



中国铁路
旅游书系

网上搜不到的行程计划
最适合中国游客使用的旅行宝典

西班牙 一周游

《亲历者》编辑部 编著

假如给我7天假期，我将用它拥抱西班牙！

给我7天时间，我在西班牙怎么玩？

从马德里出发，到赛哥维亚、萨拉戈萨，吮吸西班牙的文化精华

从巴塞罗那出发，到瓦伦西亚，享受西班牙最为纯粹的艺术盛宴

从塞维利亚出发，到格拉纳达，聆听西班牙发出的历史之声

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

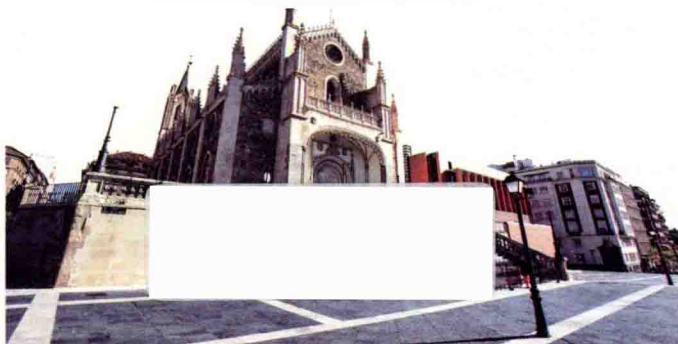


网上搜不到的行程计划
最适合中国游客使用的旅行宝典



西班牙 一周游

《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

西班牙一周游 / 《亲历者》编辑部编著. — 北京 : 中国铁道出版社, 2015.2

(亲历者)

ISBN 978-7-113-19594-6

I. ①西… II. ①亲… III. ①旅游指南—西班牙 IV. ①K955.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 284650 号

书 名: 西班牙一周游

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 杨新阳

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 赵媛媛

责任印制: 郭向伟

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

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

版 次: 2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月第 1 次印刷

开 本: 660mm×980mm 1/16 印张: 16 字数: 280 千

书 号: ISBN 978-7-113-19594-6

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: 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

CONTENTS



导读：畅游西班牙，只需一周
010-051

计划

012-019

一周时间能去哪	012
一周需要多少钱	013
一周如何自助游	015
一周如何自驾游	017
一周如何跟团走	018

准备

020-026

3个月前需要做哪些准备	020
1个月前需要做哪些准备	025
7天前需要做哪些准备	026

出发

027-030

确认行李清单	027
安装实用软件	028
收藏必用网站	029
保存求助电话	029
掌握入境技巧	029

到达

031-049

在西班牙吃什么	031
在西班牙住哪里	035
在西班牙怎样出行	038



在西班牙游哪里	041
在西班牙买什么	044
在西班牙怎样娱乐	046
应急	048

返回

050-051

行李邮寄	050
前往机场	050
离境手续	050



Part1:西班牙中部经典一周游
052-119

西班牙中部印象	054
推荐行程	056
最佳季节	057
最佳季节的衣物	057
经典路线：马德里—赛哥维亚—萨拉戈萨5天5夜游	058
到达马德里	059
通航城市	059
如何到市区	060

马德里3日行程

062-080

德波神庙	063
西班牙广场	064
马德里王宫	065
阿穆德纳圣母主教座堂	068
马德里马约尔广场	068
太阳门广场	071
皇家赤足女修道院	071
格兰大道	073
阿尔卡拉门	073
丽池公园	074
索菲亚王后国家艺术中心博物馆	076
马德里当代艺术馆	077
马德里王家植物园	078
普拉多博物馆	079
提森·博内米萨博物馆	080
如果多待一天	081
马德里住行政略	086
从马德里至赛哥维亚	092

到达赛哥维亚

093

如何到市区	093
-------	-----

赛哥维亚1日行程

093-097

阿尔卡萨堡	094
赛哥维亚大教堂	095
罗马大渡槽	096
如果多待一天	098
赛哥维亚住行政略	099
从赛哥维亚至萨拉戈萨	100
到达萨拉戈萨	101
如何到市区	101

萨拉戈萨1日行程

101-108

苏达塔	103
皮拉尔广场与拉赛欧广场	103
皮拉尔圣母大教堂	106
古交易所	107
萨拉戈萨耶稣救主主教座堂	107
如果多待一天	109
萨拉戈萨住行政略	112



时间改变

113

时间延长

113

去萨拉曼卡玩2天

113-115

萨拉曼卡大学	113
贝壳之家	114
萨拉曼卡大教堂	114
萨拉曼卡马约尔广场	115
新艺术和装饰艺术博物馆	115
时间缩短	116

去托莱多玩2天

116-119

托莱多大教堂	116
托莱多太阳门	118
阿尔卡萨尔城堡	118
圣胡安皇家修道院	118
圣马丁桥	119
比萨格拉门	119





Part2: 西班牙东部瑰宝一周游 120-181

西班牙东部印象 122

推荐行程 123

最佳季节 124

最佳季节的衣物 124

瑰宝路线：巴塞罗那—瓦伦西亚6天
6夜游 125

到达巴塞罗那 126

通航城市 126

如何到市区 127

巴塞罗那4日行程 128-147

米拉之家 129

巴特罗之家 131

阿马特耶之家 131

巴塞罗那大教堂 136

兰布拉大道 137

加泰罗尼亚国家艺术博物馆 138

圣十字圣保罗医院 141

圣家大教堂 142

贝德拉贝斯王宫 145

古埃尔公园 146

如果多待一天 147

巴塞罗那住行攻略 152

从巴塞罗那至瓦伦西亚 154

到达瓦伦西亚 155

如何到市区 155

瓦伦西亚2日行程 156-165

国家瓷器博物馆 157

瓦伦西亚主教堂 158

丝绸交易厅 160

夸特塔 160

火祭博物馆 161

圣女广场 163

艺术科学城 164

如果多待一天 166

瓦伦西亚住行攻略 171

时间改变 174

时间延长 174

去巴利阿里群岛玩3天 174-177

马约卡岛 174

巴萨小海湾 175

Sa Penya港口区 175

伊维萨古城 175

穆查丘斯罗克天文台 175

马略卡岛帕尔马大教堂 176

贝尔维尔城堡 176

索列尔百年火车 177

时间缩短 178

去塔拉戈纳玩1天 178-180

罗马圆形竞技场 178

古罗马马戏团 179

地中海观景台 179

塔拉戈纳大教堂 179

塔拉戈纳国家考古博物馆 180

塔拉戈纳大渡槽 180





Part3:西班牙南部古城一周游 182-239

西班牙南部印象	184
推荐行程	186
最佳季节	187
最佳季节的衣物	187
古城路线：塞维利亚—格拉纳达6天 6夜游	188
到达塞维利亚	189
通航城市	189
如何到市区	190

塞维利亚4日行程 190-209

塞维利亚王宫	191
塞维利亚大教堂	195
吉拉尔达塔	196
塞维利亚大学	198
玛丽亚·路易莎公园	200
西班牙广场	200
西印度群岛综合档案馆	203
黄金塔	204
塞维利亚斗牛广场	204
都市阳伞	207
圣十字区	208
如果多待一天	210
塞维利亚住行攻略	214
从塞维利亚至格拉纳达	216
到达格拉纳达	217
如何到市区	217

格拉纳达2日行程 217-234

阿尔罕布拉宫	219
--------	-----

赫内拉利费宫	220
阿尔拜辛区	221
格拉纳达大教堂	223
皇家礼拜堂	224
卡尔图哈修道院	225
如果多待一天	227
格拉纳达住行攻略	231
时间改变	234
时间延长	234

去科尔多瓦玩1天 234-239

科尔多瓦清真寺	234
罗马桥	235
百花巷	236
基督教君主城堡	236
考古博物馆	237
时间缩短	237

去马拉加玩1天 237-239

马拉加大教堂	237
古罗马露天剧场	238
米哈斯	238
马拉加海滩	239
马拉加毕加索博物馆	239



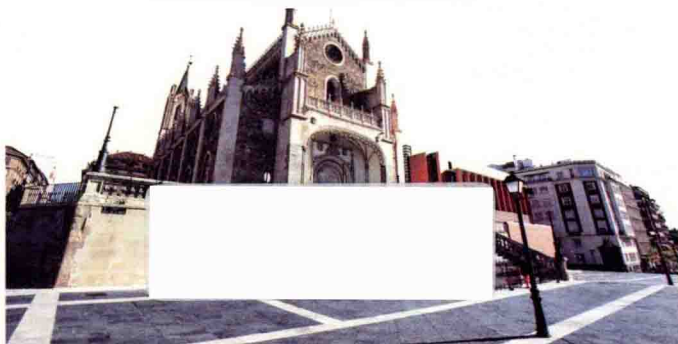


网上搜不到的行程计划
最适合中国游客使用的旅行宝典



西班牙 一周游

《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

西班牙一周游 / 《亲历者》编辑部编著. — 北京: 中国铁道出版社, 2015.2

(亲历者)

ISBN 978-7-113-19594-6

I. ①西… II. ①亲… III. ①旅游指南—西班牙 IV. ①K955.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 284650 号

书 名: 西班牙一周游

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 杨新阳

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 赵媛媛

责任印制: 郭向伟

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

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

版 次: 2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月第 1 次印刷

开 本: 660mm×980mm 1/16 印张: 16 字数: 280 千

书 号: ISBN 978-7-113-19594-6

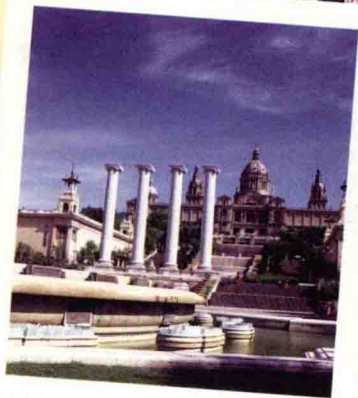
定 价: 48.00 元

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: 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



前言

西班牙有“旅游王国”的美誉，任何一个季节都可以去西班牙旅游，因为这里有多样的气候环境，有适合各类人群的海岸，有世界一流的博物馆，有美味的地中海饮食，有弗拉门戈和斗牛等西班牙传统表演……西班牙还是一个多元化的城市，被联合国教科文组织命名为“生物保护圈”的地区数量居世界前茅，它有着景观价值和生态价值极高的区域，比如西班牙的多个国家公园，都有沼泽地、火山等地貌。

“我决定来西班牙，事实上这是一个浪漫的选择而不是一个理智的选择。比较我过去所到过、住过的几个国家，我心里对西班牙总有一份特别的挚爱，近乎乡愁的感情将我拉了回来。”西班牙，对于三毛来说，是一个充满着泪与欢笑的地方。三毛在这里邂逅了她一生的挚爱——荷西。有人说，西班牙这个国度太过热情，这里的生活看似懒散，却能将人内心压抑的热情深层次的激发出来，虽然离开之后，这份热情会渐渐消退，但却留在心中永不磨灭。

在西班牙神秘的巴利阿里群岛、加那利群岛等地，你便会深刻理解为何三毛将它们描述成一个遥远而神秘的地方；在西班牙的巴塞罗那和皇家马德里有世界一流球队的比赛，你可以做一回狂热的球迷；在空旷而让人热血沸腾的斗牛场，你还可以观看一场惊心动魄的斗牛比赛，那些身穿精美斗牛服饰、拿着红布的斗牛士，以及热情的观众一定会让你有一个难忘的旅行记忆；你一定不要错过米格尔·德·塞万提斯、巴勃罗·毕加索、安东尼·高迪、迭哥·德·席尔瓦·委拉斯开兹等大师的作品；还要尝尝伊比利亚火腿、马德里烩菜、海鲜饭、平锅菜饭、蔬菜冷汤、Tapas等让人食指大动的美食；还要到马德里的格兰大道、巴塞罗那的兰布拉大街寻找时尚的风向标……

《西班牙一周游》以一周为周期，并以旅行者的视角，谋篇布局：开篇详细介绍旅行前的计划、准备、出发，以及返回的实用攻略；正文则分为西班牙中部经典一周游、东部瑰宝一周游、南部古城一周游三部分，以旅行线路串联马德里、赛哥维亚、萨拉戈萨、巴塞罗那、瓦伦西亚、塞维利亚、格拉纳达等旅游目的地。由简入繁，层层剖析各条旅行线路的吃住行购等细节，并充分考虑到旅行中的吃住行等问题，制定了真正为游客着想的行程安排，从而使整本书具有非常高的实用价值。



目录 CONTENTS



导读：畅游西班牙，只需一周
010-051

计划

012-019

一周时间能去哪	012
一周需要多少钱	013
一周如何自助游	015
一周如何自驾游	017
一周如何跟团走	018

准备

020-026

3个月前需要做哪些准备	020
1个月前需要做哪些准备	025
7天前需要做哪些准备	026

出发

027-030

确认行李清单	027
安装实用软件	028
收藏必用网站	029
保存求助电话	029
掌握入境技巧	029

到达

031-049

在西班牙吃什么	031
在西班牙住哪里	035
在西班牙怎样出行	038



在西班牙游哪里	041
在西班牙买什么	044
在西班牙怎样娱乐	046
应急	048

返回

050-051

行李邮寄	050
前往机场	050
离境手续	050



Part1: 西班牙中部经典一周游
052-119

西班牙中部印象	054
推荐行程	056
最佳季节	057
最佳季节的衣物	057
经典路线：马德里—赛哥维亚—萨拉戈萨5天5夜游	058
到达马德里	059
通航城市	059
如何到市区	060

马德里3日行程

062-080

德波神庙	063
西班牙广场	064
马德里王宫	065
阿穆德纳圣母主教座堂	068
马德里马约尔广场	068
太阳门广场	071
皇家赤足女修道院	071
格兰大道	073
阿尔卡拉门	073
丽池公园	074
索菲亚王后国家艺术中心博物馆	076
马德里当代艺术馆	077
马德里王家植物园	078
普拉多博物馆	079
提森·博内米萨博物馆	080
如果多待一天	081
马德里住行攻略	086
从马德里至赛哥维亚	092

到达赛哥维亚

093

如何到市区	093
-------	-----

赛哥维亚1日行程

093-097

阿尔卡萨堡	094
赛哥维亚大教堂	095
罗马大渡槽	096
如果多待一天	098
赛哥维亚住行攻略	099
从赛哥维亚至萨拉戈萨	100
到达萨拉戈萨	101
如何到市区	101

萨拉戈萨1日行程

101-108

苏达塔	103
皮拉尔广场与拉赛欧广场	103
皮拉尔圣母大教堂	106
古交易所	107
萨拉戈萨耶稣救主主教座堂	107
如果多待一天	109
萨拉戈萨住行攻略	112



时间改变

113

时间延长

113

去萨拉曼卡玩2天

113-115

萨拉曼卡大学	113
贝壳之家	114
萨拉曼卡大教堂	114
萨拉曼卡马约尔广场	115
新艺术和装饰艺术博物馆	115
时间缩短	116

去托莱多玩2天

116-119

托莱多大教堂	116
托莱多太阳门	118
阿尔卡萨尔城堡	118
圣胡安皇家修道院	118
圣马丁桥	119
比萨格拉门	119





Part2: 西班牙东部瑰宝一周游 120-181

西班牙东部印象	122
推荐行程	123
最佳季节	124
最佳季节的衣物	124
瑰宝路线: 巴塞罗那—瓦伦西亚6天 6夜游	125
到达巴塞罗那	126
通航城市	126
如何到市区	127

巴塞罗那4日行程 128-147

米拉之家	129
巴特罗之家	131
阿马特耶之家	131
巴塞罗那大教堂	136
兰布拉大道	137
加泰罗尼亚国家艺术博物馆	138
圣十字圣保罗医院	141
圣家大教堂	142
贝德拉贝斯王宫	145
古埃尔公园	146
如果多待一天	147
巴塞罗那住行攻略	152
从巴塞罗那至瓦伦西亚	154
到达瓦伦西亚	155
如何到市区	155

瓦伦西亚2日行程 156-165

国家瓷器博物馆	157
---------	-----

瓦伦西亚主教堂	158
丝绸交易厅	160
夸特塔	160
火祭博物馆	161
圣女广场	163
艺术科学城	164
如果多待一天	166
瓦伦西亚住行攻略	171
时间改变	174
时间延长	174

去巴利阿里群岛玩3天 174-177

马约卡岛	174
巴萨小海湾	175
Sa Penya港口区	175
伊维萨古城	175
穆查丘斯罗克天文台	175
马略卡岛帕尔马大教堂	176
贝尔维尔城堡	176
索列尔百年火车	177
时间缩短	178

去塔拉戈纳玩1天 178-180

罗马圆形竞技场	178
古罗马马戏团	179
地中海观景台	179
塔拉戈纳大教堂	179
塔拉戈纳国家考古博物馆	180
塔拉戈纳大渡槽	180





Part3:西班牙南部古城一周游 182-239

西班牙南部印象 184

推荐行程 186

最佳季节 187

最佳季节的衣物 187

古城路线：塞维利亚—格拉纳达6天
6夜游 188

到达塞维利亚 189

通航城市 189

如何到市区 190

塞维利亚4日行程 190-209

塞维利亚王宫 191

塞维利亚大教堂 195

吉拉尔达塔 196

塞维利亚大学 198

玛丽亚·路易莎公园 200

西班牙广场 200

西印度群岛综合档案馆 203

黄金塔 204

塞维利亚斗牛广场 204

都市阳伞 207

圣十字区 208

如果多待一天 210

塞维利亚住行攻略 214

从塞维利亚至格拉纳达 216

到达格拉纳达 217

如何到市区 217

格拉纳达2日行程 217-234

阿尔罕布拉宫 219

赫内拉利费宫 220

阿尔拜辛区 221

格拉纳达大教堂 223

皇家礼拜堂 224

卡尔图哈修道院 225

如果多待一天 227

格拉纳达住行攻略 231

时间改变 234

时间延长 234

去科尔多瓦玩1天 234-239

科尔多瓦清真寺 234

罗马桥 235

百花巷 236

基督教君主城堡 236

考古博物馆 237

时间缩短 237

去马拉加玩1天 237-239

马拉加大教堂 237

古罗马露天剧场 238

米哈斯 238

马拉加海滩 239

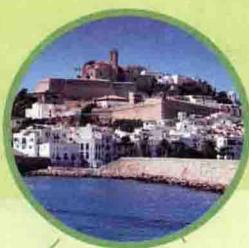
马拉加毕加索博物馆 239







西班牙奔牛节



010-051