

# 2017年12月12日(火)出発 アフリカ大陸最高峰 キリマンジャロ募集決定

## 高度順応と快適性を考慮した行程 マチャメルートで目指すキリマンジャロ

マラングルートが一般のルートですが、お鉢のギルマンズポイントから最高峰ウフルピークまで、さらに2時間もかかります。そのルート上にマチャメから上がったステラピークがあるためウフルピークへはたったの1時間で登頂できます。さらに一般ルートはバンガロー泊(4名1室)や山小屋(大部屋)です。それらはテントより良く思われがちですが、私の経験上、高所ではトイレ回数が多くなり、その度建付の悪いドアがギーギー、登山靴で板張をドンドン、緊張感MAXな心境の中、さらなる睡眠のさまたげはゴメンです。また、外国人と相部屋など不要な気遣いも大変。2名1張または1名1張のテントはそういう意味も含めて快適なのです。バンガローも小屋もテントも、いずれもトイレは外です。なら、どっちが良いでしょうか。



## アフリカ最高キリマンジャロ峰 5895m

ほとんどの方が、「未知なる高さ、未知なる大地、私は無理」と決めつけておられます。特別な人が行く山ではありません。しかし誰でも登れる山でもありません。参加基準は、「富士山以上の高さに行っても高山病にならなかった方」です。以前、他社の弾丸ツアー富士山に参加して登れなかった方をゆったりプランで富士山に案内し、チベットの大娘姑山 5025m 登頂を経て夢のキリマンジャロへ登頂出来たという方、また以前他のガイドと行って山頂に立てなかった方が私と同行して山頂へ立っています。「高山病」に対しての知識や予防法その他、しっかりとしたケアが出来るガイドと登ることをオススメします。下山後はラグジュアリーなサファリが出来るンゴロンゴロ国立公園へご案内します。アフリカ最高峰に足跡を残しに行きましょう！食事のケアもしっかり致しますのでお楽しみに。

**興味のある方には更に詳しいご案内をお送りします！  
お気軽にご請求下さい。** ガイド 高千穂有康

タンザニア		関西空港発	
<b>アフリカ大陸最高峰 キリマンジャロ5, 895m登頂 とンゴロンゴロ国立公園</b>			
レベル	技術 ★★☆☆☆	12名様以上は日本	
5	体力 ★★★★★	からスタッフ2名同行	
出発日	12月12日(火)~12月25日(月)		
旅行代金	820,000円	全食事付	14日間
募集定員	14名	最少催行	8名
①関西空港(19:15 予定)→香港空港→機内泊 ②→ドーハ空港→キリマンジャロ空港=アルーシャ(泊) ③アルーシャ(休養日:泊) ④アルーシャ=マチャメゲート…マチャメキャンプ(テント泊) ⑤マチャメキャンプ…シーラキャンプ(テント泊) ⑥シーラキャンプ…バランコキャンプ(テント泊) ⑦バランコキャンプ…カランガキャンプ(テント泊) ⑧カランガキャンプ…バラフキャンプ(テント泊) ⑨バラフキャンプ…ステラポイント…ウフルピーク(5,895m)…バラフ…ミレニウムキャンプ(テント泊) ⑩ミレニウムキャンプ…ムエカゲート=アルーシャ(泊) ⑪アルーシャ=マニャラ湖=ンゴロンゴロ(泊) ⑫ンゴロンゴロサファリ観光(ンゴロンゴロ:泊) ⑬ンゴロンゴロ=キリマンジャロ空港→ドーハ空港→機内泊 ⑭香港空港→関西空港(21:00 予定)			



登頂の秘訣はとにかくゆっくり。宿泊はゆったりテントです。

## 高所登山アドバイス&低酸素トレーニング 予約受付中

登山をしていると国内外問わず標高2,400m以上の高所を避けて通る事は難しい。キリマンジャロや大姑娘山、マチュピチュトレッキング等の高所ツアーを手がけ、たくさんの方々に案内して来た高千穂ガイドが講師となり、高度障害に対応するテクニックをアドバイス。さらに低酸素室でのトレーニングも行います。

**開催日 12月6日(水)・7日(木) ※参加料6,000円**  
**大阪梅田 12:00~・13:30~・15:00~各1.5時間**



※予約制です。ご予約の方へは会場の地図をお送りします。  
 ※持ち物はタオル・着替え・飲料水です。(汗をかきます)

夏には富士山で高所トレーニング登山も実施「富士山剣ヶ峰3,776m登頂とゆったりお鉢巡り」  
 レベル 3+ 技術★★ 体力★★★ 出発日 8月22日(火)・28日(月) 3泊4日 40ページに掲載