

lonely planet

北欧

资深
实地
好用

专家的
权威推荐

调研及
全新信息

北欧国度
一网打尽

 中国地图出版社

北欧



Iceland
冰岛249页

Norway
挪威326页

Sweden
瑞典434页

Finland
芬兰145页

Tallinn
塔林239页

本书作者

安迪·赛明顿 (Andy Symington)

卡洛琳·贝恩 (Carolyn Bain) 克里斯蒂安·博内托 (Cristian Bonetto)

安东尼·汉姆 (Anthony Ham) 安娜·卡明斯基 (Anna Kaminski)

北欧

中文第三版

书名原文: Scandinavia (11th edition, Oct 2013)

© Lonely Planet 2014

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片版权归图片持有者所有, 2014

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

北欧 / 澳大利亚 LonelyPlanet 公司编; 李阳等译

—北京: 中国地图出版社, 2014.6

书名原文: Scandinavia

ISBN 978-7-5031-7681-4

I. ①北… II. ①澳… ②李… III. ①旅游指南—北
欧 IV. ①K953.09

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 108713 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 | 18.5 |
| 字 数 | 1007 千字 |
| 版 次 | 2014 年 6 月第 1 版 |
| 印 次 | 2014 年 6 月北京第 1 次印刷 |
| 定 价 | 79.00 元 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5031-7681-4/Z-183 |
| 审 图 号 | GS (2014) 1250 号 |
| 图 字 | 01-2014-0655 |

如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

Lonely Planet

(公司总部) ABN 36 005 607 983

Locked Bag 1, Footscray, Victoria 3011, Australia

电话: +61 3 8379 8000

传真: +61 3 8379 8111

联系: lonelyplanet.com/contact

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。

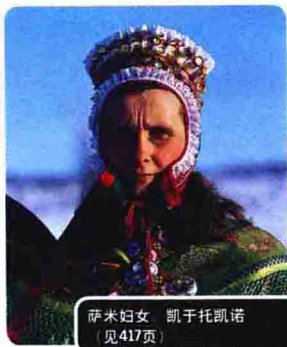
Lonely Planet 与其标志系 Lonely Planet 之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用 Lonely Planet 之名称或商标。如有发现, 急请告知: lonelyplanet.com/ip。

计划你的行程

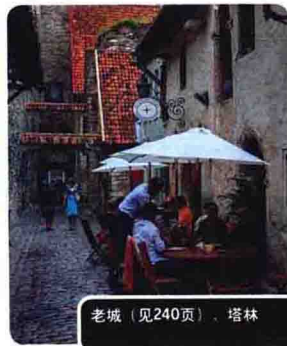
在路上

| | |
|------------------|----|
| 欢迎来北欧..... | 6 |
| 北欧地图..... | 8 |
| 19Top顶级旅行体验..... | 10 |
| 行前参考..... | 20 |
| 如果你喜欢..... | 22 |
| 每月特色..... | 26 |
| 旅行线路..... | 30 |
| 国家速览..... | 38 |

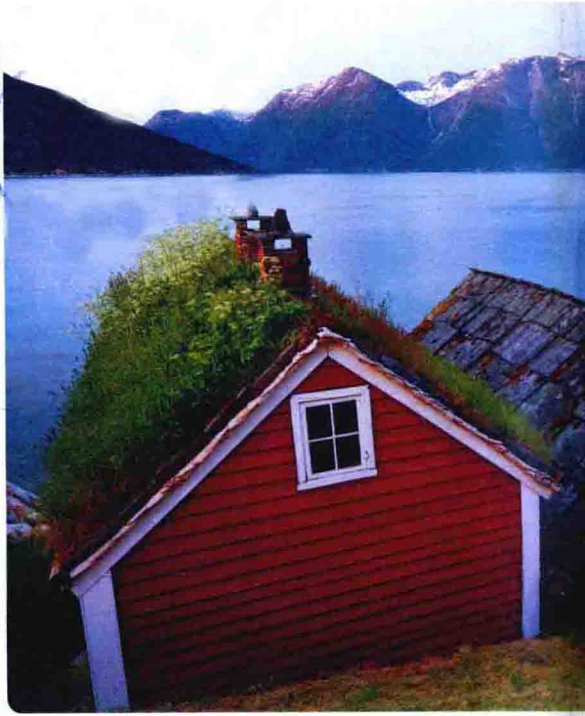
| | | | |
|---------------------|-----------|--|------------|
| 丹麦 | 50 | 博恩霍尔姆岛东海岸..... | 89 |
| 哥本哈根..... | 53 | 古兹耶姆..... | 91 |
| 西兰岛..... | 73 | 桑维和阿灵厄..... | 92 |
| 北西兰岛..... | 73 | 菲英岛 | 93 |
| 西兰岛北部海岸..... | 76 | 欧登塞..... | 93 |
| 罗斯基勒..... | 78 | Ladbykibet 和 Vikingsmuseet Ladby..... | 99 |
| 克厄..... | 80 | 伊埃斯科城堡..... | 99 |
| 特雷勒堡..... | 81 | 福堡..... | 100 |
| 沃尔丁堡..... | 82 | 吕岛、 阿沃纳克岛和熊岛..... | 101 |
| 南部岛屿 | 82 | 斯文堡..... | 101 |
| 默恩岛..... | 82 | 南菲英群岛 | 102 |
| 法尔斯特岛..... | 85 | 措辛厄岛..... | 102 |
| 博恩霍尔姆岛 | 86 | 朗厄兰岛..... | 102 |
| 伦讷..... | 87 | 艾尔岛..... | 104 |
| 杜厄角..... | 88 | | |



萨米妇女，凯于托凯诺
(见417页)



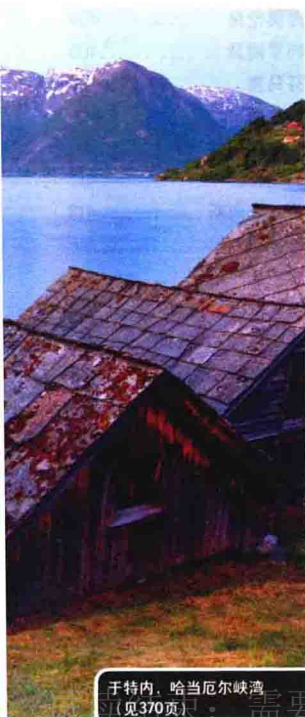
老城 (见240页)、塔林



DOUG PEARSON/GETTY IMAGES ©

目录

| | | | | | |
|----------------------|-----|----------------------------------|-----|---------------------------------|-----|
| 日德兰半岛..... | 106 | 出行指南..... | 138 | 凯米..... | 220 |
| 奥胡斯..... | 106 | 到达和离开..... | 141 | 托尔尼奥..... | 221 |
| 兰讷斯雨林..... | 114 | 当地交通..... | 142 | 罗瓦涅米至伊纳里..... | 222 |
| 耶灵..... | 114 | 芬兰..... 145 | | 伊纳里..... | 223 |
| 湖区..... | 115 | 赫尔辛基..... 148 | | 莱门河国家公园..... | 225 |
| 奥尔堡..... | 120 | 圣彼得堡..... | 164 | 拉普兰西北部..... | 225 |
| 腓特烈港..... | 123 | 南部海岸..... 166 | | 了解芬兰..... 226 | |
| 斯卡恩..... | 124 | 波尔沃..... | 166 | 生存指南..... 232 | |
| 希茨海尔斯..... | 127 | 图尔库..... | 167 | 出行指南..... | 232 |
| 埃斯比约..... | 127 | 楠塔利..... | 173 | 到达和离开..... | 235 |
| 法罗群岛..... | 128 | 汉科..... | 174 | 当地交通..... | 236 |
| 里伯..... | 130 | 奥兰群岛..... 175 | | 塔林..... 239 | |
| 凡岛..... | 132 | 玛丽港..... | 177 | 冰岛..... 249 | |
| 了解丹麦..... 134 | | 群岛周边..... | 178 | 雷克雅未克..... | 251 |
| 生存指南..... 138 | | 芬兰西南部..... 179 | | 雷克雅未克周边..... | 271 |
| | | 坦佩雷..... | 179 | 蓝色潟湖..... | 271 |
| | | 海门林纳..... | 186 | 黄金环线..... | 272 |
| | | 劳马..... | 187 | 哈夫纳夫约杜夫..... | 273 |
| | | 瓦萨..... | 188 | 克里叙维克(雷克亚纳斯 弗克凡古尔)..... | 274 |
| | | 雅各布斯塔德..... | 190 | 西部..... 274 | |
| | | 莱克兰、 卡累利阿和东部..... 190 | | 博尔加峡湾上游..... | 274 |
| | | 拉彭兰塔..... | 191 | 斯奈山半岛..... | 275 |
| | | 萨翁林纳..... | 192 | 西峡湾..... 277 | |
| | | 于韦斯屈莱..... | 197 | 伊萨菲厄泽..... | 277 |
| | | 库奥皮奥..... | 199 | 豪斯川迪尔半岛..... | 279 |
| | | 约恩苏..... | 204 | 劳特拉尔角..... | 280 |
| | | 伊洛曼齐..... | 205 | 北部..... 280 | |
| | | 卡累利阿周边徒步..... | 206 | 锡格吕菲厄泽..... | 280 |
| | | 皮耶利宁湖地区..... | 206 | 阿克雷里..... | 281 |
| | | 芬兰中北部..... 208 | | 格里姆塞岛..... | 286 |
| | | 库赫莫..... | 208 | 胡萨维克..... | 286 |
| | | 奥卢..... | 210 | 米湖..... | 289 |
| | | 库萨莫和鲁卡..... | 213 | 格柳沃冰河 (瓦特纳冰原 国家公园北区)..... | 293 |
| | | 奥兰卡国家公园..... | 215 | | |
| | | 拉普兰..... 215 | | | |
| | | 罗瓦涅米..... | 215 | | |

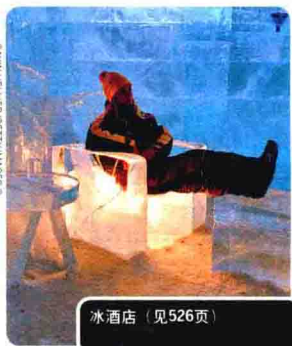


于特内，哈当厄尔峡湾
(见370页)

需要

请在线购买

在路上



冰酒店 (见526页)



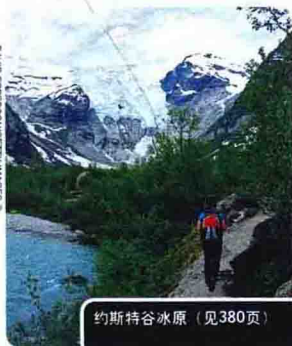
挪威的野生鸟类

| | | | | | |
|---------------------------------|------------|-----------------------|------------|---------------------|------------|
| 东部 | 294 | 格里姆斯塔 | 345 | 博德 | 395 |
| 埃伊尔斯塔济 | 294 | 克里斯蒂安桑 | 346 | 纳尔维克 | 397 |
| 塞济斯菲厄泽 | 295 | 留坎 | 348 | 罗弗敦群岛 | 398 |
| 南部 | 296 | 挪威中部 | 351 | 西奥伦岛 | 404 |
| 瓦特纳冰原 | 296 | 利勒哈默尔 | 351 | 特罗姆瑟 | 405 |
| 斯卡夫塔 (瓦特纳冰原 国家公园南区) | 298 | 勒罗斯 | 353 | 芬马克 | 409 |
| 教堂城 | 300 | 尤通黑门山国家公园 | 355 | 阿尔塔 | 409 |
| 索斯默克 | 301 | 奥斯陆至卑尔根 | 356 | 哈默弗斯特 | 411 |
| 韦斯特曼纳群岛 | 302 | 卑尔根和西部峡湾 | 357 | 北角 | 412 |
| 内陆 | 305 | 卑尔根 | 357 | 希尔克内斯 | 413 |
| 冰岛中部路线 | 305 | 沃斯 | 368 | 卡拉绍克 | 415 |
| 蓝德曼纳劳加和 菲德拉巴克自然保护区 | 307 | 哈当厄尔峡湾 | 370 | 凯于托凯诺 | 417 |
| 劳加维古林徒步路径 | 307 | 斯塔万格 | 371 | 斯瓦尔巴群岛 | 418 |
| 了解冰岛 | 309 | 吕瑟峡湾 | 375 | 朗伊尔城 | 419 |
| 生存指南 | 315 | 松恩峡湾 | 376 | 了解挪威 | 422 |
| 出行指南 | 315 | 约斯特谷冰原 | 380 | 生存指南 | 426 |
| 到达和离开 | 321 | 诺朗斯谷和桑默尔山 | 383 | 出行指南 | 426 |
| 当地交通 | 321 | 盖朗厄尔峡湾 | 383 | 到达和离开 | 429 |
| | | 翁达尔斯内斯 | 385 | 当地交通 | 430 |
| | | 翁达尔斯内斯到 盖朗厄尔 | 386 | | |
| 挪威 | 326 | 奥勒松 | 386 | 瑞典 | 434 |
| 奥斯陆 | 330 | 伦德岛 | 389 | 斯德哥尔摩 | 437 |
| 挪威南部 | 344 | 挪威北部 | 389 | 斯德哥尔摩周边 | 462 |
| 阿伦达尔 | 344 | 特隆赫姆 | 389 | 郊区 | 462 |
| | | | | 瓦克斯霍尔姆 | 463 |

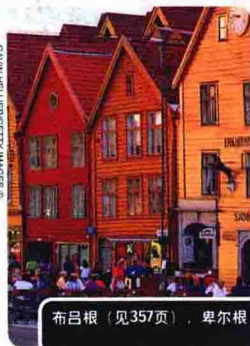
目录

生存指南

| | |
|--------------|-----|
| 出行指南 | 548 |
| 交通指南 | 555 |
| 语言 | 565 |
| 索引 | 582 |
| 如何使用本书 | 589 |



约斯特谷冰原 (见380页)



布吕根 (见357页), 卑尔根

| | | | |
|-------------------|------------|-------------------|------------|
| 斯德哥尔摩群岛 | 465 | 哥得兰岛 | 510 |
| 埃克勒市地区 | 466 | 维斯比 | 511 |
| 锡格蒂纳 | 466 | 哥得兰岛周边 | 514 |
| 斯韦阿兰 | 466 | 诺尔兰 | 514 |
| 乌普萨拉 | 467 | 松兹瓦尔 | 515 |
| 厄勒布鲁 | 470 | 高海岸 | 515 |
| 法伦 | 472 | 厄斯特松德 | 517 |
| 锡利扬湖地区 | 473 | 奥勒 | 518 |
| 斯科讷 | 476 | 于默奥 | 519 |
| 马尔默 | 476 | 吕勒奥 | 521 |
| 隆德 | 481 | 哈帕兰达 | 522 |
| 特雷勒堡 | 482 | 阿尔维斯尧尔 | 523 |
| 于斯塔德 | 483 | 约克莫克 | 524 |
| 赫尔辛堡 | 484 | 耶利瓦勒 | 525 |
| 约塔兰 | 485 | 基律纳 | 526 |
| 哥德堡 | 486 | 阿比斯库 | 528 |
| 斯特伦斯塔德 | 497 | 了解瑞典 | 531 |
| 北雪平 | 497 | 生存指南 | 537 |
| 林雪平 | 500 | 出行指南 | 537 |
| 瓦斯泰纳 | 502 | 到达和离开 | 540 |
| 斯莫兰 | 503 | 当地交通 | 542 |
| 韦克舍 | 503 | | |
| 水晶王国 | 504 | | |
| 奥斯卡港 | 505 | | |
| 卡尔马 | 506 | | |
| 厄兰岛 | 508 | | |
| 卡尔斯克鲁纳 | 509 | | |

北欧



本书作者

安迪·赛明顿 (Andy Symington)

卡洛琳·贝恩 (Carolyn Bain) 克里斯蒂安·博内托 (Cristian Bonetto)

安东尼·汉姆 (Anthony Ham) 安娜·卡明斯基 (Anna Kaminski)

计划你的行程

| | |
|------------------|----|
| 欢迎来北欧..... | 6 |
| 北欧地图..... | 8 |
| 19Top顶级旅行体验..... | 10 |
| 行前参考..... | 20 |
| 如果你喜欢..... | 22 |
| 每月特色..... | 26 |
| 旅行线路..... | 30 |
| 国家速览..... | 38 |

在路上

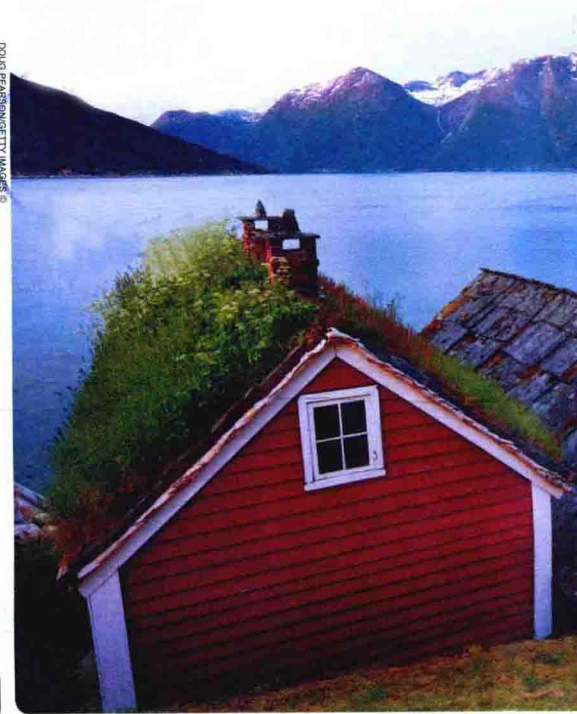
| | | | |
|--------------------|-----------|---|------------|
| 丹麦..... | 50 | 博恩霍尔姆岛东海岸..... | 89 |
| 哥本哈根..... | 53 | 古兹耶姆..... | 91 |
| 西兰岛..... | 73 | 桑维和阿灵厄..... | 92 |
| 北西兰岛..... | 73 | 菲英岛..... | 93 |
| 西兰岛北部海岸..... | 76 | 欧登塞..... | 93 |
| 罗斯基勒..... | 78 | Ladbyskibet 和 Vikingemuseet Ladby..... | 99 |
| 克厄..... | 80 | 伊埃斯科城堡..... | 99 |
| 特雷勒堡..... | 81 | 福堡..... | 100 |
| 沃尔丁堡..... | 82 | 吕岛、 阿沃纳克岛和熊岛..... | 101 |
| 南部岛屿..... | 82 | 斯文堡..... | 101 |
| 默恩岛..... | 82 | 南菲英群岛..... | 102 |
| 法尔斯特岛..... | 85 | 措辛厄岛..... | 102 |
| 博恩霍尔姆岛..... | 86 | 朗厄兰岛..... | 102 |
| 伦讷..... | 87 | 艾尔岛..... | 104 |
| 杜厄角..... | 88 | | |



萨米妇女。凯于托凯诺
(见417页)



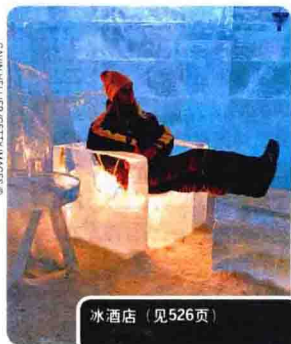
老城 (见240页)。塔林



目录

| | | | | | |
|--|------------|----------------------|------------|----------------------------------|------------|
| 日德兰半岛 | 106 | 出行指南 | 138 | 凯米 | 220 |
| 奥胡斯 | 106 | 到达和离开 | 141 | 托尔尼奥 | 221 |
| 兰讷斯雨林 | 114 | 当地交通 | 142 | 罗瓦涅米至伊纳里 | 222 |
| 耶灵 | 114 | 芬兰 | 145 | 伊纳里 | 223 |
| 湖区 | 115 | 赫尔辛基 | 148 | 莱门河国家公园 | 225 |
| 奥尔堡 | 120 | 圣彼得堡 | 164 | 拉普兰西北部 | 225 |
| 腓特烈港 | 123 | 南部海岸 | 166 | 了解芬兰 | 226 |
| 斯卡恩 | 124 | 波尔沃 | 166 | 生存指南 | 232 |
| 希茨海尔斯 | 127 | 图尔库 | 167 | 出行指南 | 232 |
| 埃斯比约 | 127 | 楠塔利 | 173 | 到达和离开 | 235 |
| 法罗群岛 | 128 | 汉科 | 174 | 当地交通 | 236 |
| 里伯 | 130 | 奥兰群岛 | 175 | 塔林 | 239 |
| 凡岛 | 132 | 玛丽港 | 177 | 冰岛 | 249 |
| 了解丹麦 | 134 | 群岛周边 | 178 | 雷克雅未克 | 251 |
| 生存指南 | 138 | 芬兰西南部 | 179 | 雷克雅未克周边 | 271 |
|  | | 坦佩雷 | 179 | 蓝色潟湖 | 271 |
| | | 海门林纳 | 186 | 黄金环线 | 272 |
| | | 劳马 | 187 | 哈夫纳夫约杜夫 | 273 |
| | | 瓦萨 | 188 | 克里叙维克 (雷克亚纳斯 弗克凡古尔) | 274 |
| | | 雅各布斯塔德 | 190 | 西部 | 274 |
| | | 莱克兰、 | | 博尔加峡湾上游 | 274 |
| | | 卡累利阿和东部 | 190 | 斯奈山半岛 | 275 |
| | | 拉彭兰塔 | 191 | 西峡湾 | 277 |
| | | 萨翁林纳 | 192 | 伊萨菲厄泽 | 277 |
| | | 于韦斯屈莱 | 197 | 豪斯川迪尔半岛 | 279 |
| | | 库奥皮奥 | 199 | 劳特拉角 | 280 |
| | | 约恩苏 | 204 | 北部 | 280 |
| | | 伊洛曼齐 | 205 | 锡格吕菲厄泽 | 280 |
| | | 卡累利阿周边徒步 | 206 | 阿克雷里 | 281 |
| | | 皮耶利宁湖地区 | 206 | 格里姆塞岛 | 286 |
| | | 芬兰中北部 | 208 | 胡萨维克 | 286 |
| | | 库赫莫 | 208 | 米湖 | 289 |
| | | 奥卢 | 210 | 格柳沃冰河 (瓦特纳冰原 国家公园北区) | 293 |
| | | 库萨莫和鲁卡 | 213 | | |
| | | 奥兰卡国家公园 | 215 | | |
| | | 拉普兰 | 215 | | |
| | | 罗瓦涅米 | 215 | | |

在路上



冰酒店 (见526页)



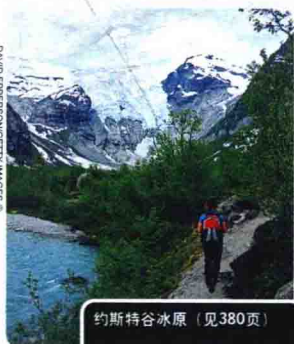
挪威的野生鸟类

| | | | | | |
|---------------------------------|------------|-----------------------|------------|---------------------|------------|
| 东部 | 294 | 格里姆斯塔 | 345 | 博德 | 395 |
| 埃伊尔斯塔济 | 294 | 克里斯蒂安桑 | 346 | 纳尔维克 | 397 |
| 塞济斯菲厄泽 | 295 | 留坎 | 348 | 罗弗敦群岛 | 398 |
| 南部 | 296 | 挪威中部 | 351 | 西奥伦岛 | 404 |
| 瓦特纳冰原 | 296 | 利勒哈默尔 | 351 | 特罗姆瑟 | 405 |
| 斯卡夫塔 (瓦特纳冰原 国家公园南区) | 298 | 勒罗斯 | 353 | 芬马克 | 409 |
| 教堂城 | 300 | 尤通黑门山国家公园 .. | 355 | 阿尔塔 | 409 |
| 索斯默克 | 301 | 奥斯陆至卑尔根 | 356 | 哈默弗斯特 | 411 |
| 韦斯特曼纳群岛 | 302 | 卑尔根和西部峡湾 | 357 | 北角 | 412 |
| 内陆 | 305 | 卑尔根 | 357 | 希尔克内斯 | 413 |
| 冰岛中部路线 | 305 | 沃斯 | 368 | 卡拉绍克 | 415 |
| 蓝德曼纳劳加和 菲德拉巴克自然保护区 .. | 307 | 哈当厄尔峡湾 | 370 | 凯于托凯诺 | 417 |
| 劳加维古林徒步路径 .. | 307 | 斯塔万格 | 371 | 斯瓦尔巴群岛 | 418 |
| 了解冰岛 | 309 | 吕瑟峡湾 | 375 | 朗伊尔城 | 419 |
| 生存指南 | 315 | 松恩峡湾 | 376 | 了解挪威 | 422 |
| 出行指南 | 315 | 约斯特谷冰原 | 380 | 生存指南 | 426 |
| 到达和离开 | 321 | 诺朗斯谷和桑默尔山 .. | 383 | 出行指南 | 426 |
| 当地交通 | 321 | 盖朗厄尔峡湾 | 383 | 到达和离开 | 429 |
| 挪威 | 326 | 翁达尔斯内斯 | 385 | 当地交通 | 430 |
| 奥斯陆 | 330 | 翁达尔斯内斯到 盖朗厄尔 | 386 | 瑞典 | 434 |
| 挪威南部 | 344 | 奥勒松 | 386 | 斯德哥尔摩 | 437 |
| 阿伦达尔 | 344 | 伦德岛 | 389 | 斯德哥尔摩周边 | 462 |
| | | 挪威北部 | 389 | 郊区 | 462 |
| | | 特隆赫姆 | 389 | 瓦克斯霍尔姆 | 463 |

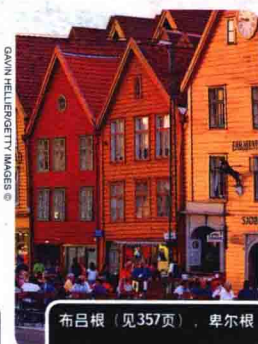
目录

生存指南

| | |
|--------------|-----|
| 出行指南 | 548 |
| 交通指南 | 555 |
| 语言 | 565 |
| 索引 | 582 |
| 如何使用本书 | 589 |



约斯特谷冰原 (见380页)



布吕根 (见357页), 卑尔根

| | | | |
|-------------------|------------|-------------------|------------|
| 斯德哥尔摩群岛 | 465 | 哥得兰岛 | 510 |
| 埃克勒市地区 | 466 | 维斯比 | 511 |
| 锡格蒂纳 | 466 | 哥得兰岛周边 | 514 |
| 斯韦阿兰 | 466 | 诺尔兰 | 514 |
| 乌普萨拉 | 467 | 松兹瓦尔 | 515 |
| 厄勒布鲁 | 470 | 高海岸 | 515 |
| 法伦 | 472 | 厄斯特松德 | 517 |
| 锡利扬湖地区 | 473 | 奥勒 | 518 |
| 斯科讷 | 476 | 于默奥 | 519 |
| 马尔默 | 476 | 吕勒奥 | 521 |
| 隆德 | 481 | 哈帕兰达 | 522 |
| 特雷勒堡 | 482 | 阿尔维斯尧尔 | 523 |
| 于斯塔德 | 483 | 约克莫克 | 524 |
| 赫尔辛堡 | 484 | 耶利瓦勒 | 525 |
| 约塔兰 | 485 | 基律纳 | 526 |
| 哥德堡 | 486 | 阿比斯库 | 528 |
| 斯特伦斯塔德 | 497 | 了解瑞典 | 531 |
| 北雪平 | 497 | 生存指南 | 537 |
| 林雪平 | 500 | 出行指南 | 537 |
| 瓦斯泰纳 | 502 | 到达和离开 | 540 |
| 斯莫兰 | 503 | 当地交通 | 542 |
| 韦克舍 | 503 | | |
| 水晶王国 | 504 | | |
| 奥斯卡港 | 505 | | |
| 卡尔马 | 506 | | |
| 厄兰岛 | 508 | | |
| 卡尔斯克鲁纳 | 509 | | |

目录

欢迎来

北欧



户外

这里拥有欧洲北部最美的风景。置身于广阔的天地间，呼吸着纯净的空气，欣赏着森林、湖水、火山群，会让你觉得拥抱大自然是件无上快乐的事情。许多被照顾得很好的保护区在这片区域延伸，为你提供了一些欧洲最理想的徒步、划皮划艇、漫步冰川和观熊的环境。海岸壮阔美丽，无论是嶙峋的峡湾，海鸟聚居的峭壁，还是由一些小岛屿点缀而成的群岛，景致都犹如一位天才艺术家手持画笔在画布上轻弹指尖，便晕染出一片海滨仙境来。这种令人心旷神怡的景色在北欧随处可见。

城市风格

古老而沉稳的北欧风格与各国首都生机勃勃的气氛融为一体。最前沿的设计无处不在，而卓越的现代化建筑、精彩的博物馆、21世纪精彩的城市生活、一些在欧洲饱受赞誉的餐厅和丰富的夜生活（即使啤酒价格不菲），更加为这片土地平添了不少魅力。音乐就更不用说了：不管你偏好维京金属乐抑或室内音乐，在这里你总能见识到一些独具地方特色的表演。这里的风格保守和新潮两者兼备，也可以简单理解为新老派别在此比别的地方能更轻易地混搭。游览东波罗的海的魅力城市塔林（Tallinn，爱沙尼亚首都，虽然



© SCOTT WILSON/ALAMY

© SCOTT WILSON/ALAMY

精致的城市结构与远处广袤的森林、迷人的气息和荒野徒步者相得益彰。感受极昼与极夜，热闹的节日气氛和壮观的极光魅力，北欧绝不会让你感到无趣。

(左图) 斯卡夫塔冰洞 (Ice cave in Skaftafell; 见298页)

(下图) 瑞典海滨生活



本不属于北欧国家，但是因其与芬兰密切的经贸往来和便利的交通，北欧旅游线总少不了这个古城），会为你的北欧城市体验之旅增添浓墨重彩的一笔。

季节

这里有适当的季节划分。在漫长寒冷的冬季，几尺厚的雪像地毯一般铺在地面上，太阳只会友情客串——如果真的会出现的话。即使在气温低得可怕的冬季，也依然有很多事情可做：滑雪、乘坐爱斯基摩犬或驯鹿拉的雪橇、骑着雪上摩托车在北冰洋奔驰、在冰洞中架杆垂钓、在雪酒店度过浪漫的夜晚、拜访圣诞老人 (Santa Claus) 和欣

赏摄人心魄的北极光。春天万物渐渐苏醒，到了夏季，白天出奇地长，随之而来的是各种节日、啤酒聚会以及惬意的划船、徒步和骑自行车活动。北欧森林的秋天是最美的，桦树和其他阔叶树木一同呈现了一场耀眼的色彩盛宴，在第一场雪到来之前漫步其中，醉人心脾。

绿色之选

在北欧你很少会听到“生态旅游 (ecotourism)”这个词，但绿色环保的价值观念在这里早已根深蒂固地成为了人们生活的一部分。通常，绿色和可持续发展是一种生活方式，而非一个吸引旅行者的噱头。

北 欧





Svalbard (Nor.)
斯瓦尔巴群岛 (挪)

见斯瓦尔巴群岛局部图

冰酒店

在超现实的美中进入“零下”睡眠(526页)

BARENTS SEA
巴伦支海

罗弗敦群岛

史诗般的岩石，无时间限制的钓鱼社区(398页)

拉普兰

发现放牧麋鹿的萨米文化(415页)

NORWEGIAN SEA
挪威海

挪威海峽湾

探索这些叹为观止的锯齿状地理奇观(见398页)

NORWAY
挪威

SWEDEN
瑞典

FINLAND
芬兰

RUSSIA
俄罗斯

Trondheim

Östersund
厄斯特松德

Vaasa
瓦萨

Jyväskylä
于韦斯屈莱

Alesund

Galdhøpiggen
(2468m)

Umeå
于默奥

Tampere
坦佩雷

Lappeenranta

Lillehammer
利勒哈默尔

Västerås

Turku
图尔库

Helsinki
赫尔辛基

Sankt Peterburg
圣彼得堡

Bergen
卑尔根

Oslo
奥斯陆

Örebro

Åland (Åhvenanmaa)
奥兰群岛 (阿兰韦南马群岛)

Tallinn
塔林

ESTONIA
爱沙尼亚

Stavanger
斯塔万格

Kristiansand

Norrköping

Åland (Åhvenanmaa)
奥兰群岛 (阿兰韦南马群岛)

Riga
里加

LATVIA
拉脱维亚

Skagerrak
斯卡格拉克海峡

Skagen

Linköping
林雪平

Gotland
哥得兰岛

Vilnius
维尔纽斯

LITHUANIA
立陶宛

Aalborg

Helsingør

Jönköping

Öland
厄兰岛

Minsk
明斯克

塔林
充满中世纪情调的市中心(240页)

Aarhus

Helsingborg

Bornholm (Den.)
博恩霍尔姆岛(丹)

Kaliningrad
加里宁格勒

Vilnius
维尔纽斯

RUSSIA
俄罗斯

Esbjerg

Odense

Malmö

Kaliningrad
加里宁格勒

Vilnius
维尔纽斯

RUSSIA
俄罗斯

Denmark
丹麦

Copenhagen
哥本哈根

Germany
德国

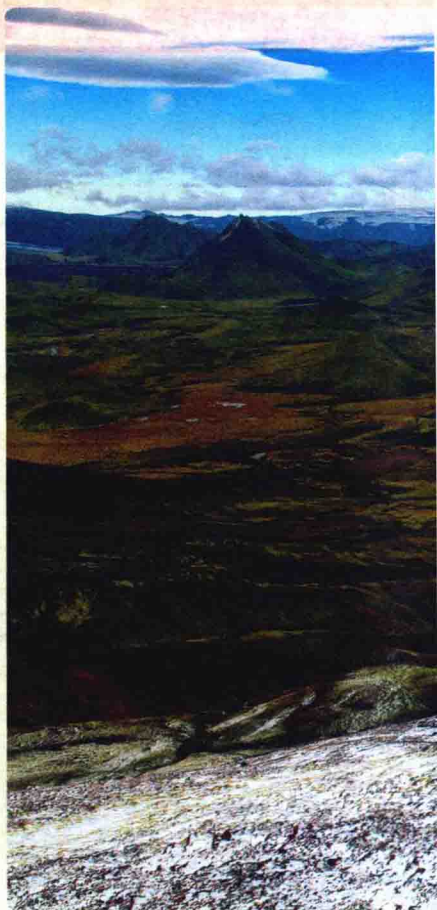
Poland
波兰

Belarus
白俄罗斯

Belarus
白俄罗斯

19 TOP

顶级旅行体验



国家公园徒步

1 北欧有着欧洲最完美的荒野区。如果你喜欢置身于有狐狸和熊出没的深色松木林中，那么就到芬兰东北部的熊的环道(Karhunkierros trail; 见215页)来徒步体验一下吧。挪威的尤通黑门国家公园(Jotunheimen National Park; 见355页)中有上百座高耸的山峰和蓝色水晶般清澈的湖泊。440公里长的国王之路(Kungsleden hiking trail; 见529页)位于北极圈内，起始于瑞典的阿比斯库国家公园。从冰岛的蓝德曼纳劳加到索斯莫克(见307页)的徒步路线上有很多荒凉的火山岩斜坡、冒着热气的水池和布满苔藓的山谷，令徒步者难以忘怀。图为劳加维古林徒步路线(Laugavegurinn Trek)。

挪威峡湾

2 挪威美丽的峡湾(见357页)风光是无论怎么称赞都不为过的。站在高处向下望去，陆地被一条条深深的裂缝从海岸割开，为北欧西北部的地图增添了质感和深度。走近些能够看到，陡峭的岩壁从地势很高的绿色牧场一直插入水流涌动、遍布美丽的峡湾村庄的峡谷。两百多公里长的松恩峡湾(见376页)和哈当厄尔峡湾(见370页)形成了挪威最广泛的峡湾网。但安静险峻的奈略峡湾(松恩峡湾的一部分)、吕瑟峡湾(见375页)和有挪威峡湾之王之称的盖朗厄尔峡湾(见383页)才是北欧最美角落的主要候选者。图为盖朗厄尔峡湾(见383页)。