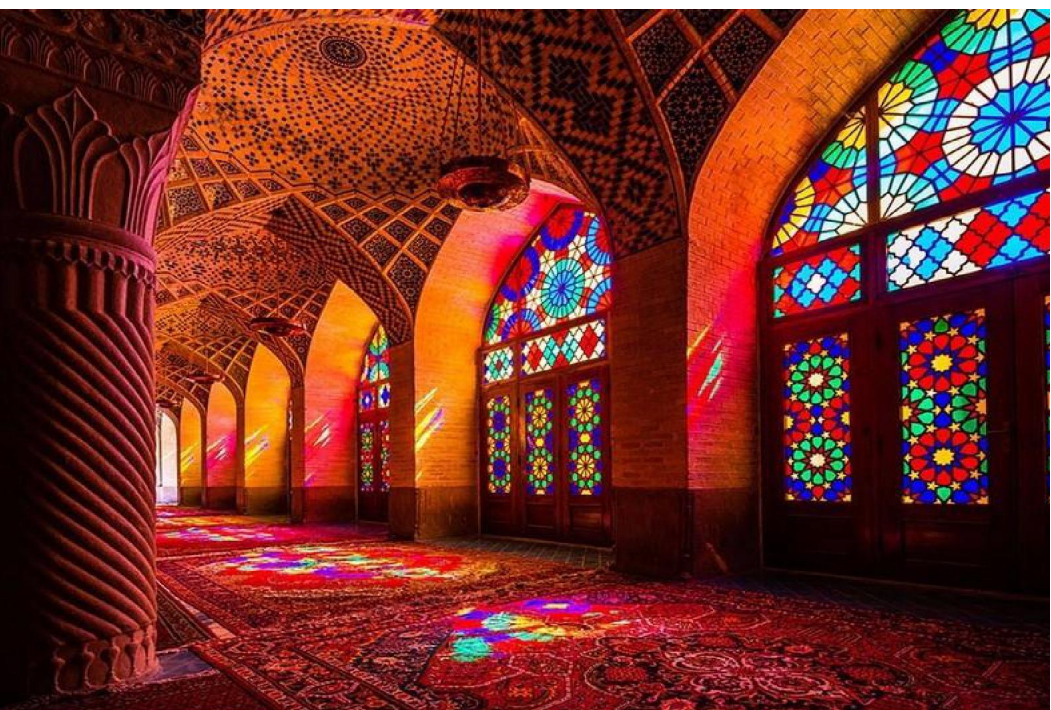


“神秘波斯”伊朗 11 日路线



行程目录

1

D1	沈阳-德黑兰	2
D2	德黑兰	6
D3	卡尚	16
D4	卡尚-伊斯法罕	22
D5	伊斯法罕	26
D6	伊斯法罕	35
D7	亚兹德	39
D8	亚兹德	44
D9	设拉子	49
D10	设拉子-德黑兰	58
D11	德黑兰-沈阳	68

DAY1

沈阳-德黑兮





沈阳桃仙国际机场

Shenyang Taoxian International Airport



沈阳桃仙国际机场是国家一级干线机场，国家八大航空枢纽之一，东北地区航空运输枢纽。桃仙国际机场位于辽宁省中部，距沈阳市中心 20 公里。同时为辽宁中部沈阳、抚顺、本溪、鞍山、铁岭、辽阳等大中城市的共用机场。

☎ 联系方式

024 8939 2000

📍 地址

辽宁省沈阳市东陵区桃仙镇机场路

🌐 主页

<http://tx.lnairport.com/>

✈

伊玛目·霍梅尼国际机场

Imam Khomeini International Airport



伊玛目霍梅尼国际机场（波斯语：مَهاگدور فای بیل و لا ماهاين ی و خ）是位于伊朗伊斯兰共和国首都德黑兰市中心以南 30 公里处艾哈迈达巴德的一座国际机场，以已故伊朗最高领袖鲁霍拉·穆萨维·霍梅尼（尊称伊

玛目霍梅尼)命名。这座机场 2004 年建成并投入使用后取代了德黑兰西郊的梅赫拉巴德国际机场，成为伊朗全国最大的机场。

机场距离市区比较远，近 50 公里的路程。推荐坐出租车，准备好美元，大概一个人是 30 美元左右，具体还是看砍价的能力。

IATA: IKA

开放时间

全天

联系方式

+98 930 020 8046

地址

Tehran, Hasan Abad-e-Baqerof, ن ق،-هاردازآ یاره ت، 伊朗

到达方式

国内除了主要大城市，乌鲁木齐也有一条航班来往于德黑兰

主页

ikia.airport.ir

DAY2

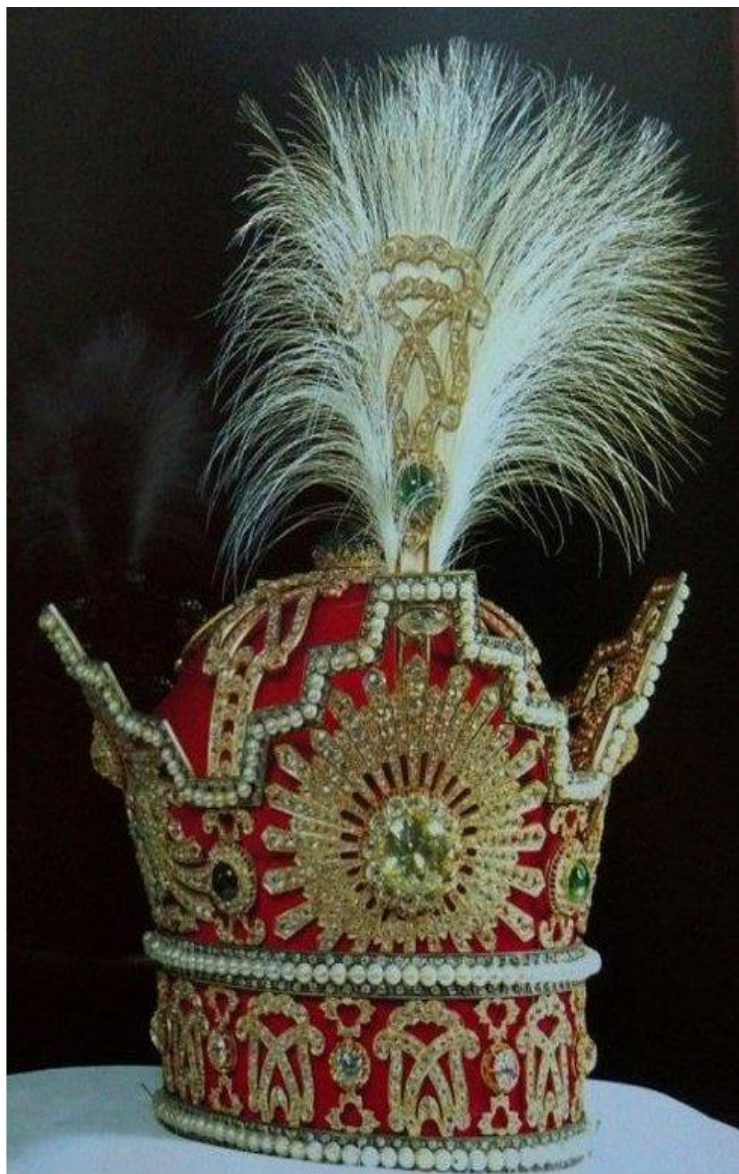
德黑兰





国家珠宝博物馆

National Jewels Museum



这里也被称作“国家珍宝馆”，归伊朗国家银行所有，是德黑兰绝对不能错过的景点。这里有世界上数量最多的珠宝，到处都闪烁着光芒。国家珠宝博物馆在一家银行的地库里，进入博物馆之前，所有东西都要寄存，还要经过两次安检。博物馆其实只有一个面积不算很大的展馆，里面的光线昏暗。展馆内展示了不同时期的价值连城的皇冠、权杖和其他各种各样的珠宝首饰。摆在正中央的当然镇馆之宝，世界上最大、重 182 卡的粉钻：“海之光 Sea of Light”。海之光的上面摆放着伊朗最后一个王朝——巴列维王朝的父子两位国王的王冠，用到了 3380 颗钻石、5 颗祖母绿、2 颗蓝宝石和 368 颗珍珠；其他的物品也都是用各种颜色的宝石进行装饰，极其奢华。

小贴士：

这里的安保措施非常严格，所有人必须存包（包括摄像摄影设备），跟随导游（肯定有英语波斯语；记忆里还听到过法语德语意大利语的）进馆参观。绝不要把脸凑到玻璃展柜上，刺耳的警铃会响。一般而言，馆内总是警铃声此起彼伏，让人心烦。由于不能拍照，入口外纪念品店的明信片，小册子或者光盘就值得买。而且并不贵。

博物馆出门向北那一段 Ferdowsi 街，是德黑兰两替店最集中的地方。紧靠博物馆到十字路口那一小段的，汇率一般最好。再向北的 Ferdowsi 街上有 Iran Peyma 大巴公司售票处，发售德黑兰往伊朗全国各地乃至国外的大巴车票。

联系方式

98-21-66463785

地址

Ferdosi St（靠近 Jomhuriyeh Eslami Ave 大街转角）



古勒斯坦宫

Golestan Palace



波斯语发音为 Kakh-e Golestan，新近被列为世界文化遗产，部分建筑始建于萨法维王朝时期，后在恺加王朝成为王宫。这里是伊朗少有的欧式建筑，据传当年恺加国王纳赛尔·丁遍游欧洲后，爱上了那边的建筑，因此回来下令修建这座西式王宫。Gole 是花的意思，Stan 是地方，因此古勒斯坦指鲜花盛开的地方，寓意非常美。宫内包括多座博物馆，主要参观点是“镜厅”，房间的天花板和四周均大面积装饰着镜子，非常有意思。

小贴士：

古利斯坦宫和萨阿达巴德宫一样，里面分若干宫室，总有一些闭馆。除了主要的“镜厅”（售票处叫“主要部分”）以外，“大理石宝座殿”

不用单独买票。此外若干宫殿博物馆，主要的是（“镜厅”之后顺时针顺序）：Negarkhaneh（美术馆，主要收藏伊朗美术作品和工艺品）；Howzehkhaneh（“池宫”，主要收藏 19 世纪欧洲列国王室赠送伊朗王室的礼物）；Shams ol-Emarat（“太阳宫”，全古利斯坦宫内最高的建筑；里面也就是镜子片）；Emarat-e Badgir“风塔宫”（一楼现在是 Akskhaneh“照片馆”，放伊朗老照片）；Talar-e Almas（“钻石殿”，收藏 18-19 世纪欧洲瓷器）；民族学博物馆。在民族学博物馆和钻石殿中间有纪念品店。不过虽然书和光盘不错，纪念品一般。

¥ 门票价格

价格和萨阿达巴德宫一样：外国人入门票 15 万里亚尔，入内后参观每个博物馆，还要加付 5 万里亚尔。好在这里每座博物馆门口均单独售票，不必要像萨阿达巴德宫一样必须在入口处想好/猜。

🕒 开放时间

9:00-17:30

☎ 联系方式

+98-21-33113335-8

📍 地址

南城 Meydan-e Arq, Tehran

🚶 到达方式

搭乘地铁 1 号线到 Panzdaeh Khordad 站下车，出站上来以后向东面大巴扎方向走，第一个丁字路口左转向前走到头，即到。

🌐 主页

<http://www.golestanpalace.ir>



伊朗地毯博物馆

Carpet Museum of Iran



波斯语发音为 Moze-ye Farsh，由伊朗末代皇后法拉设计建造，收藏了 18 世纪以来，来自伊朗 50 多个地方的大量地毯。不过由于是前政权的关系，博物馆介绍是看不见其和巴列维家族有何关系的。博物馆一层是常设展馆，二层是临时展厅，时不时会有一些现代地毯设计展。

¥ 门票价格

15 万里亚尔

🕒 开放时间

周二至周日 9:00-17:00

☎ 联系方式

+98-21-88967707

 地址

On the Northwest corner of Laleh Park, Fatemi and Karegar Junction, Tehran

 到达方式

从 Enqlab Square 搭乘沿 North Kargar Ave. 向北的 ST, 在与 Dr. Fatemi St 交汇的十字路口下。

 主页

<http://www.carpetmuseum.ir>



萨德阿巴德王宫

Saad Abad Palace



萨德阿巴德王宫建筑群位于德黑兰最北部的山上，空气新鲜，环境优美，占地面积 400 公顷，其中约有 180 公顷为森林、花园、草坪。该宫殿为巴列维王朝国王的办公室和夏天居住的地方。殿内设有寝室、餐厅、礼宾厅。其中礼宾厅的装饰和摆设均为欧洲上个世纪的风格，比如沙发为路易十三至十六世时代的风格；瓷器产自法国；铜雕为意大利制造，还有许多欧洲名画和中国装饰品。

此外，在该宫殿里还有许多其它国家官员赠送的礼物。自伊斯兰革命取得胜利后，该宫殿被列为博物馆，并于 1981 年开放，让人民参观，宫殿改为博物馆后，仍保持了国王时期的摆设和装饰，以便让人民亲眼目睹国王的奢侈生活。当然，宫殿里昂贵的珠宝由于是国家财产，被转移

到伊朗国家银行珠宝博物馆珍藏，还有数条地毯被临时放在伊朗地毯博物馆展出。

其中比较推荐的场馆是白宫和绿宫。白宫：因其外墙白色而得名，也是夏宫内最大的宫殿。白宫除了办公和举行仪式之外，还是国王和皇后的夏宫。白宫始建于 1931 年，1936 年完工，共 3 层 54 个房间。绿宫：绿宫始建于恺加王朝晚期，一层为接待特殊客人的住处，二层则成为国王的私人会客厅。绿宫里的整个房间都是镜面设计，耀眼夺目。

门票价格

0.00

联系方式

98-21-22282031

地址

Sa' dabad Palace Tehran Sadabad Street, Islamic Republic of Iran

到达方式

从地铁 TAJRISHI 站(1 号地铁线终点站)出站以后可以打车或者步行

主页

<http://www.sadmu.com/>

DAY3

卡尚





卡尚聚礼清真寺

Agha Bozorg Mosque



这座 19 世纪的清真寺造型对称，由 4 部分组成：下沉式的院子，带有一个净身池；非常朴素的穹顶；瓦片搭建的宣礼塔和极其高耸的塔尖。木质的前门有许多花纹，就像古兰经中描述的那样；泥土的墙壁上刻有古兰经诵读者的名字，以及马塞克花纹。进入清真寺以后，在院子右边的最上方，能够看到一个 mihrab（指引麦加的方向）。目前，在地下一层的伊斯兰大学仍然在使用中。

小贴士：

清真寺在傍晚的时候拍照非常漂亮。

¥ 门票价格

免费

🕒 开放时间

8:00-18:00

📍 地址

Kashan, Isfahan

到达方式

步行可达



赐恩花园

Fin Garden



波斯语发音为 Bagh-e Fin，伊朗现存最古老的传统波斯园林，因旁边一个叫 Fin 的村庄而得名。最早修建于萨法维王朝早期(17 世纪初)。花园的主题是各类水池和喷泉，水源来自附近半山腰的苏莱曼尼亚山泉，独特的水利系统使得花园不用任何压力工具即可让山泉流入水池，并灌溉园内植物。园内建筑包括正门、围墙、浴室和阿巴斯皇帝的私人宅邸、博物馆等。1852 年，恺加王朝总理大臣阿米尔·卡比尔在其中一间浴室遭暗杀。由于随后的多位统治者持续对花园进行扩建和保护，保存极为完好的 Fin Garden 作为波斯园林的代表于 2012 年入选了世界文化遗产名录。

门票价格

15 万里亚尔

 开放时间

夏季 9:00-19:00, 冬季 9:00-17:00

 联系方式

+98 913 861 7090

 地址

Amir Kabir St, Kashan

 到达方式

打车约 4 万里亚尔。

 主页

everycastle.com



Abbasian 宅院

Abbasian House/khaneh-Ye Abbasian



Abbasi 宅院建于 18 世纪末，和邻近的 Tabatabaei, Borujerdi 宅院一样，原来本是卡尚豪门 Abbasi 家的宅院。和另两座大宅格局一样，它也分内宅 (Andaruni) 和外院 (Biruni) 两部分。建筑装饰也类似。不过虽然其建筑面积可能总体不如另几座宅院大，但开放面积大，英文解说牌也最多最完备。

小贴士：

卡尚的几座宅邸格局、装饰均比较近似。一般游客选一两座参观即可。这里的缺点是装饰不如另两座宅邸华丽；但优势是可参观面积大（包括已经开辟为茶馆餐厅的外院），英文说明详细，离卡尚最佳用餐地点之一的 Abbasi 传统茶馆餐厅（即原来的外院）最近——售票处左手边下楼梯即是餐厅入口。

🕒 开放时间

8:00-17:00

 地址

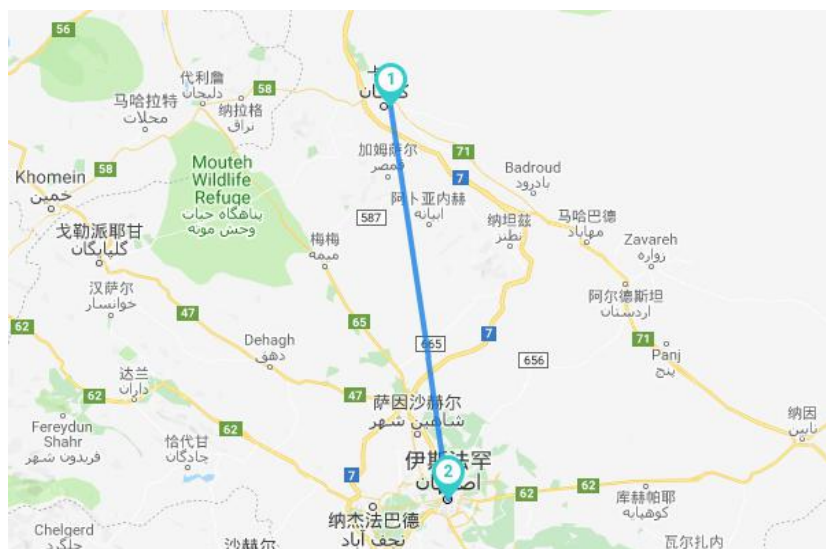
—

 到达方式

步行或打车前往

DAY4

卡尚-伊斯法罕





奥比扬奈村

Abyaneh



奥比扬奈是伊朗三大古村落之一，至少已有 2000 年历史。由于地理位置偏僻且自然条件恶劣，居民们曾长期与世隔绝。现在村民仍在使用古老的巴列维语，这在伊朗其他地区非常罕见，因而奥比扬奈被称作伊朗文化的活化石。

走进村子，人们印象最深的是一排排红色的砖土建筑，这是因为房子建造时都取用了红色的粘土。而村民的着装与伊朗其他地区也大不相同：女人大多戴着花头巾并穿着宽松的裙子，看上去色彩斑斓；男人则穿着大灯笼裤（比库尔德人灯笼裤还要宽松）。走在村子的小路上，不时能看到老奶奶们坐在自家门口望着游人们微笑，或在售卖小商品，而这样的生活方式已经持续了十几个世纪。奥比扬奈所在的山谷盛产苹果，由于没有相应的储存设施，村民传统上喜欢把苹果制成苹果干，游客们可以买一些尝尝。

¥ 门票价格

0.00

🕒 开放时间

全天

📍 地址

Kashan, IRAN

到达方式

距离卡尚 80 公里，暂无公共交通连接，需从卡尚包车前往，从卡尚包车往返约 140-160 万里亚尔。



伊斯法罕大巴扎

Bazaar-E Bozorg



是伊朗最大、商品最丰富的巴扎之一，从家用电器到廉价衣物、传统手工艺品应有尽有，在一些纪念品商店还能看到工人现场制作雕花瓶等产品。在里面讨价还价很容易就耗掉一下午时间。

小贴士：

注意如果有人搭讪你，99%是因为他想让你到他的店里去买东西，基本是地毯和工艺品为主。

 开放时间

9:00-20:00

 地址

位于伊玛目广场东北角

 到达方式

可步行前往。

DAY5

伊斯法罕





伊玛目广场

Imam Square



伊玛目广场始建于 17 世纪萨法维王朝，大小仅次于天安门广场，号称“半个世界”。伊斯法罕曾是丝绸之路的重镇，而作为世界文化遗产，伊玛目广场当时则是城市的核心。这里汇聚了来自世界各地的商旅，大家在这里做生意、结交朋友，好不热闹。阿巴斯大帝于 1602 年将都城从加兹温迁至伊斯法罕后，大力兴建这座广场并在这里会见臣民，听取民意。广场四周的建筑大多建于萨法维王朝。西面阿里卡普宫，南面伊玛目清真寺，东面谢赫洛特芙拉清真寺。

北面的市集现在仍然非常热闹，店铺主要售卖雕花铁瓶和细密画等手工艺品，逛累了还能找到一家冰淇淋小店，奶味儿香醇。若是感兴趣，游客还可以乘马车绕广场一周。

¥ 门票价格

0.00

🕒 开放时间

全天

📍 地址

imam square, esfahan

📍 到达方式

市内大部分公交都会到达伊玛目广场



伊玛目清真寺

Imam Mosque



伊玛目清真寺原名沙赫清真寺，革命后被改名始建于 16 世纪早期，主要看点是穹顶和藻井、墙面上极其复杂多变的对称几何花纹，而且第一道大门和第二道大门角度不一致，前者对着广场，后者面向麦加。

小贴士:

为了让清真寺既与整个广场建筑风格协调统一,又符合宗教的要求(壁龛必须正对麦加方向),于是,设计者非常‘特别’地让伊玛目清真寺‘歪斜’了,从外面看去,大门和礼拜堂不对称,成一定角度,大门正对广场,而整个建筑的轴心正对麦加。

门票价格

10 万里亚尔

开放时间

09:00-16:00(夏天延长至 18:00), 中午 12:00-15:00 不开放, 周五上午不开放

联系方式

98-311-6635231

地址

IMAM SQUARE, ESFAHAN

到达方式

位于伊玛目广场, 市内大部分公交可到



谢赫洛特芙拉清真寺

Sheikh Lotfolah Mosque



是以阿巴斯大帝岳父(黎巴嫩著名什叶派学者)命名的,建于16世纪初。该清真寺有两大特点值得细细观察,一是清真寺没有庭院和宣礼塔,据说原因是清真寺仅供皇室内部使用,所以不需要;二是清真寺穹顶外部的颜色会随着太阳光线变化,到傍晚会逐渐变成粉红色。

¥ 门票价格

10 万里亚尔

🕒 开放时间

09:00-16:00(夏天延长至18:00),中午12:00-15:00不开放,周五上午不开放

📍 地址

Isfahan, Iran

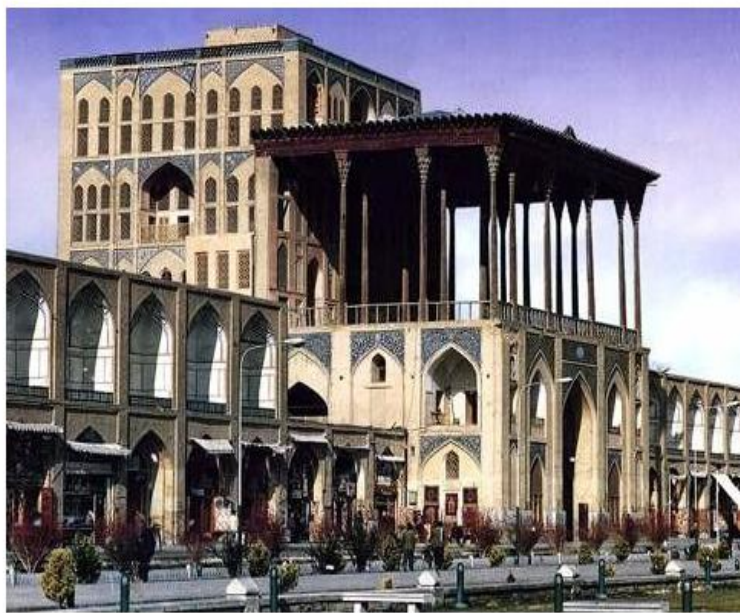
到达方式

位于伊玛目广场东侧



阿里卡普宫

Kakh-E Ali Qapu



高六层的阿里卡普宫是阿巴斯大帝寝宫，建于 16 世纪末期，世界文化遗产，其中第二层是他阅兵的地方。Ali Qapu 的意思是“高门”，可以俯瞰整个伊玛目广场；而由 18 根柱子支撑的观景台可提供观看广场和周边清真寺的最好视野，但观景台常年搭建的脚手架严重影响其本身景观。

门票价格

15 万里亚尔

开放时间

09:00-16:00(夏天延长至 18:00), 中午 12:00-15:00 不开放, 周五上午不开放

联系方式

+98 31 1663 5231

地址

Naghshe Jahan Esfahan Isfahan

到达方式

位于伊玛目广场西侧, 可步行前往



三十三孔桥

Siose Pol Bridge



三十三孔桥是伊朗伊斯法罕 11 座桥梁之一，是最著名的一座桥。1602 年，阿拔斯一世他的大臣格鲁吉亚族阿拉威尔迪汗负责建造，它是双层结构，共有 33 个拱。

桥位于扎因德鲁河上，是伊斯法罕人周末休闲的好去处，也是旅行者接触当地百姓生活的好地方。

门票价格

0.00

开放时间

全天

地址

33 孔桥位于 Enqelab-e Eslami Square 以南，哈柱桥位于 Khaju Square 以南

到达方式

乘坐公车至 Enqelab-e Eslami Square 下车



郝久大桥

Khaju Bridge



郝久大桥是扎因德鲁河上另一座优美的桥。和 33 孔桥一样，这座桥是 17 世纪萨法维王朝所建，不但用来行人，还有水坝的作用。桥的两边都是过去的皇家花园，两侧各有一头狮子，看起来一模一样，可仔细看却发现这两头狮子，一头拥有一张欢乐的脸，另一头拥有一张悲伤的脸。



地址

—

DAY6

伊斯法罕





四十柱宫

Chehel Sotun Palace



波斯语发音为 Kakh-e Chehel Sotun，完工于 1647 年，是萨法维王朝阿拔斯二世接见外国使节的地方。宫殿本身只有 20 根木头柱子，只是因殿前喷水池的倒影，才叫四十柱宫。大殿内有多幅大型壁画，反映的是萨法维皇家狩猎和日常生活等情景，还有伊朗难得一见的女性裸体形象。此外，宫殿东北角回廊里的小型壁画也是萨法维时代的精品。

¥ 门票价格

15 万里亚尔

🕒 开放时间

冬季 9:00-16:00，夏季延长至 18:00 (中午 12:00-15:00 不开放)

📍 地址

位于伊玛目广场西北角

到达方式

大部分公交车在这里都有站，或者步行到达



哈什特贝希特宫



哈什特贝希特宫建于 1669 年，曾经是伊斯法罕城最奢华的宫殿，也是著名的世界文化遗产。据说，这里曾经是王子居住的宫殿。所有门廊、阳台、大厅、房间和走廊的装饰风格都不尽相同。

地址

—



旺克大教堂



旺克大教堂是伊朗的亚美尼亚族人的天主教堂，拥有 400 多年历史。教堂外部采用了很多伊斯兰建筑的元素，外部和内饰都充满了亚美尼亚风格，内部装潢非常华丽，融合了伊斯兰建筑的穹顶和瓷砖镶嵌，并且挂满了精美绘画和浮雕，混合了伊斯兰和天主教两种风格。

 地址

—

DAY7

亚兹德





梅博德

Meybod



这里是一座小城，拥有与亚兹德老城一样的土坯建筑群。傍晚时分，全城被一片金光笼罩，站在 Narin 城堡上俯瞰全城和远处的卡维尔盐漠，煞是壮观。整座小城非常安静，作者感觉比亚兹德还要能代表古朴传统的伊朗。

伊朗全国各地有上万座鸽子塔，尤其是在伊斯法罕附近就有 3000 多座，但最值得观赏的还是位于梅博德的这座鸽子塔（目前已没有鸽子了）。这座塔的构造非常有特点，密布的巢穴当时不仅可以容纳 2.5 万只鸽子并使其不受天敌威胁（鹰等猛禽绝对进不来），而且还特意设计出旋梯等内部结构让人参观。而收集起来的鸽子粪则被用来当做肥料。为防止数万只鸽子同时起飞时产生的共振效应威胁到塔身安全，设计师还专门用拱顶将塔内外部围墙连接起来。

¥ 门票价格

15 万里亚尔

🕒 开放时间

9:00-18:00

📍 地址

位于亚兹德以北 50 公里处

🚗 到达方式

可包车前往。



聚礼清真寺

Jame Mosque of Yazd



波斯语发音为 Masjed-e Jameh，典型的伊朗“安扎利”风格建筑，出现在 200 里亚尔纸币背面。始建于 12 世纪，后于 14 世纪和 19 世纪进行过大规模翻修。两座 48 米高的宣礼塔是伊朗所有清真寺最高的。由于保存完好，该清真寺各部分均可清晰看出是在不同时代完成的。进入主庭院，东面的清真寺是前塞尔柱克突厥时期建造的，南面则是 14 世纪的建筑，西面最精美的主入口建筑是 18-19 世纪的作品，它和清真寺穹顶的马赛克装饰都做工复杂、精致，非常震撼。

¥ 门票价格

免费

🕒 开放时间

08:00-21:00，周五不开放。

📍 地址

Masjed-e Jameh St

📍 到达方式

可步行前往。



多莱特阿巴德花园



古典式波斯园林·多莱特阿巴德花园多莱特阿巴德花园已有超过 250 年历史，与伊朗其他 8 座花园一起并称

“波斯园林”，入选世界文化遗产。这里曾是博士摄政王卡里姆汗的住所，颇为精致。园内宽敞秀丽，风景优美，是黄色土城亚兹德市区内最大的花园。此外，多莱特阿巴德花园最知名的便是全市最高的风塔，堪称世界之最。



地址

—

DAY8

亚兹德





琐罗亚兹德教火庙

Zoroastrian Fire Temple of Yazd



波斯语发音为 Ateshkadeh，伊朗琐罗亚兹德教的主要神庙之一，供奉着据说从公元 5 世纪年就开始燃烧的圣火。根据记载，萨珊波斯被阿拉伯人灭亡后，一些大祭司奋不顾身将巴赫兰圣火带至亚兹德附近的 Ardakan 地区让其隐蔽地燃烧，然后又被转移至此。但现存建筑只是 20 世纪初作品。

门票价格

10 万里亚尔

 开放时间

8:00-12:00, 15:00-18:00; 周五不开放

 地址

Zoroastrian Fire Temple, Yazd, iran

 到达方式

可步行或打车前往，自亚兹德市内主要景点出发，车费 20000-30000 里亚尔

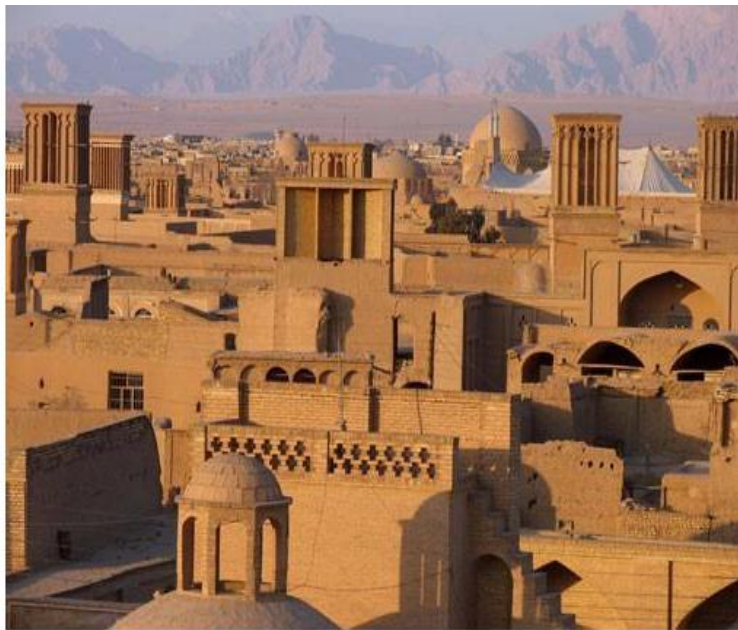


宁静之塔



老城区

Old City



除以下列出的景点，老城一大看点是密密麻麻的风塔(Badgjr)，这是亚兹德人特有的“空调”系统。由于亚兹德夏日高温可达 50 多℃，基本每家每户都会在地下建有房屋，利用风塔可以捕捉空气中微小的空气流动，并通过长长的风道把风导入地下。与此同时，亚兹德地下被人工开凿的坎儿井覆盖。当地人利用坎儿井水渠穿过地下房屋，在地下房屋中形成自然水流，结合风塔在地下形成一个迷人的凉爽空间。

🕒 开放时间

全天

📍 地址

Yazd



到达方式

打车

DAY9

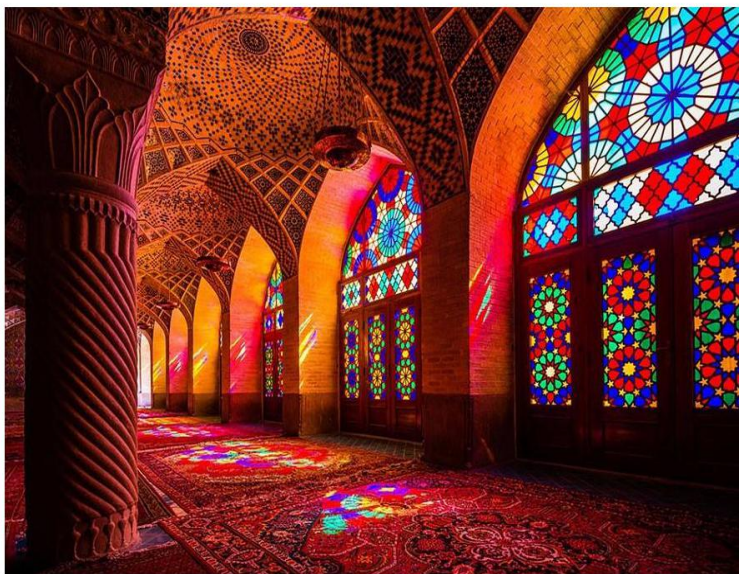
设拉子





粉红清真寺

Nasir-Al-Mulk Mosque



莫克清真寺又被称之为粉红清真寺，整个清真寺的用色都非常鲜艳，而最迷人的冬宫更是梦幻无比，当阳光穿过彩色玻璃，置身其中犹如在万花筒之中！

粉红清真寺的外墙精美、繁复、艳丽的程度完全不亚于德黑兰几个皇宫的外墙。关于这个图案是有个故事的，据说游牧民族的突厥人和阿拉伯人本身都没有建造清真寺的技术，他们攻打波斯后强迫波斯人为他们建造清像蜂窝一样的立体穹顶，每一块彩釉砖与穹顶的弧度都贴得天衣无缝。表面施有美观艳丽釉色和图案的彩釉砖布满了清真寺的表面。

外墙和外墙的彩釉砖是不能颜色的波斯图案，圣火图案布满了清真寺的各个角落。粉红清真寺的外墙使用砖木结构以减少地震给建筑带来的损坏。整个大厅宽十多米，深度超过五十米，十多根斜蛇纹柱子撑起整个大厅，每根柱子上以及弧形拱顶都有雕刻以及复杂的瓷砖图案，气势非

凡。光线透过彩色玻璃投射到波斯地毯上形成了美妙神奇的色彩和光影组合。

小贴士：

早上 8:00-10:00 是最佳时间，游客很少或者几乎没有游客，10:00 开始有外国旅游团陆续到来。

摄影：夏季由于太阳的角度不佳，阳光不会大面积洒进来，最佳的时间是冬季。清晨，当阳光穿过玻璃照在整个祈祷大厅时，眼前会随之充满各种梦幻般的颜色。给喜欢摄影的朋友一个小建议：可尝试用超广角或鱼眼镜头，适当变形的画面会更立体。最佳时间是在 8 点到 10 点之间，去早了如果看门人不在可以稍等一会儿，清晨在粉红清真寺内坐下来静静的看着光影变化的感觉会非常美妙，10 点左右就有可能有旅游团来了。

门票价格

15 万里亚尔

开放时间

7:30-12:00, 15:30-18:00

联系方式

+98 71 3224 1661

地址

Fars, Shiraz, Lotf Ali Khan Zand St, Iran

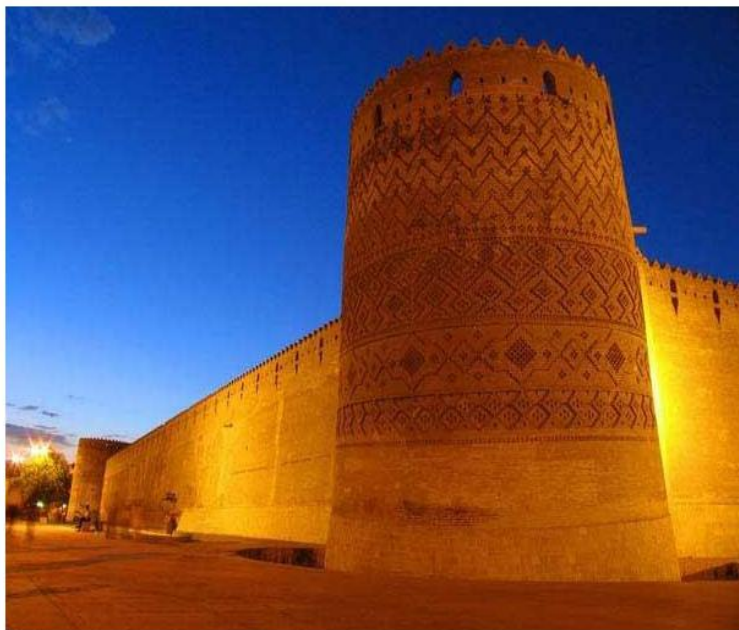
到达方式

1、2、3、4、5 路公交车的起始站都在附近的 Ahmadi Square。



卡里姆汗城堡

Karim Khan Citadel



波斯语发音为 Arge Karim Khan，始建于 Zand 王朝，曾是卡里姆汗的住所和该王朝的军事指挥中心，后在恺加王朝成为省长办公的地方。恺加王朝覆灭后，又被改造成监狱。城堡四角有四座高 14 米的瞭望塔，但其中一座已经倾斜下陷。城堡内没有太多东西可看，中间是一大片橙子树，周围房间里有一些伊朗的手工艺人在现场制作工艺品种并售卖，也可以自己体验一下制作过程。

小贴士：

注意观察，其中那个一个塔已经有点倾斜。这是伊朗的比萨斜塔吗？

门票价格

20 万里亚尔

开放时间

08:00-19:00

联系方式

+98 71 3224 7648

地址

District 8, Shiraz, Fars, Iran

到达方式

搭乘 2 路公交车直达 Shohada Square 站下车。



天堂花园

Garden of Paradise



波斯语发音为 Bagh-e Eram, Eram 这个单词是阿拉伯语 Iram 波斯化的变种, 后者在古兰经里的意思是“天堂”。作为设拉子花园的最佳代表, 天堂花园与其他 8 个波斯花园于 2011 年一同被列入世界文化遗产。该花园建于恺加王朝, 中间有一个漂亮的喷水池以及长长的水渠。花园内有一个小型的 Kakh-e Eram 宫殿, 但不对游人开放。天堂花园其实深远的影响了印度和西班牙的花园建筑风格。

¥ 门票价格

20 万里亚尔

🕒 开放时间

8:00-12:00, 15:00-17:00, 夏天到 19:00。

📍 地址

Eram Blvd

📍 到达方式

可搭乘出租车前往。



波斯波利斯

Persepolis



波斯语发音为 Takht-e Jamshid，昔日帝国今安在？要想了解波斯帝国阿契美尼德王朝曾经的荣耀，没有比波斯波利斯更好的地方了。这里曾是波斯帝国的首都，由“万王之王”大流士一世于公元前 520 年开始建造，用于接受万国朝拜。整个工程由大流士一世、薛西斯一世和阿塔薛西斯一世三代历经 70 年才完成。200 多年后，马其顿君王亚历山大挥师东进灭亡波斯，一把火结束了这座宫城的辉煌。1979 年，波斯波利斯被列为世界文化遗产。

波斯波利斯是伊朗最重要的考古遗迹，遗址面积非常大，以下特按参观顺序介绍每一部分：进入波斯波利斯遗址，首先看到的是“万国门 (Gate of All Nations)”，这里曾是一个由四根石柱支撑的大厅（现存三根）。2500 年前，波斯帝国各地的贵族和外国使节前来拜谒波斯皇帝时，首先要在这个大厅内等候。而门上的两个巨大石雕，则是人首牛身鹰翼的守护神，显示的是帝王的君威。“万国门”内四根柱子的柱头是伊朗传说中的神鹰 Homa（已从柱身倒塌，放在万国门后的“行军道”旁），在波斯波利斯建筑群内，共有四种类型的柱头：人首、狮头、牛首、鹰头。

穿过“万国门”，经“行军道(Army Street)”，便来到波斯波利斯遗址最重要也是最精美的宫殿——“阿帕达纳”厅(Apadana)，或者叫“觐见大厅”。“阿帕达纳”由大流士开始建造，在其子薛西斯一世(就是和斯巴达列奥尼达国王大战温泉关那个)时完成。这个大殿今天之所以如此有名，在于其四面台阶上的精美浮雕和殿内遗存的石柱。2000 多年来，“阿帕达纳”一直深埋地下，直到 1938 年德国考古学家将其发掘出来。因此这里极具艺术价值的石雕得以完整保留。据史书记载，“阿帕达纳”当年可容纳 1 万名各国使节，朝见薛西斯一世。

在“阿帕达纳”，有两个细节非常有意思，旅行者可以找找看：一是整个波斯波利斯的人物浮雕中几乎看不到女人，但唯一的例外便是其中一个车轮的车轴上，有一个蜷缩的女人像，这是因为古波斯人相信女人是“驱动生命运转的源动力”；二是修建波斯波利斯的工人犯的错误，将一名士兵的右手手腕雕成了左手腕。

从“阿帕达纳”出来，可以看到大流士皇帝的私人寝宫“塔查拉”(Tachara)，宫殿保存得更完好，只是现在正在维护，不对游人开放。而在薛西斯一世的个人宫殿“哈迪什”(Hadish)，最经典的就是他在两名随从的陪伴下步入寝宫的雕像。从“哈迪什”出来，经过破败不堪的“百柱大殿”(Palace of 100 Columns)，远远能望见拉赫马特山坡上有阿塔薛西斯二世和三世的陵墓。而在旁边的“财富厅”(Treasure)，则能看到波斯波利斯最重要发现之一：一幅米底贵族拜谒薛西斯一世的石雕。

爬上山坡，整个波斯波利斯一览无余！远处那片林子包含 5000 棵树，分列在波斯波利斯入口大道两边，每边各 2500 棵。这是巴列维国王在 1971 年为庆祝波斯帝国建国 2500 周年，专门从国外购买的。他当时在波斯波利斯举行欢庆大典，广邀各国驻伊使节，从非洲进口水果、从法国进口香水、服装，共花费 1 亿多美元。由于典礼过于奢华，巴列维由此引发极大民怨，为后来被推翻埋下伏笔。

小贴士：

需要注意的是，从设拉子打车前往波斯波利斯很容易(单程 10 美元)，但如何返回是很大问题，因此大部分人其实选择从设拉子包车一天游览波斯波利斯、帕萨尔加德、波斯帝陵等景点，包司机目前大约 50-70 美元。推荐下午去一直玩到日落，因为日落下的波斯波利斯非常漂亮(它的东边是山，挡住了日出的阳光)。

 门票价格

20 万里亚尔

 开放时间

每年 11 月至次年 3 月 8:00-17:00, 4 月至 10 月 8:00-19:00

 地址

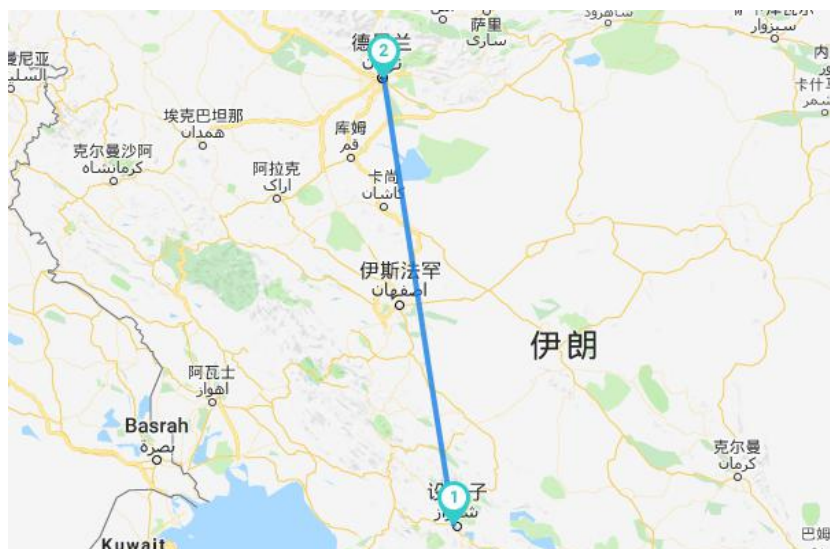
Persepolis, Fars, Iran

 到达方式

没有公共交通直达波斯波利斯, 可以从 Karandish Bus Terminal 外搭乘 Savari 或小巴到 Marvdasht 镇(人均 1.1 万里亚尔), 然后从那里打车前往波斯波利斯。

DAY10

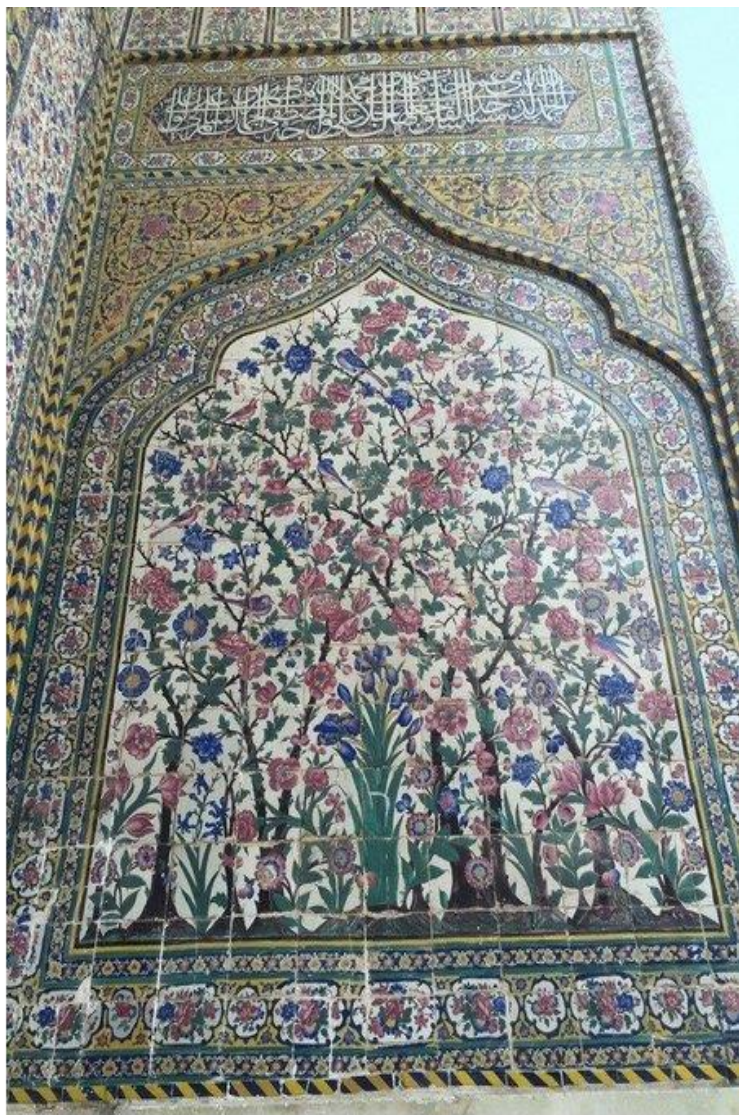
设拉子-德黑兰





瓦基尔清真寺

Vakil Mosque



瓦基尔清真寺建于 1773 年，属于 Karim Khan 时期，与摄政者城堡同时建造，在恺加王朝时期重新修建。清真寺由 48 个柱子支撑，上面有美丽的花纹与雕刻，第一排石柱纹路以顺时针方向盘旋，第二排纹路以逆

时针方向，表示人非圣贤，只有真主最完美。伊斯兰教禁止崇拜偶像，因此清真寺内只有朝向麦加方向的壁龛，朝拜神龛下地面深陷凹槽，表示谦卑之意。

门票价格

1.40 美元。

开放时间

8:00-20:00。

地址

Taleqani St, Vakil Bazaar, Shiraz

到达方式

在 Karim Khan 城堡对面。步行即可。



沙希德·阿亚图拉·达斯特盖卜国际机场

Shahid Dastgheyb International Airport



沙希德·阿亚图拉·达斯特盖卜国际机场是伊朗伊斯兰共和国法尔斯省省会设拉子的国际机场，本名设拉子国际机场，后为了纪念在该城出生并死于爆炸（1981 年）的宗教领袖阿亚图拉阿卜杜勒-侯赛因·达斯特盖卜·设拉齐而改现名（“沙希德”是伊斯兰教中的殉教者）。

沙希德·阿亚图拉·达斯特盖卜国际机场于 2005 年完成了修缮和扩建，已经成为仅次于首都德黑兰伊玛目霍梅尼国际机场的全国第二大机场。

IATA: SYZ, ICAO: OISS

联系方式

+98 917 127 2840

地址

Fars, Shiraz, 86, Iran

主页

shiraz.airport.ir



伊玛目·霍梅尼国际机场

Imam Khomeini International Airport

伊玛目霍梅尼国际机场（波斯语：ه‌اگ‌دور ف بی بیل ل و لا ماها بین ی وخ）是位于伊朗伊斯兰共和国首都德黑兰市中心以南 30 公里处艾哈迈达巴德的一座国际机场，以已故伊朗最高领袖鲁霍拉·穆萨维·霍梅尼（尊称伊玛目霍梅尼）命名。这座机场 2004 年建成并投入使用后取代了德黑兰西郊的梅赫拉巴德国际机场，成为伊朗全国最大的机场。

机场距离市区比较远，近 50 公里的路程。推荐坐出租车，准备好美元，大概一个人是 30 美元左右，具体还是看砍价的能力。

IATA: IKA

开放时间

全天

联系方式

+98 930 020 8046

地址

Tehran, Hasan Abad-e-Baqerof, ن ق،-ه‌اردازآ یاره ت 伊朗

到达方式

国内除了主要大城市，乌鲁木齐也有一条航班来往于德黑兰

主页

ikia.airport.ir



自由塔

Tower of Freedom



又名 Azadi Tower，波斯语发音为 Borj-e Azadi，德黑兰的地标性建筑！估计在描述伊朗的图文中，你最常看到的就是这幅画面。自由塔是巴列维国王为庆祝波斯帝国(阿契美尼德王朝)建国 2500 年而于 1971 年建造的，见证了当代伊朗每一次重大事件，包括伊斯兰革命和众多反美集会。每年 2 月革命纪念日当天，全国各地上百万人会涌向这里，和一众伊朗高官参加阅兵式等盛大活动。

自由塔位于德黑兰西部，紧挨梅赫拉巴德国际机场。塔高 45 米，广场占地 5 万平米，底层包括一个博物馆和一个电影院，旁边还有一个大型喷水池，还可以坐电梯到顶层俯瞰德黑兰全景。此外，建筑材料选用了 2500 块产自伊斯法罕的大理石，象征波斯帝国建国 2500 年。

¥ 门票价格

12 万里亚尔

开放时间

广场 24 小时开放；塔本身周日至次周周五 9:00-12:00, 14:00-17:00

联系方式

+98 935 845 4263

地址

Azadi Square, Tehran

到达方式

搭乘地铁 4 号线到 Meydane Azadi 站下车即到

主页

<http://www.azadi-tower.com>



德黑兮大巴扎

Tehran Bazaar



波斯语发音为 Bazar-e Bozorge Tehran，是中东地区最大、历史最悠久的巴扎之一。里面终日熙熙攘攘，叫卖声此起彼伏；各类商品琳琅满目，从伊朗特产藏红花、廉价中国餐具到高档家电无所不包。店主几乎都非常友善，看到东方面孔通常会热情邀请你进店参观，买不买无所谓，但一定要给你倒杯伊朗红茶，和你聊聊天，因此是体验伊朗普通老百姓日常生活的好地方。

巴扎布局错综复杂，有多个入口，几十条购物小巷长度加起来达 10 公里。注意，巴扎主要分为香料、地毯、铜器、家电、服装等多个区域，如欲购物，游客最好在进入巴扎前问清楚，否则很可能迷失其中。

小贴士：

巴扎布局错综复杂，有多个入口，几十条购物小巷长度加起来达 10 公里。注意，巴扎主要分为香料、地毯、铜器、家电、服装等多个区域，如欲购物，游客最好在进入巴扎前问清楚，否则很可能迷失其中。

¥ 门票价格

0.00

 开放时间

5:30-19:00

 地址

德黑兰南城古勒斯坦宫对面

 到达方式

搭乘地铁 1 号线在 Panzdah-e-khordad 站下车。

DAY11

德黑兰-沈阳





伊玛目·霍梅尼国际机场

Imam Khomeini International Airport

伊玛目霍梅尼国际机场（波斯语：ه‌اگ‌دور ف بی بیل ل و لا ماها بین ی وخ）是位于伊朗伊斯兰共和国首都德黑兰市中心以南 30 公里处艾哈迈达巴德的一座国际机场，以已故伊朗最高领袖鲁霍拉·穆萨维·霍梅尼（尊称伊玛目霍梅尼）命名。这座机场 2004 年建成并投入使用后取代了德黑兰西郊的梅赫拉巴德国际机场，成为伊朗全国最大的机场。

机场距离市区比较远，近 50 公里的路程。推荐坐出租车，准备好美元，大概一个人是 30 美元左右，具体还是看砍价的能力。

IATA: IKA

开放时间

全天

联系方式

+98 930 020 8046

地址

Tehran, Hasan Abad-e-Baqerof, ن ق،-ه‌اردازآ یاره ت، 伊朗

到达方式

国内除了主要大城市，乌鲁木齐也有一条航班来往于德黑兰

主页

ikia.airport.ir



沈阳桃仙国际机场

Shenyang Taoxian International Airport

沈阳桃仙国际机场是国家一级干线机场，国家八大航空枢纽之一，东北地区航空运输枢纽。桃仙国际机场位于辽宁省中部，距沈阳市中心 20 公里。同时为辽宁中部沈阳、抚顺、本溪、鞍山、铁岭、辽阳等大中城市的共用机场。



联系方式

024 8939 2000



地址

辽宁省沈阳市东陵区桃仙镇机场路



主页

<http://tx.lnairport.com/>

出国行李准备表

行前事项		皮夹	☐
购买旅游保险	☐	贴身腰包	☐
换钱、准备双币银行卡	☐	拉杆箱	☐
确认护照尾页的签名	☐	洗护用品	
拔掉家用电器插头	☐	洗发水	☐
锁好贵重物品	☐	梳子	☐
倒掉垃圾	☐	沐浴露	☐
把行程表给家人	☐	牙膏牙刷	☐
妥善安置号宠物和植物	☐	剃须刀/女性去毛刀	☐
结算必要的账单	☐	脏衣服袋	☐
关好门窗	☐	密封袋	☐
设置电子邮件自动回复	☐	雨伞/雨衣	☐
文件资料		墨镜/备用眼镜	☐
护照及其首页复印件或电子档	☐	充气枕/耳塞眼镜	☐
驾照公证及翻译件（国际驾照）	☐	干/湿纸巾	☐
2 寸护照照片两张	☐	指甲刀	☐
身份证	☐	水壶	☐
现金/银联卡	☐	医疗健康	
信用卡	☐	感冒药	☐
紧急联系信息	☐	止泻药	☐
衣物箱包		维生素	☐
裤子	☐	消炎药	☐
上衣	☐	创可贴	☐
长袖衬衫	☐	棉签	☐
T 恤衫	☐	防晒霜/晒后修复	☐
外套	☐	润唇膏	☐
休闲鞋	☐	避孕套	☐
拖鞋	☐	眼药水	☐
遮阳帽	☐	其他个人特殊药品	☐
袜子	☐	电子设备	
内衣裤	☐	手机	☐
泳装	☐	电源转接器	☐
双肩背包	☐	各类充电器	☐
小腰包	☐	手提电脑/平板电脑/软件 APP	☐



扫描查看电子路线