

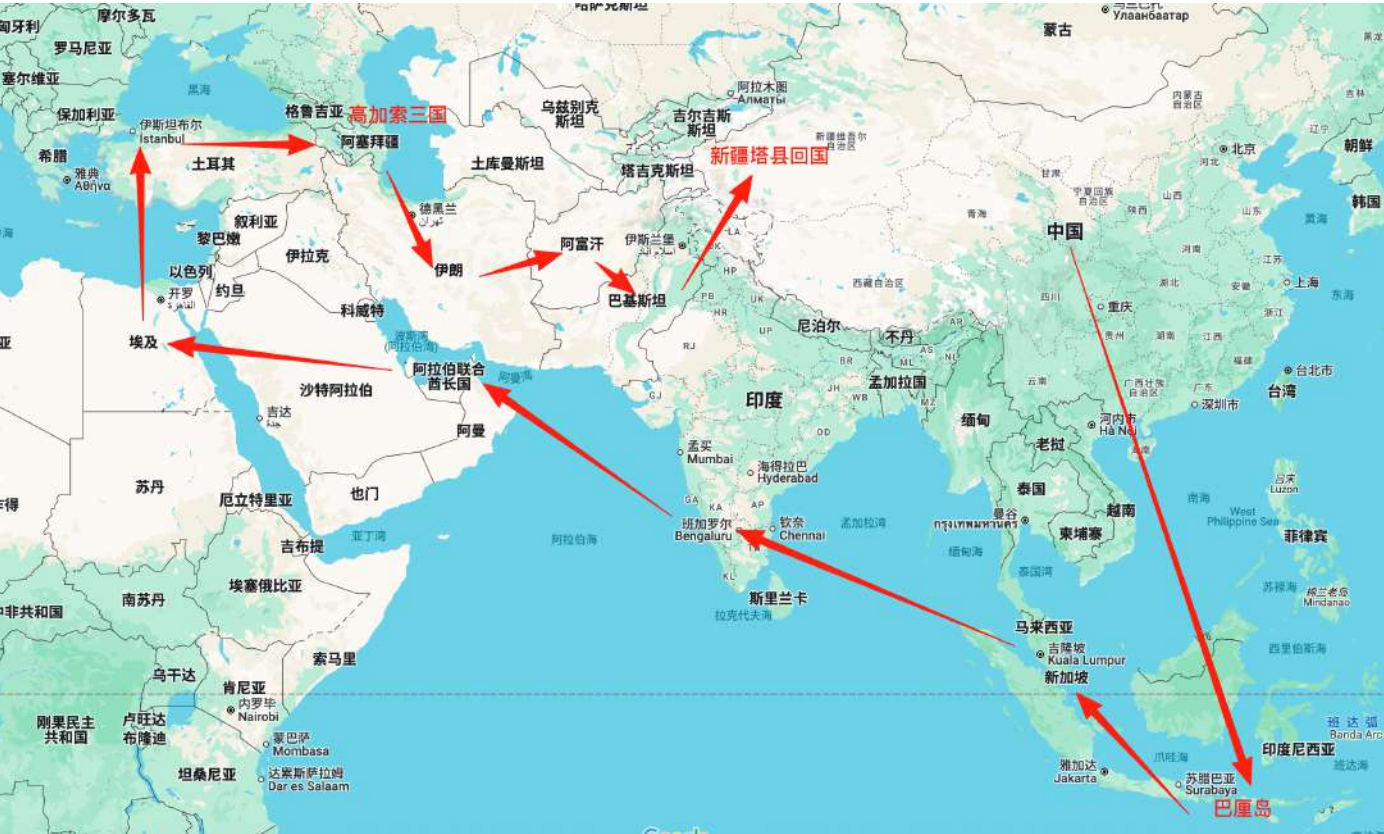
ReadMe !!!

个人环球旅行计划，没有特别详细，只给大家分享我是如何做长期旅行规划。

- 1. 列出自己感兴趣的国家。
- 2. 查看相近国家的交通问题。
- 3. 查看政策、安全等问题，避免劝退。
- 4. 提前两周到一周蹲低价机票。
- 5. 提前一周计划下一目的地具体行程（小红书、穷游网等）

注：以上很多问题AI都能解决。

旅游地图



印度尼西亚

✈️ 签证：

中国游客可申请 落地签（VOA）33🔪 或 电子落地签（e-VOA），有效期30天，可延长一次。建议提前在线申请以节省入境时间。

25美金

气温：

全年为热带气候，常年高温多雨，平均气温约 **25~32°C**。

建议带好防晒霜、墨镜与雨具。

文化和风俗：

- 多为穆斯林国家，注意着装得体，尊重当地宗教文化；
- 进入寺庙前需脱鞋，穿长裤/长裙；
- 用右手递物更礼貌。

安全：

整体治安良好，游客区相对安全。

但夜间出行、携带贵重物品需注意防范；海上活动务必听从指导，穿好救生衣。

货币与支付：

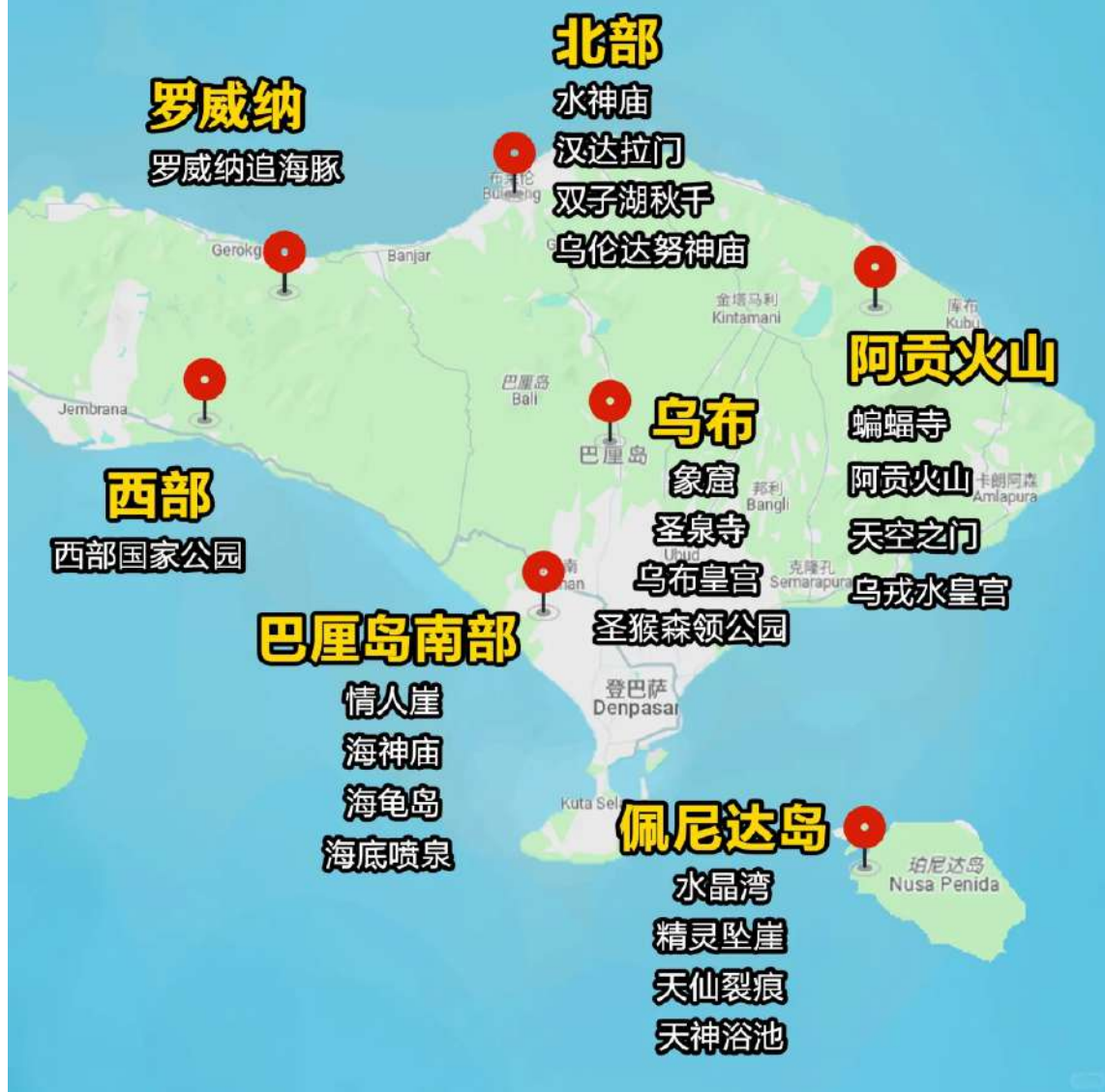
- 当地货币为 **印尼盾 (IDR)**，1人民币约合2000印尼盾（以实时汇率为准）；
- 大部分地区支持刷卡和扫码支付（如Visa、万事达、部分支付宝/微信）；
- 小摊、岛屿建议备点现金。

攻略：

13 【一篇带你秒懂巴厘岛，玩转天堂岛屿！ - 时光之旅 | 小红书 - 你的生活指南】 😊 yhP1iMAL7ldzfHI 😊 http://www.xiaohongshu.com/discovery/item/67ff50f6000000001d024a2f?source=webshare&xhsshare=pc_web&xsec_token=ABfxoolUU_B0ssu5nCdaK3sfBnKXuWTlcZqKgY3gFKl8=&xsec_source=pc_share

一篇秒懂巴厘岛

记得收藏



印度

班加罗尔转机

🍴 机场内推荐美食（国际航站楼）

✅ 印度本地美食

1. Hatti Kaapi 🍵

- 推荐：南印度咖啡 (Filter Coffee)、多萨 (Dosa)
- 特色：印度南部风味的咖啡，很香浓，价格实惠。

2. Tiffin Centre 🍽️

- 推荐：纸薄脆多萨 (Paper Dosa)、米糕 (Idli)、瓦达 (Vada)
- 特色：传统南印度早餐，地道又便宜。

3. Adyar Ananda Bhavan (A2B) 🍽️

- 推荐：塔利套餐 (Thali)、马萨拉多萨 (Masala Dosa)
- 特色：有全素和非素食选择，南印度口味地道。

阿联酋

签证：

免费

气温：

10月-4月（冬季）：温度20-30°C，适合旅游，建议这段时间前往

文化和风俗：

伊斯兰国家

公共场合需着装得体，避免过度暴露（迪拜较宽松，阿布扎比保守）。

安全：

阿联酋是中东最安全的国家之一，犯罪率极低。

货币与支付：

1 阿联酋迪拉姆 (AED) ≈ 1.95 人民币 (CNY)

阿布扎比

安排两天三景点：

皇宫酒店

卢浮宫

清真寺

阿布扎比民俗村

Day 1：迪拜—卢浮宫—亚伯拉罕之家—谢赫扎耶德清真寺

Day 2：总统府—酋长皇宫酒店—迪拜

Day 1：酋长-卢浮宫-总统府

Day 2：法拉利-水世界

景点

阿布扎比公交卡

94路去卢浮宫或者34路去皇宫酒店

小结：

卢浮宫必去、清真寺可去、皇宫酒店唯一一个8酒店。

day0:住机场附近

Day1:法拉利+水世界

day:2华纳

day3：亚伯拉罕之家、卢浮宫、SoulBeach

- 优化点：亚伯拉罕之家和卢浮宫阿布扎比都在 萨迪亚特岛，建议 上午 参观两个博物馆，下午再去 Soul Beach，避免正午高温。
- 时间建议：卢浮宫至少 2-3 小时，亚伯拉罕之家 1-1.5 小时，然后去海滩休息。

day4:、清真寺、总统府、豪森宫殿

- 优化点：这一天以历史文化为主，顺序可以调整成 清真寺（上午）→ 总统府（下午）→ 豪森宫殿（傍晚）。

攻略

参考：<https://bbs.gyer.com/thread-3135873-1.html>

1/9

阿布扎比君悦酒店

关注

Day 1



Day 1

Day 2

Day 3

① DAY 1: 总统府、谢赫扎德清真寺、豪森宫殿

② DAY 2: 亚伯拉罕之家、阿布扎比卢浮宫、Soul Beach

③ DAY 3: 亚斯岛，岛上有海洋世界、水上世界、法拉利主题乐园、华纳兄弟主题乐园

★注意事项:

①出租车起步价5迪拉姆，每增加1公里加2迪拉姆，支付未满12迪拉姆则按12迪拉姆支付

②前往亚斯岛的免费巴士有很多条路线，可询问入住酒店是否为免费巴士的停靠点

③亚斯岛上4个主题乐园，建议选择喜欢的乐园好好玩，计划深度游玩亚斯岛，可以购买双园门票、3园门票或4园门票，价格更实惠，6天有效期内可使用

④约车软件包括Careem、Uber，也可以现场拦出租车

⑤尊重当地文化，出入部分景点遵守着装要求

推荐入住阿布扎比君悦酒店及阿联酋珍珠公寓

Grand Hyatt Abu Dhabi Hotel & Residences Emirates Pearl

✓近周边景点 ✓设施齐全 ✓服务周到

1 酒店所处地段好，靠近海边和热门景点，如总统府和豪森宫殿，出行非常便利

2 设有无边泳池、水疗中心和健身房，非常适合度假和享受。室外泳池区直通波斯湾海滩，可以晒太阳浴和畅游，在无边泳池旁看海景很治愈；Lum'a Spa提供定制服务和高端护理，对缓解疲惫和舒缓身心很有帮助；健身房很专业，入住均免费使用

3 提供24小时礼宾服务，有需要可以随时找工作人员，工作人员非常友好贴心

4 客房是经典奢华的风格，有大床房、双床房、套房和公寓可选。所有房间均配有大露台。景观房可以俯瞰一线海景和对面的酋长皇宫，视野非常开阔，房内有咖啡机、电视、迷你吧、浴缸等，入住体验舒适

住宿







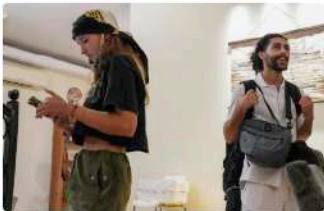

：青旅-均价100左右

city&dist=0&group_adults=1&group_children=0&hapos=4&highlighted_blocks=1061844727_383009299_1_0_0&hpos=4&matching_block_id=1061844727_383009299_1_0_0&nflt=ht_id%3D203&no_rooms=1&req_adults=1&req_children=0&room1=A&sb_price_type=total&sr_order=popularity&sr_pri_blocks=1061844727_383009299_1_0_0_16394&sreporch=1741103339&srpvid=6fad6f0a2d9708b8&type=total&ucfs=1&#map_opened-hotel_sidebar_static_map_capla

Genius

The Villa Hostel - By Lunar

13 Riq'a'at As sirrah AlKhalidiyah, 阿布扎比, 阿拉伯联合酋长国 - 位置超赞 - 查看地图



更多37张照片

在这里住过的客人好评

“体验非常棒，员工热情，小别墅环境很好，性价比很高”

Zhuo 中国

地理位置超赞!

在地图上查看

指定选项可享Genius会员礼遇:

10%折扣

Booking.com会员奖励计划

非常棒 8.4

1,083条住客点评

9.0

指定选项可享Genius会员礼遇:

10%折扣

Booking.com会员奖励计划

The Villa Hostel - By Lunar坐落于阿布扎比，配有花园、共用休息室和免费WiFi，距离苏哈尔海滩（Al Sahil Beach）有不到一公里，距离阿布扎比海滩（Abu Dhabi Beach）有12分钟步行路程。这家住宿距离滨海海滩（Corniche Beach）约有16分钟步行路程，距离豪森宫有1.2公里，距离阿尔华达购物中心有3.3公里。住宿配备晚间娱乐和共用厨房。

这家青旅距离阿布达比卢浮宫有10公里，距离阿布扎比国家展览中心有15公里。扎耶德国际机场（Zayed International）距离住宿有33公里。

独行侠特别喜欢这家住宿的位置，为单人住宿体验给出了9.0分。

住宿简介中的距离计算使用的是© OpenStreetMap

热门设施/服务

交通：

阿布扎比-迪拜：

- E100 - 此线路从阿布扎比中央汽车站出发，每小时两次，到达迪拜 Al Ghubaiba 汽车站需要两个多小时。
- E101 - 这条线路的起点和时间表与 E100 相同，但可在大约 1 小时 45 分钟内将您送达迪拜的伊本-白图塔汽车站。
- E102 - 该巴士每小时从阿布扎比的穆萨法社区巴士站发车两次，约两小时后到达迪拜的Al Jafiliya 巴士站。
- 扎耶德机场班车--从扎耶德国际机场到伊本-白图塔汽车站的特别班车。



迪拜

map



景点

哈利法塔、迪拜mall、未来博物馆、迪拜老城

哈利法塔：不上去

迪拜mall：大商场

未来博物馆：可逛

迪拜老城：下午晚上

攻略

迪拜 1 日游攻略（哈利法塔、迪拜 Mall、未来博物馆、迪拜老城）

换钱

300美元 = 1000迪拉姆

📍 行程安排

公交卡

Hafilat 交通卡：30迪拉姆即可。

Nol 交通卡：红卡 每张2迪拉姆。

上午

1 哈利法塔 (Burj Khalifa)

- 🕒 建议时间：9:00 - 10:30
- 🎫 票价：124层观景台 **AED 169+**，148层 **AED 399+**（需提前预订）
- ✨ 体验：俯瞰迪拜全景，推荐日出或上午登塔，光线好、游客少
- 📍 交通：乘坐迪拜地铁 **红线** 在 Burj Khalifa/Dubai Mall 站下车，步行即可到达

2 迪拜 Mall (Dubai Mall)

- 🕒 10:30 - 12:30
- 🎫 费用：免费进入（部分景点需单独购票）
- 🛍️ 推荐体验：
 - 迪拜水族馆 (Dubai Aquarium & Underwater Zoo)
 - 时尚大道（奢侈品购物）
 - 迪拜冰场 (Dubai Ice Rink)
- 🍽️ 推荐午餐：Social House（景观餐厅，适合看哈利法塔）或 Time Out Market（美食广场）

下午

3 未来博物馆 (Museum of the Future)

- 🕒 14:00 - 16:00
- 🎫 门票：**AED 149**（需提前预订）
- 🌐 亮点：沉浸式科技体验，探索未来生活、人工智能、宇宙旅行
- 📍 交通：从迪拜 Mall 搭地铁 **红线** 至 Emirates Towers 站

4 迪拜老城 (Al Fahidi 历史区 + 黄金&香料市场)

- 🕒 16:30 - 19:00
- 🏠 Al Fahidi 老城区（阿法迪历史街区）：感受迪拜传统文化
- 🚤 乘坐阿布拉船（1 AED）穿越迪拜河

- 🏆 黄金市场 & 香料市场：感受阿拉伯商贸文化，记得砍价！
- 📍 交通：搭乘 **迪拜地铁绿线** 到 Al Ras 站，步行即达

晚上

- 🍽️ 推荐晚餐：Al Seef 区阿拉伯风味餐厅
- 🎆 如果有时间，可以回到迪拜 Mall 欣赏 **音乐喷泉秀**（每晚 18:00 - 23:00，每半小时一次）

✅ 旅行贴士

- ✓ **门票**：建议提前在官网或 **GetYourGuide / Klook** 预订，避免排队
- ✓ **服装**：迪拜较热，建议穿轻便衣物，清真场所需穿长袖长裤
- ✓ **交通**：
 - **地铁+步行** 最方便，建议购买 **Nol 交通卡**
 - 未来博物馆、迪拜老城可用 **Uber/Careem**

这样安排一天可以既体验现代迪拜的豪华，也感受老城区的历史文化！🚀

沙特

签证 395 SA/人

主要城市

利雅得-吉达-埃尔奥拉

利雅得

小结：

pass。没有想去的地方

埃及

签证：

- 落地签：中国游客可申请 **30天落地签**，费用约 **25美元**，需持有 **6个月以上有效护照** 和 **返程机票**。

气温：

- 夏季（5月-9月）：气温 **35-45°C**，特别是卢克索、阿斯旺等地炎热干燥。
- 冬季（11月-2月）：气温 **10-25°C**，白天温暖，夜晚较冷，适合旅游。
- 最佳旅行时间：**10月-4月**，天气较为凉爽。

文化和风俗：

- 宗教：埃及是 **伊斯兰国家**，约90%的人口为穆斯林，10%为科普特基督徒。

安全：

- 主要旅游城市（开罗、亚历山大、卢克索、阿斯旺）较安全，但需注意小偷和诈骗。

货币与支付：

1 CNY = 7.0054 EGP

小结：

对开罗金字塔、亚历山大图书馆感兴趣

开罗

景点：

吉萨金字塔群

埃及国家博物馆

萨拉丁城堡

死人之城（埃及贫富悬殊，不少人跟坟墓住在一起）

哈利利市场

攻略：

开罗-阿斯旺-卢克索-红海(胡尔格达)

金字塔一日游

8:00抵达吉萨金字塔景区，参观胡夫金字塔、哈夫拉金字塔、门卡拉金字塔、狮身人面像。景区非常大，耗时需要3-4小时。午餐可以到狮身人面像对面的肯德基。下午继续参观塞加拉阶梯金字塔、红色金字塔、弯曲金字塔、孟菲斯博物馆。

Day1:金字塔

Day2:博物馆、萨拉丁城堡

Day3:哈利利市场

住宿：

穷国富游

阿斯旺

景点：

菲莱神庙

攻略：

住宿：

亚历山大

景点：

盖贝依城堡、亚历山大图书馆、蒙塔扎宫(即夏宫)、庞贝柱、柯苏卡法墓、罗马圆型剧场是亚历山大比较知名的景点。总的来说，亚历山大的景点是一天可以看完的，基本都集中在海滨路上

攻略：

最经典的路线是：亚历山大图书馆-柯苏卡法墓-盖贝依城堡-庞贝柱

-罗马圆形剧场-蒙塔札宫，作者推荐亚历山大图书馆-柯苏卡法墓-


盖贝依城堡-蒙塔札宫这一线。

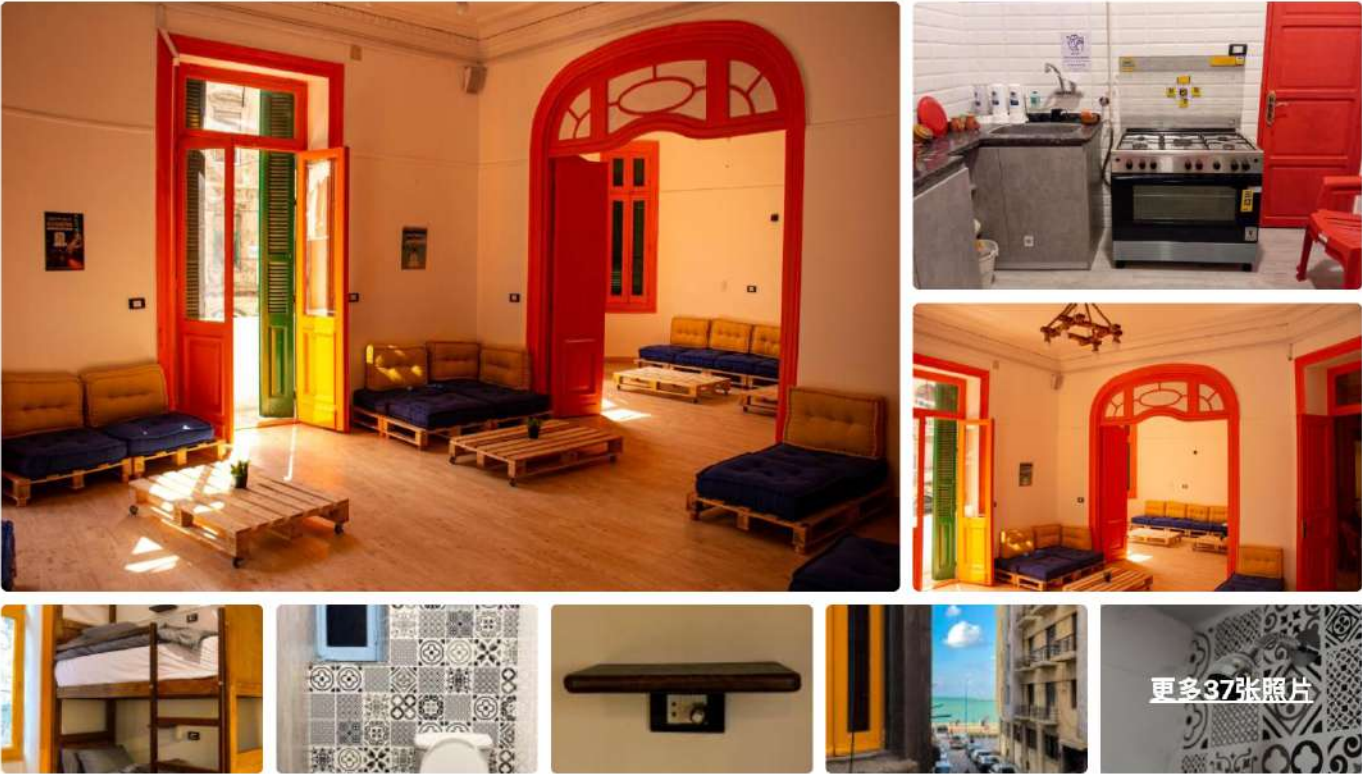
住宿：

这家青旅体验特别好。

https://www.booking.com/hotel/eg/ithaka-hostel-el-raml.zh-cn.html?aid=304142&label=gen173nr-1FCAEoggI46AdIK1gEaGKIAQGYASu4AQfIAQzYAQH0AQH4AQKIAgGoAgO4AqCdm8IGwAIB0glkMDkwMmFiOTEtNjk3NC00ZGNiLWEwODUtMzk4ZTEwNzIzNmI12AIF4AIB&sid=ec0a8b3bfad9541eddc37608c1d365ea&all_sr_blocks=1359086207_408222846_0_1_0_872417%2C1359086207_408222846_0_1_0_872417&checkin=2025-06-27&checkout=2025-06-29&dest_id=13590862&dest_type=hotel&dist=0&group_adults=2&group_children=0&hapos=1&highlighted_blocks=1359086207_408222846_0_1_0_872417%2C1359086207_408222846_0_1_0_872417&hpos=1&matching_block_id=1359086207_408222846_0_1_0_872417&no_rooms=1&req_adults=2&req_children=0&room1=A%2CA&sb_price_type=total&sr_order=popularity&sr_pri_blocks=1359086207_408222846_0_1_0_872417_1750%2C1359086207_408222846_0_1_0_872417_1750&srepoch=1749471068&srpvid=42cc55ab386c1e37&type=total&ucfs=1&

Ithaka Raml Hostel

 15 El-Shohada 1st Floor, Apt 2., 5373001 亚历山大, 埃及 - [位置超赞](#) - [查看地图](#) - 附近火车站



土耳其

签证：

e-visa

气温：

土耳其地形复杂，气候多样，不同地区温度差异较大。

- 伊斯坦布尔 & 地中海沿岸（安塔利亚等）：冬季 **5-15°C**，夏季 **25-35°C**，较为温暖湿润。
- 内陆（安卡拉、卡帕多奇亚）：冬季 **-5~10°C**，夏季 **20-35°C**，昼夜温差大。
- 东部山区（凡湖、厄尔祖鲁姆）：冬季严寒，可能低至 **-20°C**，夏季凉爽。

文化和风俗：

- 土耳其人热情友好，喜欢与游客交谈，常用 **“Merhaba”**（你好）打招呼。
- 宗教信仰：伊斯兰教为主，进入清真寺需脱鞋，女性需戴头巾，避免穿着暴露。
- 饮食：土耳其美食丰富，烤肉（Kebab）、土耳其茶、甜点（如Baklava）很有特色。
- 习俗：左手较少用于社交，握手、递物通常用右手。

安全：

- 整体安全：土耳其大部分旅游城市相对安全，但需警惕小偷和诈骗，特别是在伊斯坦布尔、安塔利亚等地。
- 东南部地区（靠近叙利亚、伊拉克边境）：局势不稳定，不建议前往。
- 出租车诈骗：建议使用 **BiTaksi** 等叫车软件，避免被绕路或多收费。

货币与支付：

1人民币=土耳其里拉

小结：

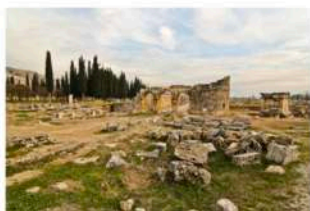
伊斯坦布尔

棉花堡



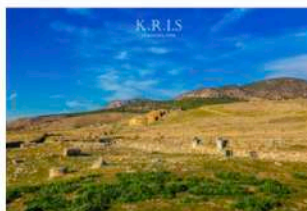
棉花堡温泉池

★★★★★ 9.1



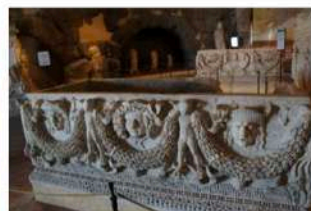
希拉波利斯遗址

★★★★★ 8.7



棉花堡自然公园

★★★★★ 9.1



希拉波利斯考古博物馆

★★★★★ 7.8



Byzantine Church

★★★★★ 7.9



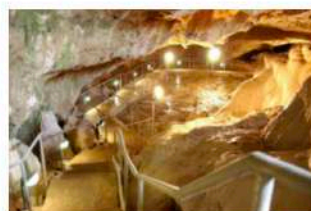
Anatolia Cemetery

★★★★★ 7.5



古罗马浴池

★★★★★ 7.0



卡克力克岩洞

★★★★★ 7.5

约旦

Tips

埃及出境至约旦

※ 买船票：下车后往码头方向走，靠近港口横路右转100米左右的黄色房子，就是买票窗口，递交75美元及护照购票。

※ 出埃及海关：海关大厅在港口大门右转木椅子附近，外宾优先，不用排队，然后再进入候船大厅等摆渡车，同样外宾优先，男女乘客分区域等候，女左男右。

※ 放行李：能随身携带的尽量随身携带，大件最好在上船后第一时间到行李舱(即下舱)找一个靠边的角落放，不然下船时在庞大的货堆里刨行李是件可怕的事。

※ 办约旦落地签：水路进约旦是免签证费的，飞机则要40第纳尔。客舱右前方有两个海关窗口，里面是办理外宾的窗口，排队时间需要约30分钟；一般是先把护照收走，给你一个收据，有时立刻给你护照盖入境章，有时等到下船前才给。

※ 经过水路、陆路离开约旦需要缴纳8第纳尔离境税，从机场离开则不用。

签证：

免签

40JD = 400 CNY

气温：

约旦属于 干旱和半干旱气候，大部分地区炎热少雨。

- 春秋（3-5月 & 9-11月）：气候最舒适，温度约 **15-25°C**，适合旅行。
- 夏季（6-8月）：白天气温常超过 **35°C**，沙漠地区甚至可达 **40°C+**。
- 冬季（12-2月）：山区（如安曼）较冷，温度可能降至 **5°C**，有时会下雪，而死海、亚喀巴等地较温暖。

文化和风俗：

- 宗教：约旦是 伊斯兰国家，但社会相对宽松，基督教徒也占一定比例。
- 着装：游客应 避免穿着过于暴露 的衣物，尤其在穆斯林社区和宗教场所。

安全：

- 约旦整体较为安全，治安稳定，但要 注意边境地区（如靠近叙利亚、伊拉克）。
- 主要旅游区（安曼、佩特拉、死海、瓦迪拉姆）安全，但仍需警惕小偷和诈骗。
- 旅游时 避免参与政治话题讨论，遵守当地法律和风俗。

货币与支付：

约旦货币为 约旦第纳尔（JOD），

1 JOD ≈ 10 CNY（汇率浮动）。

小结：

感觉小贵。整体消费较高。

Tips:

埃及签证：落地签

努韦巴到亚喀巴：每天一班，开船时间约下午13:00，船程约3小时，票价为2050埃及镑（约400人民币）/人；

塔巴到亚喀巴：每天一班，开船时间下午13:30，船程约一小时，票价为65美金；

从亚喀巴前往埃及的反向航线开船时间则在晚上10点左右。

船公司官网：abmaritime.com.jo

机票1000左右 开罗—》安曼

景点：

玫瑰古城佩特拉（Petra）

火星般的“月亮谷”瓦迪拉姆（Wadi Rum）

神秘莫测的死海

色彩斑斓的红海以及无数壮美的峡谷

寻宝失落之城佩特拉

漂浮在死海上看报纸

去亚喀巴的红海潜水

到月亮谷住一夜

攻略：

https://www.xiaohongshu.com/explore/6749816d000000000202e162?xsec_token=ABRXOKfBjxk87zHGh4GOq_E6vLNz_WBWpEXO3YHmw9jm4=&xsec_source=pc_user

安曼

佩特拉

寻宝失落之城佩特拉

伊拉克

签证：

- 电子签证（eVisa）： 2021年起，中国公民可以申请伊拉克电子签证（30天单次入境）。

气温：

- 夏季（5-9月）： 极端炎热，白天气温可达 **45-50°C**，部分地区甚至更高。
- 冬季（11-2月）： 偏冷，尤其北部山区，气温可降至 **0°C** 附近。
- 春秋（3-4月 & 10月）： 气候较宜人，温度 **15-30°C**，适合旅行。
- 沙尘暴： 春夏季节较常见，需注意防护。

文化和风俗：

- 宗教信仰： 主要为 **伊斯兰教**（什叶派占多数，逊尼派次之），库尔德人地区也有逊尼派穆斯林。

安全：

冲突风险： 伊拉克部分地区仍存在武装冲突、恐怖袭击和社会动荡，建议查询最新安全信息（如中国外交部、联合国）。

- **危险区域：** 摩苏尔、基尔库克、安巴尔省、巴格达部分地区 风险较高，不建议前往。
- **库尔德自治区：** 安全状况相对较好，埃尔比勒、苏莱曼尼亚相对稳定。
- **宵禁与检查站：** 夜间避免外出，遵守安全检查规定。

货币与支付：

小结：

pass pass 原落地签75美元。现在涨到150美元。手续费算下来1500.国家消费又高。

高加索三国

签证：

- **格鲁吉亚：** 持普通护照的中国公民 **免签**，单次可停留 **30天**，每180天累计停留不超过 **90天**【184】。
- **亚美尼亚：** 同样 **免签**，可停留 **90天**【184】。
- **阿塞拜疆：** 需办理 **落地签**，建议提前准备电子签证（eVisa），通常费用为20-25美元【184】。**XXX**

20240720~20250720对华一年免签三次

气温：

高加索三国气候多样，全年适合旅行，但最佳时间为 **5-10月**，春秋季节温度适中，适合户外活动。冬季山区会下雪，适合滑雪旅游。

文化和风俗：

- **格鲁吉亚：** 东正教文化浓厚，当地人热情，餐桌上常有 **葡萄酒**，饮酒文化盛行。
- **亚美尼亚：** 同样受东正教影响，历史悠久，建筑多为中世纪风格。
- **阿塞拜疆：** 伊斯兰文化占主导，女性建议穿着得体，部分地区酒精消费有限制。

安全：

总体来说，高加索三国是 **较安全的旅游目的地**，但需注意以下几点：

- **格鲁吉亚**：治安良好，注意保管贵重物品，不要夜间独自外出【187】。
- **亚美尼亚**：扒手较多，人多的地方谨慎保管财物【187】。
- **阿塞拜疆**：避免前往 **纳戈尔诺-卡拉巴赫**（与亚美尼亚有领土争议），遵守当地法律，不要议论政治【187】。

货币与支付：

- **格鲁吉亚**：使用 **拉里（GEL）**，大部分商店支持信用卡支付。
- **亚美尼亚**：使用 **德拉姆（AMD）**，部分小店只收现金。
- **阿塞拜疆**：使用 **马纳特（AZN）**，建议随身携带少量现金，出租车和小商店可能不支持信用卡。

APP

4 **阿塞拜疆汽车票** 购票方式：Biletim App 支付方式：Visa 使用难度：★★☆☆☆ 备注：提前购票

5 **格鲁吉亚火车票** 购票方式：TRE App 支付方式：Visa 使用难度：★★★☆☆ 备注：有手续费

小结：

实用APP

Google翻译：用英语沟通不畅时，能帮助你解决许多难题，支持三国官方语言。

Google Maps：三国通用，搜寻公共交通方式、查询景点和餐厅；但在亚美尼亚**Yandex Maps**（由俄罗斯的公司开发的软件）搜索信息比Google更准确。

Yandex Go、Bolt：打车软件，阿塞拜疆和格鲁吉亚均可使用，打车前可输入目的地比价；亚美尼亚仅支持Yandex Go。

Bolt Food：外卖软件，阿塞拜疆和格鲁吉亚均可使用，需支付不低的派送费用。

end...

路线：



阿塞拜疆

巴库-一日游城市

早上到，中午逛到下午也就结束了。

重点：

1. 老城
2. 巴库大道
3. 地毯博物馆（个人很喜欢，没想到地毯竟然能如此精美）
4. 永恒之火纪念碑，很有意思。



舍基-丝路酒店

格鲁吉亚



总结

格鲁吉亚玩的很多：

1.西格纳吉-》第比利斯-》北走圣三一教堂（卡兹别克，可徒步）-》西南哥里简单停留-》卡塔伊西-》巴统-》可直接返回第比利斯

格鲁吉亚去亚美尼亚：

第比利斯-》埃里温（Yerevan）有大巴（火车会时间长）

- 途经边境口岸：*Sadakhlo - Bagratashen（萨达赫洛—巴格拉塔申）

西格纳吉-石榴酒-红酒小镇

- 山谷观景台
- 博多贝拉修道院（有些远，还没去）
- 整个小镇都很美。
- 红酒冰淇淋很不错。尝了通行小伙伴的。
-



小结：

- 长城没登，但一眼可以望到头。
- 圣乔治教堂没去。
- 还有一个博多拉修道院没能去成。
- 整体我觉得山谷观景台很有意思，还有途中去的一个church途径墓地，感觉挺有意义。主要路上有另一个小刘同志，还有印尼大哥uncle Wang。

第比利斯-首都-圣剑山

09:11



<  东行西晃

关注



1/2



格鲁吉亚首都·第比利斯旅游地图攻略路线

#第比利斯 Tbilisi, #格鲁吉亚 首都与工业中心
夜幕降临前，蓝调时刻才是第比利斯的迷人所在

第比利斯 俯瞰全城风景

📝 说点什么...

👍 227

🌟 416

💬 2

早上大巴中午到。城区其实不大，跟着上面路线逛逛三四个小时就能结束。我差不多三点多出门七八点就逛完了。
有很多东正教教堂。刚好赶上祷告的时候人很多，在教堂听着圣歌仿佛穿越数百年前。

路上见到很多欧盟国旗，用chatgpt了解了一下，原来格鲁吉亚受前苏联（俄罗斯）的经济、资源依赖。但自己又很想加入欧盟。就有这么一种窘态。

高加索三国属于欧亚大陆交界处，就有这么一个矛盾的问题，我到底属于亚洲还是欧洲呢。

依我看加入欧盟目的也是为了更好的经济，管他欧洲、亚洲。

圣剑山

交通方式：

多人包车往返。

卡兹别克-雪山-教堂-徒步

第3-5天

卡兹别克 (Kazbegi)

能欣赏到雪山和教堂的绝美组合，值得一去再去。距第比利斯140km
3-4h车程，小巴15GEL，包车40GEL，更自由一些；



沿途：

- Zhinvali水库；
- Ananuri要塞；
- 俄格友谊纪念碑；
- 卡兹别克圣三一教堂（Gergeti Trinity Church）：建于14世纪，“离上帝最近的教堂”
《孤独星球》封面，耸立于雪山之巅；



三条经典徒步路线：

1. **Trinity**：轻徒步路线，大部分游客必去的孤独星球三一教堂。往返3h，镇上直接步行，推荐左上左下，爬坡到废弃堡垒。
2. **Juta**：打车去Juta村，人均30GEL。走路到徒步起点zeta，全程往返14km 5h，从漂亮的小村落沿着溪谷向雪山前进。
3. **Truso**：全程6-7h，打车去几乎荒废的Kvemo Okrokana，沿河一路走，进入绝美的卡萨里峡谷。路上会看到各种废弃的住所、修道院、堡垒、哨所，美不胜收。

天气：<https://www.mountain-forecast.com/peaks/Kazbek/forecasts/5047>

交通：

1. 小巴
2. 自驾
3. 一日游
- 4.

景点：

- 圣三一教堂

- 卡兹别克小镇（主要居住）
- 格俄纪念碑（路径遇到）
- 阿娜努日Ananuri要塞（纪念碑很近）
- Jinvali 水库
- juta徒步路线（不止一条，初中高都有）

巴统-体验黑海-自治区



一日游可以简单结束，主要体验黑海。

海边、Ali&nino雕像、欧洲广场。自治区。

梅斯蒂亚-徒步天堂

景点

目前看到的好像都是徒步



“高加索最美徒步之一”



“欧洲最后的中世纪秘境穿越”

- 雪山、冰川、原始森林、草甸、瀑布、河谷全都能看到，变幻丰富，几乎是高加索美景大合集。

冷门小众的徒步路线。

哥里-斯大林故乡

景点

- 斯大林博物馆
- 石头城

库塔伊西-教堂-修道院

第12-13天

库塔伊西 (Kutaisi)

历史文化悠久，有众多古迹。从巴统出发，有火车和小巴供选择，1) 火车2GEL（便宜到令人发指），4小时；巴士20GEL，2.5小时；



- 巴格拉特大教堂 (Bagrat Cathedral)：曾是世界文化遗产，后因修饰过多被除名，教堂因建筑顶端的蒂芙尼蓝色显得尤为好看。看日落绝美，还可以一览库塔伊西的全景。
- 格拉特修道院 (Gelati Monastery)：教堂保存了大量 12 到 17 世纪的壁画，学校诞生了格鲁吉亚最出色的科学家、哲学家、神学家，1994 年被联合国教科文组织列入世界文化遗产名录；
- 莫萨米特修道院 (Motsameta)：隐藏于绿色的峡谷间，通往修道院有一条石头铺成的小路，可一边欣赏周边景色一边沿路而上。
- 科尔基斯喷泉 (Kolkhis Fountain)：市中心广场，喷泉中心最高处是两匹身披甲冑的金色战马雕塑，周围还装饰着金狮以及 30 个不同动物的雕像，在阳光的照耀下与跳跃的水珠相互映衬，熠熠生辉；

景点：

- 教堂
- 修道院
- 修道院
- 喷泉

格鲁吉亚-》亚美尼亚

第比利斯出发点：Avlabari 地铁站

埃里温到达点：Kilikia Bus Station

全程耗时：6小时

票价：50拉里

每天发车班次： 7:30， 9点， 11点， 13点， 15点， 17点， 19点

总结：

6小时车程， 中途会经过港口。

亚美尼亚



埃里温

周边一日游

市区Masiv - Garni - Goght（266路公交车起始站）➡格加尔德修道院（Geghard Monastery）🆓免费参观➡石头管风琴（Symphony of stones）🆓300德拉姆➡加尼神庙（Temple of Garni）🆓1500德拉姆➡garni车站➡返回埃里温市区🔍p3-5

周边一日游

🕒周边游D3：全程交通花费72元。市区Yeritasardakan地铁站旁边的面包车➡塞凡湖镇➡AT SEMO餐厅➡塞凡湖修道院，🆓免费（⚠一定要穿厚点，我5月初去的，居然还下冰雹了❗❗）➡塞凡湖镇停车点➡返回埃里温市区🔍p6-8

亚美尼亚-》伊朗

1. 买票（这个售票点12点才开门）我是去埃里温火车站Yerevan Railway Station旁的店买的。从共和广场坐地铁过去火车站100AMD，就2个站，车票图片2.3.4这里是买票的地方，p5是我们买的票我们买的15:00的，第二天6:00到大不里士，一个人15000德拉姆，门口有中文写了伊朗巴士，很好找！
2. 坐车 坐车还是到买票的地方等 图片6.7这个黄色车就是去大不里士的车，我提前一天买的票，全部是伊朗人，没有游客
3. 途中 19:30会停在一个地方可以吃饭上厕所，图9，大概休息一个小时20:30再出发 一定一定要买点吃的，路上会停车休息2次 全程都是在山旮旯里，各种弯道绕来绕去的，头都晕了，最好备上晕车药，以防晕车

伊朗

签证：

免签

贴士： 伊朗入境章不会盖在护照上，而是单独出签页，方便后续去美签等国家。

我从大不里士入关的，当时工作人员差点给我盖了章，被我喊住了。

气温：

伊朗地域辽阔，气候多样：

- 德黑兰、设拉子等地春秋舒适，气温15~28℃；
- 夏季南部可达40℃以上；
- 冬季北部山区会有积雪。

最佳旅游时间：3**5月 & 911月**，凉爽宜人。

文化和风俗：

- 伊朗为**伊斯兰共和国**，以什叶派为主，宗教色彩浓厚；
- **女性游客需佩戴头巾、穿长袖长裤**，不能穿紧身或暴露衣物；
- 男女握手需对方主动，公共场所避免亲密行为；
- 对游客非常友好，热情好客，常有路人微笑问候。

安全：

伊朗社会治安相对稳定，民众友善，暴力犯罪率低。

- 外国游客在主要城市、景点**基本安全**；
- 注意避免拍摄政府建筑、军事设施；
- 谨慎前往边境敏感区域（如伊拉克、阿富汗边境）。


货币与支付：

- 当地货币为 **伊朗里亚尔（IRR）**，但常用单位是「图曼」（1图曼 = 10里亚尔）；
我去的时候 100美元换了80张当地100万的货币
- 外币兑换建议带 **欧元或美元现金**，在机场或市区货币兑换所换取里亚尔；
- **国际信用卡、微信、支付宝无法使用**，建议准备足够现金；
- 可下载当地支付 App（如 SnapPay）应急使用。

小结：

伊朗——一个历史深厚、文化浓郁的国度。

这里有波斯帝国的遗迹、细腻清真寺彩砖、沙漠绿洲，还有热情善良的人民。

 出行前务必了解当地风俗与规定，衣着得体、尊重文化、安全第一。

路线

3 伊朗 (10.13-10.22) 10天9晚 \$ 1:620000

大车费:

住宿:

赫拉特—马什哈小车 174。 马什哈 3晚酒店 75

马什哈—伊斯法罕大巴 45。 伊斯法 6晚青旅 321

伊斯法罕—阿巴丹大巴 42。

吃饭日用小交通 445.7

合计: 1103.7

阿富汗

不建议自由行