

附赠超值地图



畅游世界

跟团族、背包客随身必备的南非旅行指南!

SOUTH AFRICA TRAVEL GUIDE 《畅游世界》编辑部 主编

畅游南非 看这本就够了



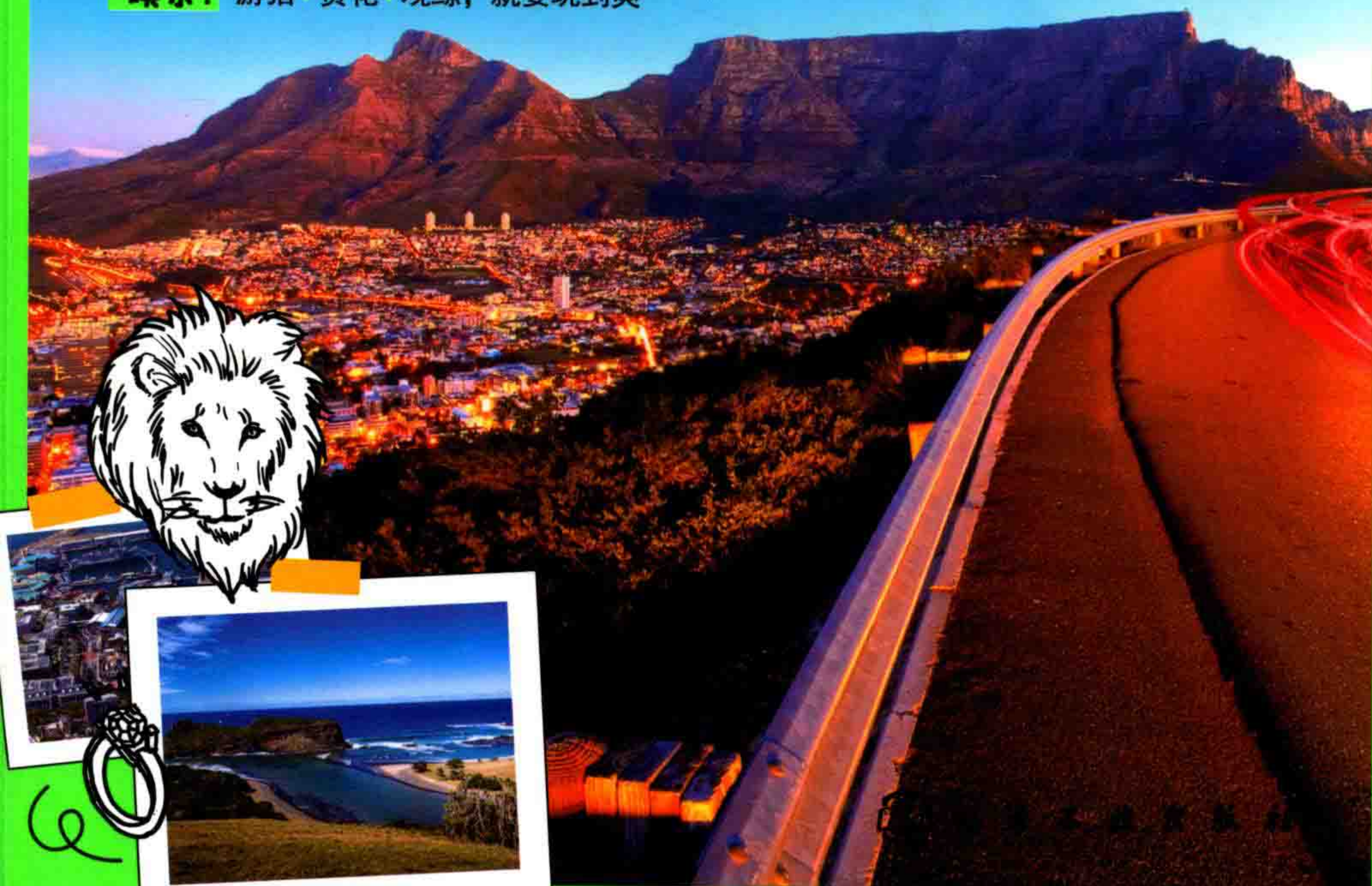
游玩: 精选98个必游景点感受南非迷人魅力

美食: 48家美味餐厅+特色小吃尝尽南非美食

住宿: 75家高中低档特色酒店住得舒适惬意

购物: 桑顿城+跳蚤市场, 尽享购物乐趣

娱乐: 游猎+赏花+观鲸, 就要玩到爽



畅游世界

畅游

南非

《畅游世界》编辑部 主编

看这本就够了

SOUTH AFRICA TRAVEL GUIDE



化学工业出版社

·北京·

《畅游南非，看这本就够了》介绍了南非的约翰内斯堡、比勒陀利亚、开普敦、伊丽莎白港、德班、布隆方丹等地，并详细解读了纳马夸兰、花园大道等特色旅游地。书中还介绍了护照、签证、出入境、旅行预算、电话使用、行程计划、节庆活动、意外应对等方面内容，为游客的游览、交通、美食、住宿、购物、娱乐等提供全方位的解决方案。书中的“探路者提示”“探路者印象”更是提供了多位驴友的亲身经验，极具参考价值。

本书可供赴南非旅游的游客及旅游爱好者阅读。

（书中信息截至2015年5月。）

图书在版编目(CIP) 数据

畅游南非，看这本就够了/《畅游世界》编辑部主
编. —北京：化学工业出版社，2015. 5

（畅游世界）

ISBN 978-7-122-23490-2

I. ①畅… II. ①畅… III. ①旅游指南-南非（阿扎尼亚） IV.
①K947. 89

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第066541号

审图号：GS（2015）196号

责任编辑：周天闻

装帧设计：东至亿美

责任校对：陈 静

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：北京方嘉彩色印刷有限责任公司

635 mm×965 mm 1/16 印张 16 彩插 3 字数320千字

2015年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686）

售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.80元

版权所有 违者必究



畅游南非,看这本就够了

南非概述

南非共和国（英文The Republic of South Africa，简称南非）位于非洲大陆最南端。地形以高原为主。东部的德拉肯斯山脉和南部的开普山脉是内陆高原与两洋沿海平原的天然界限。德拉肯斯山脉向印度洋一面峭壁高耸，构成“大断崖”主体。内陆高原呈阶梯状，自东南向西北递降，高草原是内陆高原最高部分，其北部是中草原，灌木草原位于中草原北部，低草原分布于最北端的林波波河流域。西部为开普高原。沿海平原从东、南、西三面环绕内陆高原，呈狭窄带状。西北部为沙漠。香埃堡山海拔3375米，为全国最高峰。奥兰治河和林波波河为两大主要河流。地下水是许多地区全年供水的唯一可靠来源。属亚热带气候。



南非档案

中文名称：南非共和国
国土面积：1219090平方公里
人口：52982000
首都：比勒陀利亚（行政），开普敦（立法），布隆方丹（司法），宪法院位于约翰内斯堡
最大行政区：北开普省
主要城市：约翰内斯堡、伊丽莎白港、德班、布隆方丹、开普敦
时区：东二区
官方语言：有11种官方语言，通用英语和阿非利卡语
货币：兰特
主要节日：独立日、人权日、曼德拉日
家用电源：电压220V，频率50Hz
道路通行方向：靠左驾驶
国歌：《上帝保佑非洲+南非的呐喊》
国际域名缩写：za
国际电话区号：+27
国家代码：ZAF



南非行政区划解读



南非共有9个省：东开普、西开普、北开普、夸祖鲁-纳塔尔、自由邦、西北、林波波、姆普马兰加、豪登。各省有立法、任免公务人员的权力，负责本省经济、财政和税收等事务。根据2000年通过的《地方政府选举法》，全国共划有287个地方政府，包括6个大都市、47个地区委员会和231个地方委员会。

图例

- 国界
- 一级政区界
- 铁路
- 高速公路
- 重要城市
- 世界遗产
- 人文景观
- 自然景观
- 首都
- 一般城市

南非旅游提示	
名称	备注
插座	圆形三插头式
邮政	南非的大多数邮局营业时间为周一至周五8:30—16:30；周六8:30—12:00。普通的平信寄往国内约4兰特。南非的邮政系统也提供国际速递服务。寄回国内的明信片需邮资5～10兰特，2～3周可以到。地址可以只写中文，记得在上面加一句 to China 即可
营业时间	南非商店营业时间为周一至周五8:00—17:00，周六、周日8:00—13:00。银行营业时间为周一至周五8:30—15:30；周六8:30—11:00
小费	行李搬运工：机场和酒店的行李搬运，每件应付5兰特。酒店客房服务：每天早上在桌子上放1～2兰特零钱即可。公共洗手间：如果洗手台上放着一只盒子，盒子里有几枚硬币，可留50分或1兰特。餐厅服务生：菜价已经包含服务费，可以不必额外支付服务生小费，但把找零留给他总是令人愉快的。有些高级餐厅在买单时候会给你填所付小费金额，刷卡时加起来
吸烟规定	南非政府自2001年起正式实施《限制吸烟法》。根据法律，任何人不准在公共场所的禁烟区吸烟，违反者将受到罚款或法律制裁。有些场所一层为禁烟区，二层为吸烟区，吸烟前需问清楚
卫生间	南非的“卫生间文化”非常有特色，每个厕所里都有管理部门精心布置的特色画。不同地方的卫生间男女标志都各有特色，十分有创意。南非的公共卫生间通常是不收费的，但是非常干净整洁，无异味且有鲜花相伴
自来水	南非的自来水可以直接饮用
四季旅游	春季（9—10月）可穿轻便的长衣、长裤及运动鞋。夏季（11月至次年2月）可穿较轻的短袖衣服、沙滩衣裤，且务必带上防晒霜、太阳帽、墨镜，晚上气温低，需备一两件薄外套。此外，还需带好雨具。秋季（3—4月）可选择单层棉麻面料的T恤、薄牛仔褲等舒适衣服。冬季（5—8月）可穿毛衣、保暖内衣，还有一些较厚的棉外套，此外，在东部高地，晚上经常有雾，需备好防水外套

中华人民共和国驻南非使领馆			
名称	地址	电话	网址
驻南非大使馆	972 Pretorius Street,Arcadia 0083,Pretoria	12-4316500	www.chinese-embassy.org.za
驻约翰内斯堡总领馆	25Cleveland Road, Sandhurst,Sandton Johannesburg	11-6857562	johannesburg.china-consulate.org
驻开普敦总领馆	25 Rhodes Avenue,Newland7700,Cape Town	21-6740579 21-6740592	capetown.china-consulate.org
驻德班总领馆	45 Stirling Crescent,Durban North,Durban 4051	31-5634534	durban.china-consulate.org

南非之最	
名称	备注
最大城市	约翰内斯堡
最大野生动物园	克鲁格国家公园
最繁忙港口	德班
最高峰	香槟堡山（3375米）
最古老岩石	姆普马兰加省巴伯顿周边的岩石
最大植物	猴面包树
最小植物	小于10毫米的多汁植物
最大钻石	库里南钻石

南非旅游宜忌
南非是一个礼仪之邦，南非人比较重视礼仪，他们特殊的礼仪习俗与中国有一定差异，因而在前往南非旅行之前了解当地的礼仪习俗非常有必要。 第一，南非黑人对自己的祖先充满了敬仰之情，在和南非人交谈时应注意自己的谈吐，不要对其祖先发表评论，以免言行失敬造成误会。 第二，在与不同肤色种族的南非人一同交谈时不要为白人评功摆好，更不要非议不同黑人部族和各派别间的关系，以及评论黑人的古老习惯。 第三，不要为对方生了男孩而表示祝贺。 第四，信仰基督教的南非人非常忌讳数字13和星期五，所以在涉及此内容的各方面都要注意。 第五，未经当地人允许不要随意对着人和物拍照。

南非购物指南		
城市	购物地	简介
开普敦	Victoria Wharf	Victoria Wharf购物中心有很多国际奢侈品牌，也有零售店
	Khayelitsha	Khayelitsha 手工艺市场有一些很有趣的纪念品，还有一支乐队在现场弹唱，游客可以购买他们的CD
	Canal Walk	这里集购物、美食、娱乐为一体，不同年龄阶段的顾客可以找到不同的娱乐需求，体验到多种乐趣
约翰内斯堡	Sandton City	这是一个集购物、饮食、娱乐于一体的大型购物中心，是南非最著名的购物中心之一。Sandton City从奢侈到平价品牌齐全，满足各种顾客的需求
	Eastgate Shopping Centre	主要是奢侈品商店，这里的奢侈品牌一应俱全
德班	Durban The Workshop Centre	建在tourist junction附近，红砖类型的仓库，由原来火车装备厂改建，购物中心内有120家店铺，适合各种需求的消费者
	The Wheel Shopping Centre	德班最受欢迎的购物中心，建在南沙滩上，购物中心有100多家店铺，还有电影院等娱乐设施

南非必尝美食	
名称	备注
野味	南非能够为游客提供独特的山珍野味。最受欢迎的是鳄鱼肉排，鸵鸟炖肉和由大羚羊、跳羚羊肉制作的可口的异国情调食品
开普海鲜	对于注重健康的海鲜爱好者来说，清澈的水质和交汇于此的两大洋为鲍鱼、龙虾、对虾以及各种贝类的生长提供了优质的环境，这里的海鲜质优而味美
咖喱角	Samoosas咖喱角是印度南非人对世界饮食的贡献，非常开胃，其馆既可以是辣椒末，也可是多种蔬菜的混合物
岬羽鮠	这种鱼肉质结实，有着漂亮的鳞，能很好地吸收香味，是一道佐酒的好菜
卡鲁小羊羔	南非的卡鲁羊因以香草和灌木为食，所以它们的肉有一种特殊的香味，无论是煎、炒、烹、炸，都样样俱佳
南非香肠	南非香肠是由碎牛肉和一种奇特的南非混合香料制作而成的，是烤肉野餐时最受欢迎的食物之一
Babotie	肉末加上精心烘烤的鸡蛋外层，组成了这道南非特色的菜肴。这道菜略显微辣，就着米饭、一点点水果酱、一些香蕉片和少量椰子肉吃特别美味
Vetkoek	Vetkoek是一块生面团在大量食用油里煎炸后，再在面团里塞各种各样的食物，可以是肉末香薄荷，也可以是甜甜的枫叶浆
奶馅饼	这种南非特色的甜食，口感非常松软，撒上一些肉桂粉吃味道更佳
玉米食品	玉米一直是非洲人的饮食基础，非洲人常把它们用火烤，或碾成细粉，以烹制他们所喜爱的玉米粥，并佐以酸奶、糖或浇有西红柿和洋葱汁的肉



南非特产一览表	
名称	内容
钻石	钻石似乎是人们对南非的第一印象，这个国家几乎拥有地球上所能有的所有矿物种类，尤其是居世界首位的钻石和黄金储量。你可以在这里选定一个只属于你的钻石
鸵鸟蛋	鸵鸟蛋不仅可以作为工艺品用来观赏，更是用于烹饪的佳肴。在南非生长的鸵鸟下的蛋营养极其丰富，被称为无污染绿色食品
非洲木雕	真正属于非洲大陆的极具特色的工艺品，有着浓重的当地土著味道的非洲木雕既是收藏品也是馈赠佳品
黄金	南非特产之一当数黄金。黄金价格比在国内低廉很多，而且质量有保证
路易保斯茶	路易保斯茶是南非人普遍喝的茶饮，它最主要的特点是环保，非常安全，有益于健康
香肠	Boerewors是德班的特产，香肠味道辛辣，吃起来很香
葡萄酒	开普敦盛产葡萄酒，质量优，口感好。在各个餐馆都能够品尝到非常美味的葡萄酒，作为礼物送给家人朋友是一个不错的选择
肉脯	卖相不好但十分美味的干肉制品，吃时需细细咀嚼，非常适合当零食吃，是南非人喝红酒时的绝佳伴侣
南非果汁	Bioes（喜瑞）100%天然纯果汁，因两大洋季风汇合非洲大陆的暖流，为果树提供最佳温床，果汁味道纯正
象果蜜酒	象果蜜酒原名Amarula，酿制原料来自马鲁拉树的果实，该原料仅产在非洲大陆赤道以南的大草原上。饮用时将酒倾倒在整冰块或者碎冰屑上

南非旅行必须体验的活动	
名称	内容
游猎	南非拥有众多著名的国家公园以及动物保护区，如果你想观赏非洲五霸的雄姿，进行一次激动人心的旅行，不妨到这些场所进行一次意义非凡的游猎之旅。南非最精彩的游猎之地，一定不可错过克鲁格国家公园
自驾	南非作为彩虹之国，拥有极其秀美、壮观的风景。开普半岛、西汉安都是自驾的好去处
攀登桌山	登临桌山之上，可俯瞰开普敦市和桌湾美景。不过攀登桌山，需要一定的体力，在攀登时也要注意及时补充体力
观鲸	每到冬季和初春时节，便可在南非的海岸观赏到鲸鱼聚集的盛景，此时随处可见南露脊鲸。南非著名的观鲸胜地有：赫曼努斯、开普半岛周围、狂野海岸及花园大道等
赏花	每年春季的到来，南非就成为了一个花的海洋。南非的很多城市都种有紫檀花树，那浪漫的紫色充满了梦幻色彩，吸引了众多游人前来观赏。此外，纳马夸兰也是南非著名的赏花胜地
品酒	南非的产区从西部延伸到较远的北开普与南非干旱台地高原的边缘，因而在南非的整个旅程之中几乎都可以品尝到美酒。你可以在尽情品尝美酒的同时，感受绿色山谷与历史城镇的魅力

南非旅游安全特别提示
众所周知，南非是世界上犯罪率最高的国家之一，因为南非贫富差距悬殊，失业率高，持枪合法，法律中没有死刑等，让人行走在南非境内，总是“心有余悸”。其实只要做好安全防范，南非这个美丽的“彩虹之国”能让你看到它最为美好的一面。 到南非旅行，不要独行，尤其是在晚上，不要横穿公园、暗巷，不要独自去郊外。而在约翰内斯堡，晚上更不能单独行动，最好不要离开酒店。另外，在没有当地人陪同的情况下，千万不要进入黑人聚居区域。 在南非，出门不要携带大量现金和贵重物品。理智的做法是，准备小额的现金在口袋里，万一遇到抢劫时可以舍财保身。在人多的地方，不要拿贵重手机拨打电话，不要随便拿出相机来拍照，女性着装不要过于暴露。被抢劫后立即报警，报警电话10111。



CONTENTS

目录



导读

A 南非印象

一说就知的南非符号

- 014 印象1 钻石
- 014 印象2 黄金
- 014 印象3 曼德拉
- 015 印象4 好望角
- 015 印象5 三个首都
- 015 印象6 “非洲五霸”

B 南非攻略

畅游南非全制霸

- 016 南非概况
- 016 进出南非
- 019 旅行预算
- 021 旅行路线
- 024 货币准备
- 024 时区差别
- 024 电话使用
- 025 礼仪习俗
- 027 节庆活动
- 028 南非四季游
- 029 吃在南非
- 030 南非购物
- 032 住在南非
- 033 行在南非
- 036 南非安全特别提示
- 037 意外应对

C 南非旅游TOP榜

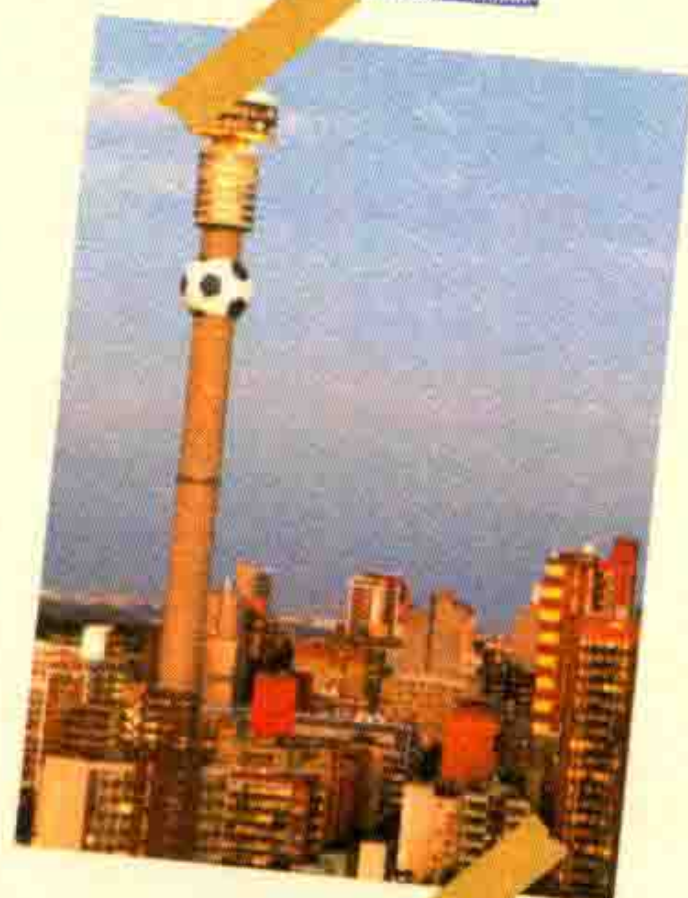
顶级畅游抢鲜看

- 040 蜜月旅行最值得去的10个地方
- 043 亲子旅行最值得去的10个地方
- 046 团队旅行最值得去的8个地方

Part1 豪登省旅游城市

约翰内斯堡

- 052 行程计划
- 053 出入约翰内斯堡
- 055 市内交通
- 056 玩在约翰内斯堡
 - 056 非洲博物馆
 - 057 足球城球场
 - 058 约翰内斯堡美术馆
 - 058 约翰内斯堡动物园
 - 060 卡尔通瞭望台
 - 061 黄金城
 - 062 种族隔离博物馆
 - 063 桑顿城
 - 064 曼德拉广场
 - 065 约翰内斯堡植物园
- 068 约翰内斯堡周边
 - 068 狮子公园
 - 069 勒赛迪文化村
 - 070 索韦托
 - 073 犀牛与狮子自然保护区
 - 073 马蓬古布韦文化景观



PLAY



- 074 斯泰克方丹洞穴
- 075 吃在约翰内斯堡
- 078 住在约翰内斯堡
- 079 约翰内斯堡购物
- 082 约翰内斯堡娱乐
- 084 妙！玩转约翰内斯堡的三大锦囊

比勒陀利亚

- 086 行程计划
- 087 出入比勒陀利亚
- 089 市内交通
- 090 玩在比勒陀利亚
 - 090 国家剧院
 - 091 克鲁格之家
 - 092 教堂广场
 - 092 市政厅
 - 093 旧南非联邦国会大厦
 - 094 国家自然历史博物馆
 - 095 邮政博物馆
 - 096 先民纪念馆
 - 097 南非国家动物园
 - 097 万德布姆自然保护区
 - 098 鲁德普拉特水库
 - 099 联合大厦
- 100 比勒陀利亚周边
 - 100 马格雷斯堡山
 - 102 自由公园
- 104 吃在比勒陀利亚
- 106 住在比勒陀利亚
- 107 比勒陀利亚购物

- 109 比勒陀利亚娱乐
- 111 妙！玩转比勒陀利亚的两大锦囊

Part2 西开普省旅游城市

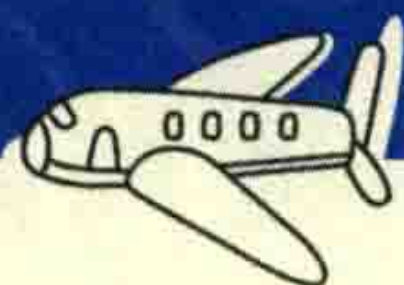
开普敦

- 114 行程计划
- 115 出入开普敦
- 117 市内交通
- 119 玩在开普敦
 - 119 好望堡
 - 120 奴隶宿舍
 - 121 科克教堂
 - 122 第六区博物馆
 - 123 勒斯特恩弗雷赫德庄园
 - 123 南非博物馆
 - 124 波-卡普
 - 125 维多利亚港



CONTENTS

目录



- 126 钟楼
- 127 非洲黄金博物馆
- 128 联盟城堡
- 129 两大洋水族馆
- 132 罗本岛
- 133 开普敦周边
 - 133 桌山国家公园
 - 134 豪特湾
 - 136 好望角
 - 137 甘果洞
 - 138 西蒙镇
 - 139 大康斯坦夏葡萄酒庄园
 - 139 开普敦企鹅聚集地
 - 140 科斯滕布什国家植物园
 - 141 赫曼努斯
- 142 花园大道
- 145 吃在开普敦
- 148 住在开普敦
- 149 开普敦购物
- 152 开普敦娱乐
- 154 妙！玩转开普敦的三大锦囊



Part3 东开普省和夸祖鲁-纳塔尔省旅游城市

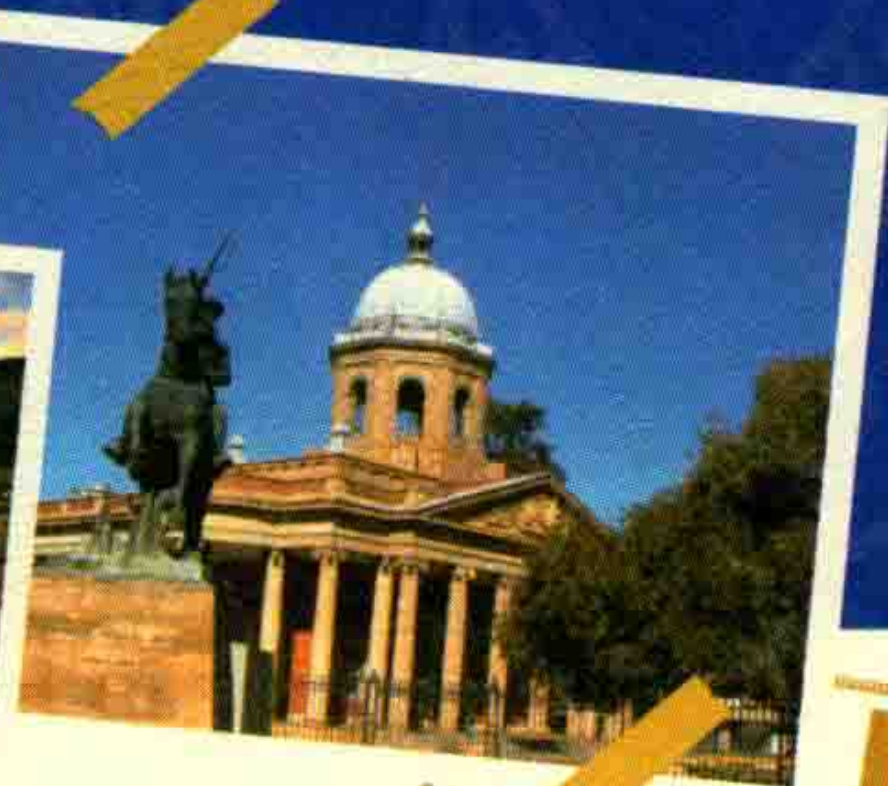
伊丽莎白港

- 158 行程计划
- 159 出入伊丽莎白港
- 160 市内交通
- 161 玩在伊丽莎白港
 - 161 圣乔治公园
 - 162 唐金保护区
 - 163 阿多大象国家公园
 - 164 格累厄姆镇
 - 165 杰弗里湾
- 166 伊丽莎白港周边
 - 166 狂野海岸
 - 167 东伦敦
 - 168 德拉肯斯堡山脉
 - 170 卡亚拉班图文化村
 - 171 Jikeleza野生海岸路线
 - 171 卡鲁镇
- 172 吃在伊丽莎白港
- 174 住在伊丽莎白港
- 176 伊丽莎白港娱乐
- 177 妙！玩转伊丽莎白港的两大锦囊



德班

- 178 行程计划
- 179 出入德班



Part4 自由邦省旅游城市

布隆方丹

- 204 行程计划
- 205 出入布隆方丹
- 205 市内交通
- 206 玩在布隆方丹
 - 206 布隆方丹国家博物馆
 - 207 旧总统府
 - 208 布隆方丹第四拉德萨尔
- 209 布隆方丹周边
 - 209 弗里德堡陨石坑
 - 210 金门高地国家公园
 - 210 Phakisa赛道
 - 211 Mont Plaisir羊肠小道
- 212 吃在布隆方丹
- 214 住在布隆方丹
- 215 布隆方丹购物
- 216 布隆方丹娱乐
- 217 妙！玩转布隆方丹的两大锦囊

180 市内交通

181 玩在德班

- 181 维多利亚街头市场
- 182 克瓦语穆勒博物馆
- 183 乌沙卡海底世界
- 184 维多利亚海堤大街
- 185 德班植物园
- 186 蛇公园
- 186 巴特里海滩

188 德班周边

- 188 海豚海岸
- 190 千山谷
- 190 芙蓉海岸
- 191 杜马祖鲁文化村
- 192 战场遗址

194 吃在德班

196 住在德班

197 德班购物

199 德班娱乐

201 妙！玩转德班的三大锦囊



CONTENTS

目录



Part5 北方各省旅游城市

太阳城

- 222 行程计划
- 223 出入太阳城
- 223 市内交通
- 224 玩在太阳城
 - 224 失落之城
 - 225 加里-普莱尔乡村高尔夫球场
 - 226 奎纳鳄鱼养殖场
- 227 太阳城周边
 - 227 哈特比斯普特大坝
 - 228 匹兰斯堡禁猎区
 - 229 马迪克韦野生动物保护区
- 230 吃在太阳城
- 231 住在太阳城
- 232 太阳城购物
- 233 太阳城娱乐
- 234 妙！玩转太阳城的三大锦囊



林波波省和姆普马兰加省

- 235 行程计划
- 236 出入交通
- 237 玩在林波波省和姆普马兰加省
 - 237 巴伯顿
 - 237 沃特贝格
 - 238 内尔斯普雷特
 - 238 萨比
 - 239 贝拉贝拉
 - 239 布莱德河峡谷自然保护区
- 240 克鲁格国家公园
- 244 克鲁格国家公园之行
- 246 吃在林波波省和姆普马兰加省
- 247 住在林波波省和姆普马兰加省
- 248 妙！玩转林波波省和姆普马兰加省的三大锦囊



其他景点

- 249 卡姆菲斯大坝
- 250 奥兰治河
- 251 纳马夸兰
- 252 金伯利大洞

畅游世界



畅游

南非

《畅游世界》编辑部 主编

看这本就够了

SOUTH AFRICA TRAVEL GUIDE



化学工业出版社

·北京·

《畅游南非，看这本就够了》介绍了南非的约翰内斯堡、比勒陀利亚、开普敦、伊丽莎白港、德班、布隆方丹等地，并详细解读了纳马夸兰、花园大道等特色旅游地。书中还介绍了护照、签证、出入境、旅行预算、电话使用、行程计划、节庆活动、意外应对等方面内容，为游客的游览、交通、美食、住宿、购物、娱乐等提供全方位的解决方案。书中的“探路者提示”“探路者印象”更是提供了多位驴友的亲身经验，极具参考价值。

本书可供赴南非旅游的游客及旅游爱好者阅读。

（书中信息截至2015年5月。）

图书在版编目(CIP) 数据

畅游南非，看这本就够了/《畅游世界》编辑部主
编. —北京：化学工业出版社，2015. 5

（畅游世界）

ISBN 978-7-122-23490-2

I. ①畅… II. ①畅… III. ①旅游指南-南非（阿扎尼亚） IV.
①K947. 89

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第066541号

审图号：GS（2015）196号

责任编辑：周天闻

装帧设计：东至亿美

责任校对：陈 静

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：北京方嘉彩色印刷有限责任公司

635 mm×965 mm 1/16 印张 16 彩插 3 字数320千字

2015年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686）

售后服务：010-64518899

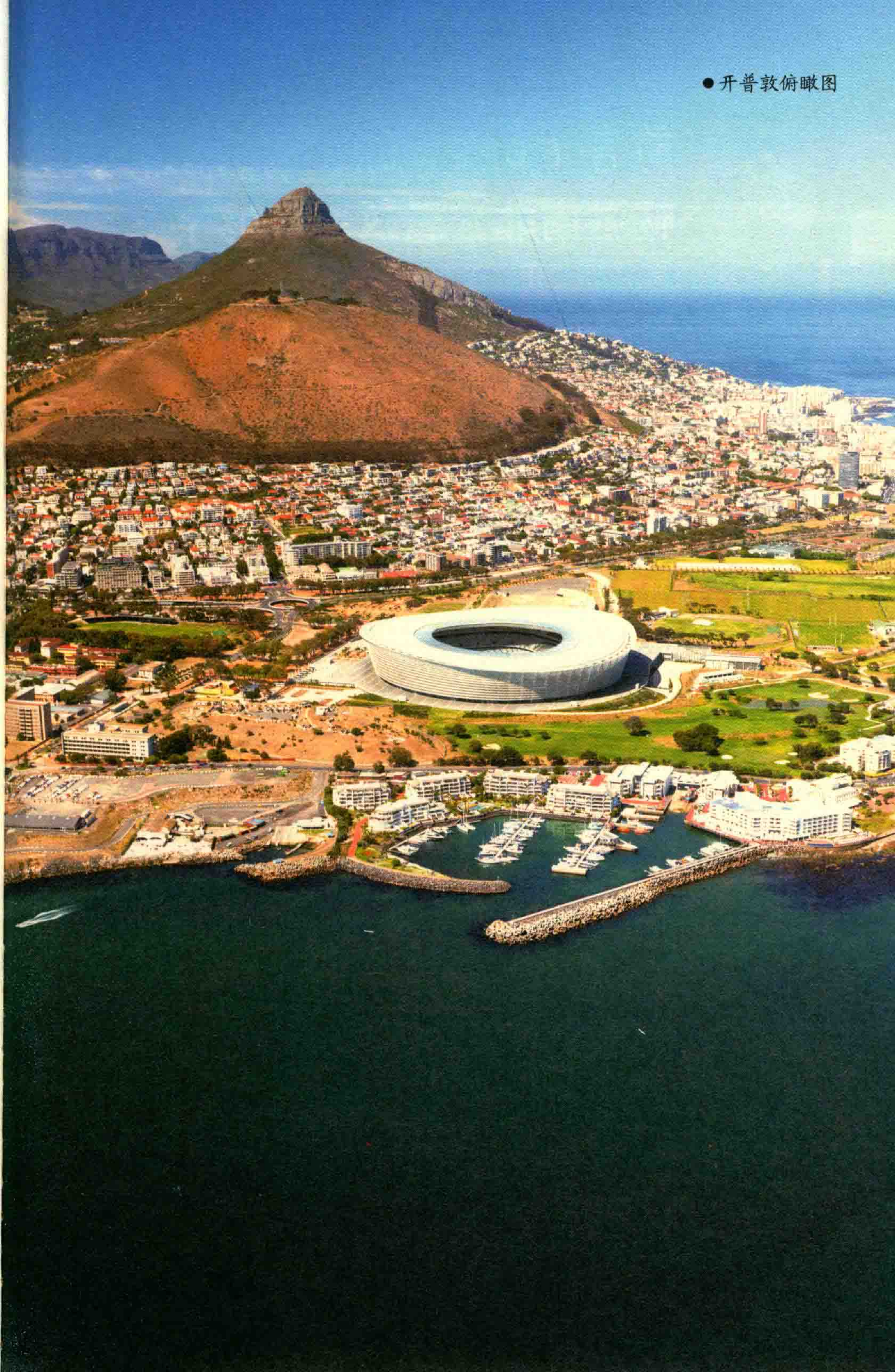
网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.80元

版权所有 违者必究

● 开普敦俯瞰图





前言 FOREWORD



畅游南非，看这本就够了

耀眼夺目的钻石、好望角滔天的浪花、云雾中圣洁的桌山、古老的科伊桑人石雕、热血的足球少年……南非，每时每刻都在向你展现着她的静谧与热情。

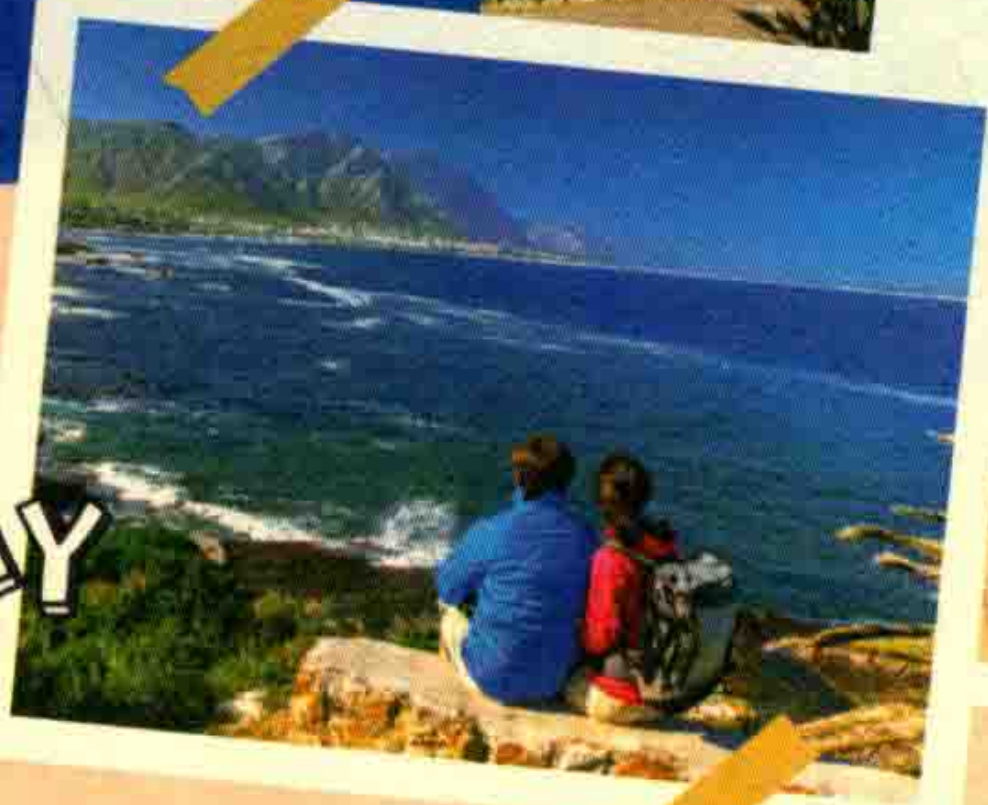
有着“彩虹之国”美誉的南非，地处南半球，位于非洲大陆最南端，它像一颗被印度洋和大西洋环抱着掌中明珠，一道耀眼的光环吸引着各地的旅行者奔赴这里，前来感受自然淳朴又古老的气息。从蔚为壮观的好望角到圣洁静谧的桌山，从古老神秘的科伊桑人到约翰内斯堡街头时髦的青年，都将让你深深沉醉于迷人的南非风情之中。在这样一个美好的环境之中，你可以在礁石上领略远处传来的海豹双鳍拍打声，也可以在开普敦某个角落寻觅爵士音乐节律动的旋律。正是古老气息与现代摩登的相融，赋予了南非更加迷人的色彩。

走进南非，举起相机，随手一拍便是一张美得令人心动的风景画面。在这令人陶醉不已的美景之中，你可以选择轻松漫步，优雅地“迷失”在城市街头；也可以选择同街头的足球少年一起飞扬青春；还可以走进别具特色的南非茅草屋中，同当地人击打皮鼓，相信每一个鼓点都会刺激你的神经，从而点燃激情；或者走进街头各式各样的理发店，编一头令人啧啧称奇的麻花辫，让自己深入到当地的人文风情之中，进一步融入到南非的美妙风俗中。

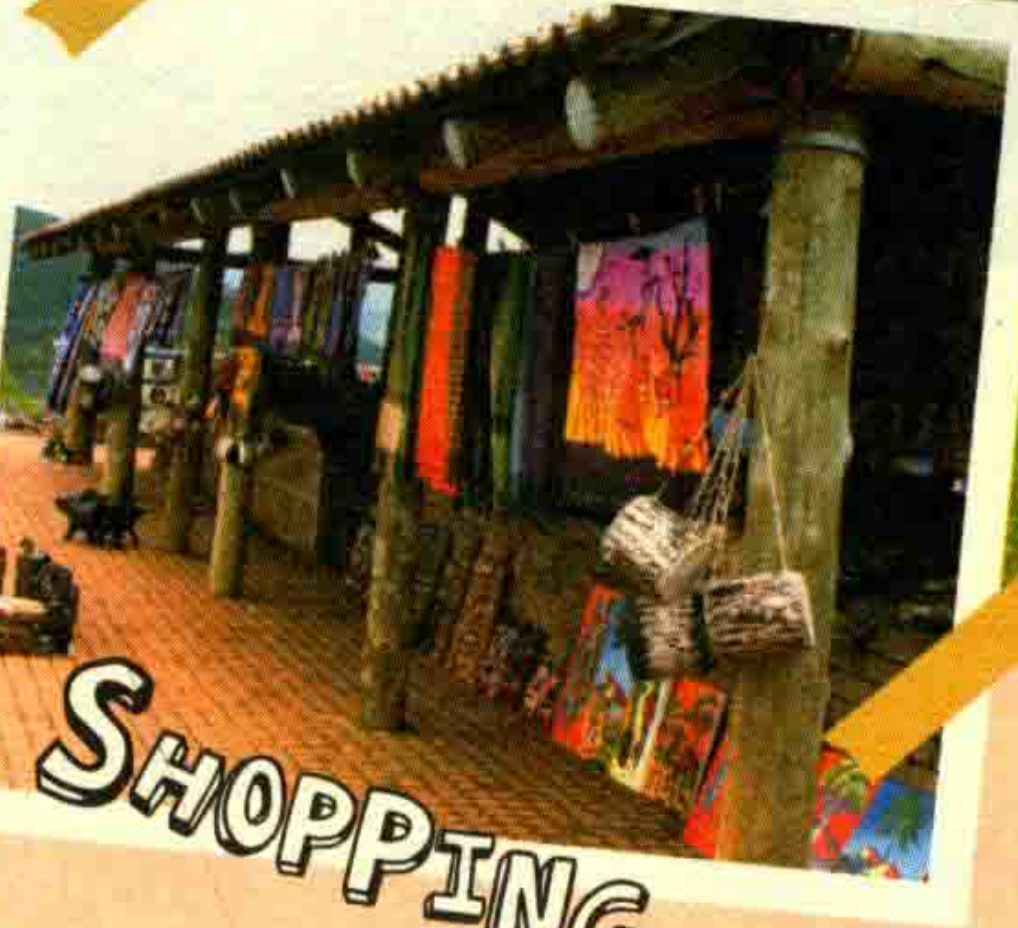
当然，一睹让你慕名而去的钻石，也会让你对这个国度多一份敬仰。的确，南非正如她的国石一般多姿多彩。在这丰富多彩的神奇国度中，你可在开普敦华灯初上时品味着美酒佳肴，夕阳西下时在克鲁格国家公园里欣赏沐浴在湖中的野生动物，在深海中来一曲



EAT



PLAY



SHOPPING

惊心动魄的与鲨共舞。除此之外，也不要忘了尝一尝南非的特色野味，感受舌尖上的彩虹之国。

《畅游南非，看这本就够了》介绍了南非最热门的旅游胜地，包括约翰内斯堡、比勒陀利亚、开普敦、姆普马兰加、太阳城、伊丽莎白港、德班、布隆方丹等，多方位地展现了南非独到的热情文化，帮助你深入南非，感受南非。翻开这本书你会找到自己渴望已久的旅游目的地；打开目录，你会发现本书贴心地为读者准备了亲子游、情侣度假等最佳旅游地。在本书的“畅游南非全制霸”板块，我们为你解决了签证、出入境、行程计划等常见问题，为你的南非之行做好全方位的准备。

此外，本书提供的亲历者游记，让你更深入了解南非著名景点在众人眼中的风采。相信这一切都会对你的旅行有所帮助。关于南非旅游的疑虑，你在本书中基本上都可以找到答案。愿本书能带给你最贴心的帮助，让你的南非之旅畅通无阻！



LODGING



ENTERTAINMENT

TRAVEL



CONTENTS

目录



导读

A 南非印象

一说就知的南非符号

- 014 印象1 钻石
- 014 印象2 黄金
- 014 印象3 曼德拉
- 015 印象4 好望角
- 015 印象5 三个首都
- 015 印象6 “非洲五霸”

B 南非攻略

畅游南非全制霸

- 016 南非概况
- 016 进出南非
- 019 旅行预算
- 021 旅行路线
- 024 货币准备
- 024 时区差别
- 024 电话使用
- 025 礼仪习俗
- 027 节庆活动
- 028 南非四季游
- 029 吃在南非
- 030 南非购物
- 032 住在南非
- 033 行在南非
- 036 南非安全特别提示
- 037 意外应对

C 南非旅游TOP榜

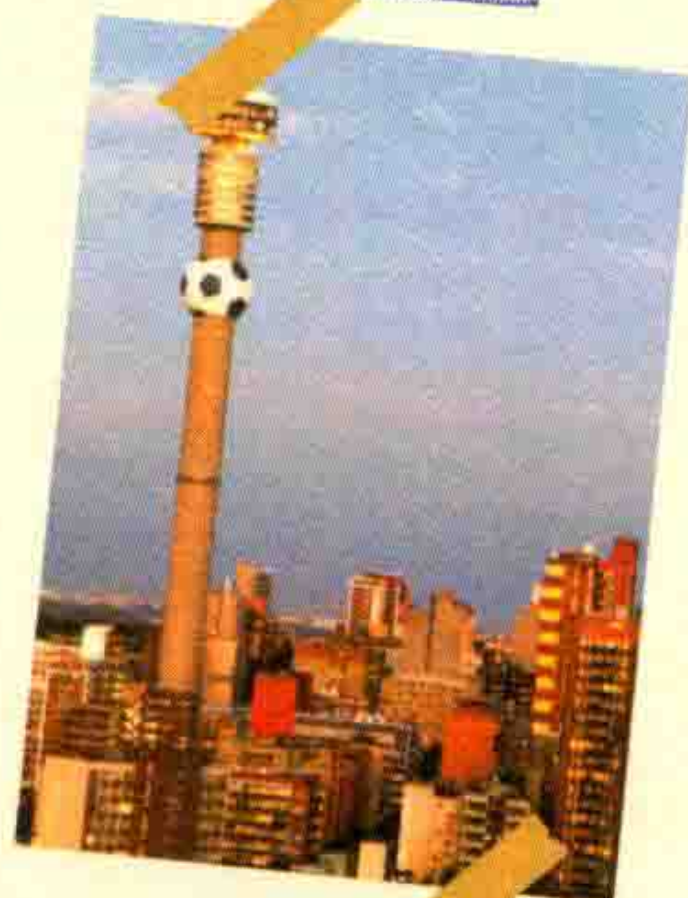
顶级畅游抢鲜看

- 040 蜜月旅行最值得去的10个地方
- 043 亲子旅行最值得去的10个地方
- 046 团队旅行最值得去的8个地方

Part1 豪登省旅游城市

约翰内斯堡

- 052 行程计划
- 053 出入约翰内斯堡
- 055 市内交通
- 056 玩在约翰内斯堡
 - 056 非洲博物馆
 - 057 足球城球场
 - 058 约翰内斯堡美术馆
 - 058 约翰内斯堡动物园
 - 060 卡尔通瞭望台
 - 061 黄金城
 - 062 种族隔离博物馆
 - 063 桑顿城
 - 064 曼德拉广场
 - 065 约翰内斯堡植物园
- 068 约翰内斯堡周边
 - 068 狮子公园
 - 069 勒赛迪文化村
 - 070 索韦托
 - 073 犀牛与狮子自然保护区
 - 073 马蓬古布韦文化景观



PLAY



- 074 斯泰克方丹洞穴
- 075 吃在约翰内斯堡
- 078 住在约翰内斯堡
- 079 约翰内斯堡购物
- 082 约翰内斯堡娱乐
- 084 妙！玩转约翰内斯堡的三大锦囊

比勒陀利亚

- 086 行程计划
- 087 出入比勒陀利亚
- 089 市内交通
- 090 玩在比勒陀利亚
 - 090 国家剧院
 - 091 克鲁格之家
 - 092 教堂广场
 - 092 市政厅
 - 093 旧南非联邦国会大厦
 - 094 国家自然历史博物馆
 - 095 邮政博物馆
 - 096 先民纪念馆
 - 097 南非国家动物园
 - 097 万德布姆自然保护区
 - 098 鲁德普拉特水库
 - 099 联合大厦
- 100 比勒陀利亚周边
 - 100 马格雷斯堡山
 - 102 自由公园
- 104 吃在比勒陀利亚
- 106 住在比勒陀利亚
- 107 比勒陀利亚购物

- 109 比勒陀利亚娱乐
- 111 妙！玩转比勒陀利亚的两大锦囊

Part2 西开普省旅游城市

开普敦

- 114 行程计划
- 115 出入开普敦
- 117 市内交通
- 119 玩在开普敦
 - 119 好望堡
 - 120 奴隶宿舍
 - 121 科克教堂
 - 122 第六区博物馆
 - 123 勒斯特恩弗雷赫德庄园
 - 123 南非博物馆
 - 124 波-卡普
 - 125 维多利亚港

