

● 环球旅游丛书

HUANQIU LUYOU CONGSHU

俄罗斯

E LOU SI

LUYOU ZHINAN

旅游指南

罗斯静
主编

广东省地图出版社



环球旅游丛书

俄罗斯

E LOU SI

LUYOU ZHINAN

旅游指南

罗斯静

主编

广东省地图出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

俄罗斯旅游指南/罗斯静主编. - 广州: 广东省地图出版社,
2001. 2

(环球旅游丛书)

ISBN 7 - 80522 - 555 - 9

I. 俄… II. 罗… III. 旅游指南 - 俄罗斯 IV. K951. 29

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 02479 号

俄罗斯旅游指南

罗斯静 主编

出版发行: 广东省地图出版社

(广州市环市东路 468 号 邮编: 510075)

印 刷: 广东省地图出版社彩印厂

规 格: 850 × 1168 大 32 开

7.5 印张 180 千字

版 次: 2001 年 2 月第 1 版 2001 年 2 月第 1 次印刷

印 数: 1 - 6000 册

书 号: ISBN 7 - 80522 - 555 - 9/K·909

定 价: 16. 80 元



国名：俄罗斯联邦
(The Russian Federation)

国歌：俄罗斯联邦国歌

首都：莫斯科

面积：1707.54万平方千米

人口：14860万（1992年）

民族：俄罗斯族占82%，其他有鞑靼、乌克兰、
楚瓦什、白俄罗斯等

宗教：大多数人信奉东正教，少数信奉伊斯兰
教、犹太教等

▼ 艺术雕塑



▶ 凯旋门



▼ 晨曦中的克里姆林宫





▲ 救世主大教堂

▼ 普西金与夫人的塑像

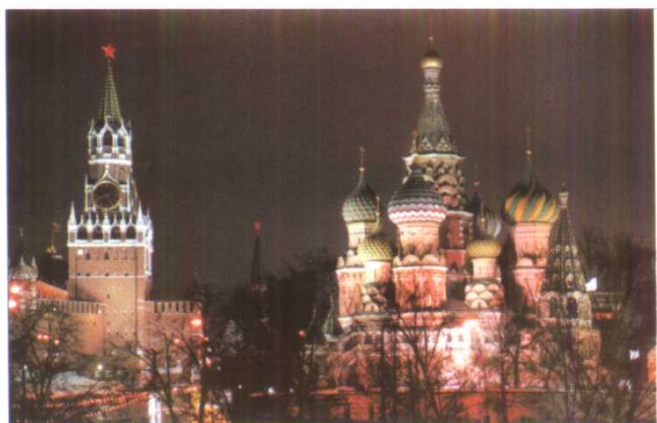


▶ 得雷基可夫美术馆



▶ 皇宫广场





圣·瓦西里大教堂夜景



诺沃斯帕斯基修道院

俄罗斯民歌手



俄罗斯地图

RUSSIA MAP



图例

- 首都
- 首府
- 一般城市
- 旅游点
- 铁路
- 公路

比例尺 1:344,000,000

莫斯科
MOSKVA



前言

古人有云：“仁者乐山，智者乐水。”山水之间，常让人游之大开眼界，心旷神怡。读万卷书，行万里路，自古即为人生一大乐事，而周游列国，更是国人一贯的心头宏愿。

改革开放以来，国人渐渐地不满足于在国内旅游，“出国去！”到异国他乡去感受一下别样的风土人情和游览风景名胜，甚至是出国求学、移民定居，这些都已不再是可望而不可及的事情。人们比以往任何时候都更为迫切地想了解外国的情况。而竞争的日益激烈，各种各样的生活压力，也让人们渴望暂时离开熟悉的环境，去异地改换角色，活得轻松自在一些，以减轻心灵的重负。因此，广东省地图出版社出版了这一套详尽实用的《环球旅游丛书》。

《环球旅游丛书》分册出版，一国一册。第一辑 15 册分别介绍泰国、新加坡、马来西亚、澳大利亚、韩国、日本、印度、埃及、英国、德国、法国、意大利、美国、加拿大、俄罗斯等国，以后还将陆续出版其他各国，力求做到将世界上有旅游价值的国家的概况向读者朋友做个比较完整和可靠的介绍。各分册的主要内容包括自然地理概况、社会发展、文化与生活、出入境指南

观光与旅游、旅游咨询等部分，详细介绍有关该国的历史、地理、政治、经济、风俗习惯、社交礼节与禁忌、签证手续、海关与出入境、旅游景点、饮食、购物等方面的情况，以及安全防范办法。丛书最大的特色是配置了地图，如该国全国以及首都和主要旅游城市的地图，图文并茂，充分发挥了图书的实用功能。正文前还有印刷精美的彩页，让读者对该国的美景有个直观的认识。

一册在手，您可以根据自己的爱好、时间和支付能力安排自己的旅游活动，并能比较深入地了解旅游的历史文化、风俗民情，以添游兴。游客来去匆匆，或由于条件所限，有许多地方未及一一遍游，也可通过本丛书，获知一些情况，以弥补万一。

丛书主编罗斯静先生，长期从事编译和科技情报工作，对各国情况较为熟悉，这些都体现在丛书中，让读者获益匪浅。

《环球旅游丛书》如能对旅游观光、出国公干、移民定居的人士有参考价值的话，那正是丛书工作人员最大的喜悦。

1111111111

目 录

●俄罗斯地图

莫斯科地图

●前言..... 1

●自然地理概况..... 1

地理位置 国土 资源 气候

●社会发展..... 4

历史 行政区划 人口和民族 宗教与信仰 政体 经济

货币 首都及主要城市 对华关系

●文化与生活 12

教育 语言与文字 文学与艺术 体育 节假日 风俗

礼仪 禁忌 社交 商务谈判 商业习俗 生活习惯 时差

与上班时间

●出入境指南 37

签证 海关与出入境 劳务许可 出发前的准备工作

●观光与旅游 46

莫斯科 47

莫斯科市郊 70

俄罗斯中部古城	75
圣彼得堡	82
圣彼得堡市郊	99
俄罗斯北部与卡累利阿	107
喀山	113
乌里扬诺夫斯克	115
伏尔加格勒	116
顿河畔罗斯托夫	119
克拉斯诺达尔	121
新罗西斯克	122
高加索矿泉区	123
纳尔奇克	126
厄布鲁斯山区	127
捷别尔达及栋巴伊	128
弗拉季高加索	129
格鲁吉亚军事公路	131
索契	132
下诺夫哥罗德	134
叶卡捷琳堡	135
秋明	136
新西伯利亚	137
伊尔库茨克	141

贝加尔湖	145
乌兰乌德	148
赤塔	150
比罗比詹	153
哈巴罗夫斯克 (伯力)	154
乌苏里斯克 (双城子)	158
符拉迪沃斯托克 (海参威)	159
纳霍德卡	164
阿巴坎	167
布拉茨克	169
红石市	171
布拉戈维申斯克 (海兰泡)	172
共青城	177
格罗捷阔沃	178
南萨哈林斯克	181
雅库茨克	183
堪察加	185
● 旅游咨询	187
旅游季节 游览路线 前往路线 来往交通 市内交通	
住宿 用餐 衣着 购物 购书 看病 邮政与电讯 问讯	
与咨询 实用地址及电话 外币兑换 小费 安全与防范	
紧急事故的处理	

自然地理概况

地理位置

俄罗斯联邦 (The Russian Federation, российская Федерация) 简称俄罗斯 (The Russian, россия) (原名俄罗斯苏维埃联邦社会主义共和国), 1991 年 12 月前苏联解体后改用今名。

公元 6 世纪, 部分东斯拉夫人在欧洲第聂伯河及德涅斯特河流域定居, 从事农牧和渔猎生活, 自称为罗斯人, 取名于第聂伯河的支流——罗斯河。

“罗斯”的汉名是由蒙古语转译而来, 蒙古语习惯在卷舌音“罗斯”前加上一个“俄”(ORUS)。

俄罗斯位于东欧和北亚, 北邻北冰洋, 东濒太平洋。国土东西长 10000 千米, 南北宽 5000 千米。陆地邻国西北面有挪威、芬兰, 西面有爱沙尼亚、拉脱维亚、立陶宛、波兰、白俄罗斯、乌克兰, 南面有格鲁吉亚、阿塞拜疆、哈萨克斯坦, 东南面有蒙古、中国和朝鲜。隔海与日本和美国阿拉斯加相望, 海岸线长 33807 千米。

国 土

面积 1707.54 万平方千米，居世界第一位。地跨东欧北亚的大部分土地，其领土约占欧洲面积的一半和亚洲面积的 1/3，其中欧洲部分从沙俄时代到现在一直是俄国、苏联、独联体和俄罗斯联邦的政治、经济、文化中心。目前，3/4 的人口、4/5 的工业产值集中在这一部分。

地形 俄罗斯联邦的自然条件差异很大。西部大部分是辽阔的平原（东欧平原和西西伯利亚平原），东部是高原（中西伯利亚高原）和山地（远东山地等），南部为大高加索山脉（主峰厄尔布鲁士山海拔 5642 米）。乌拉尔山脉位于俄罗斯平原与西伯利亚平原之间，呈南北走向，绵延 2000 千米。

主要河流有伏尔加河、鄂毕河、叶尼塞河和勒拿河，其中伏尔加河全长 3690 千米，是欧洲第一长河。

俄罗斯有 20 多万个湖泊，较大的有里海、贝加尔湖、拉多加湖、奥涅加湖、泰梅尔湖。里海面积 371000 平方千米，是全球第一大湖，也是世界最大的咸水湖。贝加尔湖水深 1620 米，是世界第一深湖。拉多加湖面积 18400 平方千米，是欧洲最大的淡水湖。

资 源

俄罗斯自然资源十分丰富，种类多，储量大，自给程度高。石油（西伯利亚有世界第二大石油储积区，仅次于波斯湾）、天然气、铁矿石、钾盐、煤炭储量均居世界前列。其他如泥炭、磷灰石、黄金、铜、锌、锡、银等储量也都很丰富。森林覆盖面积

占全国领土面积的 $\frac{2}{5}$ 以上，占世界森林总面积的 $\frac{1}{5}$ 以上，蓄积量占世界的 $\frac{1}{4}$ 。江河纵横，水力资源充沛。

俄罗斯的旅游资源也极为丰富，俄罗斯目前与原苏联一样是世界上版图最大的国家，地跨欧、亚两大洲，面临大西洋、太平洋、北冰洋，南北延伸 4 个气候带。从堪察加火山和西伯利亚森林到黑海之滨，从驯鹿驰骋的极地雪原到有南国风光的外高加索山乡，自然景色壮美多姿，气象万千，古迹名胜，数不胜数。

俄罗斯的重点旅游区一是分布在特大的文化与工业中心城市；二是分布在气候宜人的著名风景区和具有特殊旅游、疗养资源的地方。属于前者的有莫斯科、圣彼得堡等名城，属于后者的为南部的黑海、亚速海和里海沿岸。

70 年代就形成了独具特色的“金环”旅游路线：莫斯科——弗拉基米尔——伊万诺沃——普廖斯——科斯特罗马——雅罗斯拉夫尔——佩列斯拉夫尔——扎烈斯基——莫斯科。后来，旅游地区逐渐向俄罗斯北部和东部扩展，发展到卡累利阿、科拉半岛、乌拉尔、西伯利亚、贝加尔湖。

气 候

俄罗斯横跨 11 个时区，位于多种气候带（从北极带到亚热带），但大部分地区处于北温带，以大陆性气候为主。年降水量为 150 ~ 1000 毫米。

主要城市平均气温表（℃）

城市/月份	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
莫斯科	-10	-10	-4	5	12	17	19	17	11	5	-2	-7
圣彼得堡	-8	-8	-4	3	10	15	18	17	11	5	0	-4