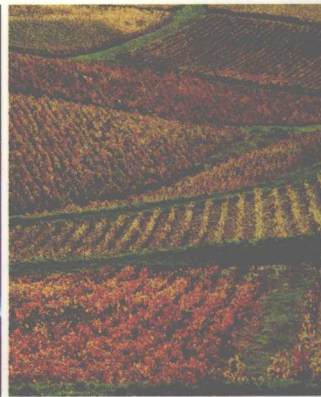
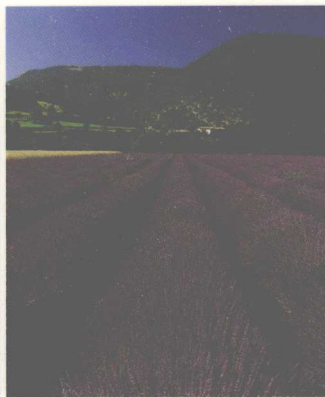




Welcome to Rhone Alpes France

法国 罗纳-阿尔卑斯大区 旅游指南



法国罗纳-阿尔卑斯大区旅游局

上海锦绣文章出版社

上海故事会文化传媒有限公司

RhôneAlpes
rhonealpes-tourisme.com

 上海文艺出版(集团)有限公司

图书在版编目(CIP)数据

法国罗纳-阿尔卑斯大区旅游指南/叶孝忠著. - 上海: 上海锦绣文章出版社, 2010.7初版

ISBN 978-7-5452-0581-7

I. ①法... II. ①叶... III. ①旅游指南-法国 IV. ①K956.59

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第058674号

书 名: 法国 罗纳-阿尔卑斯大区 旅游指南

策 划: 法国罗纳-阿尔卑斯大区旅游局
上海故事会文化传媒有限公司

出 品 人: 何承伟

统 筹: 路诚洁

作 者: 叶孝忠

责任编辑: 夏青根

装帧设计: 王 伟

责任督印: 张 凯

出 版: 上海锦绣文章出版社·上海故事会文化传媒有限公司

发 行: 上海文艺出版(集团)有限公司

电话: 021-60878676

021-60878682

传真: 021-60878662

地址: 上海市打浦路443号荣科大厦1501室

邮箱: wyfx2088@163.com

邮编: 200023

印 刷: 上海中华商务联合印刷有限公司

经 销: 新华书店

版 次: 2010年7月第1版第1次印刷

规 格: 787×1092 1/16 印张11.25

书 号: ISBN 978-7-5452-0581-7/K·186

定 价: 48.00元

如发现本书有质量问题, 请与印刷厂质量科联系 Tel: 021-59226097

版权所有·不准翻印



上海故事会文化传媒有限公司 出品 (00339) www.storychina.cn

上海故事会文化传媒有限公司所有图书可办理邮购, 免收邮费(挂号除外)

汇款地址: 上海市南绍兴路74号(200020); 收款人: 上海故事会文化传媒有限公司 联系电话: 021-54667910

法国 罗纳-阿尔卑斯大区 旅游指南

Welcome to Rhone Alpes France



Rhône-Alpes
rhonealpes-tourisme.com

法国罗纳-阿尔卑斯大区旅游局

上海锦绣文章出版社
上海故事会文化传媒有限公司



法国 罗纳-阿尔卑斯大区在欧洲的地理位置



法国 罗纳-阿尔卑斯大区地图



Welcome to Rhone Alpes France

L'histoire des relations entre Rhône-Alpes et la Chine est marquée du sceau d'une longue tradition d'échanges économiques et culturels, dont l'origine se fonde dans l'épopée de la Route de la Soie. Elle est fortement empreinte de l'aventure de l'Institut franco-chinois de Lyon, qui vit le jour à l'orée du 20^e siècle au fort de Saint-Irénée de Lyon. Plus de 470 étudiants, représentant la nouvelle génération des cadres de la Chine, séjournèrent ainsi entre Rhône et Saône de 1921 à 1946, renforçant l'amitié et la compréhension mutuelle entre les femmes et les hommes de nos deux territoires.

La vitalité des partenariats s'explique aussi par la force et la constance des liens institutionnels. Depuis vingt-quatre ans, le Conseil régional Rhône-Alpes et la Municipalité de Shanghai font vivre une amitié riche qui irrigue les champs d'une coopération foisonnante. J'ajoute que, depuis 2008, notre partenariat est scellé par un « jumelage », qui unit nos destinées.

Cette dynamique régionale est confortée par la mobilisation d'Entreprise Rhône-Alpes International (ERA), notre opérateur rhonalpin pour le développement économique à l'international. En Chine, ERA est implanté à Pékin, Shanghai et Hong Kong et a déjà accompagné plus de 600 entreprises rhônalpines dans leurs projets de développement sur le marché chinois.

En 2010, l'Exposition Universelle de Shanghai représente une chance d'impulser de nouvelles dynamiques de développement pour une autre forme de gouvernance mondiale. Le thème fédérateur « Meilleure Ville, Meilleur Vie » exprime les attentes majeures de notre temps, face à l'urbanisation galopante, à la saturation des espaces agricoles et naturels, à la pollution de notre environnement.

C'est particulièrement vrai pour ce qui concerne les espaces touristiques qui font la richesse de nos territoires : montagnes, lacs, rivières, espaces naturels, mais aussi patrimoine urbain, sans oublier la richesse de nos terroirs, la tradition et l'innovation gastronomique de nos chefs.

Le Pavillon Rhône-Alpes a été conçu comme un outil de valorisation des savoir-faire régionaux en matière d'éco-construction. Espace de conférences, de démonstrations, de rendez-vous professionnels, le Pavillon Rhône-Alpes est aussi le reflet de l'excellence rhonalpine en matière de gastronomie et de formation, avec le restaurant-école Paul Bocuse.

Avec l'Exposition Universelle de Shanghai, notre partenariat exprime une nouvelle fois sa richesse et sa force, au service d'une amitié fertile et du plaisir toujours renouvelé de nous rencontrer.

Jean-Jack QUEYRANNE
Président de la Région Rhône-Alpes

序言

法国罗纳-阿尔卑斯大区和中国在经济文化交流始于丝绸之路，可谓历史渊源深厚。

此关系更于20世纪初随着里昂的里昂中法大学建成和发展而更进了一大步。1921—1946年，470多名学生生活在罗纳河和索恩河河畔，他们加强了两地人民之间的友谊，加深了对彼此的了解。

这种充满活力的伙伴关系还得益于两地持续紧密的机构合作。24年来，罗纳-阿尔卑斯大区委员会和上海市政府积极致力于友好合作，特别是2008年合作伙伴关系协议更加把我们的命运紧紧联系在一起。

我们的国际经济促进机构法国罗纳-阿尔卑斯大区企业国际发展协会(ERAI)落户中国更加巩固了这一地区间的合作。在中国，ERAI已经在北京、上海和香港都设置了办事处，并帮助600多家大区企业成功进驻中国市场。

对于以旅游为生的我们来说，这点显得尤为重要：山、湖、河流、自然保护区，还有城市文化遗产，当然也不要忘了我们地区丰富的资源，传统美食和创新美食。

2010年的上海世博会是推进国际事务合作的另一次良好契机。主题“城市让生活更美好”表达了当前人类在城市化进程飞速发展，农业和自然空间缺乏以及环境污染的现状下对未来生活的期望。罗纳-阿尔卑斯大区展馆即是展现我们地区高水平节能建筑的一个载体，有会议室、展览厅和专业洽谈室。罗阿地区馆同时也反映了我们地区著名的美食和教育，如保罗-博古斯烹饪学院餐厅。

上海世博会使我们的合作关系再次迸发生机，我们每一次相会都是友谊的加深和快乐的延续。



让-雅克·凯拉纳

法国 罗纳-阿尔卑斯大区主席

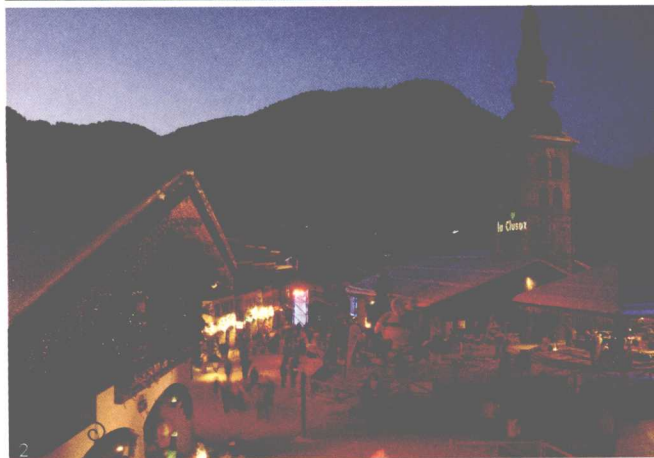
目录

罗纳-阿尔卑斯大区简介	006
罗纳-阿尔卑斯大区 北部	020
罗纳省 里昂 薄酒莱	
安省 贝胡吉 同博 布雷斯	
罗纳-阿尔卑斯大区 南部	060
德龙省 罗纳河谷 罗芒 奥特瑞夫	
格里尼昂 尼翁 旭兹拉汝斯	
阿尔代什省 阿尔代什峡谷 特色小镇	
罗纳-阿尔卑斯大区 东部	096
萨瓦省及上萨瓦省 莱蒙湖周边及依云	
勃朗峰霞慕尼 梅杰夫	
安纳西湖	
布尔杰湖及艾克斯雷班	
尚贝里 三峡谷滑雪场	
伊泽尔山谷	
瓦努斯自然公园	
察特勒兹自然公园	
伊泽尔省 察特勒兹自然公园 格勒诺布尔	
维尔科自然公园 艾柯朗自然公园	
阿普德维兹 双阿尔卑斯	
罗纳-阿尔卑斯大区 西部	146
卢瓦尔省 圣艾蒂安	
罗纳省 罗纳山谷北部的葡萄酒区	
罗纳-阿尔卑斯大区年度主要节庆活动安排	160
罗纳-阿尔卑斯大区寻梦旅程	166
法国旅游小贴士	174

罗纳-阿尔卑斯 大区简介

地理特色

从地图上去看法国的地形，骤眼看来像一个五角形，又像一个高大有型的汉子穿上了大阔袍，迎着风把手脚都尽量撑开，享受着疾风激荡，流满爱冒险与追求浪漫的风情。是的，这块全名叫法兰西共和国的土地，经过漫长而动荡的历史洗礼，却洗不去无尽的风流，连名字都带着华丽的丰采。法国的个性像一个感性多变的女子，不喜欢束缚，热爱生命也热爱自由，喜欢追寻刺激也爱安逸和现代化，当游历这个国家时，最好带着一份纯真的幻想力，把家乡的偏见暂时抛开，好好地沉浸在多样化的法兰西风情中，尽情享受。



在红白蓝三色的国旗下，法国宣扬着“自由、平等、博爱”的精神，以文化艺术、传统工艺、乡村美景、山川河流、时尚名城、红酒、美食、苗条淑女、风度型男等等扬名于世。法国由26个大区组成，其中本土有22个，另有四个为海外属地，总面积达647,843平方公里，相当于107个上海市那么大，是西欧最大的国家，世界排名第47位。

法国的地理环境多变，平原与陡峭高山共存，首都巴黎位于巴黎大区，若把法国当作一位真汉子，巴黎就在他的心胸地带，理所当然地成为最注目的地方。然而，相对于时尚及传统文化混杂的巴黎大区，位于“左大腿”位置的东南部则是酷爱大自然与冬季运动者的朝圣之地。这个大区与瑞士及意大利

共用山区边界，名称来自一河一山，一边是无时无刻的流动，时而安静时而奔流咆哮；另一边则要与天比高，接近天际的山峰，似是万年寂然不动，又似拒人于千里之外，只让够勇敢和有毅力的勇士去靠近。这样的大区令居民培养出山河俱在的个性，需要沉着时够冷静，面对挑战时不退缩，所以这里的大自然探索活动种类特别多样化。

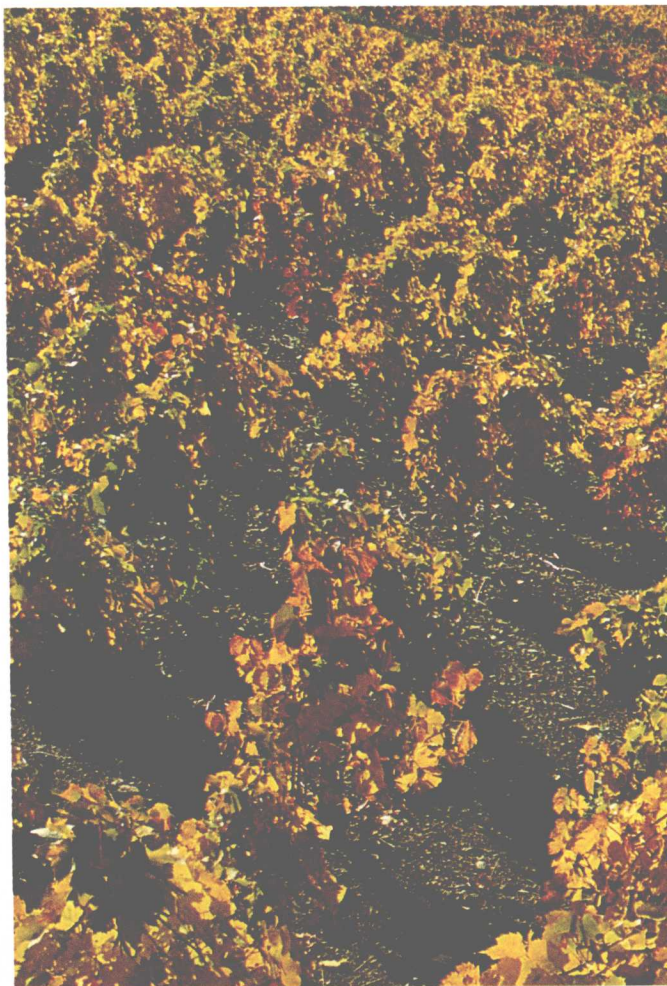
罗纳—阿尔卑斯大区的山脉绵延至意大利与瑞士的边境，处于西欧的交叉地段，是法国第二大区，亦是仅次于巴黎大区的高度发展区域。大区面积约为45,000平方公里，2006年的普查人口达600万。区内现有9所大学，40多所高等专科学校，大学生达23万名，占人口比例颇高。



罗纳河是大区命脉

罗纳河是法国五大主要河道之一，全长812公里，而上海的苏州河全长125公里，即罗纳河相当于6.5条苏州河那么长。且罗纳河其中522公里在法国境内，流经20个省，连接欧洲北部及地中海，源头来自瑞士瓦莱州海拔1753米的圣哥达峰隆冰川，徐徐而下并贯穿法国南部，在里昂与索恩河汇合向南流动，穿过阿尔卑斯山和中央高原之间的平原地带再流入地中海。由于水流湍急及河道宽阔，罗纳河早在远古时期已是西欧的重要商用河道，带来了人员、物资互相交流的契机。

1. Vignoble du Beaujolais (69) © RA
Tourisme / JB. Laissard



山水之间总是灵气之地，罗纳河除了为法国增添商机与生气，亦是法国人创作灵感的泉源。生于与罗纳-阿尔卑斯大区相邻的普罗旺斯大区的法国诗人弗里德里克·米斯特拉尔(Frederic Mistral, 1830-1914)，就于1897年创作了著名的长诗《罗纳河之歌》，歌颂这条大河的多样化及重要性。这位诗人被评为“诗作具备新颖的独特性和真正灵感，忠实地描绘了自然景色及其人民的乡土感情”，于1904年与西班牙的剧作家兼诗人何塞·埃切加赖·依·埃伊萨吉雷(Jose Echegaray y Eizaguirre, 1832-1916)同获诺贝尔文学奖。

罗纳河于夜色下别有一番风韵，灯光下的倒影

另有番味道，举世知名的荷兰后印象派画家文生特·梵高亦被罗纳河迷倒，他于1888年迁到法国南部的亚耳城居住，经常在河边流连闲逛，当时就创作了名画《罗纳河上的星夜》(Starry Night Over the Rhone)，蓝色主调抹上黄调的星光和沿岸灯火，一对男女在河畔牵手夜行，那是罗纳河最典型的浪漫之夜。星际转移，罗纳河畔见证了不同年代的爱侣，绵绵情话就随河水而去，画家把一刹那的观感以画笔记下来，等候世人感受那种细腻的感情变化。该画现时收藏于法国巴黎的奥塞美术馆。

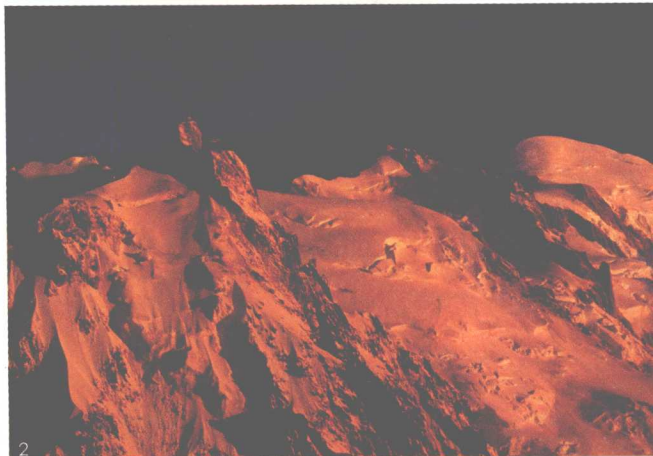


勃朗峰挑选幸运儿

在罗纳-阿尔卑斯大区有许多座高耸入云的山峰，顶端是白皑皑的万年冰川，等着挑战者去征服它，或者被它征服。当肉体谦卑地攀山越岭，俯首低头匍匐前行之际，最能感受到人类的渺小，现代人与远古的祖先一样，渴望和自然和谐共处，那亦是法国人广义的平等与博爱精神。

法国境内的阿尔卑斯区是拿破仑时代率领大军进攻意大利的路线之一，险峻的山峰见证了历史伟人曾经燃烧过的雄心。大区拥有阿尔卑斯山脉最着

1. Jeune cavalier au Vol des Confins-Aravis(74) © RA Tourisme / P. Smit
2. Mont Blanc et l'Aiguille du Midi (74) © OT Chamonix / M. Colonel
3. Sommet du Mont Blanc(74) © OT Chamonix / P. Labarbe



名的第一高峰——勃朗峰(le mont Blanc)，这个山脉的顶点被喻为“法国人的骄傲”，高度在4807—4810米，是西欧的最高峰。作为城市人也许无法想象勃朗峰到底有多高，但应该知道上海第一高的上海环球金融中心有492米高，勃朗峰大约是把10座大楼垂直叠在一起的高度，举头上望，顶端无疑是最接近天际了。

一般情况下，海拔高度每升高1000米，气温就大约下降6℃。一寸高，一分寒，登山的挑战除了来自刺骨的寒风外，还有日渐稀薄的空气。海拔3000米的高度，空气含氧量只有70%，令人开始出

现高山反应；而到接近5000米时，空气含氧量便降至55%左右，若未能适应高山反应，轻则晕眩头痛不适，重则短时间内毙命。

有资格攻顶的都是山神挑选的幸运儿，不是每个人都有那份超越人类极限的坚毅，但阿尔卑斯山并没有拒绝任何人，区内设有多个国际知名的冬季运动站，按不同高度提供各项适宜的活动。无论是滑雪、登雪山、溜冰、乘雪橇，来到这里的人，都能按各自的体力和喜好找到乐趣，严寒的天气保护了天然环境，也保住了区内的经济命脉。



里昂的古今融和

罗纳-阿尔卑斯大区划分为安省、阿尔代什、德龙、伊泽尔、卢瓦尔、罗纳、萨瓦、上萨瓦等8个省、有近3000个市、镇。其中首府里昂是法国第二大城市，早在公元2世纪，凯撒便将里昂建设成罗马帝国加利亚殖民地的首都，1000年后更成为丝绸之路的西方终端点，足见当时已十分繁盛。现在里昂市内仍能见到罗马时代遗留下来的城墙及圆形广场遗迹。

已有2000年历史的里昂市有两座罗马圆形剧场，分别是大剧场和较小的欧德翁剧场。大剧场是法国最古老的剧场，建立于公元前15年，可容纳3

1. Lyon(69)-Les Berges du Rhone ©
RA Tourisme / M. Bougy



万人，现今仍然可用作表演场地。里昂和国家首都巴黎关系密切，自从法国新增了高速火车(TGV)后，从巴黎到里昂只需两个小时，火车已成为穿梭于国内城镇最便利的交通工具。

里昂于1998年被联合国教科文组织评为世界遗产，是全区政治、经济和文化中心，设有现代化剧院、艺术博物馆和葡萄酒博物馆，同时亦是国家工业的摇篮，主要工业包括丝织、发电、炼铝、钢铁、煤炭、石油化工及电子等等，另有化工产品包括有机化肥、塑胶及各类药品等等。

除了深厚的文化根基和历史建筑，里昂也是现代化的都市，国际刑警组织国际总部就设在这里，还于2000年举行了国际刑警首届金融罪行国际会

议，120多名来自60个国家的国际刑警会员国国家中心代表，以及全球各地执法机关成员聚首，共商如何打击金融犯罪活动，加强情报互换及识别新的犯罪手法。

另外，大区内的科研工业亦不可小觑，区内公立及私立的研究室总共有600多个，其中有两万名科研人员埋首研究各样新发明，最终惠及全人类的福祉。

大区内的农业亦相当发达，盛产谷物、畜牧产品及水果蔬菜，也是国内葡萄栽培和葡萄酒生产的重要地区，为法国的红酒事业贡献良多。大区沉着中充满活力，与德国的巴登-符登堡州、意大利的伦巴第大区和西班牙的卡塔卢尼亚地区建立了合作关系，统称为“欧洲四个发动机”。

罗纳-阿尔卑斯大区的旅游及商业活动十分发达，区内设有28个会议中心，加上各区域在全年四季均有不同卖点，每年约有3000万旅客源源不断访此大区，每年商业旅游的收益达8亿欧元，在法国仅次于巴黎大区和普罗旺斯大区。

在这个大区里，旅客既能感受到大城市里昂的现代化与历史感，亦能纵横大自然间寻找无尽乐趣。区内的气候就如平原到勃朗峰之间那么起伏多变，由于大区位于阿尔卑斯山和中央高原山区一带，离地中海也不远，理所当然地会受到混杂的地理气候影响，夏秋时分天气暖和湿润，7、8月份的平均气温约20℃，其中里昂等城市的全年平均日照时间达1976小时，在充沛的阳光照耀下，一年四季均是理想的旅游目的地。大区的南部较为干燥，山区则大多潮湿，整体雨量十分充足，既令该区的酒庄遍地开花，红酒事业欣欣向荣，亦成就了茂密的森林和亮丽的郊野景致，吸引了全世界爱好自然的旅客的注目。

冬天，阿尔卑斯山区吹来阵阵冷风，故大区的天气特别寒冷，1至12月的平均温度仅2℃-3℃左右。漫长而严寒的冬天经常下雪，山区悄悄地铺上层层白雪，自然成就了不同特色的冬季运动场地，大区顿时成为业余滑雪爱好者的游乐胜地。



法国罗纳-阿尔卑斯大区气候

气候类型 大陆地中海性气候
平均气温 夏季：19.6℃，冬季：3.4℃
平均日照 每年1976小时（里昂）
平均降雨量 夏季：71.3毫米；冬季：55.9毫米，
每年相当于824.8毫米（里昂）

法国罗纳-阿尔卑斯大区天气统计

本月	平均气温 (℃)	降雨量 (毫米)
1月	2.6	54.1
2月	4.5	54.5
3月	7.2	62.9
4月	10.3	67.8
5月	14.3	86.0
6月	17.9	76.6
7月	20.8	60.6
8月	20	76.7
9月	17.1	75.2
10月	12.5	79.5
11月	6.7	71.4
12月	3.2	59.2

1. © RA Tourisme
2. Raquettes autour de Chamonix Mont Blanc (74) © OT Chamonix / P. Labarbe



