

周边畅游 Tours Around Barcelona

巴塞罗那西部 West of Barcelona

❖ 蒙特塞拉特山 Montserrat

位于巴塞罗那西北部 60 公里处。云雾缭绕的蒙特塞拉特山上处处可见裸露的层层圆筒



形巨岩，那是饱受风雨岁月侵蚀的痕迹。据说高迪当时就是看到这里山峦的美妙轮廓后得到了修建圣家赎罪教堂上尖塔的灵感，仔细琢磨一下，两者还真有异曲同工之妙呢！蒙特塞拉特修道院就位于蒙特塞拉特群山的怀抱之中，显得格外的宁静和崇高，是加泰隆尼亚人精神和灵魂的守护者。这里自中世纪起就是人们的朝圣之地，

现在还有大约 80 个僧侣在这里过着与世隔绝的清修生活，建于 14 世纪的教堂内有罗马式怀抱圣婴的圣母雕像供来自各地的朝圣者膜拜。修道院内的博物馆中 5 个陈列室，包括来自埃及、塞浦路斯和圣地巴勒斯坦的考古文物，15 到 20 世纪的金银工艺品，以及历史悠久的绘画作品和现代绘画大师毕加索、达利等人的绘画和雕塑。视听室的展览向游客展示了僧侣的日常生活，通过互动光盘，带你进入到修道院的各个角落。这里还有欧洲历史最悠久的合唱团之一埃斯科拉尼亚（Escolania）少年合唱团，游客在下午可以听到他们优美的歌声，还可以加入到弥撒中。

1987 年，蒙特塞拉特地区被定为国家公园，这意味着这里的历史建筑、植物、动物将受到人们的重点保护，并进一步采取措施，从而向游客提供更齐全的服务。

如何前往：可以从 A2 出口沿巴塞罗那-曼雷沙（Barcelona-Manresa）高速公路驱车前往，也可以从西班牙广场乘加泰罗尼亚运营铁路抵达蒙特塞拉特缆车站，行程约 1 个半小时。

乘 Julià Tours 和 Pullmantur 的半日游车每日 9:00 出发，下午 14:30 返回巴塞罗那，票价 41 欧元左右。

信息咨询处

地址：Plaça de la Creu, s/n, 08199 Montserrat

咨询电话：938 777 777

预订中心电话：938 777 701

网址：www.abadiamontserrat.net

❖ 葡萄酒之旅 Wine Route

宾纳戴斯（Vilafranca de Penedès）地区位于巴塞罗那南部 40 公里处，以出产高质量的葡萄酒和卡瓦(Cava)甜汽酒闻名。放眼望去，映入眼帘的全是成蛇状盘旋在山间的一排排的葡萄树。主要的卡瓦生产中心在 Sant Sadurni d'Anoia，

世界上两大卡瓦酒生产商 Freixenet 和 Codorniu 都在这里，它们也都向游客开放了品酒之旅的旅游项目。在宾纳戴斯附近有一些小村庄，生产品质极佳的葡萄酒，名声显赫的桃乐丝（Torres）家族品牌就是其一。这里还有一座



奇特的葡萄酒博物馆（Museu del Vi），它位于一座哥特式宫殿之中，通过一些古老的装置和模型，你可以对本地区的制酒历史有一定的了解。在离开前，可以在楼下品尝一杯当地的葡萄酒，一定叫你胃口大开。

如何前往：从胜利门(Arc de Triomf)、加泰罗尼亚广场(Plaça Catalunya)和桑兹总火车站(Estació Sants)乘西班牙国家铁路公司火车(Renfe)或从狄亚格纳尔大街(Av. Diagonal)的英国宫百货公司处乘长途汽车前往。

旅游信息处

地址：Cort, 14 08720 Vilafranca del Penedès

电话：938 920 358

网址：www.ajvilafranca.es

葡萄酒博物馆

地址：Plaça Jaume I, 1, 08720 Vilafranca del Penedès

电话：938 900 582

开放时间：10 月~5 月 周二~周六 9:00~14:00 16:00~19:00

周日 10:00~14:00

6 月~9 月 周二~周六 9:00~21:00 周日 10:00~14:00

价格: 2.40 欧元 (价格包括一杯 cava 酒和纪念酒杯)

团体(最少 20 人): 1.2 欧元

学生和儿童(15 岁以下): 0.6 欧元

宾纳戴斯 (Penedès) 南部向塔拉戈纳(Tarragona)方向行进不远就到了贝利奥拉特(El Priorat)地区。贝利奥拉特产区在 1975 年成立之初几乎没有什么规定便建立了它的地位, 这里的酒同时具备了传统品种的饱和度以及来自法国品种的高贵感。受到严酷的气候及贫瘠的土地影响, 这个产区单位面积产量非常的小。这里酒的主要特色是不甜的红葡萄酒和少量传统的“氧化变老形态”(vinos rancios) 红葡萄酒以及 Garnacha 品种酿制的白葡萄酒。鲁斯 (Reus) 内拥有许多由大师蒙多尼克设计的现代派建筑, 这里的村庄出产口味强劲的烈酒。Falset 是该区最大的产酒小镇, 内有酒窖和古城堡的遗迹。

加泰罗尼亚葡萄酒

早在公元前 5 世纪, 加泰罗尼亚地区就已经开始酿造葡萄酒了。当时的罗马人举杯痛饮佳酿的同时, 嘴上却说自己喝的是劣质酒。经过了 2000 多年的时间, 加泰罗尼亚葡萄酒重新赢得了声誉, 现在, 这里是西班牙最具潜力的葡萄酒生产地之一, 生产各种红、白葡萄酒, 还有最有名的本地生产的卡瓦 (Cava) 甜汽酒, 卡瓦酒可与法国香槟相媲美, 年出口量近亿瓶。

在加泰罗尼亚有塔拉戈那(Tarragona)、宾纳戴斯(Penedès)、贝利奥拉特 (Priorat) 等 8 个 DO (Denominació d'Origen) 级的产区, 受到加泰罗尼亚酒业协会 (INCAVI) 的管理。每个产区都有自己的质量检验部门依照法国 AC 和意大利 DOC 的标准负责控制可种植葡萄品种和各种类酒的制作过程。这 8 个产区各具特色, 生产不同口味的葡萄酒。塔拉戈那成产一种口味非常甜的加巧克力的棕色葡萄酒。著名的葡萄酒酿造世家贝利奥拉特的葡萄酒产于多山地区, 所以味道独特且价格较高。最著名的葡萄酒还是产自于宾纳戴斯地区, 这里是加泰罗尼亚最大最重要的葡萄酒产地。

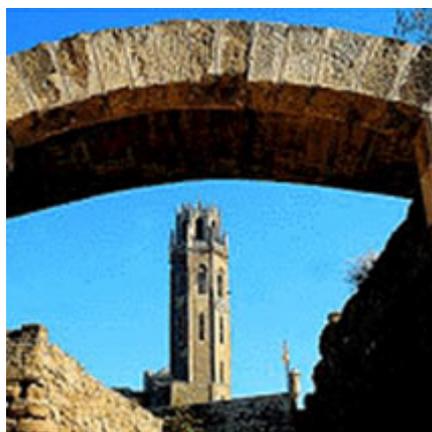
❖ 莱里达 Lleida

距离巴塞罗那 153 公里的莱里达是加泰罗尼亚西半区的首府。这座以丰富的文化遗产而闻名的城市, 恬静舒



适，特别适合游客漫步在它的大街小巷，慢慢地感受凝聚着历史的建筑透出的文化气息。

城市的地标性建筑古罗马哥特式大教堂 **Seu Vella** 于 1203 年开始为圣母玛利亚而建造，在 2003 年刚刚举办过纪念其成立 800 周年的活动，当时还开设了与教堂相关的展览。位于教堂西部的回廊内由尖尖的拱顶和圆形的透光窗户构成的中庭被分成 5 个部分，里面还有一些精美的中世纪壁画和雕塑。教堂高高耸立的钟楼十分引人注目，有两个 15 世纪的哥特式古钟，一个在整点敲响，一个每隔 15 分钟时敲响，此外还有 5 个礼拜日时鸣响的电铃。大教堂处还有古穆斯林城堡遗址，这里是见证了巴塞罗那伯爵贝伦格尔四世(Berenguer IV)和阿拉贡国王的女儿举行婚礼的地方，不久将成为城市的历史博物馆。位于 **Seu Vella** 教堂西南部的莱里达市政厅 (**Palau de la Paeria**) 是罗马式市立建筑的杰出典范，面对萨格雷 (**Segre**) 河的立面混合了新古典主义风格和中世纪风格，内部庭院、市档案室和以前用作监狱的地下室是参观的亮点。市政厅西面不远处是一座带复杂花叶装饰的哥特式建筑，这里是以前的圣玛利亚医院(**Hospital de Santa Maria**)，现在是莱里达人研究院(**Institut de Estudis**)，里面举办一些临时展览和城市各个历史时期的钱币收藏展。附近建于 1915 年的加乌马·莫雷纳(**Jaume Morera**)美术馆是西班牙历史最悠久的美术馆之一，内部展示了现实主义风景画画家莫雷纳的作品和莱里达艺术家的现代艺术，也是到访城市不可错过的景点。



沉浸在历史中的莱里达同样沾染了现代化的气息。这里是购物和美食城市，拥有长时间零售业销售历史的一代代店主早已适应了现代市场的需求，变着法的吸引游客。沿萨格雷河两旁购物店林立，一条 2.2 公里长的步行购物街更是把你带入眼花缭乱的充斥着各种商品的海洋。莱里达还以其品种多样的美食著称，当地出产的新鲜食品总是能作出各种各样令你垂涎欲滴的美味菜肴，其中，蜗牛是特色菜之一。

喜好自然的游客不能错过位于城市郊区的 **La Mitjana** 自然公园，那里植被茂密，河水潺潺，许多鸟类、野鸭、狐狸、野猪等野生物点缀其中，徒增了许多生趣。无论是观察野生

物还是散步锻炼，这里都是绝佳的场所。

如何前往：从巴塞罗那桑兹总火车站或格拉西亚大街火车站有火车定期来往于莱里达，在北方长途汽车站坐 **Alsina Graells** 公司长途汽车也可到达。

旅游信息处

地址：Major, 31 bis 25007 Lleida

电话：902 250 050

开放时间：周一～周六: 11:00～20:00 周日 11:00～13:30

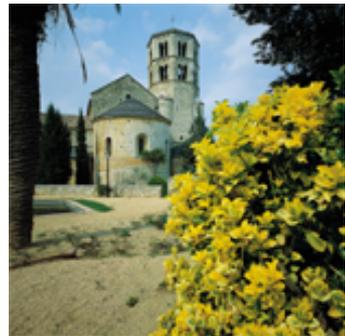
网址：www.turismedelleida.com

巴塞罗那北部 North of Barcelona

❖ 吉罗那 Girona

吉罗那位于巴塞罗那以北 100 公里处，是加泰罗尼亚区第二大城市。早在中世纪时，这里就是规模庞大且具影响力的犹太人居住区。现在，寂静的小城依然保存有不少犹太人的遗迹。

吉罗那的景点大都集中在大教堂附近。巴洛克风格的大教堂正面顶部有一座罗马式钟楼，从入口进入后左侧方向是精致的罗马式回廊和教堂中最值得一看的牧师博物馆（**Museu Capitular**）。博物馆中的一些宗教艺术品，如用刺绣的方式描绘了旧约全书里创世纪场面的 12 世纪织锦挂毯，十分吸引人。教堂的右侧现在是吉罗那美术馆，这里的展品主要是从西哥特时期到 19 世纪的绘画、雕塑、家具、玻璃器皿和金银工艺品，还有哥特风格的祭坛画，都陈列在拱形的大厅里。在教堂的后面是由摩尔手工艺者于 13 世纪修建的浴池。据说过去这里的浴池不仅分为凉水、温水、热水等不同温度的浴池，还可以洗桑拿浴。其中最吸引人的部分是冷水池，其天窗由修长的圆柱围起来，设计十分巧妙。



如今，这座奥尼亚河畔历史悠久的大学城呈现出现代化的一面，众多的年轻人为城市生活注入了活力，街道上布满了艺廊和现代派建筑，一些时髦的商店、酒吧和餐厅应运而生。

在吉罗那北部 18 公里处有一个安静的小镇巴尼奥拉斯（**Banyoles**），曾是举办 1992



年奥运会塞艇比赛地，游客可以租船绕着湖畔看看那些美丽的村庄，真是不错的享受。在老城区带拱廊的中心广场上每周三还有一个持续了约千年的市场。

如何前往：从巴塞罗那总火车站和格拉西亚大街都有火车定期前往吉罗那，行程 1 个半小时。也可从北部长途巴士总站（Estació del Nord）前往，行程大约 1 小时 20 分钟。

旅游信息处

地址：Rambla de la Llibertat, 1, 17004 Girona

电话：972 226 575

传真：972 226 612

开放时间：周一～周五 8:00～20:00

周六 8:00～14:00 16:00～20:00

周日和节假日 9:00～14:00

❖ 菲格拉斯 Figueres

菲格拉斯位于巴塞罗那以北离法国边境 20 公里处。2004 年的“达利年”再度唤起了人们对本世纪的世界级绘画大师萨尔瓦多·达利（Salvador Dalí）的回忆，而这个小镇也因为它的怪诞不羁、受人喜爱的超现实主义艺术巨子而闻名于世。

自从 1974 年达利在这里创建了举世闻名的达利剧院博物馆，菲格拉斯便成为吸引全球艺术爱好者的胜地。剧院博物馆的设计都是由达利本人亲自完成的，光从其外观看，达利的怪诞已可见一斑。博物馆的顶部有一个巨大的玻璃圆屋顶，周围是许多或立或倒的鸡蛋和一些雌雄同体的小雕塑夹杂其间。鸡蛋表示生命和变化，是在达利的作品中经常出现的主题。馆内收藏着达利在各个创作阶段的不计其数的画作，其中包括《挂钟》、《维纳斯的幻影》、《纳希瑟斯的蜕变》、《记忆的永恒》、《西班牙内战的预感》等等惊人视听的作品。除了绘画，还有达利设计的雕塑、珠宝、家具等。最有意思的是，在一个展厅里，达利的几件作品居然被布置成美国性感女影星梅·韦斯特的面容。在博物馆中心的地下室内有达利的坟墓，那里还展出达利设计的部分金饰。身处博物馆中，观众无时不刻都会被达利出人意表的奇思怪想所吸引，任何小角落，小细节，楼



梯口、地板、天花板、墙壁、花园和阳台等无不使人目不暇给，到处充满了惊叹、幽默、梦幻、奇迹。正如达利自己所说：“无疑有其他的世界存在于我们的世界之中，它就在这个地球上，更准确的说，就在这座博物馆之中，这个世界就是引发幻觉的超现实主义世界。”

达利的妻子加拉是他创作灵感的缪斯，在达利的作品中，除了加拉，从来没有过别的女人出现，加拉是他心目中唯一的女神。在菲格拉斯东南部 22 公里处有达利献给他妻子加拉 (Gala) 的 12 世纪城堡 (Castell de Pubol)，房子内有达利给加拉用以裱饰的部分画作，楼上还有加拉的高级漂亮的女时装供游客欣赏。

如何前往：从巴塞罗那总火车站和格拉西亚大街处都有火车定期前往吉罗那，行程约 2 小时。从北部巴士总站 (Estació del Nord) 也有巴士直通，行程大约 2 小时 20 分钟。

旅游信息处

地址：Plaça del Sol, Figueres

电话：972 503 155

时间：6 月~9 月中旬：周一~周六 9:00~21:00 周日 9:00~15:00

9 月中旬~5 月：周二~周六 9:00~14:00; 15:30~18:30 周日 9:00~14:00

达利剧院博物馆

地址：Plaça Gala~Salvador Dalí, 5 Figueres

电话：972 677 509

开放时间：1 月~6 月；10 月~12 月 10:30~17:45;

7 月~9 月 9:00~19:45

票价：个人 9 欧元，团体 5 欧元，学生 6.5 欧元，9 岁以下儿童免票

巴塞罗那南部 South of Barcelona

❖ 锡切斯 Sitges

锡切斯位于巴塞罗那南部 37 公里处。在这座令人憧憬的小城里，到处都是那么美丽动人。一座玫瑰色的教堂位于伸出的海角上，被周围雪白的房屋簇拥着，好似一朵盛开的鲜花。这里是资产阶级的别墅区，聚集着许多钟爱艺术的有钱人，而这些有钱的经济援助者周围大多聚集着不少有着一定才能的



艺术家，这也就是这里被称之为“艺术之城”的原因。19世纪末，“4只小猫”咖啡厅的创始人现代派画家圣地亚哥·卢西尼奥尔（Santiago Rusinol）在这里安家，当时就曾经是艺术家、音乐家和作家的聚集地。如今，他的住所已成为卡乌·费拉特（Museu Cau Ferrat）美术馆，海蓝色的墙壁上挂着他的好朋友毕加索的作品，整个房间还有许多加泰罗尼亚铁艺术品装饰和他的私人收藏品。

锡切斯到处弥漫着热闹的节日气氛，2月到3月的狂欢节庆祝是西班牙最大最疯狂的节日之一，大家——边喝酒，一边唱歌跳舞，通宵达旦直到天明。6月的圣体节(Festa de Corpus)，大街小巷铺满了鲜花，小城成为了五彩缤纷、香气扑鼻的大花园。到了8月末，巨人像的传统游行又开始热热闹闹的上演……

到了夏天，这里的海滩成为了巴塞罗那南部海岸线上最亮的风景线——上面布满了阳伞和折叠躺椅，无数的疗养者和游客把这里当成他的（她）们的度假胜地和乐园。在这段时间里，普通的民居也就全部变成了接待游客夏季休假用的公寓了。平常的日子，在白色墙壁的房屋之间悠闲地散散步，游览一下布满街道的咖啡厅、纪念品商店和小酒馆(香槟酒专卖店)，坐在里面品味西班牙产的冰凉的香槟酒，也是非常令人感到惬意的事。

如何前往：从巴塞罗那总火车站 (Estació Sants) 和格拉西亚大街 (Passeig de Gràcia) 处都有火车定期前往锡切斯，从西班牙广场乘 Monbus 长途汽车也可前往，30分钟左右即可到达。

旅游信息处

地址：Sinya Morera, 1, 08870 Sitges

电话：938 944 251

网址：www.sitges.com

开放时间：9月15日~6月30日 周一~周五 9:00~14:00 16:00~18:30

周六 10:00~13:00

7月1日~9月14日 周一~周日 9:00~21:00

❖ 塔拉戈纳 Tarragona

塔拉戈纳在巴塞罗那南面约90公里的位置。公元前3世纪末，罗马人在这里建立了一个军事基地，由于它在征服整个利比里亚半岛的过程中所起的巨大作用，罗马人决定发展这里，修建了许多的神殿、浴池、斗兽场、马戏场和广场。所以，现在的塔拉戈纳遗留下



了许多罗马式建筑古迹。

从 12 世纪末开始修建直到 1331 年才完成的大教堂，是罗马式风格向哥特风格转换的完美范例。长长的阶梯通向它的主立面，地基下面就是古罗马时代的神殿遗址。罗马式入口处有 13 世纪的圣母和耶稣 12 使徒像，拱门上部是一大块圆形的雕花彩色玻璃。走进大教堂的内部，我们可以看到受伊斯兰教风格影响的回廊，回廊内有精致的刻有寓言故事人物的圆柱。另外，在建筑后部的中央部分摆放的祭坛里描画着塔拉戈纳的守护神的生平。



在老城区边上的国王广场旁的建筑是以镶嵌工艺品闻名的考古学博物馆，展示着从塔拉戈纳出土的古罗马时代的雕像、金币、硬币等。旁边的建筑物是古罗马博物馆，这里曾是奥古斯都和哈得良大帝的住所，后来被阿拉贡国王在罗马遗迹上建起了一座城堡。你可以到地下建于 1 世纪曾经举行战车比赛的环形场地看看，也可以乘电梯到上面观看老城的全景。

在忙碌的港口处有许多海鲜餐馆，你可以边享受美味，边感受一下古罗马时代凝重的历史感。海岸边有一处观景台，从这里看到的地中海的景色真是美妙绝伦。再沿着海岸线一直往前走，在右侧的悬崖下面可以看到圆形竞技场的遗迹，这个充满血腥的场所旁还有一个纪念基督教殉难者的教堂。

在距塔拉戈纳西南部还有一个恩布雷三角洲自然公园（Delta de L'Ebre），那里有 300 多种鸟类，包括火烈鸟、苍鹭和各种类的鸭子，色彩缤纷的生物栖息在这里广阔的沼泽地，顶上是无垠的蓝天，构成了一幅令人屏息，无法言语的美丽画面。

如何前往：从巴塞罗那桑兹总火车站和格拉西亚大街车站都有火车定期前往塔拉戈纳，从北部巴士总站（Estació del Nord）也有巴士直通，行程 1 小时左右。

旅游信息处

Patronat de Turisme de Tarragona

地址：Major, 39, 43003 Tarragona

电话：977 245 203

开放时间：周一～周五 10:00～14:00 / 16:30～19:00 周六、周日 10:00～14:00

❖ 巴利阿里群岛 Illes de Balears

巴利阿里群岛位于巴塞罗那南部约 200 公里处的地中海上，由马略卡(Mallorca)、梅诺卡(Menorca)、伊维萨(Ibiza)和福尔门特拉(Formentera)4 个主要岛屿组成，其中最大的岛屿马略卡岛是群岛最重要的旅游中心。岛上的国际机场规模宏大，平均每 10 分钟起降一架航班，从世界各地飞往巴利阿里群岛的第一站就在这里。

马略卡岛西部、北部为陡峭的悬崖峭壁，东部、南部为辽阔的海湾与一望无际的沙滩，自古以来就是理想的休养和旅游胜地，全岛海滨游艇如织，大型游轮触目皆是，被誉为“欧洲的夏威夷”。这个小小的岛屿人口只有 4 万多，但每年却接待了 400 多万游客，其中有的住 2 至 3 天，但大多数是住两个星期左右的度假客。帕尔马(Palma de Mallorca)是马略卡的首府，也是巴利阿里群岛最繁华热闹的旅游城市，在这里，尽收眼底的是海滨楼阁、城堡、棕榈树等一幕幕多姿多彩的热带风光。城区内的博尔内大道是市区最繁荣的交通干线，这里既有罗马人和阿拉伯人的古老遗址，又有现代派的建筑物。哥特式的大教堂始建于 1230 年，1601 年建成。教堂内部的中庭由 8 根八角形石柱支撑，顶部由 1236 片彩绘玻璃构成，每当阳光照射，室内充满缤纷的色彩，十分壮观迷人。教堂附近的老街区也有不少也有不少景点，曾是阿拉伯国王宫殿的阿尔姆戴纳宫和诉说城市历史的马略卡博物馆都值得浏览。

风景秀丽的海滩休闲地位于城区南部，因全年温差不大，大部分日子都可在海滩采光游泳。海水、阳光、沙滩是帕尔马旅游资源的主旋律。沙滩上游完泳躺着晒日光浴的游客很多，女的穿三点式泳装，许多人是半裸，类似“天体海滨浴场”，相当开放。

位于马略卡岛西南方向 122 公里处的伊维萨岛自古以来受多种文化影响，中心都市伊维萨市是该岛首府。岛上美丽的海水浴场非常多，市区西南方 1.5 公里和东边 2 公里处的海水浴场非常有名，总是挤满了游客。从海边眺望整个市区，茶色的屋顶、白色的墙壁和碧绿的大海构成了一幅绝美的风景画。这里也有一座大教堂，教堂旁边的考古学博物馆内展出着迦太基时代和古罗马时代的琉璃制品。从博物馆进入迷宫般错综复杂的旧城区，小巷中有一些餐厅、时装店和纪念品店，是游客喜爱光顾的场所。需要提醒您的是注意的是，伊维萨岛也是乘船通往地中海最后的极乐之地富尔门特拉岛的惟一通路。

位于马略卡岛东北方向的梅诺卡岛，由于曾经被英国人占领，明显带有英国文化的烙印。首府马温市内给末最大的圣玛利亚教堂的钟楼已经成为这座城市的标志，教堂内部的管风琴以其音量和音质赢得过无数赞誉。教堂附近的步行街新街(Carrer Nou)以销售奶酪，杜松子酒，防真珠宝等传统产品的商店而著称。港口地区加工制作杜松子酒的作坊值得参观，这里也汇集了岛上最好的餐馆和露天咖啡厅，可以在游览过后轻松一下。

如何前往：从巴塞罗那乘机前往帕尔马需 35 分钟，前往伊维萨需 40 分钟。

乘渡轮从巴塞罗那到巴利阿里群岛 (Ferry)

路线：巴塞罗那-伊维萨 (Ibiza) / 马翁 (Mahón) / 帕尔马 (Palma)

票价：单程 单人票价 25.30 欧元 (座票) 41.20 欧元 (卧铺)

出发时间：请参考网站www.trasmediterrane.es



Umafisa 游轮

路线：巴塞罗那-伊维萨 (Barcelona-Ibiza)

单人票价 45.43 欧元 (座票)，155.80 欧元 (卧铺) (只有单程)

电话: 932 210 156

出发时间：请参考网站www.umafisa.com

Baleària 游轮

路线：巴塞罗那-伊维萨 (Barcelona-Ibiza)

出发时间：请参考网站www.balearia.net

旅游信息处

地址：Montenegro, 5 07012 Palma de Mallorca

电话：971 177 150

网址：www.visitbalears.com