



逐年修订
年年升级
最新畅销版

你与北美洲，
只差一场旅行！



真实再现北美洲旅行全过程
让你轻松逛遍全North America

→ 从行前准备到海关出入境 → 从应急语言到旅行忠告
→ 从搭地铁、坐公交，到打电话、尝美食、淘名品

玩转北美洲跟我走！

旅行 北美洲 Let's Go

《亲历者》编辑部 编著
新 亲历者旅行指南
亲历 亲闻 亲拍



190 必游美景 × 44 特色餐厅 ×
44 购物天堂 × 42 休闲场所 =
超实用的北美洲旅行书

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



● 最新畅销版 ●
逐年修订 年年升级

旅行

亲历者旅行指南
亲历 亲闻 亲拍

北美洲

Let's Go



图书在版编目 (CIP) 数据

北美洲旅行 Let's Go/《亲历者》编辑部编著.——北京:中国铁道出版社,2015.1

(亲历者)

ISBN 978-7-113-19059-0

I. ①北… II. ①亲… III. ①旅游指南—北美洲 IV. ①K971.09

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 186605 号

书 名:北美洲旅行 Let's Go

作 者:《亲历者》编辑部 编著

策划编辑:聂浩智

责任编辑:石建英

编辑助理:杨 旭

版式设计:薄 静

责任印制:郭向伟

出版发行:中国铁道出版社(北京市西城区右安门西街8号 邮码:100054)

印 刷:中国铁道出版社印刷厂

版 次:2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

开 本:660mm×980mm 1/16 印张:24 插页:1 字数:360千

书 号:ISBN 978-7-113-19059-0

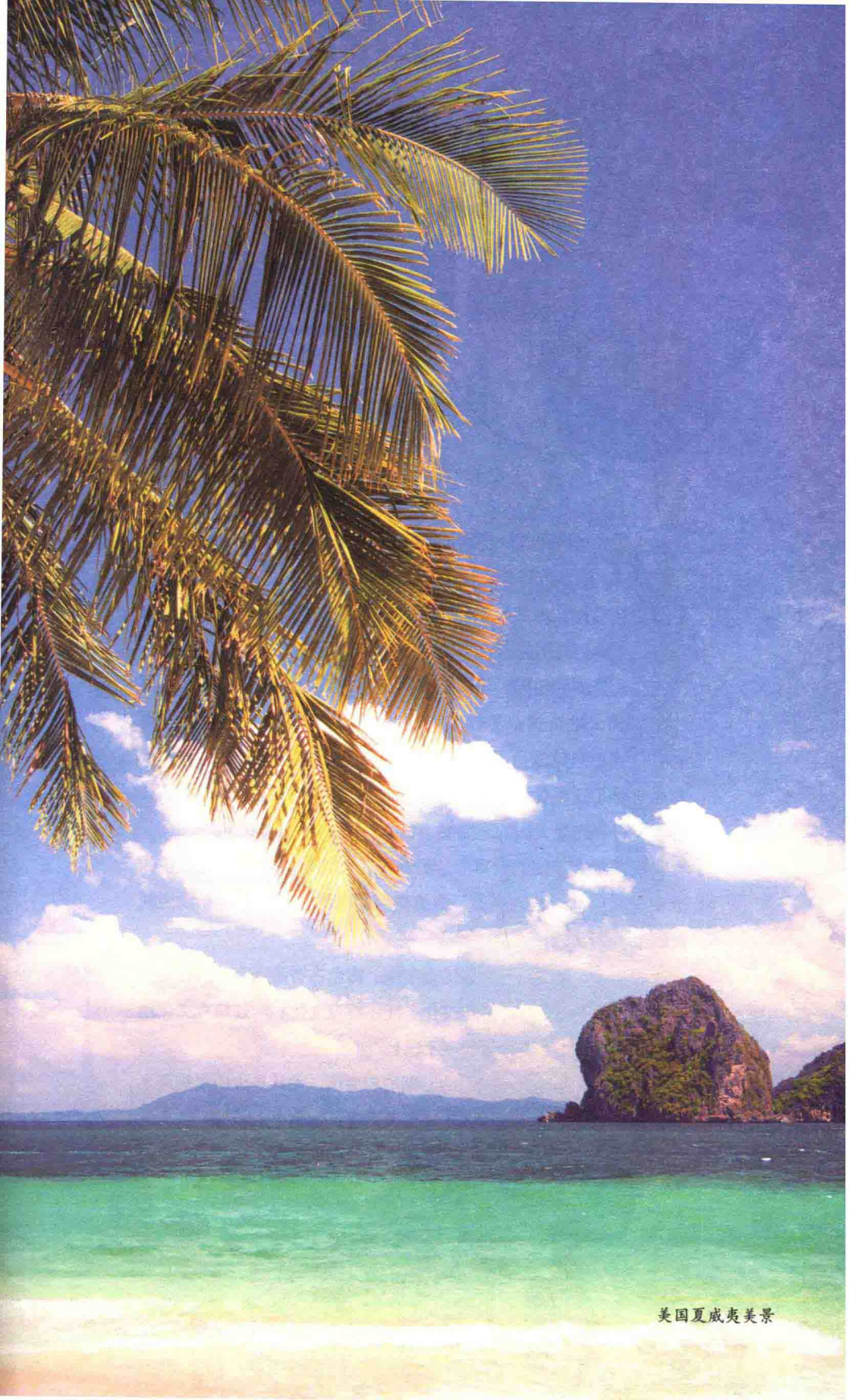
定 价:68.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书,如有印制质量问题,请与本社读者服务部联系调换。

电话:市电(010)51873170 路电(021)73170(发行部)

打击盗版举报电话:市电(010)51873659 路电(021)73659



美国夏威夷美景



前言

北美洲旅行 Let's Go

最美的时光在路上

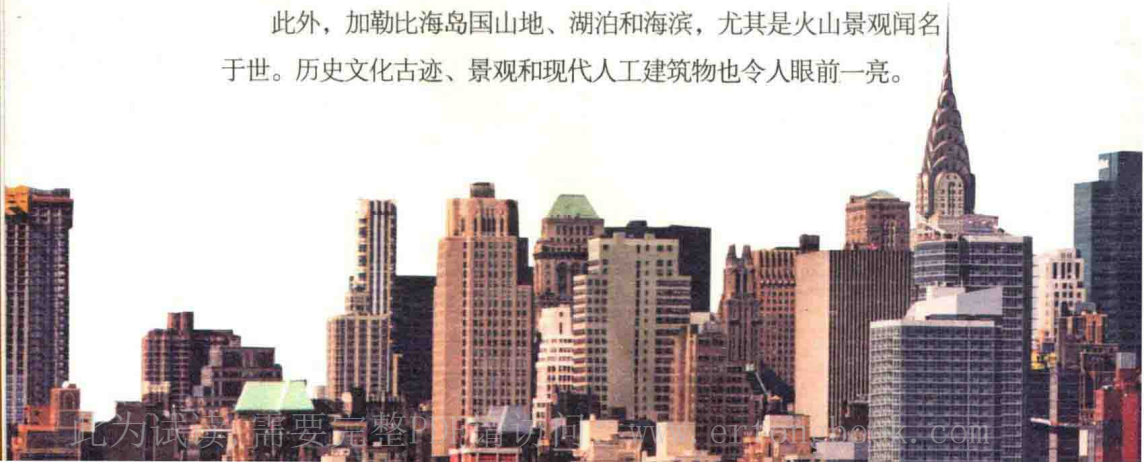
在北美洲这片广阔的土地上，有山地、沙漠、湖泊、平原、沼泽等不同类型的自然景观。从圣劳伦斯河畔到佛罗里达沿岸、中部平原和中美地峡等广大地区，还有神秘的玛雅文化和灿烂的阿兹特克文化。

在北美洲的美国，不仅有让人迷醉的滨海风光，还有让人百看不厌的大陆奇景；不仅有变幻莫测的特色地貌，还有热带雨林苍郁的自然风光；不仅有传奇的西部热土，还有神秘的土著聚落……除了这些，美国还有多个引领潮流的现代化都市，能够让你饱览世界超级大国的无穷魅力！

而加拿大辽阔的大草原、野味十足的海滨乡村、文化厚重的大都市、深邃幽深的峡谷、清透亮丽的湖泊，以及野生动物活跃的国家公园，都让人心驰神往！

再加上，墨西哥魔术般的金字塔、古色古香的庙宇、保存完好且美丽无比的雕刻……玛雅文化、托尔特克文化和阿兹特克文化遗留下的众多遗迹，都令人赞叹不已！

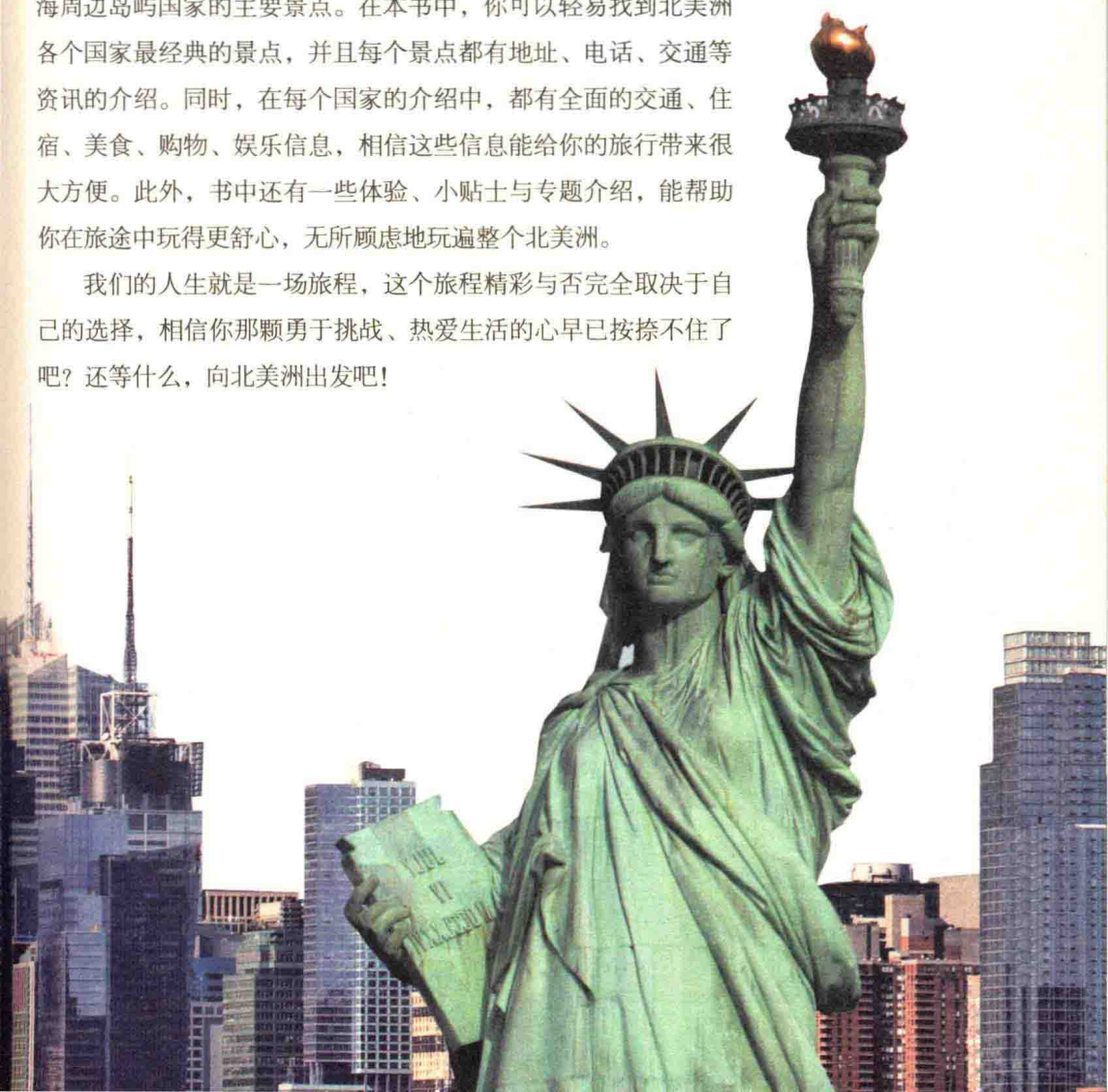
此外，加勒比海岛国山地、湖泊和海滨，尤其是火山景观闻名于世。历史文化古迹、景观和现代人工建筑物也令人眼前一亮。

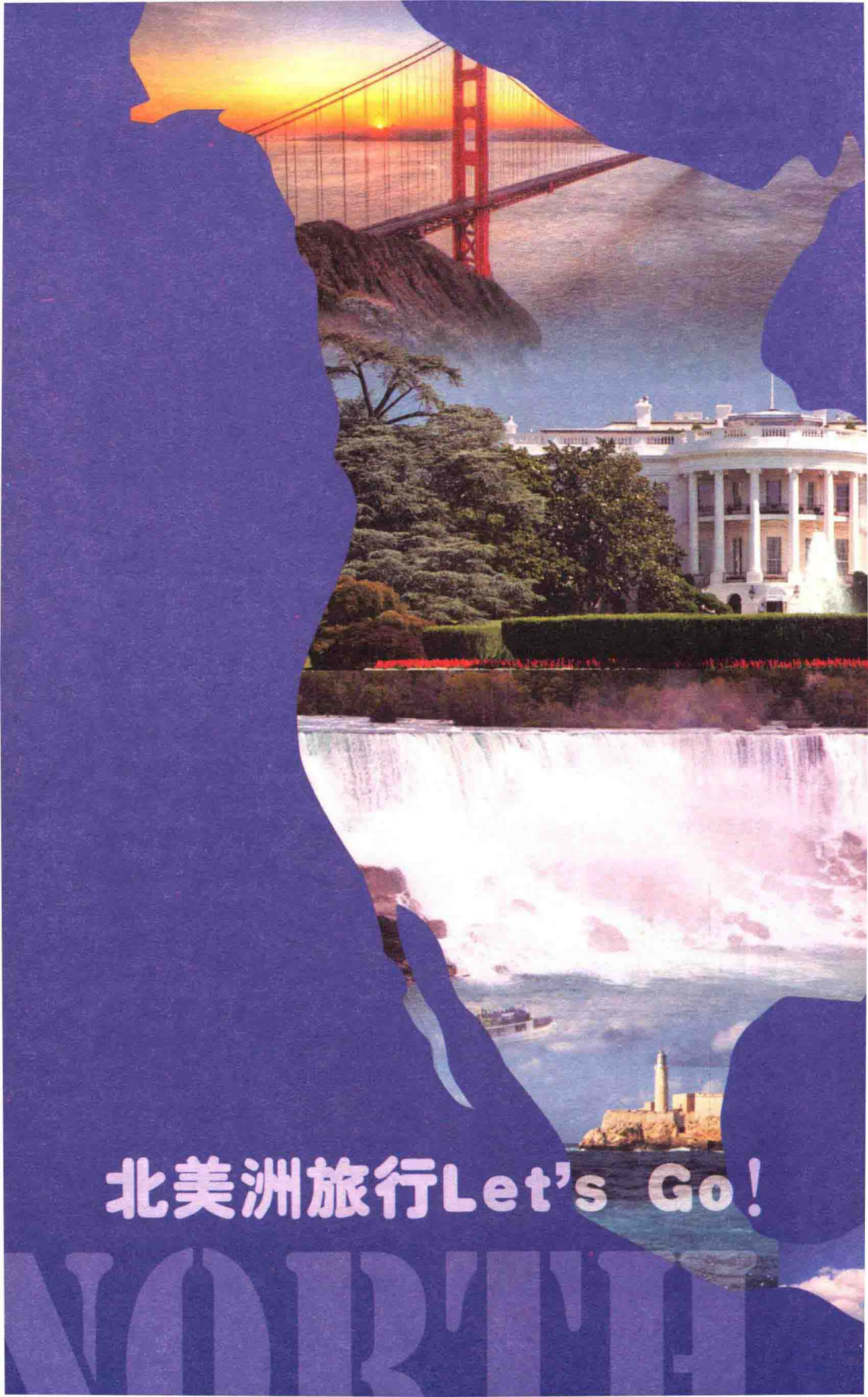




《北美洲旅行Let's Go》一书，详细介绍了美国、加拿大、墨西哥、古巴等北美洲的主要旅游国家，也重点介绍了一些加勒比海周边岛屿国家的主要景点。在本书中，你可以轻易找到北美洲各个国家最经典的景点，并且每个景点都有地址、电话、交通等资讯的介绍。同时，在每个国家的介绍中，都有全面的交通、住宿、美食、购物、娱乐信息，相信这些信息能给你的旅行带来很大方便。此外，书中还有一些体验、小贴士与专题介绍，能帮助你在旅途中玩得更舒心，无所顾虑地玩遍整个北美洲。

我们的人生就是一场旅程，这个旅程精彩与否完全取决于自己的选择，相信你那颗勇于挑战、热爱生活的心早已按捺不住了吧？还等什么，向北美洲出发吧！





北美洲旅行Let's Go!

NORTH



导 读

001—023

360° 看北美洲

北美洲人文：快乐读北美洲 002

历史	002
文化	005
人口	010
宗教	010
艺术	010
节日	012

民俗 012

北美洲自然：惊艳看北美洲 015

地理	015
气候	015
资源	016
时区	016

旅游亮点：北美洲TOP榜 018

北美洲不可不看的10大景点	018
北美洲最值得一游的10大特色名城	021



PART 1

025—057

开始在北美洲旅行

1. 如何做好行前准备 026

怎样搜集最有用的资料	026
旅行前需要拟定的计划	032
北美洲旅游必备的证件	034
可以这样兑换货币	038
准备行李也有讲究	039

2. 北美洲旅行的必备功课 040

在北美洲如何通信	040
北美洲用餐那些事	040



怎样找到合适的住处	042
用什么交通工具	044
淘宝达人不可错过的信息	047
娱乐达人新发现	049

3. 北美洲旅行应急攻略 051

丢东西了怎么办	051
发生这些事怎么办	052
常用语言一览表	052

4. 畅游北美洲的3种玩法 054

11日美加全景游	054
墨西哥、古巴5日游	056
加勒比海3日游	057

中央火车站	075
联合国总部大楼	075
麦迪逊广场花园	076
中央公园	077
美国自然历史博物馆	080
长岛	080
大都会艺术博物馆	081

纽约旅游资讯 086

自助游必须掌握的交通	086
专题：如何在纽约搭地铁	090
驴友力荐的住宿地	095
饕餮一族新发现	097
淘宝达人爱去的街店	099
消夜族恋恋不舍的地方	102

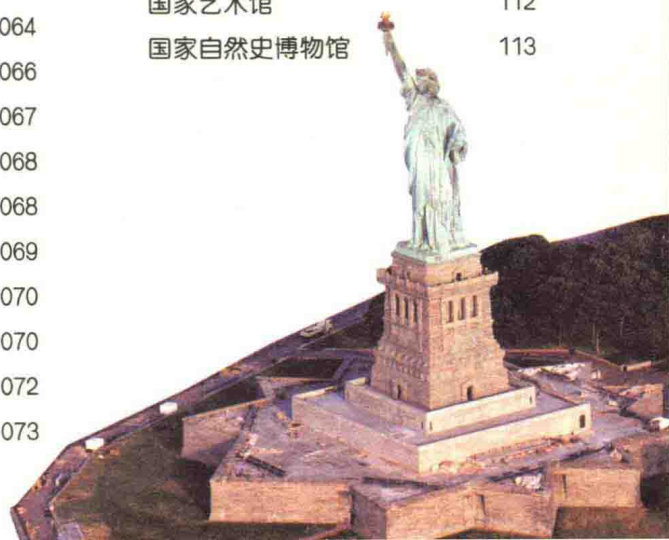
华盛顿哥伦比亚特区市区景点 104

白宫	104
华盛顿纪念碑	105
林肯纪念堂	107
美国国家航空航天博物馆	109
美国国会大厦	110
国家艺术馆	112
国家自然史博物馆	113

美国概况 060

纽约市区景点 063

自由女神像	064
华尔街	066
布鲁克林大桥	067
归零地	068
纽约唐人街	068
炮台公园	069
格林威治村	070
帝国大厦	070
洛克菲勒中心	072
时代广场	073



美国国会图书馆	113
国家动物园	115
华盛顿国家大教堂	115
杰斐逊纪念堂	116
肯尼迪艺术中心	117

华盛顿哥伦比亚特区周边景点 118

山那都国家公园	118
巴尔的摩	119
蓝岭公路	120

华盛顿哥伦比亚特区旅游资讯 121

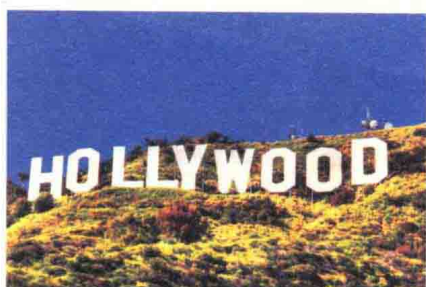
自助游必须掌握的交通	121
驴友力荐的住宿地	126
饕餮一族新发现	127
淘宝达人爱去的街店	129
消夜族恋恋不舍的地方	130

洛杉矶市区景点 131

迪士尼乐园	131
长滩	134
洛杉矶古城	134
洛杉矶音乐中心	135
罗宾逊花园	136
六旗魔术山	136

洛杉矶周边景点 138

好莱坞	138
拉斯维加斯	141
科罗拉多大峡谷	144



死亡谷国家公园	145
胡佛水坝	145
化石林国家公园	146

洛杉矶旅游资讯 147

自助游必须掌握的交通	147
驴友力荐的住宿地	151
饕餮一族新发现	152
淘宝达人爱去的街店	153
消夜族恋恋不舍的地方	153

旧金山市区景点 154

联合广场	154
渔人码头	155
伦巴底街	156
诺布山	157
旧金山唐人街	157
北滩	158
现代艺术博物馆	159
金门大桥	160

旧金山周边景点 161

里诺	161
卡梅尔	162
大苏尔	162

旧金山旅游资讯 163

自助游必须掌握的交通	163
专题：旧金山特色交通	
工具——缆车	165
驴友力荐的住宿地	167
饕餮一族新发现	168

淘宝达人爱去的街店	169	自助游必须掌握的交通	175
消夜族恋恋不舍的地方	169	驴友力荐的住宿地	177
夏威夷景点	170	饕餮一族新发现	177
夏威夷火山国家公园	170	淘宝达人爱去的街店	178
瓦胡岛	171	消夜族恋恋不舍的地方	179
希洛市	172	美国其他景点	180
毛伊岛	173	黄石国家公园	180
考爱岛	174	大拱门	181
夏威夷旅游资讯	175	圣路易斯华盛顿大学	181



PART 3

183—271

加拿大旅游圈

加拿大概况	184	多伦多周边景点	193
多伦多市区景点	186	尼亚加拉瀑布	193
加拿大国家电视塔	186	枫叶走廊	197
安大略省皇家博物馆	188		
卡萨罗马城堡	189		
安大略省议会大厦	190		
约克维尔	190		
巴塔鞋类博物馆	191		
圣劳伦斯市场	192		



多伦多旅游资讯	198	自助游必须掌握的交通	222
自助游必须掌握的交通	198	驴友力荐的住宿地	228
驴友力荐的住宿地	203	饕餮一族新发现	229
饕餮一族新发现	204	淘宝达人爱去的街店	231
淘宝达人爱去的街店	205	消夜族恋恋不舍的地方	232
消夜族恋恋不舍的地方	206	渥太华市区景点	234
温哥华市区景点	208	议会大厦	234
温哥华美术馆	209	加拿大国家美术馆	235
罗伯逊街	210	加拿大国家自然博物馆	236
加拿大广场	211	里多运河	236
盖斯顿	211	加拿大总督府	237
温哥华唐人街	212	加拿大皇家造币厂	237
斯坦利公园	212	国立艺术中心	238
格兰威利岛	214	加拿大战争博物馆	238
温哥华博物馆	216	渥太华旅游资讯	239
林思峡谷公园	217	自助游必须掌握的交通	239
海洋博物馆	217	驴友力荐的住宿地	242
不列颠哥伦比亚大学	218	饕餮一族新发现	243
格劳斯山	219	淘宝达人爱去的街店	244
温哥华周边景点	220	消夜族恋恋不舍的地方	245
惠斯勒	220	卡尔加里市区景点	246
惠斯勒山	221	卡尔加里塔	246
温哥华旅游资讯	222	格伦堡博物馆	248



卡尔加里动物园	248	迪弗兰露台	263
加拿大奥林匹克公园	249	蒙莫朗西澳布公园	263
遗迹公园历史村	249	奥尔良岛	264
牛仔竞技公园	250	魁北克圣母大教堂	265
鱼溪省立公园	251	战场公园	265
沃特顿湖国家公园	252	圣安妮大教堂	266
卡尔加里旅游资讯	253	魁北克旅游资讯	267
自助游必须掌握的交通	253	自助游必须掌握的交通	267
驴友力荐的住宿地	255	驴友力荐的住宿地	269
饕餮一族新发现	256	饕餮一族新发现	270
淘宝达人爱去的街店	257	淘宝达人爱去的街店	271
消夜族恋恋不舍的地方	257	消夜族恋恋不舍的地方	271
魁北克市区景点	258		
芳堤娜城堡饭店	258		
特雷索尔街	258		
魁北克省议会大厦	259		
皇家广场	260		
小尚普兰街	261		
星型城堡	261		
魁北克博物馆	262		



PART 4

273—347

墨西哥旅游圈

墨西哥概况	274	古圣伊尔德丰沙学校	281
墨西哥城市区景点	277	国家宫殿	282
宪法广场	277	大神庙	283
首都大教堂	277	墨西哥城国家艺术馆	283
莫内达街	278	三种文化广场	284
圣弗朗西斯科圣殿	279	国家人类学博物馆	285
瓷居	279	墨西哥城大学城	287
艾斯当基洛博物馆	280	拉丁美洲塔	287
教育秘书处	280	瓜达卢佩圣母大教堂	288
伊图尔维德宫	281	查普尔特佩克城堡	288



弗里达·卡罗博物馆	289
索奇米尔科	290
墨西哥城周边景点	292
帕里库廷火山	292
阿兹特克体育场	292
特奥蒂瓦坎古城	293
专题：墨西哥世界遗产	295
墨西哥城旅游资讯	298
自助游必须掌握的交通	298
驴友力荐的住宿地	304
饕餮一族新发现	306
淘宝达人爱去的街店	308
消夜族恋恋不舍的地方	310
坎昆市区景点	312
坎昆海滩	312
坎昆考古博物馆	312
图伦大道	313
德尔费奈海滩	313
坎昆周边景点	314
阿尔弗雷多巴雷拉马林植物园	314
谢尔哈生态公园	314

女人岛	315
卡门	316
图伦遗址	317
奎库尔科金字塔	317
科苏梅尔岛	317
专题：玛雅文明之谜	318
坎昆旅游资讯	320
自助游必须掌握的交通	320
驴友力荐的住宿地	322
饕餮一族新发现	323
淘宝达人爱去的街店	325
消夜族恋恋不舍的地方	326
瓦哈卡市区景点	328
圣多明哥教堂	328
索卡洛广场	329
传统纺织艺术博物馆	330
瓦哈卡现代艺术博物馆	331
孤独圣女大教堂	331
瓦哈卡周边景点	332
阿尔班山考古区	332
沸水	333
瓦哈卡旅游资讯	334
自助游必须掌握的交通	334
驴友力荐的住宿地	336
饕餮一族新发现	337
淘宝达人爱去的街店	339
消夜族恋恋不舍的地方	340
奇琴伊察市区景点	341



奇琴伊察遗址	341
库库尔坎金字塔	342
椭圆形天文台	343
修女院	343
石灰岩洞	344
大祭司墓	345

武士神庙	345
------	-----

奇琴伊察旅游资讯 346

自助游必须掌握的交通	346
驴友力荐的住宿地	346
饕餮一族新发现	347
淘宝达人爱去的街店	347

PART 5

349—363

古巴旅游圈

古巴概况 350

哈瓦那市区景点 352

哈瓦那大教堂	352
殖民艺术博物馆	353
城市博物馆	353
圣弗朗西斯科教堂与修道院	354
国会大厦	354
帕尔加塔斯雪茄工厂	355
革命广场	355
革命博物馆	356
哈瓦那大学	357



哈瓦那旅游资讯 358

自助游必须掌握的交通	358
驴友力荐的住宿地	360
饕餮一族新发现	361
淘宝达人爱去的街店	362
消夜族恋恋不舍的地方	363

PART 6

365—369

北美洲其他旅游圈

巴拿马景点 366

巴拿马运河	366
-------	-----



洪都拉斯景点 367

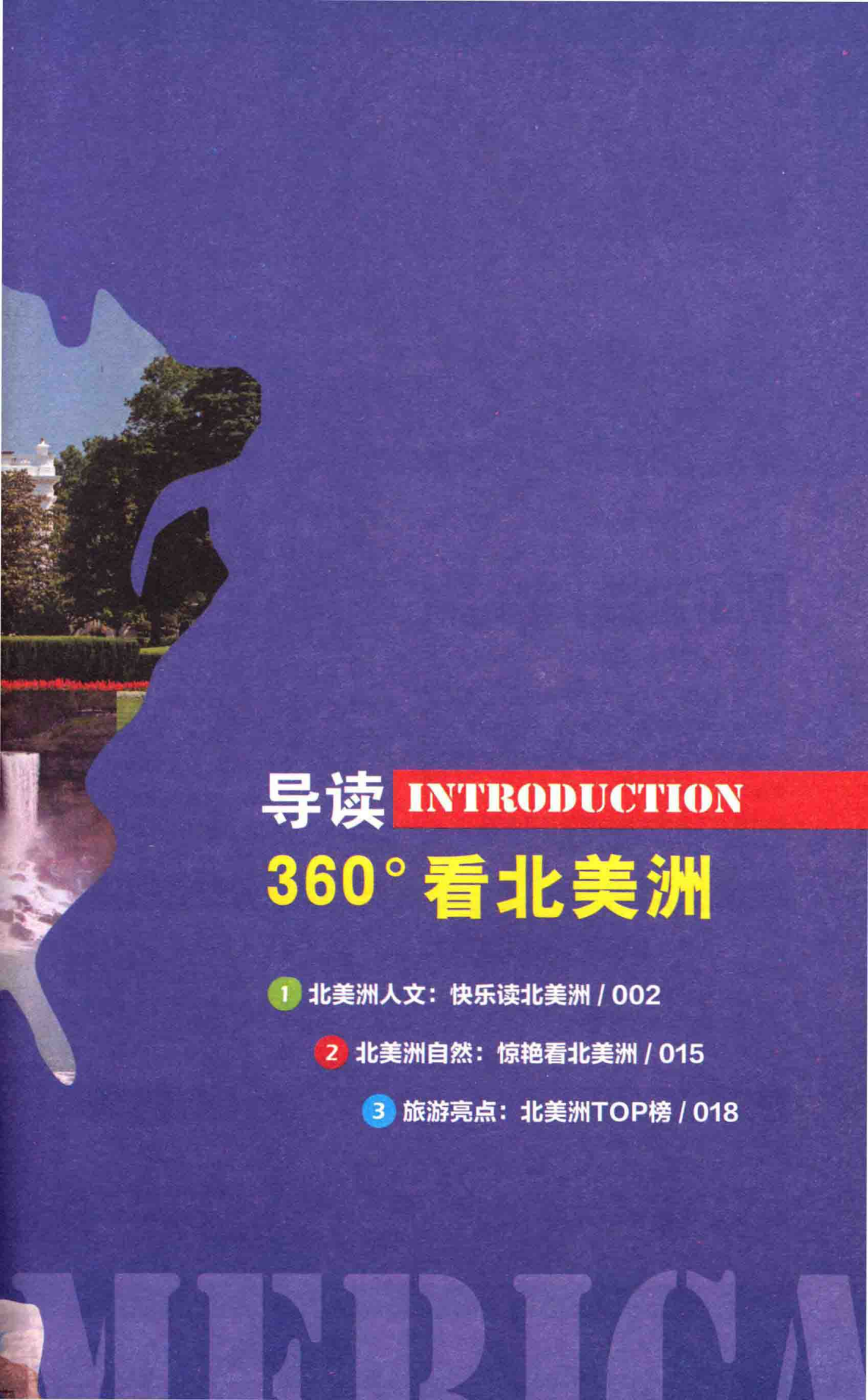
伯利兹蓝洞	367
-------	-----

牙买加景点 367

邓恩河瀑布	367
达芳大宅	368

哥斯达黎加景点 369

基督山	369
阿雷纳火山	369



导读 INTRODUCTION

360° 看北美洲

- 1 北美洲人文：快乐读北美洲 / 002
- 2 北美洲自然：惊艳看北美洲 / 015
- 3 旅游亮点：北美洲TOP榜 / 018

AMERICA



NORTH AMERICA

北美洲人文

快乐读北美洲

历史 History

印第安人的北美洲

远古时期开始，印第安人的祖先就由亚洲跨越白令海峡到达北美洲，再由北美洲扩散到美洲各个角落。他们与亚洲的蒙古人种有着很深的渊源。之后，印第安人在北美洲先后创立了玛雅文明和阿兹特克帝国。

玛雅文明（公元前1500年~16世纪）

玛雅文明是古代分布于现今墨西哥东南部、危地马拉、洪都拉斯、萨尔瓦多和伯利兹5个国家的丛林文明。虽然处于新石器时代，但它在天文学、数学、农业、艺术及文字等方面都有极高的成就。玛雅历史分为前古典期、古典期及后古典期。前古典期（公元前1500年~公元300年）

公元前1500年	14世纪	1492~1502年
 玛雅文明初步形成，创造发明了完善的历法及文字，兴建了宏伟的纪念碑及建筑	由特诺奇提特兰、德斯科科和特拉科潘三个城邦组成的阿兹特克帝国兴起，并且成为了前哥伦布时期中美洲最强大的国家	伟大的探险家、航海家哥伦布，在西班牙天主教君主的赞助下四次横渡大西洋，并且成功到达美洲
1753年	1775年4月	1781年
英国先后在北美洲建立了13个殖民地，成为后来美国版图的雏形	莱克星顿枪声的响起，拉开了美国独立运动的序幕	经过北美人民的艰苦抗争，英国军队在约克镇围城战役中投降。随后英国承认了美国的独立。乔治·华盛顿成为美国开国总统 