

厄瓜多爾 與加 拉巴哥群島

最佳旅遊景點與活動



機器翻譯

© backpackandsnorkel.com

目錄

一、厄瓜多和加拉巴哥群島概況

2.1 免責聲明

2.2 版權

3. 厄瓜多概況

4. 何時造訪厄瓜多和加拉巴哥群島

4.1 厄瓜多基多最佳旅遊時間

4.2 基多, 厄瓜多爾 的每月平均天氣

4.3 遊覽加拉巴哥群島的最佳時間

4.4 厄瓜多 加拉巴哥群島 的月平均天氣

5. 厄瓜多+加拉巴哥群島11天精彩行程

6. 第一天：抵達厄瓜多基多

6.1 第 2 天：Quitsato Mitad del Mundo；奧塔瓦洛；奎科查湖

6.1.1 退出世界

6.1.2 南美洲最大戶外市場奧塔瓦洛

6.1.3 奧塔瓦洛市中心

6.1.4 佩古什瀑布

6.1.5 奎科查湖

6.2 厄瓜多爾之旅第3天至第9天：加拉巴哥群島的完美六天

6.2.1 加拉巴哥群島的一般訊息

6.2.1.1 加拉巴哥群島的入境要求

6.2.1.2 為什麼我應該去加拉巴哥群島

6.2.1.3 如何最好地體驗加拉巴哥群島？

6.2.1.4 選擇適合您的加拉巴哥郵輪

6.2.1.5 經濟級加拉巴哥遊輪描述

6.2.1.6 加拉巴哥群島浮潛

6.2.1.7 加拉巴哥群島健行

6.2.1.8 加拉巴哥遊輪上的飲食

6.2.1.9 在加拉巴哥群島遊輪上拍攝照片和影片

6.2.1.10 加拉巴哥群島巡遊需要攜帶的最重要的物品

6.2.1.11 加拉巴哥群島遊覽的持續時間

6.2.1.12 加拉巴哥群島 4 月天氣

6.2.2 加拉巴哥5天4晚經濟型郵輪詳細行程

6.2.3 第三天：從巴爾特拉機場到北西摩島

6.2.4 第四天：聖克里斯托瓦爾島和巴克里索莫雷諾港

6.2.5 第五天：埃斯帕諾拉島

6.2.6 第六天：聖塔菲島、南廣場島和阿約拉港

[6.2.7 第 7 天：聖克魯斯島、阿約拉港和維利亞米爾港](#)

[6.2.8 第8天：洛斯圖內萊斯並轉移到聖克魯斯島](#)

[6.2.9 第 9 天：巴爾特拉機場和飛往基多的航班](#)

[6.3 第九天：基多新城自助遊](#)

[6.3.1 奎森特羅](#)

[6.3.2 拉卡羅萊納公園](#)

[6.3.3 伊納基托 CCI 商業中心](#)

[6.3.4 厄瓜多明達萊工藝品民族歷史博物館](#)

[6.4 第10天：基多老城自助徒步遊](#)

[6.4.1 大廣場](#)

[6.4.2 卡龍德萊宮](#)

[6.4.3 帕拉西奧·阿佐比斯帕爾](#)

[6.4.4 基多大都會大教堂](#)

[6.4.5 市政宮殿](#)

[6.4.6 耶穌會教堂](#)

[6.4.7 瑪麗亞·奧古斯塔·烏魯蒂亞卡薩博物館](#)

[6.4.8 舊金山教堂](#)

[6.4.9 梅爾塞德聖母教堂](#)

[6.4.10 埃爾巴尼西羅](#)

[6.5 第11天：科托帕希國家公園](#)

[6.6 第 12 天：Telefério 和搭飛機回家](#)

[7. 基多的飯店](#)

[7.1 基多機場套房](#)

[7.2 霍塞里亞機場花園](#)

[8. 加拉巴哥群島的飯店](#)

[8.1 伊莎貝拉島維拉米爾港太陽島飯店](#)

[8.2 Hotel Coloma Galapagos 位於聖克魯斯島阿約拉港](#)

[9. 結束語](#)

1.厄瓜多爾和加拉巴哥群島概況厄瓜多爾長期以來一直是外國人尤其是美國外國人的最愛，因為該國使用美元作為貨幣，擁有良好的醫療保健、自然美景和相對較低的生活成本。

一些遊客探索大陸豐富的歷史和自然美景，但許多遊客只是為了參觀加拉巴哥群島。



加拉巴哥群島是位於太平洋厄瓜多以西約 600 英里（1000 公里）處的火山群島。這些島嶼因查爾斯·達爾文 (Charles Darwin) 1835 年訪問後發現進化論的概念而聞名，擁有龐大的動植物物種生態系統。其中許多是地方性的，這意味著在地球上其他任何地方都找不到它們。這些物種包括巨型加拉巴哥象龜、海鬣蜥、不會飛的鸕鶿和加拉巴哥企鵝，這是唯一生活在北半球的企鵝物種。加拉巴哥群島屬於厄瓜多爾，許多人湧向這些島嶼，但沒有在厄瓜多爾停留很長時間。



在這篇厄瓜多爾和加拉巴哥紫色指南中，我們提供了詳細的 12 天行程，讓您在遊輪上體驗加拉巴哥群島和厄瓜多爾的一些主要景點。我們會告訴您為什麼選擇這些地點，並將幫助您規劃厄瓜多爾和加拉巴哥群島最好的景點和活動。為了幫助您找到最適合您的產品，我們添加了大量照片和其他評論的連結。

由於其緊湊性，它可以與其他南美國家結合在一起，或作為更深入的 3 或 4 週厄瓜多爾體驗的起點。

加入我們，探索厄瓜多爾和加拉巴哥群島最好的景點和活動。

這不是一本深入的厄瓜多爾和加拉巴哥指南。您可以從大型旅遊指南公司購買這些。我們的目標是幫助您在輕鬆的厄瓜多爾和加拉巴哥之旅中留下難忘的時刻，並幫助您為您的旅行製定完美的行程。

請同時在我們的 Backpack and Snorkel[網站](#)上查看其他令人興奮的目的地和旅遊指南。

2.1 免責聲明

在本指南中，我們將盡力為您提供最準確的資訊。然而，隨著時間的推移，價格、時間甚至景點都會改變。因此，我和backpackandsnorkel.com無法為使用者旅行時的體驗負責。我強烈建議您在製定旅行計劃時，寫信或致電您計劃前往的景點進行確認。

另外，請保持警惕，注意周圍環境並看管好自己的財物。即使是最好的假期計劃，扒手和其他犯罪分子也很容易毀掉。

2.2 版權

本網站及其內容的版權歸「Rudy at Backpack and

Snorkel」所有。版權所有。禁止以任何形式重新散佈或複製部分或全部內容。本網站內容（包括照片）未經「Rudy at Backpack and

Snorkel」書面同意，不得出售、轉載或用於商業目的。除非獲得我們明確的書面許可，否則您不得散佈或商業利用該內容。您也不得將其傳輸或儲存在任何其他網站或其他形式的電子檢索系統中。

3. 厄瓜多爾概況

厄瓜多爾是世界上 17 個生物多樣性豐富的國家之一，擁有近 1,700 種鳥類（佔世界鳥類總數的 17%）和 16,000 種植物（25% 為特有植物）。

加拉巴哥群島擁有：

- 22 種爬蟲類（其中 20 種為特有物種）
- 6 種陸地哺乳動物（83% 為特有物種）
- 48 種鳥類（58% 為特有鳥類）
- 估計有 2300 種陸地無脊椎動物物種（52% 為特有物種）
- 600 種維管束植物（42% 為特有植物）
- 估計有 2,900 種海洋生物（約 20% 為特有物種），其中約 2,900 種。500 種魚類

第一批古印第安人於 16,500 至 13,000 年前在現在的厄瓜多爾定居。

1400 年代末，印加人開始征服該地區，直到 1500 年代初才完成征服。不到 30 年後，印加帝國經歷了一場內戰，幫助西班牙人征服了該地區。

基多是南美洲最古老的首都，建於 1534 年。

1820 年，瓜亞基爾省成為厄瓜多爾第一個從西班牙獲得獨立的領土。大多數厄瓜多爾沿海省份於 1822 年 5 月 24

日宣布獨立，這一天是現在厄瓜多爾的官方獨立日。西班牙保皇黨軍隊在基多附近的皮欽查戰役中被擊敗後，該國其他地區獲得了獨立。

厄瓜多爾隨後加入西蒙·玻利瓦爾領導的大哥倫比亞共和國，並於 1830

年脫離大哥倫比亞共和國，成為一個獨立的共和國。

1832 年，厄瓜多爾吞併加拉巴哥群島。

1978 年，基多市和加拉巴哥群島被聯合國教科文組織列為世界遺產。

厄瓜多爾擁有第一部承認自然權利並將保護國家生物多樣性作為明確國家優先事項的憲法。

厄瓜多爾具體資訊：

- 語言：西班牙語
- 貨幣：美元
- 時間：厄瓜多當地時間不採用夏令時；可查到當地時間[這裡](#)
- 時間：加拉巴哥群島當地時間比大陸早 1 小時；可以找到[這裡](#)
- 駕駛側：右
- 速度限制：城市內一般為 50 公里/小時（31 英里/小時），城市外為 90 公里/小時（56 英里/小時）或 100 公里/小時（62 英里/小時）
- 電源：110V, 60Hz
- 電源插座：與美國相同的「B 型」三孔插座
- 網路代碼：.ec

- 呼叫代碼：+1-593
- 人口：1770萬人
- 厄瓜多爾向許多國家的公民提供 90 天落地旅遊簽證，例如：美國和加拿大。檢查您的入學要求[這裡](#)

4. 何時造訪厄瓜多和加拉巴哥群島

4.1 造訪厄瓜多基多的最佳時間

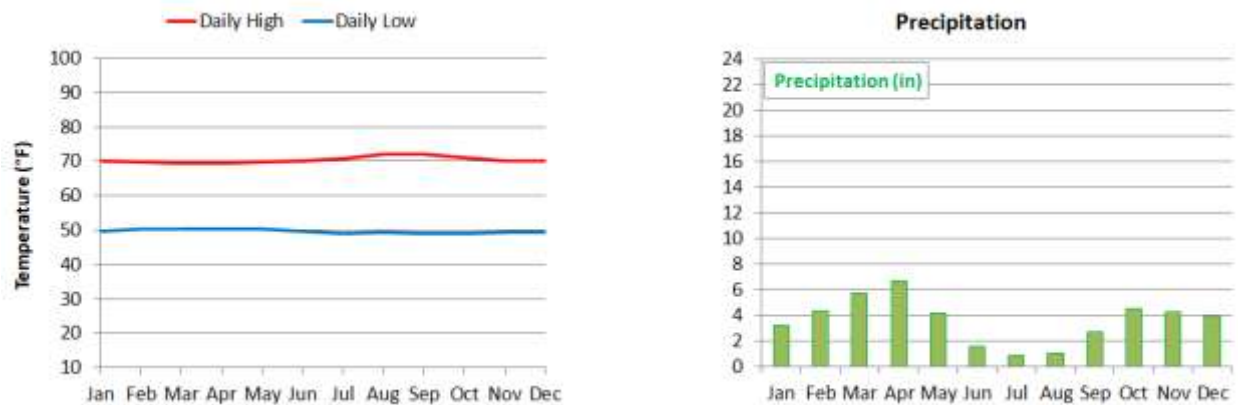
由於位於赤道，海拔9,350英尺（2850m），基多氣候涼爽，全年每日高溫和低溫基本相同。

6月至8月為旱季，每月只有5至7天有可測量的降水，而在一年中的其他時間，每月平均有10至15天。

紫外線指數幾乎總是 11 或更高，這意味著「無保護的陽光照射造成傷害的風險極高」。基多全年有 12 小時日照。

7月及8月日照時數最多（約250小時），2月至4月日照時數最少（約120-140小時）。

4.2 厄瓜多 基多 的每月平均天氣



4.3 遊覽加拉巴哥群島的最佳時間

我們認為四月和五月是遊覽加拉巴哥群島的最佳月份。游泳和浮潛都很好，不需要潛水衣，動物也很豐富。藍腳鯉鳥展示它們著名的求偶舞蹈，軍艦鳥展示它們鮮紅色的喉袋。

但說實話，全年都是遊覽加拉巴哥群島的好時機。這完全取決於您對想看什麼、想做什麼的偏好。

請注意，自然發生的氣候現象厄爾尼諾現象會對加拉巴哥群島的氣候和動物生活產生影響。厄爾尼諾現象平均每 5 年發生一次，但發生頻率不規則，可能每 2 至 7 年發生一次。

在厄爾尼諾事件期間，營養豐富的洪堡洋流無法到達加拉巴哥海域，強風、暴雨和溫暖的洋流破壞了加拉巴哥群島脆弱的生態系統。

由於缺乏食物，海獅、鯊魚、魚類和鳥類會到它們通常避開的地方尋找食物。依賴魚類和藻類生存的動物（加拉巴哥海鬣蜥、藍腳鯉鳥、紅腳鯉鳥、加拉巴哥企鵝、不會飛的鸕鶿等）在此期間往往會挨餓。

由於降雨量增加，島上的植物茁壯成長，陸地鬣蜥、巨型加拉巴哥陸龜和許多陸地鳥類也因此繁衍生息。

如果您擔心在雨季造訪加拉巴哥群島，請不要擔心。通常晚上會下雨，上午 10 點或 11 點太陽就會從雲層中消失。

以下是加拉巴哥群島每月亮點的概述：

一月加拉巴哥群島亮點

- 雨季開始
- 水溫：76°F (25°C)
- 達爾文雀、黃鶯開始交配儀式與築巢
- 綠海龜開始在海灘產卵
- 埃斯帕尼奧拉島：成年雄性海鬣蜥在交配季節獲得亮綠色、紅色和黑色的顏色
- 伊莎貝拉島：陸鬣蜥開始繁殖季節

二月加拉巴哥群島亮點

- 雨季
- 水溫：80°F (27°C)
- 鸕鷀角 (Floreana)：紅鶴開始築巢並產卵
- 伊莎貝拉島和費南迪納群島：加拉巴哥企鵝回歸
- 聖克魯斯島：海鬣蜥開始築巢

三月加拉巴哥群島亮點

- 雨季
- 水溫：81°F (27°C)
- 埃斯帕尼奧拉島：揮手信天翁抵達並開始求偶儀式
- 伊莎貝拉島和費爾南迪納群島：觀賞加拉巴哥企鵝的好地方

四月加拉巴哥群島亮點

- 雨季
- 水溫：80°F (26°C)
- 藍腳鰹鳥求愛舞蹈
- 軍艦鳥交配季節
- 巨龜孵化季結束
- 西班牙：加拉巴哥信天翁表演求偶舞蹈
- 聖克魯斯和弗洛里阿納：綠海龜蛋開始孵化

五月加拉巴哥群島亮點

- 雨季
- 過渡到旱季
- 葉子轉變為更多棕色
- 水溫：77°F (25°C)
- 鰹鳥交配季節繼續
- 軍艦鳥開始產卵
- 埃斯帕尼奧拉島：加拉巴哥信天翁開始產卵
- 埃斯帕尼奧拉島、弗洛里阿納島和聖地牙哥群島：綠海龜孵化
- 聖克魯斯島：海鬣蜥孵化

6.1 厄瓜多爾之旅第 2 天：探索厄瓜多爾基多郊外的基薩托米塔德德爾蒙多 (Quitsato Mitad del Mundo)、奧塔瓦洛 (Otavalo) 和拉古納德奎科查 (Laguna de Cuicocha)

我們建議您在厄瓜多爾的第一天放慢節奏。長途飛行和基多的高海拔造成了損失。基多海拔 9,350 英尺（2850 公尺），是世界第二高的首都。

我們要求飯店幫我們叫計程車到機場，我們在那裡租了車。幸運的是，租車櫃檯的人會說一些英語，在櫃檯裡待了不到 20 分鐘，我們就上路了，谷歌地圖為我們帶路。



- 1 [基多](#)
- 2 [世界之戰](#)
- 3 [奧塔瓦洛市場](#)
- 4 [奎科查湖](#)
- 5 [科托帕希國家公園](#)

THE UNIVERSITY OF CHICAGO
CHICAGO, ILLINOIS 60637
OFFICE OF THE DEAN
OF STUDENTS
1100 EAST 58TH STREET
CHICAGO, ILLINOIS 60637
TEL: 773-936-3333
FAX: 773-936-3334
WWW.CHICAGOEDU.EDU

THE UNIVERSITY OF CHICAGO
CHICAGO, ILLINOIS 60637
OFFICE OF THE DEAN
OF STUDENTS
1100 EAST 58TH STREET
CHICAGO, ILLINOIS 60637
TEL: 773-936-3333
FAX: 773-936-3334
WWW.CHICAGOEDU.EDU



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
CHICAGO, ILLINOIS 60637
OFFICE OF THE DEAN
OF STUDENTS
1100 EAST 58TH STREET
CHICAGO, ILLINOIS 60637
TEL: 773-936-3333
FAX: 773-936-3334
WWW.CHICAGOEDU.EDU



6.1.2 南美洲最大的奧塔瓦洛戶外市集 ([地圖](#)、[評論](#))

奧塔瓦洛以南美洲最大的戶外市場而聞名，該市場每天在 Plaza de Ponchos ([地圖](#)) 舉行。

週六是奧塔瓦洛市場最繁忙的一天

週六是最繁忙的，因為早上有生命股拍賣。從週日到週五，奧塔瓦洛市場在Plaza de Ponchos 舉行，但在周六，市場會擴展到鄰近的街區。我們數了 5 x 5 個城市街區，街道上佈滿了攤販。

我們的建議肯定是周六來。如果您想避開人群，更喜歡在中央廣場悠閒地漫步，您可能想在其他日子來。

提供路邊停車位，但您可能需要步行一段時間

由於我們是在繁忙的周六去的，所以我們花了一段時間才找到距離市場三四個街區的停車位。我們看到遠處有很多停車位，所以準備好步行一點。

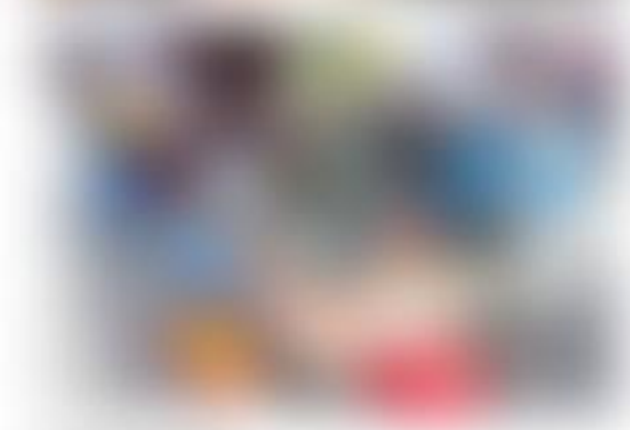
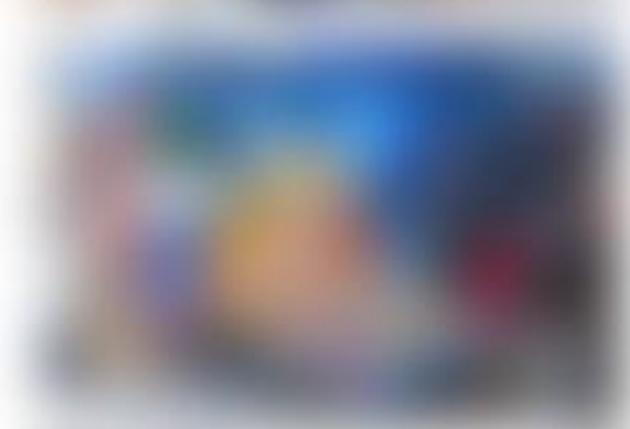
如果他們不在奧塔瓦洛出售它，它就不存在

有人開玩笑說，如果他們不在奧塔瓦洛賣它，它就不存在。好吧，情況可能並非如此，但我們可以確認市場是巨大的。週六，大約 5 x 5 個城市街區將佈滿數百個手工藝攤位。您會看到藝術家、珠寶製造商、陶藝師、編織者、木工等，當然還有小吃攤。除了攤位外，還有許多出售類似商品的實體店，還有餐廳和普通雜貨店、便利商店甚至超市、家具店甚至房地產經紀人。所以，也許「如果他們不在奧塔瓦洛出售它，它就不存在」這句話確實是正確的。

如果您正在尋找厄瓜多爾紀念品，那麼您很可能會在奧塔瓦洛找到您想要的東西。

我們發現令人難以置信的是一切都是如此豐富多彩。商品、一些商販和一些遊客穿的衣服——我們甚至看到不少遊客穿著色彩繽紛的厄瓜多爾傳統服裝。





THE
GREAT
WALL

THE
GREAT
WALL



6.1.4 前往 Las Cascadas de Peguche – 佩古切瀑布 ([地圖](#),[評論](#))

如果有時間，您可以參觀Las Cascadas de Peguche – 佩古切瀑布。

Peguche 瀑布高 58 英尺（18m），位於 Bosque Protector Cascada de Peguche 公園內，該公園對原住民具有精神意義。有人還稱之為厄瓜多爾北部最美麗的森林。

佩古切的傳奇

關於這個瀑布有幾個傳說。主要傳說說，瀑布的內部有一個金碗。它由魔鬼和他的兩隻黑狗護送。魔鬼手裡拿著一個裝滿沙子的小盤子。每天，落下的水將盤子裡的沙子一點一點地沖走，直到盤子空了。 **When the plate is empty, the Devil will take away the soul of whoever enters the waterfall at that moment.**

Peguche 瀑布儀式 Inti Raymi

夏至期間，附近社區的原住民會在夜間來到 Peguche 瀑布參加 Inti Raymi 儀式，在瀑布的水中進行沐浴儀式。他們感謝大地母親和太陽過去的一年。

前往 佩古什瀑布

我們租了車，但你可以搭計程車（3美元），從Plaza de Ponches步行（45-60分鐘），租一輛自行車或從奧塔瓦洛巴士總站的Imbaburapac合作社乘坐紅色巴士（15-20分鐘，每人0.35美元）。

從Plaza de Poncho開車到瀑布步道附近的停車場（[地圖](#)）只需10分鐘。從停車場出發，沿著 Via a Peguche 和路標向南行駛，即可到達通往瀑布的小徑。公園入口前有一個古老的日晷，Calendario Solar ([地圖](#))，值得短暫參觀。

太陽曆 - 佩古切的 Calendario Solar ([地圖](#))

在入口之前，您可以參觀Calendario Solar，即太陽曆。如果您知道如何使用它，它仍然有效。

如果您碰巧是那裡唯一的人，請一邊說話一邊走到中心。據說，然後你會聽到只有你能聽到的反向迴聲和聲音振動。



佩古什瀑布

公園免費入場，但需要少量自願捐款，例如每人 1 或 2 美元。

這條路是下坡的，風景很美，你會穿過一片尤加利樹林。
請注意，您在森林中需要使用防蚊噴霧。
有許多小徑通往公園的不同部分 - 只需沿著小徑前往拉斯卡斯卡達斯德佩古什 (**Las Cascadas de Peguche**) 即可。
大約10分鐘後到達瀑布，選擇瀑布前的第一個觀景台。然後過橋，前往第二個觀景點近距離觀察。



您可以從這裡返回入口，也可以繼續沿著小路到達瀑布頂部，那裡有一個小洞穴。
返回途中，在溫泉池停留。



6.2 厄瓜多爾之旅第 3 至 9 天：加拉巴哥群島的六天完美時光

6.2.1 有關加拉巴哥群島的一般信息

6.2.1.1 加拉巴哥群島的入境要求

加拉巴哥群島擁有令人驚嘆的動物多樣性，其中許多是特有動物，由於缺乏捕食和多年的保護而異常馴服。這種保護必須繼續為子孫後代保留加拉巴哥群島的獨特性。



最重要的入場要求之一是國家公園費。抵達島嶼後，公園官員將收取 100 美元的國家公園費用 - 12 歲以下的兒童需支付 50 美元。只收現金，不接受旅行支票或信用卡。將您的公園稅收據保存在安全的地方 - 您將需要它。

國家公園門票有助於資助公園和其他國家計畫的維護。

進口規定

在機場，您的行李將受到檢查。這不僅是通常的航空安全檢查，也是農業檢查，目的是避免有害物種傳入加拉巴哥群島。

您不得攜帶以下物品前往加拉巴哥群島：

- 植物生命形式為水果、種子、花朵或其他可能種植或攜帶疾病到島嶼的活植物。
- 動物：禁止攜帶寵物！

什麼是交通控制卡？

加拉巴哥過境控制卡（TCC）是一項移民控制措施，旨在限制移民進入加拉巴哥群島。每位訪客，無論是厄瓜多爾人還是外國人，都必須登記，並且他們的抵達和離開都受到監控。

如何取得交通控制卡？

在辦理加拉巴哥航班登機手續之前，您需要前往加拉巴哥管理委員會櫃檯；在那裡，您需要出示航班預訂或登機證以及有效的身份證件或護照才能領取卡片。抵達加拉巴哥群島後，您需要出示該卡。返回大陸後，您需要歸還該卡。

TCC 的費用是多少？

費用為每人 20 美元。您可以在機場辦理登機手續時填寫，也可以填寫[在線的](#)。

6.2.1.2 為什麼我應該去加拉巴哥群島

加拉巴哥群島在世界上獨一無二，絕對是必遊之地。在這裡，您可以看到色彩繽紛的鳥類、陸地動物和海洋生物——其中大部分只存在於加拉巴哥群島——而且您可以非常接近它們，因為它們並不害怕您。您可以體驗岩石火山地形、荒蕪的美麗白色沙灘和碧綠的海水，在大多數島嶼上，只有您和您的旅行團將是同一島上唯一的人。

您可以沿著查爾斯·達爾文的足跡，試著了解他是如何理解自然選擇原理，進而提出進化論的。

6.2.1.3 如何體驗加拉巴哥群島最好？

為了省錢，很多人飛到加拉巴哥群島，然後跳上一日遊，看看一日遊可以到達的幾個島嶼。

你猜怎麼著，他們一定會留下深刻的印象。但不幸的是，他們只看到了加拉巴哥群島如此獨特的一小部分，因為許多主要景點都超出了一日遊的範圍。

這就是為什麼我們建議參加多日遊輪。

有許多遊輪，從經濟型遊輪到豪華遊輪，它們的長度各不相同。無論您預訂的是經濟型遊輪還是豪華遊輪：它們都前往相同的目的地。只是交通方式不同。

6.2.1.4 選擇最適合您的加拉巴哥遊輪

我們決定參加5天4夜的廉價遊輪。昂貴的 10 天遊輪幾乎可以帶您前往任何島嶼，但您很可能會有很多重複的經歷。相反，我們選擇了 5 天的遊輪之旅，並額外增加了兩天來體驗當地風格。

我們選擇的船是關塔那梅拉號。不幸的是，關塔那梅拉號已不復存在，但還有其他設計相似且行程相似的遊輪。



請注意，由於厄瓜多爾政府發放許可證並嚴格限制遊輪可以添加到其行程中的島嶼以及每個島嶼每天的遊客數量，遊輪的航線幾乎每年都會發生變化。

6.2.1.5 經濟型加拉巴哥遊輪的描述

關塔那摩拉號是一艘廉價遊輪，我們在四月下旬乘坐她航行。



導遊經過政府批准，並且經常在遊輪之間更換。沃特是我們的持照導遊，這是他最後一次在關塔那摩拉遊輪。我們的巡遊結束後，他轉移到另一艘船。

6.2.1.7 在加拉巴哥群島健行

在島上行走常常要經過火山岩。運動鞋就足夠了。對於一些濕著陸，建議穿著可弄濕的水鞋或涼鞋。

6.2.1.8 在加拉巴哥群島遊輪上用餐

船上有自己的廚師。我們遊輪上的廚師經驗豐富，總是準時準備好食物。飯菜是自助式的，很少重複。

通常有 1 道肉類或魚類菜餚、米飯、義大利麵、水果、蔬菜和甜點。全天提供咖啡、熱水、茶包和冰水。

大多數活動結束後，上層甲板上都會提供餅乾、薯片、蛋白棒和果汁等零食。

6.2.1.9 在加拉巴哥群島遊輪上拍攝照片和影片

您可能會拍攝大量照片。請務必攜帶一台帶有變焦鏡頭或良好光學變焦功能的好相機以及充足的照片儲存空間。我強烈建議您在浮潛旅行時也帶上一台好的水下相機。

6.2.1.10 加拉巴哥群島巡遊需要攜帶的最重要的物品

- 裝箱單上最重要的物品應該是一整瓶防曬乳！在 5 天 4 夜的遊輪中，我們幾乎用完了一整瓶 8 液量盎司（237 毫升）的瓶子。
- 如果可能，請戴上防曬衣，以防止浮潛遊覽期間曬傷。
- 我們建議在陸地旅行時戴上帽子。
- 帶上一台好的相機和攝影機以及充足的記憶體。如果您喜歡浮潛，也請攜帶水下相機或防水相機支架，並注意手機的觸控螢幕在水下無法使用。

6.2.1.11 加拉巴哥群島短途旅行的持續時間

陸地遊覽通常為 90 分鐘，而浮潛通常為 45 分鐘。

6.2.1.12 加拉巴哥群島 4 月的天氣

每天早上我們都有厚厚的雲層，但到了中午，太陽就把它燒掉了。當天的大部分時間都是晴朗的藍天。日落時烏雲密布，無法觀測星星。除了達爾文車站和洛斯圖內萊斯之旅的最後一天下了點小雨外，根本沒有下雨。



THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS



THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS
1207 EAST 58TH STREET
CHICAGO, ILLINOIS 60637
TEL: 773-707-3000
WWW.UCP.EDU





下午 4 點：北西摩島：可選浮潛



6.2.4 第 4 天：聖克里斯托瓦爾島 ([地圖](#)) 和巴克里索莫雷諾港 ([地圖](#)) – 島嶼探索和浮潛

早上	聖克里斯托瓦爾島 - 在 Kicker Rock 周圍浮潛 (地圖 、 評論)
6:30	
上午 8 點	早餐
上午 9:30	聖克里斯托瓦爾島 - Cerra Brujo (地圖 、 評論)：濕著陸、自然漫步和浮潛
中午	午餐
下午 2:15	聖克里斯托瓦爾島 - 羅伯斯島 (地圖)：浮潛
下午 3:45	聖克里斯托瓦爾島 - 羅伯斯島 (地圖 、 評論)：在大部分岩石地形上乾著陸和自然漫步
下午 5:00	聖克里斯托瓦爾島：可選浮潛
下午 6 點	晚餐
晚上 7:30	可選擇在巴克里索莫雷諾港 (地圖) (加拉巴哥群島首府) 幹著陸，1 小時觀光 (無導遊)

聖克里斯托瓦爾島 ([地圖](#)) 是加拉巴哥群島最東邊的島嶼，是群島地質最古老、也是最肥沃的島嶼之一。

它以海員守護神聖克里斯托瓦爾 (San Cristóbal/St. Christopher) 命名。該島由三到四座融合的死火山組成。

面積為 215 平方英里 (558 平方公里)，最高海拔為 2,400 英尺 (730 m)。

聖克里斯托瓦爾島是達爾文於 1835 年首次登陸的地方，擁有加拉巴哥群島最古老的永久定居點，人口約 6000 人，是加拉巴哥群島中人口第二多的島嶼，僅次於聖克魯斯島。

聖克里斯托瓦爾島是加拉巴哥群島首府巴克里索莫雷諾港的所在地。

聖克里斯托瓦爾島上的動物眾多，包括藍腳鰹鳥和紅腳鰹鳥、軍艦鳥、加拉巴哥海獅、加拉巴哥陸龜、海鬣蜥和燕尾鷗。島嶼周圍的水域中可以發現海豚、鯊魚、鰻魚和龍蝦。

聖克里斯托瓦爾島兩個受歡迎的浮潛和潛水地點是 Kicker Rock (León Dormido) ([地圖](#)、[評論](#)) 和 Isla Lobos (海獅島) ([地圖](#)、[評論](#))。

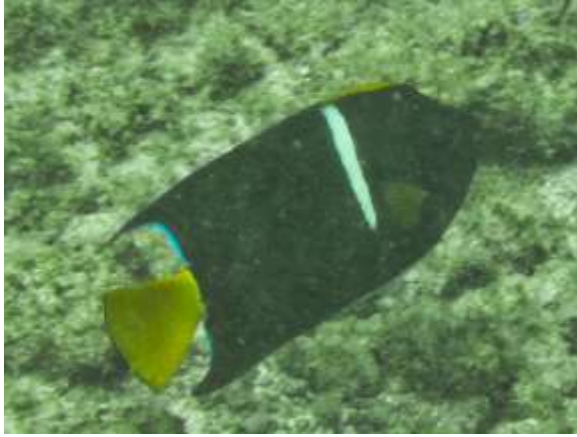
踢球岩 (Kicker Rock) 是熔岩錐的遺跡，現已一分为二；羅伯斯島 (Isla Lobos) 是一座小島，島上有藍腳鰹鳥的築巢地。

6:30 AM：聖克里斯托瓦爾島 - 在 Kicker Rock 周圍浮潛









下午 3:45：聖克里斯托瓦爾島 - 羅伯斯島：乾燥著陸和在岩石地形上的自然漫步







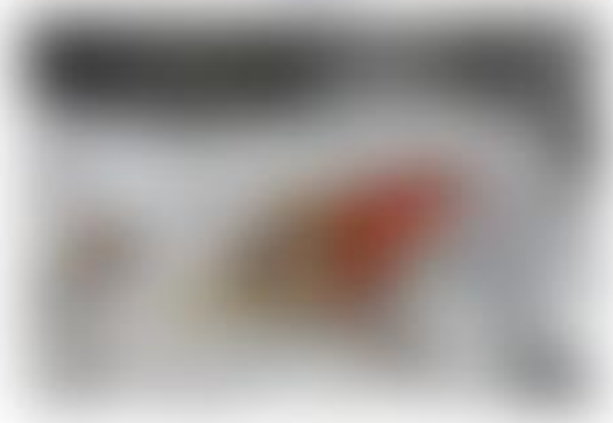
7:30 PM：可選擇在巴克里索莫雷諾港（加拉巴哥群島首府）幹著陸，1小時觀光（無導遊）















6.2.6 第 6 天：聖塔菲島 ([地圖](#))、南廣場島 ([地圖](#)) 和阿約拉港 ([地圖](#)) – 島嶼探索與浮潛

早上	早餐
6:30	
早上	聖塔菲島潮濕降落 (地圖 、 評論) 與自然漫步
7:30	
上午	浮潛
9:00	
中午	午餐
下午2點	南廣場島 (地圖 、 評論) 乾燥降落
下午6點	晚餐
晚上7:00	可選擇在阿約拉港幹著陸 (地圖)，1 小時觀光 (無嚮導)

聖塔菲島 ([地圖](#)、[評論](#))

聖塔菲島約有 400 萬年的歷史，使其成為加拉巴哥群島最古老的島嶼之一。

島嶼面積 9.3 平方英里 (24 平方公里)，相當平坦，有兩條小徑起始於巴靈頓灣海灘，遊客可以在那裡看到大量的海獅。

當地特有的聖塔菲陸龜在 19 世紀被獵殺至滅絕，島上有 150 年沒有陸龜了。2015 年至 2021 年間，731 個基因最接近的西班牙陸龜被引入聖塔菲，理由是陸龜對島嶼生態系統非常重要，尤其是作為種子傳播者。

南廣場島 ([地圖](#)、[評論](#))

南廣場島是一個平坦的小島，面積為 0.05 平方英里 (0.13 平方公里)，最高海拔為 75 英尺 (23 m)。它是由從海底湧出的熔岩形成的。

南廣場島以其色彩繽紛的植物群而聞名，是大量物種的家園。

Sesuvium 地面植被 (有人稱為加拉巴哥地毯草) 在旱季呈現橙色和紫色，在雨季呈綠色。

值得注意的是加拉巴哥陸地鬣蜥的大群。只有在南廣場島上，加拉巴哥陸地鬣蜥的繁殖季節與海鬣蜥的繁殖季節重疊，從而產生了獨特的不孕、灰色調雜交鬣蜥族群。

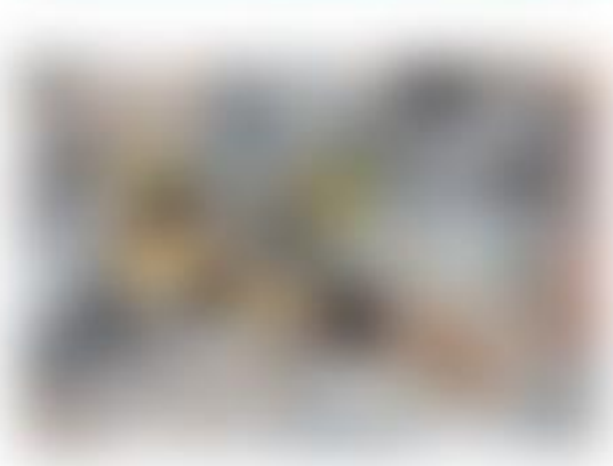
7:30 AM : 聖達菲島濕著陸和自然漫步





9:00 AM : 浮潜







7:00 PM : 可選擇在阿約拉港幹著陸，1小時觀光（無導遊）





10:30 AM : 搭乘計程車前往蘭喬普里米西亞斯 - 巨龜保護區



下午 : Centro de Crianza Tortugas Gigantes Arnaldo Tupiza Chamaidan



下午 : Poza de los Flamingos – 火烈鳥湖









6.2.8 第 8 天：搭船遊覽洛斯圖內萊斯 ([地圖](#))，然後轉乘聖克魯斯島 ([地圖](#))

是	搭船遊覽洛斯圖內萊斯 (地圖 、 評論)
是	海灘 (地圖)
午安	前往聖克魯斯島阿約拉港的渡輪
午安	La Calle de Los Kioskos (美食街) (地圖 、 評論)

洛斯圖內萊斯 ([地圖](#),[評論](#))

Los Tuneles 是海底熔岩流形成的隧道。它們是由潛入此處捕捉龍蝦的當地漁民命名的。水面之上是天然熔岩橋和拱門，是由蔚藍火山爆發後冷卻熔岩形成的。

在洛斯圖內萊斯 (**Los Tuneles**)，浮潛非常棒，甚至還有機會在熔岩上散步。

有不同的旅行社提供 **Los Tuneles** 旅遊服務。我們使用了 **Rosedelco Tours** ([評論](#)、[網站](#))。

這次旅行首先乘船 45 分鐘到達 **Islote La Unión** (**Roca Union**、**Bird Rock**) ([地圖](#))，這裡是大洋中央棲息著各種鯉鳥和鵜鶘的大鵬鳥，然後繼續前往 **Los Tuneles**。

不幸的是，在乘船期間，天氣變差，海浪變大，導致洛斯圖內萊斯無法進入。然後，工作人員決定原路返回，帶我們到另一個浮潛良好的地點，在這種天氣下更容易到達。不幸的是，我不知道他們把我們帶到哪裡。

阿約拉港：La Calle de Los Kioskos (美食街) ([地圖](#)、[評論](#))

La Calle de Los Kioskos (美食街) 是一條街道 (**Charles Binford**)，每天晚上都會變成戶外美食街，有多家攤販和餐廳在街上設立用餐區。這是嘗試各種當地美食和新鮮海鮮的好機會。

我聽說有傳言說這條街在大流行期間被撕毀了——所以請詢問您的酒店美食街是否再次活躍。

前往阿約拉港的渡輪

您可以搭乘島際渡輪到達這裡。門票可以在鎮上眾多旅行社之一或[在線的](#)購買。

上午：搭船遊覽洛斯圖內萊斯







上午：海灘



下午：La Calle de Los Kioskos（美食街）



6.2.9 第 9 天：搭乘計程車前往巴爾特拉機場 ([地圖](#))，然後搭乘航班飛往基多
是 計程車至巴爾特拉機場並飛往基多





6.3.1 Quicentro ([地圖](#)、[評論](#)、[網站](#))

Quicentro Sur 是厄瓜多最大的購物中心。它佔地 23 英畝（9 公頃），擁有 210 多個商業場所，其中許多為國際品牌，分佈在三層樓和三個地下停車場，可容納 1,500 輛汽車。
飯店設有一個大型美食廣場，設有許多國際和厄瓜多爾快餐店。



一個街區之外，穿過繁忙的 Avenida Naciones Unidas 就是您的下一個目的地：Parque La Carolina

6.3.2 拉卡羅萊納公園 ([地圖](#)、[評論](#))

拉卡羅萊納公園 (Parque La Carolina) 是一座佔地 166 英畝（67 公頃）的公園，位於 1939 年從拉卡羅萊納農場徵用的土地上。

公園位於基多中央商務區，週末擠滿了家庭，享受各種放鬆、娛樂（藝術表演）和踢足球、籃球和排球等體育活動。

在公園南部的拉古納公園 (Laguna Parque La Carolina) ([地圖](#)) 可以租用明輪船。





6.3.4 厄瓜多明達拉藝術民族歷史博物館 ([地圖](#)、[評論](#)、[網站](#))

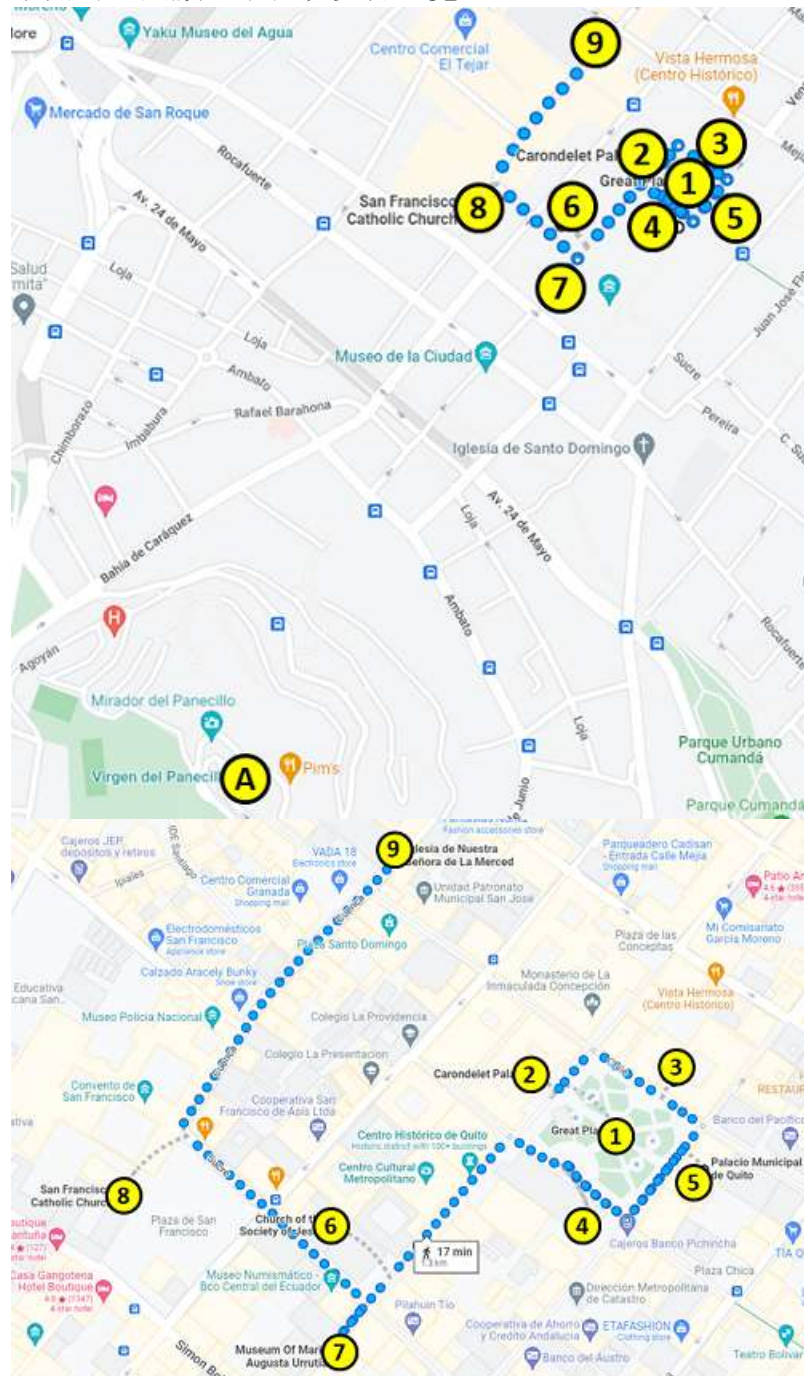
厄瓜多爾民族歷史手工藝博物館共五層，致力於保護和弘揚厄瓜多爾豐富的文化遺產。

還有一家商店，您可以購買手工藝品。

許多銘文都是西班牙語和英語的。

6.4 厄瓜多之旅第十天：厄瓜多基多老城自助徒步遊

搭乘計程車或駕駛租賃車前往基多，並在 Plaza Grade 附近找到停車位。
下面的地圖顯示了自助步行遊覽：



1. [大廣場](#)
2. [卡龍德萊特宮](#)
3. [帕拉西奧·阿佐比斯帕爾](#)
4. [基多大都會大教堂](#)
5. [市政宮](#)

6. [耶穌會教堂](#)
7. [瑪麗亞·奧古斯塔·烏魯蒂亞卡薩博物館](#)
8. [舊金山教堂](#)
9. [梅爾塞德聖母教堂](#)
- A. [埃爾帕尼西洛](#)





廣場周圍有四棟大型建築：

- [總統府 \(Palacio de Carondelet\)](#)
- [大主教宮 \(Palacio Arzobispal\)](#)
- [基多大都會大教堂 \(Catedral Metropolitana de Quito\)](#)
- [基多市政廳 \(Municipio del Distrito Metropolitano de Quito\)](#)

廣場周圍有很多商店和餐館，似乎沒有人會說英語。與厄瓜多爾幾乎所有地方一樣，在商店和餐廳裡現金為王。

6.4.2 卡隆德萊宮 ([地圖](#)、[評論](#)、[網站](#))

Palacio de Carondelet 建於 1790 年至 1801 年。1822 年厄瓜多爾獨立後，這座宮殿成為大哥倫比亞南部省的總部。軍事和政治領袖西蒙·玻利瓦爾有時到訪時，會對卡龍德萊男爵建造的建築的優雅和簡樸感到驚訝，並因此將這座建築命名為卡龍德萊宮。如今，卡隆德萊特宮設有行政辦公室和總統官邸，這是一棟豪華的殖民風格公寓。





卡隆德萊特宮的景點：

- 每週一上午 11 點您可以觀看宮殿的衛兵換崗儀式。
- 參加免費的宮殿導覽遊，提供西班牙語和英語服務。當然，參觀僅限於總統參觀時未使用的房間。宮殿南端有一個小攤位，您可以在那裡登記，他們也會為您安排遊覽。您需要攜帶護照進行登記。

6.4.3 帕拉西奧·阿佐比斯帕爾 ([地圖](#)、[評論](#)、[網站](#))



THESE ARE THE
RESULTS OF THE
RESEARCH



THESE ARE THE
RESULTS OF THE
RESEARCH

THESE ARE THE
RESULTS OF THE
RESEARCH

THESE ARE THE
RESULTS OF THE
RESEARCH

雕刻木製聖壇的時間為 1735 年至 1745 年，最後用金箔片裝飾則持續到 1755 年。

側殿包含八個方形和拱形小教堂，並透過大拱門相互連接。最後兩個小教堂有兩幅巨大的畫作，分別是《地獄》和《最後的審判》，畫於 1620 年。

其他的則有丘里格風格的祭壇畫，完全覆蓋著裝飾物。

教堂內總共有100多幅不同尺寸的畫作。

教堂的轉角處是您的下一站：**Casa Museo María Augusta Urrutia**

6.4.7 瑪麗亞奧古斯塔烏魯蒂亞卡薩博物館 ([地圖](#), [評論](#))

博物館展示了瑪麗亞·奧古斯塔·烏魯蒂亞·巴爾巴（1901-1987）的生活。她出生於基多最有影響力的家庭之一。父親去世後，她前往歐洲，在那裡度過了童年和青少年早期的大部分時光。

1921年返回基多後不久，她就與在巴黎認識的未婚妻結婚了。

丈夫過世後，她將一生奉獻給慈善事業，為最需要幫助的人謀福利。

她去世後，被安葬在附近[孔帕尼亞教堂](#)的墓穴中。





我們的導遊英語說得很好，而且知識淵博——她能夠回答我們所有的問題。

舊金山廣場 (Plaza San Francisco) 和舊金山教堂 (Iglesia de San Francisco) 距離酒店僅一個街區。

6.4.8 舊金山教會 ([地圖](#)、[評論](#)、[網站](#))

我們認為，舊金山大教堂和修道院是基多繼[耶穌會教堂](#)之後第三個裝飾最精美的教堂。

它是一座天主教大教堂，也是整個南美洲歷史中心內最大的建築群。它佔地 8.6 英畝（3.5 公頃），擁有 13 個迴廊、3 座寺廟和 3,500 件殖民時期藝術品。

第一階段的建設從 1535 年持續到 1650 年，在印加華納·卡帕克 (Huayna Cápac) 皇宮的土地上進行，在西班牙人控制這座城市之前，這座皇宮被防禦的印加人徹底摧毀。

後來的各個施工階段改變了舊金山教堂的內部和外部外觀，並修復了地震損壞。

教堂前面是舊金山廣場。過去，廣場有一個中央噴泉，為城市供水，也是一個受歡迎的市場。





相隔很長一個街區就是 Iglesia de Nuestra Señora de La Merced。

6.4.9 梅爾塞德聖母教堂 ([地圖](#), [評論](#))

您現在可能已經被趕出去了，但我們的建議是絕對要去看看慈悲聖母大教堂，因為我們認為它是基多第二美麗的教堂。

修建工作從 1701 年持續到 1736 年，大教堂於 1747 年舉行祝聖儀式。

這座粉刷成白色的樸素建築有五個圓頂和一座方形塔樓，裝飾有印加和阿拉伯銘文。

然而，裡面的裝飾卻非常漂亮。

大教堂擁有 22,000 冊圖書和 40,000 多份書目記錄，是基多最重要的歷史圖書館之一。





6.5厄瓜多之旅第11天：科托帕克西國家公園（[南入口](#)、[北入口](#)、[公園地圖](#)、[評論](#)、[網站](#)）

科托帕希國家公園保護科托帕希火山、其西北部的魯米尼亞維休眠火山以及 1877 年最後一次大規模噴發的辛科拉瓜火山。

科托帕希山的最高海拔為 19,347 英尺（5897 公尺），是厄瓜多爾第二高山，也是地球上最高的活躍成層火山之一。

自 1534 年首次有記錄噴發以來，已記錄了近 90 次噴發，最後一次噴發是在 2015 年 8 月至 2016 年 1 月之間。

天氣晴朗時，從基多可以看到科托帕希。

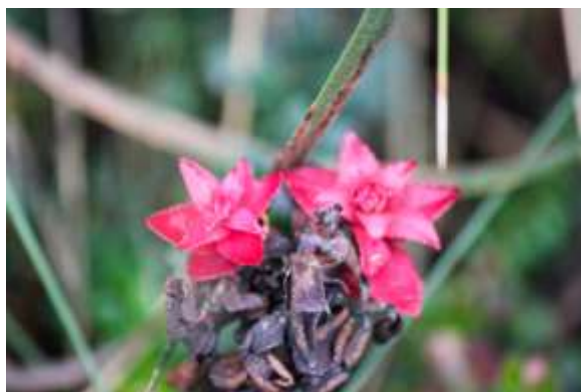
在當地蓋丘亞語中，**coto** 的意思是脖子，**paxi** 的意思是月亮——放在一起，**Cotopaxi** 的意思是光滑的月亮脖子，指的是看起來像新月的火山口。

當地的安第斯人認為它是一座“聖山”，並相信眾神居住在山頂。他們崇拜科托帕西，視其為確保土地肥沃的「雨水使者」。

我們從南入口進入公園，開車前往Laguna De Limpiopungo，最後從北入口離開。

在途中，我們停下來進行了短暫的徒步旅行，欣賞了超凡脫俗的峽谷景觀和許多色彩繽紛的花朵。





林皮奧蓬戈湖 ([地圖](#), [評論](#))

THE HISTORY OF THE







6.6 厄瓜多之旅第 12 天：TelefériQo ([地圖底部](#)、[地圖頂部](#)、[評論](#)、[網站](#)) 並搭乘航班回家
TelefériQo 這個詞是由 teleférico 和 Quito 組合而成，該景點的全名是 TelefériQo Cruz Loma。

TelefériQo 於 2005 年投入使用，是世界上最高的纜車之一，起點海拔 10,226 英尺（3117 m），終點海拔 12,943 英尺（3945 m）。搭乘纜車需要 18-20 分鐘。

以下是一些提示：

- 由於海拔近 13,000 英尺（4000 公尺），您可能會出現高山症，因此不建議在抵達基多後的前 1 或 2 天內乘坐纜車上山
- 山上比城裡涼爽，風也常大，所以要帶一件保暖的外套。
- 在晴朗的日子乘坐纜車上去，否則你可能會感到失望，因為你的視野可能會受到很大的阻礙
- 乘坐纜車登上 TelefériQo 也很受當地人歡迎，尤其是在周末，等待時間可能會長達 1 至 3 小時，因此您最好在工作日來，並且當天早點來

7. 基多的飯店

7.1 基多機場套房 ([地圖](#)、[書](#)、[評論](#))

我們在這間住宿加早餐風格的飯店住了兩晚。距離機場僅 10 分鐘車程，機場計程車前往飯店的統一收費為 10 美元。

請注意，有些計程車不知道飯店在哪裡，因此請攜帶地址、地圖和/或路線。

酒店設有大門，當您抵達時可能會被鎖上。按下門鈴，就會有人為您開門。汽車可以停在後院。

如果您租車，請尋找飯店標誌或使用 GPS，否則您可能會錯過它，因為飯店與周圍的其他房屋融為一體。

當您到達時，業主可能會迎接您。似乎只有老闆會說英語。

我們的房間位於 2 號樓的 3 號房間。入住時需以現金支付全額房租。由於飯店沒有電梯，因此您需要攜帶行李爬 1 層樓梯。套房設有 2 間臥室，每間臥室均配有一張雙人床和 1 間浴室。一間臥室配有一台安裝在牆上的電視、一張桌子、一個小床頭櫃和一個小櫃子。沒有空調。浴室配有淋浴、小水槽和衛生間。提供了兩條毛巾、一小塊肥皂和一個裝有藍色洗髮精的分配器（我猜）。有英文標誌告訴您如何轉動淋浴閥才能獲得熱水，還有另一個標誌提醒您，與厄瓜多爾其他地方一樣，所有衛生紙都必須放入馬桶旁垃圾桶的塑膠袋中，因為廢水系統無法處理衛生紙。

套房很乾淨，但套房裡有一些蒼蠅——幸運的是，提供了蒼蠅拍。有些窗戶有蚊帳，但蒼蠅還是不知怎麼飛進來了。

房間裡有很多接地的美式電源插座。

水、冰淇淋、餅乾甚至一些畫作都可以在大廳購買。沒有免費提供瓶裝水。自來水可以用來刷牙，但一般建議不要飲用，儘管有些人會這樣做。因此，最好在機場購買水或在機場的美式飲水機加水。

早餐時間為早上 7 點至 9 點，在酒店大廳享用；它包括無限量的咖啡、1 杯果汁飲料、1 片菠蘿片和 8 道菜中的 1 道菜（全部以英文列出；三明治加雞蛋、煎蛋捲）。與大廳相鄰的小廚房裡，一名員工負責準備所有菜餚。這花了一些時間，尤其是客人很多。

第二天我們要求飯店叫一輛計程車。計程車大約花了 5 分鐘才到達。司機去機場的費用是 5 美元。不幸的是，只有獲得許可且價格更高的計程車才可以在機場接載乘客。

往返基多的旅費為 25 美元。請務必隨身攜帶地圖和路線，因為基多的計程車可能不知道如何前往酒店。

長話短說：如果您正在機場附近尋找一家乾淨且價格便宜的酒店，並且不介意住宿加早餐的氛圍和沒有空調，那麼這家酒店可能適合您。







8.2 聖克魯斯島阿約拉港科洛馬加拉巴哥飯店 ([地圖](#)、[評論](#))

我們在登記入住時受到了非常友好的業主的歡迎，我們住了一晚。她會說一些英語，並為我們安排了聖克魯斯房間（我相信是 8 號房間）。

房間有兩張床，非常乾淨。空調高效且安靜。

我們告訴她我們只住了一晚，第二天早上6:15就要去機場（早餐從早上6:30開始）。

第二天早上 6:15，她向我們打招呼，給了我們一個拉鍊袋，裡面有 2 個梨子、2 個格蘭諾拉麥片和 2 杯果汁。非常感謝！

飯店位於一條安靜的小街上，但靠近許多餐廳、商店等。距離晚上變成[美食街](#)的街道也只有幾個街區。它距離碼頭只有幾個街區。

長話短說：這是一家不錯的飯店，擁有超級友善的老闆。它非常實惠，因為它不是位於黃金地段，但步行即可到達所有地方。我希望我們能在這裡待更長時間，我絕對推薦它。





9. 結束語

關於《背包與通氣管》中的魯迪

我出生在德國，2003 年移居美國。我和我的妻子是一對真正的跨國夫妻：我有德國背景，她有中國血統。我們倆都住在美國。

可悲的是，與其他國家（例如美國）相比，在美國工作意味著我們的假期要少得多。德國，因此我們不能經常旅行。

透過大量的嘗試和錯誤，我們找到了理想的旅行和度假方式。我們的首要任務是專注於重要目的地、規劃與當地人會面以及放鬆的時間，從而創造難忘的時刻。

我們還學會了欣賞當地美食，並嘗試盡可能多地吃當地菜餚。只是為了好玩，我們嘗試在每個訪問的國家都去一家中餐館吃飯。世界各地的中國食物是如此不同，這絕對是令人驚奇的。



創造難忘的時刻

您可能在假期期間拍攝了 10,000 張照片，從一個景點奔向另一個景點，但您會記住的是您如何拍攝難忘的時刻。

對我來說，那就是例如謝伊峽谷的蜘蛛岩（聽過這個美國國家公園嗎？）。當我第一次看到它時，我就被這座雄偉的天然方尖碑和它所在的美麗峽谷所震撼。我已經去過那裡兩次了，感覺還是一樣。

或者想想女人島，墨西哥坎昆郊外的一個小島。從表面上看，北普拉亞海灘被認為是墨西哥最美麗的海灘，但這裡總是很擁擠，停泊在那裡的船隻播放著響亮的音樂。在表面之下，女人島非常輕鬆，非常適合步行，當地人友善，提供正宗的墨西哥美食和國際美食，而且價格通常非常實惠。

女人島是我們個人的天堂！



收拾好背包和呼吸管，出發吧

多年來，我們的旅行方式不斷演變。如今，我們旅行時輕裝上陣，通常每人只需要一個小背包 - 請參閱我的[輕裝上陣指導](#)。

透過本指南，我希望為您提供價值，並幫助您計劃自己的輕鬆假期，以創造難忘的時刻！

如果您有任何問題或意見，請與我聯絡。