

■ 時期

2022年プレ・モンスーン、ポスト・モンスーン	2021年ポスト・モンスーン	2020年ポスト・モンスーン、2021プレ	2020年プレ・モンスーン
-------------------------	----------------	-----------------------	---------------

■ GHT 全踏破コース

ステージ V・VI 西ネパール全域大踏破	ステージ IV ガネッシュ → アンナプルナ 大踏破	ステージ II・III エベレスト → ランタン 大踏破	ステージ I カンチェン ジュンガルンバサンバ
-------------------------	-------------------------------	---------------------------------	-------------------------------

■ GHT ハイライトコース

8 フォクスンド湖とカンジロバ山群 16日間	5 アンナプルナ山群一周 17日間	2 エベレスト山群核心部 20日間	1 カンチェンジュンガBC 26日間
9 ララ湖と最西部の山 18日間	6 マナスル山群一周とマナスルBC 21日間	3 エベレスト山群核心部 横断 26日間	-
10 辺境高地 ドルポ 29日間	7 マナスル→アンナプルナ両山群一周とマナスルBC 32日間	4 エベレスト山群核心部からロールワリン山群 横断 34日間	-

■ 概念図

