



台湾年度销售排行榜冠军旅游书系!

李容葵◎编著/摄影



快意畅游
TRAVELING

开始 在西班牙 自助旅行



Traveling in
Spain



件、行李、通关快速搞定

车买票无障碍，城乡游走超方便

住宿美食全收录，上网便宜预订

应急情景演练，西班牙旅行轻松梦圆!



旅游教育出版社
Tourism Education Press



世界的风景，就在我们眼中。

开始在西班牙自助旅行

李容葵◎编著 / 摄影



旅游教育出版社
Tourism Education Press

北京市版权局著作权合同登记图字：01-2010-7232

策划编辑：冉 颖

责任编辑：陈 志

图书在版编目（CIP）数据

开始在西班牙自助旅行 / 李容葵编著、摄影. — 北京：旅游教育出版社，
2011.4

ISBN 978-7-5637-2134-4

I. ①开… II. ①李… III. ①旅游指南—西班牙 IV. ①K955.19

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第032270号

中文简体版©2011由旅游教育出版社发行

本书经台湾太雅出版有限公司授权，同意经由旅游教育出版社出版中文简体字版本。非经书面同意，不得以任何形式任意重制转载。

开始在西班牙自助旅行

李容葵 编著/摄影

出版单位：旅游教育出版社

地 址：北京市朝阳区定福庄南里1号

邮 编：100024

发行电话：(010) 65778403 65728372 65767462（传真）

本社网址：www.tepcb.com

E-mail：tepx@163.com

印刷单位：北京天成印务有限责任公司

经销单位：新华书店

开 本：889×1194 1/24

印 张：5.25

字 数：121千字

版 次：2011年4月第1版

印 次：2011年4月第1次印刷

定 价：29.00元

（图书如有装订差错请与发行部联系）

一起出发， 到西班牙自助旅行吧！

总是听人说着西班牙人的热情奔放，在书上钦羡地浏览着高迪的建筑，通过阿莫多瓦的电影认识西班牙风情。有没有这么一天，亲自拜访西班牙，真正地穿梭在西班牙街道，咀嚼着美食书上说的Tapas？

地理上，西班牙离中国不算太近。但西班牙是个对背包客很友善的国度，只要具备基本的自助旅行知识，花不到非常长的飞行时间就能完成人生大梦。

本书作者旅居西班牙逾一年，本书架构即是她的自助经验，书中不仅对即将成为背包客的你提供行前必备知识，而且还会告知抵达西班牙可能会遇到的各种状况及其处理方法，例如：如果你不善于办证件，“行前准备篇”中详列要办的证件种类及办理地点；如果你担忧不会转机，“机场篇”有转机步骤，还搭配图片解说；若你害怕语言能力不够，找不到人问路，各篇章最后都附有相关的中西文对话范例；如果你担心迷路，怕找不到回住宿地点的路，“行前准备篇”提供门牌范例解析；假如你怕被偷被抢，无法顺利求助，“应变篇”模拟各式危机状况及解除方法；书末还贴心设计可以带着走的“西班牙旅游救命小纸条”。

除了提供旅游知识外，本书还有实用的旅行技术，诸如怎么搭车、如何人工买车票或是用购票机买票、怎么点餐、如何在当地提款等，本书都有步骤与图片解析，让你快速融入西班牙，优雅地过地道的西班牙生活。

只要跟着本书按部就班地反复练习与操作，剩下的就是做好闯荡西班牙的心理准备：和一段不算太短的假期与旅游资金，这样到西班牙自助旅行的梦很快就能实现哦！



塞维利亚，42℃的午后， 开始这本书的旅程。

西班牙，这个令人心生向往的国度，有着各式各样的独一无二的节庆和丰富多元的文化。最令人惊异的是，在这个不算太大的国家里，每个城市居然都有其独特而迥异的风味：巴塞罗那华丽而自豪，在其中人们每走几步路就会忍不住想要驻足下来欣赏它美丽的建筑，观赏兰布拉大道上精彩的街头艺人表演；马德里文化气息浓厚，在这里人们或许会想花上一整天的时间泡在美术馆中静静看一幅画，或许在傍晚时分可以到格兰大道上的剧院享受歌舞剧的震撼；塞维利亚弗拉门戈味十足，夏日周末的夜晚，一不留意在广场上就可以见到一群吉卜赛人击掌高歌，而三月的橘子花香，让你即使迷路也乐在其中。当然还有更多山城小镇，或是北方大城，等待着我们去探索，又会是怎样的一番风情，不禁令人期待着！

在我眼中的西班牙人，是个十足热情的民族。或许是因为炎热的天气，让人的心也跟着热起来，原以为只有处在炎热安达鲁西亚的塞维利亚人，才会这么不拘小节地与陌生人交朋友；而马德里这样的大城市，则显得冷漠许多。可是当我接连两三天去马德里同一家小酒馆喝咖啡时，吧台的伯伯马上就把我当做熟客一般招呼着，甚至成为我的好朋友。原来大城市不是没有温情，而是弥漫在各个小小的角落。西班牙的小酒馆于是带给我一种亲切温暖的印象，小酒馆中杯杯盘盘的声音、嘈杂的人声，以及挤得水泄不通的走道，是最能够体验西班牙人热情和温暖的地方。

喜欢走在路上时观察各个小小的角落，找找看是否有新的发现。著名的历史景点或美丽的建筑固然令人向往，但小角落中的新发现更能让我惊叫连连，也许是个小小的路牌，也许是小女生头上扎的粉红缎带，也许是西班牙人习以为常但我们大叹不可思议的地方。文化的差异碰



撞出许多旅行中的小火花，旅行途中遇到不同的人、事、物，也会有不同的生活体验，这些对我来说是旅途中最独特且珍贵的宝藏。这部分无法在书中写出，但很诚恳地希望每位旅行者能自行去发掘及体会。



梦想，是个神奇的名词、会发光的名词，选择西班牙作为实现梦想的地方，是因为我相信这个地方能带给我更多的感动，让我的生命更加发亮。我想每个背包客多多少少都怀着“环游世界”的梦想吧！或许他们中有不少因各种不同的理由选择了西班牙作为旅途的落点，希望借由这本书，能帮助所有怀着“西班牙流浪之梦”的旅行者，在踏上伊比利亚半岛的那一刻起，就可以佯装自己是个地道的西班牙通，快速地融入当地的生活，进而更无后顾之忧地实现旅行的梦想。

最后还是不免俗地要感谢在这一段旅程中给我许多帮助的西班牙前辈们(宗翎、畅宜、思颖、雅惠)和出来旅游却被我拖来帮忙的好朋友们(香文、心瑜)，没有他们，也不会有这本书的诞生。

马德里，2℃的清晨，旅程结束。

李容茱



目录 CONTENTS

- 05 编者的话
- 06 作者序
- 10 如何使用本书

13

认识西班牙篇

西班牙，是个什么样的国家？

- 14 西班牙小档案
- 18 应用西班牙语 ABC

19

行前准备篇

出发前，要做哪些准备？

- 20 要先搜集资料
- 26 要先做的功课
- 23 要准备的证件
- 31 应用西班牙语ABC

33

机场篇

抵达机场后，如何顺利入出境？

- 34 如何办理入出境手续
- 39 如何从马德里巴拉加斯机场往返市区
- 43 如何从巴塞罗那机场往返市区
- 45 如何从Girona机场往返市区
- 46 如何从Reus机场往返市区
- 46 应用西班牙语 ABC



图片提供 / 西班牙国家旅游局TURESPAÑA

47

住宿篇

在西班牙旅行，有哪些住宿选择？

- 48 选择合适的住宿地点
- 49 住宿种类
- 54 应用西班牙语 ABC

55

交通篇

在西班牙走透透，该用什么交通工具？

- 56 搭火车
- 67 租车
- 66 搭公交车
- 68 搭计程车
- 66 搭长途巴士
- 68 应用西班牙语ABC
- 67 搭国内航空

69

马德里、巴塞罗那 交通篇

在马德里、巴塞罗那，如何搭车？

- 70 马德里大众运输系统
- 78 巴塞罗那大众运输系统
- 86 应用西班牙语 ABC

87

饮食篇

在西班牙吃吃喝喝

- 88 西班牙人一天的饮食清单
- 91 便宜食物哪里找
- 93 不可不尝的西班牙食物
- 94 应用西班牙语 ABC

95

玩乐篇

到西班牙，哪里最好玩？

- 96 善用旅游资讯中心
- 96 西班牙不可不看
- 98 西班牙特色景点
- 101 西班牙3大特色节庆
- 102 西班牙的夜生活
- 102 应用西班牙语 ABC

103

购物篇

到西班牙，哪里最好买？

- 104 在西班牙购物要点
- 106 西班牙3大城市购物点
- 108 西班牙特色纪念品
- 109 如何处理退税
- 110 应用西班牙语 ABC

111

通信篇

在西班牙要打电话、上网、寄信怎么办？

- 112 打电话
- 116 上网
- 114 邮寄
- 116 应用西班牙语 ABC

117

应变篇

在西班牙，发生紧急状况怎么办？

- 118 西班牙的治安状况
- 119 证件、钱财遗失怎么办
- 121 生病、受伤怎么办
- 122 内急，要到哪里找洗手间
- 123 应用西班牙语 ABC

How to use

如何使用本书

本书以自助旅行为切入角度，包含在西班牙旅游所需的一切知识，除了西班牙基本认识外，还主动收集行李打包、证件办理、旅游网站搜集、通过订房管道订房等内容；抵达西班牙后，各种交通串联方式、吃喝购物、玩乐、通信方法及状况应变等，书中也都有详尽介绍。各篇依照出国顺序来安排，既方便找寻，提供的丰富贴心的资讯也让你规划旅游一点都不烦。

全书分成11篇

【认识西班牙篇】 出国怎可不知当地状况？西班牙电压、时差、气候、地理、汇率、货币等基本资讯，在此篇都可一目了然。

【行前准备篇】 行前的规划准备令你心烦吗？本篇从须办证件、资料收集网站、兑币方法及当地节庆等方面向你清楚介绍行前准备。

【机场篇】 将出发环节切成中国、西班牙两个点，从机场出入境、转机到前往市区，每一关该办的流程及当地交通换乘都有图文对照式说明，连机票、登机证、机场指示标记都有解析，包你完美通关、顺利抵达。

【住宿篇】 住旅馆便宜还是租公寓自由？本篇介绍旅馆、旅社 / 民宿、青年旅馆、特色国营旅馆、公寓5种房型，并作了优缺点分析，帮助你找到旅途中梦想的“家”。

【交通篇】 想玩遍西班牙，交通工具不可不知！本篇中分门别类地介绍了AVE、长途火车、地方火车、近郊火车和公交车、国内航空、租车及计程车，如何搭车购票、优缺点比较、车资参考都有详尽解说，还有省钱的办法介绍。

【马德里、巴塞罗那交通篇】 马德里、巴塞罗那是西班牙的交通枢纽，搞懂这两座城内交通方式就能顺利前往旅行。本篇详细解说这两座城交通票券、购票机、交通站看板等，还有各交通工具搭乘步骤，让你在这两座城旅游不迷路。

【饮食篇】 在西班牙怎么吃才上道？哪些美食不吃会后悔？本章以时段区分说明西班牙人一天的饮食生活，展示不可不尝的美食图鉴，更让你到当地指图就能点餐。还有点餐礼仪及背包客最在意的省钱吃法的介绍哦！

【玩乐篇】 在西班牙必赏建筑艺术之美。本篇提供斗牛与弗拉门戈舞蹈欣赏地点，还有必去景点。除了走走看看外，本篇更介绍三大节庆可以跟着西班牙人一同疯狂去。

【购物篇】 西班牙是购物天堂，本篇除了介绍必买的当地品牌外，还告诉你最具当地特色的纪念品，当然还告知必访的“血拼”胜地。最后，退税办理方法也有详尽介绍。

【通信篇】 想从国外向国内亲朋好友报平安，本篇提供打电话、上网及写信等通信方式，还有step by step的步骤图解与范例示范，更提供便宜的通信方案，让你长话不用再短说！

【应变篇】 旅途难免有状况，本篇贴心设想掉钱、掉证件、生病、遭偷抢等状况，一一提供预防及应变方法，还有求助电话。



篇
用颜色区分各篇

1

单元小目录
每个单元开始前，详列所有包含的主题，一目了然

2

指示标记、机器说明
各种需注意的指示标记，如搭车搭机资讯，或购票机器的操作按钮插孔，都有详细拉线说明，非常容易懂

3

资讯、秘诀小提醒
证件要去哪里办，办证件或买车票有何小秘诀，作者通通在此提醒你

4



表格填写示范

不论是填写签证申请单、入境卡，都有文字与示范图片搭配说明，填写一点都不难

5

文图步骤说明

不管是搭飞机、入出境，还是在网络上买车票，都有文字与图片搭配清楚说明

6



实用网站整理

7

应用西班牙语

每一单元都会列出用得到的实用西班牙语，别忘了先在“认识西班牙”这一篇简单学西班牙语的发音哦

8



开始在西班
自助旅行





认识西班牙

A b o u t S p a i n



西班牙，是个什么样的国家？

出发前，通过地理、气候、时差、航程等基本概念，与西班牙进行第一次接触，能大大提升旅游规划的效率，并使行程更为顺畅。

西班牙小档案	14
地理	14
气候	15
时差	15
航程	15
汇率	16
营业时间	16
电压	17
治安	17
语言	18
应用西班牙语 ABC	18

西班牙小档案

说到西班牙，一般人第一个印象就是斗牛及甩着蓬蓬裙的弗拉门戈舞，直觉它是个热情如火的国度，再来就是想到巴塞罗那(Barcelona)那建了将近一百年仍未完成的圣家堂，老饕们或许先想到巴伦西亚(Valencia)的海鲜饭和赫雷斯(Jerez)的雪利酒，事实上，还有更多人物及西班牙的文化是大家所熟知的，现在，就让我们一起来认识西班牙吧！

西班牙小档案 01

地理

西班牙是葡萄牙的“头发?!”

西班牙位于欧洲西南部的伊比利亚半岛，国土面积为505 955平方公里，是欧洲第三大国。北以比利牛斯山与法国和安道尔相接，西部就是葡萄牙啰！南端隔海与北非相望。另外，伊比利亚半岛东部的巴利阿里(Baleares)群岛、半岛西南端大西洋中的加纳利(Canarias)群岛，还有北非海岸的休达及梅利利亚两城市，也包含在西班牙的国土范围中。

仔细一看，伊比利亚半岛长得很像一个人头，葡萄牙是侧边的脸，而西班牙就是葡萄牙随风飘逸的头发啰！整个伊比利亚半岛是不是像极了个正在享受阳光和微风的西班牙人呢！

首都：马德里
面积：505 955平方公里(含小岛)
人口：约4 000万人
行政区：17个自治区，50个省份
宗教：96%居民信奉天主教
国庆：10月12日
时差：7小时

因为西班牙沿海及群岛上的沙滩众多，而且气候宜人，所以一到夏天，会吸引许多各国的观光客来西班牙旅游，而当地人也会利用休假到海边度假小屋尽情享受阳光和海水洗礼。

西北部与大西洋相接，多为海湾的景象。

西班牙的地形以山地和高原为主，首都马德里即位于西班牙中部的高原上，为欧洲地势最高的首都。

东南部则与地中海相接，较多沙滩。

由于西班牙与非洲大陆仅隔14公里，又为地中海连接大西洋的出入口，地理位置甚为重要，所以腓尼基人、古罗马人、西哥特人和阿拉伯人都曾统治过这块土地，各种文化的影响使得西班牙成为一个多元文化的融合之地。



西班牙小档案 02

气候 | 3~5月是最宜人的

西班牙的气候因为地理环境不同而不同, 影响各省份、各地区的居民, 导致其人文特性也都不太一样。西班牙的西北部临大西洋, 夏季温暖不炎热, 冬季凉快却不寒冷, 气候宜人, 但雨量也很充沛, 会比较潮湿。中部为大陆性气候, 主要是高原组成, 夏热冬冷, 日夜温差大, 且气候干燥。地中海沿岸和南部的安达鲁西亚是典型的地中海气候, 比起其他地方温暖许多, 夏季炎热干燥, 整年的降雨量都很少, 尤其安达鲁西亚夏季时的阳光和炙热是非常著名的。另外, 还有海拔1 200米以上的高山气候和加纳利群岛的亚热带气候。



西班牙小档案 03

时差 | 比北京时间慢6或7小时

伊比利亚半岛当地时间的计算方法是: 冬季在格林尼治时间上加1小时, 夏季由于实行夏令时间, 须在格林尼治时间上加2小时。所以冬季比北京时间慢7小时, 而夏季比北京时间慢6小时。而北非大西洋中的加纳利群岛(Canarias)实行的是格林威治时间, 该群岛的时间会比西班牙其他地方慢1小时。

西班牙冬夏时间换算表

	时间范围	西班牙与北京时间换算范例
夏令时间 (比北京时间慢6小时)	3月最后一个星期日~ 10月最后一个星期日	上午8:00(西)=下午2:00(京) 中午12:00(西)=晚上6:00(京)
冬令时间 (比北京时间慢7小时)	10月最后一个星期日~ 3月最后一个星期日	上午8:00(西)=下午3:00(京) 中午12:00(西)=晚上7:00(京)

制表: 李容荣



西班牙3大城市平均气温表

单位: °C(摄氏)

	马德里		巴塞罗那		塞维利亚
	高温	低温	高温	低温	高温
1月	13.5	1.9	15.4	6	18.2
2月	14.5	2.8	14.9	6.9	20.2
3月	17.6	3.1	16.5	7.7	22.4
4月	20.5	6.8	18.7	10.4	24.5
5月	21.7	9.5	21	13.5	25.5
6月	29.1	13.7	25.2	17.5	34.2
7月	34	16.3	28.2	20.7	36.3
8月	33.7	17.3	28.9	21.5	36.5
9月	27	12.2	25.5	17.9	29.8
10月	20.2	8	21.4	13.8	25
11月	13.2	1.8	16.2	7.4	19
12月	11.3	0.7	12.7	5.2	15.6

* 与2008年平均气温相比较

制表: 李容荣

西班牙小档案 04

航程 | 从北京直飞马德里约需13小时

目前国航开设有从北京直飞马德里的航线, 飞行全程约需13小时。若选择其他航空公司, 一般来说都须转机一次, 然后方可抵达西班牙, 如泰航需在曼谷转机、荷兰皇家航空需在阿姆斯特丹转机、芬兰航空需在赫尔辛基转机、奥地利航空需在维也纳转机。

西班牙小档案 05

汇率

1欧元约等于9.1元人民币

西班牙于2001年随着欧盟的政策，将原本的比塞塔币(Pesetas)改为现在的欧元(€)，物价也跟着上涨很多，目前汇率大约是1欧元相当于9.1元人民币(参考2011年2月汇率)。汇率时有波动，出国前最好开始注意汇率，可以选汇率较低的日子去兑换，比较划算。

Euro=欧元，Céntimos=分，1欧元=100分



西班牙小档案 06

营业时间

14:00~17:00午休

商家都在10:00左右开始营业。因为夏季天气过于炎热，大部分的店家在14:00~17:00，会先关起大门休息，直到17:00多才又开始营业，大约至21:00。不只是店家，包括银行、一些公家机构如邮局，也是遵照此营业时间进行，通常夏季和冬季的营业时间会有些许的不同，所以在进入商家时，可以先看一下店门口的营业时间。跟在中国许多24小时营业的场所相比，会显得不方便许多，但是试着在

夏天下午出去走走，会发现天气真的是热得受不了，逛街的兴致马上就减少了大半，客人都在家休息了，店家当然也要关门午休啦！



休息时街道上人流稀少。

