

自由骑行及乘坐火车

搭乘从马德里出发的富有历史感的火车，这是走近这三个地方最原始的一种方式，认识它的过去，深入了解这里的环境。前往阿兰胡埃斯镇的草莓列车以及前往圣洛伦索·德·埃尔·埃斯科里亚尔镇的菲利普二世列车，这两条线路都从Príncipe Pío车站发车；前往阿尔卡拉·埃纳雷斯镇的塞万提斯列车，则从阿托查车站发车。一趟时光旅行让你有一个独一无二的体验。

如果你选择自由骑行，千万不能错过全长420公里连接旅游景点的马德里环行路线，这其中包括了四个世界遗产和瓜达拉马国家公园。这是一种简单、环保、健康的方式来近距离认识我们地区及周边的一种方式。

照片: © David Ruiz Polo 摄 / 旅游局摄影档案藏 马德里大区 Depósito Legal: M-30009-2019. 纸张来自于可持续森林木材

更多资讯：

具有历史意义的火车：
www.renfe.com
www.trendefelipeii.com

CiclaMadrid：
www.ciclamadrid.es



马德里大区



www.turismomadrid.es

ZH



了解与享受

马德里大区

西班牙

马德里的世界遗产



马德里大区

旅游、文化和遗产

什么是世界遗产？

威尼斯大运河、凡尔赛宫与其花园、阿尔罕布拉宫和赫内拉利费宫、卡特赫纳历史古城、伊瓜苏瀑布等等，这些都是被联合国教科文组织认定为世界遗产的一些例子，这些地方在人类社会中都具有其特殊价值。

世界遗产名录，作为收录了现代「世界奇迹」的名册，让人们对世界遗产有更广泛的认知。只有那些得天独厚的，具备丰富的传递文化或自然特色的遗产性财产的地方，才能够被评为世界遗产。

西班牙有幸在意大利和中国之后，在拥有世界遗产最多的国家排行中位列第三。

在马德里大区，我们幸运地拥有四个世界遗产的地点：

- 圣洛伦索·德·埃尔·埃斯科里亚尔皇家修道院
- 阿尔卡拉·埃纳雷斯镇历史城中心及阿尔卡拉大学
- 阿兰胡埃斯镇文化风景
- 蒙特霍山毛榉森林区

这些都位于距离马德里市中心100公里以内的地方。您一定要来看看！

来精妙绝伦的地方转转吧

这些地方有什么特别的地方呢？判定一个地点是否可以被认定为世界遗产的标准条款很少，但却很严苛。就文化层面来说，申报成为世界遗产的地方，应当是杰出的作品，能够反映出人类价值的交流，或是在认知领域发展中显示出重要的或是唯一的作用。另一方面，自然财产应当在地球上的生物生态发展演变进程中起到杰出的榜样作用，同时，能够凸显出其生物多样性且保存完好。

就此，圣洛伦索·德·埃尔·埃斯科里亚尔皇家修道院体现了人类的发明创造精神。建筑面积及周围自然环境使其成为一个具有无穷价值的地方。另一方面，阿尔卡拉·埃纳雷斯镇因其两千余年的历史，展现出西班牙语语言文化的认知及研究的关键要素。阿兰胡埃斯镇是在欧洲文化风景模范之一。以及，蒙特霍山毛榉森林区，因其独特的景观和生物多样性，在名录中脱颖而出。

联合国科教文组织标准

创造性的天才杰作

人类创造性的天才杰作，在马德里大区得到广泛的发展，出现了例如阿尔卡拉大学、圣洛伦佐修道院等作品。其里程碑式的建筑以及文艺复兴时期的雕塑，成为欧洲、美洲教育及权力中心的模范。这两个世界遗产是西班牙黄金时期人文发展的例证，为人类认知的新纪元奠定基础。

认知的交流和人类价值

阿尔卡拉·埃纳雷斯镇对文化价值交流的贡献，始于西班牙城市三种文化共存的时代。基督教徒、犹太教徒和伊斯兰教徒生活的区域，共同形成了一个既对立又共存的中世纪大村庄。现如今一条独特的路线可让游客们重温历史。它最独特的贡献无疑是它与西班牙语在学术环境中的进步的关系，人文学者安东尼奥·德·内布里哈对人物形象的雕刻，他在15世纪创作的《卡斯蒂利亚语言第一语法》，成为了欧洲其他罗马语系的模范。之后，在西班牙文学黄金时代也出现了许多著名的作家，例如弗朗西斯科·德·奎维多、卡尔德隆·德·拉·巴尔卡、菲利克斯·罗培·德·维加，特别是，米格尔·德·塞万提斯·萨维德拉，出生于阿尔卡拉镇，并创作了享誉世界的《唐吉珂德》。

科学及建筑的发展

圣洛伦索·德·埃尔·埃斯科里亚尔修道院和宫殿对后世西班牙建筑产生了很大的影响。我们可以想像一下，在那个时代要在瓜达拉马山脉建造3万平方米的修道院，需要怎样先进的技术。菲利普二世将其图书馆用于研究和调查：一个名副其实的奇观室，拥有图画和雕刻、人物肖像、数学和科学仪器、地图、球体、星盘和动植物标本。

当地独特的风景

阿兰胡埃斯镇文化风景的整体设计结合了西班牙历史上多个时期，尤其是18世纪，关键的景观、建筑及艺术。在阿兰胡埃斯镇，通过它对农业的开发以及乡村建筑，我们可以将其看作人与自然和睦相处的范例。这一内陆地区，代表了科技和环境美学上平衡，发挥自身的优势，它深知如何结合当地的自然、社会及文化，因地制宜。

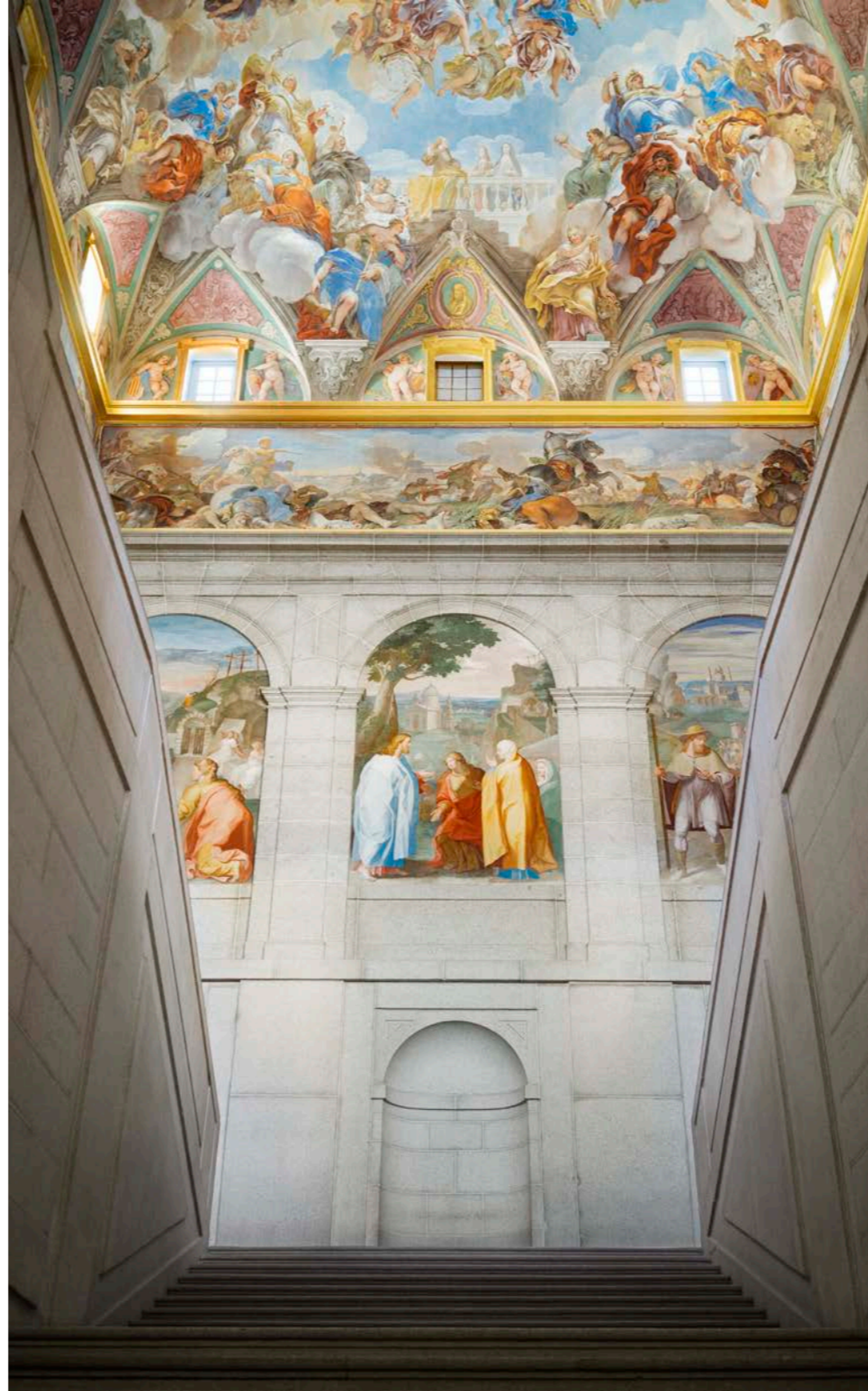
保留传统的生活方式

上述三个内陆地区，保存并维持着自身的民俗风格，居民热衷于庆祝当地的节日和传统。

阿尔卡拉镇的圣周活动、圣洛伦索·德·埃尔·埃斯科里亚尔镇的格拉西亚圣母庙会活动、阿兰胡埃斯兵变纪念活动以及传统的手工艺品、食品，这些都一直流传下来，值得去了解这些文化内涵。

独特的生态系统

蒙特霍山毛榉森林区，因其12万多棵树木，其中有900棵超过一百年的树龄，代表了欧洲优质山毛榉的示范区域，同时，该区域还拥有多种其他的优良品种。这片森林的价值首先在于树木种植的灵活性，以及对整个历史时期所经历的不同气候、地理和物质条件的高容忍度。这些特性使得该地区成为林孔山脉生物圈保存完好的自然瑰宝。



圣洛伦索·德·埃尔·埃斯科里亚尔镇 (San Lorenzo de El Escorial)

圣洛伦索·德·埃尔·埃斯科里亚尔镇拥有非凡的艺术遗产，坐落于瓜达拉马山脉，为登山者和徒步爱好者增添了自然和风景优美的景点，铁匠森林和阿班托斯松林正在等待着他们的到来。

修道院具有丰富的历史、艺术及文化价值。阿斯图里亚和波旁王朝的王宫、图书馆、大教堂、天主教双王庭院、皇家陵园、修士花园等都是不容错过的目的地。

漫步在历史-艺术联合体中，参观18世纪迷人的剧院、卡洛斯三世皇家剧场，同样也是受推荐的一种参观方式。我们还向您提议，前往菲利普二世的王座进行参观，据说正是这个君主推动了修道院修建工程的完善。

更多资讯：www.sanlorenzoturismo.es

阿尔卡拉·埃纳雷斯镇 (Alcalá de Henares)

参观阿尔卡拉·埃纳雷斯镇，带领我们走入罗马时代，孔普鲁腾废墟，这是马德里大区考古遗址计划的一站。并且，在老城区的地区建筑博物馆中继续探索关于马德里有趣的历史。

阿尔卡拉也是许多著名作家的摇篮，米格尔·德·塞万提斯·萨维德拉，创作了世界上第一部小说《唐吉珂德》。重修后的故居博物馆，就坐落在马约尔街。

1499年，卡迪纳斯西内罗斯创办了阿尔卡拉大学。参观阿尔卡拉大学是不容错过的，雕刻精美的门庭、三种语言的庭院，欢迎拉丁语、希腊语和希伯来语的学生，以及每年4月23日，天主教双王都在礼堂颁发塞万提斯文学奖，这也被称「西班牙语的诺贝尔奖」；从17世纪开始，在塞万提斯广场的戏剧露天剧场，都会上演精心编排的戏剧表演，还提供导游服务。

更多资讯：www.turismoalcala.es

阿兰胡埃斯镇 (Aranjuez)

我们在阿兰胡埃斯镇准备了集合文化、艺术及美食的漫长漫步参观活动。

在这里，不容错过的景点主要有皇家宫殿，它始建于18世纪，以皇家新朝，波旁王朝带入西班牙的法式风格为主，皇家宫殿中提供导游服务，以及皇家小舟博物馆和农夫之家；在老城内部，坐落了斗牛广场二百周年纪念馆。在王子花园、小岛花园以及派特尔花园漫步，你将能够唤起罗德里戈大师著名的阿兰胡埃斯协奏曲。

您可以通过不同的线路探索这片神秘的森林：河道与哈拉马河平行，能够看到山毛榉森林区的全景，由于坡度小，也成为了儿童和老年人参观的理想之地。沿着山坡登山，我们可以在更高的海拔看到其他不同的物种。而对于更有经验的人来说，我们更推荐瞭望台小路，拥有巨大的高度差，能够在更高的位置收揽哈拉马盆地的全景。

热爱自然的游客将可以享受到塔霍河畔优美的风景及围绕着市区的森林和具有历史意义的果园。

更多资讯：www.aranjuez.es

蒙特霍山毛榉森林区

参观蒙特霍山毛榉森林区，欣赏其保存完好的林孔山脉生物圈，将会成为一次与大自然接触的美妙体验。沿着哈拉马河尽头的山坡，山毛榉、橡树和冬青树环绕，创造了整个马德里自治区内最美丽、最保存完好的环境之一。

您可以通过不同的线路探索这片神秘的森林：河道与哈拉马河平行，能够看到山毛榉森林区的全景，由于坡度小，也成为了儿童和老年人参观的理想之地。沿着山坡登山，我们可以在更高的海拔看到其他不同的物种。而对于更有经验的人来说，我们更推荐瞭望台小路，拥有巨大的高度差，能够在更高的位置收揽哈拉马盆地的全景。

针对蒙特霍山毛榉森林，总是在环境教育者的引导下，进行免费参观，但为了保证其完整性，并对环境造成最小的影响，参观人数数量有限。可通过其网站事先进行预订，或是前往林孔山脉生物圈保护资讯资源中心进行预约，即可享受这段旅程。

更多资讯及预订：www.sierradelrincon.org

