



初めてのアルプス山歩き

アルプストレッキングの代名詞、ツールドモンブラン。  
 モンブランアルプスの雄大な景色と見る角度によってうつり変わる山の表情が楽しめます。  
 通常の縦走型のコースよりも日数の少ないダイジェストコースで  
 ツール・ド・モンブランを歩き、いくつもの峠をアップダウンしながら、お花畑、氷河、針峰群の岩山など、様々な景色がご覧いただけます。



現地人ガイドと日本人女性ガイド  
 2名のスタッフでご案内するので、  
 体力に自信のない方も安心です!!

# Tour de Mont Blanc

ツール・ド・モンブラン ダイジェストハイキング

**2024年8月23日(金)～9月1日(日) 10日間 ¥589,000.**

金曜日の夜出発です。仕事が終わってから空港に行けるので、1週間の休みが取れば参加可能。  
 現地では、日本人女性ガイドと現地人ガイドのコンビネーションでご案内しますので、初めてのアルプスでも安心  
 この夏に是非、初めてのアルプスの山歩きにチャレンジしましょう!!

憧れのアルプスの山小屋に全部で4泊します! TMBの山小屋はシャワーも浴びられるので女子にも安心です。

↓ラックプラン

**Tour de Mont Blanc (TMB)**

標高のモンブラン、ドリュュー・グランジヨラス、メルドラス氷河等の、モンブラン山脈を一周できる大冒険です。

スイスとフランスの国境の「バルムのコル」ここからは、シャモニの雄姿が見えます。

山小屋にはシャワーも付いています!

山小屋にはシャワーも付いています!

あまりにも、どかな、フェレの谷。スイス、フランスでも、まだまだ見えないイタリヤ方面からの雰囲気です。

イタリア側のモンブランは、女性的なフランス側と違って、男性的な大岩の山です。

最大に景色を望める「バルムのコル」ここからは、シャモニの雄姿が見えます。

「バルムのコル」ここからは、シャモニの雄姿が見えます。

イタリア側のモンブランは、女性的なフランス側と違って、男性的な大岩の山です。

↑フレイエール小屋

バルムのコル!

↑セーニユの コル

↑エリザベッタ小屋

ペニの谷

日程	都市名	時間	交通機関	スケジュール	食事
1	東京	夜		空路、スイスのジュネーブへ。途中、経由地で航空便を乗り継ぎます。 【機中泊】	機食
2	ジュネーブ シャモニ	夕刻 夜	航空機 送迎車	ジュネーブ到着後、送迎車で国境を越え、モンブランの麓の町、シャモニへ。 【ホテル泊】	機食
3	シャモニ コンタミヌ バルムの小屋	午前 午後	送迎車 ハイキング	午前中、シャモニで出発準備。送迎車でコンタミヌの村へ。ここよりツール・ド・モンブランのスタートです。高山植物の美しいバルムの小屋までのんびり歩きます。 【山小屋泊】	朝食 夕食
4	バルムの小屋 フルの モッテの小屋	午前 午後	ハイキング	さらに標高を上げ、ボンノムのコルへ。さらに進んで、カルボナラの美味しいクアポンノムの小屋へ。ここからアルペンムードが漂うフルのコルを越え、グラシエ村のモッテの小屋までお花畑の中を一気に下ります。 【山小屋泊】	朝食 夕食
5	モッテの小屋 セーニユの コル エリザベッタ小屋	午前 午後	ハイキング	グラシエの谷からフランス・イタリア国境のセーニユのコルへ登ります。その後、ベニの谷を下り氷河が目前に迫る、エリザベッタ小屋へ入ります。この日は、時間の余裕がある、のんびりとした1日です。 【山小屋泊】	朝食 夕食
6	エリザベッタ小屋 コルシュクイ クールマイユール シャモニ	午前 午後	ハイキング ロープウェイ 路線バス	モンブラン山塊から流れるみアージュ氷河などの迫力ある景色を楽しみながら、コルシュクイ経由でクールマイユールの町へ。イタリアアルプスの小さな町を散策してから、路線バスでシャモニに戻ります。線バスで一旦シャモニに戻ります。 【ホテル泊】	朝食 夕食
7	シャモニ バルムのコル ラトゥール フレジュール	午前 午後	路線バス ロープウェイ ハイキング	森林限界を越えた高山植物が咲き乱れる草原の中をフランス国境のバルムのコルへ。ル・トゥールに戻り、モンブラン山群の大パノラマが楽しめるフレジュールの山小屋に泊まります。 【山小屋泊】	朝食 夕食
8	フレジュール ラックブラン シャモニ	午前 昼	ハイキング ロープウェイ 路線バス	朝焼けを楽しんだ後、アルプスの大パノラマを楽しみながら、山上の静かな湖ラックブランまで歩きます。その後、シャモニに戻り、午後から自由行動です。山道具やお土産のショッピング等をお楽しみください。 【ホテル泊】	朝食 機食
9	シャモニ ジュネーブ	午前 午後	送迎車 航空機	朝、送迎車でジュネーブ空港へ。空路、帰国の途につきます。 【機中泊】	朝食 機食
10	東京	夜	航空機	到着後、解散です。	機食



「セーニユの  
コル」



「山小屋内部  
イメージ」



「ルート上の  
レストラン」

※宿泊する山小屋は別の山小屋に変更される場合もございます

## シャモニをベースに、初心者にも歩けるゆっくりとした日程で山小屋ハイキングを楽しみます。

### コンタミヌ～バルムの小屋～ボンノムのコル～クアポンノム小屋

**日程 3** 樹林地帯から登り始め、高山植物が咲き乱れる草原地帯へ。放牧された牛やヤギたちを眺めながらあるくとバルムの小屋へ。登り 400m / 下り 0m / 歩行距離 10km / 3 時間

### バルムの小屋～クアポンノム～フルのコル～モッテの小屋

**日程 4** 少しずつ高度を上げ、高山ムードが漂うクアポンノム、そしてフルのコルを越え、お花畑を下りモッテの小屋へ。登り 800m / 下り 700m / 歩行距離 12km / 6 時間

### モッテの小屋～セーニユのコル～エリザベッタ小屋

**日程 5** 国境のセーニユのコルへ登ります。目の前にイタリア側のモンブランが飛び込みます。氷河を目の前に望むエリザベッタ小屋へ。登り 600m / 下り 450m / 歩行距離 10km / 3 時間半

### エリザベッタ小屋～ラックシュクイ～コルシュクイ～クールマイユール

**日程 6** エリザベッタ小屋から、モンブランの壮大な姿を望みながら逆さモンブランが美しい山上の湖を巡りクールマイユールへ。登り 500m / 下り 450m / 歩行距離 10km / 4 時間

### シャモニ～ルトゥール～バルムのコル～ルトゥール

**日程 7** モンブランを遠望する雄大な景色が楽しめるバルムのコルへ。ルトゥールに戻り、山上の湖ラックブランへ。登り 200m / 下り 200m / 歩行距離 3km / 2 時間

### フレジュール～ラックブラン～フレジュール～ル・ブラ～シャモニ

**日程 8** 朝焼けの中、360度のモンブラン山群の大パノラマを楽しんだ後、ラックブランまで歩きます。登り 500m / 下り 500m / 歩行距離 6km / 4 時間

※燃油サーチャージの目安 ¥80,000 (2024年1月現在)  
●出発地：東京発 ●最少催行人員：6人 ●食事：朝-7 / 昼-0 / 夕-4  
●現地係員がご案内します ●一人部屋追加代金：¥33,000 (山小屋を除く)  
※山小屋は予告無く、他の山小屋に変更になる場合がございます。  
●利用予定航空会社：エミレーツ、カタール、エティハド、エールフランス  
全日空、ルフトハンザ、トルコ、

**空港税・航空保険料・燃油付加運賃について**  
このパンフレットに提示されている旅行代金には、航空会社より請求される、空港税、航空保険料、燃油付加運賃 (燃油サーチャージ) が含まれておりません。また、各コースに明示しております燃油付加運賃は、パンフレット作成時点での目安です。これらの諸費用は、航空券を発売する際に、その時点の為替レート、燃料費用に合せ計算されたものが、航空会社より請求されます。弊社では、出発 1ヶ月前を目処にお送りする、残金のご請求書で、上記諸費用をご請求させていただきますので、予めご了承ください。

## ご旅行条件 (要旨) \*ご契約の際は、必ず旅行条件書 (全文) をお受け取りいただき、事前にご確認の上、お申し込みください。

■募集型企画旅行契約：この旅行は(株)アドベンチャーガイズ(以下「当社」)が企画・実施する旅行であり、お客様は当社と募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」という)を締結することになります。また、旅行条件は、別途お渡しする旅行条件書 (全文)、出発前にお渡しする最終案内書と称する確定書面及び当社旅行業約款募集型企画旅行契約の部によります。  
■旅行のお申し込み及び契約成立時期：所定の申込書に所定の事項を記入し、下記の申込金を添えてお申し込みください。  
電話、郵便ファクシミリその他の通信手段でお申し込みの場合、当社が予約の承諾の旨を通知した翌日から起算して3日以内に申込書の提出と申込金の支払いをしていただきます。旅行契約は、当社が契約の締結を承諾し、申込金を受領したときに成立いたします。  
■申込金：旅行代金が30万円以上の場合5万円

■旅行代金のお支払い：旅行代金は旅行開始日の前日から起算して21日以内にある日より前に(お申込みが間際の場合は当社が指定する期日まで)お支払いください。  
■旅行条件・旅行代金の基準：この旅行条件は2024年1月1日を基準としています。又、この旅行代金は2024年1月1日現在の有効なものとして公示されている運賃・規則、または、2024年1月1日現在認可申請中の航空運賃・適用規則を基準として算出しています。  
総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に際し担当者からの説明に不明な点があれば、ご遠慮なく下記に示す旅行業務取扱管理者にお尋ねください。  
総合旅行業務取扱管理者 近藤謙司

■取消料：旅行契約成立後、お客様の都合で契約を解除されるときは、下表の取消料を申し受けます。

契約解除日	取消料
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって 40日～31日目 (ピーク時のみ)	旅行代金の10%
30日～3日目	旅行代金の20%
旅行開始前日～当日	旅行代金の50%
無連絡不参加、旅行開始後の解除	旅行代金の100%

ピーク時は12月20日から1月7日まで、4月27日から5月6日まで、及び7月20日から8月31日までをいいます。

**お問い合わせ・お申し込みは**

**03-5215-2155** 【営業時間】 平日 11:00～17:00 / 土日祝休み

**info@adventure-guides.co.jp**

お名前、ご連絡先 (住所、電話番号、メールアドレスなど)、お問い合わせ内容 (資料のご希望、ツアーについてのご質問など) を明記のうえ、送付ください。

**https://www.adventure-guides.co.jp**

お問い合わせフォームをご利用ください