ニンティ・来古周辺・エベレスト・ナムツォ11日間

ツアーコード · SNOWLAND TRAVEL-055

11 日間 | 作成：2026年10月30日・計画参考版



参考料金

CNY 8,550 / 名

旅行代金の基準は人民元（CNY）です。季節、人数、部屋、ガイド言語、確定サービスで正式見積りが変わります。外貨換算は公表日の参考値で、決済レートではありません。

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 1,282.84 / TWD 41,647 / JPY 202,584

Frankfurter参考為替・公表日 2026-10-29

ルート

ニンティ → ルラン → ポミ → ラウォク → 来古周辺（営業確認） → バスムツォ → ラサ → ヤムドク湖 → シガツェ → エベレスト → ナムリン → バンゴ → 聖象天門 → ラサ

旅の特徴

ニンティ発ラサ着。森林、ラウォク湖、許可された氷河遠望、エベレストとナムツォを組み合わせます。氷体への接近・氷上歩行は含まず、閉鎖時は湖と村の観光へ変更します。

日別の詳しい日程

DAY 1 | ニンティ到着・谷で休養

空港など合意した地点で合流し、ニンティのホテルへ。長距離移動直後は休養を優先し、余裕がある場合だけニヤン川方面の短い散策を相談します。食事、アレルギー、身体の状態と翌日の道路状況を確認します。

宿泊 · ニンティ（ハー）

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 2 | ルラン林海からポミへ

ルランの公開展望地と村の景色を経て、森の深いポミ方面へ。道中は通行可能な停車場所で撮影し、道路工事や雨の影響に備えて余裕を残します。山の展望は天候次第。到着後は町で休み、翌日の移動を確認します。

宿泊 · ポミ

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 3 | ポミからラウォク湖へ

承認ルートでラウォク湖方面へ。湖の色は水位、天候、季節で変わるため、澄んだ青色は確約しません。公開された岸辺と展望地点で景観を楽しみ、氷湖や立入禁止区域には入りません。宿の供暖と給湯を事前確認します。

宿泊 · ラウォク周辺

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 4 | 来古周辺の適法な遠望・ポミへ

来古地域は営業と保護規則を出発前に再確認します。許可された遠望地点が利用できる場合のみ見学し、氷体・氷洞・封鎖区域への接近や氷上歩行は行いません。利用できない場合はラウォク湖や公開村落の景観に変更し、ポミへ戻ります。

宿泊 · ポミ

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 5 | バスムツォを経てラサへ

ポミからニンティ方面へ戻り、時間が合えばバスムツォの公開区域を訪ねてラサへ向かいます。特に長い移動日で、交通状況により湖の立寄りを短縮・省略するか途中泊を相談します。到着後は観光を入れずに休養します。

宿泊 · ラサ

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 6 | ラサ休養・旧市街をゆっくり

西部の高地へ向かう前の休養日。体調が良ければバルコルなどで短い散策を楽しみます。ポタラ宮やジョカン寺を追加する場合は予約枠と料金を別途確認。無理に観光を増やさず、必要ならこの段階で延泊します。

宿泊 · ラサ

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 7 | ヤムドク湖・ギャンツェからシガツェへ

ラサからヤムドク湖方面へ進み、公開展望地点で湖と山々を眺めます。カローラ方面を経てギャンツェへ。時間と公開状況が合えばペルコル・チューデの参観を相談し、シガツェ泊。移動の長い日で、峠での散策は短時間とします。

宿泊 · シガツェ

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 8 | ギャウラ峠・ロンブクとエベレスト展望

ティンリ方面へ。天候が合えばギャウラの公開展望地点からヒマラヤの山並みを眺め、許可されたエベレスト観光区域へ進みます。一般観光区域と登山隊のベースキャンプは異なり、登山区域への入域は含みません。宿は手配可能な簡易施設で確認します。

宿泊 · 珠峰周辺の簡易宿 / 体調により標高の低い町へ変更

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 9 | エベレスト地域からナムリンへ

天気と体調が許せば朝の展望を取り、シガツェ方面へ戻ってナムリンへ向かいます。長距離移動のため観光を詰めず、到着時間を優先。タシルンポ寺の参観は余裕がある場合に限り、難しければ前後泊への追加を相談します。

宿泊 · ナムリン / 道路状況によりシガツェ

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 10 | ナムリン・バンゴから聖象天門へ

ナムリンからバンゴ方面へ進む長距離日。早い到着と営業・通行条件がそろう場合だけ聖象天門の指定区域を訪ねます。待ち時間や道路に無理がある場合は観光を省略するか1泊追加して分けます。

宿泊 · バンゴ周辺

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 11 | バンゴからラサへ・旅の振り返り

承認された帰路でラサへ戻ります。道路や天候による遅れに備え、同日出発の航空便や列車へ短時間で接続する計画は避けます。ラサの最終泊と翌日送迎は必要に応じて別途追加。湖岸や峠での追加立寄りは当日の余裕で判断します。

宿泊 · ラサの最終泊は別途相談

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

料金とご予約の条件

CNY 8,550 / 名

旅行代金の基準は人民元（CNY）です。季節、人数、部屋、ガイド言語、確定サービスで正式見積りが変わります。外貨換算は公表日の参考値で、決済レートではありません。

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 · private-nyingchi-laigu-everest-namtso-11-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。