

# ゆっくりキナバル登山7日間

## ■ゆっくりキナバル登山7日間プログラム

日付	地名	時間	行程<宿泊地>	食事
1 (土)	日本発 (クアラルンプール) コタキナバル着	午前 夜	✈️ 東京(成田)・大阪(関空)発、クアラルンプール乗継ぎ、ボルネオ島コタキナバルへ 🚗 着後、市内ホテルへ <コタキナバル泊>	機 機
2 (日)	コタキナバル発 キアウ村着 発 キナバル公園着	朝 午前 午後	🚗 ホテル発、サンデーマーケット見学 その後、山岳ガイドの多く住むキアウ村(約800m)へ(約2時間) ドゥスン族の生活を垣間見、山菜中心の郷土料理をご馳走になります その後、キナバル公園(1500m)へ(約1時間) 👟 キナバル公園内散策など、ご自由にお過ごしください <キナバル山麓泊>	朝 昼 夕
3 (月)	キナバル公園発 登山口発 山小屋着	朝 午後	🚗 朝食後、山岳ガイドと合流、公園内循環バスで登山口(1886m)へ 山小屋へ向け登山開始(約6時間) 亜熱帯を思わせる山地林~ 背丈ほどの木が多くなる高山植生まで楽しめますまた、ウツボカズラ やシャクナゲなども目にすることができそうです <山小屋泊>	朝 昼 夕
4 (火)	山小屋発 登山小屋着	02:00頃 午前	👟 起床、山小屋にて軽食 ガイド共にヘッドランプを携行し登頂開始(約4時間) 途中、サヤッサヤ小屋(3670m)を経て、ロウスピーク(4095m)へ 登頂後、山小屋へ戻り朝食(約2時間) その後、ご自由にお過ごしください <山小屋泊>	朝 昼 夕
5 (水)	山小屋発 マシラウルート マシラウ着 発 コタキナバル着	早朝 午前 午後 夕刻	👟 起床、お弁当の朝食を受取り、マシラウへ向け下山(約8時間) マシラウルートは植生豊かな尾根道です 霧に包まれる事多い雲霧林の中を進み、ランやペゴニアが多く見 られるでしょう もう一つの登山口、マシラウネイチャーリゾート(約2000m)に到着 コタキナバルへ向け出発(約3時間) 🚗 ビーチリゾートホテルへ 夕食はホテル内レストランにて、ビュッフェ 🍴 (バイキング)形式でマレー料理から洋風までお楽しみ頂けます。 <コタキナバルビーチリゾートホテル泊>	朝 昼 夕
6 (木)	コタキナバル滞在 コタキナバル発 (クアラルンプール)	夜 深夜	ご出発まで、アジアの田舎町を思わせるコタキナバル市内散策など ご自由にお過ごしください マッサージやスパ、キレイな海でのシュノーケルなどのオプションも ご用意しています。(詳細は、オプションツアーのページをご参照ください。) 🚗 ホテルから空港へ ✈️ コタキナバル発マレーシア航空にて クアラルンプール乗継ぎ、日本へ <機内泊>	朝 機
7 (金)	日本着	朝	✈️ 東京(成田)・大阪(関空)着	機

※航空会社の都合や現地の事情により、一部変更になる場合がございます。

## ツアーのポイント

- 4名様より催行OK!
- 山小屋に2泊するので、初心者や体力に自信の無い方も安心です。
- 下山後は、南国の島ならではの5つ星ビーチリゾートホテルにご滞在
- 広いお部屋でのんびりと過ごすのもよし、リゾート内の大きなプールで登山の疲れを癒すのもよし、沖合いの無人島へ行けば、色鮮やかな魚とサンゴが見られます。リゾートホテル内にはスパもありますので、登山の後にはお勧めです。

## 旅行代金 2名1室・お1人様あたり

出発日	旅行代金(お1人様)
7月28日(土)	<b>185,000円</b>
8月2日(木)	<b>185,000円</b>
9月1日(土)	<b>178,000円</b>
10月5日(金)	
10月26日(金)	
11月22日(木)	

上記料金に別途国内空港使用料(成田2,540円・関空2,650円)、マレーシア空港使用料1,650円、航空保険超過負担料1,640円、燃油サーチャージ31,480円、YRサーチャージ340円、合計37,650~37,760円が必要。 (2012年7月1日現在) ※1人部屋追加料金38,000円

＜旅行条件＞ ●着地/成田・関西空港 ●利用航空会社: マレーシア航空 ●食事/朝食:5回・昼食:4回・夕食:4回 ●宿泊予定施設/◎コタキナバル市内:シャングリラダウンタウン又は同等クラスホテル ◎キナバル公園内ロッジ、キナバルヘリテージリゾート&スパ、キナバルバイン、セリンリゾート ◎キナバル山小屋:ラバン・ラタ、グンティン・ラガダン、パナールラバン、ワラスハット ◎ビーチリゾート:シャングリラ・タンジュンアルリゾート又は同等クラスホテル ●最少催行人員/4名 ●添乗員:同行しません。現地人日本語ガイドが同行します。

