

蚂蜂窝旅游攻略 南美洲系列
www.mafengwo.cn

库斯科&马丘比丘



世界的肚脐 失落之城



库斯科 & 马丘比丘速览 Introducing

从来没有一个人，来到库斯科，却错过马丘比丘；也从来不会有人，到达马丘比丘，而不经库斯科。

库斯科古城位于秘鲁安第斯山脉海拔 3410 米的东安第斯山脉丰饶的山谷中。这里气候宜人，崇山峻岭和葱郁的林木围绕在城市四周。因而又有“安第斯山王冠上的明珠”的美称；马丘比丘位于库斯科西北 130 公里，整个遗址高耸在海拔约 2350 米的山脊上，俯瞰着乌鲁班巴河谷。它被称作“失落的印加城市”，是南美洲最重要的考古发掘中心，也因此成为秘鲁最受欢迎的旅游景点。1983 年，马丘比丘被联合国教科文组织订为世界遗产，是世界上为数不多的文化与自然双重遗产之一。

在库斯科，要去看城内西班牙殖民时期的巴洛克建筑，也看保留下来的印加石墙；在马丘比丘，上下城区的古老巨石和散落在安第斯山脉各处的羊驼是最重要的风景。

Lazisset 这里原是印加帝国的最中心，印加人相信库斯科是“世界的肚脐”，因为从天空俯瞰整个古城，就仿佛一个旋转的漩涡，建筑和街道都随着山势向外向上扩散；1911 年，库斯科 112 公里外的高原上，失落的印加城市马丘比丘终于被人们发现，100 年后，这里已被公认为世界新七大奇迹之一。

它的故事、来历，和曾经生活在那里的人，关于这些依然有着太多的谜团未解。它的神秘和壮美，吸引着无数人带着朝圣的心情靠近它。三毛在《万水千山走遍》中写它，《摩托日记》里的切·格瓦拉特意来拜访它，人们甚至还能在《海尔兄弟》里看到它的身影……

特别推荐 Specials

坐窄轨火车，重新体验《万水千山走遍》的感觉

三毛在她的南美行纪中，就曾提到过这段由库斯科始发、开往下热水镇的火车线路。如今已经有了成熟运营的观光火车带领着游人途经那些出现在书中的地名和景色。由于山路蜿蜒，轨道又窄，火车开得极慢，车厢摇晃得也厉害，配合着车内音乐，一路就像坐在摇篮里一样。慢慢“摇到”马丘比丘，也很惬意。

草泥马的故乡，我来啦

南美洲是羊驼的故乡，仅库斯科与马丘比丘一带，就能看到不下四五种的羊驼。这些在中国被称为神兽的神奇生物，已经在安第斯山脉生活了许久，并在当地农牧生活中扮演着极其重要的角色。另外，他们有着非常惹人怜爱的脾气和小习惯，想要了解更多，请参见攻略“关于草泥马的一切”部分。

目录 Catalogue

- 02 库斯科 & 马丘比丘速览 / 特别推荐
- 03 地图
- 04 亮点 / 景点
- 08 住宿
- 10 餐饮
- 12 购物
- 13 路线推荐
- 16 节庆 / 实用信息
- 17 出入境
- 19 外部交通
- 22 内部交通 / 旅行路上

最佳旅行时间 中南美洲的旱季最宜出游，每年 5-9 月为旱季，秘鲁最佳旅游季节为 8-10 月。

穿衣指数 旺季前往库斯科与马丘比丘，一定要带外衣，毛衣有时候都会冷，进山最好穿抓绒衣或冲锋衣。由于海拔很高，紫外线照射强烈，需要抹足够的防晒霜（SPF 值最好 30 以上），并 3-4 小时内补充一次。

消费指数 / 汇率 通用货币：秘鲁官方货币是新索尔（Nuevo Sol，简称为 S/., 当地也称索尔）。参考汇率（2014 年 2 月）：1 人民币 ≈ 0.46 索尔；1 美元 ≈ 2.82 索尔；1 欧元 ≈ 3.86 索尔
消费水平：如果是在首都利马，与北京相比，物价稍稍便宜一些，可以吃到新鲜的果蔬和鲜肉。北京快餐店一个十几块人民币的汉堡，秘鲁不到十元；而高档国际品牌的时装，秘鲁的价格与中国相差无几；Zara 这样的“快消类”服装则很便宜，售价比中国要低 10 % 左右。但是在库斯科与马丘比丘这样的旅游胜地，消费较高，住宿尤其占出行预算的很大一部分。小费：取决于服务质量，一般是消费的 10%。

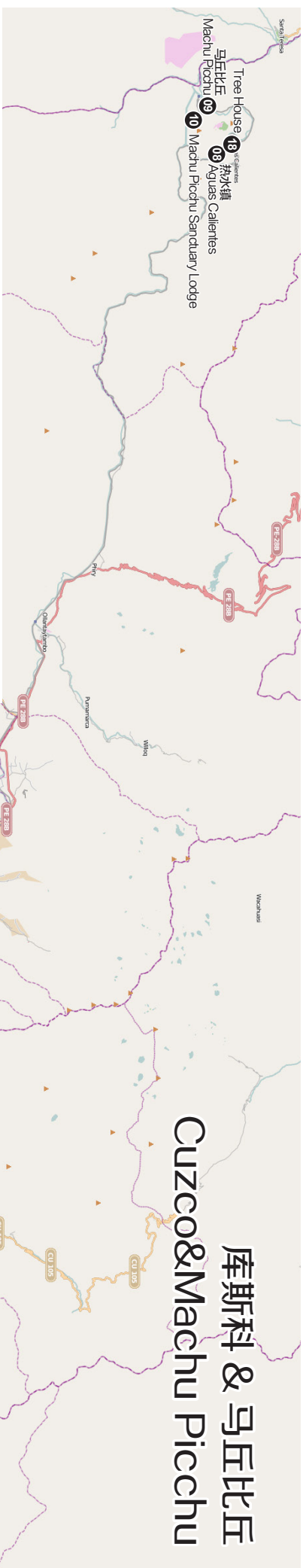
时差 库斯科处于西五区，比北京时间晚 13 个小时。

致谢

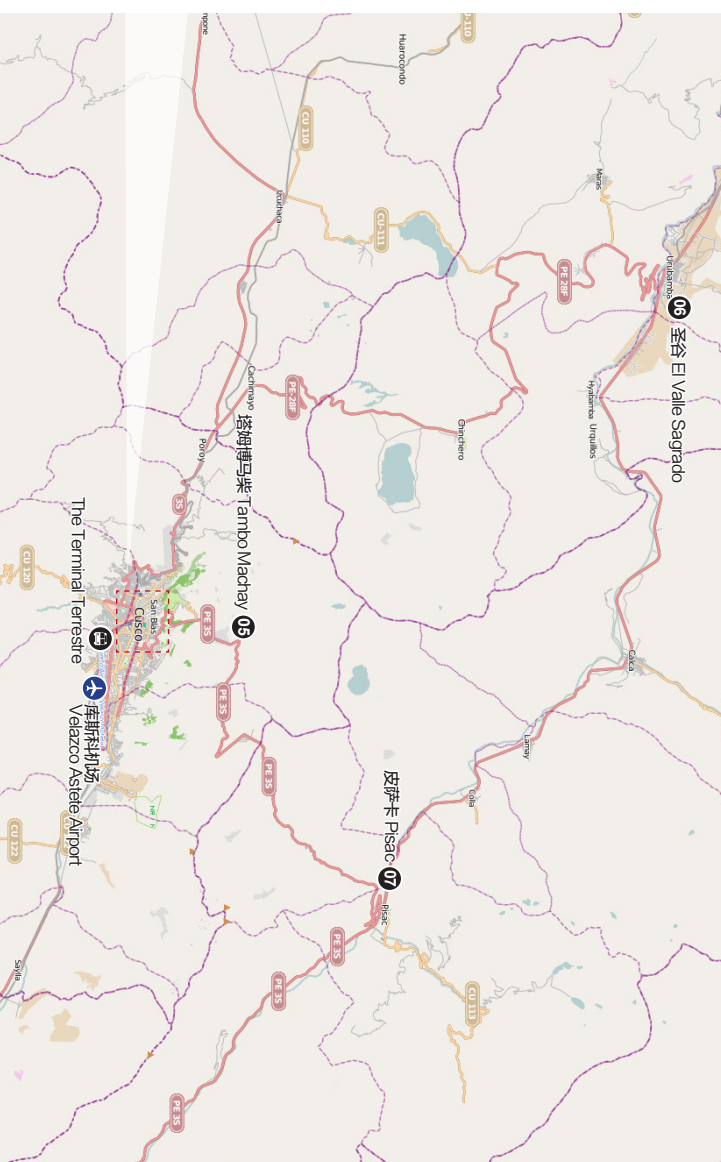
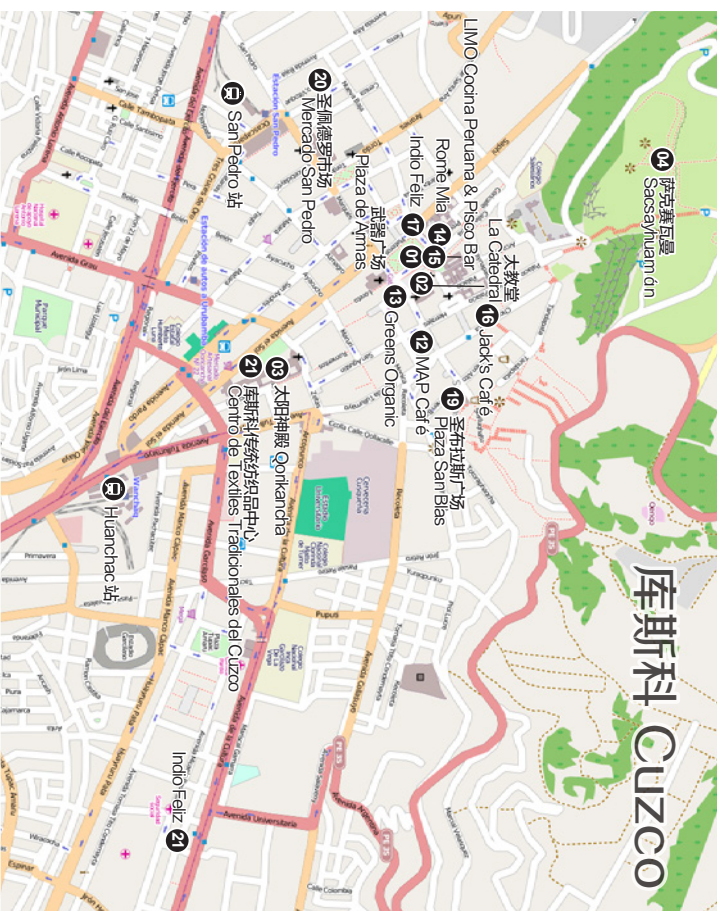
封面提供: lonelyplanet007

图文提供: Lazisset voyager 天马行空看世界 在水一天 2010 宁宁番茄 tintin168

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识产权；未经本公司明确书面许可，任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。



库斯科 & 马丘比丘 Cuzco&Machu Picchu



景点

- 01 武器广场 Plaza de Armas
- 02 大教堂 La Catedral
- 03 太阳神殿 Qorikancha
- 04 萨克赛瓦曼 Sacsayhuamán
- 05 塔姆博马柴 Tambo Machay

餐饮

- 06 圣谷 El Valle Sagrado
- 07 皮萨卡 Pisac
- 08 热水镇 Aguas Calientes
- 09 马丘比丘 Machu Picchu
- 10 Machu Picchu Sanctuary Lodge

住宿

- 11 Jack's Café
- 12 Indio Feliz
- 13 Tree House
- 14 库斯科传统纺织品中心 Centro de Textiles Tradicionales del Cuzco
- 15 圣谷 El Valle Sagrado
- 16 皮萨卡 Pisac
- 17 热水镇 Aguas Calientes
- 18 马丘比丘 Machu Picchu
- 19 Machu Picchu Sanctuary Lodge

交通

- 20 库斯科传统纺织品中心 Centro de Textiles Tradicionales del Cuzco
- 21 圣谷 El Valle Sagrado
- 22 皮萨卡 Pisac
- 23 热水镇 Aguas Calientes
- 24 马丘比丘 Machu Picchu
- 25 Machu Picchu Sanctuary Lodge

购物

- 26 库斯科传统纺织品中心 Centro de Textiles Tradicionales del Cuzco
- 27 圣谷 El Valle Sagrado
- 28 皮萨卡 Pisac
- 29 热水镇 Aguas Calientes
- 30 马丘比丘 Machu Picchu
- 31 Machu Picchu Sanctuary Lodge



亮点 Highlights

★ 看“本土化”的《最后的晚餐》，吃最有特色的豚鼠大餐

豚鼠，这是一种外貌惹人怜爱的当地肉食动物，它不仅出现在餐桌上，还出现在了库斯科大教堂（见第 5 页）那副鼎鼎有名的壁画上——《最后的晚餐》。秘鲁画师做了“本土化”的修改，将餐桌上的面包换成了当地著名美食——烤豚鼠。去参观的朋友，考验眼力的时候到了。

★ 世界排名第四的“最美徒步路线”

奥桑加特山环线徒步（Ausangate Circuit）绝对是一场让人终身难忘的体验，这条线路没有“印加古道徒步”那么有名，但绝不低调。一路上要经过近在咫尺的冰川和放眼尽绿的山谷，还可以探寻当地牧民的生活。见第 14 页。

★ 圣谷（El Valle Sagrado）一日游

在美丽的乌鲁班巴山谷（见第 5 页）里，可以看到最质朴真实的秘鲁印第安人风情。这里距离库斯科北 15 公里，皮萨克遗址就隐匿在此。

景点 Sights

库斯科景点分布比较集中，主要在三个区域：武器广场周边、圣布拉斯广场周边、及 El Sol 大街及圣多明戈教堂和太阳神殿遗址周边。景点和教堂都集中在市中心，而当地百姓住宅则以地势较低的中心地带为中心向山坡上扩散，因此晚上站在库斯科城中心，可以看到星星点点的灯火。

库斯科景点



Lazisset 库斯科景点分布

库斯科城往事

库斯科，Cuzco，或 Cusco，在克丘亚语（Quechua）中为“Qosqo”。古城位于秘鲁安第斯山脉海拔 3410 米的东安第斯山脉丰饶的山谷中。在最好的季节降落在库斯科的机场，炽热的阳光隔着茶色的玻璃，依然可以射入你的眼中。这里气候宜人，被崇山峻岭和葱郁森林所围绕，有“安第斯山王冠上的明珠”之称。库斯科人口三十多万，大部分为印第安人，11 世纪印加帝国初期，皇帝

曼科巴克主持兴建了这座城市，此后长期都是印加帝国都城。经历战争、征服与被征服，库斯科随着印加帝国达到了它发展的颠峰，成为政治、经济、文化和宗教中心。

1533 年 11 月 15 日西班牙殖民者攻破了这个城市，经过内战岁月之后，城市在同一时期与波托西并入秘鲁总督管辖区，利马城（Lima）成为首都。与中国及其他很多古城相比，库斯科无疑是幸运的。城市化发展时期这座印加城市的布局得到保护。16 世纪，新的城市规划者在印加广场上增加了德阿马斯广场。他们的工作也保护了其他的城市广场和印加棋盘式街道布局。

voyager 到处都是没有上顶的建筑，房子有屋顶会收房产税，所以秘鲁民房大都建设成没有完成屋顶的样子。

旅游票

进入库斯科部分景点时，需要出示“旅游票”——boleto turistico。

购票地点：Oficina Ejecutiva del Comité (OFEC), El Sol 大街 103 号，+51-84-227037

旅游票种类

全票——所有景点有效，有效期 10 天，130 索

学生票（国际学生卡也行）——70 索

分段票——部分景点（有标注），有效期 1 天

旅游票所包含的景点

库斯科城内

圣卡特兰寺（Santa Cataline Monastery）

库斯科市当代艺术博物馆（Museo Municipal de Arte Contemporáneo）

地区历史博物馆（Museo Historico Regional）

Qoricancha 遗址博物馆（Museo del Sitio del Qoricancha）

民间艺术博物馆（Museo de Arte Popular）

Centro Qosqo de Arte Nativo Danzas Folklorico

Pachacutec 纪念碑（Monumento Pachacutec）

库斯科周边

萨克赛瓦曼（Sacsayhuamán）

Qénqo

Pukapukara

Tambomachay

Chinchero

皮萨卡遗址（the ruins of Pisac）

Ollantaytambo

Tipón

Pikillacta

01 武器广场 Plaza de Armas

武器广场所在地即印加帝国的中心，也是当时举行重要典礼的场所。殖民时期，西班牙人没有将它毁掉，而是在其周围建起教堂，并环绕广场建立石拱廊。今天，虽然广场面积不到原来的一半，但人们依然可以看到印加帝国和西班牙殖民时期两种不同风格的建筑。

在广场东南角的 Loreto 街上，有著名的印加石墙（Inca Walls）。与 Loreto 垂直、东北方向的 Triunfo 街通向另一个广场——Plaza San Blas，从这里出发，不妨去看看圣布拉斯教会教堂（Iglesia de San Blas），这座砖坯教堂内的一处讲道台，可谓美洲大陆最精美的木雕作品（也有传说制造者的头颅被放在最高的地方）。

地址：库斯科城中心（Center of Cuzco）

用时参考：如果要把大教堂、周边小街和圣布拉斯广场的教堂都逛一遍，大概需要 2-3 小时



02 大教堂 La Catedral

大教堂是库斯科全城最杰出的殖民时期建筑，在这里可以看到 17 世纪展现欧洲最高水平的画作。

参观亮点是教堂东北角的《最后的晚餐》（The Last Supper），画家 Marcos Zapata 对这幅著名的作品做了“本土化”的特色修改——盘中的面包被换成了南美洲特有的一种动物——豚鼠（guinea pig）。烤豚鼠是当地的一种特色美食。除此之外，这幅作品与原作还有少许差异，好奇的人不妨去找找不同点。

地址：武器广场（Palza de Armas）

费用：成人 10 美元，学生票 5.35 美元

开放时间：10:00-18:00（周日 14:00-18:00）

用时参考：30-40 分钟

03 太阳神殿 Qorikancha

太阳神殿在克丘亚语中的原意为“黄金庭院”，有学者证实了这座印加遗址此前确实覆盖着黄金。

太阳神殿在印加时期，主要用于宗教仪式，同时还作天文观测台用。西班牙殖民者来到这座雄伟的神殿时，将其洗劫一空，今天人们只能看到仅剩的硕大的石墙。

在遗址附近的太阳大街（Av El Sol）上，有太阳神殿遗址博物馆（Museo del Sitio del Qorikancha），博物馆很小，馆藏除了印加文明的陶瓷、纺织品外，还有三具木乃伊及留有古代印加外科手术痕迹的头骨。

地址：圣多明戈广场（San Domingo）

费用：10 索尔

开放时间：8:00-17:30（周日 14:00-17:00）

用时参考：30 分钟

库斯科周边景点

库斯科周边的 4 处遗址

库斯科城周边有 4 处经典的印加遗址——萨克赛瓦曼遗址、Q'enqo 遗址、Puka Pukara 遗址（也称红堡）与 Tambo Machay。

最为壮观的莫过于萨克赛瓦曼，如果在库斯科停留时间有限只能四选一的话，就去这处准没错。

库斯科当地可以找到不少旅行社提供“遗址一日游”的项目，和导游商量好，如果时间安排够紧凑，是可以一天看遍 4 处遗址的。

在景点想请导游讲解，最好的方法是向景点守卫打听，他们会告诉你哪些导游接受过正规的培训。一般导游费用（4 处景点全包）60-80 索尔，旺季还会涨价。

游览遗址前，最好备好食物，路上补水还算方便，但卫生间很少。

04 萨克赛瓦曼 Sacsayhuamán

也被称作萨克塞华曼要塞。距离库斯科约 2 公里，海拔 3701 米，在 1983 年被联合国教科文组织列入世界遗产名录。

这里的巨石建筑以其独特的构造显示出军事防御功能，经考古发现，巨石建筑均在事先设有设计模型，采石场会根据模型切割石头，石头运到现场，再根据模型安装成型。巨石切割后不用水泥等粘合剂，石头和石头直接拼接，地震不倒，石头缝刀尖都插不进。

石块之间相互契合的这种精确度，及石灰石块的圆角、石块连接形状的多样性和墙体向内倾斜的设计，使遗址的局部在库斯科毁灭性地震中得以幸存。

天马行空看世界 我拿着旅游地图怎么也说不出 Sacsayhuamán 这个地

名的发音，后来旅馆服务员告诉我，你就跟出租车司机说英文“Sexy Woman”（性感女郎），这个词好记。果然，打出租车时我跟司机说去“Sexy Woman”，他马上知道我要去哪里了。



天马行空看世界 萨克塞华曼要塞的巨石

地址：库斯科（Cuzco）以北 2km 处

费用：使用库斯科旅游票

开放时间：7:00-17:30

到达交通：租车或跟团

05 塔姆博马柴 Tambo Machay

Tambo Machay 包括了一系列的水渠，目前这个地方的作用还不能确定，有可能是守卫库斯科的一个军事哨所，也可能是印加帝国政治精英的温泉度假胜地，或两者兼而有之。离得最近的另一个遗址是普佳普卡拉（Pucapucara）。

地址：库斯科（Cuzco）以北 2km

费用：使用库斯科旅游票

开放时间：7:00-17:30

到达交通：租车或跟团

06 圣谷 El Valle Sagrado

圣谷是安第斯山脉中乌鲁班巴河（Urubamba River）的河谷。它靠近库斯科，介于皮萨克（Pisac）和 OllaNtaytambo 之间。河谷的海拔比库斯科要低，在 2000-3000 米之间，落差很大。

这里物产丰富，可以种植从土豆玉米到香蕉等各种寒带温带甚至热带的作物，后者是印加时期的经济基础。

经过河谷，印加人可以到达亚马逊平原，与居住在那里的部落交换农作物。在西班牙人攻陷了库斯科后，印加国王曾退入山谷，依赖依地势而建的防御工事继续抵抗。

天马行空看世界 圣谷一日游就是游览乌鲁班巴河谷里印加帝国留下的要塞城堡古迹。

07 皮萨卡 Pisac

皮萨卡古要塞遗迹建在山顶，居高临下俯瞰河谷，当年印加帝国选择这里就是因其地形地势背山望水，扼守交通，真是何等英明。遗址对面的山坡上有很多洞，数目有几千，是以前印加人的墓地，用来放置木乃伊。进入要塞可以看到层层古梯田，从山下建到山顶几十层，梯田修建的水平相当高，排列整齐，石垒坚固，上下间隔均匀，排水系统和通道被完整保留。

皮萨卡本地的盛事——Virgen del Carmen（每年7月16日-18日）是当地居民舞蹈、歌唱观看焰火的热闹聚会。不可错过的还有皮萨卡的早市（周二、四、日的8:00-15:00），位于宪法广场（Plaza Constitución）。



天马行空看世界 皮萨卡梯田

马丘比丘及周边景点

08 热水镇 Aguas Calientes

热水镇是马丘比丘山脚下的小镇，也叫马丘比丘镇（Machu Picchu Town），距马丘比丘6公里，步行前往马丘比丘要转山，需要1.5-2小时。由于这里是进入马丘比丘的必经之地，所以早已变成了观光客大本营，餐厅住宿选择众多，设施齐全，价格比库斯科要贵一些，但不会贵得离谱。另外，热水镇确实有泡温泉的地方，不过大多都是露天的，有的时候会很冷。



Lazisset 热水镇

热水镇活动指南

温泉

如果是从印加古道跋涉而来，在热水镇泡个温泉绝对能放松身心。顺着镇子的山坡一路向上，就能找到很多看起来如同露天泳池的温泉。一般在10索尔左右。推荐：Hot Springs（距离中心广场咫尺之遥）。

按摩

也是摆脱肌肉酸痛的好方法，热水镇小得很，当地没有什么公共交通，可以步行着货比三家。一般按摩价格在40索尔/时。

市场

在热水镇的火车站边上，就一个市场，价格当然要稍贵一些，但东西种类不少，手工艺品和马丘比丘的特色纪念衫（其实在利马能买到更便宜的，但这里的更具创意）、驼羊毛制品应有尽有，记住一定要砍价。

印加古道 Inca Trail

跟团四天的费用一般在500-600美元左右，包括许可证的100美元及向导的200美元等。

团队里有导游，有挑夫背着整个团队每天要用的装备。到了露营地，他们负责搭帐篷，做饭。食物准备非常丰盛。游客每个人只需背着自己的睡袋、衣物、个人用品和水即可。如果这些也不想背，那就再另外请一个挑夫，挑夫的负重限量是10公斤/人。实际上，去旅行社报名，由旅行社组这种团是比较便宜的，一般一个团队是十几个人，不会超过20个人。

如果想自己去，或者小团体请专门为自己服务的导游和挑夫可能会稍贵一些。每年的6月-8月是最适合徒步的天气，也是马丘比丘的旺季。

印加古道每天有500人的限制，如果打算在这个期间去的话至少要提前4个月预订许可证。

剩余名额的详细情形和预订可以到官网上查看：

http://www.incatrailreservations.com/inca_trail/inca_trail_permits_4days.html

09 马丘比丘 Machu Picchu

马丘比丘全景，2005年，University of Arkansas 大学在华纳比丘山上，对马丘比丘遗址进行了全景3D扫描，可以去网站

<http://www.cast.uark.edu/home.html> 看具体信息 by Lazisset

发现马丘比丘

马丘比丘被称作印加帝国的“失落之城”。

20世纪初，传说在秘鲁安第斯山脉的崇山峻岭中有座神秘古城。西班牙人在长达300多年的殖民统治期间，除了当地人，它几乎不被人所知，只有翱翔的山鹰目睹古城的雄姿。直到1911年7月的一天，美国耶鲁大学教授、探险家海勒·姆宾厄姆三世（Hiram Bingham III）在当地人的指引下，来到了这片完全掩盖在一片厚厚热带树林之下的古城遗址。尽管这并非他之前所要寻找的“黄金之城”，但他确实将世人的目光再次引入了这座失落已久的城市。

此后，随着神秘面纱逐步被揭开，古老的马丘比丘开始向现代社会透露出它曾经辉煌的帝国文明。遗址虽只剩下残垣断壁，但当初兴盛时期的壮观风貌依稀可见。古城街道狭窄，整齐有序，宫殿、寺院、作坊、堡垒等各具特色。它们多用巨石堆砌而成，没有灰浆等粘合剂，大小石块严丝合缝，甚至连一个刀片都插不进去。

在1983年，马丘比丘被联合国教科文组织定为世界遗产，是世界上为数不多的文化与自然双重遗产之一。



 Lazisset 马丘比丘

关于购买门票

出于保护原因，马丘比丘有每天只允许 2500 人进入的限制，而且购票是实名制，2012 年 3 月起，票价变为 128 索尔，儿童及持有国际学生卡（ISIC）的游客可以得到折扣。

建议至少提前 2 - 3 天预订，旺季至少提前一周预订。

可以俯瞰马丘比丘的华纳比丘峰（Huayna Picchu / Wayna Picchu）每天限额 400 人，需要另外购买门票。

马丘比丘官方购票网站：www.machupicchu.gob.pe（支持英文），也可以在热水镇的文化中心（Aguas Calientes cultural center）预订门票（5:30-21:00）。

进门时需要再次出示护照，在门口有个可以盖纪念戳和写留名册的地方，虽然在护照上盖戳并不符合规矩，但还是有很多人排队去盖，也可以提前准备好纸张或盖在门票上。

大件行李是不能进入马丘比丘的（20 升以下的背包才行）。

在水一天 2010 马丘比丘的气候怪异，变化无常，一阵雨，一阵太阳，一会儿云遮雾罩，一会儿万里晴空。由于海拔高，风有点大。巨石垒成的庙宇和堡垒让人感到印加人的智慧和力量。有人断言印加人不可能在没有铁制工具、没有马犬畜、没有车轮知识的年代里，建造出如此绝妙的砖石建筑。他们确是极具智慧的民族，即使如此，若没有用来进行切割与运输整块巨石的实用工具，决不可能建造出马丘比丘来。鉴于这一点，便开始出现外星人光临、上天之灵的创造等等传说。另一个更简洁的说法则把这一切归功于印加帝国的祖先的成果。虽然人们迄今无法断定，马丘比丘是如何建造而成的。

马丘比丘的建筑

马丘比丘被分成两个大区——城市区和农业区。两区之间由巨大石墙分隔。农业区再分为上城区和下城区，考古学家将城市区细分为三个区域：圣区（Sacred District）、平民南区（Popular District to the south）、祭司与贵族区（Priests and the Nobility）。

马丘比丘共有包括神殿、圣坛、公园、住宅在内的建筑 140 个，还有数量众多的喷泉和完整的水利系统。水渠和下水管道与灌溉系统巧妙相连，有学者证实，马丘比丘的灌溉系统设计可以让圣泉的水依次流淌过每一间房间。

印加建筑风格的无数细节是使这座失落之城得以完整重现在世人面前

的重要因素：门窗都是梯形的、拐角处全部磨圆，房间内的拐角都微微向内倾斜；连在一起的墙壁每一堵都不是完全竖直的，它们之间相抵连成排，石头之间的拼接如此精准，连一片玻璃都难以插进去。所有这些设计，使得整个结构更加坚固。

太阳神殿 Temple of the Sun

也叫“Torreon”，与揽日石、三窗之屋一起，都是用来敬奉太阳神的建筑。太阳神殿的石头建筑结构极为精妙，与城中其他建筑使用的较为粗糙种类各异的巨石相比，这里的石料更精细。从太阳神殿可以直接俯瞰大广场（main plaza）。

城市区 Urban Area

城市区由 200 座建筑和 109 个连接山坡和城市的石梯组成。城内规划井然，北部多为庄严的宫阙神殿，南部是作坊、居室和公共场所。

据猜测这是用来计算一些重要的日期的，如夏至、冬至等。它的名字好像与一种庆典有关，因为在冬至那一天太阳被拴在这里。在太阳塔上，似曾有过对太阳系的观察与研究。那个塔是个马蹄形的建筑，朝东的一扇窗子很特殊，它在冬至那一天，可以抓住太阳的光线。再者，在三窗之屋，那三扇排成一条直线的窗户，以及屋子中央那一块笔直的长方形的石块，显然都有着特殊意义，每当夏至或冬至日，印加人便在此举行太阳节的庆典活动。

密集房屋的居住区现在看到的只是房屋留下的石头墙遗迹，但依然可以看出房屋的布局 and 结构，有大间房、套间房，有的依山坡斜度建造成上下几层的“复式”结构房屋。

居住区中有一部分专属于贵族们，这里的房屋成排建在一个缓坡上；Amantas（智者）们的住宅有红色的墙，Ustas（王子）们的住宅则有着梯形的房间。在主城堡中还有一片区域是专门关押和惩戒犯人的监狱。石头建造的纪念陵墓是宗教仪式和献祭牺牲的场所，里面的空间呈拱形，墙壁上还有雕刻。



 Lazisset 城市卫兵住宅

揽日石 Intihuatana stone (sun-tier stone)

在克丘亚语中，Inti 是太阳，huatana 意为抓取，连起来的意思就是“揽日”，实则便是日晷。

每年 6 月 21（印加历中的冬至），太阳就正好从那个山口升起，阳光正面照射进太阳神殿的窗户，照射在室内的一块巨大岩石上。

太阳门 The Sun Gate

克丘亚语中为“Int Punku”，如果从印加古道徒步进入马丘比丘，这道门是必经之路。在这里可以俯瞰山下湍急流淌的乌鲁班巴河。



voyager 站在太阳门处，看脚下的乌鲁班巴河

农业区 Agricultural Area

在这里可以看到大片的梯田(Agricultural Terraces)和囤积粮食的仓库。



voyager 马丘比丘的古代梯田

工业区 Industrial Area

考古学家在这里发现了纺织作坊和专门研磨粮食的工厂。

宁宁番茄 一下巴士就会看到遗址大门口那长长的队伍，在左边的那栋就是马丘比丘上唯一一家酒店 Machu Picchu Sanctuary Lodge Hotel（详见马丘比丘住宿部分），这家由东方快车酒店集团经营的奢华酒店从外表看很不起眼但价格暴贵，每晚大概要 900 美元起。

排队的时候就会有当地的导游来询问你需不需要他们的服务，如果对历史或构造有兴趣的可以在这个时候找，价钱会比事先在酒店或旅行社找便宜很多。其实里面讲解的导游很多，只要到重要的景点就一定会有一堆人围起来听讲解，这时候只要加入旁听就可以了解不少，还可以省去一笔开销。

住宿 Sleep

库斯科住宿选择很多，就算没有提前预约一般也能找到空房间；出于保护的原因，在马丘比丘只有一家非常昂贵的酒店，绝大多数游客只能住在山脚下的热水镇。而热水镇旅游业非常发达，住宿不成问题。

根据当地税法，秘鲁公民（以及在秘鲁逗留超过 59 天的外国人）必须支付 18% 的额外费用。无论在秘鲁停留时间的长短，需要打印发票的外籍商务客人都必须支付 18% 的额外费用。这笔费用不会自动计算在预订的总金额中。

库斯科住宿

库斯科中、高档酒店多集中在武器广场附近，基本都可用 express 卡、VISA、万事达卡付费。

Casa Cartagena Boutique Hotel & Spa

这是一家豪华精品酒店，酒店由一座有年头的老建筑改建而成。距离武器广场 2 个街区，有 Spa 和户外游泳池。比较吸引人的是房间的木制阳台，带有殖民时期的特色。

地址：Calle Pumacurco 336, Centro Histórico

网址：<http://www.encantadaperu.com/en/hotel-cusco>

联系方式：+51-84-242206

参考价格：套房 2000 元 / 晚，高级套房 3650 元 / 晚；2 岁以下儿童免住宿费

Aranwa Cusco Boutique Hotel

位于中心区域，到哪儿步行就可以了。酒店建筑是 16 世纪时的一处宅邸。

地址：Calle San Juan De Dios 255

网址：<http://www.aranwahotels.com/>

联系方式：+51-84-604444

参考价格：双床间 1400 元 / 晚，大床房 1500 元 / 晚

Torre Dorada Residencial

位于库斯科市中心的四星级酒店。

地址：Calle Los Cipreses, 5 - Residencial Huancaro, Cusc 01

网址：<http://www.torredorada.com.pe/en/>

联系方式：+51-84-241698

参考价格：单人间 600 元 / 晚；双床间 700 元 / 晚；大床房 700 元 / 晚

Wifala Thematic Hotel Boutique

每个房间都有属于自己的颜色，很不错的精品酒店。

地址：Jiron Tetecaca Nro 111

参考价格：标间 300 元 / 晚

Hostal Pension Alemana

离火车站很近，走路 15 分钟。

地址：Calle Tandapata 260

网址：<http://www.cuzco.com.pe/>

联系方式：+51-84-226861

参考价格：380 元 / 晚

Piccola Locanda

十分安静，房间干净、漂亮，距离武器广场 2 个街区，酒店配有上网室，有个小的旅行代理办公室。



地址: Resbalosa 520

网址: <http://www.piccolalocanda.com/> (支持英文, 可在线预订)

联系方式: +51-84-252551 | 邮箱 info@piccolalocanda.com

参考价格: 190 元 -350 元 / 晚

Hospedaje Don Marcos

虽然是青旅, 但房间都带独立卫浴。

地址: Avenida Regional Numero 898

联系方式: +51-84-245809

参考价格: 单人间 (私人卫浴) 80-90 元 / 晚; 双人间 140 元 / 晚; 三人间 230 元 / 晚; 四人间 330 元 / 晚, 可以加床

Hoteles Garcilaso

在同一个街区开了两家店, 距离圣弗兰西斯广场很近, 距离武器广场 1 个街区。

地址: Calle Garcilaso 233-285

电话: +51-842-233031

参考价格: 200-300 元 / 晚

Hostal Frankenstein

有的房间可以看到远处的山景, 服务很好。

地址: San Juan de Dios 260 (距离武器广场 Plaza de Armas 2 个街区)

联系方式: +51-84-236999

参考价格: 130 元 -150 元 / 晚

Taita Home (最便宜)

距离 Plaza San Blas 广场非常近, 气氛友爱, 还带一个可以晒太阳的花园, 背包客的选择。

地址: Suytucato 759

联系方式: +51-84-233873

参考价格: 36 元 / 人 / 晚

La Casa de la Abuela

距离武器广场步行 10 分钟, 不太好打车, 但是价格相对便宜。网速很快。自备拖鞋。

地址: Urbanizacion Zaguán Del Cielo 0-17B

联系方式: +51-84-301666, +51-84-733964

参考价格: 60 元 (三人间)

Pirwa Bed&Breakfast

可以看电影, 吃传统秘鲁菜, 一共有三个分店。

地址: Posada del Corregidor Cusco, Portal De Panes #151 电话: 51 84 244315

邮件: info@pirwahostelsperu.com

参考价格: 155 元 / 人

Casa de la Gringa 2

可以长租, 价格还会打折, 老板热情爱帮忙, 会经常组织一日游之类的活动。

地址: Carmen Bajo 226

联系方式: +51-842-54387

参考价格: 96 元 / 人 / 晚

马丘比丘住宿

⑩ Machu Picchu Sanctuary Lodge

很贵、很贵、很贵的酒店, 但也是唯一如此靠近马丘比丘的酒店, 窗外就是美景。

马丘比丘入口处

网址: www.sanctuarylodgehotel.com

联系方式: +51-84-211039/38

参考价格: 3110 元 / 晚起 -5600 元 / 晚, 包含三餐。

热水镇住宿

热水镇的宾馆一般都只接受 VISA 卡, 为保护马丘比丘的原貌, 热水镇几乎没有高级酒店, 大部分是背包客旅馆和 B&B。

Hostal Joe

旅馆位于一条安静的街道, 附近没有吵闹的酒吧, 可以提供车站接送。

地址: Calle Chaska T'ika C-7 Urb. Las Orquideas 的对面

联系方式: +51-84-383512

参考价格: 84 元 / 晚 -120 元 / 晚 (双床、三人间)

Rupa Wasi (Treehouse)

“森林风”的酒店, 房间布置得非常漂亮, 视野也很好。酒店餐厅以其种类繁多的菜品取胜: 俄餐、中餐、印第安菜及秘鲁传统菜式。主厨还开设烹饪课程。

地址: Huanacaure 180 (距离主广场只有 1 个街区)

网址: <http://www.rupawasi.net/ingles/index.html>

联系方式: +51-84-242760; 邮箱 info@rupawasi.net

参考价格: 435 元 / 晚

宁宁番茄 推荐住宿

游记地址: www.mafengwo.cn/i/851464.html

Supertramp Hostel

床位 70 元起——是背包客青旅中比较新的一家, 是结交单身旅行客的好地方。

网址: www.supertramphostel.com

联系方式: +51-84-791224; 邮箱 supertramphostel@hotmail.com;

La Cabaña Machu Picchu

房间 700 元起——这间是我住过的, 顶楼的房间超大超舒服, 不过需要提前预订。服务还算不错, 提供早餐, 缺点就是无线网不太稳定。

网址: www.lacabanamachupicchu.com

联系方式: +51-84-263230

El MaPi Hotel

房间 1550 元起——在主街比较热闹的地方, 现代简洁的设计感立刻能吸引你的目光, 让人很想住进去。观察了下这里来来往往的似乎是美国人居多。

网址: www.elmapihotel.com

联系方式: +51-84-211011



Inkaterra Machu Picchu Pueblo Hotel

房间 2800 元起——这家也是网上评价很好的奢华级酒店，有的房间带私人花园及可以泡澡的阳台。

网址：www.inkaterra.com/en/machu-picchu

餐饮 Eat

秘鲁全国各地的四千多家 Chifa 十足反映了这个国家饮食的多样性，其本土的传统饮食与欧洲、阿拉伯、中国、非洲和日本饮食相融合，形成了秘鲁独特的风味。

秘鲁盛产土豆，不仅种类众多（达 1000 多种），而且也很美味。另外，高原地区，光照充足，种植的水果甜美多汁。库斯科城里更是美味餐馆云集，对于爱好美食的人来说，简直就像来到了查理的巧克力工厂。

当地特色

Chifa（“吃饭”）

秘鲁处处可以看到写着“Chifa”的小餐馆，这种餐馆在这个国家的流行程度，尤其会让中国人震惊。因为这是主打中餐与秘鲁本土菜相融合后的一种菜式。Chifa——粤语中的“吃饭”，是最初来到南美的大陆华人、华工辛辛苦苦创立并延续至今的产物。

烤豚鼠（Cuy）

这种有着可爱外表的动物，同时也是南美秘鲁、厄瓜多尔地区的一道传统美食。这种残忍的美味，经常是经过腌制再用炭火烧烤，或用油煎炸。胆子大的食客可以尝试一下，因为与活着的豚鼠相比，盘子上的豚鼠外表实在有些可怕。



Lazisset 外形很像兔子的可爱的豚鼠

玛卡（Maca）

国内错误地将这种植物粉末宣传成了有助提高性功能的“秘鲁人参”。实际上，这种生长在高海拔地区的植物，其含有的玛卡因如同咖啡因一样，有提神醒脑的作用。女士服用也能起到美容的作用。但是注意，千万不要晚上冲服，除非你想彻夜不眠。

秘鲁粽子

秘鲁人是在圣诞节时吃粽子，全家人围坐在一起边欢庆圣诞节，边吃粽，甚至已出嫁的女儿，也赶回娘家吃粽子。

古柯茶（Coca）

古柯叶子泡成的茶水，具有提神醒脑的作用，可消除初上高原的不适。也可以直接将叶子放在嘴里咀嚼。

Pisco 酒（或 Pisco Sour）

这是一种葡萄经过发酵、蒸馏制造而成的蒸馏酒。颜色很淡，酒精含量约 40%。主要是作为餐前酒。“Pisco”这个名字应该是从南美原著民的名字来的。



Lazisset 秘鲁的饮品种类太多了，从左至右：鲜榨橙汁、喝完的柠檬 pisco、紫玉米汁、龙舌兰酒、咖啡 pisco

鼻涕果（学名 Maracuyá）

南美洲的水果之王，一种碱性水果，对中枢神经系统有安定作用。能够舒缓焦虑紧张、抑郁寡欢、神经紧张引起的头痛。果肉香甜，看起来不漂亮，吃起来很美味。

紫玉米（Purple Corn）

紫玉米是秘鲁特有的一个玉米品种，玉米棒及颗粒均为紫色，早在印加前时期就有种植，秘鲁的安第斯山人将它做成饮料来饮用，含有酚化合物，具有健康性和营养性。

印加小土豆

秘鲁土豆种类太多，但这种小小的、一口一个的小土豆十分美味，各种烹饪方法都美味，还可以当下酒菜。

印加可乐（Inca Kola）

没有任何一种饮料能超越它在秘鲁人心目中的地位，可以说称得上是秘鲁的“国饮”。

1935 年，恰逢利马建市 400 周年，印加可乐发明人林德利抓住这一时机，利用本地出产的几种草药和其他调料搭配，终于推出了一种黄颜色、略带菠萝味道的饮料，为了迎合秘鲁人的民族感情，他们将这种饮料取名印加可乐。

Lazisset 秘鲁人太喜欢喝印加可乐了，就连比其资历更久的美国可口可乐，在秘鲁也不敌这个强有力的竞争对手，可口可乐尽管使出浑身解数还是屡次败下阵来，无奈之下，只好选择将印加可乐收入旗下，但是仍保持着印加可乐的名称，口味也没有改变。



库斯科餐厅推荐

11 Inka Grill

不仅游客喜欢，连本地人也会推荐的餐厅，以秘鲁菜和结合了多样菜系的创新菜为主，适合团餐或家庭为单位的聚餐。主打 Alpaca、trout 等秘鲁菜，够胆量可以尝试烤豚鼠（Cuy），甜点可以选 tiradito de trucha。

地址：Portal de Panes 115, Piso

网址：www.cuscorestaurants.com/en/inkagrill.html

联系方式：+51-84-240668

营业时间：11:00-23:00

参考价格：90 元起

Don Antonio

可以看表演的顶级餐厅，自助式。最好提前预约，很多团队游客会将这里占满。主打：当地特色菜和精彩的舞蹈表演。

地址：Santa Teresa 356 Plaza Regocijo

联系方式：+51-84-241364

12 MAP Café

可以享用浪漫的烛光晚餐，这里的菜品创新很快，主厨 Coque Ossio 精通秘鲁烹饪并极富个人特色。主打：Hot shrimp ceviche、Marinated pork（海鲜猪肉），甜点尤其好吃。

地址：Plazoleta Nazarenas 231，靠近博物馆 Museo de Arte Precolombino

网址：www.cuscorestaurants.com/en/mapcafe.html

联系方式：+51-84-242476

营业时间：每天 11:00-15:00, 18:00-22:00

参考价格：80-370 元

其他餐厅

13 Greens Organic（有机菜品）

这家餐厅的大部分蔬菜都是从圣谷运输来的，剩下一部分来自于当地经过精心挑选的小型农户，从食物源头到烹饪手法都做到天然、有机。餐厅位置不错，可以看到武器广场的大教堂。主打：素食、有机。

地址：Santa Catalina Angosta 135, Piso 2

网址：www.cuscorestaurants.com/en/greensorganic.html

联系方式：+51-84-243379

营业时间：每天 12:00-21:30

Le Soleil

法式餐厅。主打：法式早餐。

地址：Calle San Agustin 275, Cusco _84

联系方式：+51-84-240543

参考价格：44-124 美元

14 Rome Mia

意大利餐厅。主打：比萨和 Pasta。

地址：Calle Procuradores 341 | 2 piso, Cusco cusc 01

联系方式：+51-84-226715

参考价格：44-100 美元

15 LIMO Cocina Peruana & Pisco Bar

晚上休闲喝酒的好去处。另外秘鲁菜做得也很好吃：Lomo saltado, seco, ceviches。

地址：Portal de Carnes 236 | 2 层

联系方式：+51-84-240668

营业时间：每天 11:00-23:00

16 Jack's Café

主打：早餐（鸡蛋、培根、鳄梨、土司，还有特别棒的果汁）

地址：Choquechaca 188

联系方式：+51-84-806960

参考价格：44-62 美元

热水镇餐厅推荐

结账时一定要核对账单，很多餐厅在结账时，都会莫名其妙地加上多出来的 10%-15%，名曰“服务费”，这是小费之外的强制费用。避免这笔不必要的浪费，方法就是走进一家餐厅前，和招呼生意的服务员谈好价格，并事先和结账时分别提醒他们“No tax, No Servicio, No nada mas”。

越往山坡上走，就越能找到价格更便宜、分量还更大的小餐厅。

当地规定晚上 11 点后，不允许贩卖或购买酒类或含有酒精的饮料，不过规定并不严格。

17 Indio Feliz（“快乐印第安”）

实际上是法餐，老板是法国人，老板娘是秘鲁人。这家口碑一直很好的餐厅，价格也要稍贵一些，最受欢迎的是 50 索尔的“Prix fixe menu”。

地址：Lloque Yupanqui 4

联系方式：+51-84-211090

营业时间：11:00-22:00

参考价格：120-240 元

18 Tree House

本地菜，要尝尝羊腩肉（Alpaca loin with bacon），还有 Chimichurri、quinoa risotto 和 Lúcumá（水果）。

地址：Huanacaure s/n

联系方式：+51-84-211101

营业时间：午餐、晚餐时间

参考价格：人均 65 元

TOTO's House

地址：热水镇市场对面

Lazisset 这家自助餐厅不仅食物美味，而且位置优越，坐在靠窗的位置，下面就是汨汨的河水流过，阳光照进来，能看到近在咫尺的马丘比丘。通常会有乐队表演，伴着音乐和流水声用餐，太惬意了。出门右拐就有一家小书店，同时也卖明信片，店主负责邮寄。收到一张印着马丘比丘邮戳的明信片，是有多么有纪念意义的一件事啊。



购物 Shopping

库斯科是让热爱手工艺品游客流连忘返的地方。这里的陶器、银饰、临摹画作和特色手工制作的服装，都值得收藏。库斯科学院 (The Cuzco School) 的木雕金叶子尤其出名。宗教人物的雕像也很受欢迎。另外，羊驼毛制品也是极受游客欢迎的本地商品。

关于羊驼的一切——羊驼与羊驼制品

羊驼

羊驼 (Alpaca)，又名驼羊，外形有点像绵羊，一般在高原生活，世界现有羊驼 300 万只左右，约 90% 以上生活在南美洲的秘鲁及智利的高原上。

羊驼是高度群居的动物，容易饲养和照看，被人工驯养超过 6000 年。西班牙开始了对印加帝国的殖民后，许多羊驼、大羊驼和印第安人一样死亡了，但在不适合人类居住条件的安第斯高原地区，这个物种幸存了下来。

南美洲的 4 种骆驼科动物——大羊驼 (Llama)、羊驼 (Alpaca)、原驼 (Guanaco) 及骆马 (Vicuña)，这四个品种互相可以杂交。羊驼的寿命可长达 20 年。

驯养的大羊驼则是从野生的原驼祖先演化，大羊驼的生殖循环较为特别，雌性诱导性排卵的，在交配时，雌性会排卵，通常会立即受精，所以它们并没有动情周期。雄性与雌性大羊驼是卧下交配的，时间约为 20-45 分钟，在大型动物中很少见。

驼羊性情机警，视觉、听觉、嗅觉都很敏锐，奔跑速度也很快，每小时可达 55 公里，在开阔地带生活，这些为它们逃避敌害起到了至关重要的作用。

它们非常聪明，通常在几次尝试后就可以学会东西，并可背负其体重 25%-30% 的重物行走。



Lazisset 马丘比丘的羊驼

天马行空看世界 这是我有生以来第一次看到南美羊驼，当地人叫 Lama，羊驼这个名字还挺形象贴切，身上长着一绺一绺的毛像羊，可头又像骆驼的脑袋。后来查资料这种个子不高、白色的驼毛很茂密的羊驼叫苏利羊驼，因其独特的毛纤维特性，在羊驼中显得出类拔萃。这种羊驼与后来在马丘比丘看到的羊驼不一样，马丘比丘的羊驼高大，毛色是褐色与白色混杂的。

羊驼毛及毛制品

羊驼身体的颜色较一致，因而毛皮较贵。其皮毛可作为羊毛的更高档替代品，相同面积的毛皮制品，绵羊需要 8 张毛皮，羊驼就需要 16 张毛皮，

羊驼毛皮有“软黄金”之称。

纺织品是克丘亚人最重要的手工艺品，可以看到整个安第斯山脉的妇女几乎整天坐在那里编织羊毛（羊驼和绵羊毛），即使在市场里或等待公共汽车时。

在南美洲购买羊驼毛制品十分划算，游客经常购买的有羊驼毛围巾、袜子和披肩。由羊驼毛制成的挂毯作为室内装饰也很好看。

羊驼毛织品的清洗很讲究，洗涤时温度不可过高，作用力不可过大，防止脱色变形。洗涤这类衣物要用专用洗涤剂。而羊驼毛挂毯用婴儿爽身粉拍打也能起到清洁作用。

天马行空看世界 羊驼是秘鲁的国宝级动物，当今羊驼大国秘鲁已立法禁止羊驼的出口，因此智利、玻利维亚成为南美洲羊驼出口的主要国家。羊驼毛以其质量与色泽独一无二的特点而闻名于世，其韧性为绵羊毛的两倍，无毛脂，杂质少，净绒率达 90%。用羊驼毛制成的时装轻盈柔软，穿着舒适，垂感好，不起皱，不变型。在秘鲁各个旅游景点都有羊驼毛制成的毛衣、围巾在卖。



tintin168 库斯科城身穿传统服饰的印加妇女

voyager 克丘亚妇女穿着五颜六色的传统服装，其风格是来自于前印加时期的服饰和西班牙农民服装的混合物，帽子则是 1920 年代由英国铁路工人流传过来的圆顶硬礼帽。

购物场所

20 圣布拉斯广场 (Plaza San Blas)

广场上和周边就集合了库斯科大部分最好的商店，这里是艺术的中心，很多本地的手工艺人和艺术家都聚居在这里。比较有名的店铺有 Edilberto Mérida、Antonio Olave、Jesús La Torre 和 The Mendiivil family 家庭作坊。

21 圣佩德罗市场 (Mercado San Pedro)

位于库斯科中心的市场，在这里除了手工艺品，还能吃到美味的当地小吃。

22 库斯科传统纺织品中心 (Centro de Textiles Tradicionales del Cuzco)

这是为保护这项传统手工艺而成立于 1996 年的非营利性组织，可以参观，可以购买。

地址：Av El Sol 603A



Huanchac 市场 (Mercado Modelo de Huanchac)

这是本地人经常到访的市场，很少有游人找到这里来，可以吃本地的 chviche。

马丘比丘和热水镇的市场，同样商品的价格要比库斯科贵上一倍，但是有些很有特色和创意的商品，如 T 恤衫等，在库斯科不一定能买到，所以看到喜欢的，讨价还价到可以接受的价格，就收了吧！

线路推荐 Tours

以库斯科为中心，库斯科 - 马丘比丘为主要两个景点，库斯科大区的景点相对集中，在 4 天内基本可以游遍。

库斯科与马丘比丘 3 日游

线路特色

经典精华游

线路设计

利马 (Lima) — 库斯科 (Cuzco) — 热水镇 (Aguas Calientes) — 马丘比丘 (Machu Picchu) — 圣谷 (El Valle Sagrado) 一日游 — 库斯科 — 利马



tintin168 库斯科城

线路详情

D1: 提早预订好利马到库斯科的机票，在利马短暂停留后飞往库斯科，下飞机后，库斯科城半日游，以武器广场为起点，以 Sacsayhuamán 为终点，逆时针方向徒步游览这座城市。

参观大教堂 (La Catedral)，看那副《最后的晚餐》的盘中餐，去 Plaza Regocijo 广场，可选择性地参观地区历史博物馆 (Museo Histórico Regional)，随后到达圣弗朗西斯科广场 (Plaza San Francisco)，穿过广场去看教堂 Church and Convent of Santa Clara (这座教堂外立面建筑很是奇特)，继续向南到达圣佩德罗市场 (Mercado San Pedro，在里头买一杯果汁和小吃)，开始向北走过法院 (Palacio de Justicia)，到 Loreto 街看看印加石墙 (Inca Walls)，继续向东北方向，走到宗教艺术博物馆 (Museo de Arte Religioso) 后，到达圣布拉斯广场 (Plaza San Blas)，然后就前往萨克赛瓦曼 (Sacsayhuamán)。

注意：要提前买好第二天去热水镇的火车票。

D2: 早坐火车出发前往热水镇，午餐时间达到，最好在车上吃好午饭，留出更多时间游览马丘比丘。坐汽车或徒步到达马丘比丘入口处参观；16:00-17:00 坐火车回到库斯科。

D3: 可以参加当地“一日游”团，主要游览：Sacsayhuamán、Qenko、Tambo Machay 和 Pukapukara。比较固定的行程如下：早上 7 点左右会有巴士到酒店来接，或在武器广场 (Plaza de Armas) 预订一日游的旅行社门口集合，到达第一个景点一般需要 1-2 小时，4 个周边遗址以走马观花的速度算下来，可以在 16:00 左右回到库斯科。圣谷一日游：ollantaytambo 与皮萨卡

天马行空看世界 圣谷一日游，看到的都是秘鲁印第安人古老风情，一路走来，好像远离了我们生活的时代，来到了另外一个世界，一个古老的世界里。古城村落没有现代化的楼房，没有整齐宽阔的街道，没有琳琅满目的商品市场，处处还都保留着远古时代的面貌，甚至当地居民还都穿着传统的民族服装。按照城市人的眼光看，生活在这里的人们是多么穷苦落后，没能过上现代化的生活，但又必须承认，正是他们世代以这样的方式生活，才保存下来了印第安人的古老而传统的风貌，让游客有机会看到这些原汁原味的，与众不同的，诗情画意的印第安远古风情，感谢他们。

旅游局官方推荐库斯科大区线路游 (最短 4 天)

线路特点

官方推荐的精华之旅

线路设计

库斯科 — 周边古迹 — 马丘比丘 — 印加古道徒步 — 库斯科

线路详情

- D1: 游览库斯科古城
- D2: 火车前往马丘比丘，中午到下午游览马丘比丘，夜宿热水镇
- D3: 早起看日出，再次前往马丘比丘，回来后逛热水镇市场，买纪念品，乘坐下午的火车回到库斯科
- D4: 库斯科周边古迹 (4 个) 一日游
 - 1: Sacsayhuaman
 - 2: Tambomachay
 - 3: 皮萨卡
 - 4: Yucay
 - 5: Ollantaytambo
 - 6: 马丘比丘
 - 7: Choquequirao

库斯科 - 印加古道 - 马丘比丘 7 日游

线路特色

徒步去马丘比丘朝圣

线路设计

利马 — 库斯科 — 印加古道徒步 — 马丘比丘 — 热水镇 — 库斯科

线路详情

- D1: 从利马到库斯科，下飞机后，库斯科城半日游。具体参考线路 1
- D2-D5: 开始为期 4 天的印加古道徒步之旅，详见印加古道介绍
- D6: 热水镇歇脚，前往马丘比丘，夜宿热水镇
- D7: 返回库斯科



库斯科 - Ausangate 环线徒步 - 马丘比丘 10 日游

线路特色

包含全球排名第四的徒步路线

线路设计

利马 — 库斯科 — Ausangate 环线徒步 — 热水镇 — 马丘比丘 — 热水镇 — 库斯科

线路详情

D1: 利马飞往库斯科, 下飞机后, 库斯科武器广场附近游览, 徒步行前准备

D2-D6: 开始为期 5 天的 Ausangate 环线徒步, 详见 Ausangate 环线介绍

D7: 热水镇休整, 泡温泉, 吃大餐

D8: 前往马丘比丘, 早起看日出, 下午返回热水镇

D9: 前往华纳比丘

D10: 从热水镇返回库斯科

Ausangate 环线徒步 - 全球最棒的徒步路线 No.4

Ausangate 山, 南秘鲁第二高峰, 海拔 6372 米, 库斯科东南方向距离 100km 处, 可以在萨克塞华曼 (Sacsayhuamán) 的观景台看到全景。这里是当地土著克丘亚人的神山, 也是羊驼——中国最著名的神兽草泥马——的故乡。当地土著有些村子的克丘亚人还保持着和 100 多年前的生活方式。2004 年 12 月, Ausangate 和其附属的 Vilcanota 山峰群申报成为世界上第一个精神公园 (Vilcanota Spiritual Park)。

线路特色

亮点	风险
冰川雪景	高原反应
南美洲印第安风情	后援不足
到处都有草泥马	设施简陋
没有拥挤的人群	扎营时间长
温泉	有时温度低于 0°C
费用不贵	会碰到下雪

徒步环线总长 70km, 四个山口的高度在 4757 米到 5165 米, Ausangate 环线到处都能见到冰川覆盖的山峰, 不会距离雪很远。Ausangate 环线周围有成千上万的羊驼。

voyager 见到了好几次冰川上的雪滑下落在湖里, 夜里有一次巨大的响声把我从睡梦中震醒, 感觉那些雪块会落到帐篷里。随着地球变暖, 冰川正在迅速融化, 造成生态系统的变化并改变了人们几千年来居住方式。5 天的 Ausangate 环线被评为 C 级徒步路线(要具备一定的体力与耐力), 和我们一样, 很多人徒步和骑马结合完成。

线路设计与详情

D1: 始于 Tinkui, 在 Upis 扎营, 海拔 4400 米

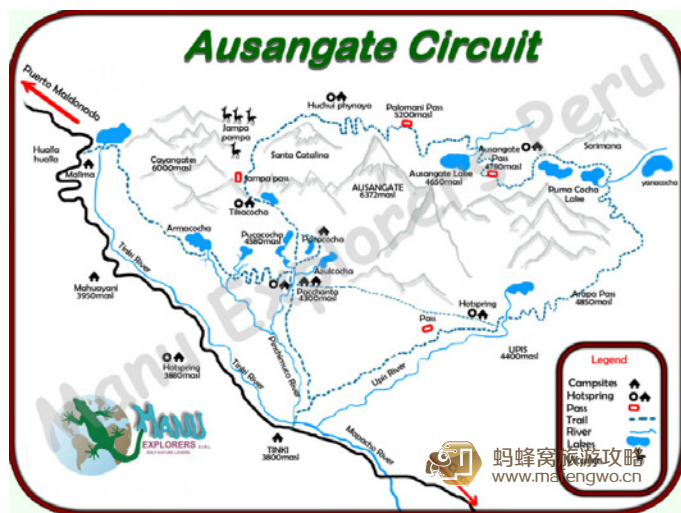
D2: 早从 Upis 营地出发, 2 小时到达 Arapa Pass(4740m), 然后途经三湖 (Pukacocha/green; Jatun Pukacocha/turquoise; Qomerqocha) 扎营在 Lake Jatun Puqa Q'ocha 湖边

D3: 从 Lake Jatun Puqa 营地出发, 晚上到达 Q'ampa; 穿越

Apuchata 山口, 途经 Ausangate 湖, 再穿越 Palomani 山口 (海拔 5200 米) 环线徒步的最高点, 过 Palomani 山口后下坡, 过 Santa Catalina 峰 (海拔 5800m) 和绿色的 Pampa Jutunpata 山谷, 在 Q'ampa 山谷扎营 (共 11 小时)

D4: Q'ampa, 2 小时后到达 Q'ampa Pass (海拔 5060 米), Qomerqochalagoon, 5 小时后扎营在 Pacchanta 村 (海拔 4100 米)

D5: 从 Pacchanta 村出发, 中午回到 Tinkui, 然后返回库斯科, 车程 4 小时



voyager Ausangate 徒步路线图

秘鲁国内 10 日游

线路特色

国内必游景点串联 (顺时针大圈)

线路设计

利马 — 鸟岛 (Islas Ballestas) — 利马市区 — 库斯科 — 热水镇 — 马丘比丘 — 热水镇 — 库斯科 — 普诺 (Puno) — 的的喀喀湖 (Lake Titicaca) — 白城阿雷基帕 (Arequipa) / 纳斯卡 (Nazca) — 利马

线路详情

D1: 中国 — 利马 (Lima), 长途飞行后, 利马休整

D2: 早起前往鸟岛 (Islas Ballestas) 游览, 下午返回利马市区, 游览市区



Lazisset 鸟岛除了看鸟, 还有洪堡企鹅



D3: 乘坐早上飞机前往库斯科，到达后午餐，库斯科市区游览

D4: 前往热水镇，游览马丘比丘。下午 4 点左右返回库斯科

D5: 前往普诺 (Puno)，可以选择飞机，也可以选择一整天都乘坐由库斯科始发的火车，这样要多花费一天时间。普诺是普诺地区和普诺省的首府和最大城市，位于的的喀喀湖 (Lake Titicaca) 海岸和环绕城市的山脉之间，海岸和山麓间只有不到 2 公里的平地，城市只能向山坡上扩展

D6: 游览的的喀喀湖 (Lake Titicaca) 最省心的方法是参加普诺当地的旅行社，一般都有有的的喀喀湖的一日游和 2 日游项目

的的喀喀湖

的的喀喀湖是南美洲地势最高、面积最大的淡水湖，也是世界最高的大淡水湖之一，是南美洲印第安人文化的发源地之一，印第安人称之为圣湖。这里还是世界上海拔最高的大船可通航的湖泊。

由于是淡水湖，湖中鱼虾众多，岛上水鸟聚集，湖底和香蒲周围生长着茂密的水草，水中游鱼嬉戏，印第安人从远古起使用鸟粪肥种植玉米、土豆等农作物。

关于此湖的多个传说中，最为人熟知的是：水神的女儿伊卡卡爱上青年水手蒂托，水神发现后大怒，将蒂托淹死。蒂托死后化为山丘，伊卡卡则变成浩瀚的泪湖，印第安人将他俩的名字结合在一起称为“的的喀喀”湖。

D7: 返回普诺

D8: 前往白城阿雷基帕 (Arequipa) 或直接到达纳斯卡 (Nazca) 白城半日游 / 参观纳斯卡大地画 (Nazca Lines)

纳斯卡大地画 Nazca Lines

纳斯卡线条位于纳斯卡沙漠，纳斯卡镇与帕尔帕市之间。由美国考古学家保罗·柯索发现，有学者认为纳斯卡大地画是纳斯卡文明于 400 年至 650 年所创造的。这里有数以百计的图形：简单的线条排列构成复杂而丰富的图案，如鱼类、螺旋形、藻类、兀鹫、蜘蛛、花、鬣蜥、鹭、手、树木、蜂鸟、猴子和蜥蜴等。推估这些图案可能在安地斯山的祈雨仪式中，扮演重要的角色。

D9: 返回利马市区游览，修整

D10: 回国

10 日游中的景点都是经典，一日不停地游览下来，对体力是个挑战，不妨在库斯科、普诺这样的地方多停留一天作为修整。

南美三国 23 日游

线路特色

看印加帝国古迹和南美狂野浪漫的自然风光

线路设计

利马—库斯科—马丘比丘—库斯科—科帕卡巴纳—的的喀喀湖—太阳岛—拉巴斯—乌尤尼—圣安东尼—伊瓜苏瀑布—布宜诺斯艾利斯

线路详情

D1: 到达利马，前往马丘比丘，夜宿热水镇

D2: 白天游览白球比丘，晚上火车返回库斯科

D3: 游览库斯科城及周边萨克赛瓦 Sacsayhuaman)、太阳神庙 (Church Santo Domingo) 等

D4-D8: 早离开库斯科，4 小时车程到达 Tiqui，午饭后开始 Ausangate 环线徒步

D9: 从库斯科出发，晚上到达科帕卡巴纳 (Copacabana)

D10: 前往的的喀喀湖 (lake Titicaca) 游览

D11: 太阳岛 (Sun Island) → 的的喀喀湖 (lake Titicaca) → 科帕卡巴纳 (Copacabana)



voyager 秘鲁的的喀喀湖

D12: 上午离开科帕卡巴纳 (Copacabana) 前往拉巴斯 (La Paz)，下午 2 点到达，晚 9 点夜车去乌尤尼 (Uyuni)

D13-D16: 开始乌尤尼环线 (Uyuni Circuit) 的 4 天之旅

具体线路

Tunupa 火山 (Tunupa Volcano) → 盐沼 (Salt flat) → Incahuasi island → Puerto Chivica



voyager 玻利维亚“天空之境”—乌尤尼盐沼

D17: Tupiza → La Quiaca → Salta

D18: 飞往伊瓜苏 (Iguazu)

D19: Pt. Iguaza

D20: Foz Iguaza

D21: 到达布宜诺斯艾利斯 (Buenos Aires)

D22: 布宜诺斯艾利斯 2 日游第一天 (Buenos Aires tour)

D23: 布宜诺斯艾利斯 2 日游第二天结当晚航班返回

(voyager 提供)



节庆 Festivals

圣周 (Holy Week)

圣周期间人们为了祭奠地震之神 (The Lord of Earthquakes, El Señor de los Temblores) 与 1650 年库斯科经历了地震之后开始的游行活动。

时间：每年 3 月或 4 月

雪之光芒 (Qoyllur Rit' i)

安第斯山区人们对崇山峻岭表达敬畏之情的节日。在 Ausangate 峰举行。

时间：5 月或 6 月

太阳节 (Inti Raymi)

库斯科最重要的节日，为纪念太阳神而举行的盛大活动，始于 Qoricancha，在萨克赛瓦曼 (Sacsayhuamán) 结束，人们在这片印加帝国遗址上重现帝国时期的冬至庆典仪式。

时间：6 月 24 日

Our Lady of Mount Carmel

在小镇 Paucartambo 为赞美圣母玛丽举办的活动，人们穿着鲜艳的传统服饰，跳舞狂欢。

时间：6 月 16 日

实用信息 Practical Information

语言

秘鲁的官方语言是西班牙语，利马的年轻人会说英语的人有一些，但并不多。安第斯山区的人，还有人依然说着古老的克丘亚语言。

常用语

你好！Hola (OH-lah)

你好吗？（非正式场合，比较亲切的）¿Cómo estás? (KOH-moh ehs-TAHS?)

你好（正式）¿Cómo está usted? (KOH-moh ehs-TAH oos-TEHD?)

很好，谢谢你 Muy bien, gracias. (MOO-ee byehn, GRAH-syabs)

请问你叫什么？¿Cómo te llamas? (KOH-moh TAY YAH-mahs?)

我叫：Me llamo _____ (MEH YAH-moh _____)

我是：Yo soy _____ (YOH SOY _____)

见到你很高兴 Encantado/a (ehn-kahn-TAH-doh/ehn-kahn-TAH-dah)

或 Mucho gusto. (MOO-choh GOOS-toh)

请，劳驾 Por favor (POHR fah-BOHR)

谢谢 Gracias (GRAH-syabs)

不用谢 De nada (DAY NAH-dah)

是，是的 Sí (SEE)

不，不是 No (NOH)

对不起 Lo siento (LOH SYEHN-toh)

再见 Adiós (ah-DYOHHS) 或 Hasta luego (AHS-tah LWEH-goh)

我只能说一点点西班牙语 Hablo un poco español. (ah-BLOH oon POH-koh eha-pah-NYOHL)

请问你说英语吗？¿Hablas inglés? (AH-blahs een-GLEHS?)

早上好！Buenos días (BWEH-nohs DEE-ahs)

晚安咯 Buenas noches (BWEH-nahs NOH-chehs)

常见标识

开放 Abierto (ah-bee-AIR-toh)

关门 / 关闭 Cerrado (sehr-RAH-doh)

入口 Entrada (ehn-TRAH-dah)

出口 Salida (sah-LEE-dah)

推 Empuje (ehm-POO-heh)

拉 Tira/Jala (TEE-rah/HAH-lah)

洗手间 Servicios (sehr-BEE-see-yohs)，也可以是 S.H. 或 S.S.H.H

男士 Hombres (OHM-brays) / Caballeros

女士 Mujeres (moo-HEH-rehs) / Señoras

禁止吸烟 No fumar/fume (noh foo-MAHR/FOO-may)

禁入 / 请勿通行 / 闲人免进 Prohibido (pro-hee-BEE-doh)

下载靠谱又有爱的旅行翻译官，了解更多当地语言！

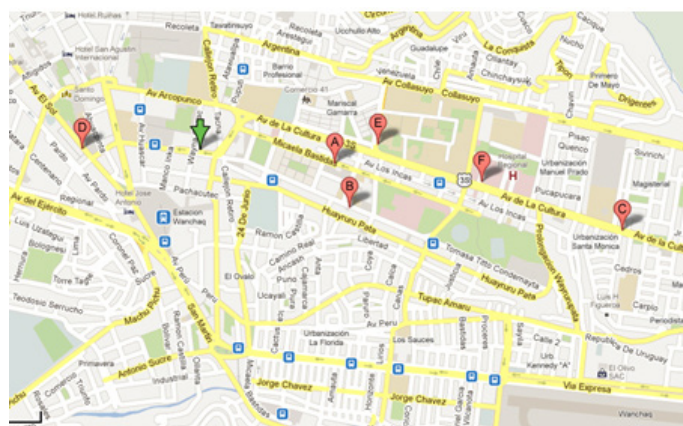
货币兑换与银行

秘鲁官方货币是新索尔 (Nuevo Sol，简称为 S/.)。在一些当地企业、餐馆和加油站，可以根据当日美元与新索尔汇率，直接使用美元交易。

1 人民币约等于 0.4 索尔（为方便计算，考虑到汇率的浮动等，可以直接以 2 倍的关系换算）。

tulipa 在秘鲁，外币兑换是很容易的事情，安全性也有足够的保证。银行的汇率最差也最安全。主要旅游城市都有很集中的专门兑换外币的摊贩，可以货比三家，假币似乎也不是需要担心的问题。用银联的提款机直接提款也是个办法。在酒店、银行和授权的交易场所都可以兑换外币（美元、欧元）。

库斯科 ATM 分布



图中 A: Cajero del Banco de la Nacion

地址：El Ovalo

图中 B: Cajero del Banco de la Nacion

地址：Tomas Tito Condemayta

图中 D: 地址：Sol 大街



热水镇 ATM 分布



图中 A: Caja Municipal de Arequipa ATM

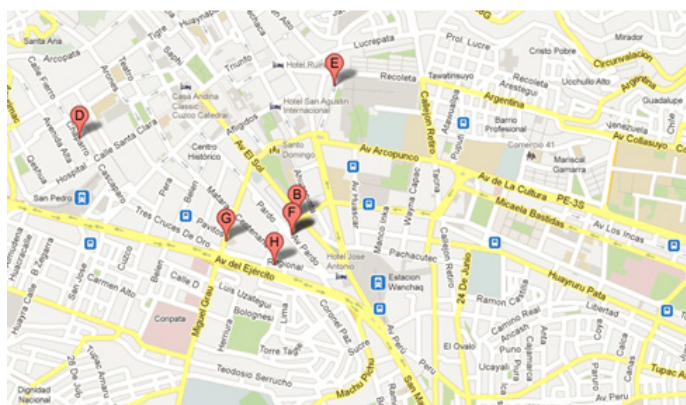
图中 B: ATM Globalnet

图中 C: ATM BCP

邮局

在马丘比丘售票处门口有明信片代邮的商店，热水镇和库斯科这样的纪念品商店就更多了，很多酒店也有相同服务。

库斯科邮局（及可寄明信片的酒店）



图中 B: Serpost

地址: Avenida El Sol

图中 H: Hospedaje Don Marcos

地址: Avenida Regional Numero 898

图中 G: Girasoles

地址: Recoleta Angosta - Pasaje Pantaccalle 38
Cusco 084

常用电话

急救: 117

报警: 105

火警: 116

查号台: 103

通信、网络与电源

电压: 220V, 60Hz, 电器插座大多为扁形或圆形的两孔插座; 国内的三频手机在秘鲁可用。收费大致 4 美元 / 分钟。

秘鲁国家代码: 51

拨打国际长途时, 需要 00+ 国家代码 + 地区号 + 电话号码; 使用酒店固话, 收费为 5 至 10 美元之间;

秘鲁网络条件较好, 高级酒店、餐厅均可提供无线上网服务。市区内有

网吧。

医院

医疗急救: 117

急救中心: 225-4040、446-4620、372-6025

库斯科医院（靠近市中心）

**27 Instituto de Urologia Laparoscopica e Incontinencia
Urinaria del Cusco**

地址: Av. Confraternidad 424

联系方式: +51-984-702353

**28 HOSPITAL NIVEL IV ADOLFO GUEVARA VELASCO -
ESSALUD**

地址: Wanchaq

联系方式: +51-84-234724

使领馆

中国驻秘鲁大使馆（利马）

地址: Jiron Jose Granda 150 号, San Isidro, 利马

电话: 01-222-0841

网址: [Http://www.embajadachina.org.pe/chn/default.htm](http://www.embajadachina.org.pe/chn/default.htm)

入境前请详细阅读使馆网站上给出的“中国公民赴秘鲁须知”

玻利维亚驻秘鲁大使馆

地址: Casanos 235, San Isidro, 利马 27

电话: 01-422-8231

传真: 051-35-1251

美国驻秘鲁大使馆

地址: La Encalada 17th Block, Surco, Lima33

电话: 01-434-3000

网址: lima.usembassy.gov

宗教与禁忌

秘鲁人多信奉天主教, 忌讳数字 13 和星期五。他们认为乌鸦是一种不祥之鸟, 给人带来厄运和灾难。他们忌讳以刀剑作为礼品, 认为送这些东西意味着割断友谊。饮食方面, 秘鲁人忌食海参一类形状怪异食品。

秘鲁人参加各类活动时间观念不强, 特别是晚间的活动时常会迟到半个小时或更长时间。平时衣着较随便, 但正式场合及商务约会则十分重视衣着, 以男士着深色西装、女士着套装为宜。见面和分手时, 不分男女均可握手。男性好友间可互相拥抱, 异性或女性友人间互吻脸颊, 任何场合下, 都可用花作为礼品。

更多信息请参见秘鲁旅游官方网站（支持中文）

[Http://lvyout168.cn/travel/peru/about_Peru.html](http://lvyout168.cn/travel/peru/about_Peru.html)

出入境 Entry-Exit

签证

提到南美洲, 国人比较熟悉的旅行目的地多为里约热内卢、布宜诺斯艾利斯等地, 秘鲁这个国家对很多人来说, 还十分神秘。实际上, 就旅游



资源来说，秘鲁和阿根廷，可谓是南美洲的第一第二。然而，除去昂贵的机票，还有并不好办的签证，都是秘鲁旅游不够火热的原因。

中国是秘鲁外贸的重要伙伴，很多中资企业都在秘鲁有外驻机构。这里还是南美洲范围内，华人数量最多的国家（多集中在首都利马）；这里矿产资源、动植物资源之丰富，是任何一个对能源需求极大的国家的艳羡之处，除了美景，这里商机无限。

签证类型

根据中秘互免签证协议，持外交、公务护照者赴秘鲁可免办签证。持公务普通护照和因私普通护照的中国内地公民、持澳门特区护照者可申请“短期”或“居留”签证。

临时签证包括旅游、商务、学习、工作、演出、过境、机组和海员等类，停留期最多 90 天，可延期；居留签证包括学习、工作、投资、探亲等类，停留期最多 1 年，可延期。两种签证签发日起 6 个月有效。

旅客入境需填写安第斯（国家）入境卡和行李报关单。入境卡分上下两联，上联入境时交移民官员登记，下联经移民官员签署盖章后订在旅客护照页上，离境时交回（所以一定要保管好这张卡片！）。如需申请签证延期，可凭此联到移民局办理。行李报关单则在机场出口处海关官员，并接受随机抽查。

签证申请

旅游签证（分为团队和个人旅游签证）

个人旅游签证所需材料

- 护照（有效期至少 6 个月，2 张 2 寸白底彩色照片，填写申请表）
- 健康证明及免疫证明
- 秘鲁旅行社出具的公函和行程安排
- 申请者最近三个月的银行存款证明，或者出示具有国际支付功能的信用卡及该卡复印件
- 秘鲁当地酒店订单或住宿证明
- 来回程机票或者订单
- 两张护照尺寸照片
- 往返机票定单（这是南美很多国家的官方规定，但实际上严格实施的只有巴西等几个国家）
- 反映申请人其他经济情况的材料复印件，如银行存款，房产证，车证等（面试提供原件）
- 声明书：申请人致函签证官表示是否存在犯罪记录，由派出所出具
- 反映申请人其他经济情况的材料复印件，如银行存款，房产证，车证等（面试提供原件）
- 单位空白抬头纸 2 张

目前针对中国游客的个人旅游签证政策已经慢慢放开，但是必须要面试，如果选择使馆特指的旅行社，才有可能免去面试。

团队旅游签证对中方游客所需材料

- 有效护照
- 申请人签署的保证书，保证在行程结束后，按时返回中国。该保证书由领事馆提供
- 以上信息须在团队出发前 15 个工作日提交给领事馆
- 来回程机票或者订单
- 两张护照尺寸白底照片

商务签证（分短期和长期两种）

短期商务签证所需材料

- 护照原件，有效期超过 6 个月
- 秘鲁公司邀请函原件，经秘鲁外交部认证
- 中国公司派遣函，先拿到当地公证处公证并翻译成英语或者西班牙语，

然后到单位

- 注册所在地省外事办公室进行认证
- 营业执照复印件
- 来回程机票或者订单
- 两张护照尺寸彩照
- 备齐上述材料申请人来领事馆面试

学生签证

短期学生签证所需材料

- 秘鲁移民局签发的签证许可，该签证许可由申请人就读的秘鲁学校向移民局申请
- 申请者最近三个月的银行存款证明，或者出示具有国际支付功能的信用卡，并复印备份
- 出发单程机票或者订单
- 两张护照尺寸彩照
- 申请人来领事馆面试
- 此外，持秘鲁旅游签证入境者，根据 1043 号决议，可向秘鲁移民局申请变更移民状态

工作签证

短期工作签证所需材料：

- 护照有效期超过六个月
- 出发单程机票或者订单
- 申请人和秘鲁公司签署劳动合同，劳动合同经过秘鲁外交部认证的原件
- 秘鲁移民局签发的签证许可
- 两张护照尺寸彩照，须白底
- 申请人来领事馆面试

使馆信息

北京秘鲁共和国大使馆

地址：三里屯外交人员办公楼 1-91

电话：010-65323719

传真：010-65322178

邮件：Lpekin@public.bta.net.cn

秘鲁共和国驻上海总领事馆

地址：上海市南京西路 1515 号嘉里中心 2705 室

电话：021-52985900

传真：021-52985905

领区：上海、浙江、江苏、安徽、福建、江西

秘鲁驻香港总领事馆

电话：+852 2868-2930。

邮件：peruhkmo@netvigator.com。

网址：<http://www.peruconsulate.org.hk/peruhkcn/index.htm>

秘鲁驻美国大使馆

地址：1700 Massachusetts Av NW，华盛顿，DC20036

电话：202-833-9860

网址：peruvianembassy.us

秘鲁驻英国大使馆

地址：52 Sloane St，伦敦 SW1X 9SP

电话：020-7235 1917

网址：www.peruembassy-uk.com

秘鲁驻澳大利亚大使馆

地址：40 Brisbane Ave，Barton，ACT2600



电话: 02-6273-8752

网址: www.embaperu.org.au

海关

海关防疫与居留入籍

秘鲁海关对农产品、肉类制品、文化艺术品出入境实施管制, 需申报并出示有关部门的检疫证明和许可证。每位旅客入境可携带不超过 10,000 美元现金(超过须申报)及价值 500 美元以内的个人自用免税物品, 年满 18 周岁的旅客每人可携带 50 支雪茄或 250 克烟丝或烟叶、3 公升烈性饮料。

巴西将秘鲁列为黄热病疫区, 从秘鲁前往巴西的旅客(不论此前是否出入境巴西), 均须出示注射黄热病疫苗证明后才能登机 and 入境。

旅游签证不可延期(安共体国家公民及其外国侨民除外)。持秘鲁有效学习、工作、投资签证可向移民局申请转为相应居留身份, 获得 1 年居留延期。

外侨证(Carnet de Extranjería)是外国人在秘鲁居留、工作、出入境、开办银行账户等的合法身份证明。

外部交通 Getting There

库斯科

飞机

一般中国游客从国内出发, 到达库斯科基本都是先到利马, 或从利马乘坐长途巴士。

到达秘鲁: 目前中国还没有直飞到秘鲁首都利马的航班, 一般都需要 1-2 次在欧洲或美国的转机。最快的是在荷兰转机, 不用出机场, 不用提行李, 不用签证。

中国 - 利马

出行方案参考

北京出发

时间最短 国航 Flight983, 经停洛杉矶

时间总计: 24 小时 50 分

含税费用参考: 2260 美元

费用最少 南航 3100, 经停广州、阿姆斯特丹

时间总计: 36 小时 40 分

含税费用参考: 2406 美元

上海出发

时间最短 东方航空 583, 经停洛杉矶

时间总计: 24 小时 5 分

含税费用参考: 3184 美元

费用最少 KLM 航空, 经停阿姆斯特丹、马德里

时间总计: 30 小时 20 分

含税费用参考: 2072 美元

广州出发

时间最短 All Nippon Airways 航空 934, 经停东京、休斯顿

时间总计: 25 小时 47 分

含税费用参考: 2561 美元

费用最少 南航 307, 经停阿姆斯特丹、马德里

时间总计: 30 小时 40 分

含税费用参考: 2072 美元

宁宁番茄 中国飞往库斯科的经验

游记地址: <http://www.mafengwo.cn/i/851464.html>

中国到利马: 从中国飞的话, 据我所知好像没有直飞利马的国内航班, 南方航空有中转阿姆斯特丹的, 法国航空有中转巴黎的, 美国的一些航空公司还有中转芝加哥麦阿密的, 具体可以去旅行社询问比价。从北美飞的话可以直接上航空公司网站订票。Taca 航空价钱比较便宜, 但服务有些靠不住。LAN 航空的服务比较好, 有时也会有特价机票(www.lan.com)。

利马到库斯科: 除上述两家公司之外, 还有 StarPeru 航空(www.starperu.com, 直飞), 机票价格可以在航空公司的网站上查寻。

29 库斯科机场 Velazco Astete Airport

机场位于古城东南边, 每天都有来自利马、阿雷基帕及亚马逊盆地地区的航班, 十分繁忙。LAN 航空公司的“利马 - 库斯科”往返航班数量最多, 其次是 Star Peru 航空和 Taca 航空。

从利马飞往库斯科的机票价格在 70 美元左右, 基本上 StarPeru 的价格最便宜, 但是飞机机型都很小, 且飞往库斯科途中, 经常会受到天气影响而取消航班, 这也是选择早季去库斯科和马丘比丘的重要原因之一。库斯科在高原的山谷中, 影响航班的一个主要原因是山谷内的大风。所以买机票最好选择早上的航班, 早上的风比较小, 容易起飞降落, 航班取消延误的可能性小。

另外, 利马海拔很低, 直飞库斯科, 要承受大幅度海拔变化带来的影响, 有心脏病、高血压的游人, 需要提前备好抗高反等相关药品。库斯科机场的国际游客人数众多, 因此机场虽小但设施齐全, ATM、餐厅、纪念品商店甚至是按摩 spa 都有。

离开库斯科机场时需注意交付机场税(airport tax), 一般都在 5 美元以下。从机场到库斯科中心的武器广场, 打车费用的”市场价在 10 索尔左右, 当心在机场以 30 索的价格“黑”你。其实坐私营出租车比较划算, 一般价格在 10-15 索。如果预定了酒店, 通常情况下告知航班信息和姓名, 是可以安排酒店接机的。

天马行空看世界 从美加地区飞往库斯科的经验

南美国家的航班很多, 美国航空公司有 AA 美洲航空、Continental Airlines 大陆航空、Delta 达美航空等, 大都是从美国某个城市如洛杉矶、休斯顿或迈阿密转机到达。还有南美航空公司 LAN 和加拿大航空公司 Air Canada 也可到达。

买飞机票, 我考虑因素的重要性及优先次序先后为: 机票价格、飞行时间及等候时间、飞行路线及转机地点、航空公司。由于美国的几个航空公司飞行时间包括中间转机等候时间太长, 或者转机要到墨西哥、哥伦比亚, 所以没有考虑, LAN 航空公司票价比较贵, 最后决定买加拿大航空公司的机票, 经多伦多转机到秘鲁首都利马往返, 票价为 1008 加币。一开始也考虑买多地联程机票, 温哥华—厄瓜多尔基多—秘鲁利马—温哥华, 但是这种联程票没有一家航空公司的全程航班, 另外价格也很贵, 最后放弃了, 还是买了温哥华—利马往返票。从利马飞到基多, 另外买的 LAN 航空公司的往返机票, 票价为 344 美元。

火车 Rail

由秘鲁铁路(PeruRail)运营, 目前只有库斯科 - 马丘比丘、库斯科 - 普诺(Puno)之间的线路(这条路线被评为全球最经典的火车旅行绿线)。库斯科有两个火车站, 一个是 30 Huanchac 站(Estación Huanchac),



在 El Sol 大街的尽头，来往于的喀喀湖（Lake Titicaca）、普诺（Puno）及胡利亚卡（Juliaca）方向的列车从这里进出；另一个是 **31** San Pedro 站（Estación San Pedro），去圣谷（the Sacred Valley）的 Ollantaytambo 及马丘比丘，都从这里出发。

两个车站并不连通，所以直接从普诺去马丘比丘是不可行的，一定要途经库斯科；

提前预订火车票，没有最早，只有更早；

铁路官网：www.perurail.com

32 Aero Condor Perú 航空

每天都有利马直飞库斯科的航班，一周三次有飞往 Puerto Maldonado 的航班

网站：www.aerocondor.com.pe

联系方式：25-2774

33 Star Perú 航空

地址：El Sol 大街 679, Office 1

网址：www.starperu.com

联系方式：23-4060

34 LAN 航空

国内大型航空，服务好，有直飞利马、阿雷基帕、Juliaca 和 Puerto Maldonado 的固定航班

地址：El Sol 大街 627B

联系方式：25-5555

网址：www.lan.com

35 TACA 航空

除周三外每日都有飞往利马的航班。

联系方式：24-9921

网址：www.taca.com

地址：El Sol 大街 602B

长途汽车 Bus

长途车站 (**36** The Terminal Terrestre) 距离 Sol 大街（太阳大道）步行需要 20 分钟，打车几个索尔就够。

从秘鲁和玻利维亚的几个大城市始发的长途车很多，但通常耗时较长，不过窗外美丽的风景足以抵消旅途上的劳累。路况很好，但雨季时有些路段路况会变得糟糕。

利马（Lima）始发：约 24 小时

普诺（Puno）始发：6-8 小时，车票 25 索左右

阿雷基帕（Arequipa）始发：10 小时，车票 20 索左右

纳斯卡（Nazca）始发：14-16 小时

科帕卡巴纳（Copacabana）始发：9-12 小时，车票 60 索左右

拉巴斯（La Paz）始发：12-15 小时，车票 90 索左右

最好选择带有洗手间的长途巴士，或提前确定长途车途中停留的间隔。否则长时间坐着会让你抓狂的。

宁宁番茄 利马到库斯科的长途巴士经验分享

游记地址：<http://www.mafengwo.cn/i/851464.html>

如果是搭巴士的话，有三条路线可以选择：

线路 A

途经纳斯卡（Nazca）与阿班凯（Abancay）—这条是最快的路线，大概需要 18 个小时。沿途景色很美，还可以顺路去皮斯科（Pisco）喝秘鲁的特产葡萄蒸馏酒，去伊卡（Ica）滑沙探险沙漠中的绿洲，再去纳斯卡看被誉为世界之谜的纳斯卡大地画（Nazca Lines）。缺点就是路比较弯曲，如果晕车会有点辛苦。



宁宁番茄 线路 A 路线图

线路 B

途经阿雷基帕（Arequipa）与普诺（Puno）—这条路看似比较长，但如果背包游整个秘鲁就是不错的选择。Arequipa 离利马大概 12 小时车程，是个很美丽的白色之城。然后坐车 6 个小时到 Puno，的喀喀湖也是值得一去的地方。Puno 到 Cuzco 要差不多 11 个小时，中间有一些景点一般早上出发的旅游巴士都会选择停下来给大家时间参观。



宁宁番茄 线路 B 路线图

线路 C

途经万卡约（Huancayo）与阿亚库乔（Ayacucho）—时间上来说，这条路超长，差不多要 30 个小时才能到达。但是相较上面两条沿岸的线路来说这条路的游客比较少，也是不错的选择。

巴士公司有很多选择，宁宁番茄推荐 Cruz Del Sur (www.cruzdelsur.



com.pe)，价钱不是最便宜，但服务很周到而且可靠安全有保障。上车前会先拍下每位游客的样貌，车子还有 GPS 定位。长途会提供食品饮料，还可以网上订票及提前选择座位。



宁宁番茄 线路 C 路线图

尽量提早订车票，然后选择上层最前牌的位置，这样三面都有窗子可以悠然欣赏沿途美景

马丘比丘

一般到达马丘比丘的方式有三种：从热水镇为起点坐巴士、从热水镇为起点徒步上山、通过印加古道到达马丘比丘。

巴士

单程票价 12 美元、往返票价 18.50 美元的巴士车，每天早晨 5:30 就开始了，一般排队 20 分钟就能上车。车程半小时左右，沿着蜿蜒的道路到达马丘比丘入口处。

步行

坐车上山的人会看到沿途有不少“勇士”——他们沿着同样的山路从热水镇步行到马丘比丘遗址的入口处。身手尚可的人，单程大约需要 2 小时（上山）。大部分为台阶，所以很安全。通过印加古道前往马丘比丘，请参见“印加古道”部分。

库斯科 - 热水镇 (Aguas Calientes)

宁宁番茄 库斯科到热水镇的交通经验分享：

这段就是让人兴奋的火车之旅，目的地热水镇就在马丘比丘的山脚下！火车票要预先在秘鲁铁路（www.perurail.com）的官网上买，或者去他们位于库斯科市中心武器广场 (Plaza de Armas) 的门市部购买。火车有三种等级：基本的 Expedition（单程票价美金 \$59），有透明棚顶的 Vistadome（单程票价 75 美元），还有超奢华的 Hiram Bingham（单程票价美金 \$300）。火车行程一共 4 个小时左右，去程都是较早出发、中午左右抵达。一般提前 2-3 天购票都没什么问题，旺季建议提前 1-2 周预订以免座位售空。现在除了 Peru rail 的火车，往返库斯科和马丘比丘，又多了 Inca Rail——马丘比丘往返 Ollantaytambo，再坐车到马丘比丘。



宁宁番茄 开往马丘比丘的火车

从库斯科乘火车去马丘比丘，如果时间比较紧，可以一天游览，当天去当天回。乘早晨 7 点多的火车，11 点多到达马丘比丘山下小镇，乘上山客车半小时到山顶，在马丘比丘古城遗迹游览 3 小时，乘客车下山，赶 3 点多或 4 点多钟的火车返回库斯科。在库斯科买好往返票。

从库斯科乘火车，坐在火车前行方向的左边座位，这样就可以一路看到波涛激流的乌鲁班巴河美丽的景色。

天马行空看世界 火车沿着乌鲁班巴河谷一路前行，两边山上的树木越来越茂盛，车上广播介绍，我们已经进入了热带雨林地区。看着郁郁葱葱的热带雨林，感受着潮湿温暖的气候，我终于看到了秘鲁的另一面，秘鲁不光只有干旱的荒漠和寒冷的高原，她还有满山的绿树、湍急的河流，再往下走就进入了气候温暖、潮湿多雨，植物生长茂盛的亚马逊河流域。

tintin168 70 英里的路要走 4 个小时，我不理解。出来后才明白，光是之字形上山就要一个多小时。火车停了几个站，最后一个站接了一批走印加古道的背包客，然后在一处浮桥处把他们放下。他们将走到河对面沿着山上的路背着重荷在崇山峻岭中走 4 天 80 英里的艰难山路抵达马丘比丘。

热水镇 - 马丘比丘

宁宁番茄 热水镇到马丘比丘的交通经验分享：

热水镇到马丘比丘

有两种方式到达：搭巴士或步行。巴士每天有很多班，不需要提前买票，但如果要搭早上天亮前的几班人真的很多！最早班的巴士 5:30 发车，人群大概 5 点不到就开始在此排队。如果是想早早起的鸟，建议在前一天就买好隔天的票，这样早晨就不用花时间去跑到售票处排队了。巴士沿山弯曲行驶 20 分钟到达，单程票价 8 美元。

到达马丘比丘

一下巴士就会看到遗址门口长长的队伍，左手边的那栋就是马丘比丘上唯一一家酒店 Machu Picchu Sanctuary Lodge Hotel (www.sanctuarylodgehotel.com)，这家由东方快车酒店集团经营的奢华酒店从外表看很不起眼但价钱很贵，每晚约 900 美元起。马丘比丘的门票。一定要提前买好。每天允许进入的人数都是有限的，从利马开始一路都可以看到卖票的门市，机场街道都有，旅行社也都代办，



所以尽量提前买好票，不要到门口再排队。

如果能跟从库斯科来的团或者库斯科来的导游最好，英文解说都比较好，本地门口等着拉散活儿的导游，相对水准就差一些。有个好的导游，对了解马丘比丘的帮助还是非常大的，值得花这个钱。

建议计划上山的前一天抵达热水镇，这样可以在隔天一大早上马丘比丘观看日出；

库斯科的海拔 3400 米，很多坐飞机来此的人在当天晚上或隔天都会因高原反应而感到不适。马丘比丘的海拔其实比库斯科要低 1000 米左右，所以大部分的症状也会随着火车离开库斯科而得到缓解。

内部交通 Getting Around

库斯科

一般游客都集中在库斯科的中心城区，在这里步行就可以游览全部景点。如果计划在库斯科常住一段时间，不妨试试住在山坡上的民宿里。最方便的出行方式是乘坐出租车，有时候城内狭窄的街道会略显拥堵。

公交车 Bus

库斯科城内的公交车票价约 0.3 美元 / 人，算是最便宜的出行工具。一般都是迷你巴士（minibus）或中巴（minivan）的形式。

电车 Tram

也叫做 The Tranvia，是针对游客、随上随下的游览车，全程 2 小时，成人票价 2 美元，运营时间：每天 10:00-13:00，可以在武器广场上车。

出租车 Taxi

乘坐出租车的原则第一条：讨价还价。

因为库斯科的出租车基本都没有计价器，在市中心附近活动单程一般 1 美元就够。官方的出租车，车顶上有公司的电话标牌，比私营的要贵得多，不过也要更安全可靠（确实有过私营车主袭击抢劫游客事件发生过，晚上就不要打车了）。

如果要在库斯科久呆，可以选择租车，大众 SUV 或“Imperial”、“Batman”、“Zorro”等车型都可以选择。

Lazisset 如果晚上需要做出租车，可以选择叫车，推荐 Aló Taxi 公司，电话：22-2222，他们的网站：www.alocusco.com。Alo 出租车内都会有司机的证件照和驾照等证件。

旅行路上 Travel on the Road

推荐阅读《万水千山走遍》

内容简介

三毛一生虽然短暂，但经历不凡。《万水千山走遍》是《三毛集》五卷中的一卷（还有《雨季不再来》、《撒哈拉的故事》、《温柔的夜》、《梦里花落知多少》）。

本卷记录了三毛返台后，再度出走，游历中南美洲以及首次回归故土的旅行见闻，共十八篇。在丈夫荷西去世之后，三毛鼓起生活的勇气，重新开始了新的生活。

其中一篇《秘鲁纪行》，描述了今天依然可以坐到的通往马丘比丘的窄轨火车，那个时候旅游业并不发达，三毛的秘鲁之行多有坎坷。

卷首开头：“大地啊，我来到你岸上时原是一个陌生人，住在你房子里时原是一个旅客，而今我离开你的门时却是一个朋友了。当飞机降落在墨西哥首都的机场时，我的体力已经透支得几乎无法举步。长长的旅程，别人睡觉，我一直在看书。眼看全机的人都慢慢地走了，还让自己绑在安全带上。窗外的机场灯光通明，是夜间了。”

这是一本适合在旅途中读的关于旅途的书，不厚不薄，不急不缓。

作者简介

三毛：台湾著名作家，1943 年 3 月 26 日出生于重庆，浙江省定海县人。本名为陈惠平，1946 年改名陈平，笔名“三毛”。1964 年进入文化大学哲学系，肄业后曾留学欧洲，婚后定居西属撒哈拉沙漠加那利岛并以当地的生活为背景，写出一连串情感真挚的作品。1981 年回到台湾，曾在文化大学任教，1984 年辞去教职，专职从事写作和演讲。1991 年 1 月 4 日去世，享年 48 岁。

推荐观影《摩托日记》

导演：沃尔特·塞勒斯

编剧：Jose Rivera

主演：盖尔·加西亚·贝纳尔 / 罗德里格·德拉·塞纳 / 梅赛黛斯·莫朗 / Jean Pierre Noher / Lucas Oro

上映日期：2004-01-15(圣丹斯电影节)

片长：126 分钟

IMDb 链接：tt0318462

内容简介

电影讲述了一次南美旅程如何激发了切格瓦拉全新的世界观，使得革命热情开始在他心中萌芽生长。

切格瓦拉当年 23 岁，意气风发，踌躇满怀，是一个医学院的学生。他对外面的世界抱有强烈的好奇心，于是和朋友艾伯特踏上了拉丁美洲的长长一串旅途中。他们骑上摩托车，风驰电掣的出发了，却不料摩托车很快就报了废。但这却一点没有影响年轻人的激情，二人靠搭便车来完成剩下的旅程。

穿过拉丁美洲古老的文明遗址，穿梭于各个国家各色人群中间，他们开始真切感受到社会的真相、生活的苦难。当深入到亚马逊河流域的麻风病人区时，他们被所见所闻深深震撼。切格瓦拉开始思考宏大深奥的命题：人类、社会、经济、文明，人类的苦难、快乐的定义……

推荐音乐

中部安第斯山脉的特色音乐被称为“Huayno”，讲述山村生活，并传播着安第斯人民的民族主义（爱国主义）。仍然被广泛使用的传统乐器，包括鼓，长笛，传统乐器 Charango(以犰狳壳制成琴身，形状类似小吉他，有五或十弦)。

在库斯科、热水镇的很多中高档餐厅里，晚餐时间都会有民乐表演，到时不妨留意一下。



List

名称	地址电话 (0999)	你的选择
武器广场 Plaza de Armas	库斯科城中心	☐
大教堂 La Catedral	武器广场	☐
太阳神殿 Qorikancha	圣多明戈广场	☐
萨克赛瓦曼 Sacsayhuamán	库斯科以北 2km 处	☐
Machu Picchu Sanctuary Lodge	马丘比丘入口处	☐
Inka Grill	Portal de Panes 115, Piso +51-84-240668	☐
Don Antonio	Santa Teresa 356 Plaza Regocijo	☐
MAP Café	Plazoleta Nazarenas 231, 靠近博物馆 Museo de Arte Precolombino +51-84-242476	☐
Greens Organic (有机菜品)	Santa Catalina Angosta 135, Piso 2 +51-84-243379	☐
Le Soleil	Calle San Agustin 275, Cusco _84 +51-84-240543	☐
Rome Mia	Calle Procuradores 341 2 piso, Cusco cusc 01 +51-84-226715	☐
LIMO Cocina Peruana & Pisco Bar	Portal de Carnes 236 2 层 +51-84-240668	☐
Jack's Café	Choquechaca 188 +51-84-806960	☐
Indio Feliz	Lloque Yupanqui 4 +51-84-211090	☐
Tree House	Huanacaure s/n +51-84-211101	☐
库斯科传统纺织品中心 (Centro de Textiles Tradicionales del Cuzco)	Av El Sol 603A	☐
Instituto de Urologia Laparoscopica e Incontinencia Urinaria del Cusco 医院	Av. Confraternidad 424 +51-984-702353	☐
HOSPITAL NIVEL IV ADOLFO GUEVARA VELASCO 医院	Wanchaq +51-84-234724	☐

您可以在这里添加一些其他重要信息



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>

