

インドの中のチベット 秘境スピティーバレー撮影ワークショップ

DISCOVER SPITI VALLEY IN NORTH INDIA

Date	ワークショップ概要					
2-Oct	午前5時までにデリー市内の指定ホテルのロビーに集合し出発します。					
	<p>ニューデリー駅 05時50分発VANDE BHARAT EX (22447)号でチャンディーガルに向かいます。08時38分にチャンディーガル到着 この列車は、インド国鉄の誇る高速鉄道車両で最高時速160kmで都市間を結びます。 チャンディーガル駅にて専用車に乗り換え、今日の宿泊先ナーカンダ(Narkanda)へ向かいます。 此处で、今回のワークショップの現地コーディネーターで写真家兼講師のSaurabh氏と合流します。</p>					
Day 1	<p>Kalkaを過ぎると山岳列車と並走して高度を上げていきます。 この山岳列車は、嘗て英国植民地時代の保養地だったShimlaまで高度差1,500mを5時間かけて結んでいます。 植民地時代に建造された山岳鉄道は、世界遺産に登録されており、車窓からその姿を見る事ができるかもしれません。</p>					
	<p>ビトナを過ぎるとヒマーチャル・プラデーシュ州に入ります。そこから背の高い松の木に覆われた道路が続く。シムラを通り過ぎると景色の良い場所で小休止をしよう。 ここはとても静かな場所で、シムラの街を眺めることができる私のお気に入りの場所だ。このホテルの食事は地元の無農薬で作られた料理でとても美味しい。明日の長旅に備えて早めに就寝する。</p> <p style="text-align: right;">Saurabh氏の回想録より抜粋(原文英語)</p>					
移動詳細 Traveling descriptions						
場所 (place)		標高 (elevation)		距離 (distance)		時間 (Travel time) by
デリー (Delhi)		200m		240km	240km	2hours38
チャンディーガル (Chandigarh)		350m		108km		VANDE BHARAT EX DEP 05:58 ARR08:38
シムラ (Shimla)		2,270m		60km	168km	6hours
ナーカンダ (Narkanda)		2,700m				専用車 CAR
お食事 & ホテル						
朝食 🍴 昼食 🍴 夕食 🍴 【宿泊先 The Wonderland Cottage】						
※この日は朝が早い為、ナン、バナナ、クッキー、チャイ等の軽食で済ませて頂きます						

Date	ワークショップ概要					
3-Oct	この日はカルパまで移動となります。山岳道路が続く、高度はアップダウンしながら少しずつ上がっていきます。標高は概ね3,000m程度。この標高で高山病になる人は殆どいません。特に、昨日は1日かけてゆっくりと高度を上げてきており、2700mで宿泊しています。然しながら、無理な運動などは禁物です。意識的に水分を接種するように心がけて下さい。トイレ休憩は何度でもしますので、遠慮なくお声をかけて下さい。この日は、一旦標高1,000mのRampurに下ります。その後標高3000mのKalpaに向けて高度を上げていくため、高度順応には更に効果的です。					
	<p>この日はカルパまでひたすら走る。 途中リンゴを満載したトラックと何台もすれ違う。周囲には多くのリンゴ園があるので、私達も旅のためにリンゴを買う事にしよう。昼すぎには美しいキンアウル峡谷に入る。周辺は松の木が鬱蒼とし、車窓の景色は刻々と変化していく。</p>					
Day 2	<p>近年、この道は格段に整備されてきた。今夜の宿泊地、カルパに着く頃には太陽は峡谷の向うに沈み暗くなっているだろう。長いドライブに体は疲れているが、熱いチャイを飲んで天体撮影に行かなくては。 この時期は、大抵は雲が無く晴天に恵まれている。急峻なヒマラヤと前景を探し天の川の撮影を試みる。 私は10年以上、この場所に通っている。幾つかの最適な撮影ポイントで三脚を立てる。約1時間ほどの撮影を行い、ホテルで温かい夕食をとる。 既に高度は高くなっているため、無理はせずできるだけ水分をとること。 早めにベッドに入り、明日の為に十分な睡眠をとらなければ</p> <p style="text-align: right;">Saurabh氏の回想録より抜粋(原文英語)</p>					
	移動詳細 Traveling descriptions					
場所 (place)		標高 (elevation)		距離 (distance)		時間 (Travel time) by
ナーカンダ (Narkanda)		2,700m		65km		
ランプル (Rampur Bushahr)		1,020m		104km	169km	5.5Hours
カルパ (Kalpa)		2,960m				専用車 CAR
朝食 🍴 昼食 🍴 夕食 🍴 【宿泊先 Rakpa Regency】						
※昼食は途中の村でチベット風料理もしくはカレー等						

Date	ワークショップ概要					
4-Oct	<p>この日はカルパからタボまで約185kmの道程を行います。暫くはサトレジ川沿いに進みます。この一帯は、中国チベット自治区との国境に隣接しています。70km程サトレジ川と並走すると、北からのスピティー川と混じります。Khab Sangam Bridgeを渡るといよいよ秘境スピティー峡谷に入ります。</p> <p>スピティー峡谷に入ると標高は一気にあがっていきます。この一帯から、概ね3,000mを超える高地の世界へと入ります。途中ナコ村のナコ湖とナコゴンパ(修道院)に立ち寄ります。更に峡谷を遡り、今日の目的地Taboへと進みます。</p> <p>できれば早朝4時に起きてホテルから夜明け前の風景を撮影したい。前夜にカメラを三脚に乗せてタイムラプスを撮影してもよい。朝食前に身支度を済ませてから出発だ。</p> <p>この日も素晴らしい風景を車窓から楽しむ事ができるので、何度か立ち止まり撮影を試みる。この道は、嘗て世界で最も危険な道のひとつとしてナショナルジオグラフィックに紹介された事がある。然しながら、近年は急速に道路が整備され随分と整備されてきた</p> <p>午後には、ナコ村に到着したい。この村はスピティーで最も美しい村のひとつ。モレーン石で積まれた古い家々が建ち、何世紀も昔にタイムスリップしたようだ。村には素晴らしい被写体が溢れている。暫し、この村で撮影をしチベット風の昼食をとる。モモとトウパで体を温める。その後、再びスピティー川沿いに進み、夕方までに今夜の宿泊地タボへと向かう。村の中心には1000年以上の歴史のあるタボゴンパがある。タボゴンパの近くに泊まり、僧院やヒマラヤを背景にして今夜も天体撮影を試みる。撮影のための被写体には困る事が無い。</p>					
	Saurabh氏の回想録より抜粋(原文英語)					
Day 3	移動詳細 Traveling descriptions					
	場所 (place)	標高 (elevation)	距離 (distance)		時間 (Travel time) by	
	カルパ (Kalpa)	2,960m	85km	185km	5hours	専用車 CAR
	カブ (Khab)	2,570m	35km			
	ナコ (Nako)	3,650m	65km			
	タボ (Tabo)	3,300m				
朝食 🍴 昼食 🍴 夕食 🍴 【宿泊先 Maitraya Regency】						
※昼食は途中の村でチベット風料理もしくはカレー等						

Date	ワークショップ概要					
5-Oct	<p>この日は、いよいよ目的地のKazaへのドライブです。Kzaまでの直線移動距離はそれほどではありませんが、途中505号線から外れてダンカールゴンパとマッド村を訪れます。標高はますます上がり、荒涼としたチベット高原特有の雄大な景色が続きます。ここまで4日かけて標高をあげてきたので、高度順応は十分かと思いますが、水分の補給は怠らずに勤めて下さい。</p> <p>タボを出発し、この日の最初の目的地であるダンカールゴンパを目指そう。</p> <p>505号線から右折して僧院のある高台まで。此処は非常に見晴らしが良い古い僧院だ。残念ながら院内の撮影は禁止されている。暫し、僧侶たちと話をしたり、熱いチャイを飲み休憩する。</p> <p>此処での雰囲気を楽しみ、素晴らしい風景を写真に収めたら、再び505号線に戻ってカザ方面に進む。暫く進むとピン峡谷国立公園の入り口に到着する。</p> <p>505号線から今度は左折しAttargo Bridgeを渡り、スピティー峡谷の反対側へ。ここからピン川沿いを進み、ピン峡谷のMud村に進路を変える。</p> <p>Mud村はピン峡谷最後の村で、ピン. パールバディー峠へのトレッキング出発点だ。周辺の景色は素晴らしく、山々は色とりどりで本当に風光明媚だ。村のチベタンの子供達は素朴で愛らしい。暫く此処で撮影をするが、あまり長居もできない。この旅の目的地のKazaまでは未だもう少しある。</p> <p>再び505号線に戻り、スピティー峡谷沿いに走ればKazaはまもなくだ。長旅に疲労が溜まってきたが、今夜も天体撮影を逃すわけにはいかない。然しながら、ありがたい事に何処に行く事も無く、このホテルからはテラスから絶景を撮影する事ができる。この素晴らしい場所をベースに、3泊する。スピティー峡谷の最深部Kazaにいる幸せを噛みしめながら眠りに着こう。</p>					
	Saurabh氏の回想録より抜粋(原文英語)					
Day 4	移動詳細 Traveling descriptions					
	場所 (place)	標高 (elevation)	距離 (distance)		時間 (Travel time) by	
	タボ (Tabo)	3,300m	130km	8hours	専用車 CAR	
	ダンカールゴンパ (Dhankar Gompa)	3,900m				
	マッド (Mud village)	3,850m				
	カザ (Kaza)	3,650m				
お食事 & ホテル						
朝食 🍴 昼食 🍴 夕食 🍴 【宿泊先 Spiti Valley Hotel】						
※昼食は途中の村でチベット風料理もしくはカレー等						

Date	ワークショップ概要			
6-Oct	<p>この日を入れて3日間、Kazaを起点に周囲を探索していきます。Kazaはスピティー峡谷の最深部で、秘境中の秘境。然しながら、スピティー峡谷観光の中心でもあり、小さいながらもレストランやスーパーマーケットもあり、インド内外から訪れる旅行者で賑わっています。</p> <p>周囲はヒマラヤの荒涼とした峡谷に囲まれ、世界でも最も美しい場所のひとつです。</p> <p>今回のワークショップの最大の目的地でもあり、断崖に建つキーゴンパの撮影はこの町を起点にします。</p>			
	<p>長い旅の末にようやくKazaに着いた。朝はのんびりと過ごす。同じようなホテルの朝食に飽きたので、サモサを食べに市場に行こう。ついでに、賑わっている市場の様子を撮影するのにカメラを忘れずに。</p> <p>チャイとサモサでお腹を満たし、市場やホテルの周囲をゆっくりと散歩しながら路上撮影を楽しむ。</p> <p>今日のアクティビティは慌てずに昼食後で良い。</p> <p>先ずは車でキーゴンパへ。残念ながら僧院の内部は撮影禁止だ。</p> <p>此処での撮影は、ゴンパに住む若い僧侶達だ。彼らはいつもやんちゃで遊びすぎだ。</p> <p>その後、キッパル村を訪れる。この村は電気の通じている村の中で世界でも最も標高が高い。標高は4200mちかい。人間が通常生活する上で必要な酸素が得られる限界地点だ。</p> <p>此処にはユキヒョウを撮影するための探検家や写真家に人気の場所だ。</p> <p>キーゴンパの天体撮影の時間に合わせて、此処で暫く時間を過ごそう。風が強くて凍てつくが、もし天気が良ければこの旅で最もエキサイティングな一枚を撮る事ができる可能性が高い。</p> <p>運が良ければ、野生のアイベックスの群れに遭遇するかもしれない。21時までにはすべての撮影を終えてホテルに戻ろう。</p> <p>温かい食事を楽しんで明日の撮影に備えよう。</p>			
Day 5	Saurabh氏の回想録より抜粋(原文英語)			
移動詳細 Traveling descriptions				
場所 (place)		標高 (elevation)	距離 (distance)	時間 (Travel time) by
カザ(Kaza)		3,300m	15km	8hours 専用車 CAR
キーゴンパ(Key Gompa)		3,900m	10km	
キッパル村(Kibber Village)		4,150m	20km	
カザ(Kaza)		3,650m		
お食事&ホテル				
朝食 🍴		昼食 🍴	夕食 🍴	【宿泊先 Spiti Valley Hotel】
※昼食は途中の村でチベット風料理もしくはカレー等				

Date	ワークショップ概要			
7-Oct	<p>この日もKazaを起点として周囲を散策します。今日は殆どが標高4,000mを超える高地を巡ります。</p> <p>荒涼としたヒマラヤの風景写真、僧院の子供達、ヤクやヒマラヤンマーモットの動物等々、被写体に困る事はありません。</p> <p>今日も高山病に配慮しながら、水分補給を忘れず、意識的に2リットル以上を採るように心がけて下さい。</p> <p>強い日差しと乾燥した空気に日焼けクリームを何度も塗りましょう。</p> <p>又、世界最高地点の郵便局を訪れるので、此処から家族や友人にポストカードを送ってみては？</p>			
	<p>今日もそれほど急ぐ予定は無い。ゆっくりと起きて目が覚めたら市場に行き、サモサとジャレビを食べに行こう。</p> <p>この日も、午前中は村の中でチャイを飲んだり、道行く人を眺めながら路上写真を撮って過ごす。</p> <p>高地では無理をせずに過ごすのが重要だ。</p> <p>昼食後はヒッキムに向かう。此処は世界最高地点の郵便局がある。親しい友人や家族に送る絵葉書を持っていくのを忘れずに。大切な人に感謝の気持ちを伝える絶好の機会だ。</p> <p>ポストカードを持参して、此処で切手を貼って投函すればよい。</p> <p>私は、毎年此処から友人たちのために送るカードを投函するため、自分の写真を持参している。</p> <p>そして、周囲で村人や風景写真を撮る。その後、コミクゴンパ(標高4588m)へと向かう。</p> <p>風が強くて寒さは厳しいが、此処からの天体撮影は素晴らしい。9時までにはKazaに戻って夕食をとろう。</p>			
Day 6	Saurabh氏の回想録より抜粋(原文英語)			
移動詳細 Traveling descriptions				
場所 (place)		標高 (elevation)	距離 (distance)	時間 (Travel time) by
カザ(Kaza)		3,300m	20km	8hours 専用車 CAR
ランサ(Langza)		4,420m	30km	
コミク(Komic)		4,550m	5km	
ヒッキム(Hikkim)		4,400m	16km	
カザ(Kaza)		3,650m		
お食事&ホテル				
朝食 🍴		昼食 🍴	夕食 🍴	【宿泊先 Spiti Valley Hotel】
※昼食は途中の村でチベット風料理もしくはカレー等				

Date	ワークショップ概要			
8-Oct	<p>この日はKazaを発ってRumpurへと下ります。 長い道のりとなるので、朝食を済ませたら出発します。 往路と同じ道をそのまま通って山を下ります。Rumpurまでは約7-8時間の長いドライブです。 夕方には到着すると思いますが、時間があればPadam Palaceを訪問してもよいかもしれません。 1919年に建造されたバダム宮殿は、印英折衷の美しい建物です。</p>			
DAY 7	移動詳細 Traveling descriptions			
	場所 (place)	標高 (elevation)	距離 (distance)	時間 (Travel time) by
	カザ(Kaza)	3,300m	294km	7.5hours 専用車 CAR
ランブル (Rampur Bushahr)	980m			

お食事&ホテル	
朝食 🍴 昼食 🍴 夕食 🍴	【宿泊先 Nau Nabh Heritage Hotel】 ※昼食は途中の村でチベット風料理もしくはカレー等

Date	ワークショップ概要			
9-Oct	<p>今日はシムラ(Shimla)までの移動となります。 朝食後出発すれば、昼過ぎには到着します。 現在のヒマーチャル・プラデーシュ州の州都。かつてはネパール王国の一部でした。イギリス統治時代には、標高2,000mほどの高地にあるため「夏の首都」として発展しました。丘陵地にカラフルな家が立ち並ぶ景観は、まるでおもちゃ箱のような街並みです。 この町はこれまで通って来たような小さな村とは異なり、多くの旅行者が訪れる町です。 様々なレストランがあるので、この日の夕食は私達で探しましょう。 勿論、ビールやワインもあります。標高も低くなり高山病の心配も無いので、最後の夜をビールで乾杯する事もできます。</p>			
Day 8	移動詳細 Traveling descriptions			
	場所 (place)	標高 (elevation)	距離 (distance)	時間 (Travel time) by
	ランブル (Rampur Bushahr)	990m	125km	4hours 専用車 CAR
シムラ(Shimla)	2,270m			

お食事&ホテル	
朝食 🍴 昼食 🍴 夕食	【宿泊先 未定★★★程度】 ※昼食は途中の村でチベット風料理もしくはカレー等

Date	ワークショップ概要			
10-Oct	<p>今日は最後の日となります。 朝食後、少し美しいシムラの街を各自自由に探索してください。 その後09:30にはホテルを出発してシムラ鉄道駅に向かいます。 10:55発の世界遺産のトイトレインに乗り、カルカまで5時間40分の列車の旅をお楽しみ下さい。 カルカ到着後、17:45発デリー行の高速列車に乗りし21:50に到着。デリー駅で解散となります。 当日のデリーでの宿泊先は各自お手配下さい。 翌日、空港までの送迎が必要な場合は、指定ホテルでご宿泊となります。指定ホテルまでは持田が同行します。</p>			
Day 9	<p>ヒマラヤを走るシムラ山岳鉄道 車窓からの景色は素晴らしく、途中103か所のトンネルと864か所の鉄橋を通ります。 軌間は 762 mm のナロー・ゲージ(狭軌)で、いわゆる「トイトレイン」として可愛い車体から世界中から多くの鉄道ファンがやって来ます。 英国の旅行雑誌に【乗ってみたい世界の山岳鉄道 BEST6】に選ばれました。</p>			
	移動詳細 Traveling descriptions			
場所 (place)	距離 (distance)	Time	時間 (Travel time) by	
シムラ(Shimla)	2,270m	DEP 10:55	5:40hours	SML KLK EXP (52458)
カルカ(KALKA)	350m	ARR 16:35		
		DEP 17:45	4:041hours	KLK SHATABADI (12012)
デリー(Delhi)	200m	ARR 21:50		

チャンディーガル(Chandigarh)から国内線ご利用の場合
UK707便(15:30 16:40)を利用する事で羽田行日本航空にデリーで乗り継ぎが可能です。(JL 19:05 HND06:20+1)
この場合、当日のフライトに合わせてシムラから専用車でチャンディーガル空港に送迎します。
その場合は、Saurabh氏が空港まで送迎致します。

お食事&ホテル	
朝食 🍴 昼食 🍴 夕食	