



旅游书架

# Just Go

最新版 | 专注体验式旅行 |

✿ 读懂8城 ✿ 26项体验 ✿ 200+美图 ✿ 无限精彩 ✿

# 美国

✿ America ✿

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

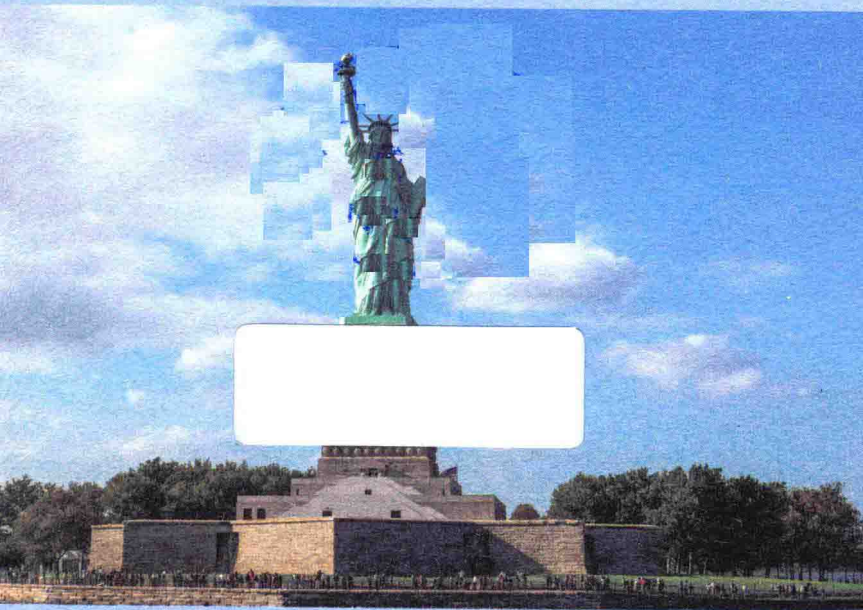
# Just Go

| 专 注 体 验 式 旅 行 |

# 美国

\* America \*

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

美国/《亲历者》编辑部编著. —北京: 中国铁道出版社, 2016.5

(亲历者. Just Go)

ISBN 978-7-113-21515-6

I. ①美… II. ①亲… III. ①旅游指南—美国  
IV. ①K971.29

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第034947号

书 名: 美 国

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策 划: 聂浩智

责任编辑: 王 宏

版式设计: 左小文

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮编: 100054)

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

版 次: 2016年5月第1版 2016年5月第1次印刷

开 本: 889mm × 1194mm 1/32 印张: 7 字数: 270千

书 号: ISBN 978-7-113-21515-6

定 价: 36.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部调换。

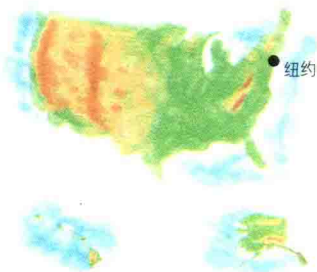
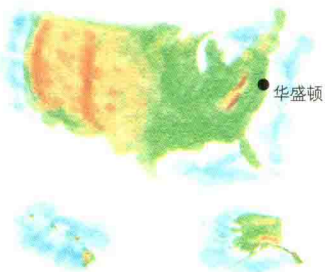
电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659

## 读懂美国

14/ 自由女神像：独立的象征

15/ 西部牛仔：马背上的英雄



### PART 1 华盛顿

华盛顿自由而威严，战争曾在这里划过，留下星条旗的心脏。游览国会大厦周边，国会大厦自不用说，还有三大博物馆之一的航空航天博物馆，然后前往自然历史博物馆，还有展品五花八门、妙趣横生的国家历史博物馆。最后游览包括华盛顿纪念碑、白宫、林肯纪念堂在内的众多地标景点。

#### 读懂 华盛顿 40

以总统为名的王者之城  
风姿万千的樱花

#### 华盛顿 3 种极致体验 43

城市建筑的精彩纷呈  
博物馆的艺术之旅  
秋水长天，湖光花色

#### 华盛顿 旅游攻略 50

交通 / 华盛顿城区图 / 住宿 / 美食

### PART 2 纽约

在纽约，不管是传统地标还是鲜为人知的小地方，从音乐、文化、艺术、历史到美食，你都能找到惊喜。不管你想步行还是乘地铁、公共汽车、豪华轿车和直升机游览纽约，一天二十四小时都有无数的机会。不走回头路，一天逛遍自由女神像、华尔街、时代广场、第五大道等纽约最著名的地标景点，还能体验百老汇的演出，最后以观赏洛克菲勒中心顶层的夜景结束。

#### 读懂 纽约 58

时尚之都的前尘往事  
霓虹灯下喧嚣的不夜城  
繁华而质朴的纽约印象

#### 纽约 3 种极致体验 62

世外桃源般的绿色空间  
梦之街——第五大道  
水泥森林，天罗地网

#### 纽约 旅游攻略 72

交通 / 纽约城区图 / 住宿 / 美食



- 17/ 好莱坞：电影的天堂
- 18/ 国家公园：旅游胜地的半壁江山
- 22/ 迪士尼世界：地球上最快乐的地方
- 24/ 美国名人：美国印象
- 26/ NBA：永不言败的梦之队
- 28/ 唐人街：华人天下
- 30/ 赌城：沙漠中的海市蜃楼
- 31/ 哈佛大学：美国高校教育的折射点

- 33/ 苹果公司：高科技时代的视觉魅力
- 35/ 感恩节：美国的文化指纹
- 37/ 肯德基：独特的快餐文化



洛杉矶



夏威夷

## PART 3 洛杉矶

在洛杉矶，总有一些新奇的事物等待着您去体验。星光大道是洛杉矶的绝对地标之一，在大道上可以参观中国剧院、杜比剧院，远观好莱坞的标志，并且可以和街头的艺人合照。前往盖蒂艺术中心，观赏摄影和艺术作品，盖蒂艺术中心还是俯瞰洛杉矶的绝佳地点。游览环球影城，傍晚时候，可以去著名的格里菲斯天文台欣赏夕阳。加州的迪士尼乐园非常大，吃喝玩乐一应俱全，在里面待上一整天也不会觉得枯燥。

### 读懂 洛杉矶

80

文艺都市的传奇  
捕捉天使之城浓郁的文化气息

### 洛杉矶 4种极致体验

84

欢乐迪士尼  
捕捉梦想之地的纯净  
漫步金色阳光海岸线  
品味艺术，感受异国风情

### 洛杉矶 旅游攻略

97

交通 / 洛杉矶城区图 / 住宿 / 美食

## PART 4 夏威夷

趁时间早去游览限人数参观的珍珠港，在欧胡岛最著名的威基基海滩休息，一边沿着海岸线开一边欣赏沿途风景，爬上大风口俯瞰整个檀香山。在波利尼西亚文化中心欣赏特色文化活动，晚上享用夏威夷传统的烤猪肉大餐。随后前往大岛，逆时针环岛欣赏大岛的海滩和自然风光。从大岛来到茂宜岛，在茂宜岛西部的海滩和小镇游玩，如果是冬天还能出海看鲸鱼。

### 读懂 夏威夷

104

缅怀历史，感受原住民风情  
打开心灵之门的草裙舞

### 夏威夷 3种极致体验

109

海上运动  
徒步远足，骑行夏威夷  
阳光、沙滩、海岸

### 夏威夷 旅游攻略

119

交通 / 夏威夷示意图 / 住宿 / 美食



## PART 5 旧金山

提起金门大桥、缆车、飞车追逐、嬉皮士、恶魔岛、渔人码头、诺布山……都会让人联想起多姿多彩的国际大城旧金山。先到渔人码头，预订一艘去恶魔岛的渡船，然后在等待的时间内游览渔人码头，然后去联合广场和艺术宫逛逛。接着前往旧金山的地标金门大桥，游览九曲花街，在唐人街逛一逛，还可以走到天后庙街和城市之光书店。最后前往金门公园，公园非常大，里面有很多可以参观的场馆、庭园。

### 读懂 旧金山

126

旧金山的过去和现在

前卫与不羁——包容的旧金山



### 旧金山 3种极致体验

132

漫步码头，享受风光无限

走访唐人街，领略东方风韵

徜徉金门公园，体验休闲时光

### 旧金山 旅游攻略

142

交通 / 旧金山城区图 / 住宿 / 美食

## PART 6 波士顿

波士顿既是美国最古老的城市之一，也是美国最年轻的城市之一。徒步的首站从自由之路开始。一天中在波士顿公园放松休闲，在波士顿海湾来顿晚餐，在三一教堂找一回心灵的归属，再到波士顿美术博物馆看一场展览。也可以一整天耗在哈佛与麻省理工里，感受世界顶尖高等学府的风采。

### 读懂 波士顿

150

现代与传统的交织

### 波士顿 4种极致体验

152

行走自由之路，呼吸一份活力

遍访学术之城

音乐与表演，聆听不同的声音

漫步教堂，体会信仰与情怀

### 波士顿 旅游攻略

166

交通 / 波士顿城区图 / 住宿 / 美食





## PART 7 西雅图

绝色美景，先进的科技再加上懂得享受人生的西雅图人，令西雅图成为美国人心中最适合居住的城市。前往文艺气息浓厚的华盛顿大学和音乐体验馆，登西雅图必游的太空针塔俯瞰城景，逛逛派克市场，然后到街对面的星巴克第一店喝一杯，前往航空博物馆参观，夜晚还可以在码头区品尝西雅图的风情晚餐。

### 读懂 西雅图

174

追寻翡翠之城的传奇

行走西雅图，品味咖啡文化

最真实的西雅图之声——垃圾摇滚

### 西雅图 3种极致体验

178

遍寻建筑之美

山水之间的旅行，从西雅图开始

艺术，想象之外的惊喜

### 西雅图 旅游攻略

189

交通 / 西雅图城区图 / 住宿 / 美食



## PART 8 芝加哥

高楼林立的芝加哥中，一座座高耸的摩天大楼形成了最为壮观的天空轮廓线。早上去寻找地标“大豆子”，下午乘坐游船欣赏建筑美景，傍晚爬上摩天大楼俯瞰天际线，最后吃一顿当地特色的深盘比萨。可以逛逛千禧公园，参观艺术博物馆，看古老天文台，登威利斯大厦俯瞰城景，更可以在海军码头大吃一顿，欣赏壮丽一英里的夜景。

### 读懂 芝加哥

196

风之城的往事

蓝调——听见你的声音

### 芝加哥 3种极致体验

200

摩天大楼的故乡

美丽湖滩，风情万种

来自文艺的呼唤

### 芝加哥 旅游攻略

210

交通 / 芝加哥城区图 / 住宿 / 美食

## 附录：信息指南

出入境指南 / 216

交通信息 / 217

货币与消费 / 219

实用旅行信息 / 220

常用英语 / 221

健康指南 / 222

索引

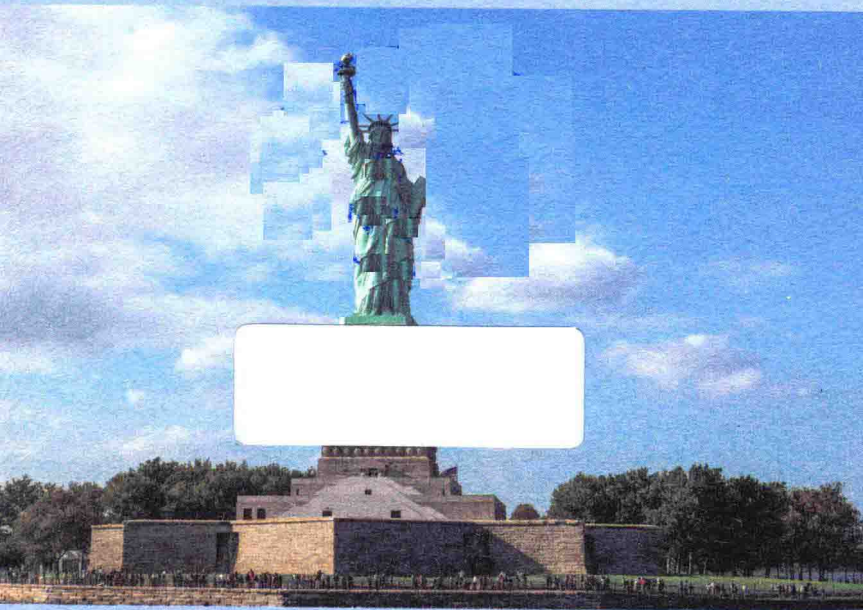
# Just Go

| 专 注 体 验 式 旅 行 |

# 美国

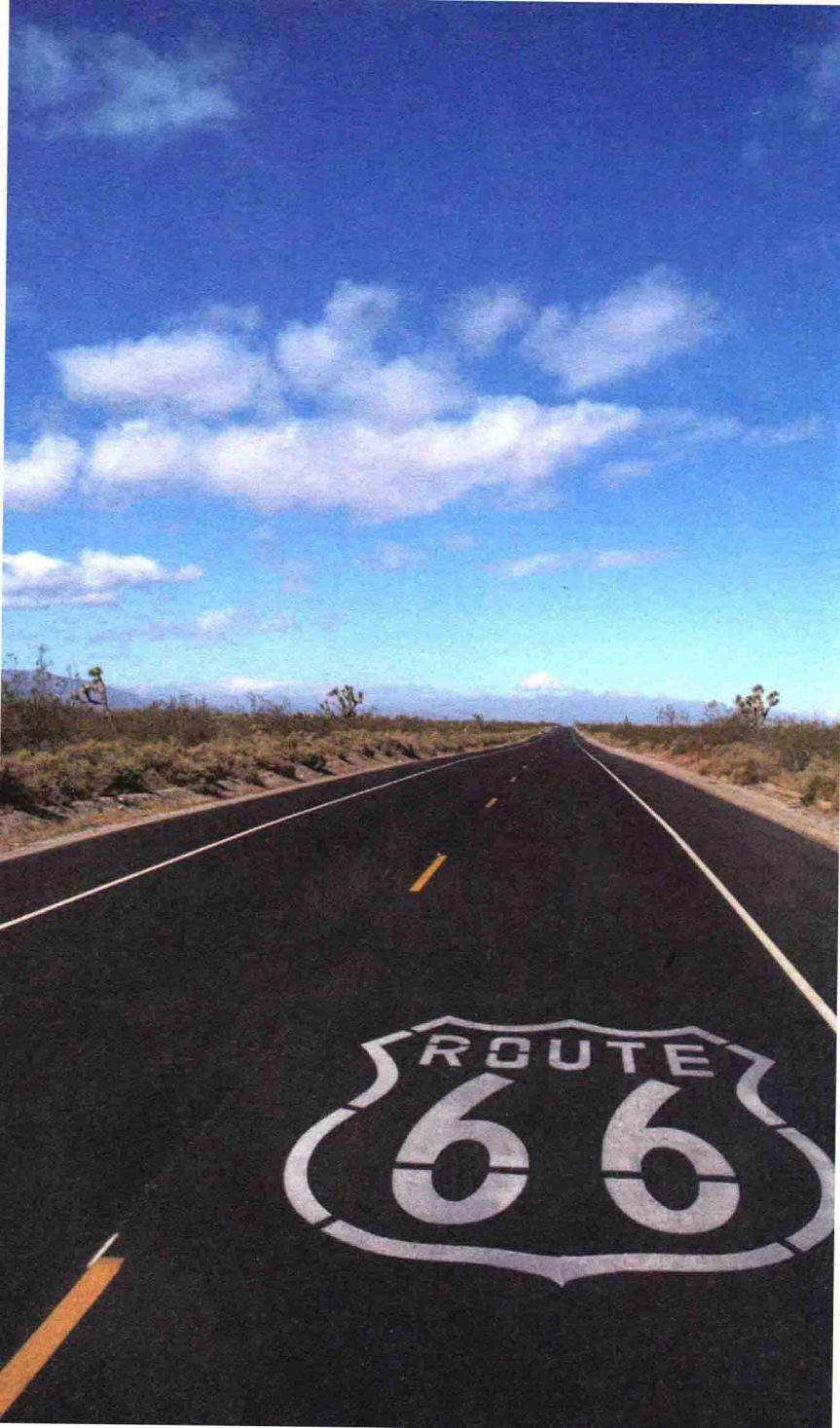
\* America \*

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE







# 前言

QianYan

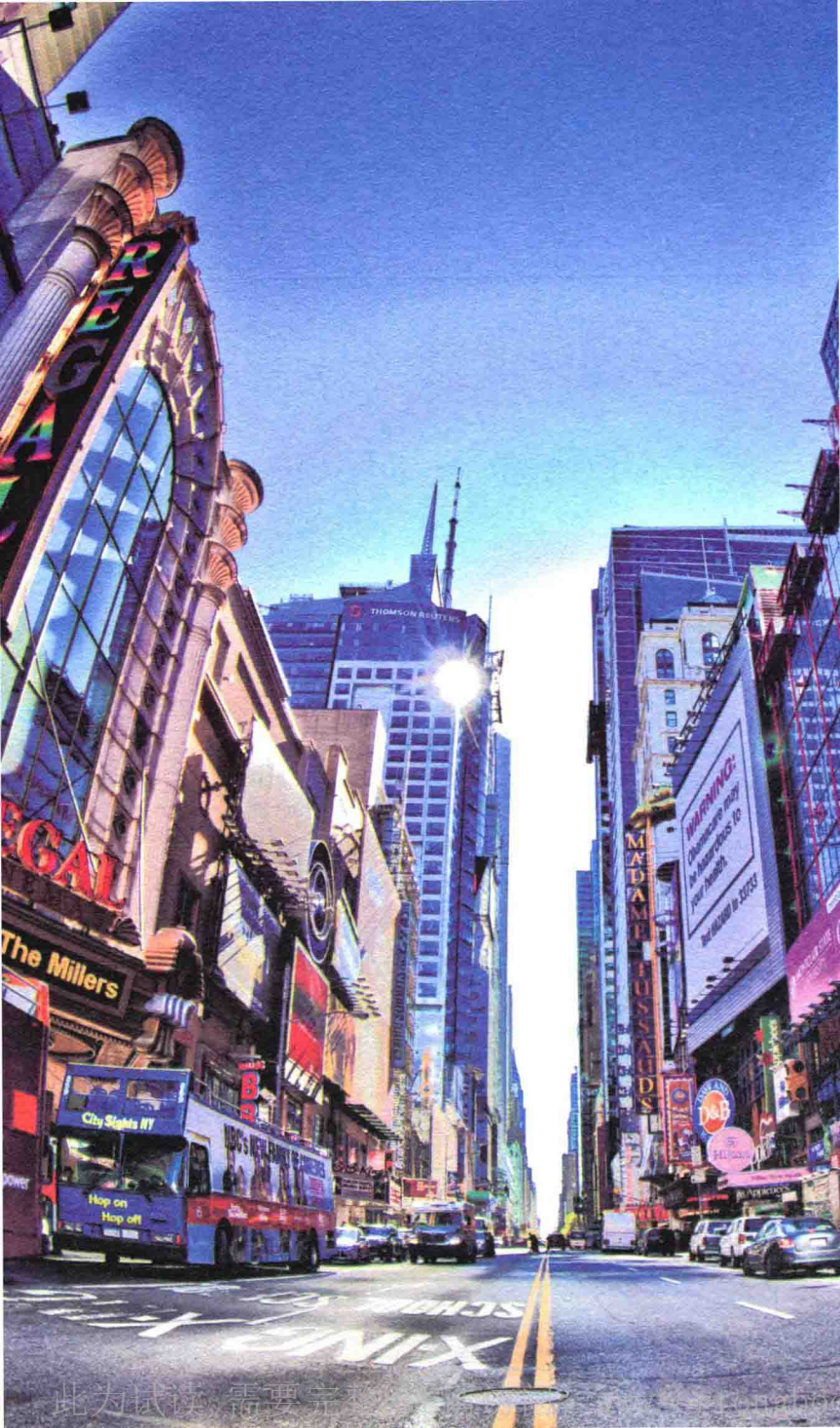
一谈起美国，大家脑海中就会浮现出那个犹如阿拉丁神灯的国度，许下愿望，便可达成。有梦想，怀激情，肯实干。在新大陆被发现的那一刻一直到今天，美利坚的魅力只增不减。

美国是沙漠中崛起的拉斯维加斯，是车水马龙的纽约城，是淘金致富的旧金山，是阳光沙滩的洛杉矶，还有不眠夜的西雅图，或者是壮丽绝美的国家公园、童趣梦幻的迪士尼和光影绚烂的好莱坞。美国给予我们一种有志者事竟成的信念，激发人们前去这片神奇的土地一探究竟的热情。

美国幅员辽阔，地形复杂。从佛罗里达温暖的海滩到阿拉斯加寒冷的北国地带；从中西部平坦广阔的大草原到终年冰雪覆盖的落基山脉，美国东部的大西洋沿岸多为平原丘陵，森林资源丰富，湖泊众多；中部的大平原是重要的农牧区，6400千米长的密西西比河纵贯南北，为世界第四长河。在大平原的西部大山区，有著名的科罗拉多大峡谷和黄石国家公园，靠太平洋的西海岸地区，有风光旖旎、阳光灿烂的加利福尼亚州，在北部近加拿大边界附近，有著名的五大湖游览区。此外，位于美国西面太平洋上的夏威夷群岛也是全球闻名的度假胜地。

美国是一个多民族的移民国家，融合了来自世界各地不同种族、不同民族的文化，自然使得美国的食物也融入了各种饮食文化、特色。美国人后来也创造了属于他们自己的饮食风格，特大啃、布法罗辣鸡翅、果塔饼干、夏威夷沙律等，都是不错的选择。

驰骋66号公路，看西部狂野。漫步迈阿密沙滩，邂逅火辣美女。光临华盛顿，窥探白宫风云。这个国度的一切都让人心醉，走一圈美国吧，寻一寻美国梦。





# 推荐人

DarentuJian



**hikari0211**

在百老汇看了我平生最爱的一场 SHOW——《歌剧院魅影》。看到 Phantom 那至死不渝的爱情，我哭得很惨，仿佛看见不久前的自己，为了爱情无怨无悔付出，却什么没有得到。太痛苦，太绝望了。音乐，布景，已经不是我贫乏的言语能够形容的了。



**陈61**

一进到中央车站真的被它雄壮的气势震慑到，非常非常美丽的建筑，还有迷人的灯光，自 1913 年启用到现在已有百年历史。建筑物是布杂学院派风格，可看到美丽的四面钟，四面钟的盘面都是用猫眼石做的，非常珍贵，还有天花板的星象图，那个气势真的无法透过照片传达出来，走到地下室会经过回声廊，和先生在那边尝试了对角说话，真的很有趣，大家记得尝试看看。再到有名的 Junior cheese cake 吃了一个起司蛋糕当下午茶，非常值得去。



**醉天**

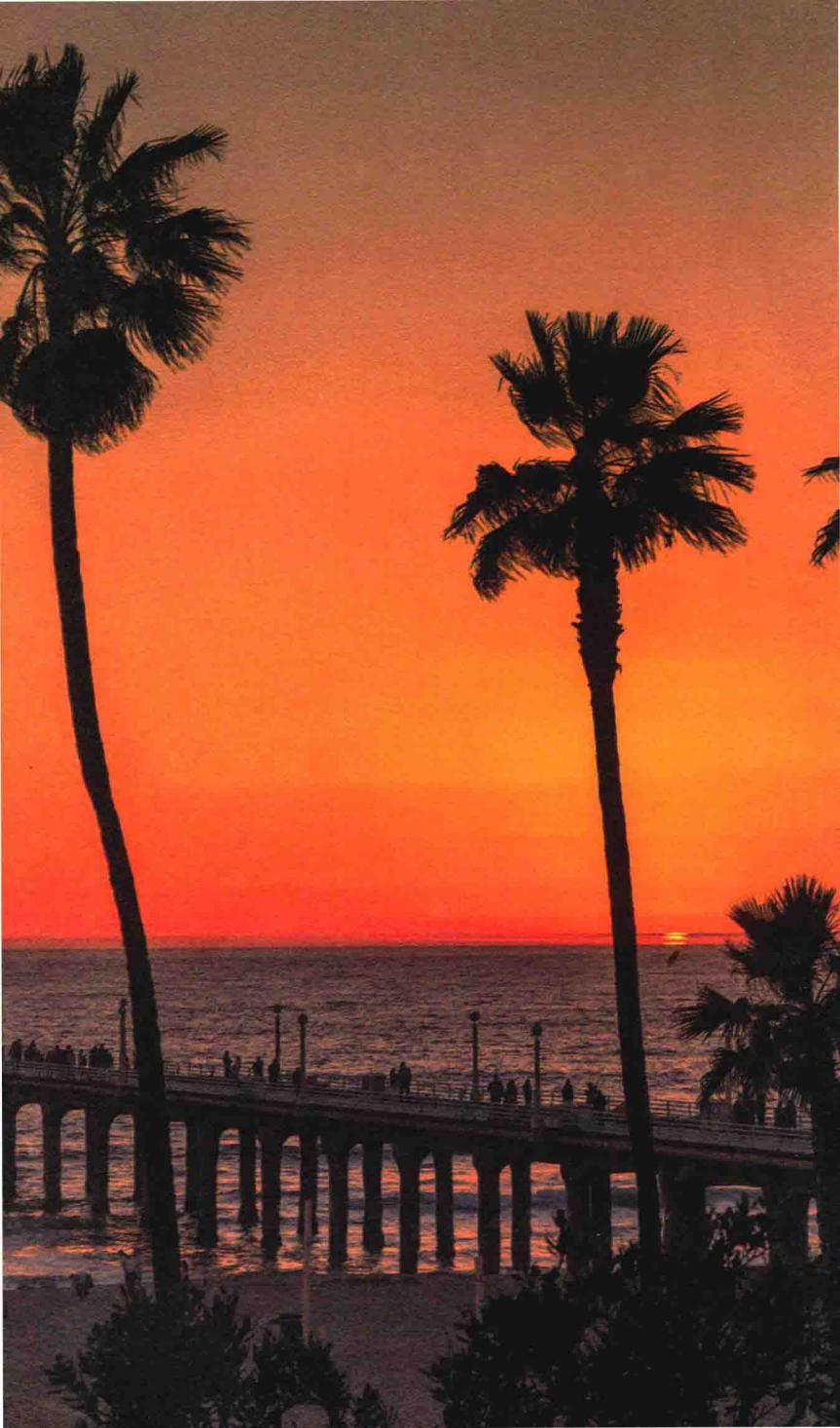
洛杉矶威尼斯海滩有好多鸽子、海鸥或者贼鸥，特别肥，完全不怕人，进到便利店里找食物，基本有吃的就什么都不顾了。这里是 66 号公路的尽头，有个牌子可以拍照，看着有点破但拍出来很美，就在码头上，旁边有个大停车场，好像是 12 美元随便停，免费的停车场都不在海岸边上。吃的有 5 美元的热狗，有冰激凌很好吃。在码头艺人的歌声里看夕阳还是很美的。



**爱拉德**

一路走过布鲁克林大桥，真的是人山人海，骑自行车的，走路的，开车的，混乱中又井然有序，不过拍照还是要多多小心躲避自行车。走在桥上可以看到远处的自由女神像、对面的曼哈顿大桥，一路走到布鲁克林看看纽约另一面。





# 概览美国



纽约时间: 19:00



洛杉矶时间: 22:00



北京时间: 8:00

美国从每年3月的第二个星期日至11月的第一个星期日采用夏令时,夏令时比正常时间早一小时。

## 平季 (3~5月、9~11月)

这两个季节既不太冷也不太热,游客相对较少。

## 旺季 (6~9月)

旅馆价格较高,旅游景点游客更多。

## 淡季 (11~12月)

天气比较冷,不过是滑雪的最佳季节。

北京已经开通了到西雅图的直飞航班。

西雅图

### 旧金山:

全年都适合旅游,每月都有节庆活动。

旧金山

洛杉矶

北京、上海、广州、深圳、香港每天都有航班直飞洛杉矶,东航还于近日开通了南京直飞洛杉矶的航线。

夏威夷

### 夏威夷:

12月中旬开始到复活节,或者6月中旬到9月初前往最适宜。

北京可以直飞美国纽约肯尼迪机场,北京、上海可以直飞纽约纽瓦克机场。

### 纽约:

4~7月是最佳旅游时间。

波士顿

纽约

华盛顿

芝加哥

### 芝加哥:

6~10月非常适合旅行,而且在这几个月期间还有机会赶上一些户外庆典。

北京、上海、香港等城市可以直飞芝加哥。

推  
行  
程  
荐

## 第一条经典路线

## 西海岸一周游

用7天的时间深入了解美国西海岸，去享受阳光、海风，更可以深入腹地，用脚步丈量那些神奇的地貌。你可以先去夏威夷待上几天，乘坐目前世界上最先进的亚特兰蒂斯观光潜艇，到太平洋海底去旅游。之后北上抵达洛杉矶，参观星光大道，在罗迪欧大道走一走，去比弗利山庄看一看，尽情享受加州的阳光。短暂停歇后来到了旧金山，在渔人码头感受海边气息，看慵懒的海狮和街头艺人表演，品尝香醇适口的爱尔兰咖啡。最后前往西雅图，逛逛当地市场，参观博物馆，漫步码头，来一次休闲之旅。



## 第二条主题路线

# 东海岸一周游

---

东海岸的行程从芝加哥开始，游公园，观赏喷泉，慢慢沿着密歇根大街从南向北逛一逛。而后去波士顿，这里有历史遗迹、优雅的公园和散布在各个角落的步行小路，只要你有一双好的徒步鞋，就可以尽情欣赏这座城市的美景了。下一站抵达美国最大的城市——纽约，前往哈得孙河口的自由岛参观自由女神像，去繁华的第五大道购物。最后抵达美国首都华盛顿，这座城市有着许多纪念堂、纪念碑、纪念公园，当然还有那大名鼎鼎的白宫。



# 目录

MULTI

前言

达人推荐

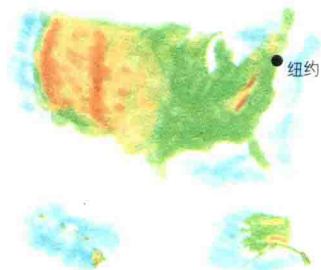
美国概览

行程推荐

## 读懂美国

14/ 自由女神像：独立的象征

15/ 西部牛仔：马背上的英雄



## PART 1 华盛顿

华盛顿自由而威严，战争曾在这里划过，留下星条旗的心脏。游览国会大厦周边，国会大厦自不用说，还有三大博物馆之一的航空航天博物馆，然后前往自然历史博物馆，还有展品五花八门、妙趣横生的国家历史博物馆。最后游览包括华盛顿纪念碑、白宫、林肯纪念堂在内的众多地标景点。

读懂

华盛顿

40

以总统为名的王者之城

风姿万千的樱花

华盛顿

3 种极致体验

43

城市建筑的精彩纷呈

博物馆的艺术之旅

秋水长天，湖光花色

华盛顿

旅游攻略

50

交通 / 华盛顿城区图 / 住宿 / 美食

## PART 2 纽约

在纽约，不管是传统地标还是鲜为人知的小地方，从音乐、文化、艺术、历史到美食，你都能找到惊喜。不管你想步行还是乘地铁、公共汽车、豪华轿车和直升机游览纽约，一天二十四小时都有无数的机会。不走回头路，一天逛遍自由女神像、华尔街、时代广场、第五大道等纽约最著名的地标景点，还能体验百老汇的演出，最后以观赏洛克菲勒中心顶层的夜景结束。

读懂

纽约

58

时尚之都的前尘往事

霓虹灯下喧嚣的不夜城

繁华而质朴的纽约印象

纽约

3 种极致体验

62

世外桃源般的绿色空间

梦之街——第五大道

水泥森林，天罗地网

纽约

旅游攻略

72

交通 / 纽约城区图 / 住宿 / 美食