

ZITC
读行天下

读行天下
自助游系列

海外版

好吃+好玩+好看

全球旅行专家
为中国人量身定做
7天海外自助游

海外一周自助游

21种全球热门度假主题攻略 即使语言不通 也让你放心周游世界

规划行程、办签证、买机票、换外币、预订饭店、

交通换乘、好吃好买、特色住处……

您想到的都会有，您想不到的也能帮您解决！

[韩]郑淑永 尹英珠 编著

读行天下《中国自助游》编辑部 审校

中国最畅销
读行天下自助游团队

+

韩国最著名世界旅行专家
强强联手打造
全新一代
自助游

这本书保证让你做到：

- 不再浪费大量时间查资料、做攻略
- 不再担心吃、住、行
- 不再担心语言不通、自助不便

Overseas Travel Guide

唐建军 王同译

For A Week Vacation

北京联合出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

海外一周自助游 / (韩) 郑淑永, (韩) 尹英珠编著; 唐建军,

千日译. — 北京: 北京联合出版公司, 2013.1

ISBN 978-7-5502-1262-6

I. ①海… II. ①郑… ②尹… ③唐… ④千…

III. ①旅游指南—世界 IV. ① K919

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 302306 号

北京市版权局著作权合同登记图字: 01-2012-8350

海外一周自助游

项目策划 紫圖圖書 ZITO®

丛书主编 黄利 监制 万夏

责任编辑 喻静

特约编辑 康洁 林玲 郑玮

装帧设计 紫圖装帧

일주일 해외여행

Copyright © 2012 by Chung Sook young & Yoon Young joo

Simplified Chinese copyright © 2013 by BEIJING ZITO BOOKS CO., LTD.

This Simplified Chinese edition was published by arrangement with HEALTH CHOSUN Co.,Ltd.

through Agency Liang

All rights reserved.

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷 新华书店经销

210 千字 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 29.5 印张

2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-1262-6

定价: 89 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换

纠错热线: 010-64360026-180



读行天下
自助游系列

海外版

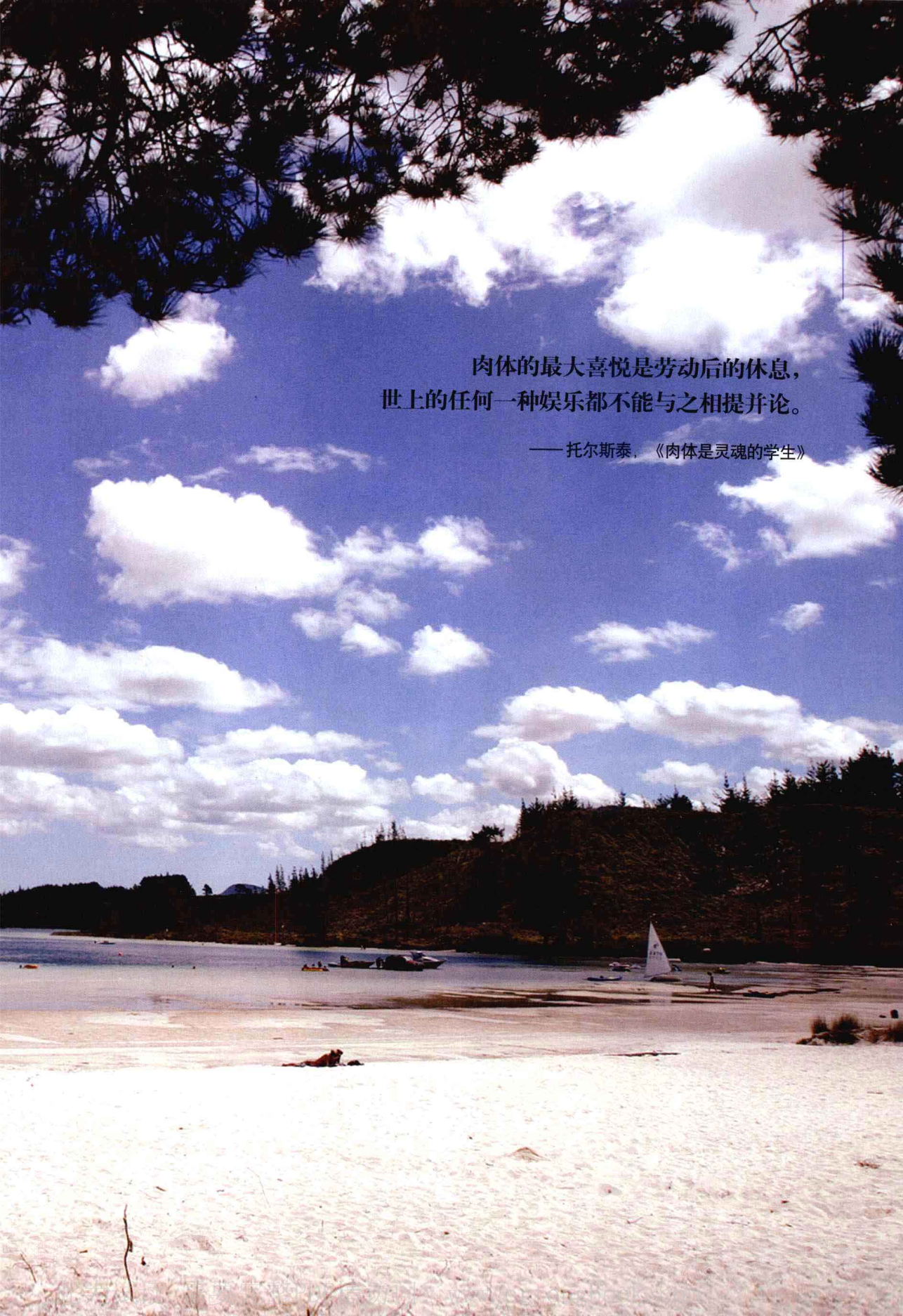
1年1次，只为自己量身定制的精彩假期

海外一周 自助游

[韩] 郑淑永 尹英珠 编著
唐建军 千日 译

北京联合出版公司





肉体的最大喜悦是劳动后的休息，
世上的任何一种娱乐都不能与之相提并论。

——托尔斯泰，《肉体是灵魂的学生》









能让你领悟到人生真谛的场所往往是在碧空之下，
而不是在电脑前。

—— 高桥步，《LOVE & FREE》









这本书是为一年中 那令人心动又弥足珍贵的一周所准备

在职场疲于奔命的那段时期，至少我是这样一种状态：一天的乐趣是午餐，一周的乐趣是周末，一月的乐趣是发薪日，一年的乐趣是休假，而享受一年乐趣的首选方案永远是旅行，不知不觉中这已成为一种象征。如果让我选择用最充实最浪漫的方式，度过这用一年时间积攒的宝贵一周，对我来说只有旅行可以办到，确切说是去往陌生土地的海外旅行。然而，事实上更多的时候我都将时间浪费在了睡觉、网游和约会上。

自从笔者将旅行当作职业后，身边的人经常会问我，像钻石般宝贵的一周休假到底该在哪里、该如何度过？我已经告别职场很长时间，可为什么这片土地的职场人仍然每年只能享受仅为一周的假期呢？

这本书是为以“旅行”这种最充实的方式度过这令人心动又弥足珍贵一周的人们、像之前的我一样正在职场打拼的人们所准备，同时也是为不想跟团旅行却想去海外旅行一周，又苦于不知该去哪里、该如何旅行的人们所准备。如果说迄今为止很多旅行书是为了那些行程已定的人们所写，而这本书能够让您在自己所拥有的时间、预算、爱好等前提下，挑选最适合自己的旅行目的地。一周其实要比想象的更长，能做的事也多得出乎意料。

这本书的顺利出版得到了身边许多人的帮助：在北海道取材时给予极大方便的北海道观光厅以及留寿都度假区的崔龙俊先生和韩昌珉先生，支笏湖丸驹旅馆的佐佐木总经理，在冲绳取材时给予帮助的万豪酒店韩国GSO的全艺罗科长和石垣市ANA洲际国际酒店的吉田先生，每次泰国取材时总是给予关照的金龙宇室长，在此向你们表示衷心的感谢。最后这本书的编辑兼我的好友艾迪特·张，你辛苦了，为你的辛勤工作鼓掌三次，以示敬意。

郑淑永

“打算利用今年的年假去海外旅行，到底去哪儿好呢？”

每当向对方表明自己的身份是旅行作家时，十有八九对方会提出这样的问题，这个问题还真不太好回答，因为对某些人来说拥有最美味的旅游地是最棒的度假区，而对另一些人来说拥有悠久历史的旅游地才算是最棒的，还有些人认为最高级的度假村才是最佳选择。所以当对方不经意扔出这句话后，我脑海里会浮现出至今游览过的一百多个景点，“等一下，哪里最好呢……”通常我都是想了又想，总之很难不假思索地将某个（或两个）旅游地脱口而出。我可以为很多人推荐绝对意义上的最佳旅游地，但是何时去那里、和谁一起去又会使情况发生变化。《海外一周自助游》是为那些像期待圣诞节收到圣诞老人礼物的孩子一样期待休假的所有职场人而准备的，里面包括有21个旅游行程，从再次回味大学时代背包旅行的廉价之旅到服务细致入微的奢华之旅，再到似乎每个人都向往过的特别之旅，从地点到主题可谓多种多样。从中作出选择是读者要做的事，但有一点十分明确，无论选择哪个地方您都将不会后悔。在编写这本书时略感遗憾的是只能选择行程一周的旅游地，由于没有直达航班，至少需要十天到两周以上行程的南美地区不得被舍弃。梦想不能只停留在梦想的层面，必须要转化为现实。

对于有求必应的后辈尹熙相和成钟胤、白先永、成和洙，取材时给予帮助的皇家加勒比邮轮公司的尹少英次长，赫兹租车韩国事务所崔准赫组长，Club Med韩国事务所，巴厘岛四季酒店以及为完成这本书而不分昼夜辛苦工作的张在顺课长表示感谢。为了让我集中精力而给予我百分百支持的丈夫洪智烨，总是为我注入力量的姐姐尹永善，在天国读着老小的书而感到欣慰的父亲，谨以此书来传达我内心对你们的爱。

尹英珠

出版说明：1. 读行天下自助游系列编辑部根据中国的出境游信息对本书进行了修订和更新，包括货币兑换、航班、签证等等。读者可以根据自己所在城市来调整出发路线。
2. 本书地图仅作旅游示意参考，不作为标准地图使用。

- ★ 编者的话 12
- ★ 本书使用方法 22
- ★ 廉价舒适海外旅行达成之必杀技 24

SPRING



p. 32

悠闲幸福地流连于 如梦似幻的童话世界中

布拉格 & 东欧小镇8天6晚游

- ⇒ 布拉格 38
- ⇒ 捷克克鲁姆洛夫 44
- ⇒ 萨尔茨卡默古特（哈尔施塔特—巴德伊舍） 45
- ⇒ 萨尔茨堡 46
- ⇒ 维也纳 47

Special Info.

- 捷克 & 奥地利当地特色美食 50
- 如果能在布拉格多住一天一定要去的地方 52
- 如果能在维也纳多住一天一定要去的地方 53
- 欧洲童话般的旅游景点 54



p. 56

世界屋脊， 行走在喜马拉雅

尼泊尔ABC徒步穿越8天7晚游

- ⇒ 加德满都 62
- ⇒ 博卡拉 62
- ⇒ 安娜普尔纳大本营ABC 66

Special Info.

- 喜马拉雅徒步旅行的其他线路 68
- 如果能在博卡拉多住一天一定要去的地方 73



p. 74

启程吧， 老挝摩托车日记

老挝摩托车之旅9天7晚游

- ⇒ 万象 80
- ⇒ 万荣 80
- ⇒ 琅勃拉邦 84, 89
- ⇒ 琅南塔 87

Special Info.

如果能在万象多住一天一定要去的地方 93
能与淳朴无邪的人们相遇的旅游地 94



p. 96

体验好莱坞明星的 日常生活

洛杉矶名人景点散步7天5晚游

- ⇒ 洛杉矶（好莱坞、比佛利山庄等景点）101
- ⇒ 马里布 110
- ⇒ 棕榈泉 110
- ⇒ 阿纳海姆（迪斯尼乐园）112

Special Info.

在洛杉矶必须体验的三大旅游项目 114
如果能在洛杉矶多住一天一定要去的地方 115
加利福尼亚的其他魅力城市 116



p. 118

徜徉在文艺复兴 和时尚前沿之间

意大利时光穿越之旅9天7晚游

- ⇒ 威尼斯123
- ⇒ 佛罗伦萨 126
- ⇒ 阿西西 129
- ⇒ 罗马 131
- ⇒ 南部（庞贝、阿马尔菲海岸）136

Special Info.

如果能在罗马多住一天一定要去的地方 138
如果能在意大利多住一天一定要去的地方 139
充满历史气息的旅游地 140