

lonely planet

世界

旅行者的星球指南



中国地图出版社

lonely planet

世界



旅行者的星球指南

© 中国地图出版社

世界

中文第一版

书名原文: *The world* (1st edition, Oct 2014)

© Lonely Planet 2016

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片由图片提供者持有版权, 2016

版权所有。未经出版方许可, 不得擅自以任何方式, 如电子、机械、录制等手段复制, 在检索系统中储存或传播本书中的任何章节, 除非出于评论目的的简短摘录, 也不得擅自将本书用于商业目的。

图书在版编目(CIP)数据

世界 / 澳大利亚 LonelyPlanet 公司编; 齐浩然等译

北京: 中国地图出版社, 2016.12

书名原文: *The World*

ISBN 978-7-5031-9568-6

I. ①世… II. ①澳… ②齐… III. ①旅游指南-世界 IV. ①K919

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 278761 号

出版发行	中国地图出版社
社 址	北京市白纸坊西街3号
邮政编码	100054
网 址	www.sinomaps.com
印 刷	北京华联印刷有限公司
经 销	新华书店
成品规格	197mm×128mm
印 张	30.75
字 数	1673千字
版 次	2016年12月第1版
印 次	2016年12月北京第1次印刷
定 价	218.00元
书 号	ISBN 978-7-5031-9568-6
审 图 号	GS (2016) 3101号
图 字	01-2016-0312

如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

虽然本书作者、信息提供者以及出版者在写作和出版过程中全力保证本书质量, 但是作者、信息提供者以及出版者不能完全对本书内容之准确性、完整性做任何明示或暗示之声明或保证, 并只在法律规定范围内承担责任。

Lonely Planet 与其标志系 Lonely Planet 之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用 Lonely Planet 之名称或商标。如有发现, 急请告知: lonelyplanet.com/ip。

世界

欢迎探索这个世界.....	4
行前参考.....	6
如果你喜欢.....	8
旅行线路.....	10

欧洲

冰岛.....	15
丹麦.....	23
挪威.....	27
瑞典.....	33
芬兰.....	41
爱沙尼亚.....	45
拉脱维亚.....	49
立陶宛.....	53
俄罗斯.....	57
白俄罗斯.....	65
乌克兰.....	67
摩尔多瓦.....	71
波兰.....	73
捷克.....	79
斯洛伐克.....	85
匈牙利.....	89
德国.....	95
奥地利.....	103
列支敦士登.....	109
瑞士.....	113
荷兰.....	119
比利时.....	125
卢森堡.....	129
英国.....	133
苏格兰.....	135
英格兰.....	141
威尔士.....	149
北爱尔兰.....	153
爱尔兰.....	155
法国.....	161
摩纳哥.....	169
安道尔.....	171
西班牙.....	173
葡萄牙.....	181
意大利.....	187

梵蒂冈.....	195
圣马力诺.....	197
马耳他.....	199
塞尔维亚.....	203
黑山.....	207
斯洛文尼亚.....	213
克罗地亚.....	217
波斯尼亚和黑塞哥维那.....	223
马其顿.....	227
罗马尼亚.....	231
保加利亚.....	235
阿尔巴尼亚.....	239
希腊.....	243

亚洲

中国.....	251
香港.....	259
澳门.....	265
台湾.....	267
蒙古.....	271
朝鲜.....	275
韩国.....	277
日本.....	283
越南.....	291
老挝.....	297
柬埔寨.....	303
缅甸.....	309
泰国.....	313
马来西亚.....	321
新加坡.....	327
文莱.....	331
菲律宾.....	335
印度尼西亚.....	341
东帝汶.....	347
尼泊尔.....	349
不丹.....	355
孟加拉国.....	361
印度.....	365
斯里兰卡.....	373
马尔代夫.....	379
哈萨克斯坦.....	383

吉尔吉斯斯坦.....	387
塔吉克斯坦.....	391
乌兹别克斯坦.....	395
土库曼斯坦.....	399
格鲁吉亚.....	401
阿塞拜疆.....	405
亚美尼亚.....	409
巴基斯坦.....	413
阿富汗.....	417
伊朗.....	419
科威特.....	425
沙特阿拉伯.....	427
巴林.....	431
卡塔尔.....	433
阿拉伯联合酋长国.....	437
阿曼.....	441
也门.....	445
伊拉克.....	447
叙利亚.....	451
黎巴嫩.....	453
约旦.....	457
以色列和巴勒斯坦.....	463
塞浦路斯.....	469
土耳其.....	473

非洲

埃及.....	479
利比亚.....	485
突尼斯.....	487
阿尔及利亚.....	491
摩洛哥.....	493
毛里塔尼亚.....	499
塞内加尔.....	501
冈比亚.....	505
马里.....	509
布基纳法索.....	511
佛得角.....	513
几内亚比绍.....	517
几内亚.....	519
塞拉利昂.....	521
利比里亚.....	523

目录

科特迪瓦	525	大洋洲	海地	815	
加纳	527	澳大利亚	663	多米尼加	819
多哥	531	新西兰	671	波多黎各(美)	823
贝宁	533	巴布亚新几内亚	679	美属维尔京群岛和 英属维尔京群岛	827
尼日尔	535	所罗门群岛	683	圣基茨和尼维斯	831
尼日利亚	537	瓦努阿图	687	安圭拉(英)	835
喀麦隆	541	新喀里多尼亚(法)	689	安提瓜和巴布达	837
赤道几内亚	545	斐济	693	瓜德罗普(法)	841
乍得	547	基里巴斯	697	多米尼克	845
中非	549	瑙鲁	699	马提尼克(法)	849
苏丹	551	密克罗尼西亚联邦	701	圣卢西亚	853
南苏丹	553	马绍尔群岛	703	圣文森特和 格林纳丁斯	857
埃塞俄比亚	555	帕劳	705	巴巴多斯	861
厄立特里亚	561	北马里亚纳群岛(美)	707	格林纳达	865
吉布提	563	关岛(美)	709	特立尼达和多巴哥	869
索马里	565	图瓦卢	711	阿鲁巴(荷)、 博奈尔岛(荷)和 库拉索(荷)	873
肯尼亚	567	萨摩亚	713	南美洲	
乌干达	573	库克群岛	717	哥伦比亚	875
坦桑尼亚	577	汤加	721	委内瑞拉	881
卢旺达	583	法属波利尼西亚	725	圭亚那	887
布隆迪	587	皮特凯恩群岛(英)	729	苏里南	889
刚果民主共和国	589	北美洲		法属圭亚那	891
刚果	591	格陵兰(丹)	731	厄瓜多尔	893
加蓬	595	加拿大	735	秘鲁	899
圣多美和 普林西比	599	美国	743	巴西	905
安哥拉	601	百慕大(英)	751	玻利维亚	911
赞比亚	603	墨西哥	755	智利	917
马拉维	607	危地马拉	763	阿根廷	923
莫桑比克	611	伯利兹	769	巴拉圭	931
科摩罗	615	萨尔瓦多	773	乌拉圭	933
马达加斯加	617	洪都拉斯	775	马尔维纳斯群岛	937
塞舌尔	623	尼加拉瓜	777	南极洲	
毛里求斯	627	哥斯达黎加	783	南极	939
津巴布韦	631	巴拿马	789		
博茨瓦纳	635	巴哈马	793		
纳米比亚	643	特克斯和 凯科斯群岛(英)	797		
南非	649	古巴	801		
斯威士兰	655	开曼群岛(英)	807		
莱索托	659	牙买加	809	索引	943
				幕后	967

parts
03

磨难锻造成功的特质

- 109 每一次苦难都是命运的特别馈赠
- 115 人生是个大舞台，有笑也会有泪
- 117 允许你的人生出现一些意外
- 120 沐浴风雨方能历见彩虹
- 123 强者都是从弱者开始的
- 125 不幸就是幸运
- 127 温室里是长不出参天大树的
- 130 成大事的人都曾经历过一段难熬的日子
- 133 痛苦是人生必须经历的过程
- 136 艰难的日子成长最快
- 141 疼痛往往是涅槃的前兆
- 143 让你的人生不虚此行
- 145 成就你人生的往往不在舒适区
- 147 不经历一番磨难，你又怎能学会坚强
- 149 改变你命运的往往是你寻常的努力
- 153 转折点上，你是否做好了这些规划
- 159 抓住属于自己的转折点，你便能从穷跨到富

parts 04

生命充满奋斗和辉煌

- 165 为自己热爱的付出是最大的幸福
- 170 不断挑战自己，走出一条和大家不一样的路
- 174 你咬牙奋力奔跑的样子真帅
- 178 让你的梦想茁壮成长
- 181 生命有无数的可能，别自断前程
- 184 人生不到最后一秒就不算结束
- 188 你是工作的主人而非奴隶
- 191 压力是个人能力的最佳催化剂
- 194 没有不可能的成功
- 196 心若向阳，自会光芒四射
- 199 创造属于你生命的辉煌
- 203 尊严没有你想得那么重要
- 206 “进”一步才能看到海阔天空
- 211 如果有什么想法就不要张望了，抓紧时间行动吧
- 213 认真对待经手的每一件小事

parts
05

学会释然，人生才会坦然

- 219 决定你人生的不是你的境遇，而是你的眼界
- 224 想要活得轻松，你得学会释然
- 226 谁还不曾遇上几个低潮期
- 229 你并非想象中的那么不堪
- 232 别做一个滥好人
- 237 敢于行动，少些犹豫
- 239 任何的不幸都会过去
- 243 坚定信念是成功的首要因素
- 246 你一无所有但你也拥有一切
- 250 避开痛苦是生命的最佳选择
- 253 把失败交给过去，而把成功留给自己
- 256 生命，因你心态的改变而精彩
- 258 不沉溺失败，不畏惧成功
- 261 守护那颗最真诚的心
- 266 人生长路漫漫，我们不可能每一步都走得那么完美
- 269 最宽的天空来自心底的辽阔
- 271 积极的心态能带来巨大的改变
- 273 人不能选择命运，却可以选择自己生命的道路
- 276 你给我一次拔刀相助，我就许你一个盛世太平

lonely planet

世界



旅行者的星球指南

© 中国地图出版社

世界

欢迎探索这个世界.....	4
行前参考.....	6
如果你喜欢.....	8
旅行线路.....	10

欧洲

冰岛.....	15
丹麦.....	23
挪威.....	27
瑞典.....	33
芬兰.....	41
爱沙尼亚.....	45
拉脱维亚.....	49
立陶宛.....	53
俄罗斯.....	57
白俄罗斯.....	65
乌克兰.....	67
摩尔多瓦.....	71
波兰.....	73
捷克.....	79
斯洛伐克.....	85
匈牙利.....	89
德国.....	95
奥地利.....	103
列支敦士登.....	109
瑞士.....	113
荷兰.....	119
比利时.....	125
卢森堡.....	129
英国.....	133
苏格兰.....	135
英格兰.....	141
威尔士.....	149
北爱尔兰.....	153
爱尔兰.....	155
法国.....	161
摩纳哥.....	169
安道尔.....	171
西班牙.....	173
葡萄牙.....	181
意大利.....	187

梵蒂冈.....	195
圣马力诺.....	197
马耳他.....	199
塞尔维亚.....	203
黑山.....	207
斯洛文尼亚.....	213
克罗地亚.....	217
波斯尼亚和黑塞哥维那.....	223
马其顿.....	227
罗马尼亚.....	231
保加利亚.....	235
阿尔巴尼亚.....	239
希腊.....	243

亚洲

中国.....	251
香港.....	259
澳门.....	265
台湾.....	267
蒙古.....	271
朝鲜.....	275
韩国.....	277
日本.....	283
越南.....	291
老挝.....	297
柬埔寨.....	303
缅甸.....	309
泰国.....	313
马来西亚.....	321
新加坡.....	327
文莱.....	331
菲律宾.....	335
印度尼西亚.....	341
东帝汶.....	347
尼泊尔.....	349
不丹.....	355
孟加拉国.....	361
印度.....	365
斯里兰卡.....	373
马尔代夫.....	379
哈萨克斯坦.....	383

吉尔吉斯斯坦.....	387
塔吉克斯坦.....	391
乌兹别克斯坦.....	395
土库曼斯坦.....	399
格鲁吉亚.....	401
阿塞拜疆.....	405
亚美尼亚.....	409
巴基斯坦.....	413
阿富汗.....	417
伊朗.....	419
科威特.....	425
沙特阿拉伯.....	427
巴林.....	431
卡塔尔.....	433
阿拉伯联合酋长国.....	437
阿曼.....	441
也门.....	445
伊拉克.....	447
叙利亚.....	451
黎巴嫩.....	453
约旦.....	457
以色列和巴勒斯坦.....	463
塞浦路斯.....	469
土耳其.....	473

非洲

埃及.....	479
利比亚.....	485
突尼斯.....	487
阿尔及利亚.....	491
摩洛哥.....	493
毛里塔尼亚.....	499
塞内加尔.....	501
冈比亚.....	505
马里.....	509
布基纳法索.....	511
佛得角.....	513
几内亚比绍.....	517
几内亚.....	519
塞拉利昂.....	521
利比里亚.....	523

目录

科特迪瓦	525
加纳	527
多哥	531
贝宁	533
尼日尔	535
尼日利亚	537
喀麦隆	541
赤道几内亚	545
乍得	547
中非	549
苏丹	551
南苏丹	553
埃塞俄比亚	555
厄立特里亚	561
吉布提	563
索马里	565
肯尼亚	567
乌干达	573
坦桑尼亚	577
卢旺达	583
布隆迪	587
刚果民主共和国	589
刚果	591
加蓬	595
圣多美和 普林西比	599
安哥拉	601
赞比亚	603
马拉维	607
莫桑比克	611
科摩罗	615
马达加斯加	617
塞舌尔	623
毛里求斯	627
津巴布韦	631
博茨瓦纳	635
纳米比亚	643
南非	649
斯威士兰	655
莱索托	659

大洋洲

澳大利亚	663
新西兰	671
巴布亚新几内亚	679
所罗门群岛	683
瓦努阿图	687
新喀里多尼亚(法)	689
斐济	693
基里巴斯	697
瑙鲁	699
密克罗尼西亚联邦	701
马绍尔群岛	703
帕劳	705
北马里亚纳群岛(美)	707
关岛(美)	709
图瓦卢	711
萨摩亚	713
库克群岛	717
汤加	721
法属波利尼西亚	725
皮特凯恩群岛(英)	729

北美洲

格陵兰(丹)	731
加拿大	735
美国	743
百慕大(英)	751
墨西哥	755
危地马拉	763
伯利兹	769
萨尔瓦多	773
洪都拉斯	775
尼加拉瓜	777
哥斯达黎加	783
巴拿马	789
巴哈马	793
特克斯和 凯科斯群岛(英)	797
古巴	801
开曼群岛(英)	807
牙买加	809

海地	815
多米尼加	819
波多黎各(美)	823
美属维尔京群岛和 英属维尔京群岛	827
圣基茨和尼维斯	831
安圭拉(英)	835
安提瓜和巴布达	837
瓜德罗普(法)	841
多米尼克	845
马提尼克(法)	849
圣卢西亚	853
圣文森特和 格林纳丁斯	857
巴巴多斯	861
格林纳达	865
特立尼达和多巴哥	869
阿鲁巴(荷)、 博奈尔岛(荷)和 库拉索(荷)	873

南美洲

哥伦比亚	875
委内瑞拉	881
圭亚那	887
苏里南	889
法属圭亚那	891
厄瓜多尔	893
秘鲁	899
巴西	905
玻利维亚	911
智利	917
阿根廷	923
巴拉圭	931
乌拉圭	933
马尔维纳斯群岛	937

南极洲

南极	939
----	-----

索引	943
----	-----

幕后	967
----	-----

欢迎探索 这个世界

“距离太阳第三近的行星”“地球母亲”“蓝色星球”……这个有着许多名字、不停旋转的岩石星体，是我们每一个人的家园。无论你居住在何地，只要你踏上或远或近旅途，就可以感受到这个世界无与伦比的美丽风光和多样姿态。既然随处都有奇妙经历和灵感源泉，你还在等什么？何不动身前去探索一番。

自然奇观

喜剧演员史蒂夫·赖特（Steven Wright）曾有句妙语：“你不可能拥有一切，不然放在哪儿呀？”凭着 5.97219×10^{24} 公斤的重量，1.49亿平方公里的陆地面积（海洋面积3.61亿平方公里），地球倒是有足够的空间容纳“一切”，其中值得探索的事物数不胜数，如尼罗河（发源于非洲中部，蜿蜒汇入地中海，全长6850公里）、死海（海拔-427米）、喜马拉雅山脉（海拔在7200米以上的山峰超过百座，珠穆朗玛峰海拔8844.43米）、安第斯山脉、阿尔卑斯山脉，真可谓山高水深。

纵观全世界7块大陆、200多个国家和地区，“一切”的表现方式丰富多彩，既有亚马孙（面积达700万平方公里）草木茂盛的广阔丛林，也有太平洋清澈海水下的大堡礁（长达2300公里），还有将20亿年来地球演变历史体现得淋漓尽致的大峡谷。

不过自然奇观并不只局限于地形地貌。野生动植物也非常精彩，如塞伦盖蒂每年迁徙的角马（数量多达200万头），生活在南极严寒中的帝企鹅，还有人迹罕至的加拉帕戈斯群岛上的奇花异草和珍禽异兽。

都市精彩

霸占整个地球的不是动物，而是人类。自原始时期使用石头工具、公元前3300年发明轮子、公元前1200年开始炼铁以来，人类开展了作为无数文化、文明、帝国等基础的大规模生产。历史表明，人类的天性趋向战争，在更积极的层面上说，倾向于聚居，城市便应运而生。

如今，世界人口中有一半以上居住在城市里。这些脉动的城市用明亮的灯光、频繁的人际互动，以及作为文化、工业和人类事业的发祥地吸引着我们。每座城市都有独特的个性和醒目的标志：纽约的摩天大楼和出租车，伦敦的公园、酒馆和宫殿，悉尼的大桥，还有开普敦依傍的桌山。前往各大城市旅行，你会有多种不同的体验：有的具备鲜明的地理特征（如横跨欧亚的伊斯坦布尔）、有的与宗教信仰密切相关（如犹太教、伊斯兰教、基督教共同的圣地耶路撒冷）、有的具有数千年的悠久历史（如雅典、大马士革、瓦拉纳西）。在亚洲、非洲、南美洲，还有如雨后春笋般崛起的各类新兴城市。



大堡礁的苍鹭岛水域，澳大利亚

巧夺天工

旅行时，城市也许是你必经的中转站，不过它们并不算是人类最为辉煌的成就，因为人类所取得的成就丰富多彩，形态各异。

许多人文景观都带有浓厚的神秘气息，如建于公元前2560年的吉萨金字塔，以及西安的兵马俑、复活节岛的巨大石像。也有些令人心生敬畏的同时带有明确的目的性，如克里姆林宫的圣瓦西里教堂、中国的万里长城，以及纪念爱情的泰姬陵。较为现代的人文景观包括迪拜的华丽建筑与上海的城市天际线，虽然历史气息并不浓郁，但却令人目不暇接。

所有的建筑奇迹都服务着周边的生活，

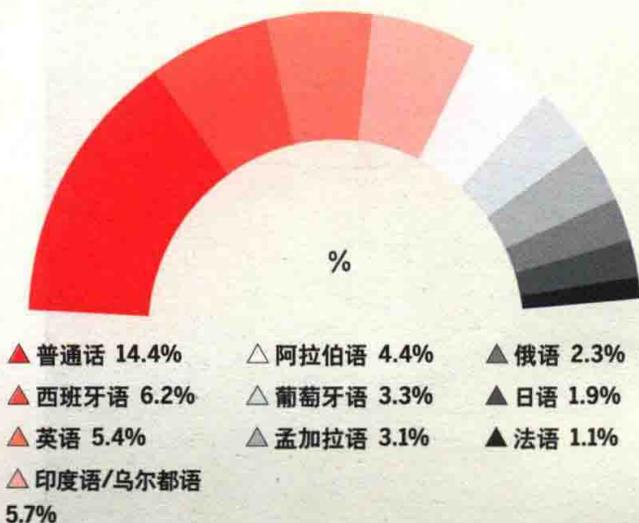
这也提醒着我们，并非所有的人类成就都是有形的。越南的咖啡馆文化、古巴的爵士乐、苏梅岛的满月派对、日落时起舞的非洲马赛武士，凡此种种都表明文化、节日、习俗同样令人陶醉，值得专程去见识一番。

上述方面远不足以概括你全球之旅的经历，本书旨在抛砖引玉，为你提供一丝灵感。每个章节描述一个国家或地区的重要景点和顶级体验，希望能唤起你对旅行的渴望，此外还有基础信息和地图辅助你制定出行计划和初步设计旅行线路。你是否想去旅行、想去哪里旅行全部取决于你自己的想法，不过我们还是强烈建议你踏上旅途，享受旅行的乐趣。

行前参考

使用最广泛的语言

如果你会说以下语言中的一种或几种,你就可以与世界上相应百分比的人进行交流。



语言

知道巴别塔的故事吗?人类的语言可真是丰富,现在世界上在使用的语言多达7000种,分为6个大语系,约130个少数语系。全球语言分布反映着人类活动的历史,不同语系间具有难以想象的亲缘关系,以阿尔巴尼亚语为例,这种语言与英语、印地语、波斯语及俄语都有关联。有

时,国家的大小、人口的多寡并不一定能决定使用语言的数量,例如新几内亚只有区区350万人口,却使用着近450种语言。

据估计,使用至少两种语言的人占全球人口的一半。不过即使你只会一种语言也没什么好担心的,毕竟微笑行千里。话虽如此,学些当地语言的只言片语会令你的旅途顺利许多。

时间

世人皆知,地球绕太阳公转的同时,本身也在自转。这意味着地球上有些地方日落的时候,别的地方正是日出,当悉尼人准备就寝时,孟买人正喝下午茶,伦敦人正在吃午饭,而纽约人才刚刚起床。为了各地区使用时间方便,全世界划分为24个时区。

时区

伦敦的格林尼治天文台有一群聪明人,他们在19世纪80年代采用格林尼治标准时间(GMT)为世界标准时间。每个时区都按照格林尼治标准时间或快或慢整小时(或半小时)制定。在1972年,世界协调时间取代了格林尼治标准时间,两者原理并无不同,但前者有“闰秒”的概念。

网络资源

Lonely Planet (www.lonelyplanet.com) 旅行门户网站

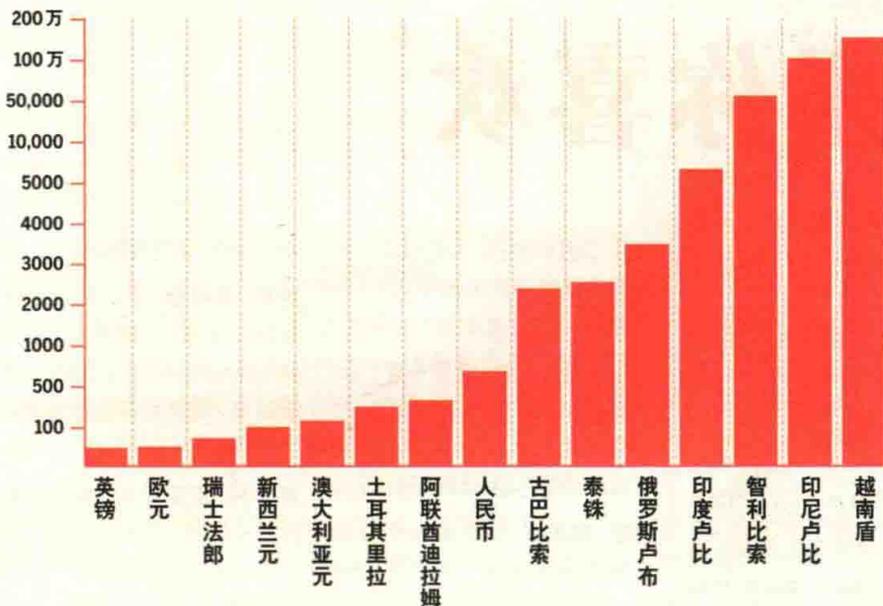
Time and date (www.timeanddate.com) 时区差异

XE (www.xe.com) 货币汇率

世界时区



想做百万富翁是吧? US \$100相当于……



* 汇率随时波动, 数据仅供参考

现金

无论你去哪里, 身上都要带些现金(或信用卡)。如今全球流通的货币约180种, 美元、英镑、欧元、日元、瑞士法郎等所谓的“硬通货”接受范围广泛, 携带这些货币是非常方便的。

你的旅行目的地和你所居住的国家决定你是否需要兑换货币。你的钱能换多少当地货币取决于汇率, 单纯从数字方面来说, 你可能会有穷光蛋和百万富翁两种截然不同的感受。

省钱妙计

- ➔ 在淡季时旅行
- ➔ 货币汇率有涨有跌, 在汇率划算时兑换货币
- ➔ 提前预订, 享受优惠

旅行文件

从前, 探险家和征服者们跨越各国边境时不需要知会当局, 也不会受到任何惩戒。如今这种逍遥已经不复存在, 离开本国前往他国时, 你需要本国政府颁发的护照。许多国

家还要求办理签证, 你得在护照上获得该国的签注或盖章才行。

法律法规

各国关于签证的法律法规纷繁复杂, 不一而足。有些国家(如欧盟成员国)对持某些国家护照的旅行者免签, 也有些国家对特定国家的旅行者实行落地签证, 还有些国家要求在旅行者离开本国前申请签证。因此, 在计划境外旅行时, 了解签证要求至关重要。

开普敦
柏林
巴黎

迪拜
莫斯科

孟买
新德里

新加坡
香港
北京

悉尼
墨尔本

0 GMT +1 +2 +3 +4 +5 +6 +7 +8 +9 +10 +11 +12

都柏林
伦敦

如果你喜欢

天堂海滩

澳大利亚 飞流直下的瀑布、未经开发的海滩和珊瑚礁。(见663页)

马尔代夫 洁白的细沙海滩，晶莹剔透的蓝绿色海水。(见379页)

葡萄牙 阿尔加维景色各异的海岸线、遍布沙滩的岛屿、陡峭惊险的海岸悬崖，还有人迹罕至的海滩。(见186页)

波多黎各 岛上唯一的公共海滩是弗拉门戈海滩，生长着低矮的灌木而非挺拔的棕榈树。(见823页)

塞舌尔 令人感到惬意的温暖海水冲刷着白沙海滩，海岸树木茂密。(见623页)

西班牙 据说，西班牙北部阿斯图里亚斯(Asturias)翠绿色的海域有600多处海滩。(见180页)

法属波利尼西亚 一系列大大小小的美丽岛屿组成的波拉波拉岛(Bora Bora)。(见726页)

泰国 莱雷高耸的石灰石峭壁是泰国最著名的自然特色之一。(见318页)

文化节日

巴西，狂欢节 里约城内各处的派对近500场，狂欢不眠不休。(见910页)

墨西哥，亡灵节 (Día de Muer-

tos) 11月初举行，人们以欢欣鼓舞的方式祭奠逝去的亲人。(见760页)

巴布亚新几内亚，戈罗卡秀 (Goroka Show) 巨大的羽毛头饰、沙沙作响的草裙、令人浮想联翩的面部和身体彩绘。(见680页)

印度，胡里节 印度教徒们泼撒五颜六色的粉末，庆祝春天到来。(见369页)

蒙古，那达慕 紧张刺激的摔跤、赛马和箭术比赛，持续两到三天。(见272页)

美国，新奥尔良 每年的忏悔星期二和爵士音乐节都热闹非凡，全球闻名。(见745页)

恢弘历史

爱尔兰，博因宫 该国保存最完好的石器时代墓葬，比埃及金字塔早约600年。(见158页)

比利时，佛兰德斯战场 墓地受到精心维护，成排的十字架一眼望不到头，寂静中让人不禁感叹战争的残酷。(见127页)

土耳其，加里波利 众多纪念碑和公墓铭记着远道而来、艰苦作战却埋骨他乡的年轻人们。(见478页)

秘鲁，马丘比丘 万墟之王，碧绿的梯田依靠着陡峭峰峦和安第斯山脉。(见901页)

伊朗，波斯波利斯 和谐的艺术之美让你断定，这里曾是古老文

明的中心。(见421页)

约旦，佩特拉 这处壮观的遗迹自1812年被让·路易斯·伯克哈特(Jean Louis Burckhardt)发现以来，便吸引着大批的游客。(见459页)

意大利，庞贝 2000多年前繁荣的罗马城市，在死亡的挣扎中凝结了时光。(见189页)

危地马拉，蒂卡尔 丛林文明在文化和艺术上都达到非凡的高度，大力修复的神庙就是有力见证。(见765页)

珍馐佳酿

捷克的啤酒 捷克人声称该国出产世界上最好的啤酒，这一点难道有疑问吗？(见82页)

法国的香槟 自唐·培里侬(Dom Pérignon)时代以来，这个国度就以这种泡沫丰富的美酒闻名于世。(见166页)

丹麦，哥本哈根 欧洲最炙手可热的美食目的地之一，米其林星级餐厅数量是北欧国家之最。(见24页)

日本 关注美食细节的精益求精，呈现美食方式的灵感迸发，再加上对上佳食材的坚持，日本料理的确令人难以忘怀。(见288页)

马来西亚 从融合中国和马来特色的“娘惹”风味，到印度咖喱、中式自助，再到马来街

边摊，美食数不胜数。（见324页）

西班牙，圣塞瓦斯蒂安（San Sebastián）主厨们烹制的巴斯克达帕斯（pintxos）堪称艺术品。（见178页）

土耳其 什锦开胃小吃并不只是几道菜式，它们代表着一种全新的饮食体验。（见476页）

越南 食材的新鲜程度最重要。结果嘛，自然是无与伦比口感和风味。（见294页）

苏格兰的威士忌 苏格兰的国饮，酿造历史已逾500年。（见140页）

探险活动

伯利兹，蓝洞 蓝洞天然遗迹的水下岩壁深入海中达122米。（见770页）

埃及，红海潜水 珊瑚礁、五颜六色的鱼类、阴森壮观的沉船组成的海底世界。（见482页）

意大利，多洛米蒂徒步 意大利北部一隅的冰山，巍峨壮观，令人迷醉。（见192页）

新西兰，徒步 壮丽的森林、山脉、湖泊、海滩和峡湾使新西兰成为世界最佳徒步目的地之一。（见671页）

瑞士，户外探险 如梦似幻的自然美景，不去进行一番探险岂不辜负如此非凡的景观。（见113页）

斯洛文尼亚，漂流 斯洛文尼亚是户外活动的好场所，索查河等水流湍急的河流特别适宜漂流。（见216页）

博茨瓦纳，游猎 乔贝国家公园提供非洲顶级游猎体验。（见637页）

安道尔，滑雪 长达193公里的雪道，以及每小时可以运送超过10万名滑雪者的缆车系统。（见172页）

哥斯达黎加，高空滑索 在起伏的树冠上方或树冠之间飞驰而过，鲜有比这种滑行更纯粹的快乐。（见786页）

自然奇观

土耳其，卡帕多基亚（Cappadocia）大自然的鬼斧神工造就了独特的蜂窝地貌。（见475页）

以色列和巴勒斯坦，死海 钴蓝色的海水，为雪白的盐层、泛红的褐色悬崖和一丛丛深绿色的植被所环绕。（见465页）

美国，大峡谷 记录了600万年来的地壳变迁，岩壁上的部分巨石有着20亿年的历史。（见746页）

澳大利亚，大堡礁 沿昆士兰州海岸线绵延2000多公里，遍布令人眼花缭乱的珊瑚礁、慵懒的海龟和五颜六色、大小各异的热带鱼类。（见665页）

阿根廷，伊瓜苏瀑布 轰鸣的水声、飞溅的水花和惊人的水量令人难以忘怀。（见925页）

俄罗斯，贝加尔湖 一望无际的湖面和周边的艰险旅途无不令人叹为观止。（见62页）

尼泊尔，珠穆朗玛峰 世界最著名山峰，在中国西藏境内能感受最佳观赏体验。（见351页）

坦桑尼亚，恩戈罗恩戈罗火山口 仅是在边缘地带，你就会感受到这里的魅力，空气清冷，可以眺望巨大的火山口。（见579页）

冰岛，北极光 绚丽多彩、曼妙多姿的景象将漫长的冬夜变成天然形成的熔岩灯。（见17页）

委内瑞拉，安赫尔瀑布 见证全世界最高的瀑布——安赫尔瀑布从平顶高原奥扬特普伊山（Auyantepui）奔腾而下，落差979米。（见883页）

人文景观

希腊，卫城 始终向世人传达着和谐、力量与美。（见245页）

英格兰，巨石阵 这片充满神话色彩的环状巨石阵5000多年来吸引了无数人。（见143页）

埃及，吉萨金字塔 见证金字塔的巍峨、独具特色的形状以及无可挑剔的几何构造。（见481页）

印度，泰姬陵 这座大理石陵墓象征着世界上最为诗意的生离死别。（见367页）

中国，长城 精雕细琢的城砖筑就，好似在崇山峻岭中蜿蜒盘旋的巨龙。（见252页）

法国，埃菲尔铁塔 游览方式多样——可以在塔下骑车，抛开电梯徒步攀登，在小摊上买个可丽饼边吃边欣赏，或者在夜间参观。（见163页）

西班牙，神圣家族教堂 巴塞罗那的奇特教堂，巍然屹立，威严之外还带着些许俏皮。（见175页）

柬埔寨，吴哥窟 柬埔寨的“神王”们奋力超越祖先的杰作，规模和对称性无与伦比。（见305页）

主题和活动的更多信息，见943页索引

