



中国第一畅销旅游图书品牌!
自助旅行指南攻略开山鼻祖!

2014-2015最新全彩版
《北欧玩全攻略》编辑部 编著

●详尽地道旅行指南●北欧自助游完全攻略

北欧玩全攻略

NORTHERN EUROPE GUIDE&MAP

玩家必备酷游秘籍! 耀荐北欧热地大赏!

网罗332个热门景点,
玩遍北欧最佳随身书!

总销量超过
200万册
的旅游书品牌!

行家精彩热荐!

- ▶ 北欧6大符号!
- ▶ 北欧6天5夜畅游行动!
- ▶ 超便利, 景点火爆贴!
- ▶ 地址、电话、门票、交通路线全掌握!
- ▶ 搭乘火车、巴士、出租车不发愁!
- ▶ 超实用, 交通索引好资讯!
- ▶ 详细交通地域概况, 旅行规划方向明!
- ▶ 简明索引在书后, 最快速度找去处!

- ★ 前
- ★ 超
- ★ 旅
- ★ 玩得最主! 玩得最HIGH!
- ★ 严选魅力景点!
- ★ 体贴周到行程设计!
- ★ 畅游北欧我做主!

请认准!
最正版!

最早出版!
每年度最新更新!
最正版的玩全攻略!

▶ 最热门地抢鲜看!

涵盖奥斯陆中央车站、挪威国会大厦、挪威王宫、维京船博物馆、哥本哈根市政厅、丹麦设计中心、小美人鱼像、新港、赫尔辛格旧城、安徒生博物馆、瑞典国家美术馆、瑞典王宫、芬兰建筑博物馆、蓝湖、珍珠楼、米湖等热门地区, 绝对好景不错过!



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社

北欧



玩全攻略

NORTHERN EUROPE GUIDE&MAP

《北欧玩全攻略》编辑部 编著



广西师范大学出版社
• 桂林 •

• 北欧玩全攻略 NORTHERN EUROPE GUIDE&MAP

图书在版编目 (C I P) 数据

北欧玩全攻略 / 《北欧玩全攻略》编辑部编著. —
桂林 : 广西师范大学出版社, 2013. 7
(玩全攻略)
ISBN 978-7-5495-3986-4

I. ①北… II. ①北… III. ①旅游指南—北欧 IV.
①K953. 09

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第140126号

广西师范大学出版社出版发行

(桂林市中华路22号 邮政编码: 541001)

网址: www.bbtpress.com

出版人: 何林夏

全国新华书店经销

发行热线: 010-64284815

山东临沂新华印刷物流集团印刷

开本: 720×1000 1/16

印张: 16 字数: 200千字

2013年7月第1版 2013年7月第1次印刷

定价: 58.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

北欧



玩全攻略

NORTHERN EUROPE GUIDE&MAP

《北欧玩全攻略》编辑部 编著



广西师范大学出版社
• 桂林 •

A 挪威全攻略

Part 1 玩转奥斯陆中央车站 034

- | | |
|-----------------------------|-----|
| 1. 奥斯陆中央车站 | 036 |
| 2. 奥斯陆大教堂 | 037 |
| 3. 电影博物馆 | 038 |
| 4. 挪威建筑博物馆 | 038 |
| 5. 挪威国会大厦 | 039 |
| 6. 当代艺术博物馆 | 040 |
| 7. 奥斯陆歌剧院 | 041 |
| 8. 卡尔约翰斯大道 | 042 |
| 9. Stortorvets Gjaestgiveri | 042 |
| 10. 蒙克博物馆 | 043 |

Part 2 玩转挪威王宫 044

- | | |
|---------|-----|
| 1. 挪威王宫 | 046 |
| 2. 国家剧院 | 047 |



- | | |
|---------------------|-----|
| 3. Nydalen地铁站 | 047 |
| 4. 奥斯陆大学 | 048 |
| 5. 易卜生博物馆 | 049 |
| 6. 诺贝尔和平中心 | 049 |
| 7. 挪威国家美术馆 | 050 |
| 8. 历史博物馆 | 050 |
| 9. 奥斯陆市政厅 | 051 |
| 10. 阿克斯胡城堡 | 052 |
| 11. Aker Brygge购物商场 | 053 |

Part 3 玩转奥斯陆其他 054

- | | |
|----------------|-----|
| 1. 维京船博物馆 | 056 |
| 2. 挪威民俗博物馆 | 057 |
| 3. 弗拉姆极圈探险船博物馆 | 057 |
| 4. 康提基博物馆 | 058 |
| 5. 维格兰博物馆 | 058 |
| 6. 挪威海洋博物馆 | 059 |
| 7. 维格兰雕刻公园 | 060 |
| 8. 奥斯陆市立博物馆 | 061 |

Part 4 玩转挪威其他 062

- | | |
|-----------|-----|
| 1. 哈孔城堡 | 064 |
| 2. 罗森克兰塔 | 064 |
| 3. 布里根旧城区 | 065 |
| 4. 布里根博物馆 | 065 |
| 5. 托加曼尼根 | 066 |
| 6. 卑尔根大教堂 | 066 |

7. 卑尔根鱼市	067
8. 汉萨集会所	067
9. 汉萨博物馆	068
10. 卑尔根水族馆	068
11. 卑尔根美术馆	069
12. 自然史博物馆	069
13. 文化史博物馆	070
14. 西挪威装饰艺术博物馆	070
15. 老卑尔根博物馆	071
16. 弗洛伊恩山	071
17. 尤里肯山	072
18. 鲑鱼中心	072
19. 松恩峡湾	073
20. 夫拉姆	074
21. 拉达尔村	075

B 丹麦全攻略

Part 5

玩转哥本哈根市政厅 084

1. 哥本哈根市政厅	084
2. 哥本哈根嘉年华	085
3. 皇家哥本哈根	086
4. 丹麦设计中心	086
5. 新嘉士伯博物馆	087
6. 趣伏里公园	088
7. Det Gule Hus Cafe & Dining Room	089
8. 丹麦国家博物馆	090
9. 哥本哈根爵士现场	090
10. 克里斯蒂安堡宫	091
11. 圣母教堂	091



12. 圆塔	092
13. 尼古拉斯教堂	092
14. 哥本哈根步行街	093
15. 石雕博物馆	094
16. 丹麦犹太博物馆	095
17. 旧股票交易中心	095
18. Georg Jensen	096
19. 救世主教堂	096
20. 国立图书馆	097

Part 6

玩转小美人鱼像 098

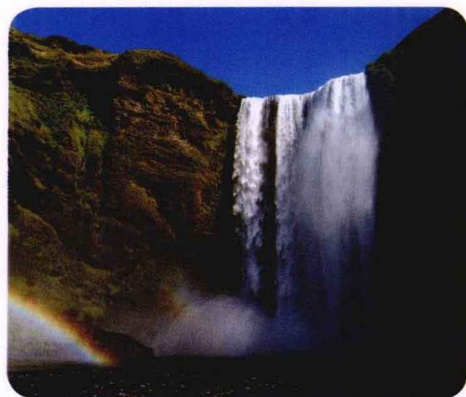
1. 小美人鱼像	100
2. 工艺设计博物馆	101
3. 菲特烈教堂	101
4. 新国王广场	102
5. 阿玛莲堡王宫	103
6. cafe petersborg	104
7. 丹麦琥珀屋	104
8. 新港	105
9. 歌剧院	106
10. 国立美术馆	106

- | | |
|----------------|-----|
| 11. 洛森堡宫 (玫瑰宫) | 107 |
| 12. 哥本哈根植物园 | 107 |

Part 7

玩转哥本哈根其他 108

- | | |
|-----------------------------|-----|
| 1. 嘉士伯啤酒游客中心 | 110 |
| 2. 哥本哈根市博物馆 | 111 |
| 3. Radisson SAS Royal Hotel | 111 |
| 4. 路易斯安那美术馆 | 112 |
| 5. 菲登斯堡宫 | 113 |
| 6. 菲特烈堡 | 114 |
| 7. 阿肯美术馆 | 115 |



- | | |
|-------------|-----|
| 5. 国立露天博物馆 | 120 |
| 6. 阿胡斯大学 | 121 |
| 7. 市立博物馆 | 122 |
| 8. 阿胡斯大教堂 | 122 |
| 9. 莫斯格史前博物馆 | 123 |

Part 8

玩转阿胡斯 116

- | | |
|-----------|-----|
| 1. 市政厅 | 118 |
| 2. 维京文物馆 | 118 |
| 3. 圣母教堂 | 119 |
| 4. 阿胡斯美术馆 | 119 |



Part 9

玩转丹麦其他 124

- | | |
|-------------------------------|-----|
| 1. 赫尔辛格旧城 | 126 |
| 2. 圣玛利亚教堂 | 126 |
| 3. 罗斯基尔宫殿 | 127 |
| 4. 维京博物馆 | 127 |
| 5. 克伦堡 | 128 |
| 6. 奥丹斯安徒生故居 | 129 |
| 7. 安徒生博物馆 | 130 |
| 8. 安徒生公园 | 130 |
| 9. 罗斯基尔大教堂 | 131 |
| 10. 罗斯基尔 Galleri NB 艺廊 | 132 |
| 11. 奥丹斯大教堂 | 132 |
| 12. 伊格斯考夫堡 | 133 |
| 13. SAS Radisson H.C Andersen | 133 |
| 14. 里贝大教堂 | 134 |

15. 里贝维京博物馆	135
16. Dagmar 饭店	135
17. 乐高乐园	136
18. 里贝事件柱	137

C 瑞典全攻略

Part 10

玩转斯德哥尔摩市政厅 144

1. 斯德哥尔摩市政厅	146
2. Crystal Art Center	147
3. 瑞典王家公园	147
4. Ostermalmshallen	148
5. 历史博物馆	148
6. 冰酒吧 ABSOLUT Ice Bar Stockholm	149
7. 音乐博物馆	149
8. Mathias Dahlgren	150
9. 瑞典国家美术馆	150
10. Svenskt Tenn	151
11. 王家歌剧院	151
12. 干草广场旧货市场	152
13. NK 百货公司	153

Part 11

玩转斯德哥尔摩其他 154

1. 瑞典王宫	156
2. 大教堂	157

3. 德国教堂	157
4. 诺贝尔博物馆	158
5. 现代美术馆&建筑博物馆	158
6. 瓦萨号战舰博物馆	159
7. 交通博物馆	159
8. 北方民俗博物馆	160
9. 斯坎森露天博物馆	160
10. 米勒公园	161
11. 卓宁霍姆宫	161

Part 12

玩转哥德堡 162

1. 哥塔广场	164
2. 艺术博物馆	164
3. 古斯塔夫阿道夫广场	165
4. 王冠之家	165
5. 里瑟本游乐园	166
6. 小博门码头	167
7. 埃尔夫堡防御设施	167
8. 海事博物馆	168
9. 沃尔沃汽车博物馆	169



Part 13

玩转瑞典其他 170

1. 西格图娜市政厅	172
2. 圣玛利亚教堂	172
3. 圣奥勒夫教堂遗址	173
4. 红姑妈咖啡屋	173
5. 蓝姑妈餐厅	174
6. 达拉纳博物馆	174
7. 绿姑妈古董店	175
8. 佐恩博物馆	175
9. 法伦铜矿区	176
10. 木马工坊	177
11. 卡尔玛城堡	177
12. 卡尔玛旧城区	178
13. 卡尔玛大教堂	178
14. 卡尔玛博物馆	179
15. 旋转大楼	179
16. 马尔默城堡	180
17. 马尔默市立图书馆	181
18. 马尔默设计中心	181
19. 圣彼得大教堂	182



20. 高特岛	183
21. Wallers Krog	183
22. 高特岛博物馆	184
23. Clarion Wisby Hotel	184
24. 维斯比旧城区	185
25. 水晶王国	186
26. 维京文化村	187

D 芬兰全攻略

Part 14

玩转赫尔辛基 194

1. 赫尔辛基中央车站	196
2. Stockmann百货公司	196
3. 赫尔辛基市立美术馆	197
4. 邮政博物馆	198
5. 阿莫斯安德森美术馆	198
6. 现代博物馆	199
7. 雅典娜美术馆	199
8. 埃斯普拉纳地	200
9. 芬兰建筑博物馆	200
10. 白色大教堂	201
11. artek	202
12. 乌斯本斯基大教堂	202
13. 露天市集广场	203
14. Pohjoisesplanadi购物街	204
15. 设计美术馆	205
16. 芬兰国会大厦	205
17. 芬兰国家博物馆	206
18. 芬兰厅	206
19. 岩石大教堂	207

Part 15

玩转赫尔辛基郊区 208

- | | |
|----------------|-----|
| 1. 西贝流士公园 | 210 |
| 2. 芬兰防御城堡 | 210 |
| 3. 赫尔辛基奥林匹克体育场 | 211 |
| 4. 塞拉沙里岛 | 211 |

Part 16

玩转芬兰其他 212

- | | |
|----------------------------------|-----|
| 1. 图尔库大教堂 | 214 |
| 2. 图尔库城堡 | 214 |
| 3. 西贝流士博物馆 | 215 |
| 4. 海洋博物馆 | 215 |
| 5. 图尔库中古&现代艺术史博物馆 | 216 |
| 6. 坦佩雷东正教教堂 | 216 |
| 7. 列宁博物馆 | 217 |
| 8. 间谍博物馆 | 217 |
| 9. Sarkanniemi Elämyspuisto 冒险乐园 | 218 |
| 10. 纺织工厂 | 219 |
| 11. 坦佩雷噜噜米山谷艺术博物馆 | 220 |
| 12. Museokeskus Vapriikki 博物馆 | 220 |
| 13. Amurin 工人住宅博物馆 | 220 |
| 14. Pyynikin Nakotorni 观景塔 | 221 |
| 15. 海门林纳美术馆 | 221 |
| 16. 军事博物馆 | 221 |
| 17. 西贝流士故居 | 222 |
| 18. 监狱博物馆 | 222 |
| 19. 海门城堡 | 223 |

- | | |
|--------------------|-----|
| 20. 海门林纳历史博物馆 | 223 |
| 21. 拉普凡-罗瓦涅米北极圈博物馆 | 224 |
| 22. 圣诞老人村 | 225 |

E

冰岛全攻略

Part 17

玩转雷克雅未克 232

- | | |
|-------------|-----|
| 1. 雷克雅未克旧城区 | 234 |
| 2. 赫格瑞斯克雅教堂 | 235 |
| 3. 雷克雅未克市政厅 | 235 |
| 4. 珍珠楼 | 236 |
| 5. 国会旧址 | 236 |
| 6. 蓝湖 | 237 |
| 7. 金圈之旅 | 238 |

Part 18

玩转冰岛其他 240

- | | |
|----------------|-----|
| 1. 维克镇 | 242 |
| 2. 高莎瀑布 | 242 |
| 3. 杰古沙龙冰河湖 | 243 |
| 4. 杰克拉瑟 | 243 |
| 5. 瓦特纳冰原国家公园 | 244 |
| 6. 胡沙维克赏鲸之旅 | 245 |
| 7. 阿库瑞里劳法斯传统房屋 | 245 |
| 8. 米湖 | 245 |

打开北❏欧

1 概况

北欧地区一般指北欧理事会的挪威、瑞典、芬兰、丹麦和冰岛5个国家，以及实行内部自治的法罗群岛。北欧各国大部分国土都地处北极圈，冬季漫长，气候寒冷，同时人口密度较低。但北欧各国经济水平很高，丹麦、瑞典的人均GDP一直位居世界前列。

2 印象

四季分明的北欧每个季节都如画般美丽，乘高山火车或是游船在挪威峡湾欣赏壮美的山林；在冰岛体验天然的蓝色温泉，或是乘着冰上摩托驰骋在一望无际的冰原上；在丹麦哥本哈根这个童话般的城市与安徒生笔下的小美人鱼合影留念；跨过北极圈，在圣诞老人的北极村内给自己家中寄上一封盖着圣诞邮戳的明信片……各种无与伦比的观光体验吸引了无数游人慕名来到北欧，感受这里的独特魅力和舒适生活。

3 地理

北欧地区除欧洲第四纪冰川的主要中心——斯堪的纳维亚山海拔较高外，大部分地区海拔较低，地面平缓，多为台地和北欧蚀余山地。北欧主要地貌特征是冰蚀湖群、羊背石、蛇形丘、鼓丘交错，湖泊众多，河流短小，其中芬兰更是有“千湖之国”的称号。冰岛地处大西洋北部，靠近北极圈处，是欧洲第二大岛屿，全岛四周为海岸山脉，共有100多座火山，被称为“冰火岛国”。

4 气候

北欧地处北温带向北寒带交界处，内陆地区主要为亚寒带针叶林气候，只有深受北大西暖流影响的地区为温带海洋性气候。北欧地区冬季漫长，终年气温较低，夏季短暂温暖，由于蒸发弱，相对湿度较高，气温年较差大。由于北欧地区所处纬度高，冬季黑夜时间漫长，正午太阳高度较小，又有积雪覆盖，地面辐射冷却剧烈，游人需注意保暖防寒。

5 区划

北欧地区分挪威、瑞典、芬兰、丹麦和冰岛5个国家，以及实行内部自治的法罗群岛、格陵兰、奥兰等。

6 人口与国花

北欧各国人口不多，其中瑞典约948万人，丹麦约520万人，挪威约492万人，芬兰约540万人，冰岛约32万人。

北欧交通

* 航空

哥本哈根卡斯楚普机场（丹麦）：中国游客可乘坐北欧航空公司的航班从北京、上海直飞哥本哈根机场，在丹麦比隆、奥尔堡、奥胡斯、凯隆堡、齐斯泰兹、森讷堡、伦讷等国内重要城市之间也可乘丹麦国内航班，非常便利。哥本哈根机场距离哥本哈根市中心仅8公里，可乘火车或机场大巴方便快捷地进入哥本哈根市区。

奥斯陆国际机场（挪威）：中国游客可从北京、上海乘俄罗斯航空、北欧航空、法国航空、德国汉莎航空等公司的航班前往挪威。乘机场巴士可前往奥斯陆市区，单程全票140挪威克朗。

斯德哥尔摩阿兰达机场（瑞典）：中国游客可从北京乘坐中国国际航空公司的航班直达斯德哥尔摩，航程约8小时，或是从上海乘北欧航空、奥地利航空、俄罗斯航空、法国航空、荷兰皇家航空的航班经第三国中转到达斯德哥尔摩。

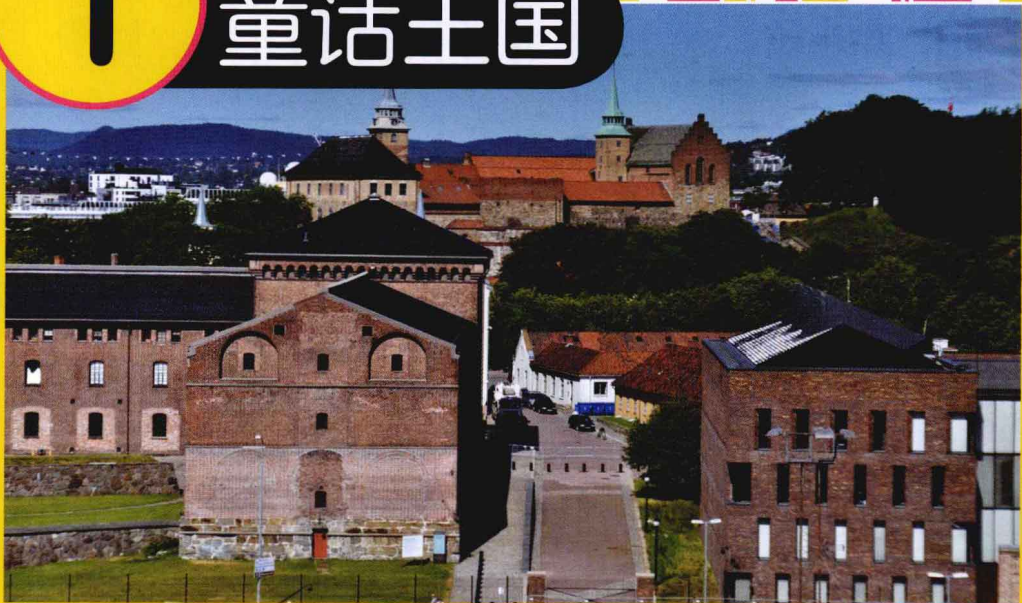
赫尔辛基万塔国际机场（芬兰）：中国游客可从北京、上海、广州、香港乘芬兰航空的航班直飞芬兰首都赫尔辛基。在机场乘出租车、615号巴士或机场专线均可前往市区，非常便利。芬兰国内航空线路密集，每天都有多班航班从赫尔辛基飞往坦佩雷、图尔库、罗瓦涅米等城市。

凯夫拉维克国际机场（冰岛）：中国游客虽不能从国内直达冰岛，但可以从其他北欧国家转机前往。凯夫拉维克国际机场位于距市区48公里的凯夫拉维克，是冰岛共和国最主要的国际机场。

北欧6大符号

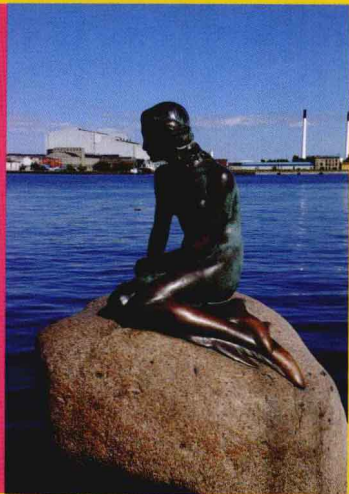
1

童话王国



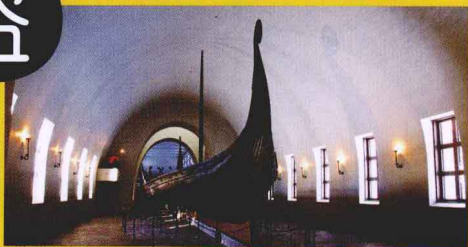
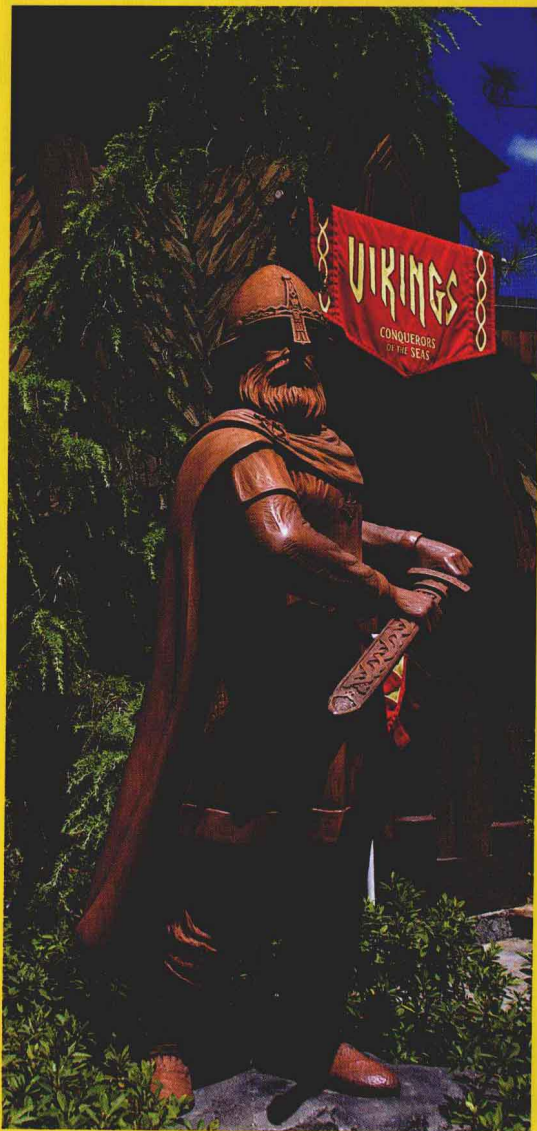
北欧是一个充满了神奇幻想的地方，丹麦更是世人皆知的童话王国，著名的安徒生童话不知道陪伴多少人度过了他们的童年。那一个个奇思妙想的故事让人遐想联翩，使人们对北欧更加向往。在丹麦首都哥本哈根随处都可以见到童话的影子，金碧辉煌的城堡、诗意盎然的田园风

情，好像是从童话故事里走出来的一般，而标志性的小美人鱼雕塑更是引得来自世界各地的游客争相拜访。此外，安徒生故居等景点也都是童话迷们不可错过的地方。

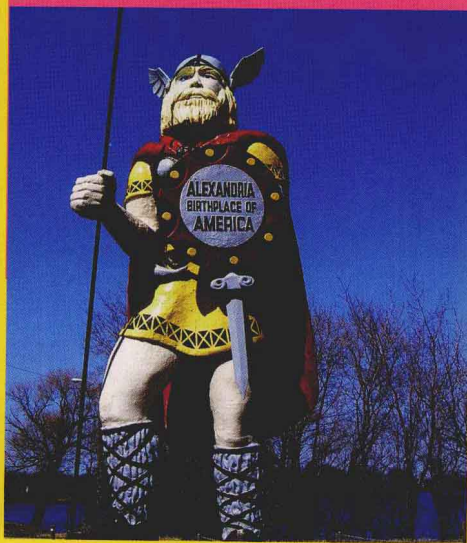


2

北欧海盗



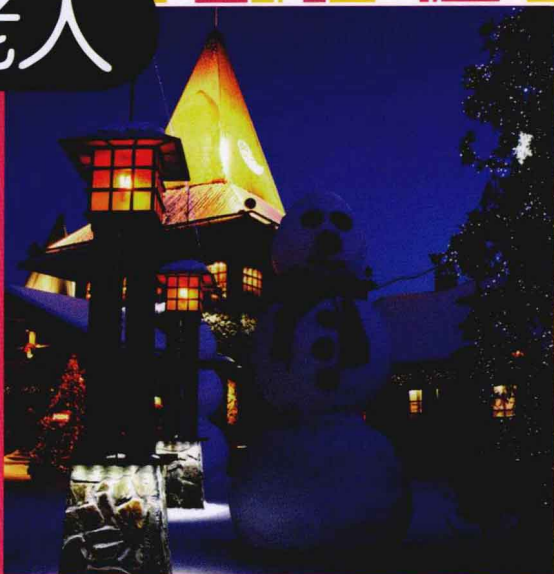
在公元10—12世纪这200多年间，横行于北海上的维京海盗一直都是人们谈之色变的海上霸主。这些彪悍的海盗头戴牛角盔，身穿少量的铠甲，手持刀剑、长矛和斧头，作战勇猛无比，而他们的活动范围并不限于大海上，甚至经常前往陆地劫掠。每当他们洗劫了一个地方，也不知不觉地将文明的种子播散下去。如今在瑞典、挪威、丹麦依然可以看到不少维京人留下的遗迹，而维京人在航海、建筑、宗教、社会等方面至今依然对北欧地区产生着深远的影响。



3

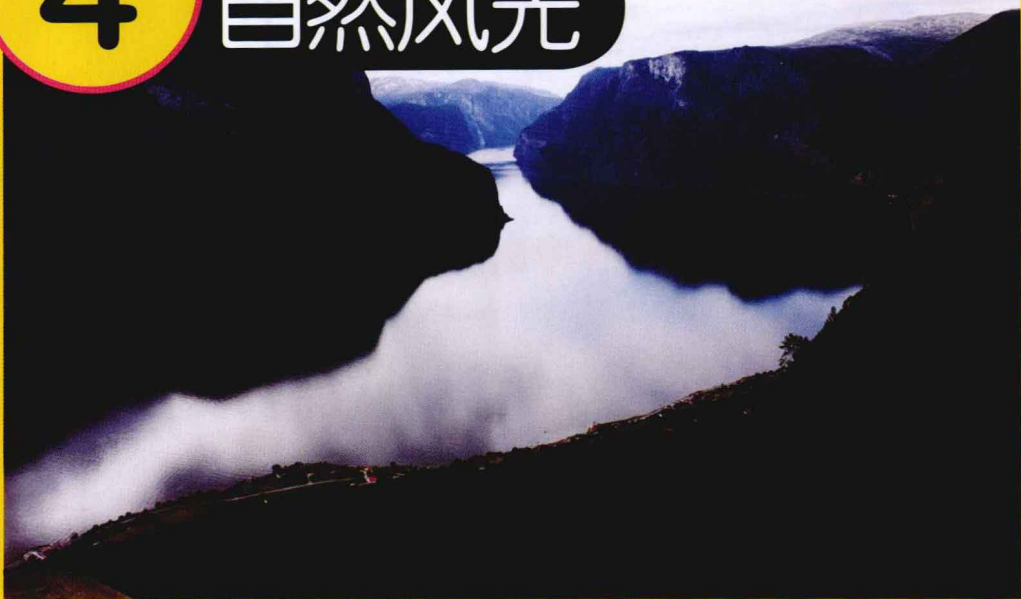
圣诞老人

圣诞老人是西方的小孩子们心目中最可爱的老人。他长着一大捧白胡子，身穿红色的棉衣，头戴红帽子，脚踏红靴，笑声和蔼可亲。传说每到圣诞前夜，他们会坐着驯鹿拉的车，偷偷地通过烟囱进入到人们家里，在孩子们的床头放上圣诞礼物。虽然神话中的圣诞老人并不存在，但是在芬兰的罗凡涅米却有着世界上独一无二的圣诞老人村。在那里会有一位“圣诞老人”，每天阅读着从世界各地送来的信件，并在回信上加盖圣诞老人的邮戳，继续为孩子们编织梦想。



4

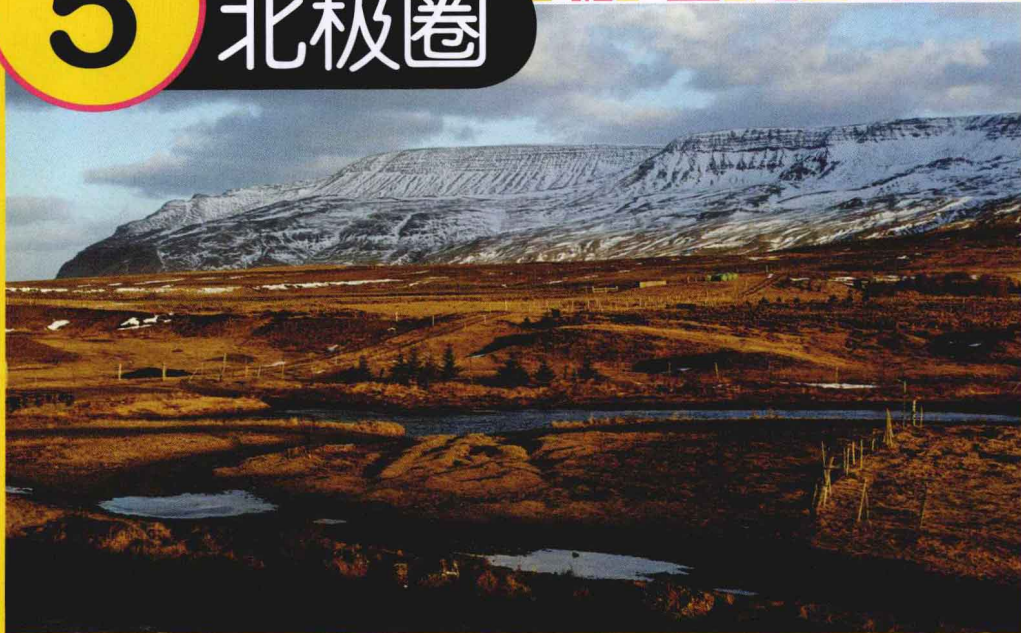
自然风光



北欧地区拥有壮美无比的景观，各个国家都有各自不同的特色风光。其中最著名的当属瑞典、挪威和芬兰的峡湾风光，一座座高山被远古的冰川分割得四分五裂，形成了千奇百怪的地形，这大自然的鬼斧神工让人惊叹不已。此外，丹麦有著名的费马恩海峡，号称“北欧的门户”，其风景壮丽雄伟，不可错过。挪威特罗瑟姆宛如少女般的林根雪山、芬兰纯净无比的极地风光，就好像北欧神话中众神居住的地方一般，美丽之余更带有一丝神圣的感觉，吸引着每一个人。



5 北极圈



北欧地区有很大一部分位于北极圈内，因此也能看到极为壮美的北极圈风光。北极圈内一片冰天雪地，到处都是白茫茫一片，矗立在地上的雪树、冰柱等诡异多姿，是大自然无心之作。在芬兰的罗凡涅米的圣诞老人村中，有一处北极圈分界标志，标志线上布满彩灯，十分漂亮，人们可以脚跨标志线两端留影以作纪念。到了夜晚，人们有时候还能发现绚烂的极光，那神秘诡异宛如梦境一般的景色，是让人一生也难以忘记的。

