

※どちらかに○をつけてください

参加申込書【200919 成瀬ヨーガグループ】		ご希望発着地	成田・関西	
ふりがな	旅券に記載のローマ字氏名をご記入下さい			
氏名	生年月日	昭和 平成	()年()月()日生 (西暦 年 生) ()歳	
ふりがな	性別	男・女	婚姻関係	既婚・未婚
旧姓				血液型
ふりがな				型
現住所	〒 -		TEL▶ () FAX▶ () 携帯▶ () E-mail	
本籍地				
職業	勤務先	電話	勤務先への連絡は	可・不可・個人名 で
	住所	〒 -	役職	
留守宅連絡先	氏名	続柄	電話	()
	住所	〒 -	国際線遅延の場合	上記へ連絡・不要
同室希望	ない・ある ()さんと・一人部屋希望			
海外旅行保険	希望する・希望しない			
渡航手続	依頼する・依頼しない		(依頼いただいた場合、4,400円が別途必要です) ※出入国書類作成代行※	
査証手続	依頼する・依頼しない		(依頼いただいた場合、1ヶ国に付き6,600円が別途必要です) ※ネパールビザ申請代行※	
パスポート	※本ツアー参加に有効なパスポートを 持っている・持っていない			
	パスポート番号：		失効日：	年 月 日
ご旅行手続	<ul style="list-style-type: none"> ●この度のご旅行にはパスポートの残存期間は2021年3月末日まで必要です。あらかじめご確認下さい。 ●その他、旅行手続に関しましては、お申し込みをいただきました後にご案内申し上げます。 			

キリトリ

<p>ご旅行条件</p> <p>このご旅行はエアワールド(株)(〒540-0026大阪市中央区内本町2-2-14-207 観光庁長官登録旅行業第961号 以下当社とします)がお客様のため当社の定める旅行日程にしたがって、運送、宿泊機関の提供する運送、宿泊その他の旅行に関するサービス(以下「旅行サービス」といいます)の提供を受けることができるように、手配を行うものであります。当社は自ら旅行サービスを提供することを引き受けるものではありません。 ご旅行条件につきましては下記によるほか、最終日程(別途お渡しする詳細日程)、当社の定める募集型企画旅行旅行約款または旅行業約款によります。</p> <p>1 旅行のお申し込み お申し込みの際には予約申込書に申込金5万円を添えてお申し込みいただきます。申込金は総経費をお支払いの際にその一部とし織り込まれます</p> <p>2 旅行代金のお支払い 旅行代金は1ヶ月前迄に金額をお支払いいただきます。</p> <p>3 旅行代金に含まれている経費</p> <ul style="list-style-type: none"> ●食事・機内食を除き朝8回、昼8回、夕8回 ●航空運賃(旅程表に明示されている航空会社便各区分のエコミークラス特別運賃) ●送迎バス料金(国外寄港地における空港とホテル間等) ●観光料金(旅程表に明示されているバス料金、現地日本語ガイド料金、入場料金等) ●ホテル料金(原則として2人部屋に2人の宿泊で、バス又はシャワー付を標準とします。但し、テント泊はその限りではありません)尚、一人部屋をご希望の場合は別途追加料金を申し受けます。(一人部屋使用料99,000円) ●各空港施設使用料 ●各国空港税 ●航空保険料/燃油サーチャージ ●国際旅客出国税 ●団体行動中の税金サービス料およびチップ ●アンナプルナ地域入域許可料、ムスタン入域許可料 ●添乗員費用(弊社添乗員が全行程同行するに必要な費用) <p>*上記の経費は、旅行者の都合により一部利用されない場合でも払戻はいたしません。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●旅行代金に含まれていない経費 ●渡航手続手数料※4,400円(希望者のみ) ●一人部屋追加料金69,000円 ●ネパール査証費4,000円 ●取得手数料1ヶ国※6,600円(希望者のみ) ●渡航手続諸費用(旅券印紙代、予防接種料金等) ●30kgを超える超過手荷物料金 ●2個以上の地上手荷物運搬料金およびゴルフバック等の特殊手荷物運搬料金 ●クリーニング代、電報、電話料金、飲食代、記念写真、その他個人的な諸費用とそれにかかる税金、サービス料およびチップ ●おみやげ品および持ち込み品にかかる関税等 ●お客様の傷害、疾病に関する医療費用、入院費および任意の海外旅行保険 尚、上記※印の代金には消費税10%が加算されております <p>5 取消料 お申し込みの後、お客様のご都合でご旅行を取消される場合には、次の取消料を申し受けます</p> <p>☆旅行開始日の30日前から3日前までに解除した場合旅行代金の20%</p> <p>☆旅行開始日の2日前から当日の連絡不参加旅行代金の50%</p> <p>☆旅行開始後の一部解除及び無連絡不参加の場合旅行代金の100%</p> <p>*当方の責任とならない各種ローンの取扱手続上及その他渡航手続上の事由により、旅行をお取消又は旅行内容を変更される場合は上記取消料金をいただきます。 *旅行代金が所定の期日までに入金がなく、当社がお申し込みをお断りした場合は上記取消料をいただきます。 *お取消時にすでに渡航手続開始又は終了している場合は、上記取消料のほかに渡航手続費をいただきます。</p> <p>6 旅行内容の変更</p> <p>●当社は、天災、地震、同盟罷業、戦乱その他の不可抗力の事由及交通機関等の状況、その他の事由により当該旅行の円滑な実施をはかるため、やむを得ない場合は、お客様の承諾を得て、日程変更</p>	<p>等旅行内容の全部又は一部を変更することがあります。</p> <p>●当該旅行の出発後、前項の旅行内容の変更の場合で、お客様の承諾を得られないときは、当社の判断により変更させていただきます。</p> <p>7 お客様に対する責任及免責事項 当社は旅行契約の履行に当たって、直接当社の故意又は過失によりお客様に損害を与えた場合はそのお客様が直接受けた損害を賠償する責めに任じます。但し、お客様ご自身及身回り品に対して被られた損害損失が次の事由による場合、責任を負いません。天災、地震、戦乱、同盟罷業、海陸空における不慮の災難、交通事故、ハイジャック、盗難、詐欺、流行病、隔離、税関規制その他やむを得ない事由、自由行動中のお客様が被られた損害</p> <p>8 お客様の責任 お客様の故意もしくは過失、法令もしくは公序良俗に反する行為又はお客様が当社の旅行業約款の規定を守らないことにより当社が損害を受けた場合は、当社はそのお客様から損害の賠償を申し受けます。</p> <p>9 その他 ☆当社はいかなる場合においても、再旅行の実施は行いません。 ☆旅行者が所定の時刻に間に合わず搭乗、乗船、乗車できなかった場合は、旅行契約の解除をさせていただきます。 ☆旅行代金は旅程表記載の国際線航空便の特別エコノミー運賃を基準としています。お客様の都合等第三者的事由により表記以外の航空会社への変更には追加料金が必要となります。 ☆ご旅行条件は、2019年11月11日を基準としておりますので、航空運賃および各種交通機関など運賃改訂並びに為替相場その他の事由により変更される場合があります。 ☆参加人員がインプレットに明示した最少限の参加人員に達しなかった場合は旅行を取り止めることがあります。但しその場合は出発日の21日前までにご連絡申し上げます。その他旅行条件に関しましては、当社旅行業約款、確定日程表に記載されている旅行条件によります。</p> <p>☆インプレット作成日:2019年12月25日</p>
--	--	---

<p>旅行企画・実施</p> <p>観光庁長官登録旅行業第961号 日本旅行業協会正会員</p> <p>エアワールド株式会社</p> <p>〒540-0026 大阪市中央区内本町2-2-14-207</p>	<p>企画・販売</p> <p>東京都知事登録旅行業者代理業第11273号</p> <p>株式会社パッションフロンティア</p> <p>〒162-0808 東京都新宿区天神町63 ヴェラハイツ神楽坂202 TEL/FAX 03(6280)7742 E-MAIL info@passionfrontier.co.jp https://passionfrontier.co.jp/ 総合旅行業務取扱管理者/大塚辰徳 担当/大塚丸川</p>
---	---

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引責任者です。この旅行の契約に関し、担当者からの説明にご不明な点がございましたら、ご遠慮なく上記総合旅行業務取扱管理者にご質問下さい。

第36回 特別企画 ネパールの旅 10日間 成田・関西発着 添乗員同行

”旧ムスタン王国”への旅 洞窟修行と倍音声明

2020年9月19日(土)~9月28日(月)

旅行代金：548,000円



企 画：成瀬ヨーガグループ
旅行企画・実施：エアワールド(株)
後 援：倍音声明協会

ごあいさつ

私がヨーガ指導を始めた43年前当時、幻の桃源郷として「ローマンタン」という名前を耳にしていた。鎖国のため入域できなかったその桃源郷の地に外国人の入域が許可されることになり2度(2014年・2015年)訪問しました。

そこで私が見つけたのが、おそらく3000年前の修行者が瞑想していたと思われる洞窟でした。観光ルートから外れたその洞窟での瞑想で、私は一気に3000年前のヨーガ瞑想の世界にタイムトリップしました。

前回訪問時に「アーカーシャ・ギリ(私)が瞑想に使用するのであれば、洞窟への立ち入りを特別に許可をします」というお墨付きを貰っています。

今回のツアーでは、その洞窟でヨーガ草創期の純粋な瞑想体験をしていただけるよう指導する予定です。



成瀬 雅春

◆日程表◆

月日	都市名	交通機関	時間	日 程	食事
2020年 9月19日 (土)	成田空港発 シンガポール着	SQ637	11:10 17:20	成田発シンガポール航空にてシンガポールへ 着後、乗り継ぎ手続き	朝)× 昼)機 夕)機
	関西空港発 シンガポール着 シンガポール発 カトマンズ着	SQ619 MI414	10:55 16:40 18:30 21:05	関西発シンガポール航空にてシンガポールへ 着後、乗り継ぎ手続き シルクエアーにてカトマンズへ 着後、専用バスにてホテルへ、 <カトマンズ泊>	
9月20日 (日)	カトマンズ ポカラ	専用バス	午前 午後	カトマンズ市内見学【ボダナート】 専用バスにてポカラへ(所要7時間) <ポカラ泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月21日 (月)	ポカラ 発 ジョムソン着 (2,800m)	専用バス 航空機 徒歩	早朝	専用バスにて空港へ 国内線にてジョムソンへ 着後、徒歩にてゲストハウスへ その後、フリータイムと近隣を散策 <ジョムソン泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月22日 (火)	ジョムソン チャラン (3,510m) ローマンタン (3,840m)	専用車	終日	専用車に分乗し、ムスタンの最深部ローマンタンへ(所要約12時間) 途中、チャラン・グンバ(僧院)を見学 グンバの背後に広がる壮大な風景をお楽しみ下さい <ローマンタン泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月23日 (水)	ローマンタン 洞窟	徒歩	終日	徒歩にてかつてのアーカーシャギリ・ムスタンアーシュラム、洞窟修行の場へ 瞑想研修、倍音声明研修など <洞窟/テント泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月24日 (木)	洞窟 ローマンタン チャーザー洞窟 ローマンタン	徒歩 専用車	午前 午後	かつてのアーカーシャギリ・ムスタンアーシュラム、洞窟修行の場にて 瞑想研修、倍音声明研修など その後、徒歩にてローマンタンへ戻ります 専用車にてチャーザー洞窟へ 瞑想研修、倍音声明研修など その後、ローマンタンへ戻ります <ローマンタン泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月25日 (金)	ローマンタン ジョムソン	専用車	終日	専用車にてジョムソンへ(所要約10時間) <ジョムソン泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月26日 (土)	ジョムソン 発 ポカラ	徒歩 航空機 専用車	朝 午前	徒歩にて空港へ 国内線にてポカラへ 着後、専用車にてホテルへ <ポカラ泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月27日 (日)	ポカラ カトマンズ発	専用バス	終日	専用バスにてカトマンズへ(約7時間) <機中泊>	朝)○ 昼)○ 夕)○
9月28日 (月)	シンガポール着		05:05	着後、乗り継ぎ手続き	朝)機 昼)機 夕)×
	シンガポール発 成田空港着 シンガポール発 関西空港着	SQ012 SQ620	09:25 17:30 08:30 16:10	シンガポール航空にて帰国の途へ 成田着、入国通関手続後、解散 関西着、入国通関手続後、解散	

※上記日程は現地交通事情等により変更となる場合がございます。

時間帯のめやす	早朝/04:01~06:00	朝/06:01~08:00	午前/08:01~11:00	昼/11:01~13:00
	午後/13:01~16:00	夕刻/16:01~19:00	夜/19:01~23:00	深夜/23:01~04:00

【利用予定ホテル】カトマンズ/ホテルマナスル、ポカラ/ムーンライトリゾート、ジョムソン/ヒマラヤンホテル、ローマンタン/ローマンタンゲストハウス
洞窟/テント または同等クラス

参加要項

旅行期間:2020年9月19日(土)
~9月28日(月) 10日間

旅行代金:548,000円

募集人員:20名様(最少催行人員15名様)

申込方法:添付の申込書にご記入の上、申込金50,000円を添えて下記へお申込み下さい。

申込書はファクシミリでも承ります。

申込金については下記口座もしくは現金書留にてお支払い下さい。

<申込先> 株式会社パッションフロンティア

★〒162-0808 東京都新宿区天神町63
ヴェラハイツ神楽坂202

TEL/FAX 03(6280)7742

担当:大塚/丸川

<振込口座>★三井住友銀行 町田山崎出張所

普通預金:3749006

口座名:カ)パッションフロンティア

◆訪問地のご案内

ネパールと中国チベット自治区の国境地域に位置する旧ムスタン王国は、1991年10月に解禁されるまで鎖国政策を行っていたためチベットの伝統や文化が原型のまま残され「禁断の王国」と呼ばれていました。古き良きチベットが現存するムスタンは、14世紀に独立した王国として建国され、18世紀にネパール領自治王国としてネパールの一部に併呑。

そして、現在は2008年10月にネパール政府が藩王制を廃止したことにより、ネパールの一地方となっています。

今も本当のチベット文化が息づく地域として、多くの旅人を魅了し続けています。

今回のツアーでは、成瀬雅春師の修行道場を訪れ、成瀬雅春師の指導のもと、倍音声明や瞑想などを体験していただきます。

ネパール豆知識

気 候: 雨季に当たり1日に1回はスコール性の雨が降ります。ジョムソンからローマンタンは高所ですので、昼夜の寒暖の差が非常に大きくなります。日中は長袖シャツ程度で過ごせますが、曇天の日や朝晩は冷え込みますのでセーターやジャンパーなどの防寒具が必要です。靴は防水の利いたトレッキングシューズや登山靴をお持ちください。カトマンズやポカラでは蒸し暑く、夏服が基本となります。

時 差: 日本より3時間15分遅れ
(日本が正午の時、インドは午前8時45分)

通 貨: ルピー(1ルピーは約1円)

電 圧: 220ボルト 50ヘルツ
日本用の電化製品をお使いになるには変圧器とインド用プラグが必要となります。

飲料水: 水道水は飲まないように。
現地ミネラルウォーターをご購入ください。

旅行説明会のご案内

旅行説明会を下記の要領で実施いたしますので、ぜひご参加ください。

2020年7月25日(土) 午後5時15分から

場所:成瀬ヨーガグループ(東京都品川区東五反田2-4-5 藤ビル5階)

電話:03-5789-4184 費用:無料

申込〆切:2020年8月3日(月)

一人部屋追加料金:69,000円

残金:ご出発1ヶ月前までにお振込下さい。

その他:旅行代金の他に下記費用が必要です。

①渡航手続手数料4,400円 ※希望者のみ

②ネパール査証実費4,000円

および取得手数料6,600円 ※希望者のみ

利用航空会社:国際線/シンガポール航空・シルクエアー(エコミークラス)

食事回数:機内食を除き、朝食8回、昼食8回、夕食8回付き

添乗員:成田空港より同行いたします。

旅券&査証:この度のご旅行にはネパールの査証が必要なため、2021年3月末日までの有効な旅券が必要です。

◆高山病に関して

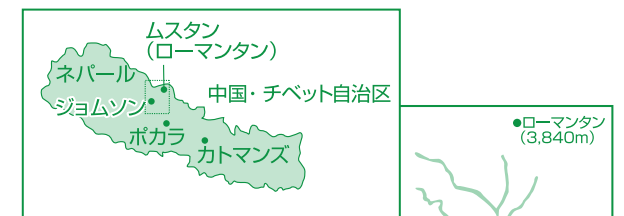
平均標高3,000mを超える今回の旅行では、高山病の対策が欠かせません。

標高3,500mでは酸素濃度、気圧は平地の約3分の2。急激な環境の変化に体の変調をきたすのはある意味当然のことです。この変調の意味を正しく理解し、きちんとした順応行動をとれば高山病はそれほど恐ろしいものではありません。しかし、時には死に至ることもあり、決して甘く見てはいけません。

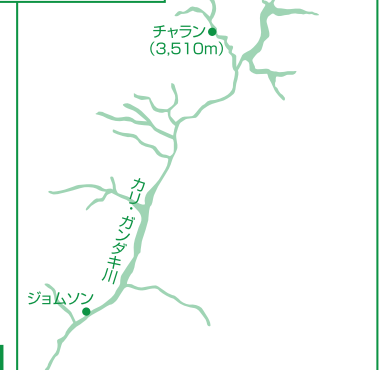
高山病に特効薬はありません。下記のような地道な順応行動のみが順応を促します。

- ①足りない酸素を補うために深呼吸の徹底
- ②十分な水分の摂取(1日3~4リットル)
- ③適度な運動(散歩程度)と保温。昼寝、暴飲暴食、飲酒、喫煙、激しい運動は厳禁。
- ④呼吸を促す薬(ダイアモックス)、器具(ブリーズライト)の適切な使用

何よりも大切なのは「高所にいるのだ」という意識。過信、過度の緊張に陥らない安定した精神状態が必要です。



【ネパール全図】



【拡大図】