

# 西班牙

文化旅游路线



[www.spain.info](http://www.spain.info)

# 坎塔布里亚海



大西洋

地中海

西班牙工业和旅游部  
出版: © Turespaña  
撰写: Lionbridge  
NIPO: 086-17-060-7

免费资料

本手册的内容均为精心制作。然而, 如果您发现任何错误, 请通过邮件 [brochures@tourspain.es](mailto:brochures@tourspain.es) 和我们联系, 帮助我们改善。

封面: 萨拉戈萨比拉尔 (Pilar) 教堂  
封底: 塞哥维亚的古罗马引水渠

## 目录

介绍	3
名人线路	4
唐吉诃德之路	
查理五世之路	
熙德之路	
海明威之路	
华盛顿·欧文之路	
多元文化的印记	11
白银之路	
犹太寻根之路	
安达卢西亚阿拉伯文化遗产之路	
古罗马贝提卡路线	
艺术和建筑	16
岩画艺术之路	
到西班牙北部探索罗马式艺术	
爱上安达卢西亚的穆德哈式艺术	
城堡之路	
圣周文化之路	
品尝美食	20
葡萄酒之路	
伊比利亚火腿之路	
圣地亚哥朝圣之路	22



照片：Rubén Martínez Barricarte / 123RF.com

西班牙邀请你探索其精彩纷呈的文化之旅线路来了解这个国家。

## 介绍

▲ 阿尔罕布拉宫  
格拉纳达

来了解这个国家的传统习俗，深入探索历史悠久的文化。这段旅程中你可以参观历史名城、游览让人惊叹的自然景观和充满历史意义的目的地。在探索西班牙让人赞叹的文化遗产的同时，体验让人难忘的经历。

选择多到数不胜数。幻想自己就是唐吉珂德那样的文学作品中的人物，到拉曼查地区探索塞万提斯小说中的景色。沿着白银之路探访当年古罗马帝国士兵走过的道路，或者走一走圣地亚哥朝圣之路，体验让你毕生难忘的冒险之旅。

如果你热爱美食，那么葡萄酒之路一定很吸引你。尝一尝世界上最美味的葡萄酒，夜宿于葡萄园之间，探访历史悠久的庄园，再在葡萄酒水疗中彻底放松。你喜欢伊比利亚火腿吗？在安达卢西亚、埃斯特雷马杜拉或卡斯蒂亚和莱昂，你都可以尽情享受这种美食。

穿越时空，探索阿拉伯人、犹太人和基督教徒在这片土地的文明中留下的印记。在这里有很多美景不断的线路，一定会让你大为赞叹。

跟我们一起探索西班牙吧。不管你选择其中的哪一条线路，都将觉得不枉此行。



## 名人 线路

▲ 康苏埃格拉 (CONSUEGRA)  
托莱多

### 唐吉诃德之路： 追寻塞万提斯小说中的足迹

深入了解一下世界文学中的经典名作《唐吉诃德》。游览途中你会经过塞万提斯笔下描述的百年村落、历史古道和大自然美景。准备好大战风车，获取达辛妮亚的爱，以及品尝像“duelos y quebrantos”这样的名菜。这道拉曼查地区的经典菜肴以鸡蛋、香肠和腌五花肉为主料炒制而成。

从阿尔卡拉德埃纳雷斯 (Alcalá de Henares) 开始你的旅行线路。这座位于马德里的小镇是塞万提斯的出生地，其大学和历史中心已被列为世界遗产。探访这里的古典剧场 (Corral de Comedias)，这也是欧洲最古老的古典剧场之一；再到市中心的塞万提斯广场一游。在马约尔大街精美的拱

廊下，满是商店、咖啡厅和酒吧，你可以在那里品尝出名的小吃tapas。塞万提斯故居博物馆重建了这位著名作家出生并度过童年时光的宅院。

马德里是路线中不容错过的一站。教堂的塞万提斯墓和赤足修道院 (convento de las Trinitarias Descalzas) 一定会让你印象深刻，那里安息着米格尔·德·塞万提斯的遗体。到阿尔贝托之家 (Casa Alberto) 酒馆喝上一杯，这家酒馆始于1827年，建于另外一座十六世纪的，塞万提斯曾经居住过的建筑之上。他在这里写下了《贝尔西雷斯和西希斯蒙达历险记》以及《唐吉诃德》的下半部。

在这条线路里你一定要包括进托莱多，这是一座交融三种文化的古城。来这里探访狭窄的街道和被列为世界遗产的老城区。在庭德斯广场 (Plaza de los Tintes) 坐落着这位作家的故居。再到埃尔托沃索 (El Toboso) 一游，这是小说中唐吉诃德的爱人达辛妮亚居住的村落。

在雷阿尔城等待着你的 坎波德克里普塔纳 (Campo de Criptana) 的大风车，唐吉诃德就是在那里与风车大战。探访阿尔马格罗 (Almagro)，这里保留着一处十七世纪的露天剧场。走之前一定别忘了尝一尝拉曼查奶酪。



露天剧场  
阿尔玛格罗 (雷阿尔城)



托莱多

► 塞万提斯的雕像  
托莱多



## 查理五世之路： 追寻帝王的足迹

追寻查理五世在布鲁塞尔退位之后的足迹。这位国王带着50只船的舰队抵达了西班牙北部，开始在坎塔布里亚、卡斯蒂亚和莱昂以及埃斯特雷马杜拉展开了旅程，直到到达他的隐居之所尤思特（Yuste）修道院。



▲ 拉雷多 (LAREDO)  
坎塔布里亚

从坎塔布里亚的拉雷多 (Laredo) 开始旅程，这位国王于1556年在此登陆，现在这里有他的半身雕塑。在这座充满魅力的城市的老城区漫步。欣赏城墙和庄园宅院。你还可以到拉萨尔维 (La Salve) 海滩晒太阳，尝试冲浪或者乘船一游坎塔布里亚海。

探索卡斯蒂利亚和莱昂。到布尔戈斯的梅迪纳德波马尔 (Medina de Pomar) 一游，查理五世在这里过了一夜；也可以造访维拉斯科 (Velasco) 城堡，这座建于十四世纪的城堡十分宏伟。在极具纪念意义的布尔戈斯，穿过圣母玛利亚拱门，这是这座城市历史最悠久的城门之一。



▲ 圣玛丽亚拱门  
布尔戈斯

在其内部，顺着源于中世纪的楼梯就能到达几个收藏着有趣的历史物件和描绘查理五世的绘画作品的大厅。继续前行就到了大教堂，这是一座被联合国教科文组织列为世界遗产的瑰宝建筑，欣赏其壮观的尖塔。

在巴伦西亚 (Palencia)，本塔德瓦尼奥斯 (Venta de Baños) 等待你的到来。这里讲述了西哥特王雷塞思温托 (Recesvinto) 的传奇故事，他在这里众多的泉水中的一处体会到了其神奇的疗效，作为感谢，派人在此修建了圣胡安德瓦尼奥斯 (San Juan de Baños) 教堂。其华美的内部装饰会让你炫目。

在路过景色优美的区域，比如杜埃尼亚斯 (Dueñas) 之后，你就到达了巴亚多利德省，西哥特王就在其省会古老的皇宫中留宿过。漫步其中的同

时，欣赏宫殿、马约尔广场和大教堂。在游览了这么多地方之后，你可以坐下来美餐一顿烤乳羊，这是这个省最出名的烤肉菜肴。

你到达萨拉曼卡的地界后，可以在佩尼亚兰达德布拉卡蒙特（Peñaranda de Bracamonte）停留。你一定会爱上这里的古城区的。继续前行到阿维拉，阿维拉的巴克区（Barco de Ávila）一定会像当年张开双臂欢迎西哥特王一样欢迎你的到来。尝一尝这里最出名的炖白豆，从城堡里欣赏托尔梅斯（Tormes）河的美景。

在这条线路的最后一段埃斯特雷马杜拉，你可以尽情欣赏自然美景。如果你有幸在春天来访，就能在赫尔特（Jerte）山谷看到樱花绽放。地狱咽喉（Garganta de los Infiernos）自然保护区的美景一定能给你带去惊喜。观赏划过天际的西班牙帝鵟和褐秃鹫，赞叹其冰川的美景。在尤思特（Yuste）修道院结束这条国王之旅，在修道院旁边就是查理五世命人修建的宫殿，他在此度过了人生最后的日子。

① [www.theroutesofcharlesv.com](http://www.theroutesofcharlesv.com)



▲ 圣胡安德瓦尼亚斯（SAN JUAN DE BAÑOS）教堂  
布尔戈斯的本塔德瓦尼亚斯（VENTA DE BAÑOS）



圣保罗教堂  
巴亚多利德

▼ 赫尔特（JERTE）山谷  
卡塞雷斯





## 熙德之路： 追寻中世纪骑士的冒险旅程

你听说过《熙德之歌》吗？那是十二世纪的一首著名的史诗，讲述的是充满传奇色彩的骑士罗德里戈·迪亚兹·德·维瓦尔，也就是英雄熙德的故事。在这条追随其足迹的线路中，你会穿过八个省份：布尔戈斯、索里亚、瓜达拉哈拉、萨拉戈萨、特鲁埃尔、卡斯迪翁、瓦伦西亚和阿里坎特。你可以步行、骑自行车、驾车或者骑摩托车游览。

你可以从维瓦尔德熙德 (Vivar del Cid) 开始游览线路，这一充满历史传统的小镇是中世纪英雄的出生地，从那里你可以前往布尔戈斯。在大教堂里埋葬着熙德和他的妻子希梅纳 (Jimena) 的遗体。如果你十月前往，可以参加布尔戈斯熙德 (Burgos Cidiano) 节，整座城市在这几天内仿佛回到了中世纪，到处都是露天表演、竞赛和中世纪市场……

在瓜达拉哈拉，你可以参观宏伟的堡垒，比如哈德拉克 (Jadraque) 城堡，也被称为熙德城堡，或者到锡古恩萨 (Sigüenza) 城堡，这里建成了古堡酒店，你可以在此过夜，品尝当地一流的美食。

继续前行至索里亚，在这里等待你的是像麦蒂纳塞利 (Medinaceli) 这样美丽的城市，这里保留着西班牙境内唯一的三重拱门。

你在这里看到的景色充满着多样性，对比鲜明：从瓜达拉哈拉 (Guadalajara) 山脉及其被列为世界遗产的特赫拉内格拉 (Tejera Negra) 山毛榉林，到位于萨拉戈萨的维加德尔哈龙 (Vega del Jalón) 的月球般景象，一路美不胜收。



卡拉塔尤德 (Calatayud) 是这条线路中的另一个景点。这里最值得一游的有阿拉伯风格要塞，穆德哈尔式历史建筑群，其中最耀眼的就是圣玛利亚拉马约尔 (Santa María la Mayo) 学院，该学院被列为联合国教科文组织世界遗产。位于特鲁埃尔的阿尔巴拉辛 (Albarracín) 让人惊叹的不仅有城墙和充满历史气息的老城区，还有古罗马引水渠。

继续前行至瓦伦西亚，在1094年吸引熙德前来的城市。这座城市名胜古迹众多，比如大教堂和丝绸市场，均被列为世界遗产；这里前卫的建筑也会让你大为赞叹，比如艺术科学城就是最好的代表。别忘了尝一尝西班牙烩饭，或者到海滩晒太阳。

① [www.caminodelcid.org](http://www.caminodelcid.org)

▼ 奔牛节  
潘普洛纳

### 海明威之路：

从诺贝尔奖得主的文笔中了解纳瓦拉

了解这位美国作家笔下的潘普洛纳（纳瓦拉大区的首府），其周围的美景也会让你的旅程毕生难忘。海明威之路让你有机会探索这些这位诺贝尔文学奖得主深爱的地方，他之后九次回到这里。

到城堡广场走一走，在这位作家最爱的地方停留，喝上一杯，比如Txoko酒吧、Kutz 咖啡厅和Iruña咖啡厅。你还可以参观拉贝拉 (La Perla) 酒店，海明威就曾经入住这座酒店，这座酒店也出现在《太阳照常升起》中。如果你在7月6日至14日间到此，还可以参加奔牛节，这一节日也是受到了海明威的启发。

这里还有很多别的地方因为风景和宁静的氛围征服了海明威，来了解一下吧。在阿里维 (Aribe)、布尔盖特 (Burguete) 和叶萨 (Yesa) 你可以垂钓、休息和品尝纳瓦拉最地道的美食。





伊莎贝拉二世大桥  
塞维利亚

### 华盛顿·欧文之路： 浪漫主义作家笔下的安达卢西亚

追寻华盛顿·欧文在1829年走过的路程，西班牙穆斯林文化的丰富程度和异国情调让他如痴如醉。这条线路连接塞维利亚和格拉纳达，也是线路中最重要的两站。

来了解一下这位作家为何爱上了塞维利亚这座充满历史积淀的城市。你会为这里被列为世界遗产的大教堂而惊叹，这里最初是一个大清真寺。你还可以拾级而上，登上吉拉达（Giralda）钟楼，欣赏让人难忘的城市风景。探索特里阿那（Triana）区，到这里众多的酒馆中来一杯加强葡萄酒，到弗拉门戈酒馆欣赏一场被列为人类非物质文化遗产的弗拉门戈表演。

格拉纳达的魅力一定能吸引你。参观古老的皇城、堡垒也是纳萨利王朝苏丹们寝宫的阿尔罕布拉宫，该皇宫已被联合国教科文组织列为世界遗产。探访这里仿佛出自《一千零一夜》故事中的宫殿和花园，然后再到老城区品尝西班牙小吃，为自己充电。

沿着这条线路你还可以深入探访塞维利亚地区景色优美的村落，比如卡尔莫纳（Carmona）、马尔切纳（Marchena），以及埃西哈（Écija）；或是格拉纳达地区的村落，比如阿拉玛（Alhama）。

① [www.legadoandalusi.es/las-rutas/ruta-de-washington-irving](http://www.legadoandalusi.es/las-rutas/ruta-de-washington-irving)



吉拉达钟楼  
塞维利亚





## 多元文化的 印记

你会爱上一路上看到的风光。

▲ 雅典娜 (DIANA) 神庙  
梅里达

### 白银之路： 沿着古罗马道路游览

这条路是一条连接塞维利亚和希洪的古罗马线路。沿着这条贯穿西班牙南北的线路，穿越四个自治区，探索不同的景色、文化和美食：安达卢西亚、埃斯特雷马杜拉、卡斯蒂亚和莱昂以及阿斯图里亚斯。

你还会路过多个生物圈保护区以及两个国家公园：安达卢西亚的**多尼亚那 (Doñana)** 国家公园以及**卡塞雷斯的蒙弗拉圭 (Monfragüe)** 自然公园。

你可以从安达卢西亚的首府塞维利亚开始这条线路。在老城区熙熙攘攘的街道和广场漫步，可以看到被列为世界遗产的三座建筑：塞维利亚王宫、大教堂和西印度群岛综合档案馆。游览以美食闻名的特里阿那 (Triana) 区，这里有很多小酒馆和tablaos（专门进行弗拉门戈歌舞表演的小酒馆）。别忘了尝一尝gazpacho，这是一种安达卢西亚特有的西红柿冷汤。

在埃斯特雷马杜拉，你会看到种满农作物的平原、葡萄园和牧场。卡塞雷斯的老城区和梅里达的考古遗迹会让你赞叹不已，这两个地方都被联合国教科文组织列为世界遗产。在卡塞雷斯省，等待你的还有风景秀丽的埃尔瓦斯（Hervás）山谷，以其满是狭窄陡峭街道的犹太区闻名；另外还有布拉森西亚（Plasencia）的历史建筑群，其中包括两座大教堂、宫殿和贵族宅邸。品尝一下西班牙最好的火腿之一埃斯特雷马杜拉出产的伊比利亚火腿；到古罗马浴池蒙特马约尔（Montemayor）浴池放松身心。



▲ 罗马式马赛克  
罗马艺术国家博物馆（梅里达）

卡斯蒂亚和莱昂自治区有很多历史纪念意义很高的景点等待着你，比如萨拉曼卡就因为世界上最古老的大学之一而闻名，而其历史中心已被联合国教科文组织列为世界遗产；萨莫拉的古罗马遗迹则会让你大为惊叹；莱昂宏伟的大教堂是西班牙最让人赞叹的哥特式教堂之一。这里美味的烤乳猪和烤羊帮你补充能量，重新踏上旅程。

在阿斯图里亚斯你可以继续探索具有建筑价值的瑰宝，比如前罗马时代的圣玛利亚德那朗科（Santa María del Naranco）教堂以及奥维耶多的圣米盖尔德里约（San Miguel de Lillo）教堂，两所教堂均被列为世界遗产。这条线路上另一个景点是米埃雷斯（Mieres）议会，这里是古罗马人往返阿斯图里亚斯和高原之间重要的驿站。这里的山地、山谷及河流风光特别适合徒步或骑自行车旅游。等到达目的地希洪之后，你

可以在坎塔布里亚海边的海滩漫步。也可以选择落座一家餐厅，品尝新鲜海鱼烹制的美味或者香肠炖白豆以及阿斯图里亚最传统的苹果酒。最后，你可以参观位于西马维拉（Cimavilla）历史街区的坎波瓦尔德斯（Campo Valdés）罗马温泉博物馆，以及保留下来的罗马城墙遗迹。

如果你喜欢高尔夫，那希洪、塞维利亚、莱昂和贝纳文特（Benavente）有很多配套设施现代化的球场供你选择。

① [www.rutadelaplata.com](http://www.rutadelaplata.com)

### 犹太寻根之路： 一览犹太区的线路

犹太寻根之路是探访最美的犹太区的一条旅游线路。西班牙的犹太文化以及最主要的景点邀请你来探索。

这条线路上有二十多个景点。其中最值得一提的有托莱多，这是很多个世纪以来犹太人在西方的宗教和政治中心，而它的老城区则已被列为世界遗产。在Reyes Católicos街，你会看到有着宏伟石柱的圣玛利亚-拉布兰卡（Santa María la Blanca）犹太教堂；在Samuel Levi街则坐落着特朗西多（Tránsito）犹太教堂，里面设有西班牙犹太人博物馆。不远处的犹太人步道坐落着犹太人之家。在其地下室，你可以参观犹太人礼拜洗浴池，也称为miqva。

卡塞雷斯的古犹太区坐落于城墙内，这里有圣安东尼奥（San Antonio）修道院，旧时为犹太教堂所在地。这里陡峭的街道边石灰石墙面的宅院会让你惊叹，这些宅院将城墙作为其后院墙。这座城市（老城区被联合国教科文组织列为世界遗产）是在9月举办的欧洲犹太文化交流会的会场，11月这里还举办三种文化融合的中世纪市场。



洛斯米拉格罗斯（LOS MILAGROS）的水渠  
梅里达



托莱多



▲ 塞哥维亚



▲ 科尔多瓦清真寺  
科尔多瓦

在塞哥维亚（古城和水渠被列为世界遗产），你可以在修复一新的，充满历史文化价值的犹太区漫步。在这个区域坐落着旧时的犹太大教堂，如今成为了耶稣圣体教堂；你还会看到旧时的犹太墓地。

位于阿维拉、巴塞罗那、科尔多瓦、埃尔瓦斯（Hervás）、布拉森西亚（Plasencia）、莱昂等地的犹太区也非常值得一游。到旅游中心免费领取一本“探索者护照”（Pasaporte del Descubridor），游览这个网络中有着独特魅力的城市。

### 安达卢西亚阿拉伯文化遗产之路

阿拉伯人在伊比利亚半岛长达八个世纪的统治在整个半岛都留下了印记，然而阿拉伯文化最好的结晶留在了安达卢西亚，其建筑已被联合国教科文组织列为世界遗产。

安达卢西亚阿拉伯文化遗产（*al-Ándalus*）之路穿过旧时连通格拉达纳王国和安达卢西亚其他地区以及穆尔西亚和葡萄牙的步道。

走过哈里发（Califato）之路，让自己沉浸于历史长河之中，这条线路连通科尔多瓦和格拉纳达，分别为旧时安达卢西亚哈里发和纳萨利王国的都城。你将会走过中世纪伊比利亚半岛往来人数最多的步道，来自世界各地的商人往来于此通商。

纳萨利之路回顾古老的格拉纳达王国的历史。线路沿途可见的防御工事和城堡遗迹让人回想起阿拉伯人和基督教徒在这片区域因为争夺领土而奋战的场面。从那瓦斯德多罗萨（Navas de Tolosa）地区开始这段线路，你将会穿过乌韦达（Úbeda）、拜萨（Baeza）和哈恩，最后在格拉纳达结束线路。此外，这条线路还穿过很多自然风光秀丽的区域，比如马吉那（Magina）山脉、莫雷纳（Morena）山脉拉斯德赫萨斯（Las Dehesas）生物圈保护区、卡索拉（Cazorla）山脉、塞库拉（Segura）山脉以及拉斯比利亚（Las Villas）山脉。



▲ 伊塔利卡 (ITÁLICA) 罗马圆形竞技场  
塞维利亚的圣迪彭瑟 (SANTIPONCE)

通过阿蒙拉韦德王朝和阿蒙哈德王朝之路，你可以了解到这一时期的文明所留下的建筑遗产，尤其是城堡和防御工事。这条线路长达400公里，横穿位于加迪斯的阿尔赫西拉斯 (Algeciras)，分成两个支线，通往格拉纳达。在这条线路上你还可以游览位于加迪斯的赫雷斯德拉富隆特拉 (Jerez de la Frontera)，位于马拉加的隆达 (Ronda) 等地。

① [www.legadoandalusi.es/las-rutas/](http://www.legadoandalusi.es/las-rutas/)

### 古罗马贝提卡路线

这条线路穿过塞维利亚、科尔多瓦和加迪斯三个省，这是古罗马帝国在伊比利亚半岛最南端的领土。

你可以参观塞维利亚的伊塔利卡 (Itálica) 遗迹，这里是图拉真和哈德良皇帝的故乡。参观这里宏伟的剧院和圆形剧场，漫步于蜿蜒曲折的老旧街道，探访宅院、公用建筑，了解当地居民日常生活所用的器皿。到卡尔莫纳 (Carmona) 地区参观大墓地、城市博物馆和两扇古罗马大门。在埃西哈 (Écija) 的地区历史博物馆

你可以观赏让人赞叹的马赛克绘制的《酒神求爱》图。

登上位于科尔多瓦的阿尔莫多瓦德尔里奥 (Almodóvar del Río) 城堡，《权利的游戏》就曾在这里取景，在这里可以俯瞰瓜达尔基维尔 (Guadalquivir) 河蜿蜒曲折的景色。这里的餐厅里有时候会举办中世纪午餐会。离这里很近就是科尔多瓦。那里有三个被联合国教科文组织列为世界遗产的地方等着你的光临：规模名列欧洲前列、风景秀丽的老城区，哈里发城市中麦地那阿扎哈拉 (Medina Azahara) 的遗迹以及令人印象深刻的清真寺-大教堂。

这条线路上另一个不容错过的城市是加迪斯。探索这里充满殖民风格的大街小巷，参观古罗马剧院、主教之家以及考古博物馆。如果天气炎热，那就到拉卡莱塔 (La Caleta) 海滩下水凉快一下，或者到塔里法的博洛尼亚海滩沉醉于迷人的落日景象中，顺便参观巴艾罗克拉乌迪亚 (Baelo Claudia) 考古群。

① [beticaromana.org](http://beticaromana.org)

## 艺术和建筑

你想要回到史前时期吗？进入神秘的洞窟，探索保存的岩画和雕刻，它们是人类第一艺术。

### 岩画艺术之路： 伊比利亚半岛史前时期的历程

在西班牙，你可以参观近百个地方，追寻我们祖先留下的痕迹。其中三个已被联合国科教文组织收录为世界遗产。阿尔塔米拉和坎塔布连山洞、席尔加·维德岩石艺术考古区和地中海原始岩画艺术。共有12条主要路线构成了欧洲第一批岩画艺术馆。

绿色西班牙的洞窟有埃凯贝利(吉普斯夸)、阿尔塔米拉(坎塔布里亚)和蒂多布斯蒂约(阿斯图里亚斯)等，将让你沉醉在旧石器时代的神秘世界及其12000至40000年之久的精美岩画和雕刻之中。其中席尔加·维德岩石艺术考古区为露天洞穴(萨拉曼卡)。

地中海原始岩画艺术(阿拉贡、加泰罗尼亚、瓦伦西亚大区、卡斯蒂利亚-

拉曼查、穆尔西亚和安达卢西亚)的洞穴将让你看到欧洲最后的猎人狩猎的仪式和场景，具有世界上独一无二的被称为“地中海东部岩画艺术”的风格。

在新石器时代和金属时代发展起来的奇特的概略艺术在坎波拉梅罗(蓬特韦德拉)岩画、巴龙萨德罗(索里亚)、丰卡连特(雷阿尔城)、蒙弗拉圭城堡(卡塞雷斯)、洛斯雷德雷罗斯(阿尔梅~里亚)原始洞穴和加尔达尔(大加那利)洞穴中都有惊人的例子。

① 更多信息：[www.prehistour.eu](http://www.prehistour.eu)  
[rutasrupestresespana.prehistour.eu](http://rutasrupestresespana.prehistour.eu)



## 到西班牙北部探索罗马式艺术

穿越时空回到中世纪。到西班牙北部探索丰富多彩的罗马式艺术遗产，游览独一无二的自然景观。

你一定会被阿斯图里亚斯前罗马时期之路吸引。此处坐落于壮丽的山谷和高山间的建筑群被联合国教科文组织列为世界遗产。其中最有名的是**圣玛利亚德那朗科 (Santa María del Naranco)** 教堂。这座建筑矗立于山顶，观赏其精美的侧影一定会让你大为赞叹。在**奥维耶多大教堂**，你会看到一间**圣室 (La Cámara Santa)**，其中精美的黄金首饰和宝石收藏品让人叹为观止。

在列伊达比利牛斯山的博艺 (Boí) 山谷，你会发现一组被列为世界遗产的教堂，比如建于十二世纪壮观的**圣玛利亚德塔乌伊 (Santa María de Taüll)** 教堂，其被自然美景环抱，一定会让你赞不绝口。

在韦斯卡比利牛斯山的哈卡 (Jaca) 市你可以欣赏到西班牙境内最古老的罗马式教堂之一——**哈卡的圣佩德罗 (San Pedro de Jaca)** 大教堂。在同一个省还坐落着**洛阿雷 (Loarre)** 城堡，这是欧洲保存最完好的罗马防御工事之一。

往西边就是卡斯蒂亚和莱昂自治区，在这里等待着你的有隶属布尔戈斯的**圣多明戈德希洛斯 (Santo Domingo de Silos)** 小镇，这里的本笃会修道院是罗马时期的瑰宝，现在成为了朝圣和艺术中心。

**巴伦西亚罗马 (Románico Palentino)** 之路穿越自然风景优美的地区，连接起了欧洲罗马式教堂和修道院最密

集的地区。你一定会爱上**佛罗米斯塔 (Frómista)** 地区，这里坐落着**圣马丁托尔斯 (San Martín de Tours)** 教堂，以及**卡利翁德罗斯孔特斯 (Carrión de los Condes)** 这座很重要的中世纪庄园。

**萨莫拉**被认为是罗马时期的都城，大部分罗马式建筑都保留了下来。参观这里的大教堂，这座大教堂是卡斯蒂亚和莱昂地区最小但最古老的大教堂之一。教堂壮观的圆顶布满了16扇玻璃窗，一定会让你大为赞叹。在萨莫拉地区，你一定会爱上小镇**多罗 (Toro)**，这座扇形小镇的中心坐落着建于十二世纪的**圣玛利亚拉马约尔 (Santa María la Mayor)** 学院。

在**莱昂市**，你还可以看到西班牙另一座最重要的古罗马建筑——**圣伊西德罗 (San Isidoro)** 皇家教堂。皇家万神殿 (Panteón Real) 的壁画会让你叹为观止。

**萨克拉河岸 (Ribeira Sacra)** 地处加利西亚内陆，包括了**希尔 (Sil)** 河和**米尼奥 (Miño)** 河沿岸地区。这里等待你的是十几个中世纪修道院，不难想象这个地区在中世纪的重要地位。其中最值得一提的是**希尔河岸圣埃斯特班修道院 (San Esteban de Ribas de Sil)**，位于**诺盖拉德拉穆伊恩 (Nogueira de Ramuín)** 地区北部。这不仅是萨克拉河岸地区最大的修道院，现在也成为了奢华的古堡酒店。

## 爱上安达卢西亚的穆德哈尔式艺术

如果你喜欢艺术和建筑，沿这条线路你可以探索一种独特的风格：穆德哈尔式艺术，融合了传统艺术、伊斯兰和基督教艺术。

在安达卢西亚全境你都可以找到这种艺术的实例。在科尔多瓦，你可以参观让人惊叹不已的历史文化建筑，比如犹太教堂以及这座城市的瑰宝：大清真寺。漫步欣赏数百个廊柱、重叠的拱门、圆顶、雕刻的大理石、马赛克和绘画……而在它的中心，则矗立着一座令人惊讶的基督教大教堂。

塞维利亚阿尔卡萨皇宫由一个宫殿群组成，被古城墙所围绕。后期经历了多次的翻修和装饰，但主要还是保存了穆德哈尔以及文艺复兴风格。人们可以在侍女（Doncellas）庭院周围参观，在过去这里是进行公务事务的地点，穆尼卡（Muñecas）院则是私人活动场所。你一定会爱上这里的花园。在这里满是水渠、泉水、喷泉和摩尔风格瓷砖的小径休闲漫步。

格拉纳达也有自己的穆德哈尔线路，沿途都是精美的建筑，比如圣伊莎贝拉雷阿尔（Santa Isabel La Real）修道院或是马德拉萨（Madraza）宫，以及前面已经提到的阿尔罕布拉宫。

### 城堡之路

西班牙的领土中遍布着许多城堡。探索建在险峻地形中，难以被攻克的军事堡垒。几乎所有关于西班牙城堡的故事都是重夺领土的故事。有的城堡修建的目的是防御来自海盗的攻击。这些古堡中只有十分之一保留了下来。

昆卡的贝尔蒙特（Belmonte）城堡就是文艺复兴时期留下的宝藏。其外形为六角星形，每个角的顶部都有一个圆柱形塔楼。如果你在五六月间前往，就可以到城堡里参加历史重现活动，在此活动中人们重演中世纪军队生活的方方面面。



▲ 塞维利亚阿尔卡萨皇宫的侍女（DONCELLAS）庭院  
塞维利亚

塞哥维亚的科卡（Coca）城堡会让你联想起其它年代。穿过其大门，探索纪念塔的故事。你一定会爱上武器大厅以几何图形马赛克装饰的精美的哥特式罗纹拱顶。让自己迷失在这座充满历史气息和魅力的城市吧。这里的古罗马引水渠一定会让你大为赞叹。

位于莱昂的蓬费拉达（Ponferrada）城堡也一定会让你心驰神往。这里由圣武士建成，现在是圣武士图书馆和历史研究和调查中心的所在地，其中收藏了一千多件藏品，包括达芬奇画作的副本。



▲ 贝尔蒙特 (BELMONTE) 城堡  
昆卡

巴亚多利德的莫塔 (Mota) 城堡，  
韦斯卡的洛阿雷 (Loarre) 城堡，  
科尔多瓦的阿尔莫多瓦德尔里奥  
(Almodóvar del Río) 城堡.....在  
西班牙全境你都能参观到壮观的城  
堡。每个自治区都有自己的线路，你  
可以到各个旅游信息中心咨询详情。

## 圣周文化之路：穿过安达卢西亚腹地的线路

你想要了解安达卢西亚如何庆祝圣周以及宗教雕像吗？热情之路融合了安达卢西亚腹地十个地区的历史、艺术传承、传统、美食和自然风光：哈恩的阿尔卡拉雷亚尔 (Alcalá la Real)；科尔多瓦的巴埃纳 (Baena)、卡夫拉 (Cabra)、卢塞纳 (Lucena)、普列格 (Priego de Córdoba) 和普恩特赫尼尔 (Puente Genil)；塞维利亚的卡尔莫纳 (Carmona)、埃西哈 (Écija)、奥苏纳 (Osuna) 和乌特雷拉 (Utrera)。

探索拥有丰富历史和人文财富的目的地。参加让人激动的宗教游行。欣赏在这块土地上创造的让人赞叹的神圣雕像。品尝安达卢西亚美食，了解这里的人民和他们热情好客的天性。

① [www.caminosdepasion.com](http://www.caminosdepasion.com)



卡尔莫纳 (CARMONA) 的圣周  
塞维利亚

照片：卡尔莫纳 (Carmona) 旅游



## 葡萄酒之路

里奥哈是世界上最著名的葡萄酒原产地之一。到这里来探访一下，在葡萄酒桶间品尝美食，参观酒庄，参加葡萄酒品鉴。你可以入住酒庄酒店，或者在品尝最佳的葡萄酒和美食配对之后，享受葡萄酒水疗。这个盛产葡萄酒的地区有超过500个酒庄。其中约有80个接待访客。

在巴斯克地区，则有里奥哈阿拉维萨葡萄酒之路。在这个地区，你可以探访新的葡萄酒圣殿：出自当代最富盛名的建筑设计师之手的新潮前卫的酒庄和建筑作品，比如位于拉瓜地亚（Laguardia），由圣地亚哥·卡拉特拉瓦设计的伊希奥斯酒庄（Bodegas Ysios）和位于埃尔锡耶戈（Elciego）

由弗兰克·奥·杰瑞设计的葡萄酒之城（Ciudad del Vino）。在这些景点周围，有很多水疗和休闲场所让你的旅行经历更加完整。

在加利西亚的巴依遐思河口（Rías Baixas）你可以探索阿尔巴里诺白葡萄酒的奥秘，这种爽口新酿葡萄酒是当地的特产。参观酒庄和种植这种葡萄的葡萄园。结识酿酒人，了解他们的生活方式。葡萄酒配上加利西亚美食，不愧为餐桌上的绝配。

参加广受欢迎的美食节，比如坎巴多斯（Cambados）的阿尔巴里诺（Albariño）节和奥格鲁夫（O Grove）的海鲜节。到大西洋岛国家公园欣赏自然美景和各种鸟类。

在阿罗萨 (Arousa) 河乘双体船或在圣森索 (Sanxenxo) 海滩进行水上运动。探索这个地区有趣的历史古迹，其中包括罗马式教堂和位于坎巴多斯 (Cambados) 的加利西亚地区特有的庄园宅邸。

安达卢西亚南部的马克德赫雷斯 (Marco de Jerez) 等待着你的到来，这里是传统的葡萄酒酿造地和著名旅游目的地。从干型的加强葡萄酒，到有自然甜味的麝香葡萄酒或高度酒曼萨尼亚 (Manzanilla)。你一定会迷上这里的自然风光、文化和美食。

在这条线路上你还会参观到赫雷斯 (Jerez)、圣玛丽亚港、桑卢卡尔巴拉梅达 (Sanlúcar de Barrameda)、罗达 (Rota) 和奇克拉纳 (Chiclana)。这里以每年3200小时的日照而自豪，所以记得带着泳衣来，到海里一试身手吧。到赫雷斯马术学校观看一场马术表演吧，或者到桑卢卡尔 (Sanlúcar) 看一场著名的赛马。你还可以到大自然中呼吸纯净的空气，比如多尼亚纳 (Doñana) 国家公园和自然保护区以及软木橡树林 (Alcornocales) 自然公园都是很好的去处。

卡瓦 (cava) 就是西班牙起泡葡萄酒的代名词。加泰罗尼亚是主要的葡萄酒产区之一，你可以通过参观佩内德斯 (Penedès) 葡萄酒之路上一些具有现代主义建筑风格、引人注目的酒庄，了解其奇特的酿酒方法。

## 伊比利亚火腿之路

西班牙出产的火腿中，只有10%左右是伊比利亚火腿。这种火腿出产于萨拉曼卡南部 (Guijuelo)、埃斯特雷马杜拉 (Dehesa de Extremadura)、科尔多瓦 (Los Pedroches) 和维尔瓦 (Jabugo) 的草原。在那里散养着西班牙美食的主角之一：伊比利亚黑猪。

所有这些地区都有自己的旅游线路。到这里游览最好的时节是10月至5月。这几个月被称为山地放养期 (是伊比利亚黑猪饲养的最后一个阶段，这个阶段黑猪放养于草场)，你有机会在体重超过100公斤的黑猪间漫步，它们并不怕人，你甚至可以一边听着农场主的讲解，一边观察身边的黑猪。这样的旅程让你有机会参加伊比利亚黑猪产品的品鉴活动，火腿切片表演活动，骑自行车游览草场或者驾驶越野车游览草场等等。

伊比利亚火腿





## 圣地亚哥 朝圣之路

▲ 圣地亚哥-德孔波斯特拉大教堂  
圣地亚哥-德孔波斯特拉

换上越野鞋体验这条被联合国科教文组织列为世界遗产的千年之路吧。你的目的地是圣地亚哥-德孔波斯特拉，这座加利西亚城市因为埋葬在此的使徒圣地亚哥的遗体而闻名。在那里每年有好几千人出于宗教、个人、文化、体育运动等等不同原因前往朝圣。无论你出于什么原因前来，这条朝圣之路都不会让你失望，你还有机会认识来自世界各地的朋友。

当然在开始之前，一定要决定好如何走这条线路。你可以选择步行、自行车、骑马甚至沿着坎塔布里亚海乘船。

到达圣地亚哥的道路有很多条。选择人数最多的是法国路线，从比利牛斯山开始，沿着坎塔布里亚山脉一路抵达加利西亚。

在拉科鲁尼亚省，最终目的地等着你：宏伟的圣地亚哥-德孔波斯特拉。当你漫步在其教堂大殿和礼拜堂之间，你会感受到它超凡脱俗的精神境界。这也是仿罗马艺术的一件瑰宝。教堂矗立在美丽的欧布拉多罗广场，这也是所有朝圣之路汇集的地点。

法国之路之外，还有其他通往圣地亚哥的路线。原始路线就是其中最古老的，带你从绿荫环抱的阿斯图里亚斯西部前往圣地亚哥。如果你选择北部路线，沿着坎塔布里亚海，你有机会以非同一般的方式探访巴斯克、坎塔布里亚、阿斯图里亚斯和加利西亚的海岸。

无论你选择哪条线路，都会经历难忘的旅程，品尝到一路上各地让人垂涎的美食。

▼ 喜乐山  
圣地亚哥-德孔波斯特拉





X @spain

Instagram @spain

Facebook Spain.info

YouTube /spain

TikTok @visitSpain