



INSIGHT GUIDES

Insight旅行指南系列

埃及

EGYPT

[德] 朗氏出版集团APA出版有限公司 编著
任小红 译



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

埃及 / 德国朗氏出版集团APA出版有限公司编著 ;
任小红译. — 北京 : 人民邮电出版社, 2014. 2
(Insight旅行指南系列)
ISBN 978-7-115-34228-7

I. ①埃… II. ①德… ②任… III. ①旅游指南—埃及 IV. ①K941.19

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第307059号

版权声明

Original title: Berlitz Handbook Egypt © 2011 Apa Publications (UK) Ltd.

内 容 提 要

《埃及》通过特色专题与分区导览相结合的方式,以独特视角展现埃及风貌。专题部分解读旅行热点、勾勒当地概况,根据不同喜好、预算和需求规划多条精选线路。导览部分汇聚最新景点、美食、购物和活动资讯,深度探索埃及历史与文化。权威语言培训机构 Berlitz 公司精心编制语言手册,方便读者迅速、便捷地与当地人交流。

Insight 旅行指南系列之《埃及》由国际百年出版企业德国朗氏集团荣誉出品,为读者展现了最不可错过的埃及之美。

-
- ◆ 编 著 [德]朗氏出版集团 APA 出版有限公司
译 任小红
责任编辑 李 璇
执行编辑 吴 斌
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/32
印张: 9.5 2014 年 2 月第 1 版
字数: 340 千字 2014 年 2 月北京第 1 次印刷
著作权合同登记号 图字: 01-2013-1118 号
-

定价: 48.00 元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

Insight

旅行指南系列

埃及

【德】朗氏出版集团APA出版有限公司 编著

任小红 译

人民邮电出版社
北京

目录



25大最具魅力景点

埃及概况

旅行计划

非凡体验

巡航尼罗河

潜水和浮潜

沙漠探险

集市购物

努比亚文化

咖啡馆

各地观览

获取你的位置

开罗

开罗的起源

市中心

老城区

✎ 伊斯兰区之旅

扎马利克和嘉济拉岛

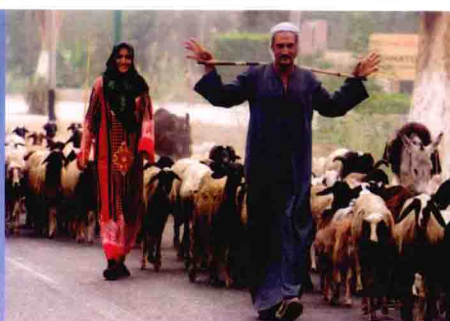
★ 肚皮舞

推荐列表

吉萨、孟斐斯和塞加拉

吉萨

4	✎ 金字塔之旅	100
10	孟斐斯	105
12	塞加拉	106
	达舒	110
20	★ 古埃及诸神	112
22	推荐列表	114
30		
38	埃及中部	118
44	阿尔门亚和地区概况	118
50	艾斯尤特	122
56	阿拜多斯	122
	丹达拉	123
60	推荐列表	125
62		
	卢克索	128
64	东岸	128
65	✎ 卢克索东岸	134
65	西岸	141
70	推荐列表	147
74		
85	上埃及	154
86	从卢克索到阿斯旺	155
89	阿斯旺	158
	✎ 阿斯旺和群岛	162
98	纳赛尔湖	165
99	★ 象形文字	170



阿布辛贝勒	172	其他绿洲	245
推荐列表	174	法尤姆	248
		推荐列表	249
亚历山大港和尼罗河三角洲 180		实用建议 252	
亚历山大港	181	住宿	254
 亚历山大港之旅	188	交通	257
尼罗河三角洲	192	健康和安全	262
推荐列表	197	经费和预算	265
		责任旅行	267
西奈 202		家庭度假	268
沙姆沙伊赫和西奈南部	202	背景知识 270	
西奈东部	209	历史	272
 贝都因文化	210	文化	280
西奈西部	214	饮食	286
苏伊士北湾	216		
推荐列表	217	常用语手册 292	
		发音	293
红海沿岸 224		常用短语	295
胡尔加达和艾高娜	224	双语菜单	301
东部大沙漠	229		
萨法加港和阿尔喀什	231		
马萨阿拉姆和遥远的南方	232		
 斋月	234		
推荐列表	236		
绿洲和法尤姆 242			
锡瓦绿洲	242		

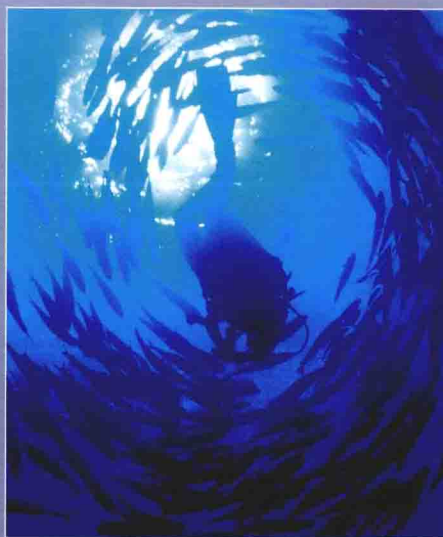
适宜全家出游的游客的标志

本指南当中将频频用该标志来表示适合有儿童的家庭的景点、饭店、餐馆或活动

25 大最具魅力景点



- 1 阿布辛贝勒** 乘坐游轮沿纳赛尔湖河岸观赏努比亚文化珍宝，包括这座供奉拉美西斯的神庙。（见172页）



- 2 在红海或西奈潜水** 埃及有全世界最佳潜水点——各种各样的海洋生物让你目眩神迷。（见33页）



- 3 迷上卡纳克神庙** 卡纳克神庙是埃及最大的古代宗教瞻仰地。（见138页）



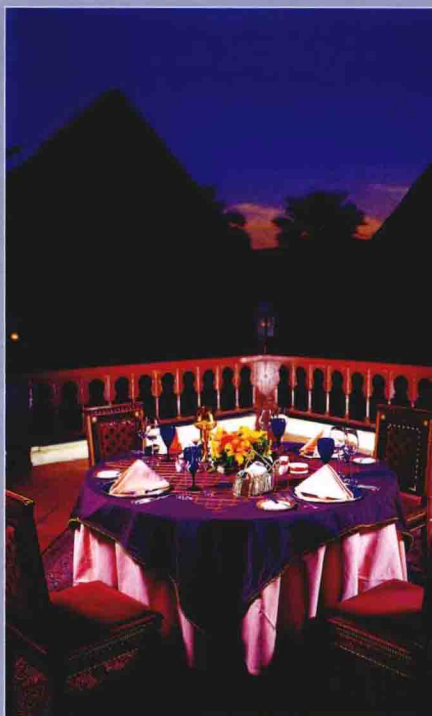
- 4 集市购物** 讨价还价，丰富多彩的市场，纸莎草、雪花石膏、调味料等应有尽有。（见45页）



- 5 圣凯瑟琳修道院的黎明** 在世界上最古老的基督教修道院看日出。（见208页）



- 7 在卢克索的索夫拉餐厅进餐** 在复古宅邸中品尝地道的埃及美味。（见150页）



- 6 米那宫酒店看日落** 金字塔的最佳观赏点就是从一家经典酒店望过去。（见114页）



- 8 在亚历山大滨海路散步** 可以吹吹海风，这座建筑在这个充满历史氛围的城市里特别引人注目。（见181页）



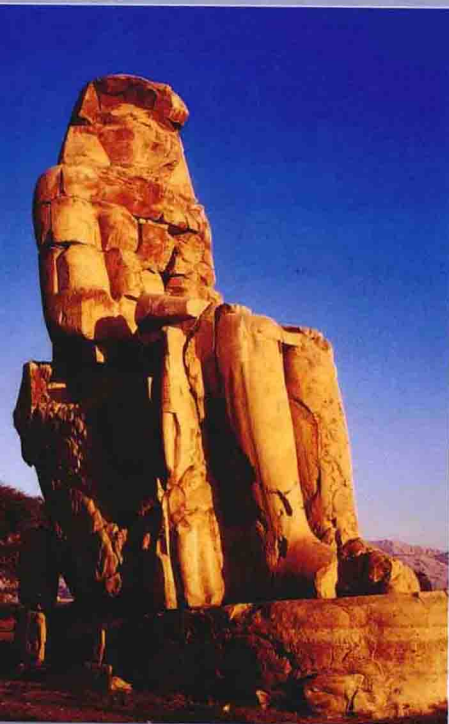
9

苦修士，观赏苏非派回旋舞令人迷醉的韵律和旋转。（见285页）



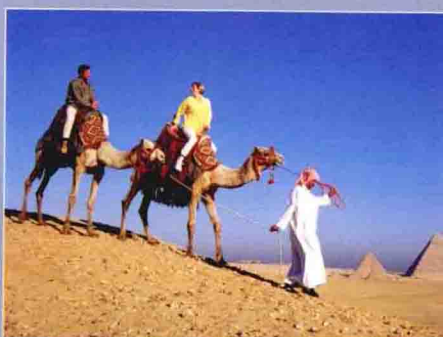
10

在老开罗的科普特区探险 古教堂聚集区，埃及基督徒们的家园。（见70页）



12

骑自行车游览底比斯 沿卢克索西岸观赏门农的阿波罗巨像。（见142页）



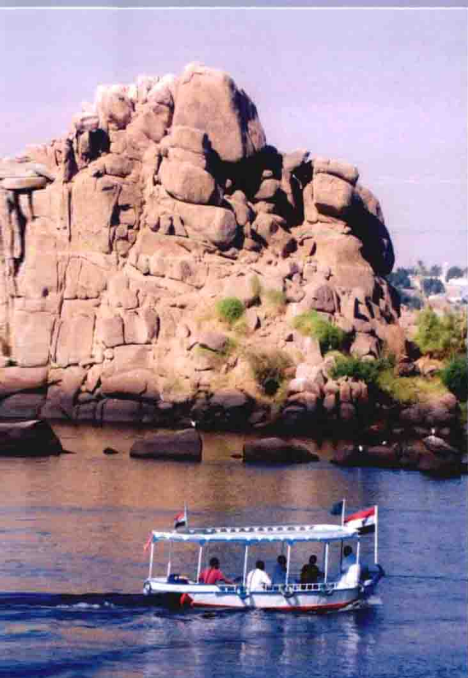
11

骑骆驼环绕吉萨 观赏金字塔的最佳点之一。（见99页）



13

Koshari——杂豆饭 埃及人热爱的佳肴，用小扁豆、西红柿、油炸大蒜和通心粉做原料，涂上辣酱搅拌。（见287页）



- 14** **体验努比亚人的热情好客** 乘坐小船到阿斯旺的一个小岛，接受努比亚人的热情款待，吃一顿努比亚风味的佳肴。（见167页）



- 15** **声光表演** 看着古遗址在你眼前活色生香起来。（见116页）



- 16** **乘坐四轮马车横穿卢克索** 伴着嗒嗒的马蹄声，马车载着你穿过大街小巷。（见152页）

- 17** **沙姆沙伊赫的极度奢华** 埃及最豪华的度假村，现在已经成为全球旅游热点。（见203页）



18

包一艘三桅小帆船 在尼罗河溯流而上 如果要观赏庙宇，品味沿岸安宁祥和的生活，不妨在尼罗河上泛舟而行。（见24页）



19

参观埃及博物馆 引人入胜的陈列品，有王室成员木乃伊，有图坦卡门的金面具。（见68页）



20

咖啡和埃及水烟 拉一张椅子坐下，在苹果烟草氤氲的氛围里沉醉。（见56页）



21 胡尔加达水族馆 滴水不沾还能尽情观赏活泼生趣的海洋生物（见225页）



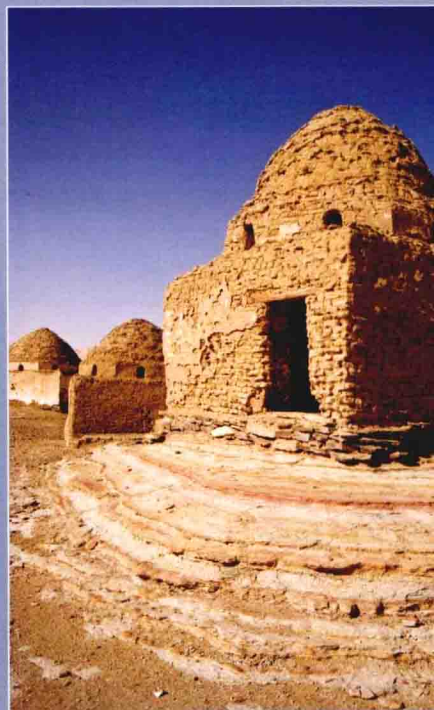
22 达劳骆驼市场 参观这些名副其实的“沙漠之舟”。（见158页）



23 西亚历山大图书馆 杰出的现代建筑。（见184页）



24 丹达拉神庙 游客最少的景点之一，但也是最让人难忘的景点之一。（见123页）



25 锡瓦之家 世界上唯一一家泥砖银行就在这片绿洲上。（见243页）

埃及概况



从荒凉苍茫的西部大沙漠和岩石丛生的西奈半岛到苍翠繁茂的尼罗河谷，埃及的地貌十分丰富。埃及的人口大多集中在亚历山大到阿斯旺之间的尼罗河流域，而红海沿岸、西奈半岛和西部大沙漠的绿洲的人口很少，不过现在正在飞速增长。



基本信息

人口：77420000

（世界排名第16位）

面积：1002450平方公里

（世界排名第30位）

官方语言：阿拉伯语

主要宗教：伊斯兰教

首都：开罗

国歌：《祖国，祖国，祖国》

国徽：萨拉丁雄鹰

民族运动：足球

国家航空公司：埃及航空公司





时区

GMT +2 (4月底~9月底不变)

纽约: 早上5点

伦敦: 上午10点

开罗: 中午12点

悉尼: 下午7点

奥克兰: 晚上9点



流通货币

埃及 (代表符号LE或E£)

LE£ = 100 皮阿斯特 (阿拉伯语写作“qirsh”)

汇率大约如下:

£1 = E£9

€1 = E£8



主要电话号码

国家区号: +20

国际长途: 00 + 国家区号

报警: 122

急救: 123

火警: 125

游客报警: 126



邮政服务

邮政局星期六到星期四开门, 营业时间从上午8点到下午2点, 闹市区一些邮局营业时间会比较长。街头和邮局外面有邮筒, 红色的投寄一般国内邮件, 蓝色的投寄国际航空邮件, 绿色的投寄开罗市内的邮件。航空邮件到欧洲要7天, 到美国要14天。

一张明信片的价格: E£1.50。



年龄限制

潜水: 18岁, 但租车人的年龄不得小于25岁。

饮酒: 18岁

结婚法定年龄: 18岁

在埃及, 抽烟非常普遍, 除了机场外, 到处都有人在抽烟。现在埃及也渐渐开始禁烟, 一些公共建筑物和餐馆、咖啡吧都不允许抽烟了, 但是收效甚微。



营业时间

埃及的营业时间很不稳定, 本手册所列的时间表也仅供参考。埃及的周末是星期五、星期六。斋月期间, 办事处、博物馆、景点的开放时间都非常短。

银行营业时间: 星期天一星期四, 上午8:30—下午1:30, 大城市的银行会在下午5:00继续开门营业, 到傍晚7:00或8:00才下班。

工薪族上班时间: 大多是星期六一星期四, 上午10:00—下午2:00, 然后从下午4:00—8:00。不过每个地方的规定都不一样。

政府机关办公时间: 星期日一星期四, 上午8:00—下午2:00; 大多数节假日不上班。旅游部门的办公时间会延长。

商店营业时间: 夏季, 星期六一星期四, 上午9:00—下午1:00, 然后从下午5:00—10:00; 冬季, 星期六一星期四, 上午9:00—下午6:00。



用电

电压为220伏特。采用双圆头插座, 需要准备插头转换器。

旅行计划

最佳旅游季节

气候

埃及几乎全年干燥炎热，只有北方的冬季——从12月到来年的2月——还有几天比较凉爽的日子。阿斯旺(Aswan)冬季的气温大约在20°C~26°C之间，气候宜人。夏天的埃及则十分炎热，地中海沿岸气温在30°C左右，而阿斯旺和阿布辛贝勒(Abu Simbel)则高达50°C。亚历山大雨量最丰富，每年大约18cm，而南部则很少下雨。阿斯旺过去五年的平均年降水量只有10mm左右。在沙漠地带，白天酷暑难当，到了夜晚又十分寒冷。三、四月间，干燥的热风——非洲热风从西部沙漠吹来，埃及大部分地区都受其影响，暴风肆虐，尘土飞扬。

西部大沙漠



公休假日

1月1日 新年
1月7日 科普特圣诞节
1月25日 埃及警察日
4月25日 西奈自由日
5月1日 劳动节
7月23日 革命日
10月6日 建军节

从公历上来看，节庆日不一定每年都在同一天（因其根据伊斯兰教历而定）；东正教复活节的第一个星期一—嗅闻微风节或闻风节（春节）

伊斯兰穆哈兰姆月——伊斯兰教历的一月的第一天 伊斯兰教的新年

伊斯兰教历的三月 先知穆罕默德的生日

斋月的最后一天 开斋节

斋月70天后 古尔邦节

政府机关、银行、邮局在所有法定节假日都不上班，商店、历史遗址景点和集市通常都会开放。

旅游旺季和淡季

埃及的旅游旺季是冬季（12月~2月），凉爽的气温会让游客感觉比较舒适。夏季（6月~8月）是埃及的旅游淡季，这从旅游报价上也能看得出来，不过，沿海地区除外。

其实，具体什么时候才算是埃及旅游的最佳季节，取决于你打算去哪里。开罗的夏季又湿又热，阿斯旺和卢克索更是闷热难当，日间气温高达40°C。不过，如果你想去海边烧烤度假，那在夏季去红海或西奈半岛



卖斋月节帽子的小贩

大多数穆斯林节庆日都是根据伊斯兰教历来定的，而伊斯兰教历根据的是月运周期。由于伊斯兰教历与公历不同，伊斯兰每年的节庆日从公历来看都不是同一天。

斋月

埃及最重大的节日就是斋月，斋月是伊斯兰教历的九月。斋月期间，每天从日出到日落，所有的穆斯林都要斋戒，不允许进食，也不允许任何

形式的性行为以及抽烟、喝酒。这种斋戒被认为是伊斯兰教的五大核心内容之一——人们认为斋戒可以“消除前一年的罪恶”。游客有时会选择避开斋月来埃及，认为很多地方要么闭门谢客，要么活动受限，其实，在斋月期间来埃及也不错。尽管大多数店铺闭门谢客，营业时间也大大缩短，但游玩的花销费用也会大幅下降，足以吸引很多外地游客，而且，斋月期间也比较安静。国际酒店和度假村附近的饭店和咖啡馆白天不会开放，你只能呆在酒店里。有些酒店也会在远离穆斯林股东和员工的地方搞封闭帐篷派对或露台派对。尽管人们并不要求那些非穆斯林教人士也跟他们一起斋戒，但是，在斋戒期间当众吃喝是很不礼貌的。近两年的斋月时间：

2013年7月9日——8月7日

2014年6月28日——7月28日

开斋节

开斋节标志着斋月的结束。人们欢聚一堂，走亲访友，互赠礼物。按照传统风俗，人们在节日期间要换上新衣服，象征着新年的到来，也标志着那些结束斋戒的人们“得到了净化”。按照习俗，人们还会邀请陌生人参加家庭盛宴。

麦加朝圣

宰牲节（也叫古尔邦节）标志着哈吉——麦加朝圣时刻的到来。有钱

人会买只绵羊屠宰，连着三天举办盛大的宴会。在麦加朝圣节前后，努韦巴(Nuweiba)、苏伊士、萨法加港口(Port Safaja)和阿尔喀什(Al Qasr)到处都是朝圣者，有的正要往沙特去，有的刚从沙特回来。

圣纪节是为了庆祝先知穆罕默德的诞辰，人们载歌载舞，而苏非派会在各大清真寺附近集会。

科普特复活节

科普特复活节是科普特基督徒们最重要的节日——甚至比圣诞节还重要。一年365天，科普特教徒们要斋戒210天，复活节前40天是科普特人的苦修期。一直到复活节的那个周日，开斋节才正式开始，届时，科普特教徒们将享受长达一周的盛宴和盛典。

春节

科普特复活节过后的第一个星期

科普特教士庆祝复活节

一，人们将举行夏姆·纳西姆春节，也就是“闻风节”。这个节日起源于古埃及。在这个重要的日子里，埃及的穆斯林和基督徒们都将欢庆俄塞里斯(译者注：古埃及神话中地狱的冥神和鬼判)的复活和春回大地的祥和。按照传统习俗，家家户户都要去野餐，就着蛋和洋葱吃一种干咸鱼。

非宗教节日

西奈自由日是4月25日(这一天只有在西奈半岛才是公休假日)，用以纪念戴维营协议签订后，以色列人将西奈(Sinai)归还埃及这一历史事件。

埃及建军节是10月6日，对军事迷来说，这也是一个伟大的节日。届时，开罗将举行盛大的游行活动，以纪念1973年十月战争的爆发。

