

# キルギストレッキング、ウズベキ観光予定表 2013 :May 22, 2013

NO	月日	曜日	場所		宿
1	2013/7/17	Wed	機中	ウズベキスタン航空HY528:成田発20:50	機中泊
2	2013/7/18	Thu	ビシュケク	タシケント着02:35(日本との時差4時間)深夜空港で過ごし ウズベキスタン航空HY779:タシケント発07:55 - ビシュケク着10:10(日本との時差3時間) ビシュケク観光	ビシュケク泊
3	2013/7/19	Fri	カラコル	ビシュケク→カラコル 車で6時間	カラコル泊
4	2013/7/20	Sat	アラコル湖	早朝車でカラコル渓谷に向かう(2時間) カラコル渓谷(2500m)からSirotaキャンプサイト(2800m)まで登る(2.5時間) Sirota からアラコル湖(3500m)まで登る(3.5時間)	テント泊
5	2013/7/21	Sun	アラコル湖	アラコル湖畔からアラコル峠(3860m)を経て3200mの地点でテント泊。	テント泊
6	2013/7/22	Mon	アラコル湖 タムガ	テントサイトから温泉地アルティンアラシャン(2500m)まで下る。そこから車でカラコルに行き(約2時間)、さらにタムガに向かう(80km)	タムガGH泊
7	2013/7/23	Tue	バルスコーン 渓谷	タムガ から 車でバルスコーン渓谷を経てアラベル盆地(3600m)に行き、近くの4000m級の山にガイド付き登山。その後、自転車または車でタムガへ。標高差2000mを一気に下るのは豪快そのもの。	タムガGH泊
8	2013/7/24	Wed	バルスコーン渓谷	景色のよいバルスコーン渓谷のハイキング。	タムガGH泊
9	2013/7/25	Thu	イシクル湖南岸	タムガ からコチコールへ車で。160km。 景色の良いイシクル湖南岸を行くので泳いだり、自転車走行を楽しめる。	コチコール GH泊
10	2013/7/26	Fri	ソンコル湖	コチコールから ソンコル湖へ車で行く。95km ソンコル湖の見える峠から湖までは自転車走行出来る。	ソンコル湖 ユルト泊
11	2013/7/27	Sat	ソンコル湖	ソンコル湖周囲の山へのガイド付きトレッキング	ソンコル湖 ユルト泊
12	2013/7/28	Sun	キジルオイ	ソンコル湖からキジルオイへ車で 160km。 ソンコル湖からの下りとアラルからキジルオイまでの渓谷は自転車走行を楽しめる。	キジルオイGH泊
13	2013/7/29	Mon	スーサミール大草原	キジルオイからスーサミール大草原、トウアシュ峠(3586m)を経て ビシュケク へ。190km キジルオイ から スーサミールの間は自転車走行出来る。 HY776にて <b>ビシュケク 19:25 - タシケント 19:45</b>	タシケント泊
14	2013/7/30	Tue	ヒヴァ	HY1051にて <b>タシケント 7:00 - ウルゲンチ 8:40</b> ウルゲンチからヒヴァまで車。	ヒバ泊
15	2013/7/31	Wed	ヒヴァ	ヒヴァ観光	ヒバ泊
16	2013/8/1	Thu	ブハラ	ヒヴァから ブハラへ430km砂漠の中を車で行く。	ブハラ泊
17	2013/8/2	Fri	ブハラ	ブハラ観光	ブハラ泊
18	2013/8/3	Sat	サマルカンド	ブハラからサマルカンドへ280km綿花畑の中の主要道路を車で行く。	サマルカンド泊
19	2013/8/4	Sun	サマルカンド	サマルカンド観光	サマルカンド泊
20	2013/8/5	Mon	タシケント	サマルカンド観光後タシケントへ列車で移動	タシケント泊
21	2013/8/6	Tue	タシケント	タシケント観光	タシケント泊
22	2013/8/7	Wed	機中	HY527にて <b>タシケント 07:40 - 成田19:30</b>	

GH: Guest House

[Yurt:](#)

Ala-Archa(アラアーチャ)	Chatyr Kul(チャティルクル湖)	Samarkand(サマルカンド)
Alakol(アラコル湖)	Chong Kemin(チョンケミン)	Song Kul(ソンコル湖)
Altyn Arashan(アルティンアラシャン)	Edelweiss(エーデルワイス)	Suusamyr(スーサミール)
Arabel Valley(アラベル盆地)	Issyk-Kul(イシククル湖)	Tamga(タムガ)
At-Bashy(アトバシ)	Karakol(カラコル)	Tashkent(タシケント)
Barskoon(バルスコーン)	Khiva(ヒヴァ)	Tash Rabat(タシュラバット)
Bedel峠(ベデル峠)	Kochkor(コチコール)	Torugart(トルガルト)
Bishkek(ビシュケク)	Kumtor Gold Mine(クムトール金鉱山)	Tien Shan, Tash Rabat(天山,タシュラバット)
Bokonvaev(ボコンバエフ)	Kyrgyzstan(キルギスタン)	Urgench(ウルゲンチ)
Bukhara(ブハラ)	Kyzyl Oi(キジルオイ)	Uzbekistan(ウズベキスタン)
Chaek(チャエク)	Naryn(ナリン)	Yurt(ユルト)