Narshing Chowk, Thamel, Kathmandu, Nepal
+977 9823621022 · info@mounteverestgo.com

マルディ・ヒマル・トレック – 7 日

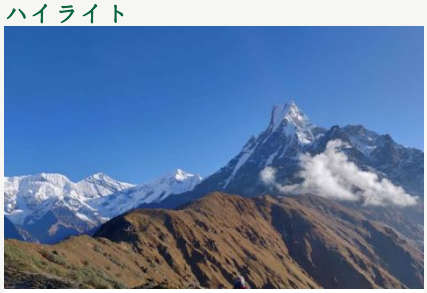
日ごとの行程

料金
US$590
1名あたり

日数	最高標高	難易度	地域	グループ人数
8 日間	**4,500 m**	やさしい	アンナプルナ地方	最大 16

Dates, prices and booking online: https://mounteverestgo.com/ja/トリップ/マルディ・ヒマル・トレック/

ハイライト



Stand at Mardi Himal Base Camp (4,500m) with close-up views of Machhapuchhre.



Significantly less crowded than the Annapurna Base Camp trek.



Sunrise views from Australian Camp over the Annapurna range.

- 満開のシャクナゲの森を歩きます（春の出発）。.
- 期間が限られている方に最適な 7 日間の簡単な旅程。.

ITINERARY AT A GLANCE

日 1	カトマンズに到着	1,400 m
日 2	ポカラに飛行機で行き、オーストラリアのキャンプに行く	2,050 m
日 3	森のキャンプへのトレッキング	2,520 m
日 4	ハイキャンプへのトレッキング	3,550 m
日 5	マルディ ヒマル ベース キャンプで日の出とランドルクへのトレッキング	1,565 m
日 6	フェディへのトレッキングとポカラへのドライブ	820 m
日 7	カトマンズに飛ぶ	1,400 m
日 8	最終出発	

訪問する場所



カトマンズ 1,400 m

カトマンズはネパールの首都であり、すべてのトレッキング地域への玄関口です。ユネスコ世界遺産の谷で、7 つのモニュメント ゾーン、国内で唯一の国際空港、ヒマラヤのすべての冒険の出発点です。. に位置 カトマンズ の高地にある地区 1,400 m (4,593 フィート)、カトマンズは、ヘランブ内の偉大なヒマラヤ トレイルの重要な停留所です。 地元では、それは カトマンズ渓谷. 。 最寄りの入植地はラリトプール（パタン）です。 トリブバン国際空港 (KTM) — ネパールで唯一の国際ハブ。ルクラ、ポカラ、ジョムソム、ジュムラ、シミコット、タプルジュンなどと国内線で接続。 トレッカーは、標準的なトレッキング ルートの一部としてカトマンズに到着します。. カトマンズ渓谷は…



ポカラ 827 m

ポカラはネパールの 2 番目の都市であり、アンナプルナ地域全体への玄関口です。カフェ、ギア ショップ、ペワ湖のアンナプルナの鏡面的な反射のある、ゆったりとした湖畔の町です。. に位置 カスキ の高地にある地区 827 m (2,713 フィート)、ポカラは、アンナプルナ地域内のアンナプルナ ベース キャンプ トレッキングの重要な目的地です。 最寄りの集落はナヤプルです。 カトマンズから 25 分、または Prithvi Highway を経由して 6 ～ 7…



オーストラリアのキャンプ 2,060 m

オーストラリアのキャンプは、ポカラの上にある人気の簡単なキャンプです。マルディ ヒマル トレックの出発点であり、アンナプルナスの日の出の旅の目的地です。. に位置 カスキ の高地にある地区 2,060 m (6,759 フィート)、オーストラリアのキャンプは、マルディ ヒマル地域内のマルディ ヒマル トレッキングの重要な停留所です。 地元では、それは オーストラリアのベースキャンプ. 。 最寄りの集落はポタナです。 ポカラからカンデまで車で 1 時間、徒歩 2 時間。 トレッカーは、標準的なトレッキング ルートの一部としてオーストラリアのキャンプに到着します。…



アンナプルナ ベース キャンプ 4,130 m

アンナプルナ ベース キャンプ (ABC) は、アンナプルナ サンクチュアリの中心部にある 4,130 m に位置しています。これは、7,000 m を超える山に囲まれた自然の円形劇場で、アンナプルナ I (8,091 m) が真上にそびえ立っています。. に位置 カスキ の高地にある地区 4130m (13,550 フィート)、アンナプルナ ベース キャンプは、アンナプルナ地域内のアンナプルナ ベース…

ツアー代金に含まれるもの

- 自家用車でのすべての空港のピックアップとドロップ
- カトマンズ ホテル（3 泊、B&B）歓迎と別れのディナー
- 旅程に該当する国内線のフライト
- 自家用車でのすべての地上輸送
- 必要なすべての許可証（ティム、国立公園、保護区、該当する場合は制限区域）
- トレッキング中に、紅茶/コーヒーを飲みながら、1 日 3 食 (BLD) を
- トレッキング中のティーハウスまたはキャンプ場
- 6 歳以上のグループ向けの経験豊富な英語を話すトレッキング ガイドとアシスタント ガイド
- ポーター（2 トレッカーにつき 1 名、荷物許容量 15 kg）の完全な保険付き
- 寝袋、ダウンジャケット、ダッフルバッグ（返金可能デポジット）
- 救急キット、パルスオキシメータ、緊急酸素
- 緊急通信用衛星電話
- 政府税と地方税

入山許可証 — 当社がすべて事前手配

- アンナプルナ保護区の入国許可証 (NPR 3,390)、TIMS カード。.

含まれないもの

- カトマンズと発着する国際航空運賃
- ネパールのビザ料金（15 日間で 30 米ドル、30 日間で 50 米ドル）
- 旅行と高地の救助保険（必須）
- 個人のトレッキング用具と衣類
- ホット シャワー、Wi-Fi、デバイスの充電、アルコール飲料
- カトマンズでのランチとディナー
- ガイド、ポーター、ドライバーのヒント（10–15% の旅行費用を推奨）
- 予期せぬ出来事による費用（天候、フライトの遅延、ルート変更）

完全ツアースケジュール

01 カトマンズに到着

標高: 1,400 m　**宿泊:** 3つ星ホテル

到着してホテルに移動します。 ディナーとブリーフィングを歓迎します。.
宿泊施設: 3 Stars Hotel · **食事:** Dinner · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

02 ポカラに飛行機で行き、オーストラリアのキャンプに行く

標高: 2,050 m　**宿泊:** ティーハウスまたはトレッキングロッジ

朝のフライトへの ポカラ, 、カンデまで車ですぐ、トレッキング オーストラリアのキャンプ 夕日の景色のために。.
宿泊施設: Tea House · **食事:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Australian Camp (2050 m)

03 森のキャンプへのトレッキング

標高: 2,520 m　**宿泊:** ティーハウスまたはトレッキングロッジ

たまに山を眺めながら、密林のシャクナゲの森を登ります。.
宿泊施設: Tea House · **食事:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Forest Camp (2520 m)

04 ハイキャンプへのトレッキング

標高: 3,550 m　**宿泊:** ティーハウスまたはトレッキングロッジ

山の景色を広げて、樹木の線の上を登り続けます。.
宿泊施設: Tea House · **食事:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** High Camp (3550 m)

05 マルディ ヒマル ベース キャンプで日の出とランドルクへのトレッキング

標高: 1,565 m　**宿泊:** ティーハウスまたはトレッキングロッジ

夜明け前に登る マルディ ヒマル ベース キャンプ (4,500 m) の日の出のマチャプフレ。 長い下降 ランドラック.
宿泊施設: Tea House · **食事:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Landruk (1565 m)

06 フェディへのトレッキングとポカラへのドライブ

標高: 820 m　**宿泊:** 3つ星ホテル

フェディへの最後の短いトレッキング、そして車で ポカラ. 。 祝賀ディナー。.
宿泊施設: 3 Stars Hotel · **食事:** Breakfast · **Overnight:** Pokhara (820 m)

07 カトマンズに飛ぶ

標高: 1,400 m　**宿泊:** 3つ星ホテル

朝のフライトへの カトマンズ. 。 夜は無料でお土産の買い物や休憩が楽しめます。 カトマンズのホテルで一泊。.
宿泊施設: 3 Stars Hotel · **食事:** Breakfast · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

08 最終出発

朝食後、フライトの約 3 時間前にトリブバン国際空港に移動します。 トリップは終了します。 オプションの拡張機能 チトワン safari, Bhutan, or Tibet available on request. Thank you for trekking with Mount Everest Go – we hope to welcome you back to Nepal soon.
食事: 朝食