エベレストと聖山聖湖・アリ南線10日間

ツアーコード · SNOWLAND TRAVEL-059

10 日間 | 作成：2026年10月30日・計画参考版



参考料金

計画用試算 CNY 16,600 / 名

計画用の試算：有料参加6名・2名1室。都市部は現地四星級または同等クラス、遠隔地は手配可能な宿を想定。宿泊・車両・料金は未確保です。航空券は別途。列車券は書面見積りに明記された場合のみ含みます。日程とサービス確認後の書面見積りが優先します。

出発日はご希望に応じて相談します。催行確定や空席を示す資料ではありません。

参考外貨換算 · USD 2,490.66 / TWD 80,859 / JPY 393,320

Frankfurter参考為替・公表日 2026-10-29

ルート

ラサ → ヤムドク湖 → シガツェ → エベレスト・ベースキャンプ → サガ → カイラス周辺 → マナサロワール湖 → ラサ

旅の特徴

雪域旅行の参考プラン。毎日の移動・見学・宿泊を、通行、予約、体調に合わせて確認します。写真は地域の参考で、天候、行事や特定施設の公開を保証しません。

日別の詳しい日程

DAY 1 | ラサ到着 | 送迎と休養

航空便・列車に合わせてお迎えし、ホテルへ。翌日以降の予定を確認し、到着日は見学を詰めず休養にあてます。体調に余裕があれば宿泊先の近くを短く散策します。

宿泊 · 宿泊：ラサ。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 2 | ポタラ宮・龍王潭・バルコル

予約時間に合わせポタラ宮を見学し、歴史と建築を学びます。龍王潭周辺で休憩し、外から宮殿を眺めます。午後はバルコルを歩き、旧市街の路地と暮らしに触れます。宮内は現地の見学順に従います。

宿泊 · 宿泊：ラサ。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 3 | ラサ→ヤムドク湖→ギャンツェ→シガツェ

朝に出発し、ヤムドク湖の停車可能な展望地点へ。ギャンツェ経由でシガツェに向かい、途中に休憩を設けます。ペルコル・チューデ寺は到着時間と開放状況で調整し、長距離移動日は休養を優先します。

宿泊 · 宿泊：シガツェ。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 4 | シガツェ→ティンリ→エベレスト地域

ラツェ、ティンリ方面を経てエベレスト地域へ。書類確認と休憩の時間を設け、天候がよければ開放された展望地点から山並みを眺めます。観光区域、乗換え、宿泊は事前確認し、登山キャンプへの入場は含みません。

宿泊 · 宿泊：エベレスト地域またはティンリ、予約可能な宿を確認。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 5 | エベレスト地域からサガへ

確認された展望地で朝の山並みを見た後、サガ方面へ移動。ペクツォやシシャパンマの展望は道路と天候次第で判断します。写真のために行程を急がず、定期的に休憩を取ります。

宿泊 · サガの当地宿

食事 · 各日の食事は書面見積りで確認

DAY 6 | サガ→マナサロワール湖→ダルチェン

西へ進みマナサロワール湖の開放区域を見学。ダルチェン到着後、巡礼の日程、荷物、支援を確認します。湖への入水や無許可の儀式は含みません。

宿泊 · 宿泊：ダルチェン。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 7 | 聖湖とカイラスを眺める

公開されている聖湖の岸辺や聖山展望地を車で巡ります。祈りの場所と巡礼者の動線を尊重し、景観を静かに味わう時間を取ります。本行程に周回巡礼や峠越えは含みません。山が見えるかどうかは天候次第です。

宿泊 · ダルチェン周辺の当地宿

食事 · 各日の食事は書面見積りで確認

DAY 8 | ダルチェン→サガ

東へサガに戻り、こまめに休憩。巡礼後の疲労に配慮し、穏やかな帰路を優先します。

宿泊 · 宿泊：サガ。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 9 | サガ→シガツェ

高原の公路をシガツェへ戻り、途中に食事と休憩。長い移動の後はホテルで休養します。

宿泊 · 宿泊：シガツェ。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 10 | タシルンポ寺→ラサ

午前はタシルンポ寺でツァン地方の文化と寺院建築を学びます。その後ラサへ戻り、途中に食事と休憩を設けます。到着後は荷物の整理や休養の時間です。

宿泊 · 宿泊：ラサ。

食事 · 書面見積りに各日明記

料金とご予約の条件

計画用試算 CNY 16,600 / 名

計画用の試算：有料参加6名・2名1室。都市部は現地四星級または同等クラス、遠隔地は手配可能な宿を想定。宿泊・車両・料金は未確保です。航空券は別途。列車券は書面見積りに明記された場合のみ含みます。日程とサービス確認後の書面見積りが優先します。

同業他社の公開料金を参考に比較しています。閑散期・三星級の混載ツアーと6名のプライベート手配では条件が異なり、同額を約束するものではありません。

書面見積りで確認するサービス

空港・駅送迎、適法な現地車両、ガイド言語、宿、毎日の食事、入場料、許可手配を個別に確認します。契約日程と見積りに明記された内容のみ含みます。ホテル等級は暖房・酸素設備を保証しません。

通常は別途お見積りする費用

明記のない国際・国内航空券、列車券、査証、保険、1人部屋追加、食事、個人費用、任意のチップ、ポーター・荷運び、避難費用。

宿名と設備は書面で確認します。遠隔地・徒歩巡礼の宿は簡素な場合があります。全泊が都市部の等級とは限りません。

ご出発前の準備

高度に慣れる時間を取り、ゆっくり行動します。高地旅行前に医師に相談し、症状が続く・悪化する場合は速やかに診察を受け、それ以上高度を上げません。道路・天候・予約・公開条件により順序や実施可否が変わります。法会、山の眺望、花期は保証しません。

外国旅券・台湾の旅行者は旅行会社を通じた承認日程が必要です。資料一式は20営業日前まで、アリ・カイラスは少なくとも1か月前までにご準備ください。余裕が必要な場合があります。当社の準備方針として飛行機・列車とも許可証原本と予約に使用した有効な身分証原本を携帯し、出発前に運送会社へ再確認します。

チベット人チームにご相談ください

duojie@tibetmountaintrip.com | +86 132-9891-4222 | +81 80-9078-0875

全日程・ご相談・最新条件

Snowland Travel · ngari-south-everest-10-days

A4印刷対応・PDFの「用紙に合わせる」を選択

貸切・独立催行の追加代金

ご家族・ご友人のみの貸切、または他のお客様と混載しない独立催行をご希望の場合は、掲載旅行代金に追加代金が必要です。金額は参加人数、出発日、専用車、ガイド、宿泊および手配内容により個別に算出し、お申込み確定前に正式見積書でご案内します。ページの予算試算には、この追加代金は含まれていません。すでに貸切条件で提示した正式見積書では、含まれる追加代金を明示し、同じ項目を二重に請求しません。