

西班牙

181 幅地图
详细而实用

彩色亮点：体验西班牙
建筑奇迹、感受都市、融入大海、自然的高度

lonely planet

K955.19

X064.02

西班牙

Damien Simonis

Sarah Andrews, Stuart Butler, Anthony Ham, John Noble
Josephine Quintero, Miles Roddis, Arpi Armenakian Shively

加利西亚(见 543 页)
享用西班牙最美味的
海鲜和贝类

Bay of Biscay
比斯开湾

欧洲之尖 (见 533 页)
高耸入云，穿越迷雾，位于海滩星罗棋布的阿斯图里亚斯海岸，欧洲之尖令徒步者和登山者愉悦和振奋

萨拉曼卡(见209页)
座既活泼又著名的大学城
装饰复杂的建筑交相辉映

马德里(见124页)
这里有多彩的夜生活、世界一流的
艺术博物馆和舒适的氛围,是可以
不分昼夜领略感官盛宴的首都

埃斯特雷马杜拉 (见 806 页)
跟随征服者的足迹畅游埃斯特雷马
杜拉地区神话般的 16 世纪古城

LISBON
里斯本

PORTUGAL
葡萄牙

托莱多 (见 266 页)
作为“文化融合之都”，托莱多恰似一座迷人的中世纪庄园，被誉为埃尔·格列柯的艺术腹地以及卡斯蒂利亚的中心。

塞维利亚 (见 684 页)
一座热情的南方都市，这里有壮观的阿尔卡萨尔城堡、举世瞩目的圣周游行和华丽的四月展会

格拉纳达(见 767 页)
10 年的穆斯林统治造就了这
独特的文化遗产。阿兰布
宫无与伦比的魅力点亮了
这座迷人的城市

内华达山脉(见 782 页)
凭借西班牙的最高峰和阿尔普哈拉斯众多村落的映衬,吸引着无数徒步者和登山者

ATLANTIC

OCEAN
大西洋

MOROCCO

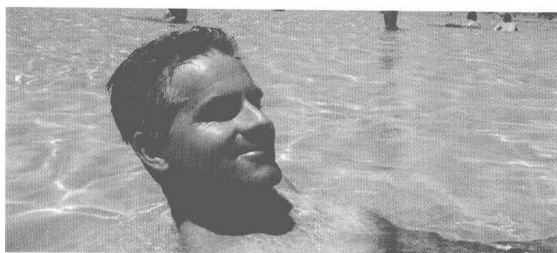
● **Ceuta (Spain)**

I see

to see it

www.lonelyplanet.com.cn

在路上



DAMIEN SIMONIS

统稿作者

只工作不会玩，Damien 变成笨小孩！那么，在福门特拉岛 (Formentera)，我怎能不跳入我最喜欢的的一处海滩——埃斯阿莱纳尔斯 (Es Arenals，见 655 页)——碧蓝的海水中畅游呢？而我的思绪早就随那即将入口的美味——西班牙肉菜饭如风飞去，骑摩托车行驶 2 公里便可到达品尝美味的荫凉地带。

SARAH ANDREWS

清晨，我游览了小镇里瓦达维亚 (Ribadavia) 和葡萄酒之乡 Ribeiro (见 579 页)。由于有孕在身，所以我不能沉迷于品酒，但是我找到了一家很棒的餐厅——Casal de Armán，在那里我先是享用了令人回味无穷的饭菜，又参观了美丽的花园和葡萄园。

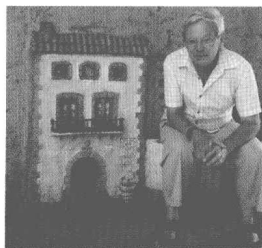


STUART BUTLER

如果你期待着比利牛斯山脉 (Pyrenees，见 487 页) 的夏天会多么绚丽，那你就大错特错了。尽管我信誓旦旦地对我太太说天气预报有多么不准，实际上这里一整天都会是晴天，然而还不到 15 分钟，我们俩就完全迷失在浓雾之中，并在暴雨中浑身湿透。

MILES RODDIS

我不是猫咪之家的常客。但是这个猫咪之家与众不同。一天清晨，我发现了它，布满涂鸦的墙面显得尤为醒目，它成为巴伦西亚 (Valencia，见 584 页) 一道特殊的街景。有人为猫咪之家打造了一个仅及膝高的外立面并凿了一个猫洞，以方便隔壁的野猫进出。这表明通过微小但充满想象力的举动，个人能够在他们所生存的环境中留下自己的烙印。



JOSEPHINE QUINTERO

在这里，我假装自己是荒唐可笑的堂吉珂德！当然，“堂吉珂德大战风车”是拉曼查 (La Mancha，见 265 页) 必不可少的体验。这是拉曼查地区的一个亮点。我真希望自己能够在汽车行李箱中塞一个雕像，然后把它放在自家小花园中，它一定能够打败花园里的小精灵。



ANTHONY HAM

经过几个月的考察，我选择了伊斯兰建筑中绝无仅有的一处瑰宝——阿尔哈菲利亚宫 (La Aljafería，见 422 页)。我和我的女儿 Carlota 享受了一段安静的时光。Carlota 是在我为此书撰稿之前出生的。我希望她将来能够更深切地体会西班牙的富饶。



ARPI ARMENAKIAN SHIVELY

嘘！可别跟别人说，我是在安达卢西亚最棒的酒吧，装饰着宗教纪念物的 El Garlochí (见 701 页) 里，坐在精美的古董中，享受如此美好的时光的。你在照片里看不到的，有熏香和天使组成的唱诗班——来，干上一杯！

完整的作者简介见 876 页。



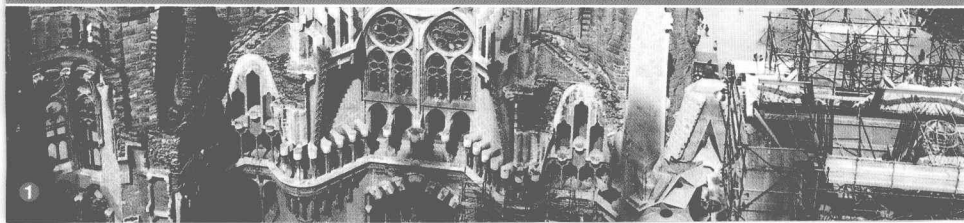
体验西班牙

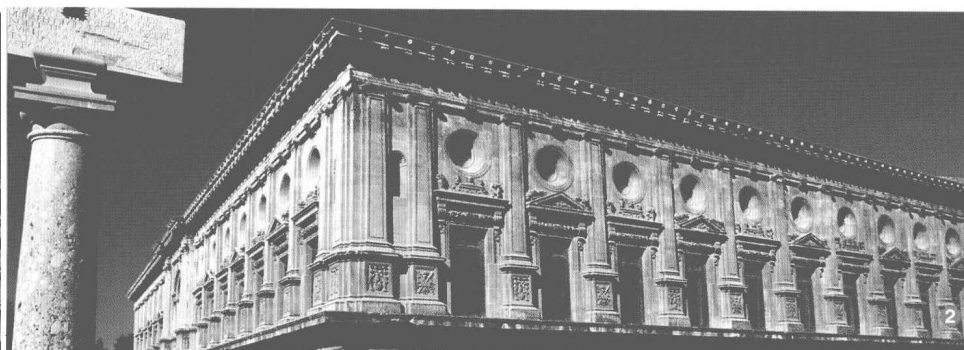
从马德里出发，西班牙之旅将带你领略到各种不同的文化景观。从马德里出发，你将首先到达塞维利亚（Seville），这座美丽的城市是西班牙的文化和艺术中心。在这里，你可以欣赏到世界上最著名的弗拉门戈舞表演。接着，你将前往格拉纳达（Granada），这座美丽的城市是西班牙的文化和艺术中心。在这里，你可以欣赏到世界上最著名的阿尔罕布拉宫（Alhambra）。



建筑奇迹

凯尔特部落、罗马军团、穆斯林王子、基督教君主和现代设计师在西班牙各地都留下了难以磨灭的印记。哥特式、高迪式和盖里式，共同形成了一道独特的既雄伟壮丽又兼容并蓄的建筑鸡尾酒。你定会在其中沉浸数年，却仍无法完全领悟其丰富。





❶ 神圣家族教堂 (La Sagrada Família, 巴塞罗那)

西班牙的顶级景点之一，这座出自现代主义大师安东尼·高迪 (Antoni Gaudí) 之手的杰作，在他去世 80 多年后仍在建设中。灵感来自于自然和哥特风格的这座巴塞罗那奇特的教堂 (见 321 页) 直冲云霄，无比庄严和雄伟。

❷ 阿兰布拉宫 (Alhambra, 格拉纳达)

连国王卡洛斯五世都认为，800 多年的穆斯林统治留给格拉纳达的阿兰布拉宫建筑群 (见 707 页)，是一座非同寻常的宝藏。它可能是世界上最凝练最精致的伊斯兰艺术的代表。

❸ 艺术科学城 (Ciudad de las Artes y las Ciencias, 巴伦西亚)

西班牙星级建筑师之一圣地亚哥·卡拉特拉瓦 (Santiago Calatrava) 建造了这座位于巴伦西亚的艺术科学城 (见 587 页)。这是一座现代化建筑，雄浑壮观，极具视觉冲击力。这里包括顶级剧院、水族馆、天文馆和科学博物馆。

❹ 古根汉姆博物馆 (Museo Guggenheim, 毕尔巴鄂)

与巴伦西亚相比，毕尔巴鄂则有设计师弗兰克·盖里 (Frank Gehry) 设计的幻境般的古根汉姆博物馆 (见 457 页)。这座建筑位于市中心的河流拐

角处。对于很多游客而言，这座博物馆梦境般闪闪发光的外观使得内部的艺术品相形见绌。

❺ 古罗马高架渠 (El Acueducto, 塞哥维亚)

罗马建造的建筑总能流传久远。未用一滴水泥，罗马人采用大理石建造了巨大而精美的高架渠，用来为罗马时期的塞哥维亚 (见 221 页) 供水。这项工程成功地经历了时间的考验——差不多 2000 年呢！

❻ 圣地亚哥—德孔波斯特拉大教堂 (Catedral de Santiago de Compostela)

拥有异常华美的罗马式外观。这座光彩夺目的大教堂 (见 547 页) 是朝圣者穿越西班牙北部朝圣之路的目标。

❼ 马约尔广场和新大教堂 (Plaza Mayor & Catedral Nueva 萨拉曼卡)

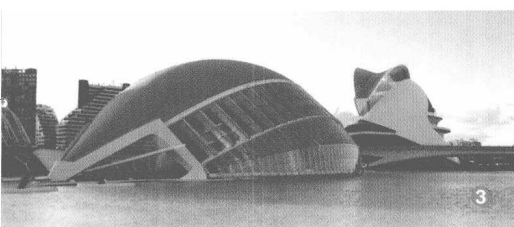
位于萨拉曼卡市中心的优雅的广场 (见 210 页) 可能是全西班牙最上镜的广场。附近就是巧妙地融合了哥特风格和文艺复兴艺术的新大教堂。

❽ 清真寺 (Mezquita, 科尔多瓦)

科尔多瓦的清真寺 (见 761 页) 是穆斯林统治时期世界上最壮观的清真寺之一。后来，当基督教统治者在其马蹄形的拱梁下面修建了一座教堂的时候，就更显奇特了。

❾ 罗马城墙 (Roman Walls, 卢戈)

罗马人在伊比利亚各地都修建了城墙。加利西亚古老的卢戈 (见 580 页) 城外仍然有大片历经千年却毫无损伤的城墙。见证着罗马的实力。





感受都市

西班牙人将他们的生活水准提高到了极致。很少有人能像西班牙人那样将大多数的休闲时光花在大街上，从一个酒吧跳到另一个酒吧，或者在商店间流连。总的来说，西班牙城市具有高度的多样性，从巴塞罗那的大都市风格到格拉纳达南部的阿拉伯气息，精彩无比。





❶ 马德里的夜生活

还有什么地方会在凌晨堵车吗？马德里不是唯一拥有夜生活的欧洲城市，但很少有强度和街头氛围能比得上它的。东倒西歪地徜徉在韦尔塔斯、马拉萨尼亚、楚埃卡和拉拉提纳区墙壁连着墙壁的酒吧间，体验一下各种口味吧（见179页）。

❷ 在巴塞罗那购物

你可以到巴塞罗那的林荫小道(Passeig de Gràcia、Rambla de Catalunya和Avinguda Diagonal)去购物，也可以去位于哥特区数不尽的独立商店和时尚小店，就在Passeig del Born和Gràcia附近(见347页)。

❸ 塞维利亚的复活节

回到西班牙中世纪的基督教时代，加入塞维利亚为庆祝复活节而准备的戏剧性十足的庆典弥撒。虔诚的兄弟会成员高举精美的耶稣和圣母马利亚的雕像在城市里游行，极大地激发了人们的欢乐情绪（见697页）。

❹ 格拉纳达的茶和达帕斯

西班牙最后一个屈服于基督教的穆斯林城市里到处都是东西结合的产物。在阿尔拜辛街区的茶馆(见777页)里你会感觉像是到了摩洛哥。别处，新广场周边的达帕斯酒吧坐满了性格善良、嗓门超大的当地人(见780页)。

❺ 圣塞瓦斯蒂安的巴斯克达帕斯(Pintxos)

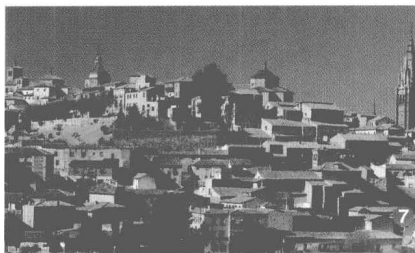
厨师已经将酒吧小吃变成了一种艺术。巴斯克达帕斯通常是在一片法棍面包上涂抹一堆香料，这成了所有圣塞瓦斯蒂安(见473页)酒吧的主食——这样你就能享受一种独特的味道和社交夜晚。

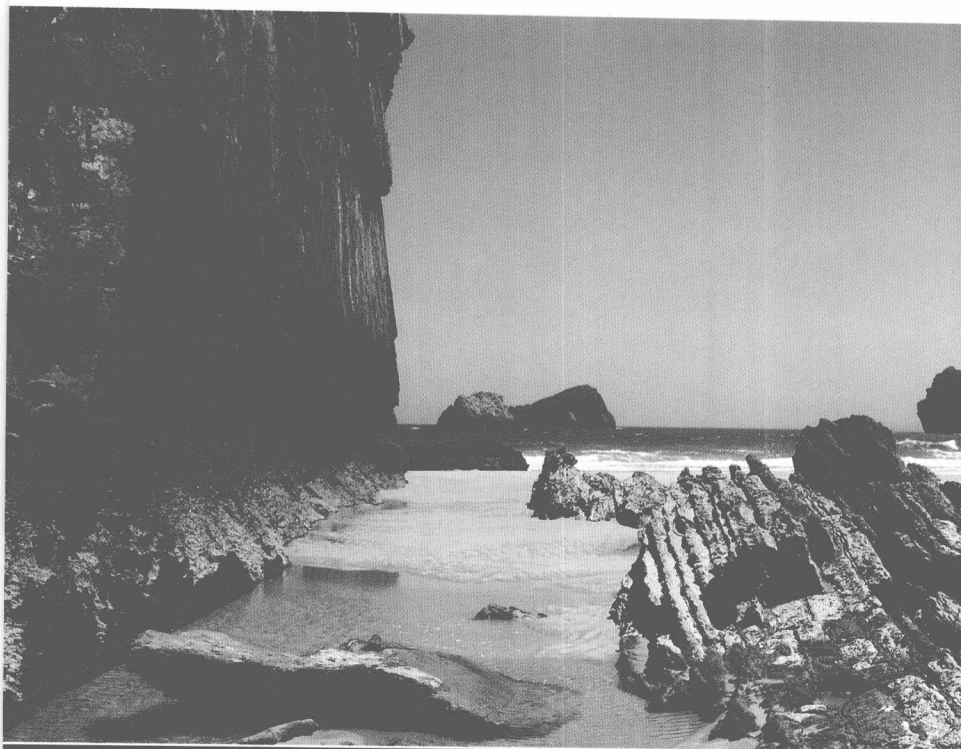
❻ 在加的斯消磨时间

加的斯(见713页)可能是欧洲最古老的城市，它慵懒的、活在当下的氛围使它更像是18世纪衰败的城市。当地人总是在旧城区和水边的酒吧里举办聚会消磨夏天的夜晚。

❼ 托莱多的三种文化

作为西班牙天主教会和军队象征性的家园，托莱多的中世纪核心区(见266页)是难得一见的世界遗产。托莱多拥有三种文化(穆斯林、犹太人和基督徒曾经接踵摩肩)的城市文明，今天它仍然是一座引人入胜的迷宫。







作者的小经验

平原地区多雨，但是这里的日晒过于直接和强烈，防晒霜、帽子、太阳镜和饮用水是海边游玩的必备品。注意红色或者黄色的旗帜，那些区域不能下水。

① 梅诺卡的海滩 (Beaches of Menorca)

梅诺卡的海滩难以用言语形容，同时也是联合国教科文组织认定的生物保护区。有人说从海上到这里令人极其快乐，不过从内陆前往同样充满乐趣。这里最好的海滩有 Cala Macarelleta 和 Cala en Turqueta(见 668 页)。

② 阿斯图里亚斯

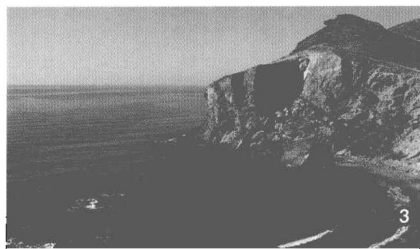
根据统计，西班牙北部绿宝石般的阿斯图里亚斯地区有 211 片海滩！虽然冰凉的大西洋海水令人扫兴，但是这里许多野生动物保护区和未经开发的海滩，如利亚内斯(Llanes，见 528 页)一带，真的是让人兴奋极了。

③ 加塔角(Cabo de Gata)

加塔角(见 801 页)是阿尔梅里亚东部天然的海岸保护区的延伸，在西班牙人眼中这里仿佛传说一般。一年中的大多数时间，这里峭壁之间的海滩几乎被人们遗忘了。在这里跳水也很棒。

④ 奥特加尔角

加利西亚这个壮观的海岬之上狂野的大西洋断崖(见 559 页)让我不禁想起人类是多么渺小。当颇具威力的海风吹打着你的时候，汹涌的大西洋巨浪在断崖下撞击着奥特加尔角的岩壁时，水花四溅。





❶ 内华达山脉国家公园 (Parque Nacional Sierra Nevada)

这个国家公园(见782页)里穆拉森山(Mulhacén, 3479米)占据了主要部分,这是西班牙大陆部分的最高点。这里形成了温暖的格拉纳达的壮丽的背景。冬天在这里滑雪,夏天在这里徒步,都会享受到探索迷人的阿尔普哈拉斯(Las Alpujarras)山村的额外惊喜。

❷ 奥德沙国家公园(Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido)

这个国家公园(见437页)是比利牛斯山脉的一大亮点,也是徒步者的理想之地。这里位于Monte Perdido山(3348米)的中央,有很多巨石石墙和冰斗冰川,再加上这里偶尔会出现岩羚羊,给喜欢高难度徒步的人们提供了很多机会。

❸ 欧洲之尖(Picos de Europa)

从崎岖不平、变化多端的坎塔布里亚和阿斯图里亚斯的海岸拔地而起的欧洲之尖(见533页)包括三座引人注目的石灰石山岳,在西班牙这很少见,但是与阿尔卑斯山脉很相似,这里也有很多令人称奇的徒步路线。

❹ 格雷多斯山脉

徒步者、山地自行车爱好者和登山者在这里能欣赏由湖水与花岗岩山峰构成的迷人世界,此外还可以探索马德里西部的绵延山脉(见207页)。各式各样的村庄和偶尔闪现的城堡点缀着这艰险且令人生畏的山脉。

托尼·惠勒致中文版读者

1972年我离开伦敦，准备花一年的时间周游世界。那一年，我刚25岁，而我的妻子莫琳只有22岁。我们没什么钱，也根本没有想到这是一次多么漫长的旅程，远远超过当初预计的一年。事实上30多年后，我们依然在路上。

就在这条没有尽头的旅途中，我们创建了Lonely Planet，今天它已经发展成为世界上最大的一家旅行指南出版公司。这一路我们曾经历太多的风风雨雨，起起落落。6个月后当我们穿越欧亚两洲到达澳大利亚悉尼时，我们的全部家当只剩下了27澳分(约合2元人民币)。但不管怎样，在这条路上我们度过了真正幸福的时光。

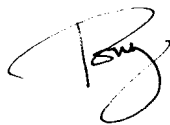
一次又一次，我们认识到旅行不仅是世界上最大的产业，同时还可以让一个国家的人民去认识另一个国家的人民。一次又一次，我们发现素不相识的陌生人对于在路上的旅人会表现出难以置信的友善和乐于助人。我们也发现自助旅行是旅行的最佳方式，这时，你不再是一个旅游团中面目模糊、毫无个性的一位，你是一个独立的个体，你所有的交流和所有的友谊，都将是由你——一个独立的人，去和另一个人直接发生联系。

此外，旅行比你想象的要容易。我只会说一点点汉语，然而我却游遍了中国，一点障碍都没有。在汽车站，会有人卖给我车票；在餐馆，会有人把饭菜摆在我面前；在旅馆，会有人帮我找房间。当你在中国境外旅游时，你会发现我所遇到过的这些事情同样会发生在你的身上。

这个世界是如此广阔，如此美丽。来吧，来感受它吧。

Lonely Planet 出版公司共同创始人

托尼·惠勒(Tony Wheeler)



LONELY PLANET 的故事

Lonely Planet 的传奇首先源自于一次经典的探险旅行，那是1972年，年轻的托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇从伦敦出发，穿越欧亚大陆到达澳大利亚。到达澳大利亚之后，由于有很多想要自助旅行的人不断询问他们此次旅行的情况和遇到的各种问题，因此他们决定写一本旅行手册，以满足更多人的需求。第一本Lonely Planet旅行指南——《便宜玩转亚洲》(Across Asia on the Cheap)是在厨房的饭桌上完成的，之后托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇亲自到当地的书店上门推销，这本书一面世，立即成了畅销书。

接着，他们又用了18个月的时间重访东南亚，这次旅行诞生了第二本手册——《东南亚》(Southeast Asia on a shoestring)，后来成为同类书中最受欢迎的一本。直到今天这本书仍在销售，已经更新到了15版，但封面一直保留着独特的黄色(当年第一版的时候，这本书在全世界被亲切地称为“黄色圣经”)。

从厨房餐桌起步的Lonely Planet 如今已成为世界第一旅行出版商。目前，Lonely Planet 在澳大利亚墨尔本、美国奥克兰、英国伦敦设有自己的办事处，400多名员工全都是热爱旅游的旅行者。

现在，Lonely Planet已出版了600多种旅行指南，涉及范围几乎覆盖了全世界的每个角落，产品在200多个国家销售，是欧洲、英国、美国和亚洲一大洋洲地区旅行指南的首选品牌。Lonely Planet旅行指南系列定位全球，提供准确、详细、可信的信息，书中的所有信息都是由来自40多个不同国家的350多名专业作者亲身到当地调查所得，并撰写成书的。Lonely Planet旅行指南已经陪伴世界上数千万的旅行者踏上了他们的旅程。旅行者信赖Lonely Planet，是因为Lonely Planet 的先驱精神，因为Lonely Planet可以提供有深度的目的地介绍，因为Lonely Planet的指南非常实用，而且能提供宝贵的旅行小窍门，还因为Lonely Planet坚定不移地保持其独立性，Lonely Planet旅行指南不含任何广告，它是由旅行者写给旅行者的，通过论坛和每周1000封的来信，它和旅行者保持着极为紧密的联系。

如今Lonely Planet的创始人托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇每年仍然花几个月的时间四处旅行，并依旧积极地参与Lonely Planet旅行指南的制作。Lonely Planet的重点仍然放在自助游上，以便帮助旅行者探索和更好地理解这个世界。Lonely Planet热切地期望能帮助人们走到一起，共同分享彼此的经历，丰富每个人的生活。同样，Lonely Planet希望中文版的出版能鼓励中国的旅行者去探索世界，帮助他们获得属于他们自己的旅行经历，更好地与同样在旅途中的其他人进行沟通。

Lonely Planet相信，旅行者可以为他们拜访的国家作出积极的贡献，他们可以去欣赏和了解这个国家的文化、野生动植物和自然风光，还可以在当地社区消费以帮助当地的经济。此外，Lonely Planet每年都会将收入的一部分捐赠出来，这些基金用于非洲的救荒行动、印度的援助项目、中美洲的农业项目以及绿色和平行动。

如何使用本书

使用Lonely Planet旅行指南最让人开心的，就是你可以选择任何自己喜欢的旅行方式。Lonely Planet相信，旅行中最难忘的经历往往是那些出乎你意料的事情，而最激动人心的发现也往往源于你自己亲身的寻觅。旅行指南不是教科书，旅行的主人是你自己。

关于内容

所有Lonely Planet旅行指南系列的形式基本一致。开头的章节是由专家撰写的关于目的地的历史、环境、文化等背景介绍。正文章节之后的“出行指南”提供了多方面的出行信息，如签证、货币、通讯、营业时间和住宿的选择；“健康指南”部分，关注呵护着你的出行健康；“交通指南”部分，为你的旅途提供了各种交通的信息。由于每个目的地情况各异，每本书的章节(书的主要部分)划分也有所不同，但形式是一致的。总是以背景开始，接着是介绍景点、住宿、餐饮、娱乐、购物、到达和离开，以及目的地周边的相关信息(“四处走走”)。

关于标题

Lonely Planet旅行指南系列的标题有着严格而标准的递进结构，就像你所熟悉的俄罗斯套娃一样，一环套一环。每个标题及其所引领的下文都包含在更高一级的标题下。

如何开始使用

使用Lonely Planet旅行指南，并不需要从头读到尾，旅行者可以有针对性地选择重点，获取自己所需的信息。

你可以从“目录”和“索引”入手，这样可以方便地快速查看自己需要的信息。

也可以从书前的彩色地图入手，这些都是目的地的亮点，并在具体内容章节中有更详细的介绍。介绍每一个大的区域前，通常都以定位地图和另一个该地区特有的“亮点”列表作为开头。一旦你在“亮点”列表中发现感兴趣的项目，就可以利用书中提示的页码，查到更详细的描述；或者使用“索引”，寻找更详细的内容。

关于地图

地图在Lonely Planet旅行指南系列中扮演着极为重要的角色，每一本书中都囊括了大量有价值的地图。

地图上的图例在封二有说明，容易查找。同时Lonely Planet尽力保持了地图和文字间的联系，正文中出现的每一个重要地点都会相应地出现在地图上。利用坐标，可以很容易地找到你想找的地点。

虽然导游书中提及的内容总是带有推荐的意味，但我们不可能把所有值得推荐的好地方都列出来。没有介绍的地方，并不意味着不好，而是由诸多原因造成的，也许可能仅仅是因为不适合鼓励旅行者前往，或许这些地方需要你自己去体验与发现。

目录

在路上

体验西班牙

目的地：西班牙

旅行准备

西班牙节庆

旅行线路

历史

文化

当地美食

建筑

餐饮

环境

户外运动

圣地亚哥 朝圣之路

马德里

历史	125
方位	125
实用信息	126
危险和麻烦	142
景点	142
活动	155

步行游览	156
课程	158
带孩子游马德里	159
团队游	159
节日和重大活动	160

绿色之旅

住宿	169
就餐	173
饮品	179
娱乐	183
购物	189
到达和离开	191
四处走走	192
马德里周边	194
圣洛伦索—德埃尔 埃斯科里亚尔	194
马德里南部	196
阿尔卡拉—德埃纳雷斯	198
瓜达拉马山脉	199
马德里北部	200

卡斯蒂利亚— 莱昂

西南部地区	202
阿维拉	202
格雷多斯山脉	207
萨拉曼卡	209
萨拉曼卡周边	217
罗德里戈城	217
弗兰西亚山脉	219
贝哈尔山脉	220
中央高原	221
塞哥维亚	221
塞哥维亚周边	227
巴利亚多利德	227
巴利亚多利德周边	232
萨莫拉	234
萨莫拉周边	237
帕伦西亚	237
帕伦西亚周边	239
帕兰提纳山	240