

南非



测绘出版社

贴心指南，启发灵感，帮您规划一生难忘旅程

Footprint



梦之旅

南非

Footprint



梦之旅



湖南人民出版社

版权页

京权图字：01-2013-7301

书名原文：Footprint **DREAM TRIP South Africa**(1st edition)

© Footprint Handbooks Ltd 2013

® Footprint Handbooks and the Footprint mark are a registered trademark of Footprint Handbooks Ltd

版权所有。未经出版方许可，本书任何部分不得以任何方式，如电子、机械、影印、录制等手段复制，在检索系统中储存或传播。

图书在版编目(CIP)数据

南非 / 英国Footprint Handbooks公司编著；董琳星等译. — 北京：测绘出版社，2014.1
(梦之旅)
ISBN 978-7-5030-3330-8

I. ①南… II. ①英… ②董… III. ①旅游指南—南非(阿扎尼亚) IV. ①K947.89

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第302866号

策 划：于国宏
原 著：英国Footprint Handbooks公司
译 者：董琳星 胡浩 等
责任编辑：李红
责任印制：喻迅

出版发行：测绘出版社
地 址：北京市西城区三里河路50号
邮政编码：100045
电 话：010-83543956(发行部)
010-68531609(门市部)
010-68531363(编辑部)

网 址：www.chinasmp.com
电子邮箱：smp@sinomaps.com
印 刷：北京柏力行彩印有限公司
经 销：各地新华书店
成品规格：110mm × 178mm
印 张：9
字 数：226千字
版 次：2014年1月第1版
印 次：2014年1月北京第1次印刷
定 价：32.00元
书 号：ISBN 978-7-5030-3330-8/K·410
审 图 号：GS(2013)2635号 本书插图系原文插图

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-68531363
本书如有印装质量问题，请与我社门市部联系调换。

本书作者、出版者在编写和出版过程中全力保证本书质量，但由于信息的动态性，建议游客在出发前，从领事馆、航空公司及相关旅游机构核实重要信息，如有变动以实际为准。作者和出版者不对由此带来的任何损失、伤害和不便承担责任。

南非

Footprint



梦之旅



测绘出版社

目录

规划旅程 04

这就是南非	04
总述	06
开普敦—花园路线—开普敦	08
德班—战场遗址—德拉肯斯山	
脉—纳尔逊·曼德拉湾	14
约翰内斯堡—太阳城—克鲁格—	
约翰内斯堡	20
约翰内斯堡—斯威士兰—开普敦	26



开普敦→花园路线→开普敦 33

开普敦	35	沃尔德尼斯及周边	85
桌山国家公园(一)	40	赛奇菲尔德及周边	86
城市碗	42	克尼斯纳及周边	87
维多利亚和阿尔弗雷德滨海区	52	普莱滕贝格湾	90
罗本岛	55	普莱滕贝格湾东面	93
南部郊区	56	花园路线国家公园(齐齐卡马部分)	95
开普半岛	62	R62公路	100
大西洋沿岸	62	奥茨胡恩	100
桌山国家公园(二)	64	小卡鲁	104
福尔斯湾	66	布里德河谷	106
鲸海岸	72	伍斯特及周边	108
戈登斯贝到赫曼努斯	73	深入游: 塔尔巴赫	111
赫曼努斯及周边	75	酒乡	113
斯韦伦丹及周边	78	帕尔酒乡	115
花园路线	82	弗朗斯胡克谷	119
莫塞尔贝(上图)	83	斯泰伦博斯(下图)	122





德班→战场遗址→德拉肯斯山脉→纳尔逊·曼德拉湾 129

德班 (下图)	131	圣约翰斯港	168
深入游: 海豚海岸	140	姆沙沙	169
战场遗址路线	144	凯茅斯周边	170
莱迪史密斯及周边	145	凯茅斯到东伦敦	172
邓迪及周边	147	从东伦敦到纳尔逊·曼德拉湾	176
乌卡兰巴—德拉肯斯山脉	152	东伦敦	176
德拉肯斯山脉北部	153	威廉王城	178
德拉肯斯山脉中部	156	格雷厄姆斯敦	180
德班到东伦敦	164	阿多东面	183
阿曼济姆托蒂到斯科特堡	164	阿多大象国家公园	185
芙蓉海岸	165	纳尔逊·曼德拉湾 (伊丽莎白港)	191
狂野海岸	166		

约翰内斯堡→太阳城→克鲁格→约翰内斯堡 199

约翰内斯堡	201	帕诺拉马地区	251
从茨瓦内(比勒陀利亚)到太阳城	219	胡德斯普雷特及周边	251
茨瓦内(比勒陀利亚)	219	布莱德河峡谷 (上图)	252
马加利山脉	225	赫拉斯科普	253
太阳城	227	皮尔格里姆雷斯特	254
皮拉内山禁猎区	228	赫拉斯科普南面	255
克鲁格国家公园	231	萨比	255
内尔斯普雷特	231	黑齐维尤	256
克鲁格国家公园南部营地	237	怀特里弗(白河)	257
克鲁格国家公园中部营地	240	深入游:	
私人禁猎区	244	斯威士兰	259
		马普托兰和祖鲁兰	263

实用信息 273

南非吃住行总攻略	274
南非最佳旅游时间	274
如何到达南非	274
南非交通	274
南非住宿	276
南非餐饮	278
游客须知	279
索引	282
地图目录、符号含义	287



这就是**南非**



开普敦附近两只非洲企鹅沐浴在夕阳的光辉里

南非是世界上最多彩、最迷人的国家之一。对于我来说，它最吸引人的地方就在于它醉人的美景。无论是标志性的平顶山上如桌布般流转的白云，还是在克鲁格布满金合欢的大草原上漫步的成千上万只动物；无论是酷热的夸祖鲁—纳塔尔省广阔的金色海滩，还是酒乡那以葡萄园、果园和野花而闻名的美丽山谷，都会让游客为之惊叹留恋。

在这片辽阔、地形多变的土地上，有着极其丰富的动植物群落，带给你无可比拟的体验，去享受大自然之美。南非是一流的旅行目的地，遍布全国的杰出公园和保护区也令你应接不暇。去户外其实是一种生活方式，你可以尝试徒步旅行、冲浪、水肺潜水或众多广受欢迎的冒险活动，如蹦极或骑大象。

南非生机盎然的城市也为游客提供了独一无二的体验，这里住着

各色民族，融合了各种迷人的异域文化。这里有快节奏、复杂的约翰内斯堡，又热又潮湿、受印度辛辣影响的德班，或景色壮观而又古怪的海边享乐城市开普敦。在非洲大陆上，这些城市有着许多激动人心、引人入胜的地方，也提供最好的美食和购物机会。

南非也有着引人瞩目的历史：从早期的采集狩猎到欧洲人的到来，以及后来发生的布尔战争和近期种族隔离的分崩离析。这些丰厚的历史文化在南非得到很好的保存，并且有据可查。洞穴壁画、殖民地建筑、生机勃勃的小镇、感人的战场遗址和当代博物馆，都是南非游客值得探究的另一方面。

总之，你的目的地取决于你的时间、预算，以及你想怎么走。目的地、旅游活动和路线的选择实际上有无穷种，所以，为了充分利用时间，你需要仔细做计划。

Lizzie Williams

利兹·威廉姆斯

第一步

总述

南非幅员辽阔，旅行目的地和体验令人应接不暇。

南非幅员辽阔，旅行目的地和体验令人应接不暇。由于你很可能从开普敦、德班或约翰内斯堡入境，所以如果想进行短期旅游，最好设计一条从这些城市可以抵达的线路。假如时间充裕，想深入其他省份进一步野外探险，可以借道这些城市作为长途旅行的起点或终点。或者可以去其他国家旅游：莱索托四周被南非环绕，斯威士兰南、北、西三面为南非包围，这两个国家允许在南非租用的小汽车经过它们的边界。

南非拥有高效的交通运输网，连接乡镇和城市。它的道路系统和飞行网络是非洲最好的，可以让你的长途旅游变得便捷。经济的国内航线把城市连接在一起，国内纵横交错并富有经验的私人客车队伍和火车系统（尽管缓慢），为你提供从A地到B地的另一条线路。毋庸置疑，租一辆小汽车游览部分甚至全部旅程是南非之旅的最佳选择；你可以悠然自得地前行，还可以探索偏远地区，而不用被一次行程或时间表绑定。

→ 畅游南非

约翰内斯堡→比勒陀利亚(茨瓦内)→太阳城→皮拉内山禁猎区→克鲁格国家公园→帕诺拉马地区→斯威士兰→赫卢赫卢韦—伊姆福洛济野生动物保护区→大圣卢西亚湿地公园→海豚海岸→德班→战场遗址→乌卡兰巴—德拉肯斯山脉公园→狂野海岸→纳尔逊·曼德拉湾(伊丽莎白港)→阿多大象国家公园→花园路线→鲸海岸→开普敦→开普半岛→开普酒乡

游览这些线路每条需要大约三周时间，而且每一条都涵盖了南非最精彩的部分。不过这也不是绝对的，对于想探索这个国家某个部分的游客，或重返南非想去某个新地方旅游的人，本书的描述可帮助你做更个性的安排。

如果到了约翰内斯堡，就可以从这里开始，游览豪滕省、西北省和姆普马兰加省最好的景点，然后再返回约翰内斯堡。另一条从开普敦出发的行程覆盖了城市和周边地区，还包括著名的花园路线。



1 克鲁格国家公园的河马 2 开普敦维多利亚和阿尔弗雷德滨海区 3 崎岖的开普半岛

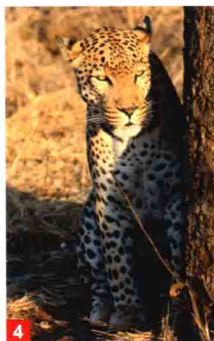


从德班出发，你可以欣赏夸祖鲁—纳塔尔省和东开普敦的极致风光，然后也许可以继续游览花园路线和开普敦。

如果你有超过4周的时间，你可以选择把4条线路结合起来，做一次豪华的南非之旅。从约翰内斯堡启程，在开普敦结束（或反过来，两者都是到达或离开南非的空中枢纽）。这条路线覆盖所有景点，你可以充分了解并享受南非从海滩到山脉、从野生动物保护区到历史名胜的各种美丽环境。

而对于时间不富裕或不想花很多时间租车驾驶的人，可以从4条线路中选一条感兴趣的来加快行程。乘坐经济的国内航班，在约翰内斯堡、德班、纳尔逊·曼德拉海湾（伊丽莎白港）等主要机场之间穿梭，然后在每个地方租小汽车去远行。

你热爱沙滩还是户外探险？你是冲浪达人还是城市访客？这将决定你在每个目的地停留和探索的时间，而这4条路线会为你的南非梦之旅指引正确的方向。



你热爱沙滩还是户外探险？你是冲浪达人还是城市访客？这将决定你在每个目的地停留和探索的时间，而这4条路线会为你的南非梦之旅指引正确的方向。

4克鲁格国家公园的花豹 5德拉肯斯山脉

梦之旅1

开普敦 → 花园路线 → 开普敦

最佳旅游时间

总的来说，西开普的气候特征是，夏季温暖干燥，气温 30°C 左右，适宜去沙滩；冬季温和潮湿，平均气温 18°C ，十分怡人。12月至1月是旅游高峰期，日照时间长，也是南非国内假期，人们不用上班和上学，这时开普敦因各种活动而变得喧闹；需要提前很久进行预约，酒店也会季节性增加。6月至9月最阴冷潮湿，不过也有优势，比如可以观鲸，而且自然保护区内也开满了野花。

留出三周时间来充分探索开普敦(35页)和西开普省的美丽与多样。被亲切称为“母亲城”的开普敦，聚集了许多历史建筑和博物馆，还有克斯滕博什植物园和著名的康斯坦蒂亚葡萄庄园。日程安排中一定要有攀登桌山顶(爬上去或乘坐缆车)。而参加旅行团，进行一次发人深思的罗本岛和开普平原区小镇之旅，你将一窥南非的脆弱历史。

至少花一天时间途经壮丽的开普半岛(62页)去开普角。岛上有松柏遍布的山脉、渔村、金色的海滩和美丽的海湾。路上可以参观豪特湾近海处的海豹聚居地和博尔德斯海滩的非洲企鹅聚居地，还有许多机会在海鲜餐厅大快朵颐，或者去手工艺品市场逛逛。

观光之后，开普敦有许多让人放松的方式，比如在坎普斯湾时尚的脱衣舞酒吧里小饮，到可以俯瞰繁忙海港的维多利亚和阿尔弗雷德滨海区(52页)享用美味佳肴，或者在夜晚去欣赏戏剧、芭蕾舞或歌剧。开普敦全年都有充满激情的重大活动，包括美食、葡萄酒和电



1



2



3

1开普敦鸟瞰图 2开普敦海滩小屋 3克斯滕博什国家植物园



4



5



6

4从查普曼峰俯瞰豪特湾 5豪特湾海豹聚居地 6西开普省酒庄

至少花一天时间途经壮丽的开普半岛去开普角。岛上有松柏遍布的山脉、渔村、金色的海滩和美丽的海湾。

梦之旅1

开普敦 → 花园路线 → 开普敦

另一个季节性活动是7月至11月在鲸海岸观察南露脊鲸。

影节、开普敦国际爵士音乐节、克斯滕博什夏季音乐会、开普敦狂欢节(Cape Town Carnival)、两大洋马拉松赛和开普阿格斯Pick'n'Pay单车巡回赛(世界上最大的限时单车巡回赛)。

另一个季节性活动是7月到11月在鲸海岸(72页)观察南露脊鲸。从开普敦驱车一天就能很容易到达沃克湾上赫曼努斯的悬崖顶部,这里被认为是世界上最好的在陆上观鲸地点之一。继续向东走可以从莫塞尔贝上花园路线(82页),在沿途美丽的斯韦伦丹驻足,这是南非历史第三悠久的城镇,也是南非风景最秀丽的地方之一。这里环境宁静迷人,你可以参观博物馆和历史建筑,也可以在众多精美餐馆中品尝南非的传统菜肴。

花园路线是南非最著名的地区,促进了当地旅游业的发展。这里有无数野生动物景观和户外活动,包括蹦极、山地骑行、冲浪和日光浴。在旅游业较发达的城镇,如克尼斯纳(87页)或普莱滕贝格湾(90页),有许多很棒的住宿、餐馆和购物的选择,而美丽的花园路线国家公园沃尔德尼斯部分和齐齐卡马部分(85页和95页),值得你花时间徒步穿越沿海森林。



2



→ 深入游

驱车向北到风景如画的塔尔巴赫,途经壮观的Bain's Kloof山口。→111页



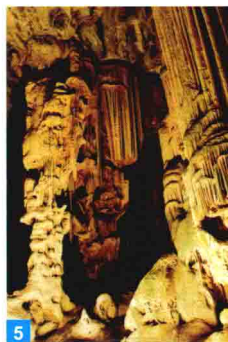
3

可以取道宁静的乡村道路穿过西开普省内部返回开普敦。这条路被当地人称作**R62公路(100页)**，它模仿了标志性的美国R66公路。在奥茨胡恩和开普敦之间漫步，既能从此到达N2高速公路，又能欣赏沿途壮丽的山脉、风景如画的关口、河流、葡萄园和果园。还能从零星分布的小村庄了解到一点南非的乡村生活。

最后一天一定要去**开普酒乡(113页)**探访历史悠久的美丽庄园。在这里，斯泰伦博斯、帕尔和弗朗斯胡克等历史悠久的城镇与风景优美的山谷相连，之间点缀着葡萄园。这些酒庄向公众开放，游客可以在户外橡树下或地下清凉的酒窖里品酒。许多酒庄里还有美味的乡村饭店，或者有机会在开普荷兰庄园过夜。从开普敦到酒乡也是个不错的一日游路线。



4



5



6

1花园路线国家公园(齐齐卡马部分)的风暴河吊桥 2赫曼努斯的南露脊鲸
3花园路线国家公园 4大康斯坦蒂亚葡萄酒庄园 5坎戈钟乳洞 6花园路线景观

→ 路线规划



1 帕尔南非荷兰语语言纪念碑 2 花园路线中的克尼斯纳海岸线 3 斯泰伦波斯景色

→ 愿望清单

1挑战徒步旅行或乘坐空中缆车到**桌山**顶鸟瞰开普敦、桌湾和美丽的大西洋海岸线。**2**以桌山和工作中的海港为背景，在世界闻名、历史悠久的**维多利亚和阿尔弗雷德滨海区**享受一流的购物、饮食和娱乐设施。**3**在著名的**两大洋水族馆**探索以巨型海藻林和捕食者为亮点的大西洋和印度洋水下领域。**4**乘渡轮到**罗本岛**关押纳尔逊·曼德拉的监狱体验情感之旅。此次旅行和**小镇旅行**将带给你种族隔离的启蒙教育。**5**漫步在美丽宁静的**克斯滕博什国家植物园**，并在鸭群池塘边起伏的草坪上野炊。**6**在观光中度过忙碌的一天，或驾车环游**开普半岛**，欣赏迷人的海岸线、自然保护区、美丽的海滨城镇和鲸鱼、海豹、企鹅等海洋生物。**7**沿着迷人的**鲸海岸**观赏南露脊鲸，在赫曼努斯俯瞰它们在沃克湾跳跃喷水。**8**花几天时间探索人们赞不绝口的**花园路线**，它是一段200公里长的崎岖海岸，背靠山脉、绵长的沙滩、同时拥有茂密的森林和友好氛围的度假胜地。**9**到奥茨胡恩周围的**小卡鲁**冒险，参观鸵鸟养殖园和被认为是世界上最好的石笋洞穴——阴森恐怖的坎戈钟乳洞。**10**游览美丽的**开普酒乡**，在酒庄的橡树下小口品尝葡萄酒；这里许多17世纪的庄园宅邸都变成了美食餐厅和精品酒店。



梦之旅2

德班 → 战场遗址 → 德拉肯斯山脉 → 纳尔逊·曼德拉湾

最佳旅游时间

夸祖鲁—纳塔尔省的亚热带气候使它一年到头都很适宜度假：夏季炎热，气温23—33°C。冬季温和，气温16—25°C（6月至8月有点潮湿）。与开普敦和花园路线一样，在12月至1月的国内假期，这里的住宿率也呈季节性上涨。内陆的德拉肯斯山脉海拔上升3000米以上，所以一年四季气候凉爽，而干燥的冬季最适合远足，不过夜间会非常冷。东开普省位于亚热带的夸祖鲁—纳塔尔省和偏地中海气候的西开普省之间。

从德班到纳尔逊·曼德拉湾沿着南非海岸做一次三周的旅行，从夸祖鲁—纳塔尔省温暖的亚热带金色沙滩，到东开普省崎岖、荒野的海岸，一路上你将领略不同的海岸景观。对酷爱户外运动的人来说，这是一条理想的线路，你可以沿着海岸远足，做潜水、冲浪等海上运动，或者观赏鲸鱼和海豚。你还可以深入夸祖鲁—纳塔尔省内陆，专程去参观感人的南非战场遗址和乌卡兰巴—德拉肯斯山脉公园，那里群峰高耸，是徒步旅行的理想去处，至今保存着一些桑族人的岩画精品。

在德班(131页)，你可以探索海滨地区的黄金里程，由于温暖的亚热带气候，那里一年四季都很适宜游泳和冲浪；也可以参观印度区，或者去盖特威购物中心购物。枝叶茂盛的城市南郊一直通往千山谷(144页)。这里以绵延至乌姆盖尼河和印度洋的数千座山命名，曾经是祖鲁人的要塞，现在是一段美妙的旅行路线，沿途都是茂密的植被。

开一天车，穿过美丽的夸祖鲁—纳塔尔省中部地区，到达莱迪史密斯和邓迪周围的战场遗址(144页)，重要的遗址都会有知识渊博的导游为你讲述每场战役，包括当时采用的战略、丧生人数和勇士们获得的勋章和奖励。西边壮观的乌卡兰巴—德拉肯斯山脉公园(152页)坐落在自由邦省和夸祖鲁—纳塔尔省之间的莱索托



1



2

1 德班 2 桑人岩画 3 德拉肯斯山脉