

塞浦路斯





塞浦路斯





欢迎来到塞浦路斯

塞浦路斯是地中海第三大岛, 面积为 9,251 平方公里 (3,572 平方英里)。塞浦路斯是一个独立的主权共和国, 政府实行总统制, 是欧盟正式成员国。



尼科西亚

尼科西亚是塞浦路斯首都,也是全岛的行政与商业中心,是一座充满活力的现代欧洲城市。老城被保存完好的威尼斯城墙环绕,这些城墙被视为中世纪防御建筑艺术的杰作;而这片老城,也构成了今日首都的核心,现代城区则已向城墙之外延展。

自由广场是当地主要地标之一,由世界知名的扎哈·哈迪德建筑事务所设计,连接着城市的古老与现代两部分。

利马索尔

利马索尔是岛上最大的港口,坐落于两处重要的古代城邦遗址之间:东边为阿玛索斯,西边为库里翁。利马索尔以狂欢节庆典和风景秀丽的山村(也称为“酿酒村”)而闻名。过去几年间,利马索尔的天际线上增添了许多现代化的摩天大楼,为这座城市注入了国际化气息。



拉纳卡

在古老的沿海城镇拉纳卡,东方与西方在此交汇。在名为“菲尼库德斯”的海滨步道两侧,棕榈树高耸林立。数个世纪以来,众多古代文明曾在这里繁荣兴盛,并在城市的建筑与文化中留下了各自的印记。基督教和伊斯兰教都在拉纳卡拥有重要的宗教圣地,分别是圣拉撒路教堂和哈拉苏丹清真寺。

帕福斯

帕福斯城镇及周边地区弥漫着浪漫的气息，散发悠远的历史感。这座城镇可以划分为两片区域：下帕福斯（下城）和上帕福斯（上城）。下帕福斯几乎就建在可追溯至希腊化时期的古城遗址之上，整个区域被联合国教科文组织列入《世界遗产名录》。

帕福斯附近的佩特拉图罗米欧海滩（语音导览）是传说中奥林匹斯爱神阿芙洛狄忒的诞生之地。传说中，这位女神正是在这里从海中现身。

法马古斯塔

晶莹剔透的海水，粉般细软的金色沙滩，是法马古斯塔地区的标志性景观。古色古香的风车点缀着如画的风光，而富含矿物质的土地则孕育着塞浦路斯岛上最为美味的新鲜农产品。这里有两大度假区——阿依纳帕与帕拉利姆尼-普罗塔拉斯。曾经的小村庄，如今知名度与边界已不断扩展，蜕变为繁华的度假胜地。

语音导览 (AG)- 访问 www.visitcyprus.com 获取语音导览



A woman in a bikini is walking away from the camera on a narrow, sandy path that cuts through shallow, clear turquoise water. The path leads towards a low, green hill in the background. The sky is a clear, pale blue. The water is very shallow, revealing the sandy bottom.

海滩

塞浦路斯以迷人的海滩、清澈温暖的海水闻名，还有全年超过 300 天的和煦阳光，几乎全年都适合享受海滨生活。从热闹的阿依纳帕海岸，到宁静的帕福斯海湾，塞浦路斯的海滩千姿百态，每一处都有自己独特的风情。

市政海滩提供各种便利设施，如淋浴、日光浴床、遮阳伞（需付费）、餐厅，以及各种精彩的水上运动。塞浦路斯有超过 75 处海滩被授予蓝旗认证，拥有欧盟最佳水质，连续多年被评为“欧洲最干净的浴场”。海滩水下能见度极佳，是潜水和浮潜的理想选择。塞浦路斯所有海滩均为公共海滩，免费开放。



要探索享受塞浦路斯的美丽海滩, 以下是几个理想之选:

阿依纳帕 - 尼西海滩: 堪称塞浦路斯最著名的海滩。尼西海滩坐落在一处小海湾内, 海湾中央还有一座小岛, 退潮时可步行抵达。

阿依纳帕 - 科诺斯海滩: 风景如画的一片小海滩, 有细腻的黄金色沙滩, 是老少皆宜的游泳戏水地。格雷科角国家公园距此仅一英里多。

普罗塔拉斯 - 无花果树湾: 细腻的黄金色沙滩和清澈见底的海水。17 世纪以来, 一棵无花果树一直生长在此, 因此得名无花果树湾。

拉纳卡 - 麦肯齐海滩: 水域浅且安全, 不仅是备受欢迎的海滩, 也是拉纳卡最时尚的夜生活中心。

利马索尔 - 淑女英里海滩: 塞浦路斯最长的海滩, 拥有清澈浅水和深色火山沙。

皮苏里 - 皮苏里湾: 位于风景优美的岛屿南岸, 氛围轻松惬意。

帕福斯 - 珊瑚湾: 有柔软的白色沙滩和清浅水域。珊瑚湾两侧海岸遍布岩石海岬和美丽的海蚀洞。

波利斯 - 拉奇海滩: 这片海滩位于拉奇港以西的赫里索胡湾, 安静而迷人, 沙滩沙质细腻, 海水清澈碧蓝。





水上运动

塞浦路斯拥有清澈湛蓝的海水和广阔绵长的海岸线，是水上运动爱好者的热门去处。大多数市政海滩及周边区域都设有水上运动中心，提供各类热门水上运动的课程或器材租赁，例如滑水、摩托艇、帆伞、风帆冲浪、风筝冲浪、皮划艇和立式桨板等。

潜水

塞浦路斯潜水条件极佳，全年皆宜下潜。平均气温为 24°C，水温保持在 16-27°C 左右，能见度高，没有强烈的水下暗流。无论新手还是经验丰富的潜水者，这里都堪称理想的潜水胜地。潜入水中，尽情欣赏亲和的水下生物、丰富多样的海洋生态，以及无危险物种的安心环境。无论是岸边潜水、船上潜水，还是沉船潜水、暗礁潜水等，一切都大有可能。



在塞浦路斯潜水，便不能不提世界顶级的泽诺比亚号沉船，这是公认的全球十大沉船潜水胜地之一。除沉船周围繁盛的海洋生物外，船上所载的大量汽车、军事设备和通信设备，也营造出一种幽秘而震撼的景象。

最近，由世界著名艺术家杰森·德凯雷斯·泰勒创作的 **MUSAN 水下雕塑博物馆** 也加入了水下景观之列，其中包括的装置作品有 93 件之多。



美食美酒

塞浦路斯美食丰富多样,融合了希腊与中东风味。肥沃的土壤与和煦的阳光,孕育出大量新鲜的本地农产品,口感甘甜,香气自然。



丰盛美食

咬一口鲜嫩多汁的番茄,再品口感丰满、带有泥土芳香、黄油般丝滑的土豆,更不必提上好的橄榄和新鲜水果,每一口都能尝到不一样的感觉。

以下是一些在塞浦路斯必尝的美食:

Meze 开胃拼盘: Meze 是由各色小菜组成的拼盘,作为开胃菜或餐前小吃享用,通常包括各种蘸料、沙拉、烤肉和海鲜。想在一餐中品尝多种口味和菜肴,不妨试试 Meze 开胃拼盘吧。

Kleftiko 慢烤羊肉: Kleftiko 是一道慢火焖烤的羊肉菜。先用大蒜、柠檬汁和香草腌制羊肉,再把羊肉放入陶制烤炉慢火烤熟。这样烤出来的羊肉肉质软嫩,轻松脱骨,香气四溢。

皮塔饼烤肉串: 这是一道广受欢迎的烤肉菜,通常用腌制过的猪肉、鸡肉或羊肉串烤而成,搭配皮塔饼和配菜沙拉一起享用。

哈罗米芝士: 哈罗米芝士是塞浦路斯特色芝士,也是塞浦路斯菜的一大主角。哈罗米芝士咸香微酸,质地紧实,因此尤其适合炙烤,也常以煎制或油炸方式享用。

面包和馅饼: 走进当地的面包店,品尝传统的面包和馅饼,比如 elliopittes 橄榄馅饼、tiropittes 奶酪馅饼、kolokotes 南瓜馅饼,还有 arkateno 等脆饼干。

Ospria 豆类菜: 这是一系列当地特色菜式,非常适合素食者,包括 fassolada (白豆)、revithada (鹰嘴豆)、louvia (新鲜或干黑眼豆)、moutzendra (小扁豆),煮熟后淋上橄榄油和柠檬汁食用,也可用番茄酱烹制。



新鲜水果：从多汁的鲜橙，到香甜的西瓜，再到鲜美的无花果，我们的时令水果均为当地种植，确保每一口都迸发自然的甘甜。

美酒

据考古发现，塞浦路斯酿造葡萄酒的历史已近 6000 年。在岛上探访葡萄酒产区是一段令人兴奋的旅程，尤其是在葡萄收获季节。沿着塞浦路斯葡萄酒路线，探访连绵起伏的葡萄庄园，了解延续数世纪的酿酒传统。地区酿酒厂坐落在群山之间、山谷之中，游客在这里能尽情享受全景视野，让品酒的感官之旅更上一层楼。除了霞多丽、赤霞珠和西拉等国际品种，更能品尝到用本土葡萄品种 Xynisteri 和 Maratheftiko 酿造的葡萄酒。

卡曼达蕾雅是一种甜葡萄酒，起源可追溯至古代。公元前 800 年，诗人赫西奥德曾将一种用风干葡萄酿造的葡萄酒描述为“塞浦路斯纳马”。到了 11 世纪，“狮心王”理查一世将这款美酒赞誉为“王者之酒，酒中之王”。卡曼达蕾雅是世界上最古老的“原产地命名”葡萄酒。卡曼达蕾雅口感丰富柔滑，源自 14 个卡曼达蕾雅村庄种植的本土葡萄品种 Mavro 与 Xynisteri。种植者任由葡萄在藤上自然成熟，使其浓缩糖分与风味。之后，酒液还需在橡木桶中至少陈酿两年。

兹瓦尼亚是塞浦路斯的国酒，酒精含量在 40% 至 60% 之间，因此毫不意外地被称为“火酒”！Zivanon 指葡萄渣（例如果肉、果皮、果梗和种子等残渣），混合到用本土葡萄品种 Mavro（红）和 Xynisteri（白）酿造的高品质干型葡萄酒中，之后再经蒸馏，并经过长时间醇化熟成。





旅行路线

无论是在塞浦路斯度过一整周，还是停留短短几天，总有一条理想的旅行路线，可以让你充分领略塞浦路斯岛的悠久历史、自然美景与独特风光。岛上面积相对紧凑，各地之间距离短，探索之旅轻松自如。你可以根据下榻地点（海滨度假区或乡村地区），规划行程，在塞浦路斯假期中留下难忘的回忆。

第一天 - 尼科西亚

上午，先参观塞浦路斯手工艺中心，然后逛逛塞浦路斯考古博物馆、拜占庭博物馆、艺术画廊以及圣约翰大教堂。中午到莱基吉托尼亚民俗街区用午餐。这里是一个经过修缮的老街区，遍布咖啡馆、小酒馆、纪念品商店和画廊。下午参观哈吉乔治奥斯·科尔内西奥斯民族学博物馆以及尼科西亚莱文蒂斯市立博物馆。

第二天 - 利马索尔

上午参观建于 13 世纪的科洛西城堡、古代城邦库里翁以及阿波罗·希拉提斯圣殿。下午参观利马索尔中世纪城堡和阿玛索斯古代遗址。

第三天 - 帕福斯

先到帕福斯郊区，参观佩特拉图罗米欧，也就是爱神阿芙洛狄忒的诞生地“爱神岩”。再到帕福斯镇里，参观国王陵墓和帕福斯考古公园，欣赏艾翁之家、狄俄尼索斯之家和忒修斯之家的马赛克画。中午到帕福斯港用午餐，随后参观帕福斯城堡和圣保罗之柱。整个帕福斯古城均为联合国教科文组织世界遗产。



第四天 – 帕福斯

上午参观圣尼奥菲托斯修道院, 然后前往佩亚村的圣乔治遗址观赏海蚀洞。随后前往拉奇村, 在海边餐厅享用新鲜海鱼午餐。下午参观爱神浴池, 可以沿着阿卡马斯半岛周边的自然小径徒步。

第五天 – 拉纳卡

上午参观圣拉撒路教堂、皮埃里德斯博物馆和古城邦基蒂翁。中午在菲尼库德斯棕榈树海滨步道上享用午餐。下午参观乔伊鲁科伊蒂亚新石器时代定居点遗址 (联合国教科文组织世界遗产), 然后逛逛以制作蕾丝而闻名的莱夫卡拉村。

第六天 – 特罗多斯山脉

参观岛上最富有的修道院之一, 基科修道院, 及其附设的教会博物馆。在佩杜拉斯村用午餐后, 参观天使长米迦勒教堂——被联合国教科文组织列入世界遗产名录的 10 座拜占庭教堂之一。下午, 参观另一座同为联合国教科文组织世界遗产的拜占庭教堂——卡科佩特里亚村的圣尼古拉斯·蒂斯·斯特吉斯教堂。随后漫步村中的老街区。

第七天 – 法马古斯塔地区

参观塔拉萨市立博物馆和阿依纳帕修道院。下午到阿依纳帕和普罗塔拉斯, 在清澈见底的海水中游泳。在下午的时间里, 还可以到格科雷角, 探索一条徒步小径。

了解更多旅行路线, 请查看:

<https://www.visitcyprus.com>



A photograph of a stone arch bridge spanning a river. The bridge is constructed from rough-hewn stones and is surrounded by a dense forest of tall, thin trees. The water in the river is clear, revealing a bed of smooth, rounded stones. The scene is bathed in soft, golden light, suggesting a late afternoon or early morning setting. The overall atmosphere is peaceful and natural.

自然风光

有标示的自然小径纵横穿越山脉、丘陵和内陆平原，自然爱好者可在此徒步、呼吸清新空气、欣赏壮丽景致、观赏本地特有的动植物、进行登山活动，并了解塞浦路斯的地质构造。

徒步

沿着某条自然小径，既可以独自探秘，也可以参加有向导的徒步之旅，发现更多精彩。塞浦路斯林业部已开发超过 65 条不同难度的自然小径，适合不同喜好的人群。其中，大部分小径位于特罗多斯山脉。如果追求海滨徒步乐趣，不妨前往阿卡马斯半岛，漫游崎岖起伏的奇境。沿着阿芙洛狄忒小径徒步，感受神话与自然的邂逅；探索紧贴海岸线的小径，饱览深蓝色地中海的全景风光。格科雷角以壮观的悬崖与隐秘的海湾著称，是极佳的摄影背景。

特罗多斯地质公园：

塞浦路斯是一处独特的地质目的地，对专业人士、科学家、学生以及希望了解地球陆地与海洋演化的地质爱好者都极具吸引力。特罗多斯山脉是一处蛇绿岩，这是用于描述构成海洋地壳的一组火成岩的术语。特罗多斯是古老洋壳片段的一部分：当非洲板块与欧亚板块发生碰撞，非洲板块俯冲到欧亚板块之下，特罗多斯就被抬升至现在的位置。特罗多斯位于海面以上，因此是世界上最完整、研究最深入的蛇绿岩。从壮观的悬崖，到古老的岩层，在特罗多斯山走过的每一步，都藏着数百万年的岁月。特罗多斯地质公园位于塞浦路斯中部，面积约 13.7 万公顷 (1,370 平方公里)，占岛屿总面积的 15%，已被列入联合国教科文组织全球地质公园网络。地质公园包括 110 个村庄，总人口约 2.5 万人。





传奇之心是一条穿越山区与偏远地区的环线，涵盖了一大片内陆区域。通过这条环线，游客可以体验到纯正的塞浦路斯风情，包括自然风光、文化传统以及生活方式。通过真实的体验，这条路线展现出塞浦路斯乡村生活的丰富面貌。其中包含塞浦路斯慢节奏农家生活的所有美好元素，例如共同进餐，在乡村咖啡馆交流故事，庆祝当地节日，采摘新鲜农产品，学习传统艺术和手工艺等。

游客还可以积极参与一系列特色体验，比如制作哈罗米芝士、采摘葡萄酿酒、编织传统纺织品等活动。

了解这条特色路线的更多信息以及预订工作坊活动，请访问传奇之心路线网站：heartlandoflegends.com



11000 年的历史





11000 年的历史 库里翁考古遗址(语音导览)

库里翁是一处古代定居点，于公元 4 世纪毁于地震。在库里翁遗址，游客可以欣赏带马赛克地板的私人住宅和带柱廊的庭院，品鉴精美的建筑细节，一览保存完好的希腊罗马式剧场和古希腊式市集广场。在探索的间隙，还可以驻足领略悬崖边令人屏息的美景，放眼俯瞰波光粼粼的地中海。

科洛西中世纪城堡(语音导览)

科洛西城堡地处重要战略位置，坐落于一片郁郁葱葱的葡萄园之中，在中世纪时期具有重要的军事意义。城堡最初由十字军在 13 世纪建造，后来成为圣约翰骑士团的驻地，在塞浦路斯历史上发挥着关键作用。步入城堡大厅，马上能感受到回荡其中的骑士精神与贵族气息。曾驻守于此的骑士们在卡曼达蕾葡萄酒的酿造过程中发挥了重要作用。



乔伊鲁科伊蒂亚新石器时代定居点(语音导览)

该遗址是世界上保存最为完好的史前定居点之一。当游客步入这片泥砖和石头建成的圆形住所，在惊叹之余，更不禁想象早期定居者在这个古老村庄定居的日常生活。作为联合国教科文组织世界遗产，这一遗址为了解人类文明的曙光提供了无与伦比的视角。五个重建的圆柱形住所生动地再现了这些建筑在过去的用途，均开放供游客参观。

帕福斯考古公园

下城几乎就建在可追溯至希腊化时期的古城遗址之上。整个区域被联合国教科文组织列为世界遗产，帕福斯考古公园也在其中。园内的历史遗迹包括：

帕福斯马赛克画(语音导览)

在四座装饰华丽的罗马别墅遗址中，人们发掘了令人



惊叹的马赛克地坪。这些马赛克地坪的年代可追溯至公元 2 至 5 世纪,是东地中海地区公认最精美的马赛克艺术之一。它们描绘了希腊神话中的场景,被视为马赛克艺术的杰作。

国王陵墓(语音导览)

国王陵墓是由坚固岩石凿刻而成的一组宏伟地下陵墓群,其历史可追溯至希腊化时期和罗马时期。尽管名为国王陵墓,实际埋葬于此的是高级官员和贵族;这一名称源于墓葬群宏大的规模与恢宏的气势。

库克拉的阿芙洛狄忒圣殿(语音导览)

在帕福斯以东 14 公里处,库克拉村附近,坐落着帕莱帕福斯——古典希腊世界最著名的朝圣中心之一,同时也是一个重要的城邦王国。著名的阿芙洛狄忒圣殿遗址就静卧于此。圣殿历史可追溯至公元前 12 世纪,其后一直作为礼拜场所延续使用至公元 3 或 4 世纪。阿芙洛狄忒圣殿遗址被列为联合国教科文组织世界遗产,附近的一座吕西尼昂式庄园内还设有专门的博物馆。

文化路线

探索塞浦路斯的最佳方式当属自驾。岛上公路网完善,连接各大城市,因此环岛旅行舒适宜人,并且安全便捷。塞浦路斯提供多种多样的文化路线,可满足不同品味和需求。每个地区都能带来独特的体验,既可以探索古代城邦王国与现代繁华都市的对比,也可以探访历史名胜古迹,走进热闹的海滨城镇,再深入传统山村,体验各地方蕴含的丰富历史。了解文化路线的更多信息,请访问

<https://www.visitcyprus.com>

语音导览 (AG)- 访问 www.visitcyprus.com 获取语音导览





世界遗产壁画教堂（语音导览）

语音导览 (AG)- 访问 www.visitcyprus.com 获取语音导览

位于特罗多斯山区的几座拜占庭教堂，已被联合国教科文组织世界遗产中心列为世界遗产。这些教堂以保存完好的湿壁画而闻名，具有重要的建筑史意义，可供一窥塞浦路斯丰富的历史文化遗产。教堂历史年代横跨 11 世纪至 17 世纪，充分展示了拜占庭的圣像画传统。走进教堂，墙壁上的圣经故事、圣人与天使场景便映入眼帘，无不描绘得精美绝伦。这一系列教堂中，最著名的几座是帕纳吉亚·图·阿拉卡教堂（阿拉卡圣母教堂）、帕纳吉亚·福尔比奥蒂萨教堂和圣尼古拉斯·蒂斯·斯特吉斯教堂（屋顶圣尼古拉斯教堂）。

语音导览 - 访问 www.visitcyprus.com 获取语音导览





塞浦路斯无障碍旅行

塞浦路斯已推行欧洲残疾卡以及用于无障碍停车的欧洲蓝色停车卡。持有欧洲残疾卡，残疾人士可享受文体娱和交通出行等方面的多种优惠便利。拉纳卡国际机场和帕福斯国际机场均为残疾或行动不便的旅客提供无障碍设施。岛上许多海滩也可部分或完全满足轮椅通行需求。许多旅游景点为残疾人士提供部分或全程无障碍通道及设施，包括轮椅无障碍通道、残疾人卫生间，持欧洲残疾卡的轮椅使用者及其陪同者还可享受门票折扣或免票优惠。进一步了解塞浦路斯为残疾游客及特殊需求游客提供的设施，请访问 accessible-cyprus.com

实用信息 官方入境口岸

塞浦路斯设有多个官方入境口岸，其中包括机场和港口，旅客可通过口岸合法入境。主要入境口岸为拉纳卡国际机场 (LCA) 和帕福斯国际机场 (PFO) (hermesairports.com)。利马索尔港处理岛上大部分货运和客运交通，包括大型游轮 (www.dpworld.com/limassol)；拉纳卡港也处理部分货客运交通，但规模小于利马索尔港。

帕福斯港和拉奇港 主要作为渔船避风港，也为帕福斯海岸线的短途游船提供锚地。这两处港口也用于客运交通，尤其是小型游轮和私人游艇。
www.cpa.gov.cy

利马索尔码头和阿依纳帕码头主要服务私人游艇和休闲游船，但也承接部分客运。

语言

主要语言为希腊语，同时广泛使用英语。

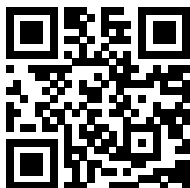
气候与天气

塞浦路斯属地中海气候，夏季炎热干燥，冬季温暖和煦。塞浦路斯每年享有约 300 天日照，是欧洲阳光最充足的地方之一。六月至九月，日间平均气温在 30-40°C 之间 (86-104°F)，内陆地区尤其如此。沿海地区气温会稍低一些。十月至十一月，日间气温在 20-30°C 之间 (68-86°F)。日落后气温转凉，在十一月尤其明显。十二月至二月，沿海地区冬季气温温和，日间气温在 10-18°C 之间 (50-64°F)。内陆和山区可能稍冷，夜间气温有时降至 0°C 以下。三月至五月，日间气温逐渐升至 15°C 至 25°C (59°F-77°F)。





REPUBLIC OF CYPRUS
DEPUTY MINISTRY OF TOURISM



#visitcyprus
www.visitcyprus.com
2202026