

加勒比海亲历实操指南

●逐年修订●年年升级
全新第2版

《亲历者》编辑部 编著

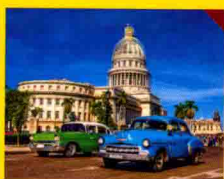
新
旅
游
书
架

Let's GO

加勒比海旅行

CARIBBEAN SEA

自助游加勒比海你也可以!



加勒比海旅行易上手

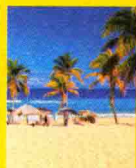
→行前准备 → 海关出入境 → 搭地铁、乘公交
→打电话、尝美食、淘名品 → 应急语言 → 旅行提示

加勒比海旅行超实用

79 必游美景 24 特色餐厅
23 购物天堂 36 娱乐场所

真实再现加勒比海旅行全过程
让你轻松逛遍全 Caribbean Sea

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



●逐年修订 ●年年升级

全新第2版

《亲历者》编辑部 编著

Let's GO

加勒比海旅行

CARIBBEAN SEA TRAVEL



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

加勒比海旅行 Let's Go/《亲历者》编辑部编著. —2 版. —北京: 中国铁道出版社, 2017.4

(亲历者)

ISBN 978-7-113-22683-1

I. ①加… II. ①亲… III. ①加勒比海—群岛—旅游指南 IV. ①K975.09

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第004798号

书 名: 加勒比海旅行 Let's Go (第2版)

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 郭景思

版式设计: 袁英兰

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: 2015 年 1 月第 1 版 2017 年 4 月第 2 版 2017 年 4 月第 1 次印刷

开 本: 660mm×980mm 1/16 印张: 14 字数: 322 千

书 号: ISBN 978-7-113-22683-1

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联系调换。

电话: (010) 51873174

打击盗版举报电话: (010) 51873659



前言

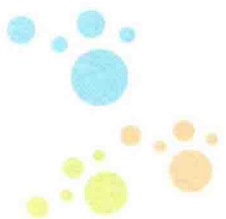
PREFACE



提起加勒比海，人们最先想到的一定是《加勒比海盜》系列电影，电影中杰克船长与他那“黑珍珠号”的奇幻航行给人留下了深刻的印象。同时作为电影《加勒比海盜》的主要取景地，加勒比海的美丽风景自然让观影者心驰神往。不过，即使电影如此火爆，还是有很多人对于加勒比海不太了解。那么就通过这本书去发现一个真正的加勒比海吧！

加勒比海是大西洋西部、南北美洲之间的一个海，北部和东部从墨西哥湾一直延伸到委内瑞拉，加勒比海国家主要包括古巴、巴哈马、多米尼加、牙买加等在内的多个群岛国家。

因加勒比海盜而闻名的遥远海域，有碧海蓝天，有如同水晶般清澈的海水，有白得令人心动的坎昆沙滩，有巴哈马奇特的粉红色海滩，还有遍地生长的仙人掌。热带雨林中珍禽异兽种类繁多，海岸边时常有鲸鱼出没。每年都有无数的游客带着崇敬之心来到这片神奇的地方，看海、休闲、度假、戏水……一个完美的假期就应该在加勒比海的岛上如此悠闲度过。

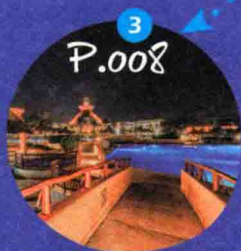


本书详细介绍了加勒比海地区的古巴、牙买加、巴哈马、多米尼加等热门旅游国家，其他如海地、巴拿马、哥斯达黎加等国家因非热门旅游地，故不介绍。在本书中，你可以轻易找到加勒比海地区热门旅游国家最经典的景点，每个景点都有地址、电话、交通等资讯介绍。同时，在每个国家介绍中，都有全面的交通、住宿、美食、购物、娱乐等信息，相信这些信息能给你的旅行带来很大方便。此外，书中还有一些体验、小贴士与专题，能让你在旅途中玩得更舒心，无拘无束地玩遍整个加勒比海地区。

人生就是一场旅程，不出发永远不知道下一刻的精彩在哪里，去加勒比海享受一下沙滩美景的热情吧！



CARIBBEAN SEA TRAVEL



001-015

加勒比海旅行Let's Go!

目录

CONTENTS

导读

001—015

360° 看加勒比海

人文：加勒比海速览 002

历史	002
文化	003
人口	005
宗教	005
艺术	005
节日	006
民俗	007

自然：加勒比海概貌 008

地理	008
气候	008
时区	009

亮点：加勒比海TOP榜 010

加勒比海不可不看的10大景点	010
加勒比海最值得一游的5大名城	014



PART 1

016—049

开始在加勒比海自助旅行

1. 如何做好行前准备 018

搜集最有用的资料	018
旅行前需要拟定的计划	021
去加勒比海旅游必备的证件	023
可以这样兑换货币	027
准备行李的窍门	027

2. 加勒比海旅行的必备功课 028

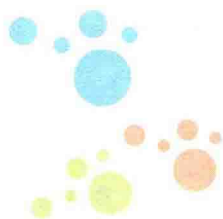
在加勒比海如何通信	028
加勒比海用餐那些事	028
怎样找到合适的住处	030
乘哪种交通工具最合适	032
淘宝达人不可错过的信息	034
娱乐达人新发现	035

3. 加勒比海旅行应急攻略 038

丢东西了怎么办	038
发生这些事怎么办	039
常用语言一览表	040

4. 畅游加勒比海的3种玩法 042

加勒比海13天全景巡航游	042
休闲度假古巴5日深度游	046
古巴与牙买加风情5日游	048



PART 2

050—125

古巴旅游圈

古巴概况 052

哈瓦那市区景点 054

哈瓦那古城 054

哈瓦那教堂广场 054

兵器广场 056

老广场 058

圣弗朗西斯科广场 059

华侨纪念碑 060

朗姆酒博物馆 060

革命广场 061

革命博物馆 062

国会大厦 062

华人街 063

哈瓦那大学 063

圣塔玛丽亚海滩 064

莫罗城堡 065

哈瓦那周边景点 066

海明威故居 066

比尼亚莱斯镇 066

哈瓦那旅游资讯 068

自助游必须掌握的交通 068

驴友力荐的住宿地 075

饕餮一族新发现 078

专题：世界之最——古巴雪茄 080

淘宝达人爱去的街店 082

消夜族恋恋不舍的地方 083

专题：在古巴你不能不知道的名人 085

圣克拉拉市区景点 088

切·格瓦拉纪念碑 089

La Caridad剧院 090

维达尔公园 090

马蒂图书馆 091

拉斯维加斯中央大学 091

圣胡安德洛斯雷梅迪奥斯 092

圣克拉拉旅游资讯 093

自助游必须掌握的交通 093

驴友力荐的住宿地 095

饕餮一族新发现 096

淘宝达人爱去的街店 097

圣地亚哥景点 098

蒙卡达兵营博物馆 098

何塞·马蒂墓 099

圣佩德罗德城堡 100

圣地亚哥市政厅 101

帕克德斯公园 101

圣地亚哥旅游资讯 103

自助游必须掌握的交通 103

驴友力荐的住宿地	105
淘宝达人爱去的街店	105
消夜族恋恋不舍的地方	106
古巴岛屿	108
巴拉德罗	108
特立尼达岛	110
科科岛	112
吉耶尔莫岛	114
古巴岛屿旅游资讯	116
自助游必须掌握的交通	116
驴友力荐的住宿地	121
饕餮一族新发现	122
淘宝达人爱去的街店	123
消夜族恋恋不舍的地方	124



126—173

牙买加旅游圈

牙买加概况	128
金斯敦市区景点	130
帕拉德古城	131
圣威廉·格兰特公园	132
沃德剧院	133
牙买加国家美术馆	133
牙买加学院	134
鲍勃·马利博物馆	134
达芳大宅	135
前景植物园	136



莫那西印度大学	136
金斯敦周边景点	137
西班牙镇	137
蓝山约翰国家公园	138
珊瑚岛	140
安东尼奥港	140
蓝色潟湖	143
达到瀑布	143
金斯敦旅游资讯	144
自助游必须掌握的交通	144
驴友力荐的住宿地	148
饕餮一族新发现	150
淘宝达人爱去的街店	153
消夜族恋恋不舍的地方	155
专题：蓝山咖啡	157
专题：牙买加飞人博尔特	160
蒙特哥贝市区景点	161
格林伍德大宅	161
玛丽菲尔德瀑布	161
阿奎索尔海滩	162
博士洞穴海滩	162
莫兰特湾	163
夜光湖	164
克罗伊山	164
蒙特哥贝周边景点	165
彼得斯菲尔德镇	165
法尔茅斯港口	166
邓恩河瀑布	167
发现湾	167
蒙特哥贝游资讯	168
自助游必须掌握的交通	168
驴友力荐的住宿地	169
饕餮一族新发现	170
淘宝达人爱去的街店	171
消夜族恋恋不舍的地方	172

PART 4

174—199

巴哈马旅游圈

巴哈马概况	176
拿骚市区景点	178
国家艺术博物馆	179
海盗博物馆	180
拿骚国家历史博物馆	181
夏洛特堡	182
拿骚公共图书馆	182
水塔和芬卡斯尔堡	183
巴哈马其他景点	184
大巴哈马岛	185
天堂岛	186
粉色沙滩	187
毕米尼岛	188
安德鲁斯岛	189
巴哈马旅游资讯	190
自助游必须掌握的交通	190
驴友力荐的住宿地	193
饕餮一族新发现	196
淘宝达人爱去的街店	197
消夜族恋恋不舍的地方	198

PART 5

200—213

多米尼加旅游圈

多米尼加概况	202
多米尼加景点	206
美洲大教堂	206
哥伦布公园	206
科隆城堡	207
英国皇家博物馆	207
Fortaleza Ozama	208
圣多明各水族馆	208
国家植物园	208
多米尼加旅游资讯	209
自助游必须掌握的交通	209
驴友力荐的住宿地	211
饕餮一族新发现	212
淘宝达人爱去的街店	212
消夜族恋恋不舍的地方	213





导读 INTRODUCTION

360° 看加勒比海

1 人文：加勒比海速览 / 002

2 自然：加勒比海概貌 / 008

3 亮点：加勒比海 TOP 榜 / 010

加勒比海

速览

人文

humanity

历史 History

加勒比海历史信息表

国家	历史发展过程	印第安人的加勒比海	欧洲人加勒比海殖民统治	加勒比海独立运动开始	各国逐渐独立
	历史发展时期	远古时期	15~17世纪	18~19世纪	20世纪以后
古巴		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, 再由加勒比海扩散到美洲各个角落。	15世纪时期伟大的探险家、航海家哥伦布, 在西班牙天主教君主的赞助下4次横渡大西洋, 成功到达这里。他的航行拉开西班牙殖民美洲的序幕, 同时也是欧洲殖民后来所谓“新大陆”的先驱。15世纪末, 西班牙人首先侵入加勒比海地区。16世纪开始, 英、法、荷殖民者相继侵入加勒比海, 其北部地区沦为英、法的殖民地	18世纪在美国独立战争和法国资产阶级革命的影响下, 各殖民地爆发了规模浩大的民族独立战争, 海地岛上几十万黑人奋战了几十年, 打败了法国、西班牙殖民者的军队, 终于在1804年建立了拉丁美洲第一个独立的国家	1902年5月成立古巴共和国; 1960年与中华人民共和国建交
牙买加		他们与亚洲的蒙古人种族有着不解之缘。之后, 印第安人在加勒比海先后创立了玛雅文明和阿兹特克帝国			1962年牙买加宣告独立
巴哈马					1973年巴哈马宣布独立; 1995年与中华人民共和国建交
多米尼加					1844年宣告独立正式成立多米尼加共和国



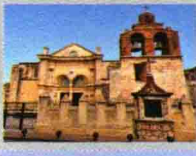
文化 Culture

加勒比海的文化基础是印第安文化，在殖民期间融入了大量的欧洲文化，后来大量涌入的黑人又带来了热情奔放的非洲文化，所以说加勒比海地区的文化丰富多彩，必须仔细研读，才能了解其精髓，为旅途增添乐趣。

建筑

加勒比海地区的建筑主要分为2种，一种是带有西班牙风格或英国风格的欧式建筑，一种是在加勒比海各国独立后新建的各种建筑，其中各类的独立纪念碑或纪念馆最具代表性。

杰出代表建筑

图片	建筑	简介	建筑风格
	莫罗城堡 (古巴)	城堡的墙壁上弹痕累累，见证着哈瓦那曾经遭受过的战争，作为航海博物馆开放。这里每天21:00都准时举行鸣炮仪式	西班牙风格
	达芳大宅 (牙买加)	达芳大宅是19世纪牙买加第一位黑人百万富翁乔治·史提贝投资委内瑞拉金矿发财后兴建的。达芳大宅里收藏着许多牙买加、加勒比海、英国和法国的古董	西班牙风格
	夏洛特堡 (巴哈马)	城堡拥有护城河、地牢、地下通道和42个炮等，是拿骚最大的城堡，在城堡的观景台上还保留有曾经防御外敌的大炮，同时也可以从城堡上眺望拿骚市内的景观	西班牙风格
	美洲大教堂 (多米尼加)	这是一座天主教堂，教堂的建筑风格和细节都保留得很好，有非常悠久的历史韵味	英国风格
	革命广场 (古巴)	革命广场是世界最大的广场之一。在1959年的古巴革命后，才改为现名“革命广场”	独立后建筑代表
	切·格瓦拉纪念碑 (古巴)	该纪念碑的主体是切·格瓦拉的雕像和他的纪念堂。纪念堂内庄严肃穆，纪念堂的墙上镶嵌着30个安放骨灰盒的墓穴，切·格瓦拉的遗体就存放在这里	纪念碑

文学

加勒比海地区的文学在19世纪初开始发展，占主导地位的主题是独立和自由。各国逐渐独立后，一些流亡国外的作家回到祖国进行文学创作，有许多作家沉醉于自我表现，有些作家宣扬爱国主义，抨击腐败的政治。

杰出代表

何塞·马蒂

何塞·马蒂引领了古巴文学的现代主义运动，是当之无愧的古巴文学代表性人物。代表作有《纯朴的诗》和《自由的诗》等。

海明威

20世纪，海明威在古巴定居，并自称为“普通的古巴人”。在此期间他写下了闻名于世的代表作《老人与海》。

吉列尔莫·因凡特

小说家吉列尔莫·因凡特的代表作《三只可怜的老虎》是反映古巴革命前夕哈瓦那生活的长篇小说。

体育

每4年会举行一次中美洲及加勒比



海地区运动会（Central American and Caribbean Games）。该运动会创办于1926年，是美洲仅次于泛美运动会的地区性大型综合运动会。因此，加勒比海地区也诞生了许多非常著名的体育健将。

杰出代表

博尔特

牙买加田径选手博尔特是世界男子短跑无可争议的霸主，保持了男子短跑界的多项世界纪录。

棒球运动队

棒球运动有著名的天使队（Albert Pujols）、红袜队David Ortiz（Big Papi）、道奇队（Hanley Ramirez）、水手队（Robinson Cano）等。



人口

Population

加勒比海周边热门国家人口

国家	人口
古巴	1140万人
牙买加	273万人
巴哈马	38.8万人
多米尼加	1050万人

宗教

Religion

现今，基督新教和天主教已成为加勒比海地区最主要的宗教。但是当地的印第安人仍保留着自己的原始宗教信仰，崇尚万物有灵，如对自然现象、动物、植物、山脉、河流等崇拜，还有图腾崇拜。



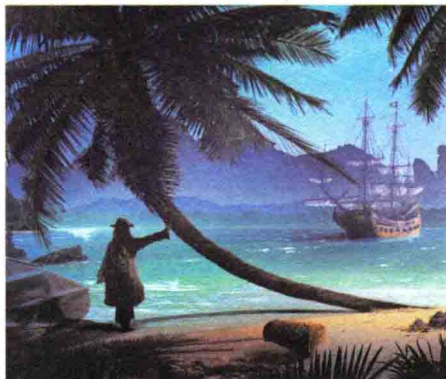
艺术

Art

加勒比海的艺术，早期受到来自殖民地宗主国的影响；另一方面，世界各地移民的涌入，也带来了各自的艺术追求。随着加勒比海各国的独立，在加勒比海各国人民在艺术思想相互融合碰撞中，逐渐形成了富有特色的本土艺术。

电影

加勒比海得天独厚的自然条件使之成为众多电影的首选取景地，电影《青春珊瑚岛》和汤姆·克鲁斯主演的《鸡尾酒》以及著名的《加勒比海盗》等都是在这里取景拍摄的。



音乐

加勒比海地区的音乐大多热情奔放，是西班牙民族音乐和黑人歌舞文化的混合产物，衍生出了许多其他的音乐风格，如萨尔萨、恰恰恰、伦巴、曼波舞曲等。

1996年，英国世界巡回唱片公司（World Circuit）进入古巴开始录制专辑。通过制作人伊布拉印·飞列与其乐团同名的专辑《美景俱乐部》（Buena Vista Social Club）的成功，使得古巴音乐重回世界乐坛。埃内斯托·莱库纳的钢琴作品《黑人狂想曲》及歌曲《西波涅》是世界经典曲目。

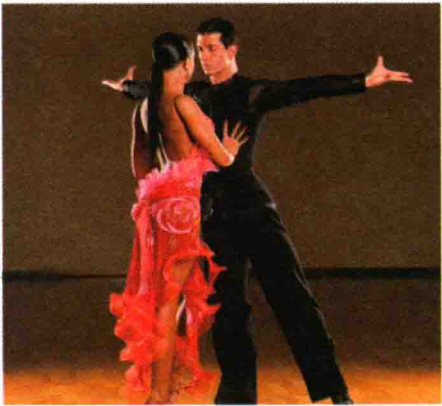


其他代表音乐还有默朗格舞曲（Merengue）与巴恰塔舞曲（Bachata）。这两个舞曲音乐风格各不相同，但是都风靡了整个加勒比海地区和拉丁美洲。在加勒比海各国的人们从小受到音乐的影响，不管是从出租车上，公司口号里甚至到乡村里的杂货店小摊，处处都可以听到轻快又大声的音乐。尤其是到了周末，大街小巷里随时随地都可以听到音乐传遍。

舞蹈

加勒比海地区的舞蹈在整个拉丁世界的舞蹈历史中有着非常重要的地位，是拉丁美洲舞蹈文化非常重要的融合

和发展桥梁。对后世影响极大的伦巴（Rumba）、曼波舞（Mambo）、萨尔萨舞（Salsa）等都起源于这里。



节日 Festival

加勒比海周边国家的节日一般都带有英国、西班牙等西方国家文化色彩，如圣诞节、感恩节、复活节、愚人节等在加勒比海国家普遍流行。并且，在发展过程中，节日文化在各个国家逐渐本土化，赋予了新的内涵。除此之外，加勒比海国家还形成了极具本土特色的节日。

加勒比海主要国家的特色节日			
国家	节日名称	庆祝时间	特色及历史
古巴	古巴鼓节	3月10日至14日	古巴哈瓦那每年都会举行古巴鼓节，届时有大量音乐家进行演出，十分热闹
	“七二六”起义日	7月26日	是为纪念1953年7月26日，菲德尔·卡斯特罗领导古巴青年攻打东部圣地亚哥省蒙卡达兵营，打响古巴革命第一枪而建立的节日
牙买加	圣地亚哥狂欢节	7月至8月	在节日期间，城市内的主要街道完全成为狂欢节的场地，喝啤酒、吃烤肉、看表演是最主要的节日项目
	独立日纪念活动	8月	牙买加人庆祝从解放到真正独立的节日，期间有各种庆祝活动举行
	牙买加雷鬼音乐节	12月至次年1月	牙买加雷鬼音乐节上不仅有雷鬼音乐，更有传统爵士乐、布鲁斯音乐等多种音乐模式。更有来自世界各地的音乐家们的用心演唱
多米尼加	La Vega嘉年华	2月至3月	周末在多米尼加各大城市都会有类似的节日庆典举行，每周三和周末都有斗鸡比赛，斗鸡场旁边还设有跳舞吧台