。着後、固有の植物が見られる公園内をトレッキング。ワールドエオンズ(地の果て)の崖やペイカースの滝などをめぐります。その後、アダムスピークのゲートウェイ、ナラタニヤへ。 ●歩程約4時間 【ナラタニヤ泊】	朝昼夕
8 ナラタニヤ アダムスピーク ゴ ー ル	早朝、世界遺産アダムスピーク(2243m)に向けて出発。山頂で大パノラマを満喫した後、下山。ホテルに戻って朝食。チェックアウト後、ゴールへ。 ●歩程約8時間 【ゴール泊】	朝昼夕
9 ゴ ー ル コロombo	午前、世界遺産ゴール旧市街観光。午後、コロombo空港へ。コロombo → 【機中泊】	朝昼機
10 ソ ウ ル 各 地	(朝～午前)ソウル → (昼)新千歳または各地	機二

※歩程は休憩などを除いた実質歩行時間の目安です。  
 ※現地交通事情により、宿泊地が変更となる場合があります。



▲ホートンブレインズ国立公園のハイキングコース

**6 ホートンブレインズ国立公園**  
 スリランカが世界に誇る美観。周辺に1,000m級の山々が連なる険しい丘陵地帯で、固有の植物がたくさん見られます。標高2,000mに位置する崖「ワールズエンド(地の果て)」、ペイカースの滝などを周遊するなだらかなコースを歩き、約3時間のハイキングを楽しみます(7日目)

**7 ゴール**  
 南部最大の都市。19世紀までスリランカ第一の港として栄え、植民地時代の歴史と建築を今に残す旧市街が世界遺産に登録されています(9日目)



予告前版

スリランカ

北米・南米

中央アジア

ヨーロッパ

フリープラン

日本