

ご参加に際して(必ずお読み下さい)

アトラストレックが実施するライトエクスペディションツアー - はヒマラヤ、カラコルム、中国、中東、ロシア、中南米等の国々の4千~6千m級の峰を登山ガイドやインストラクター - と共に登るツアー - です。個人では実施が大変な海外の高峰登山を、当社が企画して一般の登山者を対象に公募する登山隊とお考え下さい。このツアー - で対象とする山々は、雪稜や雪壁等を積極的に登山用具を用いて登る比較的難易度の高い山となります。キリマンジャロ等で高高度を経験されていても、登山技術の伴っていない方にはご参加はお勧めできません。どのコースも登山者としての十分な体力と、登山技術(装備の知識、ロープワーク、雪上歩行技術、コースによってはテントでの生活技術等)が必要となります。また、参加される方は登山隊員としての自覚をお持ちいただき、他の隊員の方々ともお互いに協力して行動していただくことがご参加の絶対の条件となります。

このシリーズで取り扱っている山々の自然環境(高度、スケール、気象条件等)は、日本国内の山々に比べはるかに過酷です。登山技術や気象条件等から考えると、日本の冬山登山を何回か経験してから、あるいは高度やスケール等から考えると、海外の登山技術を用いない高峰登山を経験されてからこのツアー - にご参加されることをお勧めします。いずれにしても、ご参加される皆様は、このシリーズは一般のトレッキングツアー - や登頂ツアー - に比べ、はるかに危険とリスクを伴っているツアー - であることを充分にご理解下さい。また、食事内容、宿泊設備、参加者自身の役割分担等もそれぞれの要項で充分にご確認下さい。

1. 技術的な難易度

それぞれのコースには、ツアー - 参加に必要な登山技術の目安として、日本国内の山岳コースを例示してあります。この目安はあくまでもガイドを同行せずに、皆様ご自身の技術で登山可能なコースを意味しています。またツアー - 中に例示コースと同等な難易度が現れるとは限りません。例示した国内の山岳コースを登るために必要な総合的な技術が、酸素が希薄な高所で要求されるものとお考え下さい。各コースに共通して必要な登山技術はアイゼンを使用した雪上歩行技術です。簡単に思われるかもしれませんが、どんな雪質でもどんな斜面でも、確実に登下りできるだけの歩行技術を身につけていただくよう日頃から心がけて下さい。また、身の安全をすべて登山ガイドに頼るのではなく、最低限の自己確保技術程度は身につけてからご参加下さい。

2. 体力の目安

体力の目安としては適当な表現の仕方が見当たりませんが、一般の方々を対象とするのではなく、登山者としての体力を基本としています。目標とする山の標高、ルート状況、荷物の重量や歩行時間によっては皆様の想像以上に体力を消耗します。登山中の歩行スピードは、安全に登頂し下山するまでのペース配分を最優先に考えられています。よく、日本の山を登山されている感覚で、ゆっくり登れば必ず頂上に立てるとお考えの方がいらっしゃいます。高峰登山の場合、長時間の高所滞在は危険(高山病や体力の消耗、天候やルート状況の変化等)を意味することをご理解いただき、ガイドの歩行スピードにはできるだけついて行くように心がけて下さい。それぞれのコース説明の中におおよそのコースタイムが明示されています。通常は明示されているコースタイムの中で登山が可能ですが、余裕を持った登山をされるためには日頃から体カトレーニングを心がけることをお勧めします。

3. 高度の影響

高度の影響は人それぞれです。高度順応のために最低限必要な日程を組み、コースによっては携帯用加圧バックや酸素を用意していますが、大半のコースが標高4km以上、場合によっては標高5km以上での宿泊を含みますので、高度の影響は顕著に現れるものとお考え下さい。頭痛やセキ、倦怠感等高山病の症状が現れることが十分に予想されます。標高の高い山であるほどその影響は顕著なのは当然ですが、標高が低くとも頂上アタックの標高差が大きい場合も同様です。高度への順化能力には個人差があります。フルマラソンを走れる体力があっても、高度順応が遅れ登頂できない場合もあれば、逆に日頃からほとんどトレーニングなどされなくとも高度の影響をあまり受けずに登頂できる場合もあります。一般的な健康診断や体力測定では高度への順化能力は判断できないのが実状です。

4. 参加者の役割分担

上部キャンプや山小屋への個人装備の荷揚げ、荷下げは原則的には皆様自身で行っていただきます。また、コースによっては上部キャンプや山小屋への荷揚げにポータ - 等が手配できない場合があります。その場合には、個人装備以外にもテント、炊事用具、燃料、登攀用具等の共同装備、食料等を皆様に分担して荷上げ、荷下げをしていただきます。その場合の重さの目安はそれぞれのコースに明示してあります。また、高所キャンプの設営は参加者全員で行っていただきます。

5. 登山ガイド、登山インストラクター

一部のコースを除き、専門の現地人登山ガイドまたは登山インストラクター - と、日本からツアー - リーダー - が同行します。登山ガイド、登山インストラクター - の役割は、皆様の安全を確保し、登山のルート案内を行うことです。実際に登山されるのは登山者自身です。ガイドはそのお手伝いすぎません。また、登山者の体に不調があったり、登山技術が不十分だったり、装備に不備があったりする場合は、登山者を無理に頂上へガイドすることは絶対にしません。登山ガイド、登山インストラクター - は皆様の安全を最大限考慮しながらガイド活動を行います。天候、ルートの状況等によっては、やむを得ず登山活動の中止を決定する場合があります。その場合、必ずガイドの指示には従って下さい。現地人登山ガイドまたは登山インストラクター - は原則的には日本語を解せず、英語または英語通訳を伴っての会話となりますが、登山前の打合せはツアー - リーダー - が皆様と一緒にいきます。同行するツアー - リーダー - は登山ガイド資格を持つ者か、登山に熟知した者です。

このシリーズの一部の地域では、ヨーロッパ・アルプスやニュージーランド・アルプスのように国際的な技術水準を持つ登山ガイドが手配できない地域があります。その場合には、日本から専門の登山ガイドが1名同行します。この場合、登山ガイドはツアー - リーダー - の仕

事も兼任します。

また、エルブル - ス、コトパクシ、チンボラソの場合は頂上アタックに際して個人ガイド(登山者1名にガイド1名)を手配する事も可能です。個人ガイドを希望される場合は日本にてお申込み下さい。

6. パーティー編成

登山活動中は原則として参加者全員を1パーティとして同一行動をとります。但し、登山ガイド(又はインストラクター)とロ - プを結び合う箇所では、ガイドと登山者がそれぞれ明示されている比率で1パーティを編成していただきます。各コース概要には登山者と登山ガイド(又はインストラクター)の比率を明示しています。この比率には、日本から同行するツアー - リ - ダ - もガイドとして含まれています。できる限り各パーティが同一行動をとるようにしますが、登山中にパーティの中の1名が不調のため遅れたり、下山する場合は登山ガイド(又はインストラクター)が必ずその登山者に同行しますので、全体のパーティ編成が変更される場合があります。

7. 登山中止について

以下の状況で登山活動を中止する場合があります。

悪天候で登山ができない場合

アタック開始前に登山が中止された場合は、登山予備日の範囲内で登山活動を継続します。アタック開始以後に登山が中止された場合は、状況に応じて登山予備日の範囲内で登山活動を継続する場合があります。

ルート状況により登山ができない場合

既にアタックを開始してから中止に関しては、登山は実施されたものとします。また、出発前に予想される場合は可能な限り登山ルートの変更、又は他の山の登山に振り替えさせていただくことがあります。

交通期間、宿泊施設に支障があった場合

登山予備日を使用して、可能な限りアタック態勢を整えるよう努力をしますが、不可能な場合は登山ルートの変更、または他の山の登山に振り替えさせていただくことがあります。

登山者の身体的事由、技術が不十分、登山装備に支障があった場合

安全に登山を継続できないと判断した段階で中止または途中下山します。その場合、全体のパーティ編成が変更されることがあります。

登山者の登高スピードが遅すぎる場合

余裕をもって登山を終了するには不十分と判断した段階で下山します。その場合、全体のパーティ編成が変更されることがあります。

8. 登山装備、登山中の服装

各コースの要項には参加者が個人で持参しなければならない登山装備が添付されています。また、登山中の服装に関しては、明示されている予想最低気温や風力等を考慮して参加者それぞれが工夫して下さい。現地での装備、服装のレンタルは不可能と考えて下さい。登山装備、登山中の服装に関して詳しくお知りになりたい方はお電話にてお問い合わせ下さい。

9. 登山中の食事

ホテル、ロッジ等に滞在中はホテル又はレストランでの現地食となります。トレック中、ベ - スキャンプ又は山小屋では、現地コックが現地の材料を使って食事を作ります。日本食もある程度は用意いたしますが、基本的には現地食中心とお考え下さい。昼食は、ビスケットやドライフル - ツ等のバックランチが主体となります。

高所キャンプでの食事は、原則的には参加者自身による自炊となります。日本食を主体とした材料を弊社で用意致します。昼食は現地で用意したバックランチです。スト - ブや炊事用具等の使用方法、食事の作り方はツアー - リ - ダ - がアドバイスします。嗜好品に関しては参加者各自でご用意下さい。

10. 緊急時の対策

このシリ - ズで訪れる地域は、ほとんどが一般的には秘境、辺境といわれる地域です。ツアー - リ - ダ - や現地スタッフは無線機等で連絡方法は確保していますが、ヨ - ロッパ・アルプス等に比べ、必ずしも迅速な救助体制が確立されているとは限りません。ご参加される皆様はその点を充分ご理解の上、くれぐれも無理のない行動、安全な登山を心がけて下さい。また、(ライトエクスペディションツアー)にご参加される皆様は、弊社登山保険(東京海上日動火災)にご加入いただくことが、ツアー - 参加条件となっておりますのでご注意下さい。

11. 登山教室へのお誘い

ライトエクスペディションツアー - をご希望の皆様には弊社が指定する各講習会にご参加頂き、登山の基本的な技術、装備の確認などしていただくことをお勧めします。詳しくは国内講習会パンフレット(アトラストレック登山教室)をご覧ください。