

ニュージーランド大自然の旅

ロトルアマラソンとニュージーランドの旅

12、13 日間 日々の行動計画

旅行期間 2017年5月2日(火) ～ 2017年5月13日(土)

作成 ぎふ長良川走ろう会 武藤 彰

(世界8大陸フルマラソン、世界6大メジャーマラソン制覇)



ロトルアマラソン



ミルフォードサウンズ



マウントクック

変更履歴

発行 : 2017.01.14

改正1 : 2017.01.18 P6/16

付 2 追加

改正2 : 2017.03.07 P4/16

改正3 : 2017.04.05 P2/16

改正4 : 2017.04.20 P1/16、P13/16

改正5 : 2017.05.01 P4/16

1、2017.5.2 (火)

2017.04.20 改正4

竹鼻駅 10:29 ⇒ 笠松駅 10:43、10:53 ⇒ 金山(急行) 11:21 11:24 ⇒ 中部国際空港駅 11:48

集合時間：中部国際空港12時00分【時間厳守】**集合場所：国際線3階出発ロビー 全日空カウンター付近**

改正4

オークランド航空で両替をする。 **中部国際空港で5,000円を両替し、残りはロトルア市内で両替する**
・ニュージーランドドル

ニュージーランド航空 NH340便 中部国際空港発14:30 ⇒ 成田国際空港着15:45

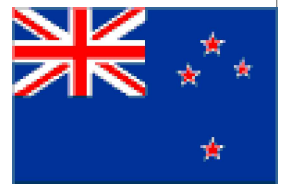
ニュージーランド航空 NZ90便 成田国際空港発 18:30 ⇒ オークランド空港着 08:10+

ニュージーランドの通貨単位は「NZドル」で、紙幣5種・硬貨5種が流通しています。表記：「NZ\$ (NZD)」

「NZ\$」はニュージーランド生息の鳥にちなみ、「キウイ(Kiwi)」とも呼ばれます。

紙幣は全てポリマー(プラスチックのような素材)が導入されるようになり、清潔で長持ちし、偽造がほとんど不可能という特長が挙げられます。ニュージーランドは、オーストラリアほど英国と強い関係はありませんが、20NZドルには国家元首でもあるエリザベス女王が描かれています。

補助通貨単位は「NZ¢」で、1NZ\$ = 100セントで換算します。 1NZ\$ = 81.4円



ニュージーランド国旗

紙幣は、5・10・20・50・100ドルが

硬貨は10・20・50 NZセントと、1・2 NZドル
が発行されています。英国連邦の一員であることを示すユニオン
ジャックと南十字星を配しています

旅の注意事項

●パスポート、現金、航空券

パスポート、現金、イーチケットは、ベストに縫いこんだ財布、腹巻の中などに入れ、肌身離さず身に着けていること。ウエストバックやポシェットの中に入れておくと、摺られたり、トイレの中に置き忘れたり、置き引きにあたりたりして、紛失する恐れがある。

現金はその日に使う分だけ、小分けして持つこと。

また、カメラ、電子辞書など狙われやすいものも首から下げるひもなどで、スリ、紛失に気をつける。

パスポートは写真のページのコピーを持っておく。

クレジットカードは1枚だけの持参とし、番号、有効期限、カード会社の緊急連絡先を控えておく。

●病気・ケガ

日頃の常備薬(カゼ薬、胃腸薬、頭痛薬)を持参する。

持病が旅行先で発生したときのことを想定し、緊急処置の方法を意識しておく。

加入している海外旅行保険の緊急連絡先などをメモしておく。

また、付帯されているサービス内容を認識しておく。

治療・救援費用、賠償責任、携行品、入院一時金

緊急時の現金の手配、電話による通訳

クレジットカード、パスポート紛失時のサポート

交通事故には、特に注意する。

●ニュージーランドから日本への電話のかけ方

国際電話識別番号00+日本の国番号81+市街局番(0を取る)+番号

00-81-58-392-8734

電源変換プラグ O型
(オーストラリア、ニュージーランド等)

2、2017.5.3(水)

ニュージーランド航空 NZ90 便 成田国際空港発 18:30 ⇒ オークランド空港着 08:10+

オークランド着08:10 荷物をピックアップし、入国審査、税関審査を受ける。

インターシティバス利用 AM11:55 発 4時間半 17:10 着 ロトルア; i-サイト / 観光案内所着
バス乗り場(オークランド国際空港 (Orange Bus : 3B6536))

11:37am 12:30am
Auckland International Airpo at 11:55am ⇒ Manukau City (Auckland) at 12:35pm
Bus Stop 2008, International Terminal, Ray Emery Dr. Auckland Bus Stop Leyton Way(carpark side)Opp foodcourt

ロトルア市内

オークランド航空で両替をする。470NZ\$(約40,000円ほど)+アルファ

バス乗り換え (IC6219)

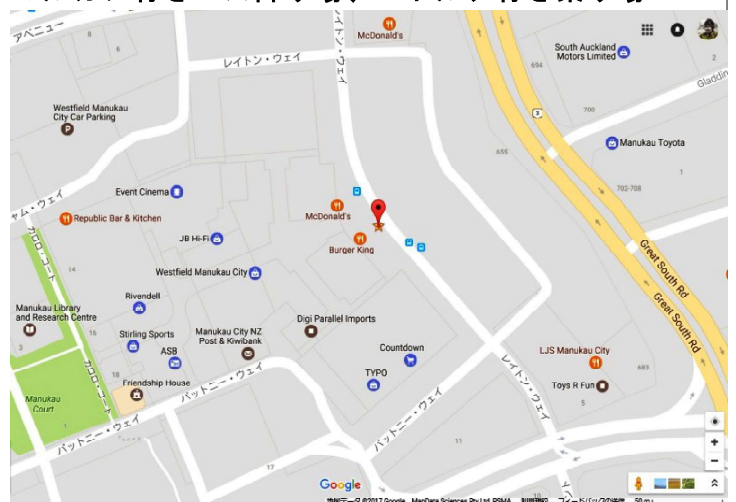
Manukau City (Auckland) at 1:05pm ⇒
Bus Stop Leyton Way (carpark side) Opp foodcourt

Rotorua at 5:10pm
Tourism Rotorua, 1167 Fenton St

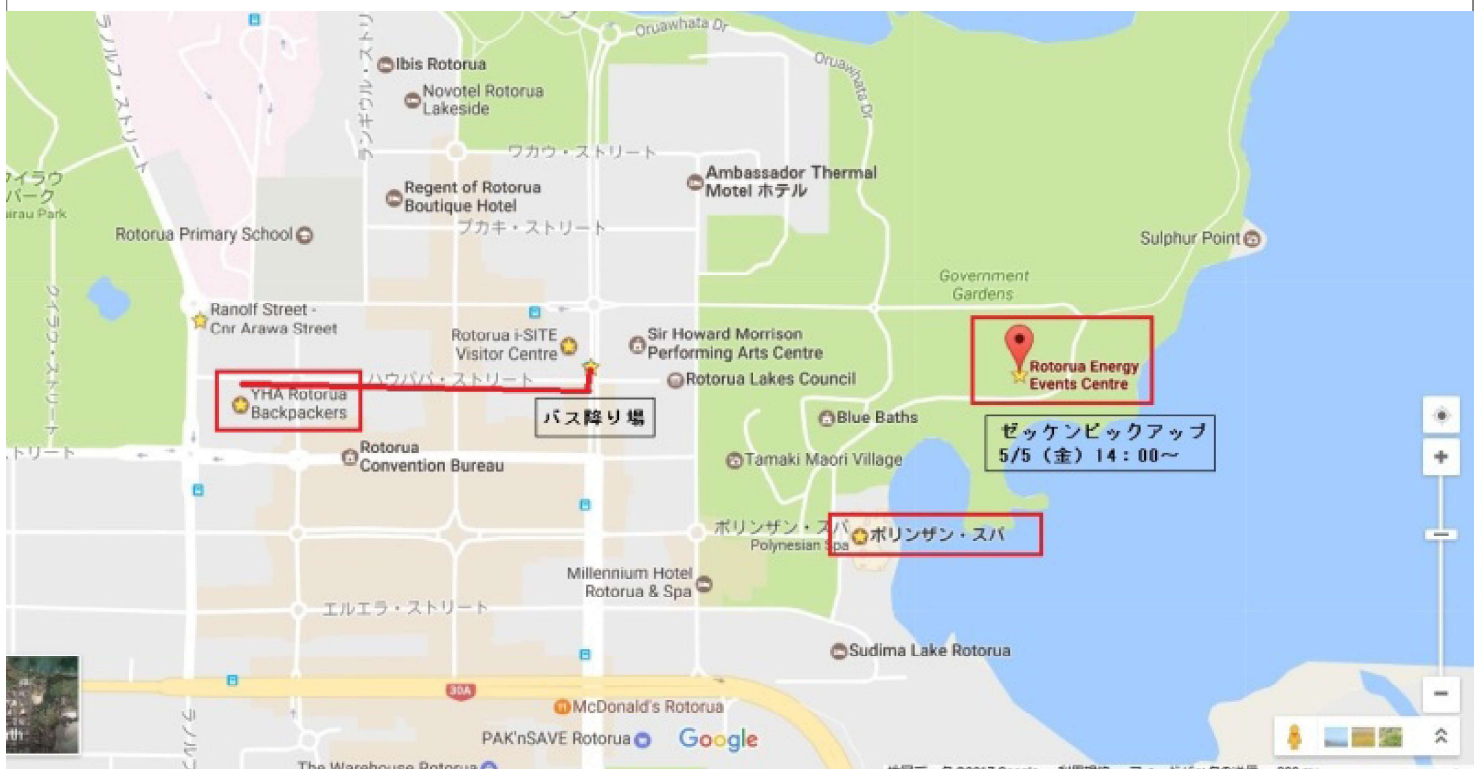
マルカン行きバス乗り場



マルカン行きバス降り場、ロトルア行き乗り場



ロトルアバス降り場⇒ユースホステル(500m)



YHA ロトルア インターナショナル YHA ロトルア 1278 Haupapa Street, 3010
本日(5/3(水))夕食から、出発日5/7(日)までの朝食はユースホステルで食べます。
夕食後、ロトルアの町を散歩、探索します。クイラウ公園で地熱活動を見ましょう。

・ ロトルア部屋割り

- ・ 6 ベッドルーム ---- 高橋、武藤、渡辺、河合、藪田
- ・ 4 ベッドルーム ---- 大塚、内田、秋田、黒田
- ・ 4 ベッドルーム ---- 野村、武田、堀江、塚原
- ・ 4 ベッドルーム ---- 高井、小池、大石、堀江
- ・ 4 ベッドルーム ---- 片岡、塚原、川合、田方

3、2017. 5. 4 (木)

シティライド 1回 2.6\$ 4回 = 10.4\$ 1日券 8.2\$ 買う

起床 7:00 朝食 7:30 (YH 食堂)

YH出発 8:30 (水着持参) ⇒ クイラウ公園 通過 ⇒ オヒネムツ・マオリ村 (無料) マオリの人々の集落、墓地、教会、彫刻など見学 ⇒ ガバメント・ガーデン (20\$) 庭園やロトルア博物館など見学 ⇒ 観光案内所アイサイト 付近で昼食

⇒ シティライド ルート11に乗る (3km) ⇒ テ・ピア/テ・ファカレワレワ・サーマル・バレー (51\$)
マオリ文化の伝承を目的に地熱地帯に創設された文化センター。世界一の湯量を誇る間欠泉、国鳥キーウイーなど見所沢山

⇒ シティライド ルート11でアイサイトに戻り、シティライド ルート3に乗り換える (6km)

⇒ レッドウッド・ファカレワレワ・フォレスト (無料)

巨大なカリフォルニア・レッドウッド (セコイア杉) や20mにも達するシダ類が生育。ニュージーランド特有な鳥たちを観測

⇒ シティライドルート3でアイサイトに戻る ⇒ ポリネシアンSPA (25\$) に入りのんびり、温泉につかる。

夕食はYHで食べる。

4、2017. 5. 5 (金)

起床 7:00 朝食 7:30 (YH 食堂)

YH出発 8:30 ⇒ シティライド ルート1に乗る (10km) ⇒ アグロドーム

ロトルアを訪れるなら必見のアトラクション。

数多くの賞を獲得した楽しいショーを披露しています。19種の羊の紹介、羊の毛刈り、羊のオークション、牧羊犬によるデモンストレーションが見られるほか、牛の乳を手で絞ったり、子羊にミルクをあげたりといった体験をすることもできます。(ショーは1日3回、9.30am, 11.00am, 2.30pm開催 33.5\$) ウール工場や毛刈り小屋の博物館、ドッグ&ホイッスル・ギフトショップもお見逃しなく。

⇒ シティライド ルート1でアイサイトに戻り、ゼッケンピックアップに行きます。

ゼッケンピックアップ エキスポ

会場:Rotorua Energy Events Centre Queens Drive, Rotorua 3010

時間: 14:00 - 21:00

ユースホステルに戻り、明日のマラソンに備え準備、休養をとる。

5、2017. 5. 6 (土)

起床 5:30 朝食終了 6:30 (YH 食堂)

YH出発 6:45

- 8.00am Half Marathon Start - Runners
- 8.05am Half Marathon Start - Walkers
- 8.20am Marathon Start - Runners
- 8.25am Marathon Start - Walkers
- 8.40am Quarter Marathon Start ? Runners and Walkers
- 8.50am 5.5km Start - Runners and Walkers
- 5.00pm Expo closes
- 5.00pm Prize Giving for 5.5km, Quarter, Half Marathon and Marathon

早くにゴールした人は、温泉につかってのんびりしましょう。

夕食は、YHで完走パーティーをしましょう。

明日はクイーンズタウンに向け出発ですので、荷物は整理しておきましょう。

6、2017.5.7(日)

改正2 : 2017.03.07

P 4/16

起床 7:30 朝食 7:30~(YH 食堂)

改正5 : 2017.05.01

YH出発 9:30 シャトルバスが9:30にYHに迎えに来ます。 12:40

YH 9:30 => 10:00 ロトルア空港 => NZ5785 ロトルア 12:05 =>

14:30

15:00

16:10

クライストチャーチ 13:55 NZ651 14:25 => クイーンズタウン 15:20

クイーンズタウン 16:30 シャトルバスにて => クイーンズタウン ノマッズ クイーンズタウン バックパッカーズ

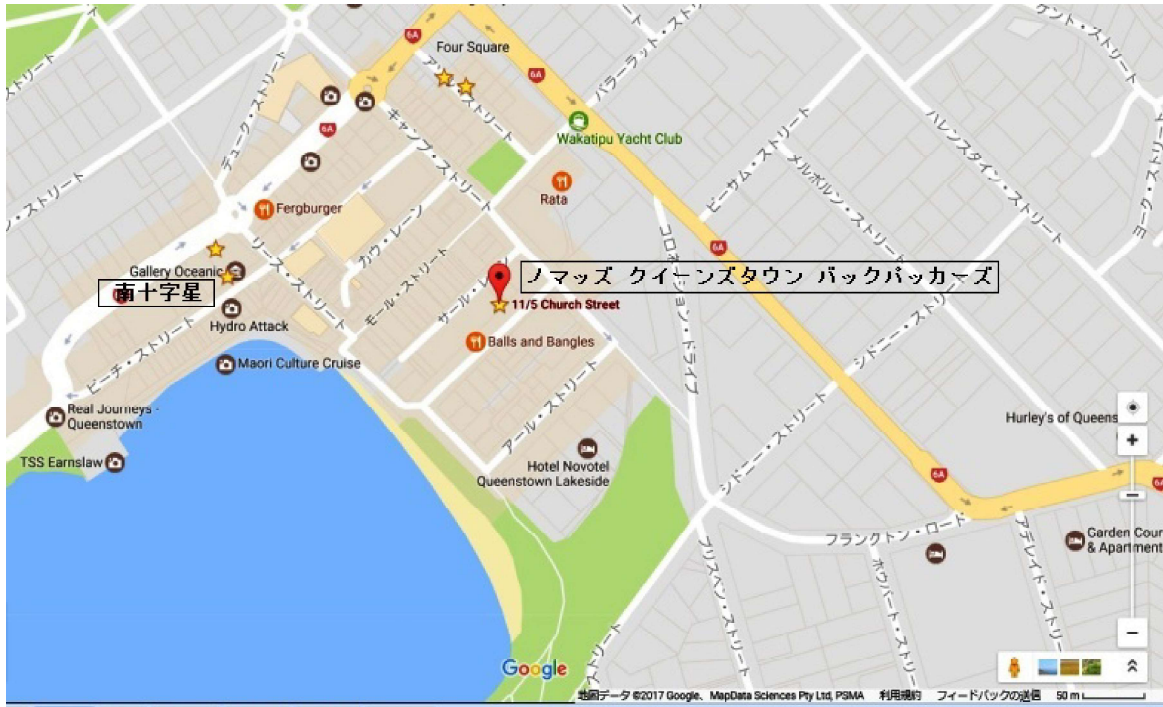
ノマッズ クイーンズタウン バックパッカーズ

5 - 11 Church Street 9300 クイーンズタウン ニュージーランド

TEL:+6434413922 ext. 1

夕食は、近所の日本食レストラン 南十字星 で食べましょう。10年前、幕の内弁当がおいしかった。

その他日本食レストラン https://www.tripadvisor.jp/Restaurants-g255122-c27-Queenstown_Otago_Region_South_Island.html



・クイーンズタウン部屋割り(暫定)

- ・4ベッドルーム----高橋、武藤、渡辺、河合、
- ・4ベッドルーム----大塚、内田、秋田、黒田
- ・4ベッドルーム----野村、武田、藪田
- ・4ベッドルーム----堀江、塚原
- ・4ベッドルーム----高井、小池、大石、堀江
- ・4ベッドルーム----片岡、塚原、川合、田方

部屋の割り当てが未定のため、暫定です。

南十字星メニュー

- ・鉄火丼 \$28.00
- ・サーモン丼 \$28.00
- ・鉄火&サーモン丼 \$28.00
- ・ちらし寿司 \$28.00
- ・天ぷらの盛り合わせ 御飯付き \$27.00
- ・野菜の天ぷら 御飯付き \$20.00
- ・チキン照り焼き 御飯 サラダ付き \$27.00
- ・鶏の唐揚げ 御飯 サラダ付き \$27.00
- ・とんかつ \$30.00
- ・幕の内セット \$37.00
- ・ビール 朝日スーパードライ 400ml \$12.00

酢の物、サラダ、刺身、天ぷら、漬物、御飯、味噌汁、アイスに加え 1、鮭の塩焼き または照り焼き 2、照り焼きビーフステーキ 3、チキン照り焼きの中から好きなものをおひとつお選びいただけます。

7、2017.5.8(月)

5:30

起床 6:00 5:30 朝食 6:00~(YH 食堂 自炊)

YH迎えバス到着 7:20 6:55

改正5 : 2017.05.01

ミルフォードサウンド1日観光

バス乗車 ホテルまで迎えがあります。 7:20 6:55

LT17011260664 武藤 高橋 渡辺 河合 大塚 高井 小池 黒田 野村

LT17011206913 武田 秋田 内田 大石 片岡 堀江 塚原 塚原

LT17011225079 川合 田方 藪田

クイーンズタウン発の大人気!世界遺産ミルフォードサウンドツアー。ニュージーランドの大自然を体感してみてください。ミルフォードサウンドに向かう道中、ミラー湖やチャズムでのネイチャーウォークに参加します(冬期はネイチャーウォークツアーはございません)。ミルフォードサウンド到着後、クルーズ船にて約1時間30分のシーニッククルーズをお楽しみください。絶景を楽しみながら、アウトセイなどの野生動物の姿も探してみてください。晴れている日は壮大な自然を目で見て、雨の日には迫力ある滝のしぶきを肌で感じてみてください。晴れても晴れなくても絶景の感動を味わえるはずです。往復共にバス移動です。

こちらの動画で内容を把握し、当日の英語ガイドの予行演習をして、お楽しみください。

https://www.youtube.com/watch?v=3PThJ2_uIhc&feature=youtu.be

ミルフォードサウンド1日観光～英語ガイド・昼食無し (NZ\$125.00) に参加します。

①7:30頃 クイーンズタウン出発

観光バスが各ホテルへ迎えに来てくれます。バスに乗りこみ、クイーンズタウン出発。1時間程度走ると、周りの景色はいつのまにか、羊、鹿、牛の牧場に。日本語ガイドさんが同乗しており、イヤホンでガイドさんのアナウンスを聞きます。天井には窓があるので、高い山々も見上げられるようになっています。

②9:30頃 テアナウ着

30分程度休憩。ホテルで朝ごはんを食べなかった人は、テアナウのカフェで朝ごはんをとりましょう。車窓からはテアナウ湖も見えました。

テアナウから約40分後・・・次第に景色が変わり、ブナの原生林が増え、いよいよバスはフィヨルド国立公園内へ。

③11:05頃 ミラーレイク着

5分程で歩ける遊歩道を下車観光。晴れて風の無い日には湖面が鏡のように山を映し出します。「ミラーレイク」の看板の文字は、おかしなことに逆さです・・・。湖面に映ると正しく読めるのです！

④11:20頃 ノブズフラットでトイレ休憩

北海道の稚内とほぼ同じ緯度だそうです。

⑤11:40頃 クリスティーナの滝

場所の関係でバスからの下車観光は出来ませんが、わざとバスをゆっくり走らせてくれたので写真を撮ることが出来ました。

⑥11:45頃 リトルズフラット

見事なU字谷です！これも氷河に削られて出来たのです。リトルズフラットにある『モンキークリーク』の小川は、純度が99%！飲むことが出来ます。

⑦12:10頃 ホームートンネル

岩盤をくりぬいて造られた、全長1270m、高さ3,81m、幅わずか7mの急こう配のトンネル。

トンネルは狭く、照明がないので真っ暗。両側は削られたままの岩肌が迫ります。

⑧12:25頃 キャズム

滝により浸食された奇岩を見る事が出来ます。約30分下車し、滝まで約15分のプチウォーキング。マイナスイオンが絶対出てるだろうと思われる、フィヨルドランドらしい苔むす森の中を歩き、橋の上から滝と奇岩を見ます。

バスの停まっている駐車場へ戻ると、ニュージーランド固有の鳥「ケア」がいました。いたずらなオウムらしいです。日本の鳥と違って、人が周りを取り囲んでも全然逃げない事に驚きました。さすが鳥の天敵のいないニュージーランド。

⑨13:15 ミルフォードサウンド到着

13:30ミルフォードサウンドクルーズ出港！

船内にはテーブルとソファ椅子のある席と、屋外デッキがあります。船内は日本語アナウンスがあり(クルーズだけ参加する場合は、回によっては日本語アナウンスがない場合があります)、日本語のミルフォードサウンド案内も貰えるので、見どころが良く分かります。お昼は評判の日本食弁当。お味噌汁付の、しっかりした幕の内弁当。美味しいです♪

海の底からそそり立つ断崖絶壁と、数々の滝！スケールが大きさにびっくりです。

マイターピーク、フェアリー滝、デールポイント、ザ・エレファント(像の形をした岩)、スターリン滝など、見どころがたくさん。

途中、岩の上に寝そべるオットセイ達に遭遇。この岩にはたいていオットセイが寝ているそうです。そのほか、運が良ければ、イルカやペンギンなどの野生動物も見ることが出来ます。

ハイライトは「スターリン滝」。水しぶきがかかるほど、船は滝に大接近。この滝の水しぶきを浴びると、なんと10歳も若返るそうです。私もちゃっかり浴びました・・・果して若返ったのでしょうか・・・。

ミルフォードサウンド周辺は年間6000mm-8000mmの降水量がある、雨の多い地域。雨が降ることが多いですが、雨が降ると、晴れの日には見られない滝がいくつも出現するそうです。晴れの日も雨の日も楽しめる場所です。

⑩15:15頃 クルーズ終了。

帰りは来た道に戻ります。みんなぐっすり・・・ZZZ。

夕食は、ちょっと遅いので、YHで自炊(カップラーメン、カレーなど)で食べます。

明日はマウントクックに移動しますので、荷物整理を完了しておく。

8、2017.5.9(火)

起床 5:45 朝食 5:45～(YH 食堂 自炊) YH 出発 6:45

バス集合場所 ATHOL ST MIDDLE IN THE CAR PARK 出発 07:45am ⇒ マウントクック YH 1:50pm

Athol St 中ほどにある運行事業者(GREATSIGHTS, INTERCITY, NEWMANS)のバス停でお待ちください(地図あり)

H. I. S. RSV. No. :LT16061704350 3人 LT16061798911 9人 LT16061703405 9人

Confirmation No. :#DEF96B #DEF96B #DEF96B

マウントクックYHにチェックインした後、夕食までマウントクックを散策します。

マウントクックYH

1 Bowen Drive, 7999 マウント・クック国立公園, ニュージーランド

TEL : +64 3 435 1820 ファックス: +64 3 435 1821

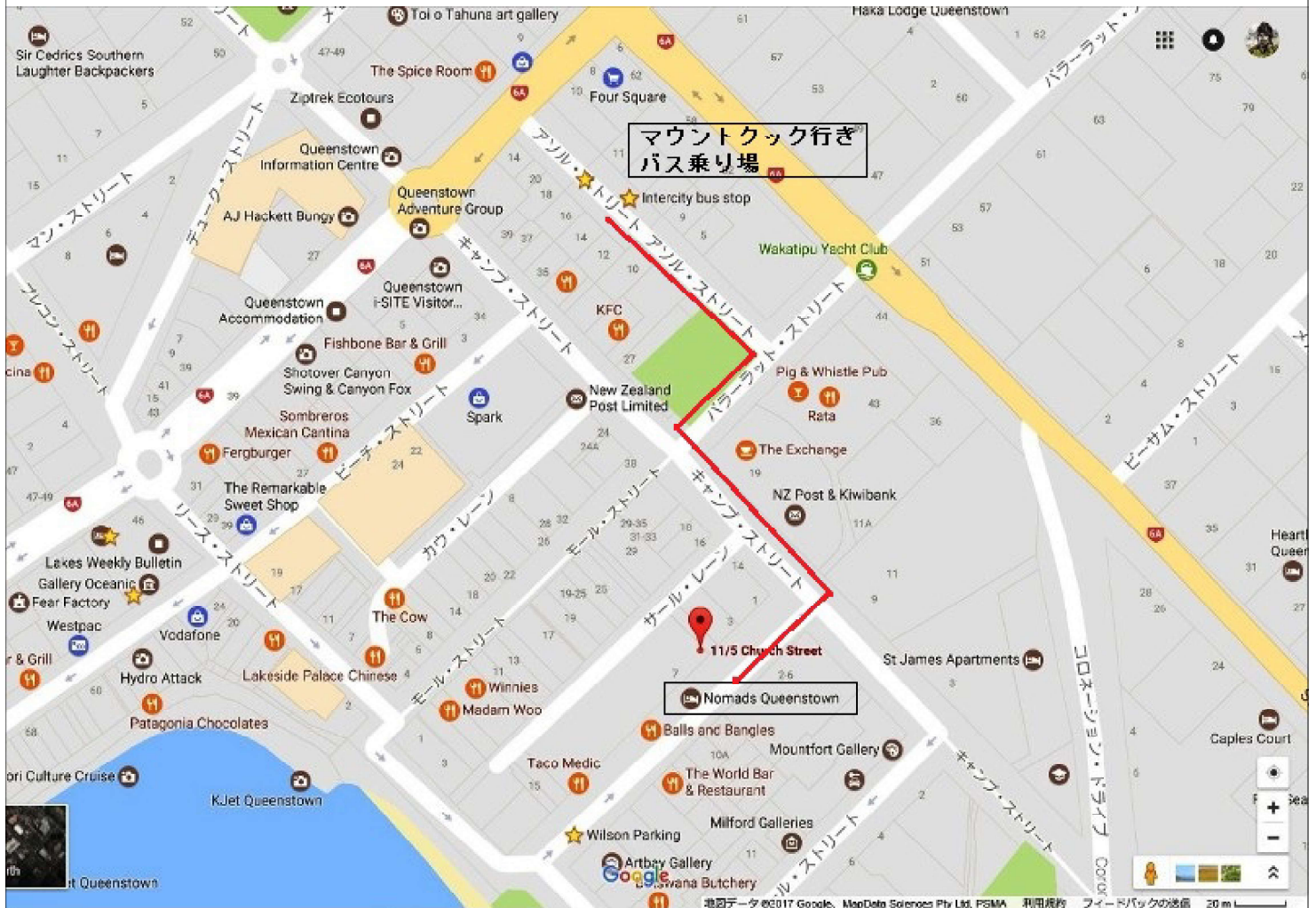
Eメール: mountcook@yha.co.nz 英文ウェブサイト: www.yha.co.nz

クイーンズタウン ⇒ マウントクック YH バス時刻表

Timetable for Service 9662

Queenstown		7:30 am		Athol St in the middle of the car park 📍🗺️
Frankton (Queenstown)	★	7:59 am	8:00 am	Frankton Bus Shelter, Kawarau Rd 📍🗺️
Cromwell	★	9:04 am	9:05 am	Lode Lane, off Barry Ave next to the Mall 📍🗺️
Tarras	★	9:29 am	9:30 am	The Country Coffee Shop, SH 8 📍🗺️
Omarama	★ 🔪	10:30 am	11:05 am	Merino Country Crafts Car Park, 7 Chainhill Highway 📍🗺️
Twizel	★	11:24 am	11:25 am	Twizel Bus Shelter, Market Pl, Car park across from Supermarket 📍🗺️
Mt Cook / Mount Cook	🔪	12:15 pm	2:30 pm	Aoraki Hermitage Hotel, Level 2 Rear of Building Coach Park 📍🗺️

マウントクック行きバス停 Athol St中ほどにある運行事業者 (GREATISIGHTS, INTERCITY, NEWMANS) のバス停でお待ちください



氷と岩の幻想的な世界 - アオラキ/マウント・クック国立公園息を呑むような美しい山岳風景で知られるアオラキ/マウント・クック国立公園 (Aoraki/Mount Cook National Park) は、40%が氷河で覆われています。

3000メートルを越える山頂が19を数えるこの国立公園内には、ニュージーランドの最高峰、アオラキ (Aoraki) の別名でも知られるマウント・クック (Mount Cook) があります。また、アオラキ/マウント・クック国立公園は、南島南西部の4つの国立公園を合わせた「テ・ワヒポウナム (Te Wahipounamu)」と呼ばれるサウス・ウエストランド世界遺産指定地域 (South Westland World Heritage Area) の一部を成しています。

数少ない手付かずの大自然が残っているこの指定地域は、世界的にも貴重なものです。トワイゼル (Twizel) からブカキ湖沿いを走り、国立公園へと抜ける舗装道路の終わり、フッカー (Hooker) 氷河とミュラー (Mueller) 氷河の末端に、アオラキ/マウント・クック・ビレッジがあります。トレッキングなどアクティビティの拠点となるマウント・クック・ビレッジには、バックパッカー用の宿や豪華なホテルなど、宿泊施設があります。

国立公園内には17の山小屋が点在していますが、そのほとんどは本格的な山岳登山用のためにあり、登山技術が必要な場所に位置しています。

(天候が良く、夕食まで時間があれば、レッドターントラックなどをハイキングします。)

往復 4.5 km 2時間 - 2時間半

レベル: 適度に運動の出来る人向き // 急な階段あり)

夕食: マウントクック・バックパッカー・ロッジ内にあるシャモア・バー&グリル (Chamonish Bar & Grill)

主なメニューと5年前の価格

チキンバーガー (\$17)、蒸しマッスル (ムール貝) (\$16)、サーモン・ピザ (\$18)、モッツレラ・ピザ (\$15)、フィッシュ&チップス (\$19)、サーロイン・ステーキ (\$29)、グリーン・ココナッツ・カレー (\$22)、照り焼きサーモン (\$28)、アイスクリーム・サンデー (\$9)、チョコレート・マッド・ケーキ (\$9)



チキンバーガー (\$17)

<http://4travel.jp/travelogue/10653039>

・マウントクック部屋割り

- ・2ベッドルーム ---- 高橋、渡辺、
- ・4ベッドルーム ---- 武藤、河合、藪田、野村
- ・7ベッドルーム ---- 武田、大塚、内田、秋田、黒田、堀江、塚原
- ・8ベッドルーム ---- 高井、小池、大石、堀江、片岡、塚原、川合、田方

9、2017. 5. 10 (水)

起床 7:00 朝食 7:00~ (YHの朝食 食堂) YH出発 8:30

マウントクック、フッカー・バレーを歩くハイキングツアーに出かけましょう。

人々の心を魅了し続けてきた、ニュージーランドでも有数の山岳地帯の美しさに、思わず息をのむことでしょう。

すばらしい景観の中を歩く間、地域のユニークな動植物や歴史についても目を向けましょう。

行程: フッカーバレートラック フッカー・バレー・トラック 14 km 6時間

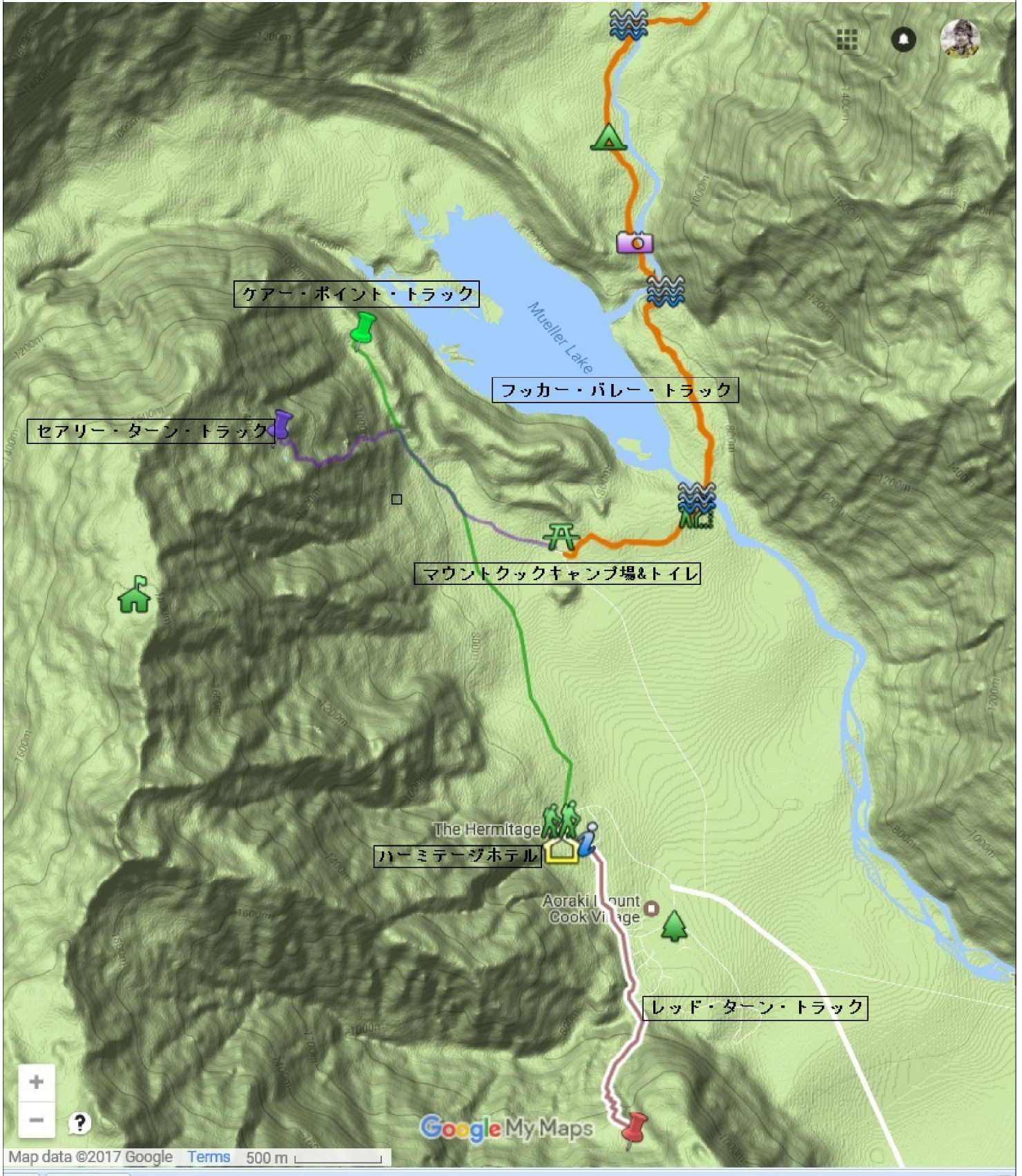
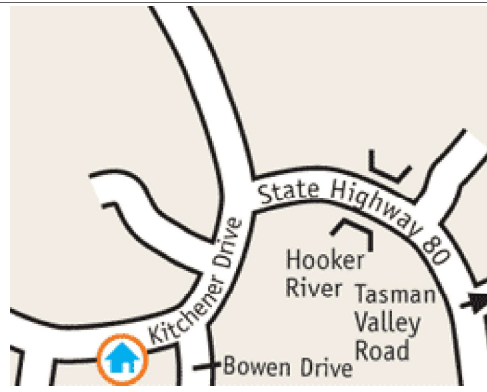
ハーミテージ・ホテルを出発し、ホワイト・ホース・ヒルのキャンプ場へ向かいます。往復約14kmの道のり。ともに雄大なサザンアルプスの絶景をたっぷり満喫することができます。よく整備されたトラックは、フッカー氷河の末端にある湖へとつながっています。途中、絶景で知られるアルパイン・メモリアルや、フッカー川を渡る吊り橋を通ります。氷河や周囲の山々を従えたアオラキ・マウントクック南面の雄大な風景をお楽しみください。

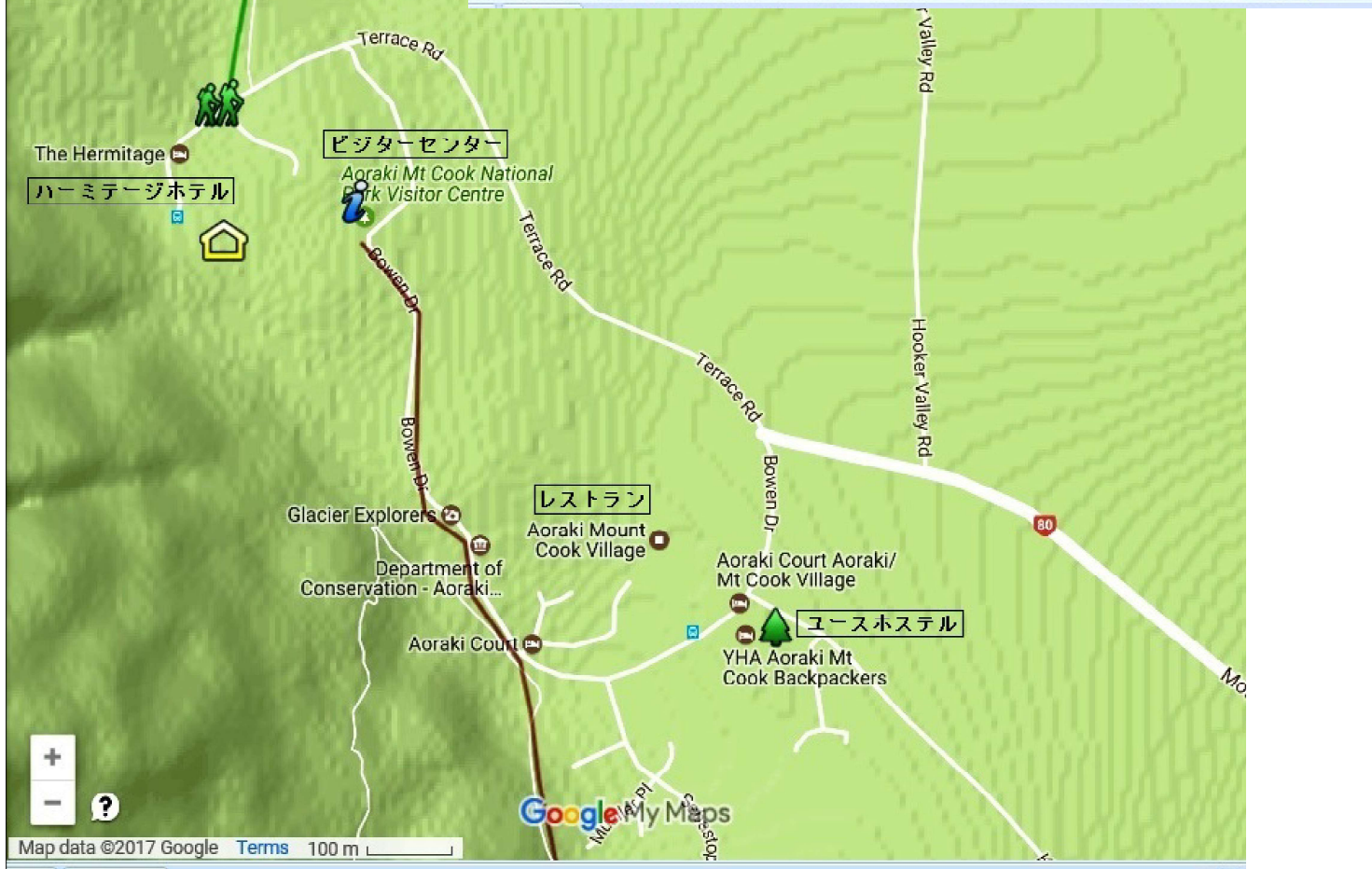
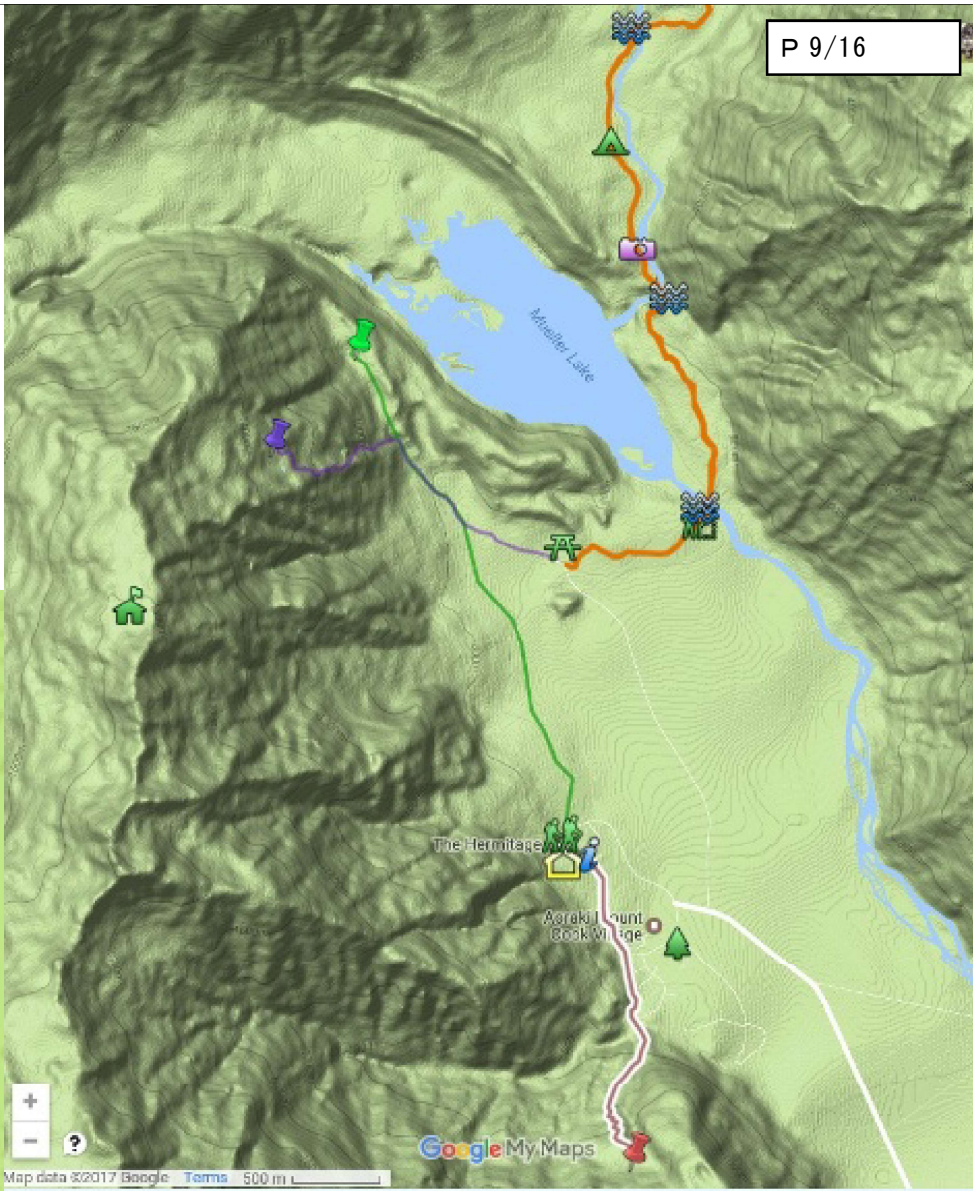
前回ガイド付きハイキング (12,000円/一人) のキャッチフレーズ

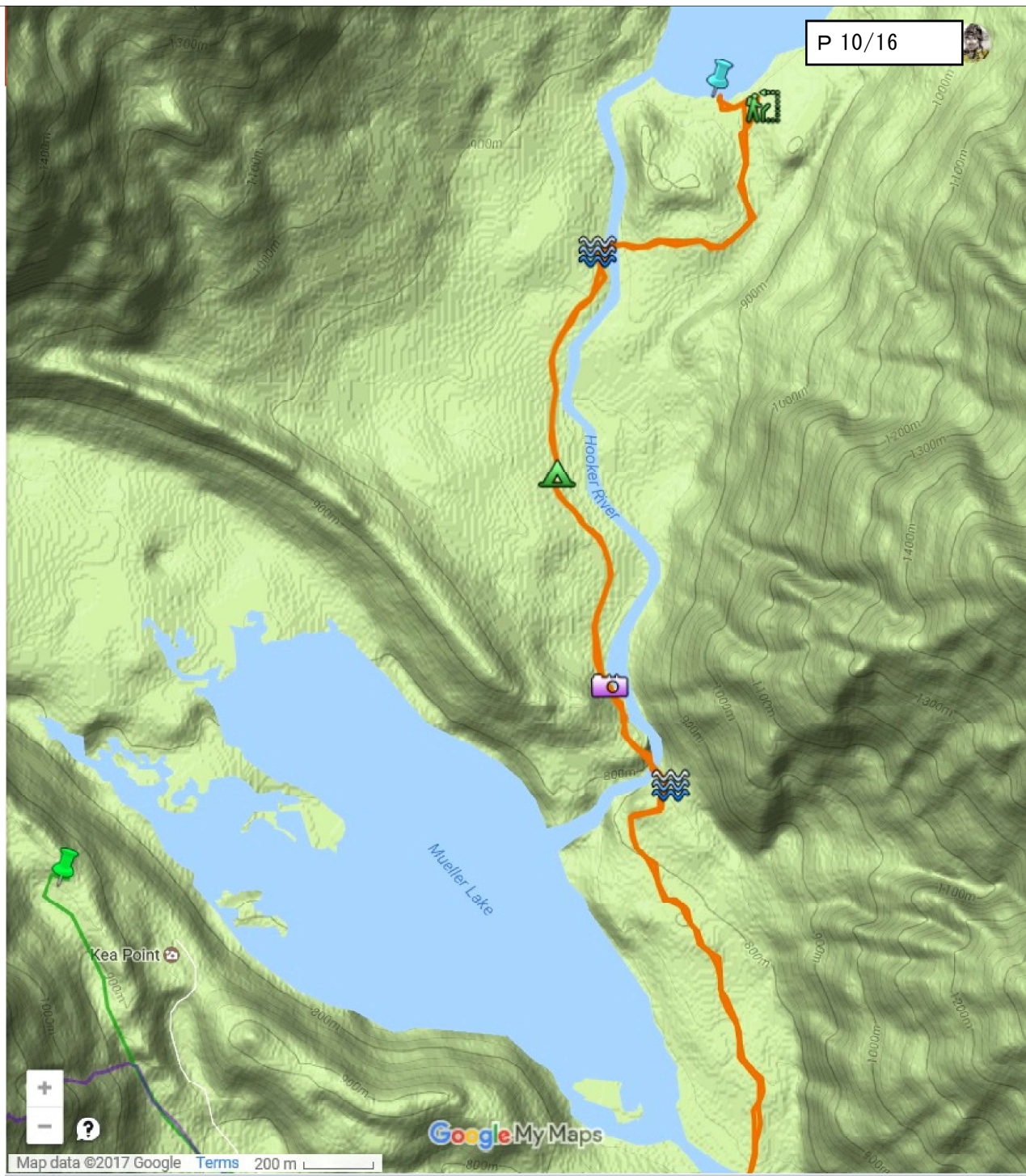
マウントクック山行はフッカーバレーを歩く1日ガイド付きウオークで、ニュージーランドの最も高く最も目が離せないピークのいくつかの息をのむような景色を提供します。

フッカーグラシアのターミナルの湖に、よく整備された歩道に沿って素晴らしい4kmの山行を楽しんでください。Aorakiクック山の南斜面と周囲の氷河の素晴らしい展望を眺めながら、登山者はアルペンMemorialや、swingbridgeによって荒れ狂うフッカー川の上を通過します。あなたがニュージーランドの、そして、オセアニアの最も高いピークの影で昼食を楽しんで下さい。ガイドはこのアルペン世界のユニークな景色を説明します。そして、あなたは3,754メートルのところに立っています。我々は、同じ歩道に沿って帰ります。いくつかの短い散歩道がマウントクック村のまわりにあります。

今回は、前回のハイキングの経験者が二人おり (武藤、高橋) 十分に地図など下調べしてハイキングしますので、ガイドなしで自分たちだけで行きます。前回は、美人ガイド付きでしたが、今回は美人ハイカーが8人もいますので、美人ガイドは不要です。







帰りハーミテージホテルに着き、まだ時間と体力があれば、希望者はさらにケア・ポイント・トラック（レベル：適度に運動の出来る人／初心者、マウントクックキャンプ場から、往復2時間約3.2km/片道 標高差：約160m）、またはセアリー・ターン・トラック（レベル：体力に自信のある人向き、マウントクックキャンプ場から、往復3-4時間 約3km/片道 標高差：約600m（急登あり））に行きます。

夕食まで自由時間 夕食は昨日と同じ **Chamios bar** にて食べる。

参考になる URL

<http://www.aruitenz.com/route%20gallery/mon%20trek/mon%20trek.htm>

<http://www.aruitenz.com/route%20gallery/mon%20trek/trek%20report/HookerValleyTrackReport.html>

https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=1f9DMbvLoLZUhrODN9tMLsycn9ws&hl=en_US&ll=-43.71163813937914%2C170.09640394412918&z=15

<http://blog.jtb.co.nz/tag/%E3%83%8F%E3%82%A4%E3%82%AD%E3%83%B3%E3%82%B0>

コピー＆ペーストでお使いください。



セアリーターントラック

お勧め度；☆☆☆
レベル；適度に運動の出来る人
キャンプ場から片道1.5時間

キャンプ場から約2.0km / 片道
標高差；約500m

クアポイントトラック

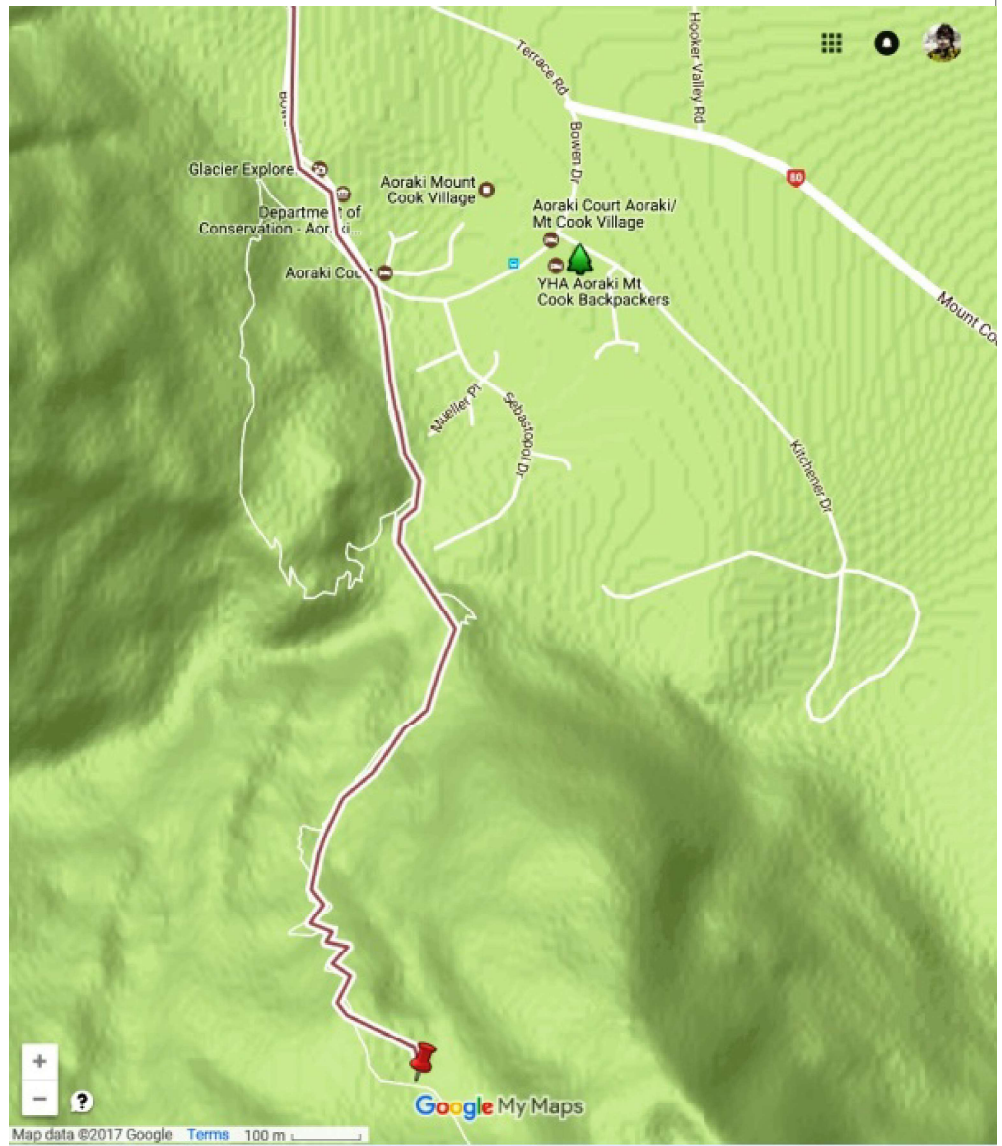
お勧め度；☆☆
村から往復2時間
レベル；初心者、ランニングコースに
お勧め
ハーミテージホテルから約3.2km / 片道
標高差；約80m

10、2017.5.11 (木)

起床 7:30 朝食 8:00
ユースホステル出発 13:30
午前中は自由時間 付近散策など

希望者

天候が良ければ、レッドターン
トラックをハイキングします。
レッドターンまで お勧め度；
☆☆ レベル；適度に運動の出来
る人 // 急な階段あり
/ 初心者村から往復2時間—2
時間半 DOC 案内所から約2.0km
/ 片道 標高差；約160m



改正4：2017.04.20

- ・3ベッドルーム ---- 高橋、武藤、渡辺
- ・4ベッドルーム ---- 大塚、内田、秋田、黒田
- ・6ベッドルーム ---- 野村、武田、堀江、塚原、河合、藪田
- ・4ベッドルーム ---- 高井、小池、大石、堀江
- ・4ベッドルーム ---- 片岡、塚原、川合、田方

特徴：クライストチャーチの市中心部に位置し、現代的な設備を誇り、サービスの良いフレンドリーなスタッフがいるクライストチャーチYHA。どこへ行くにも歩ける距離にある便利なロケーション。2階建てのクライストチャーチ YHAではインターネット、e-mail も利用できます。

受付は午前8時から午後10時まで。それ以外の時間帯に到着する場合で、予約が必要な場合には、どうぞ直接一報してください。

夕食は日本食レストラン ハチ・ハチ にて食べます。ごはん、みそ汁などがセットになった定食「ベントーバリューセット」
\$16、鉄板照り焼きチキン丼、唐揚げ丼\$13、麺類、寿司バーガーなどメニュー豊富

<http://www.hachihachi.co.nz/>

11、2017.5.12（金）

起床 6:30 朝食 7:00 (YHのレストランにて) ユースホステル出発 8:00

YH ⇒ 追憶の橋 ⇒ クエークシティ ⇒ 仮設大聖堂 ⇒ カセドラルスクエア ⇒ ハグレイ公園 ⇒
クライストチャーチ植物園 など散策 昼食も取り、13:30までにYHに戻る。

追憶の橋

クライストチャーチにある追憶の橋は、エイボン川に架けられた、オックスフォードとケンブリッジ・テラスを結ぶ橋です。追憶の橋は大きなアーチ型の門を持つ美しい橋で、ニュージーランドの歴史的建造物に指定されています。

追憶の橋という名称は、第1次世界大戦当事に多くの兵士たちがこの橋を渡って戦場へ旅立っていったことに由来しています。1923年、戦死した兵士たちを追悼して現在のような荘厳な橋が建てられました。

クエークシティ 20\$

クライストチャーチで発生した2010年9月、11年2月、6月と複数回発生した大地震の記録を残す博物館。

地震があったときの写真や崩壊した建物の一部、倒れた像や液状化の様子など。地震の被害を受けた当時の映像などが見られるほか、地震により倒壊した建造物、たとえば大聖堂の窓や尖塔などが多数所蔵されています。

入場料は、大人NZ\$20で大人と一緒に来た15歳以下の子供は無料。監督者なしの15歳以下の子供はNZ\$8です。

仮設大聖堂

カードボード・カセドラルは2013年8月にオープンした仮設大聖堂です。クライストチャーチにあるカードボード・カセドラルは、2013年8月にオープンした仮設大聖堂です。2011年の地震でクライストチャーチのシンボルだった大聖堂の一部が損傷し、修復が不可能になったため、再建設されるまでの期間、使用するために建てられました。カードボード・カセドラルはその名の通り、特殊加工された紙を建築資材としています。教会自体はもちろん、内部にある祭壇もすべて紙管で作られました。紙とはいえ特別な加工が施されているため、50年間も使えるほど耐久性に優れています。美しいスタンドグラスを持つAフレームのおしゃれな大聖堂で、設計は日本人建築家の坂茂氏が担当しました。

カセドラルスクエア

かつて、クライストチャーチのシンボルとして、必ず観光ツアーにも組み込まれていた大聖堂。大聖堂前広場には食べ物やカフェの屋台が出ており、常に賑わいを見せていました。再建には莫大な費用がかかるとのことで、取り壊しの決定が為されたものの、強く反対する声も多く、今なお、大地震の爪痕を残したままの状態です。そして、変わり果てた姿の今も、多くの観光客がここを訪れ、今もなお、観光の目玉として君臨しています。

ハグレイ公園

ハグレイ公園はクライストチャーチの市内中心部にある面積165メートルの広大な公園です。クライストチャーチにあるハグレイ公園は、クライストチャーチの市内中心部にある面積165メートルの広大な公園です。園内を横切るリカトン・アベニューを境に、北ハグレイ公園と南ハグレイ公園に分かれています。ゴルフ、テニス、ラグビーなどさまざまなスポーツ施設があり、ジョギングや散歩、サイクリングも楽しめます。園内にあるクライストチャーチ植物園で四季折々の花々を鑑賞するのもおすすめです。毎年10月頃に見ごろを迎える桜並木もあり、ニュージーランドでお花見もできます。

クライストチャーチ植物園

クライストチャーチ植物園は、広大なハグレイ公園の約5分の1を占める約30haの大規模な植物園です。クライストチャーチ植物園は、広大なハグレイ公園の約5分の1を占める約30haの大規模な植物園です。春から夏（10～2月ごろ）にかけては、250種類以上



クライストチャーチ空港までは、約11kmあります。
 エアポートシャトルバスで行く。所要時間は約25分です。

ダウタウン 14 : 00 ⇒ 空港 14 : 20

武藤、渡辺、大塚、内田、秋田、野村、堀江、高井、小池、大石、堀江、田方 (12名)

クライストチャーチ YHA ピックアップ: Friday, 12 May 2017 2:00 p.m.
 下車 : Christchurch - クライストチャーチ国内空港 2:20pm
 クライストチャーチ CHC 16:00 NZ558 ⇒ オークランド空港 AKL 17:20
 オークランド 23:55 NZ87 ⇒ 香港 +07:30 2017.5.13 (土)

2017.5.13 (土) NZ4156 香港 14:00 ⇒ 名古屋 19:00

部屋割り : 朝食付き (9名)

- ・6 ベッドルーム ---- 高橋、河合、藪田、黒田、武田、塚原
- ・3 ベッドルーム ---- 片岡、塚原、川合

12、2017.5.13 (土)

クライストチャーチ YHA ピックアップ: 土曜 13 May 2017 2:35 p.m.
 下車 : Christchurch - クライストチャーチ国内空港 3:00pm
 クライストチャーチ CHC 16:00 NZ558 ⇒ オークランド空港 AKL 17:20
 オークランド 23:55 NZ87 ⇒ 香港 +07:30 2017.5.14 (日)

2017.5.14 (日) NZ4156 香港 14:00 ⇒ 名古屋 19:00

入国カードは、機内にて配布されます。到着前に記入を済ませましょう。また、記入のための筆記用具は予めご自身でご用意ください。

<記入にあたって>

- * 英語の大文字で記入してください。
- * 選択箇所は、該当のところに印を付けてください。
- * 表・裏両面を記入した後、切り取り線に沿って切り離してください。
- * 以下の 記入例は観光の目的で入国される通常の旅行者を対象としています。

入国カード記入例 (表)

New Zealand Passenger Arrival Card (December 2018)

1 flight number/ name of ship: 搭乗便名 (例/ NZ090)
 passport number: パスポート番号
 nationality as shown on passport: 国籍 (例/ JAPANESE)
 family name: 姓 (パスポートに記載のローマ字で)
 given or first names: 名 (パスポートに記載のローマ字で)
 date of birth: 生年月日 (day, month, year, 年)
 occupation or job: 職業 (例/ *①)

2a Answer this section if you live in New Zealand. Otherwise go to '2b'.
 How long have you been away from New Zealand? (years, months, days)
 Which country did you spend most time in while overseas?
 What was the MAIN reason for your trip? (business, education, other)
 Which country will you mostly live in for the next 12 months? (New Zealand, other)

2b Answer this section if you DO NOT live in New Zealand.
 How long do you intend to stay in New Zealand? (years, months, days)
 If you are not staying permanently what is your MAIN reason for coming to New Zealand? (a visiting friends or relatives, b business, c holiday/vacation, d conference/convention, e education, f other)
 Where did you last live for 12 months or more? (country, state, province, or prefecture, zip or postal code)
 国名 (例/ JAPAN)

PLEASE TURN OVER FOR MORE QUESTIONS AND TO SIGN

3 Tick the Biosecurity Notes
 Do you pack your own bags? 荷物は自分自身で詰めましたか? (yes)
 Are you bringing into New Zealand: 以下のものを持ち込んでいるか?
 a any food, including: cooked, uncooked, fresh, preserved, packaged or dried?
 b animals or animal products*, including: meat, dairy products, fish, honey and bee products, eggs, feathers, shells, raw wool, skins, bones or insects?
 c plants or plant products*, including: fruit, vegetables, nuts, parts of plants, leaves, flowers, seeds, bulbs, fungi, bamboo, cane, wood or straw?
 d other biosecurity risk items*, including: animal medicines, biological cultures, soil, water, articles with soil attached, tents, outdoor sport or hiking footwear? Equipment used with animals, soil or water, including for beekeeping, fishing, water sport or diving activities?
 In the past 30 days (while outside of New Zealand):
 e visited a forest or been camping, hiking or hunting?
 f visited a farm, abattoir, meat packing house or aquaculture facility?
 g had contact with any animals? (except domestic cats and dogs)
 List below all countries you have been in, in the past 30 days: 過去30日以内に訪れた国名を記入。なければ空白で

4 See the Customs Notes
 Are you bringing into New Zealand:
 goods that may be prohibited or restricted?
 goods over the personal concession for alcohol and tobacco products?
 goods over the NZ\$700 personal concession, or for business or commercial use, or carried on behalf of other persons?
 NZ\$10,000 or more, or the equivalent in foreign currency?

5 Do you hold a New Zealand passport or a New Zealand Returning Resident's Visa? Go to 8
 Are you a New Zealand citizen using a foreign passport? Go to 5
 Do you hold an Australian passport or an Australian Returning Resident's Visa? Go to 7

6 See the Immigration Rules
 All others apply for one of these 申請許可の種類
 I apply for: visitor's permit, residence permit, work permit, exemption from holding a permit, student permit, limited purpose permit
 - You must leave New Zealand before expiry of your permit, or face removal -
 Are you coming to New Zealand for medical treatment or consultation or to give birth? 治療、相談、出産の為の訪問ですか?

8 I declare that the information I have given is true, correct and complete.
 署名 (パスポートに記載の字体で) 日付 (日/月/年)
 signature X date

WARNING: Failure to make a correct declaration may result in an instant fine of \$200 or prosecution resulting in a fine of up to \$100,000 or imprisonment for up to five years.

* 番号 1 から 8 までを記入して下さい。旅行者、一次入国者は 2 b に記入し、2 a は記入不要です。 入国カード記入例 (裏)

* 番号 1 から 4 までを記入して下さい。
 旅行者、一次入国者は 4 に記入し、3 は記入不要です。

出国カード記入例

1 flight number/ name of ship: 搭乗便名
 passport number: パスポート番号
 nationality as shown on passport: 国籍
 family name: 姓
 given or first names: 名
 date of birth: 生年月日 (day, month, year, 年)
 occupation or job: 職業
 full contact or residential address in NZ: ニュージーランドでの住所 (初めに泊まったホテル)
 country you were born in: 自分が生まれた国
 overseas port where you will leave THIS aircraft/ship: 降機する空港

2 Which country will you next live in for 12 months or more?
 NZ or これから12ヶ月またはそれ以上住む予定の国

3 Answer these questions if you live in NZ, or lived in NZ until today. Otherwise, answer 4.
 I have lived in NZ for: 12 months or more or less than 12 months
 How long will you be away from NZ? (years, months, days)
 If you are not leaving permanently, what is the MAIN purpose of your trip? (visiting friends or relatives, business, holiday/vacation, conference/convention, education/medical, other)
 If you are NOT leaving permanently, which country will you spend most time in while overseas?

4 Visitor to NZ
 On this visit I have been in New Zealand for a period of: (years, months, days)

5 I declare that the information I have given is true, correct and complete.
 署名 (パスポートと同じもの) 日付 (日/月/年)
 signature X date

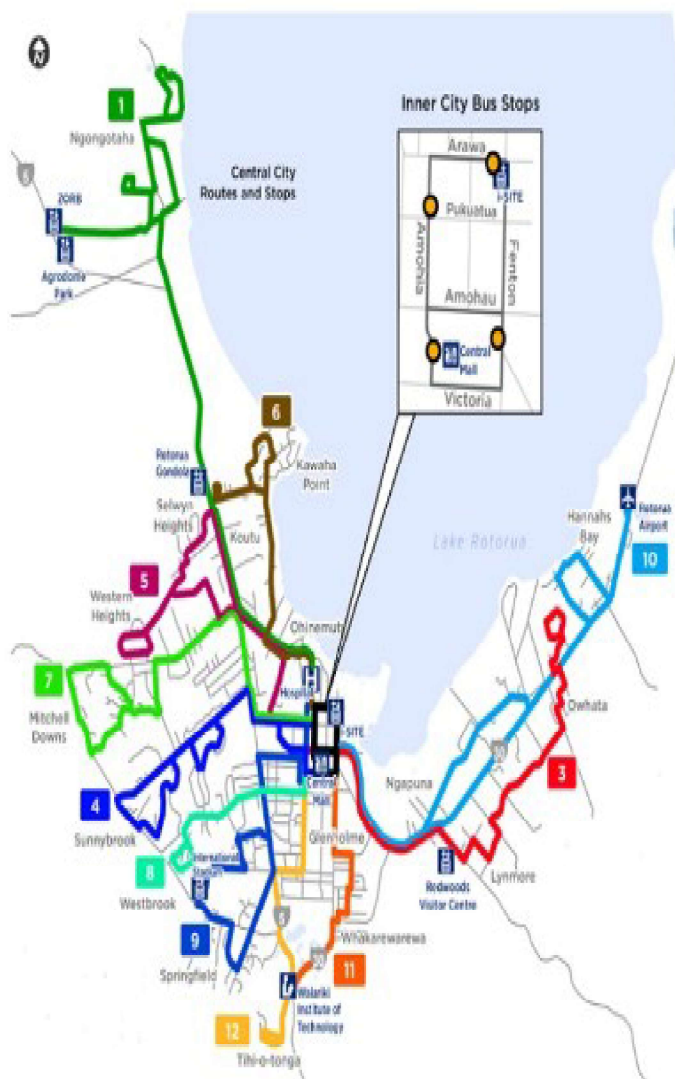
Please read the privacy statement on the other side before signing.

ニュージーランド

南太平洋に浮かぶ自然豊かな島国。キウイなど固有の動植物が多様な生態系を形成。世界有数の羊毛、酪農王国として知られており、羊の数は人口よりも多い。スポーツも盛んで、特にラグビーやヨットの分野では世界有数のプレイヤーを数多く輩出。

ニュージーランドは1年のどの季節に訪れても素晴らしい体験ができます。美しい森、固有種の動植物や数多くのアウトドア・アクティビティなどその魅力は尽きることはありません。またニュージーランドは異文化が融合された国であり、フレンドリーでホスピタリティ溢れるキーウィ(ニュージーランド人の愛称)が旅行者を歓迎します。日常の生活から離れ、リフレッシュの旅にでかけましょう。そして訪れた土地の風景、文化、そして空気を全身で味わってください！

ROUTE 01	NGONGOTAHA VIA RAINBOW SPRINGS/SKYLINE AND AGRODOME
ROUTE 03	OWHATA VIA LYNMORE AND THE REDWOODS
ROUTE 04	SUNNYBROOK VIA FORDLANDS
ROUTE 05	WESTERN HEIGHTS VIA SELWYN HEIGHTS
ROUTE 06	KAWAHA POINT VIA ROTORUA HOSPITAL
ROUTE 07	MITCHELL DOWNS VIA CLAYTON ROAD
ROUTE 08	WESTBROOK VIA MALFROY ROAD
ROUTE 09	SPRINGFIELD
ROUTE 10	ROTORUA AIRPORT VIA NGAPUNA AND OWHATA
ROUTE 11	POLYTECH VIA FENTON PARK AND TE PUIA
ROUTE 12	TIHI-O-TONGA VIA GLENHOLME AND POLYTECH



SERVICE UPDATES

Bayhopper network changes Whakatane and Eastern Bay Monday 22 August

誓約書

私は、2017年ロトルアマラソンツアーに参加するに当たり、自分自身が主催者となってこの旅を実施し、自分自身の健康管理と事故に細心の注意を払い、万一の事故については全て海外旅行保険により自分の責任で処理し、世話人、呼びかけ人に対して一切の損害賠償、責務の請求（家族も含む）を行いません。また、当日は安全第一に、マイペースで楽しんで参加します。同時に以下の項目にも同意し、誓約いたします。

2016年 月 日 本人署名 印

- 1、世話人、呼びかけ人等がケガ、病気などでツアーに参加できなくなったとき、会計などが代わって費用を引き出し、お世話することを了承します。
- 2、航空券（イーチケット）、海外旅行保険、マラソンエントリーフォームの記載事項等に間違いがないかどうか確認を依頼されたときは、速やかにチェックし、回答します。
- 3、このツアーは、お互い参加者が会計、点呼、誘導などを担当し、ドミトリルームに泊まり自炊し、自分たちで旅を実行する手作りの節約個人旅行であることを理解し、楽しい旅になるよう協力します。

JAPANESE BENTO VALUE SET



TEPPAN TERIYAKI CHICKEN

Chicken cooked Teppanyaki style with traditional teriyaki sauce

\$ 16.00

KARAAGE CRISPY CHICKEN

Crispy chicken with sweet ginger sauce

\$ 16.00

NUMBAN CHICKEN

Tempura chicken with sweet ginger sauce & special tartare sauce

\$ 17.00

SALMON SASHIMI (8 PIECES)

Fresh NZ salmon selected only the freshest for the best sashimi in town

\$ 19.00

KATSU TAMA

Deep-fried thick pork cutlet with onion & free-range egg simmered in sweet dashi sauce

\$ 17.00

PORK TONKATSU

Japanese famous thick-cut deep fried pork fillet at it's best

\$ 17.00

KAKUNI (PORK BELLY)

Pork Belly braised in special sweet ginger sauce

\$ 19.00

TEPPAN PRIME CUT BEEF SET

Teppanyaki Style w/ traditional teriyaki sauce

\$ 20.00

ニュージーランドの歴史

ニュージーランドは歴史の浅い国ですが、マオリとヨーロッパの伝統や文化を反映する、魅力溢れる豊かな歴史を持つ国です。マオリゆかりの地や、先祖伝来の「タオンガ taonga (宝物)」は、現在も保存され、中には1000年も前に遡るものも見られます。植民地時代の優雅な建物も多く残っており、マオリ文化とヨーロッパ文化の対比を目にすることができます。各都市を見て回れば、ニュージーランドが、二つの文化それぞれを尊重し合い、共存し、独自の文化を築いてきた国であることが分かるでしょう。

ニュージーランドでは、レストランやバーでも、通常のサービスにチップを渡す習慣はありません。しかし、特別なサービスを受けた場合や特に親切にしてもらった場合に、チップを用意するのは個人の判断に任されています。またホテルやレストランの請求にサービス料は含まれていません。

ニュージーランドの基礎知識

人口 403 万人 (2004 年)

GDP 800 億ドル (2004 年)

政策金利 7.00% (OCR)

格付け AAA (S&P長期)

正式名称：ニュージーランド / 首都：ウェリントン

英語表記：New Zealand

総面積：27.5 万平方キロメートル (日本の約3/4)

公用語：英語

ニュージーランドで旅行中に購入する一般的な品目について、料金の目安を提示しています。およそ

ホテルの朝食 NZ\$10- \$25

夕食(3コース、ワイン除く) NZ\$20 - \$50

ランチ スナック/サンドイッチ NZ\$5 - \$10

カフェでのランチ NZ\$10 - \$15.00

海外へ郵送するハガキの切手代 NZ\$1.50

ビッグマック ハンバーガー NZ\$3.95

カプチーノ一杯 NZ\$2.50 - \$3

コダックフィルム36枚撮り NZ\$7.95

ニュージーランドの文化

ニュージーランドは、ユニークでダイナミックな文化で知られています。先住民マオリの文化は、言語、芸術だけでなく、ニュージーランド人のアクセントにも影響を与えています。南太平洋に位置し、アウトドア好き、スポーツや芸術を愛するニュージーランド人の持つ文化は他国と比べても独特であることがわかります。