



逐年修订
年年升级
最新畅销版

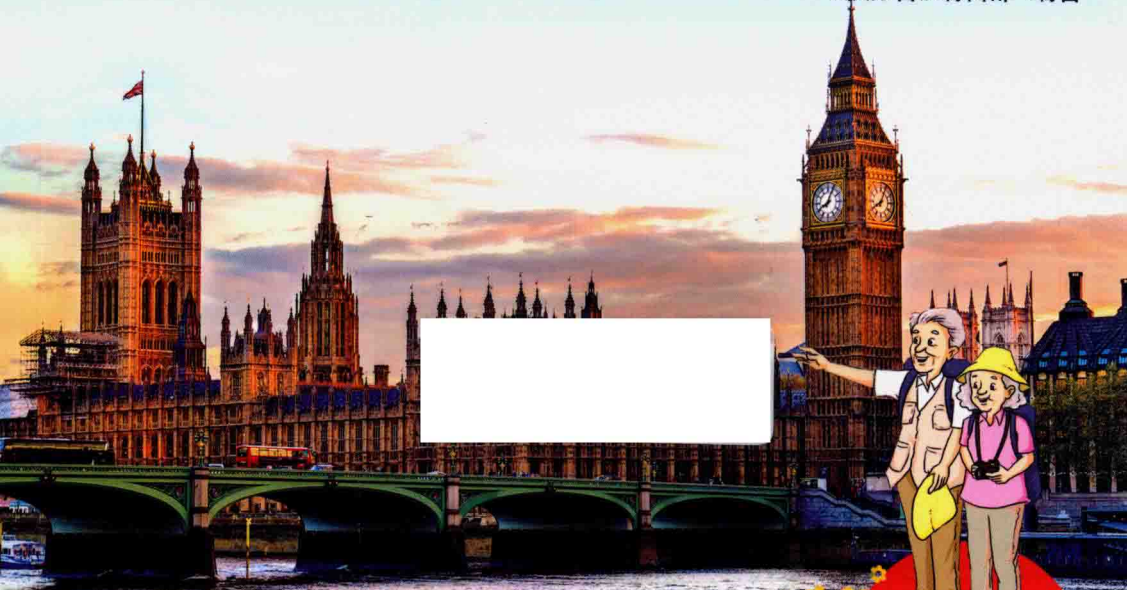
Old time

送给爸妈的旅行书

老年游 英国

趁此心未老，去邂逅世界的美景

《亲历者》编辑部 编著



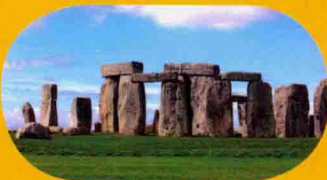
让老年游更简单

带上这本书，跟老伴一起畅游英国

多少次，身未动，心已远
多少次，想来一次说走就走的旅行

年轻时，一直被生活牵绊

年老后，终于有机会行走世界，朝觐自由，
在旅途中享受最美的夕阳红



附直观的
手绘导游图

一览无余的
大号字体
Britain

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

Old Time 英国 老年游

《亲历者》编辑部 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

老年游英国 / 《亲历者》编辑部编著. —北京 :中国铁道出版社, 2016.10
(亲历者)
ISBN 978-7-113-21960-4

I. ①老… II. ①亲… III. ①旅游指南—英国 IV. ① K956.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 140317 号

书 名: 老年游英国

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 王 宏

助理编辑: 杨 旭

版式设计:  点点美术设计 | 左小文 137 1839 8441

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社(北京市西城区右安门西街 8 号 邮编: 100054)

印 刷: 中煤(北京)印务有限公司

版 次: 2016 年 10 月第 1 版 2016 年 10 月第 1 次印刷

开 本: 660mm×980mm 1/16 印张: 14 字数: 320 千

书 号: ISBN 978-7-113-21960-4

定 价: 48.00 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

目录

行前准备

9 处必游景点	12
8 项知识储备	14
9 个准备步骤	28
4 条经典线路	48



PART 1

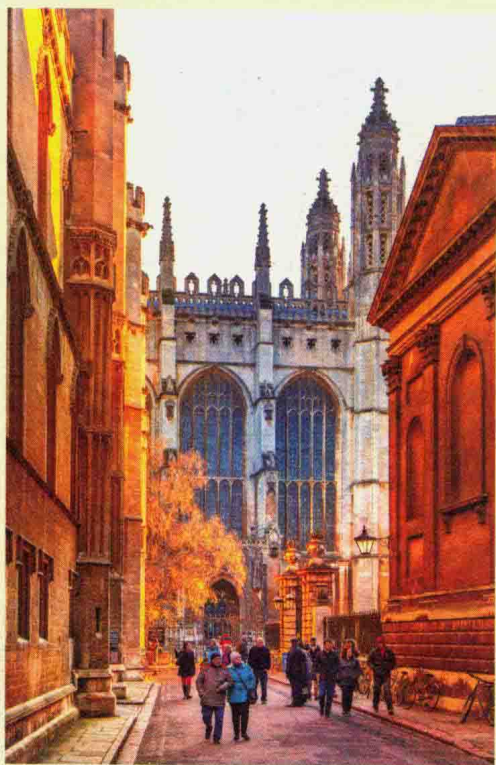
伦敦 英伦之光

印象伦敦	54
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排	
探一探 城市风貌	70
白金汉宫/伦敦眼/伦敦塔桥/海德公园	
观一观 历史印记	74
大英博物馆/大本钟/圣保罗教堂	
品一品 自然格调	77
伦敦动物园/伦敦水族馆/伦敦基尤皇家植物园	
逛一逛 时尚购物	79
唐人街/哈罗德百货/牛津街/查令十字街	

+伦敦周边 布莱顿

印象布莱顿	82
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排	
游一游 特色风光	90
布莱顿海滩/皇家行宫/布莱顿码头/七姐妹国家公园/海洋馆/巷子区	





PART 3

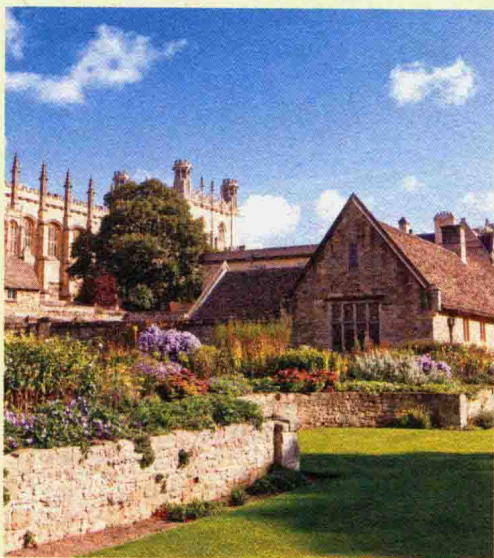
剑桥 学府圣地

印象剑桥	120
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排	
探一探 城市风貌	132
剑桥大学/国王学院/三一学院/圣约翰学院/皇后学院	
观一观 历史印记	135
剑河/剑桥大学图书馆/圣母教堂	
拍一拍 地标剪影	137
叹息桥/数学桥/圣体钟	

+剑桥周边

牛津

印象牛津	140
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排	
游一游 特色风光	152
卡尔法克斯钟塔/牛津城/牛津大学自然史博物馆/布莱尼姆宫/基督教堂学院	



PART 2

伯明翰 英工业文化之都

印象伯明翰	96
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排	
探一探 城市风貌	109
维多利亚广场和张伯伦广场/吉百利巧克力世界/伯明翰大学/伯明翰中央图书馆	
观一观 历史印记	112
圣马丁教堂/跑马场剧院/交响乐大礼堂	
拍一拍 地标剪影	114
伯明翰大教堂/卡世达工厂/圣像美术馆/伯明翰中国城	
品一品 自然格调	116
伯明翰植物园/珠宝角博物馆/智慧库科学博物馆	

PART 4

爱丁堡 北方雅典

- 印象爱丁堡 158
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
探一探 城市风貌 168
爱丁堡城堡/荷里路德宫/皇家英里大道
观一观 历史印记 170
圣吉尔斯大教堂/苏格兰国家博物馆/苏格兰国家美术馆
拍一拍 地标剪影 172
王子大街花园/葛莱菲教堂/皇家游艇“不列颠尼亚号”
品一品 自然格调 174
苏格兰威士忌体验中心/卡尔顿山

+爱丁堡周边 格拉斯哥

- 印象格拉斯哥 176
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
探一探 城市风貌 186
斯特灵城堡/格拉斯哥大学/乔治广场/格拉斯哥大教堂/洛蒙德湖



PART 5

曼彻斯特 英国的年轻态度

- 印象曼彻斯特 192
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
探一探 城市风貌 202
曼彻斯特市政厅和阿尔伯特广场/洛里中心/人民历史博物馆
观一观 历史印记 204
曼彻斯特大教堂/曼彻斯特中央图书馆
拍一拍 地标剪影 205
曼彻斯特大学/老特拉福德球场/伊蒂哈德球场

+曼彻斯特周边 利物浦

- 印象利物浦 208
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
游一游 特色风光 219
阿尔伯特船坞/披头士纪念馆/利物浦大教堂/默西塞德海事博物馆



Old Time 老年游英国

《亲历者》编辑部 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE





年轻的时候，我们为了生活努力奋斗，放弃了很多场说走就走的旅行。





年老的时候，我们背起行囊，拾起
年轻时的梦想，步履未停，行走世界。



序言 PREFACE

最美不过夕阳红。夕阳是晚开的花，是温馨又从容的年纪，也是最惬意、最无牵无挂的年纪，现在就出发，带着老伴儿一起去寻找世界最美的风景吧！

本丛书精选了十几个适宜中老年出境游的国家，以各国旅游城市为框架，单独成章，每章中详细介绍当地的旅游风情、文化特色、实用出行住宿攻略等，设计独特，是针对中老年人出境游精心打造的贴心指南。

本丛书的特色是从中老年人的出行条件、喜好出发选择国家和城市，景点涵盖全面，并且对适宜中老年人游览的景点重点介绍，各城市景点分类清晰，方便阅读。另外，本丛书对每一个国家、每一个城市都有详细的资讯介绍，并配有精美的旅游风光照片和实用的景区导览图片，让读者可以轻松便捷地找到最佳指导资讯。

英国是一个具有多元文化和开放思想的国家。这个美丽的国度中古迹比比皆是，自然风景秀丽，旅游资源丰富。许多城市，如“万城之花”伦敦，“北方雅典”爱丁堡，大学城牛津、剑桥等，都是享有世界声誉的旅游名城。而英伦风、伦敦雨雾、红色巴士、英式早餐更是英国独特的美丽所在，如果您对这一切感兴趣，那么就趁着此心未老，带上老伴儿一起出发吧。

本书亮点 Highlights

5大老年游首选地

甄选伦敦、伯明翰、剑桥、爱丁堡、曼彻斯特5大英国著名旅游地，均为非常适合老年游客目的地。



图解式行前准备

包括交通、签证、通信、酒店预订、货币兑换等细节，本书解决老年游客出国游的准备工作。



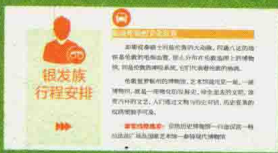
老年人专用攻略

符合老年人需求的观光景点、舒适酒店、养生菜品……所有攻略专为老年人量身定制。



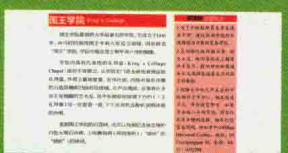
更轻松的老年人行程

每一个目的地都提供多条符合老年人的合理旅游路线，让老年游客不再为行程发愁。



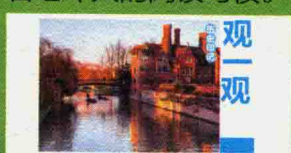
有故事的攻略

老年游客不喜欢盲目观光。书中重要景点都有相关历史、文化、故事等介绍。



大字号很有爱

更大的字号，更清新易查的版面布局，更清晰的标题层级……尤其符合老年人的阅读习惯。



目录

行前准备

9 处必游景点	12
8 项知识储备	14
9 个准备步骤	28
4 条经典线路	48



PART 1

伦敦 英伦之光

印象伦敦	54
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排	
探一探 城市风貌	70
白金汉宫/伦敦眼/伦敦塔桥/海德公园	
观一观 历史印记	74
大英博物馆/大本钟/圣保罗教堂	
品一品 自然格调	77
伦敦动物园/伦敦水族馆/伦敦基尤皇家植物园	
逛一逛 时尚购物	79
唐人街/哈罗德百货/牛津街/查令十字街	

+伦敦周边 布莱顿

印象布莱顿	82
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排	
游一游 特色风光	90
布莱顿海滩/皇家行宫/布莱顿码头/七姐妹国家公园/海洋馆/巷子区	





PART 3

剑桥 学府圣地

印象剑桥 120
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排

探一探 城市风貌 132
剑桥大学/国王学院/三一学院/圣约翰学院/皇后学院

观一观 历史印记 135
剑河/剑桥大学图书馆/圣母教堂

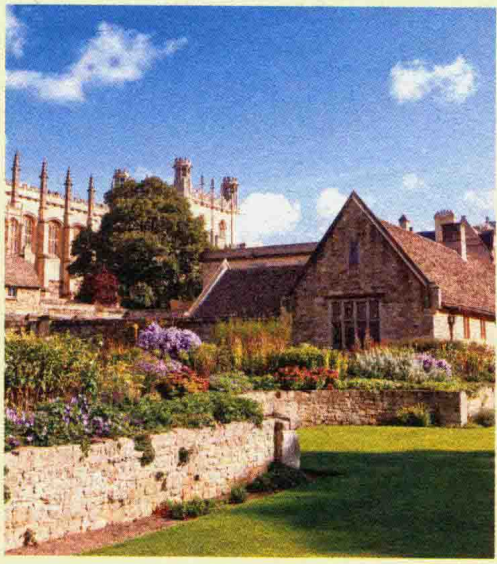
拍一拍 地标剪影 137
叹息桥/数学桥/圣体钟

+剑桥周边

牛津

印象牛津 140
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排

游一游 特色风光 152
卡尔法克斯钟塔/牛津城/牛津大学自然史博物馆/布莱尼姆宫/基督教堂学院



PART 2

伯明翰
英工业文化之都

印象伯明翰 96
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排

探一探 城市风貌 109
维多利亚广场和张伯伦广场/吉百利巧克力世界/伯明翰大学/伯明翰中央图书馆

观一观 历史印记 112
圣马丁教堂/跑马场剧院/交响乐大礼堂

拍一拍 地标剪影 114
伯明翰大教堂/卡世达工厂/圣像美术馆/伯明翰中国城

品一品 自然格调 116
伯明翰植物园/珠宝角博物馆/智慧库科学博物馆

PART 4

爱丁堡 北方雅典

- 印象爱丁堡 158
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
探一探 城市风貌 168
爱丁堡城堡/荷里路德宫/皇家英里大道
观一观 历史印记 170
圣吉尔斯大教堂/苏格兰国家博物馆/苏格兰国家美术馆
拍一拍 地标剪影 172
王子大街花园/葛莱菲教堂/皇家游艇“不列颠尼亚号”
品一品 自然格调 174
苏格兰威士忌体验中心/卡尔顿山

+爱丁堡周边

格拉斯哥

- 印象格拉斯哥 176
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
探一探 城市风貌 186
斯特灵城堡/格拉斯哥大学/乔治广场/格拉斯哥大教堂/洛蒙德湖



PART 5

曼彻斯特 英国的年轻态度

- 印象曼彻斯特 192
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
探一探 城市风貌 202
曼彻斯特市政厅和阿尔伯特广场/洛里中心/人民历史博物馆
观一观 历史印记 204
曼彻斯特大教堂/曼彻斯特中央图书馆
拍一拍 地标剪影 205
曼彻斯特大学/老特拉福德球场/伊蒂哈德球场

+曼彻斯特周边

利物浦

- 印象利物浦 208
城市速读/银发族出行指南/银发族住宿指南/银发族养生美食/银发族行程安排
游一游 特色风光 219
阿尔伯特船坞/披头士纪念馆/利物浦大教堂/默西塞德海事博物馆



行前准备

老年游英国
9 处必游景点

老年游英国
8 项知识储备

老年游英国
9 个准备步骤

老年游英国
4 条经典线路

