

# 第1回 ネパール ヒマラヤ・トレッキング のお誘い

ネパール中央部に位置するアンナプルナ・エリアでもトレッカーの少ない、  
静かな「マルディヒマール」「ムンダイ・ヒル」コースを歩きます。

また、小学校を訪れ児童への支援(ボランティア)活動も予定しています。

- ・マルディヒマールコースは、緑溢れる森林を抜け、尾根道を歩くコースで、マチャプチャレ、アンナプルナサウス、ヒウンチュリが正面に大きく聳え、BC (4,500m) を往復することも可能です
- ・ムンダイ・ヒルコースは眺望で人気のプーンヒル以上にアンナプルナ・ダウラギリを間近に見ることができる好展望地です。 アンナプルナ山群再訪の方にもお勧めのコースです。



アンナプルナサウス、ヒウンチュリ (High Camp より)

**日 程**：平成 29 年 11 月 13 日 (月) ~ 28 日 (火) 予定  
**コース**：アンナプルナ山域 マルディ・ヒマール  
ムンダイ・ヒル コース

**募 集**：5 名以上 (8 名上限)

**参加費**：20~25 万円 (参加人数により変動します)

※国内旅行社の同エリア・期間料金と比較しても割安です

※ビザ取得、海外保険、国内交通費は含まれていません

**説明会**：6 月、7 月の 2 回行います。一別内容

※トレッキングが初めての方は是非、ご参加下さい

## ボランティア活動について

トレッキングの初日に、ポカラ・カスキにあるジャナカリナ



公立小学校を訪れます。  
日本から持参する子供服、  
文房具、遊び道具、ボールなどを  
届け、半日児童と一緒に過ごしま  
す

夕陽の アンナプルナI峰 (ムンダイ・ヒルより)



## 参加申込書

氏名	男・女	年齢	歳	所属山岳会名
過去ヒマヤトレッキング 回数	回	エリア		
①第1回ヒマヤトレッキングに	1. 参加したい    2. 内容によっては参加したい    3. 説明だけ聞きたい			
②説明会 (場所：来てこ)	1. 6/28 (水)	・参加    ・不参加		2. 7/11 (火)    ・参加    ・不参加
ご質問、ご意見など				

連絡先      岡井 聖一 (静岡市山岳連盟 常任理事 海外委員会)

電話・FAX 054-266-6570

携帯：080-3113-9888

E-mail [seiichiokai@gmail.com](mailto:seiichiokai@gmail.com)

# アンナプルナ山群トレッキングコース



## トレッキング 9 日間の行動 (あくまで予定です。天候、交通トラブル等により変更になる場合もあります)

月 日	行 程	※歩行時間
11 月 15 日	ポカラ (JEEP) ⇒ 小学校 (ボランティア) → アンナプルナ・エコ・ビレッジ (泊)	約 1 時間
11 月 16 日	→ ダンプス → ピッタム・ダウラリ 2,142m (泊)	約 6 時間
11 月 17 日	→ フォーレスト・キャンプ → ロー・キャンプ 3,050m (泊)	約 7 時間
11 月 18 日	→ ハイ・キャンプ 3,600m (泊) ⇔ 希望者は展望台 4,000m 往復	約 4 時間
11 月 19 日	→ ロー・キャンプ → フォレスト・キャンプ → ランドルック 1,565m (泊)	約 8 時間
11 月 20 日	→ ガンドルック → タダパニ 2,630m (泊)	約 7 時間
11 月 21 日	→ イスハル → ドバト 3,300m (泊) ⇔ ムンダイ・ヒル 3637m 往復 希望者	約 4 時間
11 月 22 日	→ ムンダイ・ヒル → ダウラリ → ゴラパニ 2,860m (泊)	約 5 時間
11 月 23 日	⇔ プーン・ヒル 往復 → ヒレ 1,430m ⇒ (JEEP) ポカラ	約 5 時間

※歩行時間には昼食、休憩時間を含む

## コース各ポイントからの眺望



6 日目

タダパニより Mt. Machhapuchhre (6,997m)



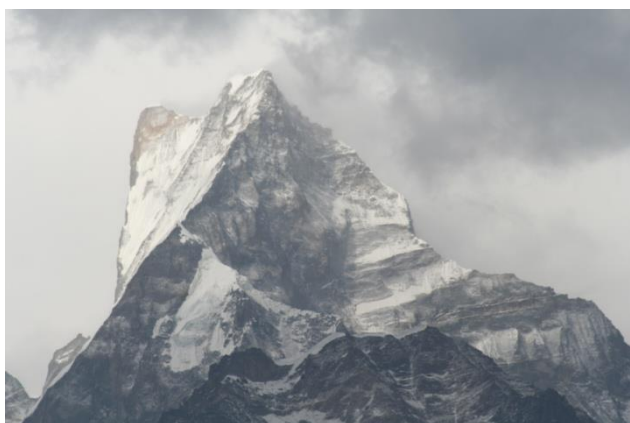
6 日目

タダパニより Mt. Annapurna South (7,219m)  
Patal Hiunchuli (6,441m)



7 日目

ドバトより Mt. Dhaulagiri I 峰 (8,167m)  
Tukuche Peak (6,920m)



4 日目

Low Camp より Mt. Machhapuchhre (6,997m)  
200m望遠レンズで撮影