

1 竞技场废墟 (COLOSSEO)

如果罗马只能有一个地标的话，那一定是COLOSSEO。曾有人说只要罗马大斗兽场还耸立着，罗马就巍然不动。一旦斗兽场颓圮了，罗马也就倒下。

🏠 地铁B线COLOSSEO (斗兽场) 站主出口，正对着斗兽场。

🕒 每年1月1日，12月25日关门。

💰 12欧，包括罗马废墟。 ☎ 06 39967700



2 万神殿 (Pantheon)

最初是由奥古斯都大帝的战将阿格里帕为纪念亚克兴海战(屋大维打败安东尼和埃及艳后的那场战役)的胜利并祭拜众神而建的。后为罗马皇帝哈德良Hadrian所重建，现在是天主教堂。

🏠 Santa Maria sopra Minerva



3 梵蒂冈博物馆 (VATICANO MUSEUM)

世界三大艺术类博物馆之一，馆藏价值不逊于卢浮宫。拉斐尔画室及西斯廷教堂里米开朗基罗的天顶画《创世纪》和前壁画《最后的审判》，都是最珍贵的艺术精品。

🕒 周一到周五8:45-16:45(15:20停止售票); 冬季8:45-13:45

💰 14欧元。每个月最后一个周日免费开放。 ☎ 06 69881662

🚶 搭乘地铁A线到Cipro-Musei Vaticani站下车，步行5分钟到达。



4 圣彼得大教堂及广场

圣彼得大教堂及其广场，经过了文艺复兴前后所有顶尖建筑艺术大师的精心雕琢，才形成了现有规模。它的存在本身就是一座纪念碑。米开朗基罗的雕塑《圣殇》和大圆顶、贝尔尼尼的青铜华盖，都是文艺复兴史的抗鼎之作。



5 圣天使堡 (Castel Santa Angelo) 和天使桥

传说这座陵墓是由哈德良皇帝亲自设计，并与其妻子、养子一起入葬于此。竖立在堡顶的持剑天使青铜像，曾显灵对抗当时正在流行的黑死病，这神迹预示了罗马大瘟疫的终结。

🏠 Lungotevere Castello, 1, 00183 Roma



6 卡比托利欧广场(piazza del campidoglio)

也称市政府广场，由米开朗基罗所设计，曾是罗马元老院开会的地方。市政府大厦前有三尊雕像，中间为“智慧之神”，左边是埃及“人面狮身像”，而右边就是著名的“母狼与孪生兄弟”，它是象征罗马城起源。

🏠 Piazza Campidoglio, 00186 Roma

🚶 最近的地铁站是B线Colosseo站



7 圣母白雪大教堂 (Basilica di Santa. Maria Maggiore)

四大宗座教堂之一，西方第一座供奉圣母的教堂，世界上最美的教堂之一，建筑融合了各个时代的艺术风格。贝尔尼尼的墓在这座教堂。

🏠 Piazza di Santa Maria Maggiore, 00184 Roma

🚶 从中央火车站出来，沿VIA CAVOUR步行约15分钟。



8 Navona广场

纳沃纳广场拥有三座著名的喷泉，四河喷泉、尼普顿喷泉和摩尔人喷泉，它们是贝尼尼和博尔塔的作品，多数游客都是为它们而来。圣阿格尼丝教堂：位于广场中段，波罗米尼作品。教堂正立面可称为巴洛克风格装饰艺术的典范。

🏠 Piazza Navona, 00186 Roma, Roma



9 许愿池Fontana di Trevi

公元前一世纪，Agrippa修渠引水入罗马，解决150万市民饮水之苦，许愿泉就是当时市中心最大出水口。一枚铜板入水，此生会再回罗马；两枚铜板入水，会与喜爱的人结合；三枚铜板入水，会使讨厌的人离开，这是许愿泉相传的三个愿望。

🏠 Piazza di Trevi, 00187 Roma



10 西班牙广场

西班牙台阶由法国人建于1723年，《罗马假日》里浪漫的邂逅将它的知名度推向巅峰。台阶下的破船喷泉由老贝尔尼尼设计。17世纪以来，无数文人墨客在此居住并寻找创作灵感，现在是最繁荣的商业中心和艺术家的聚集地。

🏠 Piazza di Spagna 00187 Roma



Tips

在罗马，餐馆、比萨饼店比比皆是，可以满足大众口味和需求。罗马式的比萨薄饼很有名，不妨品尝一下。意大利人最重视晚餐，而且进餐时间相对较晚，一般在8点左右。

中餐

高档
 厚德福中餐馆

🏠

VIA BARBERINI, 94.

☎

06 486818

\$

每人平均消费30–50欧。

🕒

每周三晚上关门。



中档
 君豪餐厅

🏠

VIA GIOVANNI GIOLITTI,105/113

☎

06 4450072

\$

每人平均消费25欧左右。



平民
 新金洲餐厅

🏠

VIA MAGENTA,55

☎

06 491471

\$

平均消费：10–20欧



当地特色

IL CANTUCCIO餐厅

靠近参议院，很多明星喜欢在此就餐。

🏠

CORSO RINASCIMENTO,71/75

☎

06 68802982

🕒

(晚餐需提前订餐)



MACCHERONI餐厅

在NAVONA广场附近，非常好找。特色就是罗马本地家常菜，晚上必须要预订。

🌐

http://www.ristorantemaccheroni.com/

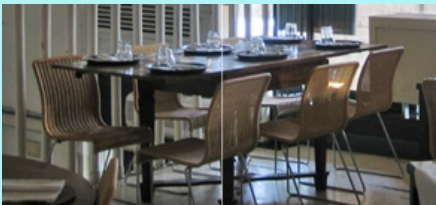


GUSTO餐厅

豪华餐厅，面对Mausoleo Augusto,有自助和点菜。楼上有酒庄，大量葡萄酒可选。比较昂贵，还有15%的服务费，但菜品上乘。开一瓶红酒，再看着两千年前的和平祭坛，气氛好！两个人起码消费80欧。

🌐

http://www.gusto.it/



其它

冰淇淋百年老店 fassi 1880



🏠

Via Principe Eugenio 离罗马中心火车站15分钟路。地铁A线 VTTORIO 出来更近。

🕒

中午12: 00–00: 00 (备注：每周一休息) 节假日自圣诞节休息到1月5号。秋冬季，每星期三半价优惠。

☎

0039–064464740

🌐

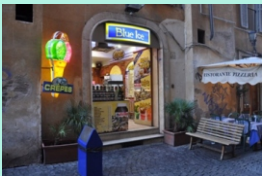
www.palazzodelfreddo.it www.ipalazzo.com

BLU ICE

连锁冰激凌店，多家分店。

🏠

VIA DI TOR MILLINA



日本料理

SUSHISEN日本料理

🏠

VIA GIUSEPPE GIULIETTI,21A

☎

06 5756945 (周一休息，晚餐需提前一天订餐)



Tips

每年有两次打折季，分别在8月和2月，部分大牌，比如LV，永不打折。当季新品不打折，过季打折从3至7折不等。

廉价超市、大卖场

DESPAR是
罗马一家连锁超市，市区有七八家，许愿池附近、万神殿旁巷子内都有。



Douglas Cosmetics
化妆品超市

欧洲最大的化妆品和香水零售商，在罗马有十家分店。

📄 http://www.douglascosmetics.com/02_view.php?filialnummer=016



lincoop超市

罗马购买小礼物的最佳地点。



CONAD

🏠 中央火车站地下一层北出口处。



购物中心、购物街、OUTLET

水道大街（VIA CONDOTTI）

位于西班牙广场的正对面，大街入口处坐着当年安妮公主品尝意大利咖啡的地方——格雷科咖啡馆，这条街现已成为罗马名牌时装大都会，瓦伦蒂诺、费雷、范思哲、阿尔马尼等品牌都在这里设了专卖店，耀眼夺目，令人应接不暇。



VIA DEL CORSO大街

位于罗马市中心，连接威尼斯广场和人民广场的大街，街道两边商店林立，从大牌到普通，应有尽有。此地是罗马狂欢节庆祝活动的必经之地。



CASTEL ROMANO名品卖场

位于罗马城南的OUTLET，从VIA MARSALA停车场有固定的班车前往。票价：往返12欧。其规模相当大，每个品牌都有其独栋的店面，世界顶级品牌琳琅满目。



纪念品 免税店



梵蒂冈邮局出售明信片，寄往中国邮票价格为0.85欧。并有成套的梵蒂冈纪念邮票，有兴趣的朋友可以收藏。



非欧盟居民及持有6个月内有效签证的游客，在大部分品牌店购物，都可以要求开退税单，退税标准是售价的12%左右。在机场有退税机构。



退税



在罗马大部分的商店都可以退税。在进店购物之前，一定要注意看一下商店的门口玻璃上是不是有蓝色的退税标志（如左图）。当你消费超过155欧，即可向店员索要TAX FREE退税单，从而获得10-12.5%的退税。绝大部分的店员会帮你填好大部分的内容，你不要忘记在上面签名。在机场check in行李时，海关会给你盖公章，会有专人把行李运到飞机上。凭海关盖公章的退税单到Tax Free的柜台拿现金。可以选择欧元、美金甚至是人民币。如果您有比较多的退税物品，最好早些到机场。另外，手提行李中的退税物品要过了护照边检才能办理。

罗马

应急锦囊

火警 115
警察 113 救护车 118

紧急电话
宪兵：112
公路急救：116
金融警察：117
海上急救：1530

服务电话
叫醒电话：114 电话查询：12
电话故障：187 旅游讯息：1518
铁路公司(Trenitalia)：848888088
罗马Fiumicino机场：06 65951
罗马TAXI: 06 6645 / 06 4994

丢失护照怎么办?



事先随身带着护照复印件，一式三份，还有护照照里只要打开自己的邮箱就可以打印了。片3张以备不需,然后把自己的护照，签证页扫描下来发到自己的邮箱，这样无论你在哪

中国驻意大利大使馆
🏠 Via Bruxelles, 56, 00198 Roma
☎ 电话/传真：068413458 / 0685355322
🌐 <http://www.fmprc.gov.cn/>



突发疾病怎么办?

- 1、到就近医院的急诊处（ pronto soccorso ）就医
- 2、如果很严重不能走动，可以叫Guadia medico 上门看诊。

迷路怎么办?

事先在自己预定住宿的地方向他索取一张名片随身携带上面有地址，然后请他在名片上写下如果坐电车的话到哪个站下车，或者直接打车回来，记住自己住宿的区域。

财物被抢被偷怎么办?

所有景点附近都有警察不间断地巡逻，发案率降低，但并不是万无一失。财物丢失后，及时到最近的警察局报案，但是意大利警察效率较低。

