

完全自由行

英国·北欧篇

英国/爱尔兰/冰岛/瑞典/挪威/丹麦/芬兰

佰程旅行网《完全自由行》编委会 编著

中国旅游出版社

完全自由行

英国·北欧篇

英国/爱尔兰/冰岛/瑞典/挪威/丹麦/芬兰

佰程旅行网《完全自由行》编委会 编著

中国旅游出版社

出版策划：曾 松 谢隆岗
出版统筹：高 瑞
责任编辑：高 瑞 刘姗姗 王 婷
封面设计：章杨羚
责任印制：冯冬青

图书在版编目（CIP）数据

英国·北欧篇 / 佰程旅行网《完全自由行》编委会 编著. —北京：中国旅游出版社，2008.5
（完全自由行）

ISBN 978-7-5032-3340-1

I. 英… II. 佰… III. ① 旅游指南—英国 ② 旅游指南—北欧 IV. K956.19 K953.09

中国版本图书馆CIP数据核字（2007）第192858号

书 名：完全自由行 英国·北欧篇

出 品 人：何 力

编 著：佰程旅行网《完全自由行》编委会

出版发行：中国旅游出版社

（北京市建国门内大街甲9号 邮编：100005）

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@ccta.gov.cn

发行部电话：010-85166504 85166517

制 版：北京中文天地文化艺术有限公司

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京顺诚彩色印刷有限公司

版 次：2008年5月第1版 2008年5月第1次印刷

开 本：889毫米×1194毫米 1/32

印 张：25.75

印 数：10000册

字 数：930千

定 价：62.00元

I S B N 978-7-5032-3340-1

版权所有 翻印必究

如发现质量问题，请直接与发行部联系调换

二十年前，旅游是因为好奇；十年前，旅游是因为时尚；如今，旅游是因为向往，一种随意随心，一种自由自在。人是自在的，旅行也该是完全自由的。

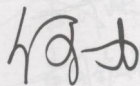
世界因为人类的创造而丰富多彩，这多彩的世界更要还之于人类，人类与自然的和谐共存、共处，是我们旅游的精髓。大自然是为给人欣赏而生成的，眼见为实，才是真体验。我们需要放松，需要放任，甚或需要放纵，在旅游的过程中体验美好，放纵快乐。

我们盼望自由地行走，随心所欲，没有任何羁绊，去我们想去的地方，圆我们想圆的梦。行走时我们的脚步是随心的，从没有过的放松，从没有过的尽情！完全自由，才是行的终极目标。

外面的世界如此精彩，我们体验异国的风情，我们感受域外的景色，我们探求远方的美丽。精彩的世界就在我们的眼里，进而更是深深地印刻在我们每个人的心里。

我常常想，大千世界，如此美好，常出去看看，不枉一生，旅游真是身心俱佳的享受。与自在的旅行相因应，我们的旅游图书也该是值得你拥有，值得你细细阅读的。书中自有黄金屋，这个黄金屋就是我们的世界，因为世界的美，才有书的美。书像爱人，在你需要的时候，她会随时让你触摸到；在你迷途的时候，她会耐心地为你指路。她的体贴，她的细致，让你欲罢不能，爱不释手。因而，编书的人是爱你的人，细细揣摩你的心思，真切关照你的感受，为你亲自走遍世界各地去采写每一份资料。在我们的《完全自由行》里，是一张张有灵魂的图片，是一段段有感情的文字，一心为你定制。只为，能给你的人生旅途增添一份关怀，带上一份祝福。

正所谓行者无疆，大爱无边。



中国旅游出版社 社长
二〇〇八年一月

出版说明

随着中国出境游市场的蓬勃发展，个性化旅游的需求也随之凸显，一套为中国公民出境自由行度身定制的旅游丛书——《完全自由行》便应运而生。由中国旅游出版社与佰程国际旅行网（www.byecity.com）共同编纂的这套旅游丛书是由中国人自主开发的、全面指导中国公民自主出境旅游的实用指南，是国内专业出版机构与旅游强势企业投入雄厚资金和丰富资源共同打造的旅游文化产物。为保障丛书的准确度与时效性，出版方分批派遣数百名旅游从业者赴境外实地考察，收集最新、最全、最适合中国人需求的旅游资讯，由专业编辑筛选、整理，最终与读者见面。

当今，为了出行收集旅游资讯对每个人来说都不再是什么难事，但找到一本集“娱乐性、趣味性、文化性、指导性和实用性”于一身的综合性旅行指南却并不容易。

谁愿意为自己本已沉重的行囊里再增添许多杂乱无章的书本纸张，一本装进背包便可带领自己尽享陌生之地种种旅行乐趣的书籍，对每个旅行者来说都会是“无价之宝”，这也是本套丛书诞生的初衷。

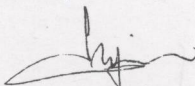
《完全自由行》旅游丛书计划于五年的时间内为广大旅游爱好者奉献出遍及全球各个地区的系列指南读物，以欧洲、非洲、亚洲、大洋洲和美洲的顺序相继面世，中间还将穿插出版“海岛休闲”、“豪华邮轮”和“高尔夫之旅”等专题性丛书。丛书打破传统的国家概念，以城市和地区为核心为读者制订出不同主题的游览线路，并通过实地考察整合大量的“食、住、行、游、购、娱”等方面的第一手旅游资讯素材，力争通过商务游、阖家游、自助游等多个主题满足不同层面游客的需求。

《完全自由行》丛书出版的目的是要让每个人的旅行都能真正的自由和精彩。转动手上的地球仪，找到自己心仪的地方，带上一本《完全自由行》，让我们陪你玩遍全球，看清这个世界的五彩缤纷。

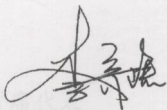
编者

Fanny Individual Tour is the 1st ever outbound travel guide book produced by Chinese for Chinese with essential useful information.

Warm Congratulations on Huaguan International Travel and China Travel & Tourism Press. Wish you every success!


Visit Britain

祝贺华远国旅与中国旅游出版社联合出版的《完全自由行》系列丛书成功上市，这是第一套完全由中国人自己编写的指导国人出境的旅游宝典，提供了很多适合中国人旅行特点的信息。预祝这套丛书在市场上有良好的表现，成为中国版的《孤独星球》！


中国旅游出版社
2007.12

The Fancy Individual Tour is an excellent guide, for the individual traveller, to exploring the many beautiful regions on the Island of Ireland. This guide will give you an insight into what you can expect to experience when you arrive but you have to travel to Ireland to really experience the Irish Welcome and feel the warmth of the Worlds Friendliest Destination. We look forward to welcoming you to the Island of Ireland very soon.

Yours Sincerely,

Jim Paul

Director

Tourism Ireland

《完全自由行》对于自助旅行者来说是一本非常优秀的旅游指南，能够带你去领略爱尔兰岛上许多美丽的地区。丛书为你详尽介绍了前去爱尔兰旅游所需要知道的资讯，当然，更多的体验以及热情的爱尔兰式欢迎与友谊只有在你亲身前来的时候才能感觉。期待你能够尽早来拜访我们的国度。

爱尔兰旅游局
总经理 金保罗



英国旅游局
visitBritain.cn™

STB
斯堪的纳维亚旅游局

www.beiou.org

Scandinavia, Denmark-Denmark-Sweden, is an easygoing,
easy to access and manage destination with a lot of
diversity for many tastes. This Guide Book will provide
you tips for a fun tour.

for

斯堪的纳维亚半岛的丹麦、挪威、瑞典，因其迷人风情和设施便捷，一直为世界各地游人津津称道。希望这本《完全自由行》助你梦圆北欧。

宣言

中国首席代表

斯堪的纳维亚旅游局

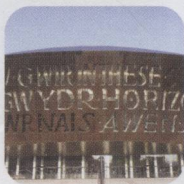
www.visitbritain.cn



英国旅游局
visitBritain.cn™

英国欢迎您

Britain Welcomes China



www.visitbritain.cn

britainchina
英国欢迎您

CONTENTS

目录

|概况|篇|

色彩我做主	4
英国、爱尔兰、冰岛及北欧地区掠影	6
来这里旅行的十大理由	22
英国、爱尔兰、冰岛、瑞典、挪威、丹麦及芬兰	
世界遗产全名录	26

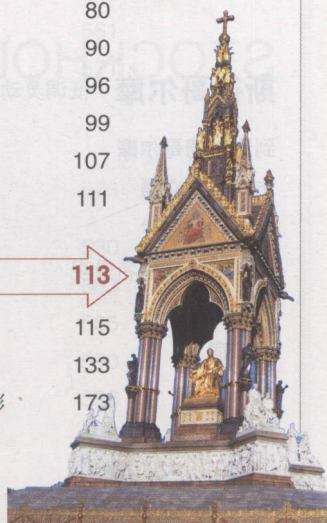
|旅游|指|南|篇|

伦 敦 独一无二的帝国之都	30
到达伦敦	33
市内公共交通	53
城市旅游综述	59
伦敦著名景观	64
文 化	80
住 宿	90
美 食	96
购 物	99
娱 乐	107
其他资讯	111

|以伦敦为起点主题线路|

伦敦周边经典游览线路 泰晤士河畔的宝藏	115
英格兰名城之旅 走遍纯正的英格兰地带	133
英格兰东北部及东部海岸之旅 不同表情 同样精彩	173

113



英格兰东南沿海阳光之旅 告别英伦的阴霾	205
英格兰西南海岸探索之旅 原始厚重与朝气蓬勃	233
英格兰西南部及威尔士原乡之旅 威尔士的原味风情	261

GLASGOW

格拉斯哥 苏格兰之魂

286

到达格拉斯哥	288
市内公共交通	294
城市旅游综述	296
格拉斯哥著名景观	297
文 化	301
住 宿	304
美 食	307
购 物	309
娱 乐	310
其他资讯	313

以格拉斯哥为起点的主题线路

315

苏格兰全境游 神奇广袤的苏格兰	317
北爱尔兰风光之旅 远离英伦本岛的异域风光	347
爱尔兰自然风情之旅 翡翠岛国	367
冰岛全境游 享受“冰火之国”的纯净与奇美	393

STOCKHOLM

斯德哥尔摩 低调灵动的岛屿城市

408

到达斯德哥尔摩	411
市内公共交通	415
城市旅游综述	420
斯德哥尔摩著名景观	424
文 化	429
住 宿	433
美 食	438
购 物	440

娱乐	445
其他资讯	448

以斯德哥尔摩为起点的主题线路

449

斯德哥尔摩周边经典线路游 群岛中的明星	451
瑞典及挪威工业文化之旅 工业与景致共存的奇观	459
瑞典及挪威中部静谧之旅 北欧的另一面风情	495

COPENHAGEN

哥本哈根 快乐萦绕的童话之城

508

到达哥本哈根	510
市内公共交通	512
城市旅游综述	515
哥本哈根著名景观	516
文化	527
住宿	530
美食	534
购物	537
娱乐	540
其他资讯	542

以哥本哈根为起点的主题线路

543

丹麦全境梦幻之旅 连接西北欧的童话岛屿	545
瑞典南部城镇与古堡之旅 粗犷富饶的斯科讷	561
丹麦境外岛屿游 远离本土的纯净风光	571

HELSINKI

赫尔辛基 波罗的海之女

578

到达赫尔辛基	580
市内公共交通	583
城市旅游综述	585
赫尔辛基著名景观	590
文化	596
住宿	599

美食	602
购物	605
娱乐	610
其他资讯	612

以赫尔辛基为起点的主题线路

615

赫尔辛基周边游 延续旅行的快乐	617
芬兰西南部经典之旅 精彩纷呈	627
芬兰东部湖区之旅 千湖之国的蓝色心脏	641

特色线路篇

商务游

654

苏格兰高尔夫之旅	655
品味苏格兰威士忌	660
北欧工艺设计之旅	667

阖家游

678

探访英式园林	679
英国名校之旅	685
北欧童话之旅	701

自助游

712

英格兰北部湖区漫步	713
英伦文学之旅	724



英伦摇滚及足球文化之旅	734
苏格兰高地海岛游	750
挪威峡湾之旅	761
追寻北欧极光之旅	770

|旅|游|锦|囊|篇|

航班选择信息	784
英国、爱尔兰、冰岛及北欧地区旅游适宜时间	787
旅游手续及注意事项	789
货币及常用语言	793
中国驻英国、爱尔兰及北欧各国大使馆信息	798
为第一次去英国及北欧地区的游客推荐的精品线路	800

本书所使用图标释义

 地址	 交通	 电话	 传真
 时间	 免费	 网址	 费用
 邮编	 邮箱	 游船	



discoverireland.com

英国旅游公司
visitbritain.com

发现只属于你的 爱尔兰



Tourism Ireland
爱尔兰旅游局

概况篇





色彩我做主

英国、爱尔兰、冰岛及北欧地区掠影

来这里旅行的十大理由

英国、爱尔兰、冰岛、瑞典、挪威、丹麦及芬兰世界

遗产全名录