ニンティ・ラサ・エベレスト・色林錯・ナムツォ 13日間

ツアーコード · SNOWLAND TRAVEL-060

13 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 21,600 / 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 3,240.86 / TWD 105,214 / JPY 511,790

Frankfurter参考為替・公表日 2026-10-29

ルート

ニンティ → ルラン → バスムツォ → ヤルンツァンポ大峡谷 → ラサ → ヤムドク湖 → シガツェ → エベレスト・ベースキャンプ → セリンツォ → バンゴ → ナムツォ → 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 | 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（八一）

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 2 | ルランの森と村・ニンティへ

セジラ方面の公開展望地点を経てルランへ。森、草地、村の景観を短い散策で楽しみます。ナムチャバルワの展望は天候次第で、山が見えることは確約しません。住居や人物の撮影は同意を得て、夕方ニンティへ戻ります。

宿泊 · ニンティ（八一）

食事 · 朝食・昼食・夕食の有無は書面見積りで確認

DAY 3 | バスムツォと森林の軽い散策

バスムツォの公開見学区域で湖と森を楽しみます。新措方面は道路・接待・歩行条件が確認できた場合のみ追加し、無理のない距離で折り返します。立入りできない場合は通常の湖畔散策に変更します。

宿泊 · ニンティのホテル

食事 · 各日の食事は書面見積りで確認

DAY 4 | ニンティの峡谷と山村

ヤルンツァンポ峡谷の公開見学区域やニンティ周辺の村を巡ります。ナムチャバルワの眺望は天候次第です。展望施設と指定歩道を利用し、危険な川岸や未開放区域には近づきません。

宿泊 · ニンティのホテル

食事 · 各日の食事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 | 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 7 | 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 8 | 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 9 | エベレスト地域→シガツェ

天候と宿泊地が適すれば早朝に山の光景を楽しみます。朝食後シガツェへ戻り、途中に食事と休憩の時間を設けます。到着後は休養。日の出と山頂の眺望は保証されません。

宿泊 · 宿泊：シガツェ。

食事 · 書面見積りに各日明記

DAY 10 | 色林錯を経てバンゴへ

色林錯方面を経てバンゴへ移動し、公開された岸辺や展望地で休憩します。保護地域では指定道路から外れず、湿地や鳥の営巣地に近づきません。湖の色や動物の姿は天候と季節によって変わります。

宿泊 · バンゴの当地宿

食事 · 各日の食事は書面見積りで確認

DAY 11 | バンゴでの休養・道路予備日

湖巡りの長距離移動に備えて休養します。道路・体調の調整に使う予備日で、使用しない場合も遠方への追加移動は約束しません。翌日のナムツォ方面の道路と宿を再確認します。

宿泊 · バンゴの当地宿

食事 · 朝・昼・夕

DAY 12 | ナムツォからラサへ

ナムツォの公開エリアを訪れ、道路状況を見ながらラサへ戻ります。聖象天門など北岸支線は、別途通行・公開確認が取れた場合のみ検討し、通常は承認された湖畔を利用します。到着の遅れに備え、同日出発の航空券は組み合わせません。

宿泊 · ラサのホテル

食事 · 各日の食事は書面見積りで確認

DAY 13 | ラサ出発 | 送迎

確定便・列車に合わせてチェックアウトと送迎。荷物、書類、乗車券を確認します。送迎の時間、区間、追加待機は書面で合意します。

宿泊 · 宿泊：なし、日程終了。

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 21,600 / 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 · tibet-panorama-13-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。