旅游书架

网上搜不到的行程计划

最适合中国游客使用的旅行宝典

加拿大一周游

《亲历者》编辑部 编著

假如给我7天假期，我将用它拥抱加拿大！

给我7天时间，我在加拿大怎么玩？

从多伦多出发，到尼亚加拉、渥太华，畅享安大略湖的"枫情"

从温哥华出发，到班夫、维多利亚，和落基山脉式养生同行

从蒙特利尔出发，到耶洛奈夫、怀特霍斯，与唯美极光相拥

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

旅游书架

网上搜不到的行程计划

最适合中国游客使用的旅行宝典

加拿大一周游

《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

加拿大一周游／《亲历者》编辑部编著．-- 北京：中国铁道出版社，2015.2

（亲历者）

ISBN 978-7-113-19820-6

Ⅰ．①加… Ⅱ．①亲… Ⅲ．①旅游指南—加拿大 Ⅳ．①K971.19

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第001517号

书　　名：加拿大一周游

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：戴立志

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：中国铁道出版社印刷厂

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 978-7-113-19820-6

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：畅游加拿大，只需一周 008–049

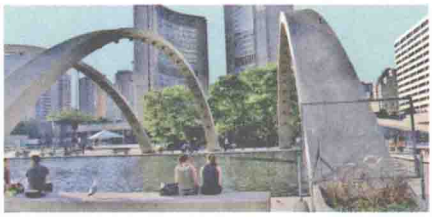
计划 010–018
一周时间能去哪 010
一周需要多少钱 012
一周如何自助游 014
一周如何自驾游 015
一周如何跟团走 017

准备 019–025
3个月前需要做哪些准备 019
1个月前需要做哪些准备 022
7天前需要做哪些准备 023

出发 026–032
确认行李清单 026
安装实用软件 028
收藏必用网站 030
保存求助电话 030
掌握入境技巧 031

到达 033–047
在加拿大吃什么 033
在加拿大住哪里 036
在加拿大怎样出行 039
在加拿大游哪里 040
在加拿大买什么 042
在加拿大怎样娱乐 044
应急 045

返回 048–049
行李邮寄 048
前往机场 049
离境手续 049



Part1:安大略湖休闲一周游 050–133
安大略湖周边印象 052
推荐行程 054
最佳季节 056
最佳季节的衣物 056
休闲路线：多伦多—尼亚加拉—渥太华6天6夜游 058
到达多伦多 059
通航城市 059
如何到市区 061
多伦多3日行程 061–079
多伦多新旧市政厅 064
唐人街 066
小意大利区 066
韩国城 067
安大略省皇家博物馆 067

多伦多大学 068
冰球名人堂 070
古酿酒厂区 071
港前区 072
加拿大国家电视塔 073
罗杰斯中心 074
多伦多动物园 076
安大略科学中心 077
卡萨罗马古堡 078
如果多待一天 079
多伦多住行攻略 084
从多伦多至尼亚加拉 087
到达尼亚加拉 089
如何到景区 089
尼亚加拉1日行程 091–099
柯尼卡美能达塔 094
岩石瞭望台 095
斯奇隆塔 096
克利夫顿山 097
鸟类王国 097
彩虹桥 098
乘“雾中少女”号参观 098
如果多待一天 099
专题：尼亚加拉葡萄酒之旅 103
尼亚加拉住行攻略 106
从尼亚加拉至渥太华 108
到达渥太华 111
如何到市区 111
渥太华2日行程 112–123
加拿大国会大厦 114
加拿大国家艺术中心 114
加拿大国家美术馆 116
加拿大文明博物馆 116
加拿大战争博物馆 119
加拿大皇家造币厂 119
劳里埃故居 121
加拿大航空博物馆 121
里多公馆 122
如果多待一天 123
渥太华住行攻略 126
时间改变 128
时间延长 128
去魁北克城玩2天 128–129
芳堤娜城堡 128
星形城堡 129
小尚普兰街 129
时间缩短 130
去金斯顿玩1天 130–131
千岛湖 130
女王大学 131
专题：枫叶走廊自驾游 132

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

Part2:落基山脉养生一周游
134–191

落基山脉印象 136
推荐行程 138
最佳季节 139
最佳季节的衣物 140
养生路线：温哥华—班夫—维多利亚6天6夜游 141
到达温哥华 142
通航城市 142
如何到市区 143

温哥华2日行程 144–153
加拿大广场 145
温哥华美术馆 146
固兰湖岛 147
温哥华博物馆 148
伊丽莎白女王公园 150
斯坦利公园 151
温哥华水族馆 152
如果多待一天 153
温哥华住行攻略 156
从温哥华至班夫 158

到达班夫 161
如何到市区 161

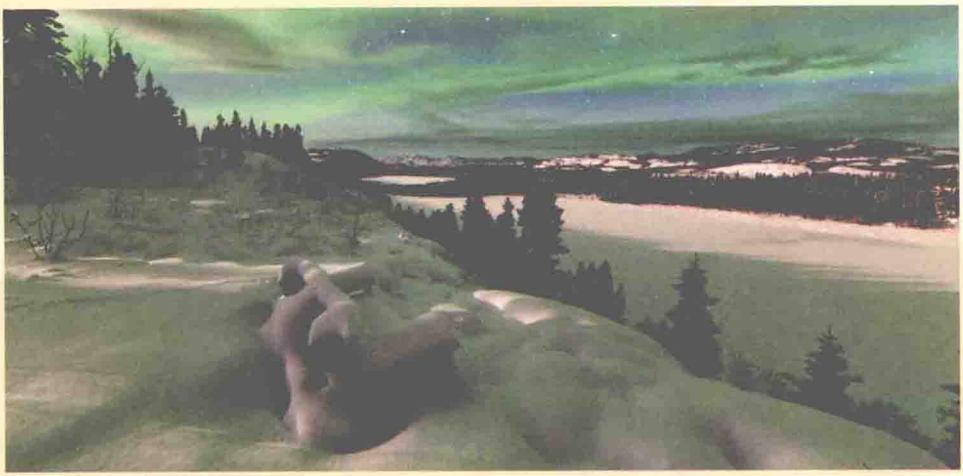
班夫3日行程 162–174
平原印第安人勒克斯顿博物馆 164
怀特博物馆 164
洞穴与盆地国家历史古迹 165
班夫温泉城堡酒店 167
弓谷公园大道 168
露易丝湖 168
弓湖 169
冰原大道 173
阿萨巴斯卡冰川 174
如果多待一天 175
班夫住行攻略 177
从班夫至维多利亚 179

到达维多利亚 181
如何到市区 181

维多利亚1日行程 182–186
皇家哥伦比亚博物馆 183
布查德花园 185
如果多待一天 186
维多利亚住行攻略 189

时间改变 191
时间延长 191

去纳奈莫玩1天 191
纳奈莫堡垒 191
纳奈莫博物馆 191
时间缩短 191



Part3:北极地区梦幻一周游
192–239

北极地区印象 194
推荐行程 196
最佳季节 197
最佳季节的衣物 198
梦幻路线：蒙特利尔—耶洛奈夫—怀特霍斯6天6夜游 199
到达蒙特利尔 201
通航城市 201
如何到市区 202
蒙特利尔1日行程 203–208
诺特鲁丹姆大教堂 204
蒙特利尔市政厅 205
蒙特利尔植物园 206
麦吉尔大学 207
如果多待一天 208
蒙特利尔住行攻略 210
从蒙特利尔至耶洛奈夫 212
到达耶洛奈夫 214
如何到市区 214
耶洛奈夫2日行程 214–223
北方边境游客中心 215
耶洛奈夫立法院 217
威尔士亲王博物馆 218
午夜阳光艺术店 220
极光村 222
如果多待一天 223
耶洛奈夫住行攻略 225
从耶洛奈夫至怀特霍斯 226
到达怀特霍斯 228
如何到市区 228
怀特霍斯3日行程 228–236
黑梳山神剑缆车 231
黑梳山滑雪度假村 232
S.S.克朗代克国家历史遗址 234
塔基尼温泉 235
育空旅行 236
如果多待一天 236
怀特霍斯住行攻略 238
时间改变 239
时间延长 239
去道森市玩1天 239
道森市 239
时间缩短 239

旅游书架

网上搜不到的行程计划

最适合中国游客使用的旅行宝典

加拿大一周游

《孤独星球》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

加拿大一周游／《亲历者》编辑部编著．-- 北京：中国铁道出版社，2015.2

（亲历者）

ISBN 978-7-113-19820-6

Ⅰ．①加… Ⅱ．①亲… Ⅲ．①旅游指南—加拿大 Ⅳ．①K971.19

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第001517号

书　　名：加拿大一周游

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：戴立志

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：中国铁道出版社印刷厂

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 978-7-113-19820-6

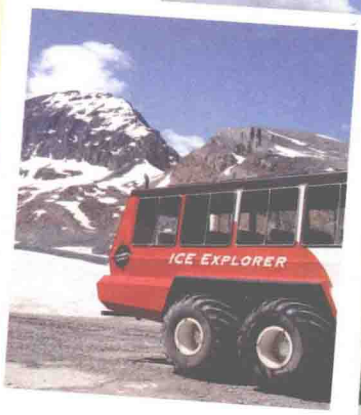
定　　价：48.00元

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

加拿大是世界各地的“移民者天堂”，这里最大的旅游特色是纯天然的景观和丰富多彩的户外活动；大多数游客回国前，还会购买枫糖、图腾工艺品、冰酒等作为礼物。

在加拿大游玩，既可以背着包、用相机记录各大著名景点，了解它们的历史文化；也可以驾驶爱车，到各大公园景区安营扎寨，享受自然与生活结合的惬意；还可以全副武装，乘坐高山缆车，感受飞跃直下的刺激；更可以利用直升飞机、水上巴士、冲浪板等设备，丰富玩乐经历。

如果还是觉得不过瘾，就到飞流直下三千尺的尼亚加拉大瀑布度假，既可以欣赏瀑布动人心魄的壮观景象，又可以在水疗馆放松身心；还可以到加拿大最著名的游乐园，玩过山车、乘摩天轮、最后体验惊险刺激的蹦极，释放生命的激情；也可以沿着枫叶走廊自驾，沿途欣赏五彩斑斓的树叶，落叶缤纷，恍如童话之境。

在加拿大游玩期间，不仅可以品尝到地道的当地美食，还有机会品味世界各地的佳肴，这里有酸辣的泰式美食、浪漫的法餐、可口的意大利餐、精致的日本料理、素净的韩国料理，最重要的是，很多地道的中式大餐会勾起游人浓郁的思乡情怀。

在加拿大出行很方便，如果想要实惠，就乘坐公交车、地铁；如果想要绿色环保，就租借自行车；如果想要方便，就租车自驾；如果想要奢华、舒适，就乘坐出租车甚至包直升飞机。

加拿大的国土面积非常大，如果只有一周时间，应该怎样游玩能更尽兴呢？《加拿大一周游》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；正文则分为安大略湖休闲一周游、落基山脉养生一周游、北极地区梦幻一周游三部分，以旅行线路串联多伦多、尼亚加拉、渥太华、温哥华、班夫、维多利亚，以及蒙特利尔、耶洛奈夫、怀特霍斯等热门旅游目的地。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：畅游加拿大，只需一周 008–049

计划 010–018
一周时间能去哪 010
一周需要多少钱 012
一周如何自助游 014
一周如何自驾游 015
一周如何跟团走 017

准备 019–025
3个月前需要做哪些准备 019
1个月前需要做哪些准备 022
7天前需要做哪些准备 023

出发 026–032
确认行李清单 026
安装实用软件 028
收藏必用网站 030
保存求助电话 030
掌握入境技巧 031

到达 033–047
在加拿大吃什么 033
在加拿大住哪里 036
在加拿大怎样出行 039
在加拿大游哪里 040
在加拿大买什么 042
在加拿大怎样娱乐 044
应急 045

返回 048–049
行李邮寄 048
前往机场 049
离境手续 049

Part1:安大略湖休闲一周游 050–133

安大略湖周边印象 052
推荐行程 054
最佳季节 056
最佳季节的衣物 056
休闲路线：多伦多—尼亚加拉—渥太华6天6夜游 058
到达多伦多 059
通航城市 059
如何到市区 061

多伦多3日行程 061–079
多伦多新旧市政厅 064
唐人街 066
小意大利区 066
韩国城 067
安大略省皇家博物馆 067

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

- 多伦多大学 068
- 冰球名人堂 070
- 古酿酒厂区 071
- 港前区 072
- 加拿大国家电视塔 073
- 罗杰斯中心 074
- 多伦多动物园 076
- 安大略科学中心 077
- 卡萨罗马古堡 078

如果多待一天 079
多伦多住行攻略 084
从多伦多至尼亚加拉 087

到达尼亚加拉 089
如何到景区 089

尼亚加拉1日行程 091–099

- 柯尼卡美能达塔 094
- 岩石瞭望台 095
- 斯奇隆塔 096
- 克利夫顿山 097
- 鸟类王国 097
- 彩虹桥 098
- 乘“雾中少女”号参观 098

如果多待一天 099
专题：尼亚加拉葡萄酒之旅 103
尼亚加拉住行攻略 106
从尼亚加拉至渥太华 108

到达渥太华 111
如何到市区 111

渥太华2日行程 112–123

- 加拿大国会大厦 114
- 加拿大国家艺术中心 114
- 加拿大国家美术馆 116
- 加拿大文明博物馆 116
- 加拿大战争博物馆 119
- 加拿大皇家造币厂 119
- 劳里埃故居 121
- 加拿大航空博物馆 121
- 里多公馆 122

如果多待一天 123
渥太华住行攻略 126

时间改变 128
时间延长 128

去魁北克城玩2天 128–129

- 芳堤娜城堡 128
- 星形城堡 129
- 小尚普兰街 129

时间缩短 130

去金斯顿玩1天 130–131

- 千岛湖 130
- 女王大学 131

专题：枫叶走廊自驾游 132

Part2:落基山脉养生一周游
134–191

落基山脉印象 136
推荐行程 138
最佳季节 139
最佳季节的衣物 140
养生路线：温哥华—班夫—维多利亚6天6夜游 141
到达温哥华 142
通航城市 142
如何到市区 143

温哥华2日行程 144–153
加拿大广场 145
温哥华美术馆 146
固兰湖岛 147
温哥华博物馆 148
伊丽莎白女王公园 150
斯坦利公园 151
温哥华水族馆 152
如果多待一天 153
温哥华住行攻略 156
从温哥华至班夫 158

到达班夫 161
如何到市区 161

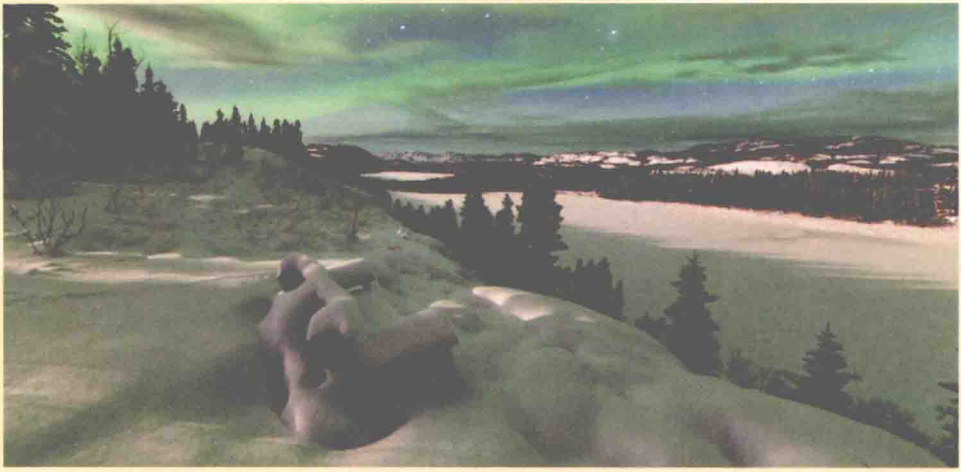
班夫3日行程 162–174
平原印第安人勒克斯顿博物馆 164
怀特博物馆 164
洞穴与盆地国家历史古迹 165
班夫温泉城堡酒店 167
弓谷公园大道 168
露易丝湖 168
弓湖 169
冰原大道 173
阿萨巴斯卡冰川 174
如果多待一天 175
班夫住行攻略 177
从班夫至维多利亚 179

到达维多利亚 181
如何到市区 181

维多利亚1日行程 182–186
皇家哥伦比亚博物馆 183
布查德花园 185
如果多待一天 186
维多利亚住行攻略 189

时间改变 191
时间延长 191

去纳奈莫玩1天 191
纳奈莫堡垒 191
纳奈莫博物馆 191
时间缩短 191



Part3:北极地区梦幻一周游
192–239

北极地区印象 194
推荐行程 196
最佳季节 197
最佳季节的衣物 198
梦幻路线：蒙特利尔—耶洛奈夫—怀特霍斯6天6夜游 199
到达蒙特利尔 201
通航城市 201
如何到市区 202

蒙特利尔1日行程 203–208
诺特鲁丹姆大教堂 204
蒙特利尔市政厅 205
蒙特利尔植物园 206
麦吉尔大学 207
如果多待一天 208
蒙特利尔住行攻略 210
从蒙特利尔至耶洛奈夫 212
到达耶洛奈夫 214
如何到市区 214

耶洛奈夫2日行程 214–223
北方边境游客中心 215
耶洛奈夫立法院 217
威尔士亲王博物馆 218
午夜阳光艺术店 220
极光村 222
如果多待一天 223
耶洛奈夫住行攻略 225
从耶洛奈夫至怀特霍斯 226
到达怀特霍斯 228
如何到市区 228

怀特霍斯3日行程 228–236
黑梳山神剑缆车 231
黑梳山滑雪度假村 232
S.S.克朗代克国家历史遗址 234
塔基尼温泉 235
育空旅行 236
如果多待一天 236
怀特霍斯住行攻略 238
时间改变 239
时间延长 239

去道森市玩1天 239
道森市 239
时间缩短 239

WEST JET

导读 畅游加拿大，只需一周

导读 畅游加拿大，只需一周

计划

一周时间能去哪

加拿大是个旅游资源极其丰富的国家，若想把加拿大各大城市著名景区都游遍，至少需要一个月。就算时间允许，也难免走马观花、疲惫不堪。如果合理地安排行程，用一周的时间将加拿大的某几个热门城市玩透，既见证了旅途的风光无限，又留下了日后再来的契机，这也正是近几年的旅游新潮流。加拿大最适合旅游的区域有安大略湖周边数城、落基山脉大型国家公园，以及坐拥梦幻极光的极地地区。

一周游加拿大路线概览

目的区域	游玩城市	区域特色	行程安排
安大略湖	多伦多、尼亚加拉、渥太华、魁北克城、金斯顿	加拿大安大略湖周边的代表城市是多伦多、渥太华，这两个城市各有特色；枫叶走廊沿线美景更著名，游玩各大景点同时欣赏枫树林之壮观，颇有乐趣	在加拿大旅游最难忘的路线是多伦多—尼亚加拉—芭渥太华；如果偏爱宁静小城，可增加金斯顿；如果更喜欢枫叶走廊，可以租车自驾前往
落基山脉	温哥华、班夫、纳奈莫、维多利亚	加拿大的落基山脉，随处可见风景迷人的国家公园，这些公园里的景观自然天成，野生动物自由活动，非常吸引游客	在落基山脉最著名的路线是温哥华—班夫—维多利亚：让人流连忘返的都市，养生游乐的公园，颇具法式风情的浪漫小城，三个地点，三种风情
北极地区	蒙特利尔、耶洛奈夫、怀特霍斯、道森市、埃德蒙顿	加拿大的北极地区幅员辽阔、人烟稀少，却拥有丰富的矿藏、受人喜爱的宝石、如梦如幻的极光，这些都吸引着游客前来体验	耶洛奈夫俗称“黄刀镇”，是加拿大最容易观赏到极光的地区之一，怀特霍斯被称作“白马市”，自然风貌让人印象深刻，游客越来越喜欢体验生活难遇的美，这条线路大受欢迎

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com