

墨西哥 拉巴斯

最佳旅遊景點與活動



機器翻譯

© backpackandsnorkel.com

Contents

1. 為什麼你應該去墨西哥拉巴斯.....	4
2.1 免責聲明.....	7
2.2 版權.....	8
3. 拉巴斯基本訊息.....	9
3.1 您需要多長時間遊覽拉巴斯？.....	9
3.2 遊覽拉巴斯的最佳時間是什麼時候？.....	10
3.3 拉巴斯歷史亮點.....	13
3.4 如何到達拉巴斯.....	14
3.5 如何在拉巴斯出行.....	17
4. 拉巴斯的住宿地點.....	19
4.1 拉斯加維奧塔斯公寓飯店.....	20
5. 拉巴斯 7 日行程.....	23
5.1 第一天：抵達拉巴斯.....	25
5.1.1 抵達拉巴斯國際機場（LAP）.....	25
5.1.2 去購物.....	26
5.2 第 2 天：您在拉巴斯的第一天.....	27
5.2.1 拉巴斯市中心和馬雷貢自助徒步遊.....	28
5.2.1.A Tiburones/鯊魚雕像.....	30
5.2.1.B Sirena con Delfines / 美人魚與海豚雕像.....	31
5.2.1.C Mujer en Nautilus / 鸚鵡螺雕像中的女人.....	32
5.2.1.D 拉帕洛瑪·德拉巴斯/和平鴿.....	33
5.2.1.E Explanada Malecon 與 Muelle Turístico、Reina Isabel II 紀念碑和 Obelisco a los Niños Héroes.....	34
5.2.1.F La Ballena Jorobada/座頭鯨雕像.....	38
5.2.1.G 拉巴斯標誌 / Letras de La Paz.....	39
5.2.1.H Reina del Mar/海洋女王雕像和詩書紀念碑.....	40
5.2.1.I Tiburón Ballena/鯨鯊紀念碑.....	45
5.2.1.J 拉巴斯 Puerto de la Ilusion 與 La Perla de La Paz、El Faro 和 Escultura Alfonso Garcia Robles.....	46
5.2.1.K Andador Ignacio Bañuelos Cabezud 與 Caracoles Musicos 和 Tortugas 雕像.....	50

5.2.1.L Escultura Cristo del Caracol / 雕塑基督與蝸牛.....	53
5.2.1.M El Viejo y El Mar / 老人與海.....	54
5.2.1.N Casa del Artesano Sudcaliforniano / 南下加州工匠之家.....	57
5.2.1.O 梅爾卡多·弗朗西斯科·馬德羅.....	59
5.2.1.P 貝拉斯科花園 / 憲法廣場.....	61
5.2.1.Q Catedral Nuestra Señora de La Paz / 拉巴斯大教堂.....	62
5.2.1.R 南下加州藝術博物館/藝術博物館.....	64
5.2.1.S 南下加州地區博物館 / Museo Regional de Antropología e Historia de B.C.S.....	67
5.3 第三天：遊覽拉巴斯海灘：Balandra 海灘和 Tecolote 海灘.....	71
5.3.1 Playa Balandra 和 El Hongo（蘑菇岩）.....	72
5.3.2 普拉亞埃爾特科洛特.....	79
5.4 第四天：參觀更多拉巴斯海灘：Playa El Caimancito 和您選擇的海灘.....	82
5.4.1 凱曼西託海灘.....	83
5.5 第 5 天：聖埃斯皮里圖島與海獅浮潛之旅.....	87
5.6 第 6 天：Aguas Termales Playa Agua Caliente El Sargento；浮潛.....	98
5.7 附加項目 1：在普爾莫角 (Cabo Pulmo) 附近的 Playa El Arbolito 浮潛.....	106
5.7.1 普拉亞埃爾阿爾博利托.....	107
5.8 附加元件 2：探索 Playa las Tunas 的 Todos Santos 和 Turtle 版本.....	110
5.8.1 托多斯桑托斯自助徒步遊.....	113
5.8.1.1 加州旅館.....	114
5.8.1.2 Cielito Lindo 市場.....	115
5.8.1.3 托多斯桑托斯教堂.....	116
5.8.1.4 托多斯桑托斯.....	118
5.8.1.5 中心廣場.....	119
5.8.1.6 萊加斯皮大道.....	120
5.8.1.7 托多斯桑托斯更多值得探索的街道.....	122
5.8.2 Playa Los Cerritos/喜瑞都海灘.....	123
5.8.3 Tortugueros Las Playacita - 在 Playa las Tunas 放生小海龜.....	125
6. 結束語.....	128

1. 為什麼你應該去墨西哥拉巴斯

墨西哥拉巴斯：沙漠與「世界水族館」相遇的地方

忘掉洛斯卡沃斯春假期間喧鬧的人群，探索南下加州迷人而寧靜的一面。拉巴斯是南下加利福尼亞州的首府，將充滿活力的正宗墨西哥文化與令人驚嘆的自然美景完美融合。由於其豐富的水下生物多樣性，雅克·庫斯托將科爾特斯海稱為“世界水族館”。您可以在拉巴斯體驗這種美麗。



墨西哥拉巴斯：具有真正魅力的海岸寶石

與更繁華的鄰居洛斯卡沃斯不同，拉巴斯保留了其獨特的正宗墨西哥魅力。沿著馬雷貢 (Malecon)

漫步，這是這座城市熱鬧的海濱長廊，尤其是當太陽開始落入地平線以下時。在這裡，您會發現當地人和遊客交流在一起，欣賞街頭藝術、充滿活力的雕塑和巴哈日落的迷人色彩。這座城市的中心佈局緊湊，步行即可輕鬆探索，探索歷史地標，如拉巴斯聖母大教堂和迷人的廣場。



墨西哥拉巴斯：夢想成真的海灘

拉巴斯擁有墨西哥最如明信片般完美的海灘。巴蘭德拉海灘 (Playa Balandra)

經常被譽為最美麗的海灘，擁有美麗的碧綠海水、退潮時的條紋海灘以及標誌性的「蘑菇

岩」結構。這個受保護的海灣非常適合游泳、劃皮艇以及沉浸在寧靜的環境中。其他令人驚嘆的選擇包括可欣賞聖埃斯皮里圖島全景的 Playa El Tecolote，以及附近埃爾薩根托 (El Sargento) 的 Playa Agua Caliente 的 Aguas Termales（溫泉熱點）。該地區的許多海灘擁有清澈的海水和色彩繽紛的海洋生物，非常適合浮潛或放鬆身心。



墨西哥拉巴斯：令人難忘的海洋天堂

拉巴斯真正的明星無疑是科爾特斯海。這個海洋仙境提供了與令人難以置信的野生動物的非凡邂逅：

- **與鯨鯊一起游泳：**從 11 月到 4 月，拉巴斯成為與溫柔的海洋巨人——鯨鯊一起游泳的主要目的地。這種嚴格監管的體驗讓您可以在自然棲息地近距離目睹世界上最大的魚類。
- **與頑皮的海獅一起浮潛：**在導遊的帶領下乘船遊覽聖埃斯皮里圖島，這是受聯合國教科文組織保護的世界遺產。在這裡，您可以與好奇又頑皮的海獅一起浮潛，這種體驗一直在遊客的必做之事清單上名列前茅。
- **觀鯨：**根據季節（通常為 12 月至 4 月），您可以踏上難忘的觀鯨之旅，觀賞灰鯨、座頭鯨、藍鯨甚至逆戟鯨等壯觀的生物。馬格達萊納灣位於拉巴斯以北幾小時車程處，因邂逅灰鯨而聞名。
- **潛水和浮潛：**清澈、豐富的水域是潛水者和浮潛者的天堂，這裡有生機勃勃的珊瑚礁、熱帶魚群和無數其他海洋物種。

超越水域：墨西哥拉巴斯的文化、美食與冒險

拉巴斯不僅僅是海洋。探索博物館、瀏覽手工藝品市場和市場，並發現隱藏的街頭藝術，讓自己沉浸在當地文化中。這裡的美食真是令人愉悅，尤其是令人難以置信的新鮮海鮮。除了海鮮之外，您還會發現具有獨特巴哈風味的傳統墨西哥菜餚。



这不是一本深入的拉巴斯指南。您可以從大型旅遊指南公司購買拉巴斯指南。我們的目標是幫助您在輕鬆的拉巴斯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。為此，我們添加了大量照片，以便您了解您將體驗到的內容，並在這些地方是否適合您時做出明智的決定。

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。未經「Rudy at Backpack and Snorkel」書面同意，本網站內容（包括照片）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上。

3. 拉巴斯基本訊息

3.1 您需要多久遊覽拉巴斯？

拉巴斯將海洋奇觀、沙漠景觀和正宗的墨西哥魅力融為一體。

這是您體驗拉巴斯需要多少天

- 基本的「品味拉巴斯」 - 4 天：其中包括 1 天探索城市、1 天享受巴蘭德拉海灘和 1 天參觀聖埃斯皮里圖島，或根據季節，進行賞鯨之旅或與鯨鯊共遊
- 「深度潛水」 - 5 至 6 天：這是大多數遊客的最佳選擇。其中包括「品味拉巴斯」行程，並增加了前往 Aguas Termales Playa Agua Caliente El Sargento 和另外 1 個海灘的一日遊
- 「長住」 - 7 天以上：此行程包括「深潛」行程，並在其他海灘上增加更多的海灘放鬆，或在巴蘭德拉海灘上增加一天

在這本拉巴斯紫色旅遊指南中，我們為您提供了拉巴斯 7

天行程，向您介紹拉巴斯的最佳景點。您可以按原樣使用它，也可以透過優先考慮您最喜歡的目的地並連續多天訪問您最喜歡的海灘或度假村來根據您的興趣自訂它。

您可以在[第 5 章](#)中找到行程。

3.2 遊覽拉巴斯的最佳時間是什麼時候？

拉巴斯是全年旅遊目的地。

「最佳」遊覽時間取決於您想要的活動、對人群的耐受性和炎熱程度。

在我們詳細介紹之前，先簡單總結一下：

- 對於海洋野生動物愛好者（鯨鯊和鯨魚）：十二月至三月是您的最佳選擇。十二月的水下能見度通常仍然足夠好，有些人仍然可以在不穿潛水衣的情況下游泳或浮潛。
- 對於宜人的天氣和較少的人群：五月、十月和十一月是絕佳的選擇。十月和十一月通常水下能見度良好，水溫足以游泳和浮潛。
- 對於潛水/浮潛和精打細算的旅行者：如果您能忍受炎熱，那就擁抱夏季（六月至九月）。最佳水下能見度通常是七月至十一月。

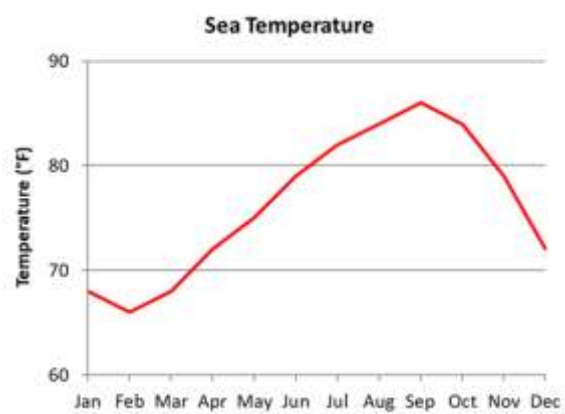
以下是幫助您確定理想旅行時間的細分：

- **旺季：冬季（十二月至四月）**這是拉巴斯最繁忙的季節。天氣溫和乾燥，平均氣溫為 60°F (15°C) 至 75°F (24°C)。您會發現充足的陽光和清澈的藍天，非常適合戶外活動和海灘放鬆。每年的這個時候仍然適合游泳和浮潛，但由於水溫低於夏季，敏感的游泳者和浮潛者從 12 月起就需要穿著潛水衣。這是在拉巴斯灣與鯨鯊一起游泳的黃金時間（11 月至 4 月，1 月至 2 月高峰）。雖然官方季節是十月至四月，但鯨鯊最集中的時間通常是十二月至二月。如果您不想與鯨鯊一起游泳，您可以參加觀鯨活動（十二月至四月，二月至三月高峰）：在這幾個月裡，雄偉的灰鯨、座頭鯨，甚至藍鯨都會遷徙到南下加利福尼亞州的溫暖水域。您可以踏上賞鯨之旅，二月和三月通常是觀賞多種物種的最佳時間。十二月帶來了聖誕假期的歡樂氣氛，您會發現整個城市熱鬧非凡，馬雷貢 (Malecon) 街道上還會出現聖誕遊行。

由於這是旺季，預計遊客數量會增加，旅遊和熱門景點會更加擁擠，住宿和旅遊價格也會更加昂貴。提前預訂住宿和旅遊通常是個好主意。

- **平季：春季（五月）和秋季（十月至十一月）**這幾個月氣候宜人，人群較少，是許多旅客的絕佳選擇。春季（五月）：氣溫開始上升，但保持舒適，通常在 65°F (18°C) 至 85°F (29°C) 之間。沙漠植物仍然盛開，為景觀增添一抹色彩。隨著海水開始變暖，現在是進行水上活動的好時機。秋季（10 月至 11 月）：夏季的酷暑開始消退，氣溫溫暖但更容易控制（70°F/21°C 至 90°F/32°C）。水仍然溫暖，非常適合游泳、浮潛和潛水。鯨鯊季節也在 10

這是 拉巴斯 的平均海水溫度：



3.3 拉巴斯歷史亮點

- 公元前 10,000
年：包括佩里庫斯人和瓜伊庫拉人在內的土著群體居住在下加利福尼亞半島。
- 1533 年：埃爾南·科爾特斯 (Hernán Cortés) 派出的探險隊首次發現了海灣。
- 1535 年：埃爾南·科爾特斯本人於 5 月 3 日登陸，命名該地區為聖克魯斯，並將海灣命名為：Bahia de la Santa Cruz（聖克魯斯灣）。科爾特斯聽說了盛產珍珠的報道，並建立了一個殖民地。
- 1536 年：由於條件惡劣、補給不足和衝突，殖民地被廢棄。
- 1536
年後不久：科爾特斯的一名下屬或敵方作家（可能是阿拉爾孔）首先將「加州」這個名稱應用於廢棄的「聖克魯斯」領土。這樣做很可能是為了嘲笑科爾特斯以及這片土地的貧瘠和充滿挑戰的性質，而這片土地本應擁有神話般的財富。加州這個名字源自於 1510 年出版的一本西班牙流行的騎士浪漫小說。在這部小說中，加州是一個神話般的島嶼，位於人間天堂附近，居住著美麗的黑人武士婦女，並盛產黃金和珍珠。
- 1596 年：探險家塞巴斯蒂安·維茲卡伊諾 (Sebastián Vizcaíno) 成功地建立了更持久的存在，並將海灣重新命名為「拉巴斯」（和平）。
- 1829
年：首府洛雷托被颶風摧毀後，拉巴斯被指定為拉斯加利福尼亞地區的首府，該地區包括下加利福尼亞州和阿爾塔加利福尼亞州（今天的加利福尼亞州、內華達州和猶他州，以及亞利桑那州、懷俄明州和科羅拉多州的部分地區）。
- 1830
年：拉巴斯被命名為下加利福尼亞州首府，蒙特雷成為上加利福尼亞州首府。
- 1973 年：跨半島高速公路顯著改善了通往半島的交通。
- 1974
年：經過重大重建（包括建造新航站樓以及擴建和現代化機場設施），拉巴斯國際機場進一步連接了全球。
- 1974 年：南下加州正式成為州，拉巴斯為首府。

3.4 如何前往拉巴斯

從洛斯卡沃斯出發

大多數國際遊客為[搭機抵達洛斯卡沃斯國際機場](#)（機場代碼 **SJD**），該機場位於拉巴斯以南約 120 英里（191 公里）處，約 2 1/2 小時車程處。然後，客人可以租車自駕，或使用[接送服務](#)前往拉巴斯。



飛往拉巴斯機場

大多數墨西哥人[飛往拉巴斯國際機場](#)（機場代碼 **LAP**）。

拉巴斯機場有來自墨西哥幾個主要城市的[直飛](#)，包括墨西哥城 (**MEX**)、瓜達拉哈拉 (**GDL**) 和蒂華納 (**TIJ**)，但國際航班很少。從美國飛往拉巴斯的航班歷來大多是季節性航班，直到最近才全部停飛。截至撰寫本文時，只有阿拉斯加航空提供從洛杉磯 (**LAX**) 飛往拉巴斯 (**LAP**) 的直飛航班。



3.5 如何在拉巴斯出發

除非您打算住在市中心，或者步行即可到達拉巴斯的海灘之一，或者您可以乘坐出租車前往任何地方，否則您將需要[租車](#)。

拉巴斯和巴蘭德拉海灘相距約 17 英里（27 公里），Playa Agua Caliente 距離拉巴斯 57 公里（35 英里）。您可能也想去購物，雖然這裡有許多較小的雜貨店，但 Chedraui ([地圖](#)) 距離馬雷貢 (Malecon) 僅有一段步行路程。



- 1 = 拉巴斯機場
- 2 = 馬雷貢
- 3 = 切德魯伊
- 4 = 巴蘭德拉海灘
- 5 = 普拉亞阿瓜卡連特

許多大型國際汽車租賃公司和一些墨西哥當地公司都位於拉巴斯國際機場 (LAP)。





如果您需要任何東西，例如海灘、餐廳或購物建議，或者需要修復任何損壞的東西，或者需要另一瓶 5 加侖的水，**Hector** 是一位超級好的酒店經理，他會立即解決任何問題。他的英語非常好，所以沒有語言障礙。

需要提及的一件事是公寓單位有點舊。因此，如果您期望現代設計，那麼這裡可能不適合您。

此外，我們也遇到了其中一間浴室的淋浴排水管散發出霉味的問題。不幸的是，這是由管道問題引起的，必須每隔一天進行一次臨時修復。赫克托提出給我們另一套公寓，但由於這是一個小問題，我們沒有接受他。

由於您可以監督馬雷貢，因此您會注意到那邊發生的事情。如果您 12 月來，您會看到每隔幾天就會在馬雷貢 (Malecon) 舉行的聖誕遊行。

長話短說：這是拉巴斯一個非常好的住宿地點，我們會再住在這裡。

5. 拉巴斯 7 日行程

在這篇拉巴斯紫色旅遊指南中，我們為您提供了拉巴斯八天行程，向您介紹拉巴斯的最佳景點。您可以按原樣使用它，也可以根據您的興趣自訂它，優先考慮您最喜歡的目的地，並訪問您最喜歡的海灘一次或連續多天。

如果您沒有8天的時間，您可以縮短行程以滿足您的需求。以下是我們的建議：

- 基本的「品味拉巴斯」- 4 天：其中包括 1 天探索城市、1 天享受巴蘭德拉海灘和 1 天參觀聖埃斯皮里圖島，或根據季節，進行賞鯨之旅或與鯨鯊共遊
- 「深度潛水」- 5 至 7 天：這是大多數遊客的最佳選擇。它包括“品味拉巴斯”行程，並增加了前往 Aguas Termales Playa Agua Caliente El Sargento 和另外 1 或 2 個海灘的一日遊
- 「長住」- 8 天以上：此旅遊包括「深潛」行程，並在其他海灘上增加更多的海灘放鬆，或在巴蘭德拉海灘上增加一天

如果您可以在天堂度過更多時間，請查看以下兩個附加項目，以獲得更好的拉巴斯體驗。

這是行程：

<u>第一天</u>	<u>前往拉巴斯;購物</u>
<u>第二天</u>	<u>探索拉巴斯：<u>有雕像的馬雷貢與拉巴斯標誌</u>;<u>南加州藝術之家</u>;<u>梅爾卡多·弗朗西斯科·馬德羅</u>;<u>Jardín Velazco（憲法廣場）</u>;<u>拉巴斯大教堂（Catedral Nuestra Señora de La Paz）</u>;<u>南加州藝術博物館</u>;<u>ZXQLINK8Z南下加州人類學與歷史博物館</u></u>
<u>第三天</u>	上午： <u>Playa Balandra 和 El Hongo（蘑菇岩）</u> ； 下午： <u>埃爾特科洛特海灘</u>
<u>第4天</u>	上午： <u>凱曼西託海灘</u> ；下午：您選擇的海灘
<u>第五天</u>	<u>埃斯皮里圖聖島與海獅浮潛之旅</u>
<u>第六天</u>	<u>阿瓜斯特馬萊斯 Playa Agua Caliente El Sargento</u> ; <u>浮潛</u>
<u>第7天</u>	離開拉巴斯

我們推薦兩個附加元件：

<u>附加元件1</u>	一日遊：在普爾莫角附近的 <u>阿爾博利託海灘</u> 浮潛
<u>附加元件2</u>	一日遊：驅車前往托多斯桑托斯； <u>托多斯桑托斯自助徒步之旅</u> 下午： <u>普拉亞洛斯塞里托斯</u>

	日落之前： Playa las Tunas 放生海龜 （12 月至 3 月）如果您覺得在黑暗中開車返回拉巴斯很舒服；如果沒有，則跳過海龜放生或在托多斯桑托斯過夜
--	--

5.1 第一天：抵達拉巴斯

今天您將抵達拉巴斯，可以搭乘飛往拉巴斯機場的航班，也可以飛往洛斯卡沃斯並轉乘前往拉巴斯的航班，或駕駛租賃車前往拉巴斯的航班。您甚至可以搭乘遊輪來拉巴斯進行 1 或 2 天的遊覽，或從錫那羅亞搭乘渡輪。

5.1.1 抵達拉巴斯國際機場 (LAP)

您可以查看是否需要簽證[這裡](#)。

如果您到達拉巴斯機場，您可以搭乘優步或計程車進城，或租車。

機場設有 ATM 機。我的建議是從機場安全區域的 ATM 機取錢，因為這樣可以減少有人竄改機器的可能性。我們發現通常最好拒絕兌換率並讓您的銀行確定匯率。

如果您確定自己有數據訊號，那麼您甚至可以在旅行前鎖定您的 ATM 卡（現在許多卡都允許這樣做），然後在 ATM 機上使用之前透過銀行應用程式解鎖。拿到現金後，您可以使用銀行應用程式再次鎖定您的卡。

請務必遵守速度限制。不幸的是，墨西哥交警的薪水往往不高，因此有些警察會以荒謬的罪名瞄準那些所謂富有的外國佬，希望向他們勒索錢財。

另外，請注意當地道路，有時甚至城市地區的高速公路，都有減速帶（頂部）。如果您減速不夠，其中一些可能會損壞您的汽車。

5.1.2 去購物

如果您住在有廚房或小廚房的 Airbnb 或飯店（例如我們評測的[拉斯加維奧塔斯公寓飯店](#)），那麼您可能會想要儲備一些雜貨。或者您可能只想購買飲用水、其他飲料或零食。

由於您可能會租一輛車，因此您可以去大型超市購買您需要的任何東西。

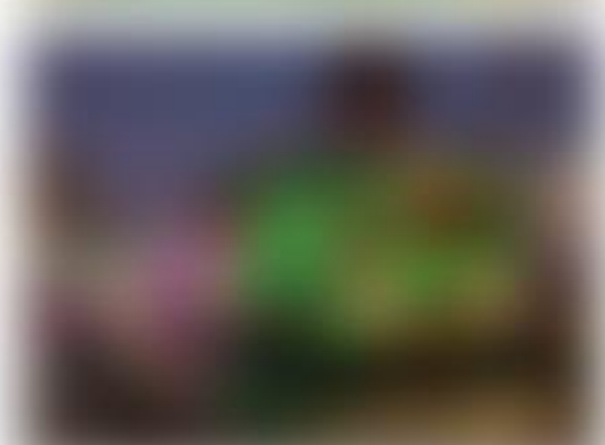
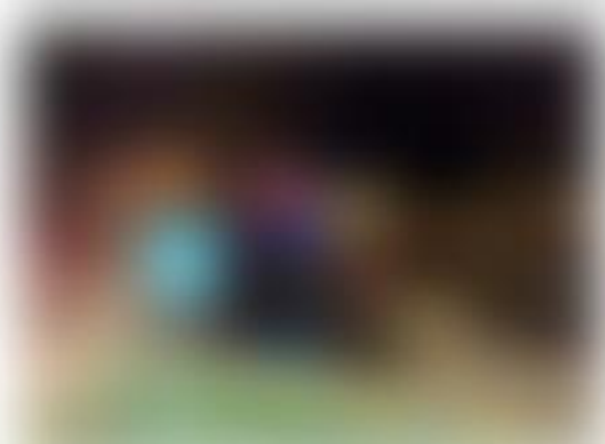
我們通常會去 Chedraui ([地圖](#))、沃爾瑪 ([地圖](#)) 或許多較小的 Aramburo 之一 ([地圖](#))。

Chedraui 就像墨西哥版的沃爾瑪和塔吉特——

我非常喜歡它，特別是因為他們有一個很棒的墨西哥糕點區。

1. The first image shows a person in a blue shirt and dark pants, possibly a police officer, standing next to a person in a light blue shirt and dark pants, who appears to be a suspect. They are in an outdoor setting, possibly a street or a parking lot.

2. The second image shows a person in a blue shirt and dark pants, possibly a police officer, standing next to a person in a light blue shirt and dark pants, who appears to be a suspect. They are in an outdoor setting, possibly a street or a parking lot.



R = [南加州藝術博物館 / 藝術博物館](#)

S = [南下加州地區博物館 / Museo Regional de Antropología e Historia de B.C.S](#)



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
CHICAGO, ILLINOIS 60637
TEL: 773-936-3100
WWW.CHICAGO.EDU



5.2.1.D 拉帕洛瑪·德拉巴斯/和平鴿

([地圖](#)、[評論](#))

拉巴斯的和平鴿雕像是和諧與希望的強大象徵。位於馬雷貢 (Malecon) 沿岸。這座宏偉的青銅雕塑體現了希望和寧靜的普遍訊息，與城市的和平氛圍產生了深刻的共鳴。

藝術家與遺產

「和平鴿」是著名墨西哥雕塑家胡安·索里亞諾的創作，他因其多產且具有影響力的作品而被譽為「繪畫界的莫札特」。索里亞諾於 2003 年完成了這座重要的雕塑，就在他去世前三年，使其成為他後來的傑作之一。

和平的象徵鴿子被普遍認為是和平、自由和愛的象徵，在拉巴斯 (=和平) 這座城市引起了特殊的共鳴。雕塑的特點是一隻驕傲的抽象鴿子棲息在一系列尖尖的、向上延伸的形狀上，所有形狀都放在一個圓形平台上。其動態的形式暗示著飛行和提升，傳達出一種持久的希望感。

與拉巴斯身份的聯繫

馬雷貢上「和平鴿」的出現強化了拉巴斯作為一個寧靜而熱情的目的地的身份。它提醒人們這座城市的同名及其對居民和自然環境和平存在的承諾。



5.2.1.E Explanada Malecon 與 Muelle Turístico、Reina Isabel II 紀念碑和 Obelisco a los Niños Héroes

濱海大道 (Explanada Malecon) / 馬雷貢濱海藝術中心 ([地圖](#),[評論](#))

Muelle Turístico / 觀光碼頭 ([地圖](#),[評論](#))

雷納伊莎貝爾二世 / 伊莉莎白二世紀念碑 ([地圖](#),[評論](#))

兒童英雄方尖碑 / 男孩英雄方尖碑 ([地圖](#))

拉巴斯充滿活力的心：Explanada Malecon 和旅遊碼頭

雖然整個海濱長廊令人賞心悅目，但有一段特別的路段體現了拉巴斯的公民自豪感、歷史深度和冒險精神的精髓：[濱海大道](#)，這裡是熙熙攘攘的 [Muelle Turístico（旅遊碼頭）](#)、[雷納伊莎貝爾二世紀念碑](#)和堅忍的 [Obelisco a los Niños Héroes（男孩英雄方尖碑）](#) 的所在地。

這個中心樞紐是這座城市真正充滿活力的地方，完美融合了文化、歷史，並且可以輕鬆前往「世界水族館」。

Explanada Malecon：城市生活的舞台

Explanada Malecon

不僅僅是一個廣闊的開放空間；它是海濱的主要廣場，是當地人和遊客的聚集點。這片廣闊的鋪砌區域用於：

- **公共活動：**從充滿活力的節慶和音樂會到公民儀式和遊行，Explanada 是拉巴斯全年許多社區慶祝活動的背景。聖誕節期間，這裡裝飾得非常漂亮。





THE FARMER'S DILEMMA
The farmer is faced with a choice between two options: to plant corn or to plant soybeans. The decision is based on the weather forecast, which predicts a high chance of rain in the coming weeks.

If the farmer chooses to plant corn, they will need to wait for the rain to fall. If the rain does not fall, the corn will not grow, and the farmer will lose their investment. On the other hand, if the farmer chooses to plant soybeans, they will not need to wait for the rain. Soybeans can grow in drier conditions, but they will still need some water to thrive.



The farmer must weigh the risks and benefits of each option carefully. The weather forecast is a key factor in their decision, but they must also consider their own resources and the needs of their family.

5.2.1.G 拉巴斯標誌 / Letras de La Paz

([地圖](#)、[評論](#))

當您繼續沿著風景秀麗的馬雷貢漫步時，您將看到拉巴斯最知名和標誌性的地標之一：拉巴斯標誌 (**Letras de La Paz**)。這些彩色字母拼出了「拉巴斯」這個名字，已成為每個遊客必看的拍照景點。這座引人注目的紀念碑為遊客提供了以美麗的科爾特斯海為背景拍攝難忘照片的機會。每個字母都經過藝術設計，具有鮮豔的色彩和當地圖案，反映了拉巴斯的多元文化、豐富的海洋生物和令人驚嘆的風景。

此標誌可作為家庭照片、自拍照和集體照的絕佳背景，讓您以標誌性的圖像讓您的訪問永垂不朽。由於 **Letras de La Paz** 標誌是遊客的熱門景點，有時您可能需要一段時間才能以它和拉巴斯灣為背景拍攝不受干擾的照片。

無論您是沿著馬雷貢漫步還是第一次參觀這座城市，這座紀念碑都提供了一個以豐富多彩的互動方式慶祝拉巴斯精神的機會。



1. The first step in the process of creating a new product is to identify a market need. This involves conducting market research to determine what consumers are looking for and what gaps exist in the current market.

2. Once a market need has been identified, the next step is to develop a concept for the new product. This involves brainstorming ideas and creating a prototype that demonstrates the key features and benefits of the product. The prototype is then used to test the concept with a small group of potential customers to gather feedback and make necessary adjustments.



詩意的聯繫：Reina del Mar 的詩歌和紀念碑

「Reina del Mar」地理位置優越，位於繁華的加州廣場內，毗鄰另一座紀念碑：詩書紀念碑。這件藝術品由國際社會基金會（ICF）慷慨捐贈，其崇高目的是促進世界和平。這件打開的青銅書雕塑上刻有莫妮卡·古鐵雷斯·德基 (Mónica Gutiérrez de Kiy) 的詩《Reina del Mar》。這首詩的詩句直接補充了雕像的主題，美麗地反映了海洋的溫柔力量及其與生命與和平的聯繫。



以下是紀念碑上刻有的完整詩篇的西班牙語及其英文翻譯：

瑪爾王后

莫妮卡·古鐵雷斯·德基伊

拉巴斯的土地

瑪爾王后沉默的政府

Protege su acuario – tesoro 不朽

藻類和鹽海海洋綠洲

y acoge en sus manos al pez que vendrá。

La Reina del Mar 觀察夜市

洛斯巴科斯 que llegan 洛斯巴科斯 que van

埃斯普馬和馬雷亞的進一步情況

完全沉默的新命令

que nadie corrompa, su mansión de ballenas,

que nadie se atreva a envenenar Sirenas

que separar de mañana recuerde la tierra

que se repite el milagro si la vida se crea.

- 然後，鑄造的金屬物體會經歷各種精加工過程，包括銼磨、研磨、打磨、拋光、焊接（如果多個部分分別鑄造）和應用銅綠（一種化學處理，以產生所需的表面顏色和紋理）。

失蠟工藝因其能夠再現極其精細的細節和複雜的形狀而受到讚譽，而其他鑄造方法很難或不可能實現這些細節和複雜的形狀。由於模具在此過程中被破壞，因此直接蠟模型中的每個鑄造物體都是獨一無二的，儘管最初的橡膠模具可以重複使用，為多個鑄件創建許多相同的蠟模型。

5.2.1.J 拉巴斯 Puerto de la Ilusion 與 La Perla de La Paz、El Faro 和 Escultura Alfonso Garcia Robles

拉巴斯 幻覺港 ([地圖](#),[評論](#))

拉巴斯珍珠島 ([地圖](#),[評論](#))

埃爾法魯德爾馬雷孔 ([地圖](#),[評論](#))

Escultura 阿方索·加西亞·羅伯斯 ([地圖](#)、[評論](#))

拉巴斯：Puerto de la Ilusión (Muelle Fiscal) – 南下加州海岸夢想起航的地方

Puerto de la Ilusión 有時也稱為 Muelle Fiscal。This pier is used by local boats that depart for snorkeling trips to Espíritu Santo Island, and on whale watching or diving excursions. 僅限持票乘客進入碼頭，限制區域外設有洗手間。



La Perla de La Paz：遺產重現

距離 Puerto de la Ilusión 活動中心僅幾步之遙，矗立著名為 La Perla de La Paz（拉巴斯之珠）的令人印象深刻的雕塑。這件藝術品由雕塑家奧克塔維奧·岡薩雷斯·古鐵雷斯 (Octavio González Gutiérrez) 於 2014 年創作，其特點是一顆巨大的不銹鋼珍珠從青銅牡蠣殼中浮現。這些材料的選擇是因為其耐用性和反光特性，使雕塑能夠反映周圍的海洋和天空，並無縫地融入沿海景觀。

這件藝術品精美地像徵著傳奇的珍珠產業，該產業在前殖民時期為拉巴斯帶來了巨大的名聲和財富，使其成為世界上一些最精美珍珠的全球中心。

幾個世紀以來，拉巴斯灣一直是珍珠貝養殖場的黃金地段，這裡收穫的珍珠以其尺寸和光澤而聞名，包括[英國王室皇冠](#)中使用的珍珠。這種歷史地位甚至激發了文學作品的靈感，其中最著名的是約翰·斯坦貝克 (John Steinbeck) 1947 年的經典中篇小說《珍珠》，它生動地描繪了墨西哥漁村珍珠貿易的魅力和社會影響。

該雕塑向這一豐富的遺產致敬，描繪了帶有珍珠的牡蠣，通常伴隨著喚起珍珠匠的辛勤工作和夢想的人物或元素。它作為拉巴斯過去的視覺橋樑，引發人們對其不朽遺產和科爾特斯海自然寶藏的思考。



El Faro del Malecon : 現代燈塔

距離拉佩爾拉德拉巴斯 (La Perla de La Paz) 僅幾英尺遠，矗立著引人注目的 El Faro del Malecon –

馬雷貢燈塔。雖然它不是歷史意義上的古老傳統燈塔，但它像徵著指引和希望，體現了這座城市與海洋的深厚連結。

其時尚的設計和雄偉的高度使其成為海濱備受喜愛的地標，也是遊客和當地人的熱門景點，為拍照提供了絕佳的有利位置，尤其是在神奇的拉巴斯日落期間。

燈塔體現了拉巴斯的現代精神——一個面向未來、同時擁抱海洋特色的城市。



紀念墨西哥唯一的諾貝爾和平獎得主阿方索·加西亞·羅伯斯

拉巴斯幻覺港入口附近矗立著阿方索·加西亞·羅伯斯學院 (Escultura Alfonso García Robles)，其中包括諾貝爾獎得主的青銅雕像、一把青銅椅子和一張青銅桌子，展示了他在接受諾貝爾獎時的演講。這座紀念碑於 2019 年 10 月落成，旨在紀念墨西哥律師和外交官，他是唯一一位榮獲諾貝爾和平獎（1982 年）的墨西哥人。加西亞·羅伯斯因其推動核裁軍的努力而聞名，他在《特拉特洛爾科條約》的製定中發揮了關鍵作用，該條約在拉丁美洲建立了無核區。這座紀念碑有力地提醒人們注意他的全球影響力和拉巴斯對和平的奉獻。

雕塑上的牌匾明確詳細介紹了他的傑出貢獻：

‘律師和外交官。1982 年諾貝爾和平獎（諾貝爾演講）得主。唯一獲此殊榮的墨西哥人。1911 年 3 月 20 日出生於米卻肯州薩莫拉市，1991 年 9 月 2 日逝世於墨西哥城。加西亞·羅伯斯是《拉丁美洲和加勒比地區禁止核武條約》（又稱《特拉特洛爾科協定》）的締造者，該條約於 1969 年生效。在他的構想中，他知道如何將外交智慧、堅定的原則和對自決的尊重與廣闊的未來願景結合起來。

幾年前，由於在古巴安裝飛彈，人類正處於核戰的邊緣。加西亞·羅伯斯家族的貢獻使我們今天能夠保證拉丁美洲沒有核武。享受寧靜，但也自豪地記住，這要歸功於墨西哥人的才華。

加西亞·羅伯斯曾擔任墨西哥駐聯合國聯盟外交部長和大使，是世界裁軍政策的主角中心。

這條木板路（Malecon）是拉巴斯的一個和平之地，這座城市向這位傑出的墨西哥人表達了當之無愧的敬意。

2019 年 10 月’



5.2.1.K Andador Ignacio Bañuelos Cabezud 與 Caracoles Musicos 和 Tortugas 雕像

安達多·伊格納西奧·巴努埃洛斯·卡貝祖德 ([地圖](#)、[評論](#))

Caracoles Musicos ([地圖](#),[評論](#))

海龜雕像 ([地圖](#),[評論](#))

[拉巴斯 幻覺港](#)的街對面是 Andador Ignacio Bañuelos Cabezud 步行街。這條專用步道以當地著名人物伊格納西奧·巴努埃洛斯·卡貝祖德 (Ignacio Bañuelos Cabezud) 的名字命名，他主要以記者和教授身份聞名。他是一位好鬥的記者，也是拉巴斯報紙《El Eco de California》的創始人。卡貝祖德也曾擔任政府員工。

他出生於哈利斯科州阿梅卡，1959 年 2 月 6 日逝世於不列顛哥倫比亞省拉巴斯。

為了紀念他，設立了“Ignacio Bañuelos Cabezud”新聞獎章，以表彰傑出的記者。

當您走過以他的名字命名的步道時，您會遇到兩座紀念碑：奇特的 Caracoles Músicos 和較小的 Tortugas 雕像，每個雕像都為拉巴斯的露天畫廊增添了獨特的特色。

Andador Ignacio Bañuelos Cabezud 是復興後的拉巴斯馬雷孔 (La Paz Malecon) 不可或缺的一部分，專門為提供更親密的行人體驗而設計。該區域曾經是舊街道佈局的一部分，為紀念伊格納西奧·巴努埃洛斯·卡貝祖德 (Ignacio Bañuelos Cabezud) 而正式命名。雖然近幾十年來，馬雷貢 (Malecon) 不斷進行的改進和步行友好型基礎設施建設一直是其中的一部分（2010 年代末進行了重大升級），但「Andador」本身也代表著一種刻意的努力，旨在為散步、沉思和欣賞眾多藝術作品創造寧靜的空間。



Caracoles Músicos : 和諧的海貝殼

Andador Ignacio Bañuelos Cabezud 的一大亮點是名為 Caracoles Músicos（音樂蝸牛或海螺殼）的迷人雕塑群。這件異想天開且備受喜愛的藝術品是著名雕塑家吉列爾莫·戈麥斯·馬西亞斯 (Guillermo Gómez Macías) 的創作，他還向拉巴斯贈送了標誌性的 Tiburón Ballena 紀念碑。Caracoles Músicos 於 2006 年安裝，為 Malecon 的藝術收藏增添了俏皮而深刻的色彩。這些雕塑由三個截然不同的青銅人物組成，巧妙地將大型海螺的形狀與人形元素融為一體，似乎在演奏樂器或發出和諧的聲音。它們是「海洋音樂」的迷人寓言，喚起海洋發出的各種聲音和節奏——從海浪輕柔的拍打聲到海洋生物的叫聲。這件富有想像的藝術品鼓勵遊客更仔細地聆聽周圍的環境，欣賞科爾特斯海充滿活力的交響樂。Caracoles Músicos 是一個熱門的拍照地點，捕捉拉巴斯獨特的藝術精神。



海龜雕像：海洋生物的慶典

當您從馬雷貢 (Malecon) 過來時，幾乎隱藏在 Andador Ignacio Bañuelos Cabezud 的左手邊，您會遇到美麗的 Tortugas

雕像（海龜雕像）。這座青銅雕塑描繪了幾隻海龜在珊瑚狀結構中優雅地航行，是對拉巴斯周圍海域令人難以置信的海洋生物多樣性的致敬。這件特定的作品由藝術家 Alonso Delgadillo 創作，並於 2017 年安裝。

海龜是科爾特斯海生態系統的重要組成部分，拉巴斯積極參與各種保育工作，以保護這些巨大且經常瀕臨滅絕的生物。托爾圖加斯雕像不斷在視覺上提醒這些古代水手，邀請遊客欣賞科爾特斯海的多樣化生活，並鼓勵人們繼續支持海洋保護。



5.2.1.L Escultura Cristo del Caracol / 雕塑基督與蝸牛

([地圖](#)、[評論](#))

沿著馬雷貢 (Malecon) 往下走，您會看到 Escultura Cristo del Caracol (貝殼基督雕像)。這座雕像從海灣深處到背後馬雷貢的顯眼位置，經歷了一段非凡的旅程。

從深處到岸邊的旅程：雕塑的起源

Escultura Cristo del Caracol 是青銅雕塑，由雕塑家 María Eugenia Sánchez Cuevas 創作。這座雕塑最初是出於一種冒險精神而構思的，於 1996 年首次被淹沒在[巴蘭德拉灣](#)寧靜的水域之下。其最初的目的是激發和愉悅水肺潛水員和浮潛者探索科爾特斯海豐富的生物多樣性。它位於水下的位置使其成為海洋景觀中獨特的一部分，在海浪下遇到它的人們之間培養了一種驚奇感和精神聯繫，就好像基督本人在註視著海洋的居民一樣。

認識到其巨大的藝術和文化意義，並使其強大的信息為更廣泛的觀眾所接受，該雕塑於 1998

年左右被搬遷至馬雷貢。這一舉動將其從獨特的水下奇蹟轉變為供所有人欣賞的公共燈塔。

全球共鳴：跨越海洋的精神燈塔

「Jesús del Caracol」的影響力和象徵意義遠遠超出了拉巴斯海岸。為了證明其普遍吸引力，人們於 1997 年在哥斯達黎加科科斯島海岸製作了雕塑的複製品並淹沒在水中。然而，這些雕像與墨西哥伊斯塔帕-錫瓦塔塔內霍拉斯加塔斯海灘的「被淹沒的基督」或「萬王之王」雕像無關。



5.2.1.M El Viejo y El Mar / 老人與海

([地圖](#)、[評論](#))

拉巴斯馬雷孔 (La Paz Malecon) 上的文學與航海傑作

我們將參觀的最後一個紀念碑是“El Viejo y El

Mar”（老人與海）雕像。它是一個特別令人回味的地標，直接從歐內斯特·海明威的標誌性小說中汲取靈感，並與拉巴斯豐富的漁業傳統和不屈不撓的精神產生了深刻的共鳴。

吉列爾莫·戈麥斯·馬祖向毅力致敬的銅獎

「El Viejo y El Mar」雕塑是受人尊敬的藝術家 Guillermo Gómez Mazú 的創作，他為 Malecon 貢獻了幾件重要的作品，包括「Tiburón Ballena」和「Caracoles Músicos」。這件特別的作品於 2004 年安裝，很快就成為深受人們喜愛的沉思和願望的象徵。

這座青銅雕塑描繪了一位年長的水手，明顯戴著水手帽，坐在一艘風格優雅的紙船上，若有所思地凝視著地平線。這幅圖像完美地捕捉了安靜反思的時刻以及與大海的深厚連結。藝術家 Guillermo Gómez Macías 從與納亞里特州布塞里亞斯 (Bucerías) 一位名叫唐·何塞 (Don José) 的老漁夫的個人邂逅中獲得了深刻的靈感。儘管多次嘗試，戈麥斯還是無法購買唐·何塞珍愛的木船，這一經歷深刻地凸顯了個人與船隻和海洋之間形成的深厚的、幾乎是精神上的聯繫。這種個人敘述，加上對歐內斯特·海明威永恆的中篇小說《老人與海》的暗示，為這座雕塑賦予了豐富的層次意義，講述了堅韌、希望的持久精神，以及人類對意義的永恆追求，這些精神定義了水上生活。

超越小說：一個普遍的訊息

雖然這座雕塑的標題明確地讓人想起歐內斯特·海明威的經典小說，但它的視覺敘事——尤其是突出的紙船和沈思的目光——

引發了更廣泛的解讀。它講述了人類對旅行的思考、對遙遠海岸的夢想以及與個人願望和抱負的深刻聯繫的普遍經驗。在拉巴斯這座與海洋有著深厚關係的城市，這座雕像引起了特別的共鳴，向那些滿懷希望凝視地平線並隨身攜帶夢想（他們的「紙船」）的人們致敬。它歌頌了海洋所代表的平靜的力量和無限的可能性。

詩意的銘文：窺探藝術家的靈魂

雕塑旁的銘牌為這件已經令人回味的藝術品增添了另一層深刻的詮釋。這塊牌匾上有一首詩，也名為“El viejo y el mar？”，由雕塑家吉列爾莫·戈麥斯·馬祖 (Guillermo Gómez Mazú)

親自撰寫。藝術家的個人反思進一步加深了實體雕塑與其探索的主題之間的聯繫，模糊了藝術、文學和人類精神之旅之間的界限。

這是紀念碑上刻的完整詩作：

El viejo y el mar？



5.2.1.N Casa del Artesano Sudcaliforniano / 南下加州工匠之家

([地圖](#)、[評論](#))

Casa del Artesano Sudcaliforniano (南下加州工匠之家) 位於馬雷貢 (Malecon) 的 Paseo Alvaro Obregon

街對面。該機構設有工匠合作社和民間協會，致力於推廣當地手工藝，讓遊客真實而親密地了解該地區多樣化的傳統藝術和手工藝。它和周圍的街頭小販是當地藝術家和遊客尋找真正的手工珍品的中心。

區域藝術和工匠支持的展示

Casa del Artesano Sudcaliforniano

是一個致力於保護和推廣當地手工藝的民間協會，作為一個集中平台，匯集了來自該州各個角落的才華橫溢的工匠，從北部偏遠的巴伊亞托爾圖加斯到南部洛斯卡沃斯的熱門度假勝地。該合作社以寄售方式運營，這種模式使工匠能夠以最低的管理成本展示和銷售自己的作品，從而使工匠受益匪淺。這項至關重要的支持直接促進了當地經濟的發展，確保了藝術家的公平報酬，並在保護可能消失的傳統藝術形式方面發揮著至關重要的作用。

參觀 Casa

的遊客可以期待找到一系列多樣化、高品質的手工藝品，每一件都證明了工匠的技能、耐心以及與環境的聯繫：

- **木製工藝品：**這些獨特的作品採用各種當地木材製成，包括喬拉木、卡東木、火龍木、鐵木、帕洛奇諾木、帕羅塔木和豆科灌木，這些獨特的作品從複雜雕刻的裝飾物品到功能性家具，展示了下加利福尼亞州景觀的自然美景和韌性。
- **黏土陶器：**儘管在乾旱地區，這種材料具有挑戰性，但當地工匠仍能製作出獨特的黏土作品。這些作品通常採用樸實的色調和設計，深刻反映了該地區的土著遺產和當代文化特徵。
- **棕櫚編織和貝殼首飾：**工匠利用南下加利福尼亞州令人驚嘆的海岸線的豐富資源，用各種形狀、顏色和紋理的貝殼精心製作出複雜的珠寶。除此之外，由當地棕櫚纖維製成的精緻而堅固的編織品捕捉了沿海環境的精髓。

該系列的絕大多數產品均採用傳統技術製成，其中許多產品採用源自當地植物和礦物的天然顏色進行染色。這項承諾確保每件作品不僅真正代表南加州傳統，而且具有環保意識。

Project: The Great Wall of China



5.2.1.O 梅爾卡多·弗朗西斯科·馬德羅

([地圖](#)、[評論](#))

對於想要真正體驗拉巴斯當地生活和美食的遊客來說， 弗朗西斯科一世馬德羅市場 (Mercado Francisco I. Madero) 是必去之地。這個熙熙攘攘的市政市場不僅僅是一個購物場所，也是一個購物場所。這是一個充滿活力的中心，拉巴斯的心臟跳動著，為您提供沉浸式的城市風味和手工藝遺產體驗。

植根於社區的豐富歷史：

弗朗西斯科·馬德羅市場 (Mercado Francisco I. Madero) 成立於 1970 年，取代了 1932 年存在的同名市場，最初是由共濟會分會捐贈的，條件是它帶有總統弗朗西斯科·馬德羅 (Francisco I. Madero) 的名字。

目前的建築是為了更好地服務不斷增長的人口而建造的，並於 1970 年 11 月在 Lic 政府的領導下正式竣工並啟用。雨果·塞萬提斯·德爾·裡奧，投資2,634,000墨西哥比索。

潛入一個充滿視覺、聲音和風味的世界：

走进马德罗市场，准备好被万花筒般的色彩、香气和热闹的交谈所包围。這個中央市場提供各種各樣的商品，是購買日常用品和獨特紀念品的理想場所。

- **美食佳餚：**美食愛好者將來到天堂。市場擁有豐富的傳統美食選擇，設有眾多攤位，提供新鮮農產品、海鮮、肉類和家禽。您會發現從新鮮水果和蔬菜到科爾特斯海的新鮮漁獲的一切。不要错过在市场美食广场品尝正宗墨西哥菜肴的机会，每一口都充满当地风味。
- **手工珍品：**除了美食之外，Mercado Madero 也是探索當地工藝品和商品的好地方。瀏覽攤位上擺滿了服裝、鞋子、配件和各種紀念品，體現了拉巴斯的藝術精神。有些供應商本身就是工匠，讓您可以直接與創作者聯繫，並將南下加利福尼亞州真正獨特的作品帶回家。尋找刺繡洋裝、草籃、皮革製品和傳統印花—您旅行的完美紀念品。
- **當地生活一瞥：**弗朗西斯科一世馬德羅市場不僅是一個零售空間，也是社區的重要聚會點。觀察當地人的日常生活，討價還價，並與鄰居交流。這種真實的氛圍讓您真正了解拉巴斯的節奏，使其成為豐富的文化體驗。

規劃您的造訪：

Mercado Francisco I. Madero 的營業時間通常為每天上午 6:00 至下午

3:00，但可能會隨季節變化。早上抵達通常可以提供最新鮮的農產品和更熱鬧的氛圍。

我們總是喜歡在 Mercado

停下來吃午餐。您可以以比迎合遊客的標準餐廳低得多的價格享用優質正宗的墨西哥美食。



5.2.1.P 貝拉斯科花園 / 憲法廣場

([地圖](#)、[評論](#))

Jardín Velasco 坐落在拉巴斯的歷史中心，是歷史、文化和日常生活完美交織的地方。

歷史遺產：

Jardín Velasco 的起源可以追溯到 1876

年開始建造。它的命名是為了紀念馬克西莫·貝拉斯科 (Máximo

Velasco)，一位重要的軍事人物和該地區的州長，他在 1862 年 5 月 5

日普埃布拉對抗法軍的戰役中發揮了重要作用，為他贏得了民族英雄的地位。儘管在 20 世紀 60

年代的一段時間內，它曾短暫更名為憲法廣場，但持久的當地傳統確保了人們喜愛的名字 “Jardín Velasco” 的盛行。

主要景點及其起源：

與往常一樣，墨西哥中央廣場 (Mexican Central Plazas) 的攤位位於 Jardín Velasco

的中心。該建築於 1899 年安裝，最初由木材建造，成本約為 208.44

美元（墨西哥比索，在當時是一筆巨款）。該亭被認為是公共娛樂的焦點，舉辦管弦樂和舞蹈，將花園變成一個充滿活力的社交中心，特別是在馬雷貢成為當今流行的聚會場所之前。

然而，吸引大多數遊客的特色是色彩繽紛的拉巴斯標誌。與[馬雷貢 \(Malecon\) 上的拉巴斯標誌](#)一樣，每個字母都繪製精美，重點關注城市的眾多方面之一。

我們接下來的兩個目的地位於廣場的東邊和西邊：

- [拉巴斯聖母大教堂 / 拉巴斯大教堂](#)
- [南加州藝術博物館 / 藝術博物館](#)



5.2.1.Q Catedral Nuestra Señora de La Paz / 拉巴斯大教堂

([地圖](#)、[評論](#))

和平聖母大教堂位於拉巴斯歷史悠久的市中心，毗鄰迷人的貝拉斯科花園，是南下加利福尼亞州拉巴斯持久信仰和豐富歷史的見證。

信仰與建設的遺產：

目前的大教堂的歷史始於 19 世紀下半葉，其建築大部分在 1861 年至 1865 年之間進行。這座教堂是在胡安·弗朗西斯科·埃斯卡蘭特·伊·莫雷諾 (Juan Francisco Escalante y Moreno) 主教的命令下建造的，位於 1720 年 Nuestra Señora del Pilar de La Paz de Airapí 最初的耶穌會傳教區成立的地點。

大教堂的建築風格以新古典主義為主，外觀樸素，立面簡潔優雅，有雙塔。這種風格從古典希臘和羅馬建築中汲取靈感，在 19

世紀很流行，在整個西班牙帝國的許多教堂中都能看到。雖然最初的建設於 19 世紀中葉完成，但兩座側塔等元素於 1910 年和 1920 年開放，進一步鞏固了其標誌性輪廓。

聖牆內：

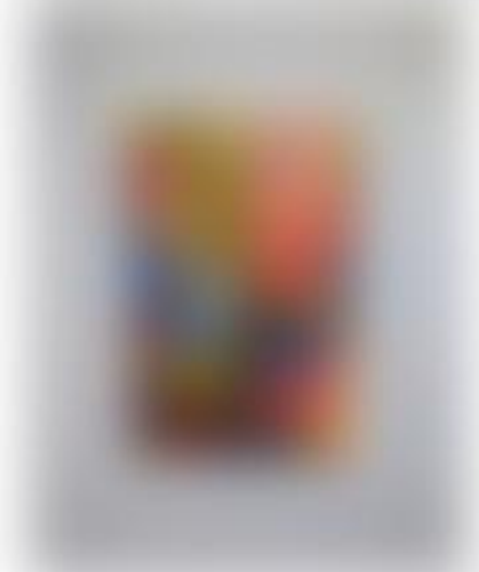
走進拉巴斯聖母大教堂，您會發現其內部寧靜且歷史悠久，與其簡樸的外觀形成鮮明對比。

- **巴洛克祭壇畫：**大教堂內最引人注目的特色之一是其美麗的巴洛克祭壇畫。這些錯綜複雜、華麗的作品可追溯到 18 世紀，最初並不是為這座大教堂製作的。它們是從下加利福尼亞州其他已被遺棄或淪為廢墟的較古老的傳教所帶來的，從而保留了該地區殖民藝術遺產的重要組成部分。其細緻的工藝和金色的裝飾與建築的新古典主義線條形成了令人驚嘆的視覺對比。
- **建築細節：**花點時間欣賞室內的微妙細節、高高的天花板以及光線透過窗戶的方式。設計反映了建造和裝飾它的工匠的奉獻精神和藝術性。

參觀大教堂：

大教堂通常每天對遊客開放，免費入場，但我們始終感謝捐款以幫助其維護。













您的拉巴斯自助徒步之旅到此結束。

5.3 第 3 天：遊覽拉巴斯海灘：Balandra 海灘和 Tecolote 海灘

今天是您的第一個海灘日！我們將從[巴蘭德拉海灘](#)開始新的一天，這個海灘被許多人認為是拉巴斯之旅的亮點。由於巴蘭德拉海灘非常受歡迎，因此僅限前 450 名遊客入場。

我們將在附近的[特科洛特海灘](#)度過下午。

如果您到達[巴蘭德拉海灘](#)時，由於海灘已滿員而被拒絕進入，請從[特科洛特海灘](#)開始，下午參觀巴蘭德拉海灘。

5.3.1 Playa Balandra 與 El Hongo（蘑菇岩）

（[地圖](#)、[評論](#)）

當想像典型的南下加利福尼亞州海灘時，巴蘭德拉海灘的形象立即浮現在腦海中。這個令人驚嘆的天然海灣位於拉巴斯以北 30 分鐘，即約 27 公里（17 英里）處，一直被評為墨西哥最美麗的海灘之一，以其令人難以置信的平靜、淺碧綠的海水以及奇特的“蘑菇岩”構造（當地稱為 El Hongo）而聞名。

El Hongo：大自然的傑作，經過時間（和遊客）的考驗

標誌性的 El Hongo

不是人造景點，而是自然力量的非凡證明。這種獨特的蘑菇狀岩層是數百萬年差異侵蝕的結果。風、海浪和雨水的不斷作用塑造了這個奇特的形象。岩石的上部更能抵抗侵蝕，基本上保持完整，而較軟的底部逐漸磨損，形成獨特的“莖”和“帽”，就像從水中冒出來的巨大蘑菇。

它已成為拉巴斯和半島自然美景的重要象徵。然而，它的流行也導致了不幸的事件。

1989年，一名遊客爬上了脆弱的岩層，導致其頂部斷裂。這一破壞行為引發了公憤，並於 1993

年開始了長期的修復工作。工程師和當局煞費苦心地加固主幹，並將這塊重達數噸的岩石抬回原位，證明了社區致力於保護這個自然標誌的決心。儘管做出了這些努力，岩石仍然脆弱，對其穩定性的持續擔憂意味著嚴格禁止攀爬 El Hongo，以保護其脆弱的結構並確保其為子孫後代長壽。

受保護的自然仙境：

巴蘭德拉海灘 (Playa Balandra) 的非凡美景和生態意義使其於 2012

年被指定為動植物保護區。這一重要的保護地位確保了其脆弱的生態系統的保護，其中不僅包括原始海灘和獨特的岩層，還包括重要的紅樹林系統。這些堅韌的樹木是海洋生物的苗圃，為眾多鳥類提供棲息地，並在防止侵蝕和過濾水方面發揮關鍵作用。劃皮划艇或槳板探索紅樹林是體驗海灣這一重要部分的獨特方式。

體驗巴蘭德拉：遊覽小貼士

由於其巨大的受歡迎程度和受保護的地位，參觀巴蘭德拉海灘有具體的指南，以確保其得到保護並為每個人帶來愉快的體驗：

THE
JOURNAL
OF
THE
ROYAL
ANTHROPOLOGICAL
INSTITUTE
OF GREAT
BRITAIN
AND IRELAND
PART I
1901

—



Figure 1. A person in a blue shirt and yellow pants, possibly a child, standing in a field with green grass and a blue sky in the background.



Figure 2. A person in a blue shirt and yellow pants, possibly a child, standing in a field with green grass and a blue sky in the background.



THE HISTORY OF THE



THE HISTORY OF THE
THE HISTORY OF THE
THE HISTORY OF THE



通往米拉多爾 (Balandra Bay Vista Points) 的 Sendero Norte 步道 (2) 是一條短而陡的步道，從右側入口門後不久開始。停好車，然後從停車場步行前往。建議穿運動鞋或其他緊身鞋。雖然不少人穿著拖鞋前往第一個觀景點，但請注意，這很危險。

在第一個觀景點之後，小路變得非常狹窄，除了緊身鞋之外穿任何東西都可能發生事故。





Figure 1. The study area, showing the location of the study site (indicated by a red dot) relative to the surrounding landscape.





5.3.2 普拉亞埃爾特科洛特

([地圖](#)、[評論](#))

巴蘭德拉海灘 (Playa Balandra)

因其碧綠的海水和標誌性的蘑菇岩而成為各大媒體的頭條新聞，而從拉巴斯 (La Paz) 沿著沿海高速公路向北行駛 0.9 英里 (1.4 公里) 處，便是埃爾特科洛特海灘 (Playa El Tecolote)，這是一片熙熙攘攘、充滿活力的海灘，可為您提供卓越的體驗。El Tecolote 以其廣闊的沙灘、多樣化的活動和一流的當地餐廳而聞名，是一個美麗的海灘，在這裡您可以輕鬆找到遠離其他人群的地方。

從海灘上可以看到的北面的島嶼是[聖埃斯皮里圖島](#)，我們將在兩天內參觀。

適合所有人的海灘：

Playa El Tecolote 擁有綿長 2.1 公里 (1.3

英里) 的白色沙灘，為放鬆和玩耍提供了充足的空間。這裡的水通常清澈平靜，非常適合游泳，特別是有孩子的家庭。但如果刮風，水就會變得混濁，海浪會讓游泳變得困難。

活動豐富：

El Tecolote 是水上運動愛好者的好去處。海灘上您會發現許多供應商和租賃店，提供：

- 皮划艇和立式槳板 (SUP)：滑過寧靜的水域，探索海岸線，欣賞海灣的寧靜之美。
- 水上摩托車和香蕉船：對於那些尋求刺激的人來說，這些選擇可以提供驚心動魄的水上樂趣。
- 浮潛：海底是沙質，因此不會吸引色彩繽紛的魚類，但海灘兩端的岩石區域可以浮潛，特別是西端。帶上自己的裝備或在現場租用。
- 鯨鯊觀賞和聖埃斯皮里圖島之旅：El Tecolote 的一些當地營運商提供前往附近景點的乘船之旅。在鯨鯊季節（大約十月至四月），您可以預訂與這些溫柔的龐然大物一起游泳的旅程。一些前往聯合國教科文組織世界遺產聖埃斯皮里圖島的旅遊團也從這裡出發，您有機會與海獅一起浮潛並探索原始海灣。
- 海灘漫步和放鬆：對於那些喜歡更悠閒體驗的人來說，長長的沙灘非常適合悠閒漫步、日光浴，或者簡單地沉浸在科爾特斯海的壯麗景色中，聖埃斯皮里圖島經常出現在地平線上。

餐飲與設施：

El Tecolote

的主要吸引力之一是其精選的質樸海濱餐廳和草棚遮蔭的餐廳。我們真的很喜歡這裡的食物和氛圍，當我們在這個地區時，我們會來這裡在海灘上用餐。

這些休閒場所提供極其新鮮的海鮮、傳統的墨西哥菜餚以及清涼飲料和美味雞尾酒。您可以將腳趾埋在沙子裡，一邊享受美味佳餚，一邊欣賞熱鬧的當地音樂。我們去過的所有餐

廳都接受信用卡。小販也在海灘上漫步，提供小吃、飲料、帽子和紀念品。

El Tecolote飯店的其他便利設施包括：

- 草棚（遮陽小屋）：一些餐廳為顧客提供免費的草棚或日光浴躺椅，但明智的做法是早點到達以獲得一張草棚，尤其是在繁忙的周末。帶上自己的雨傘或海灘帳篷總是一個好主意。
- 衛生間和淋浴：提供按次付費的設施。
- 停車：有充足的免費停車位。
- 露營：對於喜歡冒險的人來說，El Tecolote是該地區為數不多的允許免費海灘露營的海灘之一，您可能會看到海灘附近停著幾輛房車或露營車。

入場和停車免費；沒有容量限制。

Playa El Tecolote 照片





Playa El Tecolote 西端的岩石浮潜照片



5.4 第 4 天：參觀更多拉巴斯海灘：Playa El Caimancito 和您選擇的海灘

今天是你的第二個海灘日！我們將從[凱曼西託海灘](#)開始新的一天，這是距離拉巴斯最近的海灘之一。與我們昨天參觀的長長的鄉村海灘不同，Playa El Caimancito 海灘較短，並且直接背靠酒店和其他建築物。

距離城鎮最近的海灘是 Playa El Coromuel ([地圖](#)、[評論](#)) ——它比 Playa El Caimancito 距離拉茲巴斯約 1.1 公里 (0.7 英里)。两个海滩有些相似，但 Playa El Coromuel 较小，浮潜稍差一些。因此，我們不在本次行程中涵蓋它。不過下午可以去看看。

否則，我們的建議是下午花更多時間在[凱曼西託海灘](#)、[巴蘭德拉海灘](#)或[特科洛特海灘](#)。

5.4.1 普拉亞埃爾凱曼西托

([地圖](#)、[評論](#))

Playa El Caimancito 位於[拉巴斯標誌](#)以北約 5.6 公里（3.5 英里）處，是尋求安靜、輕鬆沿海體驗的當地居民和遊客的最愛。這個海灘經常用於舉辦婚禮和拍照。

海灘設有大型有人看守的停車場—停車免費，免費進入海灘。

海灘和停車場的開放時間為上午 8 點至晚上 7 點。

一顆安靜的寶石，有個有趣的名字：

Playa El Caimancito

的意思是“小凱門鱷海灘”，據報道，該海灘的名字來自沿海岸線發現的岩層，只要發揮一點想像力，這些岩層就很像鱷魚或凱門鱷。與其他巴哈海灘的一些更引人注目的地質特徵不同，El Caimancito

的魅力在於其溫柔、低調的美麗和平靜的風度。它是一種自然形態，由風和水的力量雕刻而成，幾千年來塑造了整個海岸線。

放鬆和溫和水上運動的理想選擇：

El Caimancito

的顯著特徵是其平靜、清澈且淺的水域。這裡坐落在受保護的海灣內，海浪通常非常溫和，使其成為以下活動的理想場所：

- **游泳：**適合所有年齡段，尤其是有小孩的家庭，他們可以安全地涉水並享受迷人的碧綠大海。
- **浮潛：**有一些浮潛。請參閱下文以了解更多詳情。
- **皮划艇和站立式槳板運動：**可透過附近的度假村和獨立供應商租賃設備。
- **日光浴和放鬆：**柔軟的白色沙子非常適合鋪上毛巾，享受巴哈的陽光。整體氛圍很平靜，是一個放鬆地看书或只是享受寧靜的大海聲音的好地方。有幾個大草棚，但沒有其他樹蔭。





碼頭南牆和海灘北端牆以南都有浮潛。



海灘南端的圍牆能見度接近零，因此不適合浮潛。但如果你沿著南牆走到盡頭，你會看到一些大部分被淹沒在深水幾英尺的岩石。有天然和人工礁石，浮潛還不錯。



5.5 第 5 天：聖艾斯皮里圖島與海獅浮潛之旅

今天我們就帶著[導遊](#)來探索一下[聖埃斯皮里圖島和與海獅一起浮潛](#)。

聖埃斯皮里圖島是聯合國教科文組織世界遺產，只有獲得許可的旅行社才能參觀。

聖埃斯皮里圖島：世界遺產寶藏

聖埃斯皮里圖島及其周邊小島是加州灣較大島嶼和保護區的一部分，被聯合國教科文組織列為世界遺產，因其非凡的生物多樣性和生態意義而被指定。

該島的受保護地位是致力於保護工作的結果。20 世紀 90 年代，包括 Baja Expeditions 創始人 **Tim Means** 在內的激進分子聯盟致力於收購該島的部分地區，以阻止大規模的度假村開發。他們的努力在墨西哥和國際資助者的支持下，將聖埃斯皮里圖島捐贈給國家，確保其受到保護。





THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS



THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS





1. The first image shows a close-up of a person's face, looking down, with a blurred background.



2. The second image shows a person's face, looking up, with a blurred background.













警告：沙子和/或水可能非常熱，因此建議行走或挖掘時務必小心。我是認真的：在某些地區，水會變得非常熱，會燙傷你！請務必先將腳趾短暫地（！）伸入水中來測試溫度。

還有另一個[紐西蘭哈海的熱水海灘](#)，但 Aguas Termales Playa Agua Caliente El Sargento 的水比紐西蘭的水更熱。

要找到熱水區，請開車前往緊鄰海灘的停車場（[地圖](#)）。理想情況下，您將到達漲潮和退潮之間的中間位置（[潮汐日曆 1](#)、[潮汐日曆 2](#)）。不要在漲潮時或接近漲潮時前來，因為所有炎熱區域都會被水覆蓋。如果距離退潮太近，那麼泳池要么根本沒有水，要么池裡的水太熱而無法觸摸。

沙子和水很熱的地方都覆蓋著石頭。因此，並且由於某些地區的地面和水非常熱，我們強烈建議您穿水鞋。無需像其他熱水海灘那樣挖洞。

最好的區域是從停車場直接往下到水邊，再往右一點。就在石頭覆蓋的區域開始的地方。如果你仔細觀察，你會發現以前的遊客已經用石頭建造了幾個小水池。這是一個好的開始，但不要就此結束。探索附近地區，您會發現更多熱點。隨著時間的推移，熱點會發生移動，因此並不是所有的小池都會變得很熱。



P = 停車場

你來去的方向

有熱點的區域



THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS
50 EAST LEXINGTON AVENUE
NEW YORK, N.Y. 10017-2453

CHICAGO, ILLINOIS 60607-7099
TEL: (773) 707-5500 FAX: (773) 707-0838



THE HISTORY OF THE WORLD







Abstract painting by [illegible]



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
DEPARTMENT OF GEOGRAPHY
GEOGRAPHY 501: THE HISTORY OF GEOGRAPHY
LECTURE 1: THE HISTORY OF GEOGRAPHY

THE HISTORY OF GEOGRAPHY
THE HISTORY OF GEOGRAPHY
THE HISTORY OF GEOGRAPHY

THE HISTORY OF GEOGRAPHY
THE HISTORY OF GEOGRAPHY

THE HISTORY OF GEOGRAPHY
THE HISTORY OF GEOGRAPHY





THESE RESULTS INDICATE THAT THE
EFFECT OF THE TREATMENT IS
SIGNIFICANTLY DIFFERENT FROM
THE CONTROL GROUP.





THESE ARE THE RESULTS OF THE ANALYSIS OF THE DATA. THE RESULTS ARE PRESENTED IN THE FORM OF A TABLE. THE TABLE IS DIVIDED INTO TWO PARTS. THE FIRST PART CONTAINS THE RESULTS OF THE ANALYSIS OF THE DATA. THE SECOND PART CONTAINS THE RESULTS OF THE ANALYSIS OF THE DATA.

5.8 附加元件 2：探索 Playa las Tunas 的 Todos Santos 和 Turtle 版本

托多斯桑托斯位於拉巴斯以南約 1 小時車程，是熱門的一日遊目的地。這是一個美麗的正宗墨西哥小鎮，深受想要遠離拉巴斯地區喧囂的人們的歡迎。

除少數例外，托多斯桑托斯的大部分海灘由於海浪強勁和危險的暗流，都不適合游泳。但我們會參觀[普拉亞洛斯塞里托斯](#)，那裡有指定的游泳區。

我們將乘坐[托多斯桑托斯市中心自助健行之旅](#)，然後在 Playa Los Cerritos 放鬆並享用午餐，並在日落後在 Playa las Tunas 觀看海龜放生。

如今，大部分駕駛將在鋪裝道路上進行，除了幾英里的高品質壓實土路適合所有類型的汽車。

如果您不想在黑暗中開車返回拉巴斯，或者您打算繼續前往例如明天洛斯卡沃斯，然後您可以在托多斯桑托斯過夜。

托多斯桑托斯有很多飯店和 Airbnb。以下是您造訪期間可以使用的內容：



我們真的很喜歡住在[普拉亞洛斯塞里托斯](#)附近的 Olas de Cerritos 酒店。

這是我們的評論：

Olas de Cerritos 是周圍半沙漠中的綠洲。飯店位於一條塵土飛揚、壓實的土路旁，當你進入大門時，一切都改變了。

您可以看到游泳池和精心照料的酒店場地，周圍環繞著設計精美的酒店建築。

要到達酒店，您應該使用 GPC，以確保您不會錯過 19 號高速公路的出口。離開鋪好的高速公路後，您將需要在塵土飛揚但品質良好的壓實土路上行駛約 1 英里（1.7 公里）。

飯店內設有停車場。

THE
SUNSHINE
COAST
COUNCIL
WATER
PROTECTION
STRATEGY

WATER PROTECTION STRATEGY
2018-2023

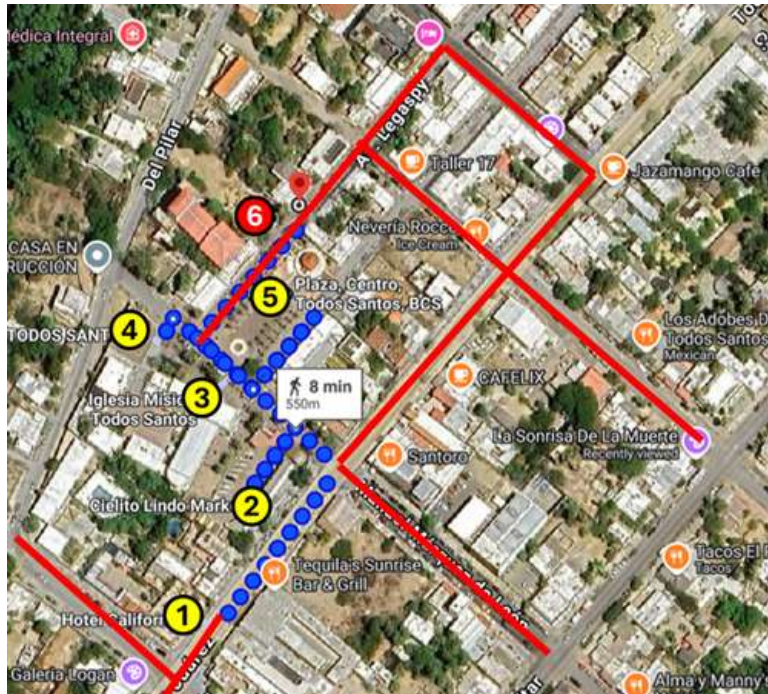




5.8.1 托多斯桑托斯自助徒步之旅

遊客感興趣的托多斯桑托斯歷史悠久的市中心區域相對較小。

在加州飯店開始您的托多斯桑托自助徒步之旅。這是托多斯桑托斯最繁忙的地區之一，您可能只能在幾個街區外找到停車位。沒關係，該地區大部分是平坦的，步行很容易。



- 1 = [加州旅館](#)
- 2 = [西埃利託林多市場](#)
- 3 = [托多斯桑托斯教堂](#)
- 4 = [托多斯桑托斯](#)
- 5 = [中心廣場](#)
- 6 = [勒加斯皮大道](#)

5.8.1.1 加州旅館

([地圖](#)、[評論](#)、[網站](#))

加州飯店是托多斯桑托斯最繁忙的旅遊景點。不幸的是，正如樂隊主唱 Don Henley 過去所說，這與 1976

年老鷹樂隊的著名歌曲無關。該酒店甚至因與他們的歌曲虛假關聯而被樂隊起訴。

但這並沒有阻止《加州旅館》利用其名字。飯店出售 T

恤和其他紀念品，他們的餐廳似乎總是擠滿了想要在加州飯店用餐或只是喝杯咖啡的遊客。

是的，飯店有指定的入住和退房時間，您可以離開飯店！ 😊 😊





Page 1 of 1

Page 1 of 1





Facebook

Like

Comment

Share

Facebook

Like

Comment

Share

Facebook

Like

Comment

Share





1. *Introduction*

2. *Background*

3. *Methodology*

4. *Results*

5. *Discussion*

6. *Conclusion*

7. *References*

8. *Appendix*

9. *Index*

10. *Index*

1. *Introduction*

2. *Background*

3. *Methodology*

4. *Results*

5. *Discussion*

6. *Conclusion*

7. *References*

8. *Appendix*

9. *Index*

10. *Index*







然後繼續往北，欣賞右側政府大樓上的壁畫。

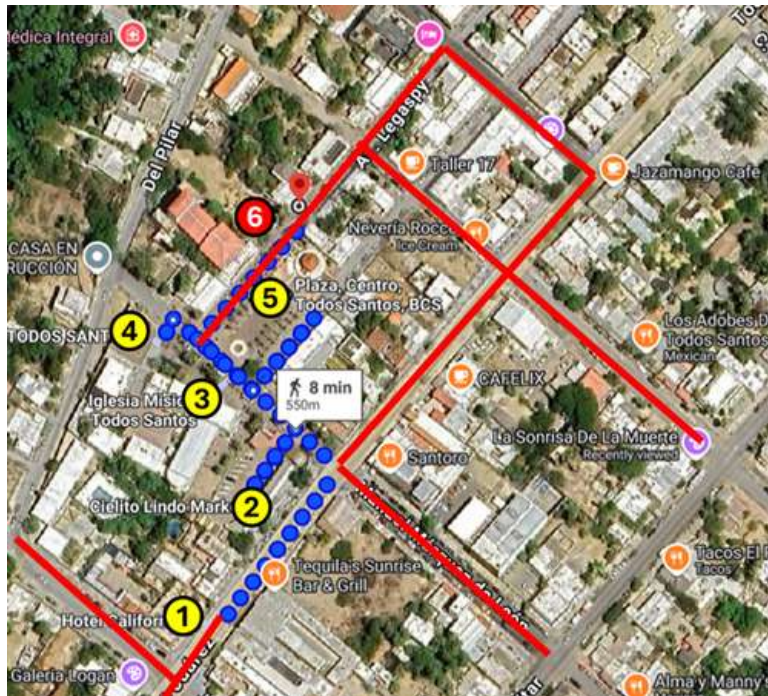


5.8.1.7 托多斯桑托斯還有更多街道可供探索

您的托多斯桑托斯自助徒步之旅即將結束。

我們鼓勵您繼續四處走走，探索這裡無數的小型藝術畫廊和商店。

最好的區域是下面地圖上用紅色標記的部分。



1 = [加州旅館](#)

2 = [西埃利託林多市場](#)

3 = [托多斯桑托斯教堂](#)

4 = [托多斯桑托斯](#)

5 = [中心廣場](#)

6 = [勒加斯皮大道](#)

5.8.2 普拉亞洛斯塞里托斯 / 塞里托斯海灘

([地圖](#)、[評論](#))

Playa Los Cerritos

位於托多斯桑托斯以南的佩斯卡德羅小村莊，是托多斯桑托斯地區最好的游泳海灘。



請務必使用 GPS，確保您不會錯過高速公路出口並找到前往海灘的路。下了 19 號高速公路後，您需要在一條壓實的土路上行駛最後 1.2 英里（2 公里），該路有多個岔路且標誌很少。

海灘是熱門的衝浪地點，因此如果您打算游泳，請務必遠離衝浪者。

您在海灘北端看到的黃色建築是前豪華酒店 Hacienda Cerritos / Cerritos Beach Resort。

Playa Los Cerritos 擁有 Barracuda Cantina 和 Big Fun Beach Club，還有兩家不錯的海灘餐廳可供您享用午餐。



THEY WERE ALL TOGETHER IN THE KITCHEN, AND SHE WAS THE ONLY ONE WHO WASN'T ASKING FOR A SNEAKY TASTE OF THE CAKE.

5.8.3 Tortugueros Las Playacita - 在 Playa las Tunas 放生小海龜

([地圖](#)、[評論](#)、[網站](#))

前往位於托多斯桑托斯 (Todos Santos) 北部 Playa las Tunas 的小海龜放生地點，請按照 GPS 指示前往 Tortugueros Las Playacita。當您靠近海灘 (Playa las Tunas) 時，壓實的土路 (卡米諾國際) 會向左急轉。沿著道路行駛約 400 英尺 (120 m)，直到您看到右側的巨石阻擋車輛進入海灘 (Playa las Tunas)。在這裡找到停車位，然後在海灘上散步。經過沙丘後，您會看到右側看起來像溫室的東西。這是海龜放生的開始。日落前30分鐘來到這裡，您可以在導遊的帶領下參觀溫室 (保護海龜蛋和幼龜並控制溫度) 並觀看即將放生的小海龜。

在撰寫本文時，小海龜的釋放發生在日落之後：

- 12月8日至1月30日每天下午5點左右
- 二月的大部分時間下午 6 點左右
- 三月期間偶爾會在下午 6 點左右

入場免費，但您可以捐贈或購買他們的一件襯衫以提供財務支持。

請不要觸摸小海龜。您可以拍攝任意數量的照片和視頻，但禁止觸摸它們。

當大家在水邊排隊等待小海龜放生時，不要越線，以免踩到小海龜。

發布結束後天就黑了，所以要準備好在黑暗中開車。

請注意，在 Playa las Tunas

游泳並不安全。您絕對可以在小海龜放生前幾個小時來這裡享受日光浴，享受寧靜，或在陽光下玩耍，但不允許游泳。









6. 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。