

1 王宫 (PALACIO REAL)

王宫从卡洛斯三世到阿尔丰索十三世一直是国王住所。虽然现在的君主并不居住在此地，但是这里还是作为西班牙国王的官方寓所。每个星期三在王宫内的美洲广场上有身着鲜艳制服的皇家卫兵进行换岗仪式。



⌚ 夏令时 (4-9月) 周一到周六 9:00-18:00; 周日节假日 9:00-15:00

冬令时 (10-3月) 周一到周六9:30-17:00; 周日节假日9:00-14:00
1月1日, 1月6日, 5月1日, 10月12日, 12月25日不开门。

\$ 个人参观: 8€

🏠 Bailén, s/n

🚶 市内公车: 3路, 25路, 39路, 148路; 地铁Opera站 (2,5号线)

3 太阳门广场(SOL)

马德里太阳门广场，马德里市中心。是马德里、也是整个西班牙所有公路的零公里起点处。在西班牙，你完全可以说：条条大路通向太阳门。这里也是马德里近代许多重要事件的发生地。



⌚ 一年中的任何一天

\$ 免费

🏠 Sol, Gran Vía位于马德里市中心

🚶 地铁: Sol站 (1,2,3号线) 或Opera站 (2,5号线)

5 索菲娅王妃国家艺术中心
(MUSEO NACIONAL CENTRO DE ARTE REINA SOFIA)

索菲亚王后艺术中心博物馆是世界上最大的博物馆之一。如果想看毕加索、达利、米罗的杰作，不可错过。



⌚ 周一至周六10:00-21:00; 周日10:00-14:30; 周二闭馆。

\$ 6欧

(周一, 周三至周五19:00-21:00; 周六下午, 周日全天; 免费)

📞 (0034) 91 774 1000

🏠 Santa Isabel, 52

🚶 地铁Atocha站 (1号线), 火车Atocha Renfe

7 伯纳乌球场 (ESTADIO SANTIAGO BERNABEU)

伯纳乌球场全称为圣地亚哥·伯纳乌体育场。该体育场是西班牙足球俱乐部皇家马德里的主场，是全世界皇马球迷向往的圣地。



⌚ 周一到周六10:00-19:00

周日和节日 10:30-18:30。比赛日: 到开赛
前6小时, 参观路线会受限制。

\$ 成人, 15€。14岁以下, 10€ (持有马德里卡
享受优惠)

📞 902 31 17 09

🏠 Santiago Bernabéu

🚶 地铁: Santiago Bernabéu (10号线)

公共汽车: 7, 14, 19, 29, 40, 43, 120, 146 和 149

9 塞戈维亚(SEGOVIA)

世界文化遗产，位于卡斯蒂亚莱昂省 (Castilla león)，距马德里1小时车程。引水桥全长728米，有166个桥孔，完全用巨大的石块建造，没有使用任何灰浆或水泥。



🚶 地铁6号、10号线Príncipe Pio站旁的汽车站有开往塞戈维亚的汽车，在地下一层买票上车。往返票价12欧元左右，车程1个多小时。首班车8:00，末班车21:30

2 马约尔广场 (PLAZA MAYOR)

马德里的标志性广场，西班牙语意为最大。广场为国王费利佩三世所造的，他的骑马雕像矗立在广场中间。马约尔广场的形状为长方形，周围环绕着三层住宅楼。马约尔广场的控制性建筑是面包房之家 (Casa de la Panadería)，行使市政和文化功能，外墙布满了壁画。



⌚ 一年中的任何一天。

\$ 免费

📞 (0034) 91 588 16 36

🏠 Plaza Mayor

🚶 地铁: Sol站 (1,2,3号线) 或Opera站 (2,5号线)

4 普拉多美术馆(MUSEO NACIONAL DEL PRADO)

普拉多博物馆从1818年开始成为专门的美术博物馆，是世界四大博物馆之一，也是收藏西班牙绘画作品最全面、最权威的美术馆。



⌚ 周二至周日 09:00-20:00, 周一闭馆

\$ 8欧; (周二至周六18:00-20:00, 周日
17:00-20:00免费) 网上购票: 7欧

📞 902 107 077

🏠 Paseo del Prado, s/n

🚶 地铁Atocha站 (1号线) 或Banco de España (2号线) 从地铁出来后按照指示牌走。

6 西贝莱斯广场(PLAZA CIBELES)

马德里的标志性广场，贝莱斯喷泉位于正中，新古典主义建筑群、大理石雕塑和喷泉环绕四周 (西班牙国家银行，西贝莱斯西等建筑都值得一看)。另外，皇家马德里的球迷们一定觉得这个地方非常的眼熟，因为这里正是皇马赢球后庆祝的地方！



\$ 免费

🏠 Plaza Cibeles

🚶 地铁Banco de España站 (2号线)

8 埃尔·埃斯科里亚修道院 (EL ESCORIAL)

这是一座集修道院、教堂、王宫和陵墓于一体的花岗岩建筑物，建筑风格显示了西班牙奥地利王朝的强大，其宏伟、辉煌令人叹为观止。



⌚ 10月1日至3月31日为每周二至日开放 (早10点至晚17点); 4月1日至9月30日为每周二至日开放 (早10点至晚18点); 关闭: 周一。

\$ 普通票: 9欧元 (带导游); 7欧元 (短程自由参观); 8欧元 (全程自由参观)。

📞 (0034) 902 24 02 02

🚶 San Lorenzo de El Escorial

🏠 从Moncloa车站乘车50分钟。

10 托莱多(LEON)

被列为世界文化遗产的古城。基督教、伊斯兰教和犹太教文化在这里长期共生，所以托莱多别称“三种文化之都”。随处可见隶属于不同文化风格的建筑，其中以融合了阿拉伯和罗马风格的穆德哈尔式建筑最富特色。



🚶 在地铁6号线Plaza Elíptica站公司汽车站有发往托莱多的汽车，单程4.5欧元，往返8.5欧元，车程约1小时。

Tips

西班牙人的就餐时间。午饭2点到4点，晚饭9点到12点。马德里的餐馆是严格执行这个时间的，所以如果12点就饿了，可以去快餐店或者小酒吧。如果你错过了4点，就要等到餐厅晚上9点开门。

中餐

高档 香格里拉大酒店

🏠 C/severo Ochoa 23# Leganes
28914 Madrid Spain
☎ 916866566
✉ shangrila365@hotmail.com



中档 SIGLAND海鲜自助餐

🏠 C/. San
Bernardo, 118. E
☎ 91-445 7605
🚗 quevedo
(2号线)



平民

“一家温州人开的小吃店，味道很好，又很经济实惠”
地址：西班牙广场停车场下
地铁Plaza Espana(3号线出口出)

当地特色

MUSEO DEL JAMON(火腿博物馆)



“最美味的博物馆”，里面有特色的西班牙小吃，最主要的就是西班牙的“国宝”级食品，JAMON(火腿)。加JAMON的小BOCADILLO(类似于三明治)，只要1欧一个，实在是一个实惠，美味的选择。

🏠 C/Gran Via,72; C/Atocha,54; C/Alcala,155
☎ (0034)91 431 7296
🚗 地铁Gran Via站(1, 5号线)

Donostiarra Asador



非常有名的餐厅，被诸多人评价为马德里最美味的餐厅，是皇马球星们的最爱。消费水平自然也是非常高，每人平均消费至少在80欧左右。

🏠 Calle de la Infanta Mercedes, 79
☎ 91 579 62 64
🚗 地铁Tetuan站(1号线)

马德里的老字号

下面这些店都是马德里的老字号，就跟北京的馄饨侯，隆福寺的小吃一个意思。非常的地道和正宗。

Torre del Oro 黄金塔

🏠 Plaza Mayor, 26

Valle del Ti é tar

🏠 Traves í a de Bringas, 5

Casa Labra

🏠 C/ Tetu á n, 12

Casa Alberto

🏠 C/Huertas, 18

其它

土耳其烤肉

土耳其烤肉：美味，方便，经济的选择！

马德里街头很多的土耳其汉堡店，味道比国内的好很多倍，只要3.5欧一个非常大。



日本料理: Ene Restaurante

🏠 C/ Nuncio 19 Madrid, 28005

☎ +34 91 366 25 91

🌐 <http://www.enerestaurante.com/>

日本的方式装修。你可以在周日早午餐，躺在榻榻米上听现场音乐。这个地方是分为两层：第一，酒吧。第二个餐厅。





马德里

Tips

- 请大家一定注意，周日马德里的超市和购物店是绝对不开门的！（只有SOL，GRAN VIA地区的专卖店和购物中心开门。）
- 冬季打折从1月6日开始，到2月底结束。夏季打折从7月初开始到8月底结束。大概能打到5-7折，甚至更低。但是ZARA，MANGO刚开始打折的时候不会一下子这么低。
- 奢侈品店都在萨拉曼加区。萨拉曼加区被称为“黄金英里区”，这里的各条街道上布满了国内和国际顶尖专业的时尚公司、古玩店、书店、珠宝店、画廊。每家店都是充满豪华和优雅气息的独特世界。
- 楚埃卡区是街头潮流领导者，在那些窄窄的、具有波西米亚风格的街道上，可以买到漂亮的皮具、鞋子、化妆品和最新的光盘、书籍等等，还能制作最时髦的文身。

廉价超市、大卖场



西班牙最大的连锁超市，几乎遍地都是。食品价钱便宜。



大型连锁超市，东西种类非常得多，价格便宜。

CORTE INGLES

百货公司地下的超市，东西种类繁多，价格较上两个略贵。

购物中心、购物街、OUTLET

太阳门广场（SOL） 及格兰维亚大街（GRAN VIA）

马德里中心的购物区，英国公司，很多西班牙品牌的专卖店比比皆是。

🏠 太阳门，格兰维亚大街

🕒 周一至周日 10:00---21:00

🚇 地铁SOL站(1, 2, 3号线), CALLO(3, 5号线), GRAN VIA(1, 5号线)



LA GAVIA

很大的购物中心，旁边还有家乐福和宜家，除此之外，楼上还有很多的餐馆，有欧洲流行的服装品牌，同样有很多西班牙本土服饰品牌，还有药妆店，鞋店，配饰店等，除了奢侈品，几乎可以在这里买到所有你想要的东西。

🏠 C/Adolfo Bioy Casares,2

🕒 周一至周六 9:00---22:00

🚇 地铁1号线las suertes, 公共汽车142路, 145路, 火车Santa eugenia站

🌐 www.lagavia.es



LAS ROZAS VILLAGE

马德里近郊的OUTLET村。这个OUTLET商业中心位于马德里西北部，距市中心仅30分钟，时尚名牌汇聚，价格平易近人。

🏠 Juan Ramón Jiménez, 3

🕒 11:00-21:00 星期一至星期五，星期天及节假日 11:00-22:00 星期六及夏季任何一天(7月16日至8月31日)；1月1日和6日、5月1日和12月25日不营业。

☎ (0034) 91 640 49 00

🚌 公车-从estación de autobuses de Moncloa 蒙克罗汽车站乘坐 625, 628 及 629路公共汽车

🌐 http://www.lasrozasvillage.com/



纪念品 免税店

普拉多国家博物馆附近的纪念品店听说价格是最公道的，如果想买纪念品不妨去那看看。

🏠 Paseo del Prado, s/n

🚇 地铁ATOCHA站（1号线）



太阳门广场上有一家皇家马德里俱乐部的专卖店非常不错，货品齐全，是皇马球迷的一定要去看看。

🚇 地铁SOL站（1, 2, 3号线）



大学区的公主街（Calle de la Princesa）和阿尔贝托·阿吉拉街（Calle Alberto Aguilera）一带，有大片免税店，能以合理的价格买到最新时装，是年轻人最爱去的地方。



退税



在马德里很多商店都可以退税。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）。当你消费超过多少欧元，可以是几件物品凑齐，即可向店员索要TAX FREE退税单。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。当你离开马德里时，在机场你可以先去办Check in，然后说你有退税物品。机场工作人员会给你的行李贴上已Check in的标志。然后你带着行李顺着退税的标识先到海关处，海关有可能会让你打开行李检查（不要报侥幸心里哦）。当海关给你盖盖章之后，你就可以把行李放在专门的推车上，会有专人给运到飞机上。凭海关盖完章的退税单到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。

马德里

应急锦囊

报警：913228598、913228599
紧急求救电话：112（万能电话）
救护车：061
消防：080

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，这样无论你在哪里只要打开自己的邮箱就可以打印了。

中华人民共和国驻西班牙大使馆领事处：

🏠 d。C/Josefa Valcárcel 40, Madri

☎ 0034-917414728，其中星期二、四上午9：30至12：30为人工电话咨询时间。
每年8月人工电话咨询暂停。

✉ consuladochino@hotmail.com

🚗 如你乘坐公共交通，请乘4、6、7、9任何一路地铁到 Avenida de América站下车，转乘114路或115路公交车到 Josefa Valcárcel站。

突发疾病怎么办？

先在国内按自己需要购买境外旅游保险，救护车电话061。 HOSPITAL DE LA PRINCESA

🏠 DIEGO DE LEON,62

☎ 915 202 200

24小时药店Farmacia del Globo 电话：913 69 20 00 地址： Plaza Anton Martin 46 介绍：对于一些小病痛，可以请教这里的药剂师。

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？

就近报警，拨打紧急求救电话：112

语言帮助

是.Sí. 不是.No. 谢谢你. Gracias.
谢谢你的帮助. Gracias por tu ayuda.
我迷路了. Me he perdido. ____在哪里？ D ó nde est á el/la ____?
请你帮帮我行吗？ Me puedes ayudar ... por favor?
洗手间在哪里？ D ó nde est á el lavabo? 我不明白. No lo entiendo.
我想换汇. Querr í a cambiar dinero.
电话亭在哪里？ D ó nde est á el tel é fono?
你会说____吗？ Hablas ____? 这个多少钱？ Cu á nto cuesta esto?
你收信用卡吗？ Aceptan tarjetas de cr é dito?
这太贵了. Es muy caro.
我会住在____Me quedar é en ____ 我不会说____No hablo ____.
我找不到我的行李. No encuentro mi equipaje.
到哪儿买票？ D ó nde puedo comprar un billete?
只买单程. S ó lo ida. 往返票. Da y vuelta.
公共汽车站在哪儿？ D ó nde est á la parada de autob ú s?
请告诉我在哪儿下车好吗？ Por favor dime d ó nde tengo que bajar?
我想通知领事馆. Quiero informar al consulado.
我要去…… Yo voy al/a la……
这儿有人说英语吗？ Alguna persona habla ingl é s?