

莫斯科



全球最“贵”的红色城市

莫斯科 MOSCOW

更新时间: 2014.02



蚂蜂窝旅游攻略
www.mafengwo.cn



目录 Catalogue

- 02 莫斯科速览 / 特别推荐
- 04 亮点 / 景点
- 15 住宿
- 16 餐饮
- 18 购物
- 19 娱乐
- 20 线路推荐
- 21 节庆
- 22 实用信息
- 24 出入境
- 25 外部交通
- 27 内部交通
- 30 旅行路上

莫斯科速览 Introducing Moscow

莫斯科一直是俄罗斯的政治中心，而莫斯科的城市规划如同它在俄罗斯的地位一样——以中心为原点向四周辐射——以克里姆林宫为原点向外，一个环线包着又一个环线。克里姆林宫一直是俄罗斯各个时期国家首脑的办公场所，因此具有极强的象征意义。附近的红场上有列宁墓和无名烈士墓，作为这个民族的一种纪念，让人能遐想苏联时代的光辉岁月。红场和克林姆林宫处于城市的最中心，处于最内环“大道环线”（Boulevard Ring, Bulvarnoye Koltso）；第二个环线是“花园环线”（the Garden Ring, Sadovoe Koltso），主要景点都集中这个范围内；在三环以外活动的游客很少；四环 MKAD 为最外环（Moskovskaya koltsevaya avtomobilnaya doroga），全长 108 公里，勾勒出整个莫斯科的轮廓。

莫斯科也是欧洲的著名旅游城市，由于城市绿化面积高，也有“森林中的首都”之称，在树荫掩映下，充满斯大林时期风格的老建筑——大底座、高尖顶，当然也少不了现代化的高楼大厦。莫斯科的街道上有数量众多的名人雕像，俄罗斯的文化灿烂，历史悠久，又曾饱经战事，从街上这些无声的纪念，便可看出俄罗斯人的民族自豪感所在。

PatrickLee 俄罗斯人很友好，完全不像媒体报道的那样，没有碰到过任何以盘查护照为由要钱的流氓行为。警察和普通民众都很好客，只要有问题，他们肯定会帮你解答；俄罗斯的年轻人地铁里基本不听歌、不玩手机，很多人都捧一本书，认真翻阅，这使我我觉得我中华民族如果不在未来也培养起年轻人好学的习惯，以后肯定会渐渐没落；跟西欧、北欧一样，只要你过马路时走人行横道，汽车肯定会让你，不论它开得多快，到你面前肯定停；都说莫斯科贫富差距很大，这次有了深刻的体会。莫斯科可以富到 400 米之内停了辆 R8 跑车，一辆幻影劳斯莱斯，也会穷到穿着褴褛的穷人躲在地下通道抱着廉价伏特加睡觉。

特别推荐 Specials

地下宫殿 1 日游

莫斯科地铁以其建设规模和内部装潢之华丽闻名世界，享有“地下的艺术殿堂”美誉。换乘站多，回廊之间线路比较复杂，几乎连接了莫斯科城区的所有主要景点和车站。除了地铁内精美的雕刻、壁画，每个站台背后的故事更是吸引游客的亮点，更不用说关于和地铁有关的各种民间传说了……（神秘的“莫斯科地铁失踪案” [小波门下走狗](http://www.mafengwo.cn/i/1169397.html) 游记 <http://www.mafengwo.cn/i/1169397.html>）

永远高贵的天鹅

芭蕾并非起源于俄罗斯，也非成长于俄罗斯，而它却发展于俄罗斯，成就于俄罗斯，成为俄罗斯艺术中的一朵奇葩。而将俄罗斯芭蕾艺术推向顶峰的伟大音乐家当属柴可夫斯基，他著名的三大芭蕾舞剧《天鹅湖》、《胡桃夹子》和《睡美人》至今常演不衰，它们的首演，都发生在莫斯科这座神奇的城市。

最佳旅游时间 莫斯科的最佳旅游时间是初秋两季（5 月、9 月），莫斯科的夏天不会达到“炎热”的程度，但有时日照强烈，要注意防晒。

消费与汇率 通用货币 俄罗斯的通用货币为卢布（RUB）。参考汇率 1 元人民币 ≈ 5.8 卢布；1 欧元 ≈ 48.2 卢布；1 美元 ≈ 35.1 卢布（2014 年月）**消费水平** 2013 年年初出炉的“全球旅行物价指数排行榜”，莫斯科排行第一。旅馆和餐饮价格要比北京高出 3-5 倍。在酒店和餐厅，习惯支付 5 - 10% 的小费。

穿衣指南 去莫斯科，挡风大衣（带帽子、最好防雨）很有必要，因为即使是夏天，早晚也有温差。如果选择国庆长假或春节去莫斯科，要穿羽绒服、冲锋衣等。

时差 莫斯科与中国北京时间相差 4 小时，如北京下午 4 点时为莫斯科中午 12 点。

致谢

封面提供: tony0804

美食达人: 盲盲

摄影达人: tony0804

交通达人: 飞龙在天不见首尾

线路达人: 淡淡

感谢其他蜂蜂: sasha clr804 lionsisi mark infinitylu ranger patricia huangxi6333 545218680@qq.com silver0817 edith PatrickLee powerfish Beverly Lazisset ju1970x varvara2010 redsail sherryjane fanshini 漫天雪 2012 飞飞_xu 只爱水鱼 月满西楼 彩瑜 小鹏 野兔小滚 就爱游 慢慢走且行且远 天野 黛丝 快乐大叔 大胖 洋洋洋 菲儿心无界 关耳郑 金林涛本尊(绍兴) 笑春风 小一 渡渡草 刘-小芬 大李 袁小梦 小波门下走狗 鹤顶红 盲盲 黛丝 埋个黄 他化自在天 懒兔子 阿滇是我 菩提树下 不惑

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识版权；未经本公司明确书面许可，任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。



亮点 Highlights

★体验金环古镇的别样风光

在莫斯科周围有着一系列形成于中世纪的古城镇，它们是莫斯科和圣彼得堡建都前的政治宗教中心，小镇内教堂林立，洋溢着浓厚的俄罗斯风情。它们如同珍珠一般散落在那里，熠熠生辉，并形成了环形分布的状态，所以被称为“金环”，是俄罗斯最负盛名的旅游区之一。

★中心的中心

莫斯科是典型的环形建设城市，权力的中心也是地理位置上的中心，在红场上，有俄罗斯的公路零起点，克林姆林宫更是代表了最高的国家权威，是整个俄罗斯的象征，而整个建筑群中所涵盖的历史瑰宝、文化与艺术古迹，更是一座无价的宝库。

景点 Sights

比起圣彼得堡的华丽，这座被森林包围的城市里多了分大气。

看建筑：庄严而古老的红场，色彩艳绝的圣瓦西里大教堂，还有被称为世界第八大奇迹的克里姆林宫，繁复的雕塑和浮雕装饰，鲜亮的色彩，宛如童话世界。

品文化：瞻仰革命先烈或者是文学巨擘，市中心随处可见的或大或小、或国立或私人的博物馆、画室、纪念碑让人目不暇接。哪怕是一所学校，一座办公楼，其建筑背景都不可小觑，不是某位公爵的府邸，就是哪个贵族小姐的后花园。

另外，这里还有世界上最华丽的地铁、古色古香的阿尔巴特街（The Old Arbat Street）和迷人的夜景，在这座古老而又年轻的城市里，细细体味，每一处都可能带来惊喜。

莫斯科有 12 个行政区，主要景点都位于中央行政区（Центральный административный округ），下面再细分出 10 个区域。以下景点按逆时针顺序挑选出重要景点以供出行参考。

红场 - 克林姆林宫及周边

红场 The Red Square

红场原名“托尔格”，意为“集市”，1662 年改为“红场”，意为“美丽的广场”，面积 9.1 万平方米，位于市中心，是国家举行各种大型庆典及阅兵活动的中心地点，是世界上著名的广场之一。

红场的地面很独特，全部由条石铺成，古老而神圣。在红场的西侧是列宁墓和克里姆林宫的红墙及 3 座高塔，列宁墓上层，修建有主席台。每当重要仪式时，领导人就站在列宁墓上观礼指挥。

在列宁墓与克里姆林宫红墙之间，有 12 块墓碑，包括斯大林、勃列日涅夫、安德罗波夫、契尔年科、捷尔任斯基等前苏联政治家的墓碑。斯大林的遗体最初也在列宁墓里，1962 年 10 月 31 日，移出列宁墓，葬在列宁墓的后面。

位置导航

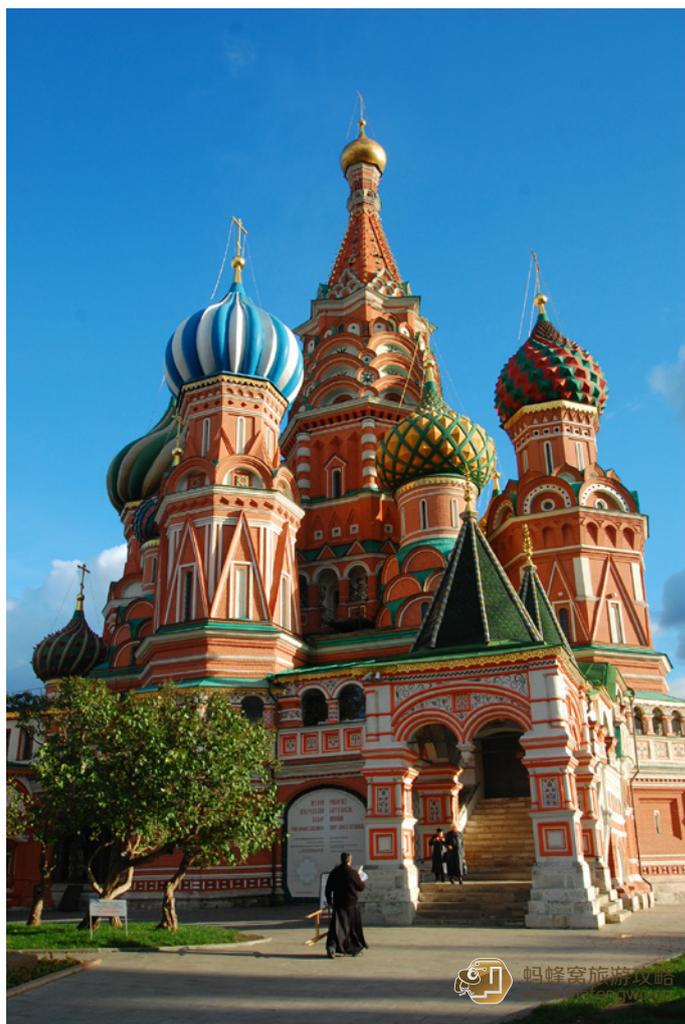
红场南边是莫斯科的另一个地标性建筑——圣瓦西里大教堂，北侧是国家历史博物馆，东面是世界知名十家百货商店之一国营百货商店（GUM，经常被音译为“古姆商场”）。

开放时间：和天安门广场一样，红场夜间不能进入，但是圣瓦西里大教堂和克林姆林宫的外墙会被灯光点缀得十分漂亮，摄影爱好者别忘记带上三脚架和长焦镜头

到达交通：地铁 Ohotnii Ryad 站、Teatralnaya 站或 Ploshad Revolutsii 站

圣瓦西里大教堂 St Basil Cathedr

圣瓦西里大教堂建于 1555-1561 年，教堂的任何一面都是正面，没有正面、侧面和背面之分。教堂中间是一个带有大尖顶的教堂冠，周围分布着 8 个带有不同色彩和花纹的小圆顶，再配上九个金色洋葱头状的教堂顶，风格独特。那 8 个塔楼上的 8 个圆顶分别代表一位圣人，而中间那座最高的教堂冠则象征着上帝的至高地位。为了保证不再出现同样教堂，伊凡大帝残酷地刺瞎了所有建筑师的双眼，伊凡大帝也因此背负了“恐怖沙皇”的罪名。



powerfish 圣瓦西里大教堂





教堂内部在几乎所有的过道和各小教堂门窗边的空墙上都绘有 16-17 世纪的壁画。殿堂分作上下两层，现在被作为展览厅。部分展厅陈列图片和模型介绍这一教堂的建筑历史和 4 个世纪以来的变化。16 世纪，俄罗斯军队攻克当时最坚固的城堡之一喀山时所使用的武器装备在这里展出；陈列在喀山被围景况模型旁边的是一份攻占计划，当时俄罗斯士兵的阵容和行动地点在这份 16 世纪的作战计划中展示得非常详细和可信。

地址：红场南面

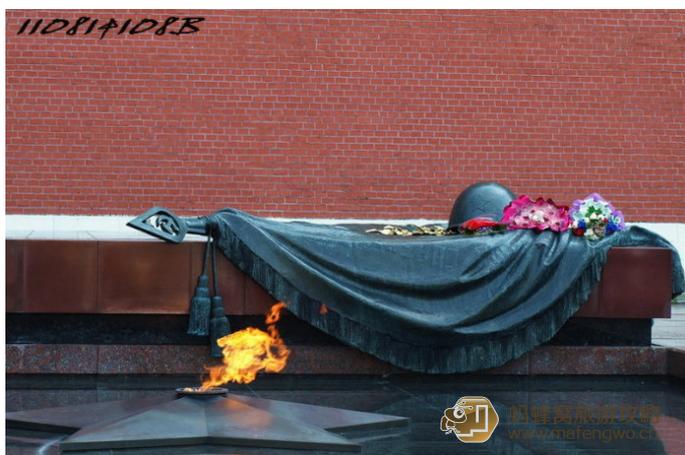
费用：100 卢布（学生半价）

开放时间：11:00-17:00（周三 - 周一）

联系方式：+7-495-6983304

到达交通：地铁 Ploshchad Revolyutsii 站

列宁墓 Lenin Mausoleum



 **菲儿心无界** 列宁墓前，两名神情庄重的持枪哨兵，昼夜为烈士守灵

1924 年列宁逝世后长眠于此。列宁墓由红色花岗石和黑色长石建成。列宁的身上覆盖着前苏联的国旗，脸和手都由特制的灯光照着，清晰而安详，遗体被安放在水晶棺中，定期对外开放。以前列宁墓前有士兵站岗，每小时换岗一次。1993 年底，这个有名的 1 号岗被撤掉了，现在安排在无名烈士墓旁，感兴趣的游客可以前往无名烈士墓观看士兵换岗。

地址：Pl Revolyutsii Red Square

费用：免费，但是不能带手机和包进入，门口有存包处

开放时间：10:00-13:00（周一、周五闭馆）

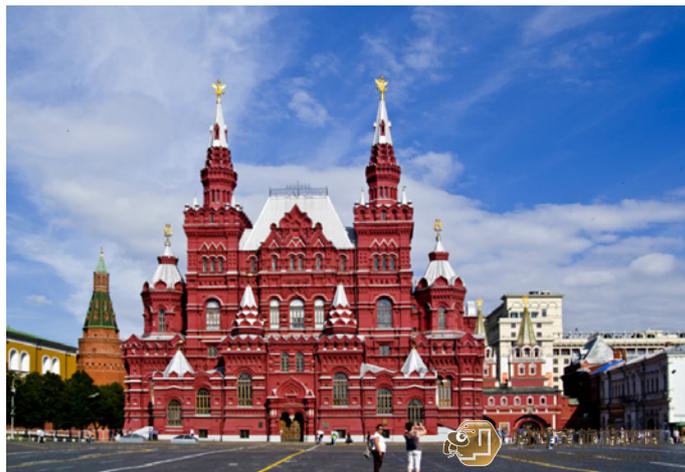
联系方式：+7-495-6235527

到达交通：地铁 Ploshchad Revolyutsii 站

国家历史博物馆 National History Museum

历史博物馆位于红场北面，修建于 1873 年，古典主义风格的建筑，同样是莫斯科的地标性建筑。馆藏展品和档案材料丰富多样，向人们展示了俄罗斯的政治、经济、和文化生活的侧面，全方位介绍俄罗斯民族的历史和文化。

博物馆里有最完整、最丰富的古币收藏室；有大量的出土文物，还有俄罗斯、东方和部分西方的武器，俄罗斯和外国的服饰织物，农用工具，木制家什和其他的雕花和彩绘木器，陶瓷和玻璃制品。另外，馆中还分门别类地收藏着大量描绘历史人物、事件、特点、建筑等的绘画，而且有历史地图，民情风俗档案，各种手写本、古印本等。



 **tony0804** 红场北端就是国立历史博物馆

历史博物馆前面是朱可夫元帅的雕像。朱可夫（1896-1974），前苏联元帅，世界著名军事家，曾任前苏联国防部长。第二次世界大战中苏军主要领导人之一，参与制订和执行了苏军几乎每个重大战役计划。

博物馆东侧通向红场的入口处，是莫斯科的中心点，零公里处，所有路的里程都是从这里开始计算的。莫斯科的 9 个火车站，都是以通往的终点站命名，比如通向斯摩棱斯克的，就叫斯摩棱斯克站，通往基辅的，就叫基辅站。以莫斯科为中心，向周围辐射开来。显而易见，莫斯科的中心意识是非常强烈的。

地址：ploshchad' Krasnaya, 1, Moscow (площадь Красная, 1, Москва, Россия)

费用：成人 250 卢布 / 儿童 60 卢布 / 学生和老人 80 卢布 / 带小孩的家庭票 440 卢布

网址：<http://www.shm.ru/>（英文：<http://www.shm.ru/en/>）

开放时间：周一、周三、周五、周六，10:00-18:00（17:00 停止售票）；

周二：11:00-20:00（19:00 停止售票）；周日：11:00-20:00（19:00 停止售票）；

新馆：11:00-19:00（18:00 停止售票）；周二闭馆、每月第一个周一闭馆

联系方式：+7-495-6924019

到达交通：地铁 Okhotny Ryad 站、Ploshchad Revolyutsii 站或

Teatralnaya 站

国营百货商店 GUM (Gosud-arstvenny Universalny Magazin)

位于红场东北边的 GUM 商场，是建于 19 世纪的国营老商店，苏联时期这里的货架上都是些质量中等的基本货品，但门前永远是排得长长的队列。如今这里已经摇身变成了繁华的时尚地标，有超过千种的名牌店面，还有不少复古小店，不过商品都价格不菲，建议逛逛就好，重点可以放在参观商场的内部建筑上。

因为与其说它是商店，不如说它更像宫殿，极具欧洲古典风格的米黄色建筑和旁边色彩瑰丽的教堂和谐地组成红场上一道亮丽的风景。

地址：ploshchad' Krasnaya, d.3, Moscow

网址：<http://www.gum.ru/>（英文 <http://www.gum.ru/en/>）

开放时间：10:00-22:00

联系方式: +7-495-7884343;
邮箱: info@gum.ru
到达交通: 地铁 Ploschad Revolutsii 站



tony0804 GUM 商场

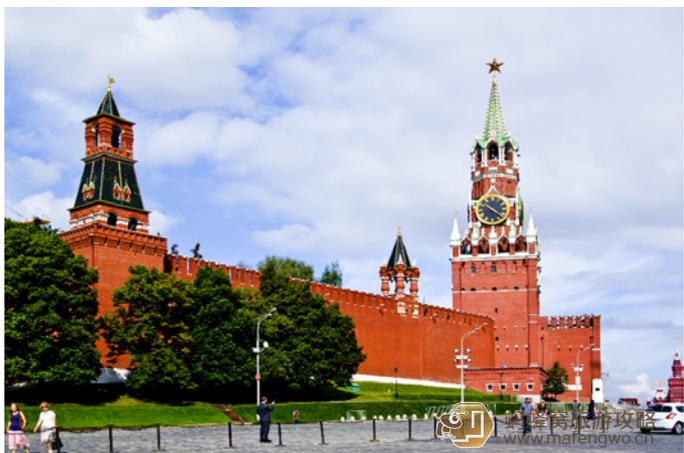
克林姆林宫 Kremlin

克里姆林宫位于莫斯科的最中心，是俄罗斯国家的象征，世界上最大的建筑群之一，也是世界文化遗产之一。

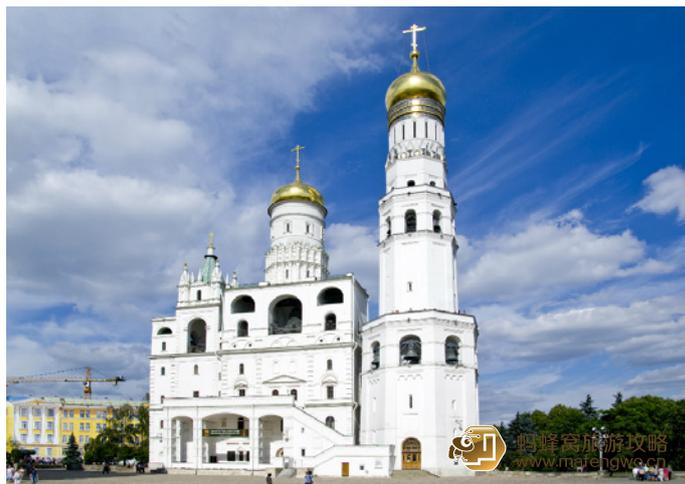
克里姆林宫东南与红场相连，呈三角形，共有塔楼 19 座，参差错落地分布在三角形宫墙上，其中最壮观、最著名的要属带有鸣钟的救世主塔楼。5 座最大的城门塔楼和箭楼装上了红宝石五角星，这就是人们所说的克里姆林宫红星。

克里姆林宫庞大的建筑群内最重要的建筑有：

兵器馆（兵器博物馆，Armoury Chamber）、圣母升天大教堂（the Assumption Cathedral）、天使长大教堂（the Archangel Cathedral）、天使报喜大教堂（the Annunciation Cathedral）、圣母圣袍存放教堂（the Church of Laying Our Lady's Holy Robe）、牧首宫（the Patriarch's Palace）、十二使徒教堂（the Twelve Apostles' Church）及伊凡大帝钟塔（the Ivan the Great Bell-Tower）。



ony0804 克林姆林宫外墙



tony0804 伊凡大帝钟塔

地址: Кремль, Moscow

费用: 建议跟团游，集体购票；个人购票参见“个人购票指南”

网址: <http://www.kreml.ru/>（英文 <http://www.kreml.ru/en/>）全景图 http://tours.kremlin.ru/#/ru&1_5（可手动对应各主要建筑位置）

开放时间: 周四关闭，其他时间 10:00-17:00；兵器馆开放时间比较特殊，游客须在指定时间入场，且至少提前 1 小时购票，开放时间为 10:00, 12:00, 14:30 和 16:30

联系方式: +7-495-6953776

到达交通: 地铁 Borovitskaya 站、Biblioteka imeni Lenina 站、Aleksandrovskiy sad 站、Arbatskaya 站、Teatralnaya 站、Ploschad Revolyutsii 站或 Okhotniy Ryad 站，最近的是 Borovitskaya 站和 Biblioteka imeni Lenina 站

用时参考: 1 天

克林姆林宫 - 兵器馆

兵器馆位于克林姆林宫的西南角，这里收藏了历经几个世纪积累起来的奇珍异宝，令人眼花缭乱。

参观兵器馆游客需要在指定时间进入，一般跟随导游或语音导览，快速地浏览大部分重要展品也需要 1 个小时。最好从楼上开始参观：

R1: 12 世纪 -17 世纪之间的金银器皿

R2 著名的复活节彩蛋——由圣彼得堡著名的珠宝商法贝热家族

（Fabergé）制作。最著名的是跨西伯利亚铁路彩蛋（Grand Siberian Railway Egg），有黄金制成的火车，带一个铂金火车头和红宝石做的照明灯。

R3 和 R4: 收藏了各种兵器、盔甲，比较著名的是雅罗斯拉夫王子（Prince Yaroslav）的盔甲。

R5: 外国大使赠礼展

R6: 18 世纪女王加冕典礼的礼服展

R7: 王室陈列馆，这里有曾经沙皇所拥有的镶嵌着 800 颗钻石的王座，还有著名的宝石、貂皮制成的“莫诺马赫金帽”（Monomakh Cap）

R8 和 R9: 皇室马车

克林姆林宫 - 钻石基金会展览 Diamond Fund Exhibition

展览位于兵器馆所在的大楼内，这里有数个世纪积攒下来的大量宝石、钻石和皇室珠宝，还有世界上最大的蓝宝石。其中最经典的是叶卡捷琳娜女皇的一颗 190 克拉的大钻石。

费用: 500 卢布 / 人



开放时间：10:00-13:00,14:00-17:00（周四闭馆）

联系方式：+7-495-6292036

克林姆林宫 - 天使长大教堂 the Archangel Cathedral

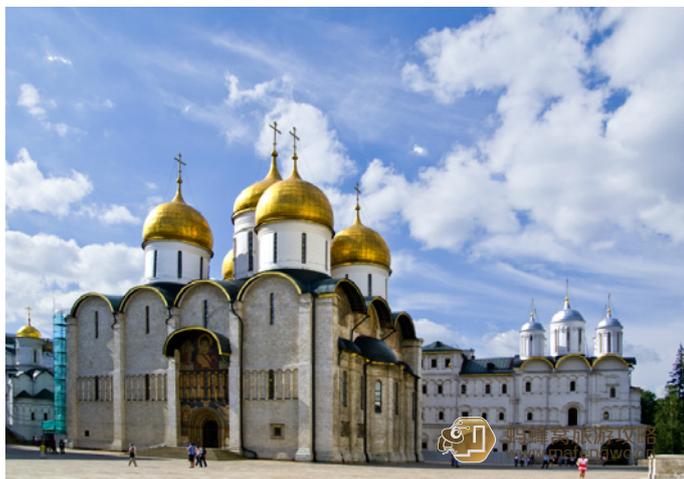
教堂位于广场东南角，在伊凡大帝钟塔和大克林姆林宫之间，一直以来都是举行沙皇加冕典礼、婚礼及葬礼的地方，直到迁都圣彼得堡之前，教堂一直都是历代沙皇的主要墓地。

天使长大教堂建于1505年-1508年之间，是俄罗斯拜占庭式建筑，但外部结构还是能看到威尼斯文艺复兴时期的建筑特征。

克林姆林宫 - 圣母升天大教堂 the Assumption Cathedral

圣母升天大教堂位于克林姆林宫中心的大教堂广场北侧，那五个金色圆顶十分抢眼。教堂大门上有一幅圣母玛利亚的壁画，正对广场。参观的入口位于教堂西边，教堂内部色彩明亮，到处都是温暖的金色、红色和蓝色。

教堂东南边一个带帐顶的宝座，是1551年为伊凡大帝而制作的，因为上面雕刻的画面上讲述了莫诺马赫大公的生平，所以也被称作“莫诺马赫宝座”（Throne of Monomakh）。



tony0804

克林姆林宫 - 天使报喜大教堂 the Annunciation Cathedral

天使报喜大教堂位于大教堂广场西南角，南边是由画廊改建而成的大天使加百列礼拜堂（Archangel Gabriel Chapel），里面是色彩华丽的东正教圣障。

最吸引人的莫过于教堂地下室的克林姆林宫考古展览（Archaeology of the Kremlin），展览向人们展示了莫斯科从12世纪到14世纪之间的重要文物。

克林姆林宫 - 牧首宫 the Patriarch's Palace

牧首宫建于17世纪中叶，参观亮点是其内部庄严肃穆的十字厅（Cross Hall），这里曾是沙皇和各国使节举办宴会的场所。另外，宫殿内还有一个王室物品展，可以看到17世纪王室所用的家具、狩猎工具和珍贵的珠宝。牧首宫是经常举办特展的场所。

克林姆林宫 - 伊凡大帝钟塔 Ivan the Great Bell Tower

伊凡大帝钟塔位于大教堂广场东边，是克林姆林宫整个建筑群里最高的建筑，那两个金色的圆顶也是这一带的地标，在20世纪以前，莫斯科是禁止建筑物高于伊凡大帝钟塔的，这也解释了为什么老建筑高度如此统一的原因。

伊凡大帝钟塔的中心是一座重达65吨的镀金钟——费拉列特钟

（Filaret），因当年的牧首——费拉列特而得名。

而更为人所知的沙皇钟（Tsar Bell），并不在钟塔内部，而是树立在钟塔旁边。沙皇钟是世界上最大的钟（重达202吨），但却因为经历火灾和后来重塑过程中的失误，从来没有被敲响过。

沙皇炮（Tsar Cannon）位于钟塔北边，于1586年建造，上面有铸造者费奥多尔一世的肖像。



tony0804 也被称为“炮王”，可惜这门炮也是门哑炮，从未发射过一发炮弹

【小贴士】个人购票指南

进入克林姆林宫不能带包，需要寄存。

寄存处 Left-Luggage Office

地址：位于亚历山大花园（Alexander Garden）西南方向的库塔菲亚塔（Kutafya Tower）处，这里也是克林姆林宫的主要入口

费用：60卢布 / 件

办公时间：（周四关闭）9:30-16:30

到达交通：地铁 Aleksandrovsky Sad 站

主售票处 Kremlin Ticket Office

地址：Aleksandrovsky Sad

售票时间：9:30-16:00（周四关闭）

到达交通：地铁 Aleksandrovsky Sad 站

其他售票处

地址1：兵器馆（the Armoury Chamber）

地址2：大教堂广场

兵器馆门票（需单独购买）

至少提前45分钟购买，700卢布 / 人，有国际学生卡（ISIC 或 IYTC）可买学生票，200卢布 / 人。兵器馆内禁止摄像或摄影，并需要至少提前45分钟买票，馆内有语音导览。

售票地点：Aleksandrovsky Sad

售票时间：9:30-16:30（周四关闭）

24小时咨询电话：+7-495-6953776



大教堂广场建筑群 (the Architectural Complex of the Cathedral Square) 套票

套票包含了 5 个教堂、博物馆，还包括了牧首宫及伊凡大帝钟塔里的展览。全价票 350 卢布 / 人，儿童及持有 ISIC 或 IYTC 卡的学生可以购买优惠票，票价 100 卢布 / 人。套票内包含的博物馆和教堂内都禁止摄像或者摄影。

售票地点：Aleksandrovsky Sad

售票时间：9:30-16:30 (周四关闭)

24 小时咨询电话：+7-495-6953776

伊凡大帝钟塔 (塔内的克林姆林宫历史博物馆) 门票

钟塔有语音导览，时长 45 分，游客须遵守时间进入参观 (10:15、11:30、13:45、15:00 和 16:00)，全价票 500 卢布 / 人，儿童 (12 岁以上) 及持有 ISIC 或 IYTC 卡的学生优惠票 250 卢布 / 人。12 岁以下儿童不能进入钟塔参观。

售票地点：Aleksandrovsky Sad

网址：<http://belltower.kreml.ru/index.php?lang=eng>

牧首宫内展览门票

全价票 200 卢布 / 人，儿童及持有 ISIC 或 IYTC 卡的学生可买优惠票 100 卢布 / 人。

售票地点：Aleksandrovsky Sad

售票时间：9:30-16:30 (周四关闭)

天使报喜大教堂地下室“克林姆林宫的珍宝与古董展览”门票

售票地点：Aleksandrovsky Sad

售票时间：9:30-16:30 (周四关闭)

亚历山大花园 Alexandrovsky Garden

亚历山大花园是克里姆林宫红墙外的一个长方形公园。这里是莫斯科人休息游玩最喜欢去的场所之一。现在修建的马涅什地下商场和广场，与花园浑然一体，喷泉、雕塑随处可见。

在花园内，有著名的无名烈士墓，它建成于 1967 年胜利节前夜。墓前有一火炬，不灭的火焰从建成时一直燃烧到现在。墓碑上镌刻着：“你的名字无人知晓，你的功绩永世长存”。外国代表团来访，一般都要瞻仰烈士墓，并敬献花圈。许多莫斯科人结婚时都要来到这里，新人们怀着崇敬的心情向无名英雄们献上美丽的鲜花。

地址：Alexandrovsky Garden

到达交通：地铁 Aleksandrovsky Sad 站

莫斯科大剧院 The State Academic Bolshoi Theater of Russia

也经常被称为“俄罗斯国家模范大剧院”，位于剧院广场 (Teatralnaya Ploshchad) 的莫斯科大剧院占据了广场几乎一半的面积，建于 1776 年，是俄罗斯历史最悠久的剧院。

剧院是一座乳白色的古典主义建筑，门前竖立着 8 根古希腊伊奥尼亚式的圆柱，

门廊上方装饰着四匹骏马和太阳神阿波罗的马车，是莫斯科的标志之一。

在 200 多年的历史中，大剧院不但见证了俄罗斯芭蕾艺术发展的每一个脚步，更培养出了为数众多的舞蹈和歌剧名家。1877 年柴可夫斯基的《天鹅湖》就是在这里首演。



菲儿心无界 从亚历山大花园经过这座双塔门楼就进入了红场。这里是真正的莫斯科的中心——零公里标志点

地址：Theatre Square, 1, Moscow

费用：1,000 卢布起

网址：<http://www.bolshoi.ru/>

联系方式：+7-495-4555555

到达交通：地铁 Ohotnii Ryad 站、Teatralnaya 站或 Ploshad Revolutsii 站

阿尔巴特区 Arbat (Арбат)

阿尔巴特大街 Arbat Street

莫斯科的阿尔巴特大街是一条具有 500 多年历史的老街，它连接了东北端的阿尔巴特广场和西南端的斯摩棱斯克广场，1985 年成为莫斯科的第一条步行街。阿尔巴特不算宽，最宽处也就 20 来米，路面全部用砖石铺设，街道整洁，街两旁建于 14 ~ 16 世纪的古典建筑简洁而稳重，比较注重居住区的实用性。这里曾是艺人和画家荟萃的天堂，因此保存有许多古色古香的建筑。

现在的阿尔巴特街也主要是文化商业街，店铺大多是古玩店、旧书店和珠宝店。阿尔巴特街的小店铺一家挨一家，商品种类极其繁多，如暖和的护耳皮帽，精心编制的大草鞋，琳琅满目的耳环、坠子，各种古怪的护身符等。



huangxi6333 阿尔巴特大街街景

地址：地铁 Smolenskaya 站（蓝线）或 Arbatskaya 站（从西口出），后者靠近新阿尔巴特大街

普希金故居博物馆 Pushkin House-Museum

这里曾经是普希金夫妇婚后居住过的住宅，现在已经改建成了故居博物馆。



阿滇是我 普希金故居博物馆外墙

地址：ul Arbat 53

费用：80 卢布

网址：<http://www.pushkinmuseum.ru/>

开放时间：10:00-17:00（周一、周二闭馆）

联系方式：+7-499-2419293

到达交通：地铁 Smolenskaya 站

梅尔尼科夫故居 Melnikov House

如果你对建筑有所涉猎，一定知道这位伟大的结构主义建筑大师。梅尔尼科夫在这里一直居住到 1974 年去世，这也是苏联时期为数不多的私有住宅之一。

地址：Krivoarbatsky per 10

网址：www.melnikovhouse.org

到达交通：地铁 Smolenskaya 站

赫莫夫尼区 Khamovniki (Хамовники)

普希金艺术博物馆 Pushkin Fine Arts Museum

普希金博物馆可以说是莫斯科最大的外国艺术品的收藏馆，它始建于 1898 年，1912 年落成。该馆收藏着从古代埃及、巴比伦直到今天各个时代的 54.3 万件艺术品。这家博物馆的大楼，正面是古典式的，有 6 根圆柱，四周是柱廊。

这里共有 3000 多幅意大利、荷兰、比利时、德国、西班牙、英国、法国和美国艺术家的油画，其中有波提切利的《报喜》、鲁本斯的《酒神节》、伦勃朗的静物画、莫奈的《草地上的早餐》、德加的《摄影师面前的舞女》、梵·高的《放风的囚徒》、毕加索的《站在地球上的少女》、马蒂斯的《金莲花与“舞蹈”壁画》等。

除了外国艺术家的油画外，这里展出了古埃及的文物、古希腊的花瓶以及 8 至 15 世纪的意大利圣像。罗丹的大理石雕像《夏娃》、米开朗琪罗的雕像《大卫》的复制品以及其他许多著名雕塑的复制品也是这个博物馆的特色之一。

为了纪念伟大的俄国诗人普希金，1937 年，这个博物馆被命名为普希金博物馆。

地址：ul Volkhonka 12

费用：300 卢布 / 人（成人），学生半价，语音导览租用费用 200 卢布 / 台

网址：<http://www.museum.ru/gmii>

开放时间：10:00-18:00（周一闭馆）

联系方式：+7-495-2037998；邮件：finearts@gmii.museum.ru

到达交通：地铁 Kropotkinskaya 站

基督救世主大教堂 Cathedral of Christ the Savior

莫斯科基督救世主大教堂原是为纪念 1812 年抗法战争胜利而建，1831 年完成设计，教堂内的雕塑做了 17 年，壁画描了 23 年，届时才最终完成。室内的壁画与圣像经过细心雕琢的装潢，制造出壮阔的空间感。庄严的壁画和圣像画描述着拿破仑战役与东正教的胜利。1887 年最终启用的这座大教堂是莫斯科最大的教堂，有 5 个镀金的葱头状圆顶，中央圆顶高 102 米。

十月革命后，莫斯科市政府于 1931 年炸掉了这座珍贵的古建筑，打算在原地造 200 余米高的苏维埃宫，仅顶上的列宁塑像就高达 40 米。打了地基后发现设计有重大缺陷，只好停工，在地基上别出心裁地盖了座露天游泳池，这座游泳池的水冷天也热得冒蒸气。政治巨变后，莫斯科市政府于 1994 年决定在原址重建基督救世主大教堂，花了 3 亿美元和 6 年时间，总算让历史回到 1931 年。

大教堂对面是彼得大帝的塑像，一条被抬起来的高高在上的船，大帝拿着图纸，站在船头。旁边和下面有诸如船帆、绳子之类的东西。

地址：ул. Волхонка, 15, Москва

费用：免费

网址：<http://www.xxc.ru/>（英文版：<http://www.xxc.ru/english/index.htm>）

开放时间：10:00-17:00

联系方式：+7-495-637127

到达交通：地铁 Kropotkinskaya 站

圣母公墓 Novodevichy Cemetery

新圣母公墓始建于 16 世纪位于莫斯科城的西南部，起初是教会上层人物和贵族的安息之地。到 19 世纪，新圣女公墓才成为俄罗斯著名知识分子和各界名流的最后归宿。该公墓占地 7.5 公顷，埋葬着 2.6 万多位俄罗斯各个历史时期的名人，是欧洲三大公墓之一。



很多曾经对俄罗斯历史发展进程中起到推动作用的名人都长眠于此，其中很多名字对我们早已不再陌生——契诃夫、果戈理、马雅可夫斯基……在这里，墓主的灵魂与墓碑的艺术巧妙结合，形成了特有的俄罗斯墓园文化。

现在每天都有大批的莫斯科市民来到这里，似乎只要在这里停留片刻，紧缩的心灵就会得到舒展和放松，平淡无奇的生活又会重新燃起希望的烛光。这里似乎有种魔力，引着一代代人前来朝拜。

地址: proyezd Luzhnetskiy, 2, Moscow

费用: 免费

网址: <http://novodevichye.com/>

开放时间: 9:00-18:00

联系方式: +7-499-2466614

到达交通: 地铁 Sportivnaya 站

新圣母修道院 Novodevichy Convent

作为世界文化遗产的新圣母修道院是莫斯科最美丽最和谐的建筑之一，是俄罗斯最著名的修道院之一，也是莫斯科市区规模最宏伟的宗教建筑群之一，是仅次于克里姆林宫的重要文物。

新圣母修道院，坐落在莫斯科西南，距离克里姆林宫大约 4 公里，靠近莫斯科河的浅滩，这里是通向莫斯科市的要冲之地，因此这座修道院也兼作城堡，具有保卫首都门户的要塞意义。呈现在游客面前的红白相间古色古香的高高的塔楼和围墙，使修道院看起来像一个中世纪城堡。

新圣母修道院建于 1524 年，是瓦西里三世为纪念古城斯摩棱斯克从立陶宛政权下重归俄国版图而建造的；院内最古老的石结构教堂名为斯摩棱斯克大教堂。正是这些石结构，使其在多次战争中幸存，包括 1812 年的莫斯科大火。

18 世纪前，该修道院曾处于皇家的保护之下，享有“御用修道院”的声誉，因此其建筑风格典雅而华丽，白石细节与粉红砖墙相结合，构成一片醒目的粉红色建筑。1598 年这里曾举行鲍里斯·戈杜诺夫的沙皇加冕典礼；17 世纪末，彼得大帝与其同父异母的姐姐索菲娅，展开了一场权力之争，彼得大帝胜利后，索菲娅被强行在此剃度为修女，1704 年死于这座修道院。

修道院的主体建筑是斯摩棱斯克大教堂和小巧的八角形钟楼。大教堂内陈设有 16 世纪的油画和 17-18 世纪的圣像。八角形钟楼上那闪亮的镏金圆顶，在莫斯科许多地方，都能看到，十分醒目。

修道院内有新圣女公墓，1923 年起，成为名人公墓，果戈里、契诃夫、奥斯特罗夫斯基、赫鲁晓夫都葬在这里，几乎每一座墓碑都是一个雕塑艺术品。

地址: proyezd Luzhnetskiy, 1, Moscow

费用: 免费

网址: <http://novodevichye.com/>

开放时间: 9:00-18:00

联系方式: +7-499-2468526

到达交通: 地铁 Sportivnaya 站

莫斯科河畔区 Zamoskvorechye (Замоскворечье)

特列季科夫美术馆 Tretyakov Gallery

特列季科夫美术馆内所珍藏的都是真正的俄罗斯艺术瑰宝，这里是莫斯科不可错过的必游景点。美术馆内有近 14 万件藏品，62 个展厅，陈列着从 11 世纪到苏联现代画家的绘画作品。



tony0804 赫鲁晓夫的墓碑上立着一块三米高两米宽的墓碑，墓碑由黑白两色的花岗石几何交叉在一起，赫鲁晓夫的头像就夹在黑白几何体的中间。雕塑家涅伊兹维斯内通过黑白两色交错的花岗石表现了赫鲁晓夫鲜明的个性和他的功过政绩。赫鲁晓夫的头颅从花岗石中探出来，紧盯着来往的后人，微笑着倾听后人对自已的评价

1856 年 5 月 22 日，俄罗斯商人巴维尔·特列季科夫购买了一幅名为《与芬兰走私者的冲突》的油画，开始了他的绘画收藏，因此这一天也被视为特列季科夫画廊的生日。美术馆大门上方装饰着莫斯科旧城徽，门前是特列季科夫雕像。

美术馆内数量最多的是 19 世纪的作品，这一时期正是俄国古典绘画艺术的顶峰时期，涌现出一大批优秀画家及作品，其中以列宾、苏里科夫和瓦斯涅佐夫为杰出代表，他们的俄罗斯现实主义艺术的经典作品，真实地描绘了人民的生活，很多优秀的人物肖像画、历史事件画和风景画是传世佳作。

地址: pereulok Lavrushinskiy, 10, Moscow (переулок Лаврушинский, 10, Москва, Россия)

费用: 450 卢布 / 人 (成人)，学生票 300 卢布 / 人，语音导览 360 卢布 / 人，导游 (美术馆工作人员) 3600 卢布

网址: <http://www.tretykovgallery.ru/en>

开放时间: 周四、周五: 10:00-21:00 (20:00 后停止售票); 周二、周三、周六、周日: 10:00-18:00 (17:00 后停止售票); 周一闭馆

联系方式: +7-499-2307788

到达交通: 地铁 Tretyakovskaya 站



袁小梦 特列季亚科夫美术馆

新特列季亚科夫美术馆 New Tretyakov Gallery

新特列季亚科夫美术馆是展示 20 世纪俄罗斯艺术的重要场馆，位于老馆附近，美术馆内收藏有多幅典型的社会主义和现实主义画像，还有很多先锋派画家的作品，如马列维奇、康定斯基、夏加尔等。

地址：ulitsa Krymskiy Val, 10/14, Moscow

费用：成人 225 卢布，学生 150 卢布

网址：<http://www.tretyakovgallery.ru/en/>

开放时间：10:30-18:30（周一闭馆）

联系方式：+7-499-2307788

到达交通：地铁 Park Kultury 站或 Oktyabrskaya 站

高尔基公园 Gorky Park

高尔基公园也被称为“文化公园”（Park Kultury），内部有植物园和游乐场，是莫斯科人休闲的好去处。公园的主入口甚是华丽，彩色旗帜飘扬，伴随而来的还有在园内经常举办的传统酒会的欢快之声。

2011 年公园经过了改造，现在已经是潮人聚集地了，除了新增了不少氛围独特的咖啡厅，还有露天电影院，园内覆盖有免费 wifi，还会经常举办一些展览。

地址：ulitsa Krymskiy Val, 9, Moscow

费用：25 卢布（水族馆 2,000 卢布 / 人，儿童 1,500 卢布 / 人）

到达交通：地铁 Oktyabrskaya 站

格罗城 Kitay Gorod (Китай-город)

在现代俄语中格罗城音似“唐人街”，实际上这里是 13 世纪之后有名的商贸中心区，位于克林姆林宫和红场的东部，也是莫斯科最古老的社区之一。

尼克尔斯卡亚大街 Nikolskaya Ulitsa

这里是格罗城内最繁华的街道，也是曾经的商业中心，很多建于 17-18 世纪老建筑如今依然屹立在街道旁。比较著名的有 9 号的老修道院

（始建于 1661 年）和 15 号的宗教会议印刷厂（Synod Printing House），据说俄罗斯的第一本印刷品《使徒》就是在这里诞生的。

到达交通：地铁 Ploshchad Revolyutsii 站

瓦瓦卡大街 Ulitsa Varvarka

瓦瓦卡大街上的建筑值得驻足，这里有粉白色的圣芭芭拉教堂（St Barbara's Church），目前已经改建成政府机关的办事处，还有 16 世纪风格的老式英国庭院（Old English Court），曾经是英国第一批驻俄罗斯的外交官和商人居住的场所。

地址：英国庭院 ul Varvarka 4a

费用：35 卢布 / 人

网址：老英国庭院 www.mosmuseum.ru

开放时间：老英国庭院 11:00-18:00（周一关闭）

联系方式：+7-495-6983952

到达交通：地铁 Kitay-Gorod 站

特维尔区 Tverskoy (Тверской)

古拉格历史博物馆 Gulag History Museum

这是一座特殊的博物馆。带刺的铁丝网将院子围了起来，上面悬挂的都是曾经的政治犯肖像。这里曾经是苏联时期的劳改营，参观之后你会知道当年营地生活是多么恐怖。

地址：Petrovka St, 16, Moscow

网址：<http://www.gmig.ru/>, <http://www.museum-gulag.narod.ru/>

开放时间：11:00-16:00（周日、周一闭馆）

联系方式：+7-495-6217346

到达交通：地铁 Chekhovskaya 站

武装力量博物馆 Armed Forces Museum

队的军事用品，同时向人们展示这段历史，除了 24 间室内展厅，户外也有展览。藏品很多，从军队制服、勋章到武器共 80 多万件。

地址：ulitsa Sovetskoy Armii, 2, Москва

费用：70 卢布 / 人

网址：<http://www.cmaf.ru/>

开放时间：10:00-16:30（周一、周二闭馆）

联系方式：+7-495-6814877

到达交通：地铁 Novoslobodskaya 站

Dorogomilovo 区 (Дорогомилово)

莫斯科国立大学 MGU



笑春风 大学正门



莫大 (Moscow State University) 建于 1755 年 1 月 12 日, 是俄罗斯最古老的大学。其旧校址在莫斯科市中心。1953 年大学新主楼在麻雀山建成后, 莫大即迁至麻雀山。主楼是莫斯科 7 座斯大林式建筑 (号称七姐妹) 之一, 斯大林式建筑是典型的中央集权式建筑, 大底座、高尖顶, 流露出强烈的“一元论”价值观。

在这所俄国最早和最著名的综合性大学里, 其科学上和教育上独特的学派早已名震世界, 这里的教授和毕业生不乏诺贝尔奖获得者和世界著名科学家。1950 年代, 中国许多优秀的学子被送到这里留学, 莫大因此与中国便有了深深的情缘, 也顺理成章地成为很多中国游客在莫斯科的必游之地。

地址: Lomonosov Moscow State University, GSP-1, Leninskie Gory, Moscow, 119991, Russian Federation (各个学院的详细地址及联系方式请见英文网站: <http://www.msu.ru/en/address/>)

网址: <http://www.msu.ru/> (英文: <http://www.msu.ru/en/>, 在线游览: <http://www.msu.ru/en/tour/>)

联系方式: +7-495-9391000; 传真: +7-495-9390126; 邮箱: info@rector.msu.ru

到达交通: 地铁 Universitet 站

小波门下走狗 据说莫斯科国立大学历史上最好的排名是 1998 年排名世界第 7 位, 莫大是全俄罗斯最大的大学, 也是俄罗斯最大的学术中心。莫斯科大学成立至今已有 8 名诺贝尔奖学金获得者。

麻雀山 Sparrow Hills

麻雀山, 又名列宁山, 位于莫斯科西南, 是莫斯科的最高处, 莫斯科河从山脚流过。观景台在麻雀山上, 正对莫斯科大学正门, 由此可俯瞰莫斯科河与莫斯科市区, 美丽景色尽收眼底。

从观景台还可以看到克里姆林宫教堂群, 新圣母修道院, 地铁桥和科学院主楼。观景台右侧的大铁架, 是高山滑雪跳台, 左侧是绿树掩映的小教堂。

到达交通: 地铁 Vorobyovy Gory 站

莫斯科郊区景点

全俄展览中心 All-Russia Exhibition Center

简称 VDKH 或 VVTs (Vserossiyskiy Vystavochniy Tsentr), 这里是莫斯科、也是俄罗斯最早最大的展览中心, 占地 207 公顷, 内有 250 多个雄伟秀丽的各式建筑, 还有宜人的公园、别致的喷泉及池塘。

这里有很多绿林和喷泉, 环境十分优美。民族友谊喷泉, 金灿灿的一片, 中间矗立着一个巨大金麦穗, 喷泉的水柱腾空, 水珠溅落, 声势浩大。周围是 15 具镀金的各民族妇女铜像, 手持各种果实, 代表前苏联 15 个加盟共和国各民族人民的友谊。

ВДНХ 大门的东北侧, 也有一座著名的金属雕像: 工人和集体农庄女社员, 手中高举镰刀和斧头。它是苏联时代雕塑艺术的典范。莫斯科大学影片厂以它作为电影的片头。

网址: <http://www.vvcentre.ru/> (俄文)

开放时间: 展厅 10:00-19:00; 外场 8:00-22:00

联系方式: +7-495-5543400

到达交通: 地铁 VDNKH 站



飞飞_xu 全俄展览中心前的雕塑, 苏联电影爱好者是不是很熟悉?

奥斯坦基诺庄园 Ostankino

奥斯坦基诺庄园使俄罗斯的庄园文化达到了巅峰, 庄园前后修建历经百年, 始建于 18 世纪 90 年代, 19 世纪末才最终建成。粉红和白色相间的宫殿是谢列梅捷沃伯爵的夏季行宫。建筑内部保留了原有的装饰和陈设。最引人注目的是艺术镶木地板。大量使用雕刻的镀金木料使大厅蓬荜生辉。水晶吊灯、家具等其他装饰品都摆放在原来的位置上。

奥斯坦基诺宫是俄罗斯唯一一座仍保留了 18 世纪的舞台、观众席、化妆间和部分机械装备的剧院。1918 年庄园成为国家级博物馆, 在这里不仅可以看到原汁原味的 18 世纪室内装饰, 而且可以听到当年的音乐和舍列梅捷夫剧院剧目中的歌剧。扎利亚季耶贵族邸宅是贵族罗曼诺夫家族大庄园保留下来的唯一建筑。

地址: ulitsa Ostankinskaya 1-ya, 5, Moscow

费用: 80 卢布

网址: <http://www.ostankino-museum.ru/ru/>

开放时间: 10:00-18:00 (周一、周二闭馆)

联系方式: +7-495-6834645; 邮件: info@ostankino-museum.ru

到达交通: 地铁 VDNKH 站

金环 Golden Ring

在大莫斯科地区, 由西向东, 从谢尔盖耶夫 (Sergiev Posad), 经亚历山大罗夫、佩列斯拉夫尔 - 扎列斯基 (Pereslavl Zalessky)、罗斯托夫 (Rostov Veliky)、雅罗斯拉夫尔 (Yaroslavl)、科斯特罗马 (Kostroma)、伊万诺沃 (Ivanovo), 到苏兹达里 (Suzdal) 和弗拉基米尔 (Vladimir), 正好组成了一个充满传奇色彩的圆形 (标红的 8 个地点是正式纳入“金环”名单的城镇)。

这个圆形是俄罗斯人的骄傲, 俄罗斯人给他们起了一个富有诗意的名称——“金环小镇”。这些在公元 12 世纪到 17 世纪期间保存下来的世界上独一无二的俄罗斯古代城镇建筑遗迹, 都有着非常丰富悠久的历史, 有着自己的繁荣和衰弱, 并且充满了有趣的迷人事件, 也经历了俄罗斯历史上最重要的、最突出的一些事件。

金环的官方网站: <http://www.zolotoe-koltso.ru/>

谢尔盖耶夫 Sergiev Posad

谢尔盖耶夫 (Сергиев Посад) 是位于莫斯科的东北方 71 公里处的一座风景如画的卫星城, 是“金环重镇”中距离莫斯科最近的小镇, 可当天往返。



到达交通：谢尔盖耶夫与莫斯科之间有往返火车，每半小时一班，非常方便。从市区乘坐红线地铁在 Komsomolskaya 站下车，可以到达雅罗斯拉夫尔火车站 (Yaroslavsky Train Station)。
开往谢尔盖耶夫的单程票价是 132 卢布 / 人，全程 1 个半小时，特快列车 181 卢布 / 人，车程 1 小时，每天 5-6 班。始发时间最早在早晨 8 点 24 分 (莫斯科出发)；
火车是最快的交通工具，当然，也可以选择大巴前往。在全俄展览中心站 (VDNKH, VVTs) 找 388 号巴士，可以直达谢尔盖耶夫，单程车票 145 卢布 / 人。



心在旅途 这是建于 1741-1769 年的五层钟楼，是修道院建筑整体中最美丽的建筑物之一，也是全俄最高的塔楼之一 (图左侧)；五圆顶 (谢尔盖耶夫镇与莫斯科的相对位置图) 的圣母升天大教堂 (图右侧)

圣三一修道院 Trinity Monastery of St. Sergius

圣三一修道院是俄罗斯最古老、最受敬仰的大修道院之一，是俄罗斯东正教的历史中心，由“古俄罗斯最伟大的圣徒”圣谢尔盖·拉多涅日斯基于 14 世纪中叶创建，因此也被称为“谢尔盖圣三一修道院”。
圣三一大修道院的建筑特色之一是在 6 个世纪的悠长岁月中，一直在不停地修建、改造，因而包容接纳了俄罗斯不同时期的建筑风格，成为东北罗斯古典建筑群的代表。主要建筑有：圣三一教堂、杜霍夫斯基降灵教堂及其后来增建的塔楼、圣母升天教堂、11 座钟塔楼、慈善医院等。1993 年，修道院被列入世界文化遗产名录。

【小贴士】

圣谢尔盖·拉多涅日斯基是俄罗斯历史上最具传奇色彩的宗教活动家之一，1337 年他在荒郊丛林中建起一座小教堂，过着隐居生活，倡导集体住宿和修道，随着追随他的修道者日渐增多，教堂也逐渐发展成为俄罗斯最大、最富有的修道院。修道院不仅拥有过大片土地，而且贮存过大批粮草、武器和弹药，成为当时莫斯科北方的防御阵地。修道院最初为木质结构，后来由于受到蒙古军的焚烧，于 1540 年至 1550 年期间改建成石墙，高 5 米，17 世纪初，石墙的高度进一步被增高为 8-15 米。1608 年，波兰军队围困谢尔盖耶夫，想从这里打通通往莫斯科的缺口，但竟在这里被顽强地阻击了 16 个月之久，修道院也因此成为俄罗斯坚强不屈精神的一面旗帜，被视为俄罗斯统一、复兴和爱国主义的象征。1744 年，伊丽莎白·彼得罗夫娜女皇授封圣三一修道院为“大修道院”称号。

最著名的就是圣三一教堂，建于 1422-1442 年，是俄国早期白石垒成的建筑典范。该教堂内部设有：修道院创始人谢尔盖的坟墓；著名画家安德烈·鲁比洛夫的壁画《三圣图》，现珍藏于莫斯科特列基雅科夫美

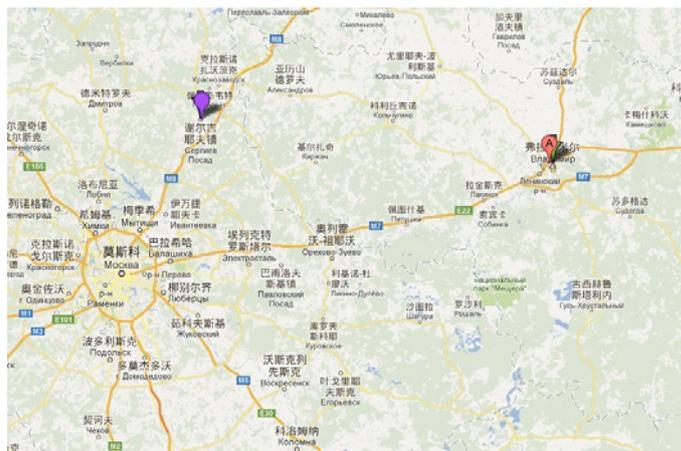
术馆；富丽堂皇的白石砖砌斋房大厅，是举行隆重集会的地方；1741-1769 年修建的高达 87 米的 5 层钟楼，内有挂钟 42 口。
地址：Troitse-Sergieva Lavra
费用：免费
开放时间：10:00-18:00
联系方式：+7-495-5545356

圣母升天大教堂 Cathedral of the Assumption

圣母升天大教堂是伊凡四世 (雷帝) 于 1585 年命令修建的，有四个洋葱头型的蓝色圆顶。这是又一个克里姆林宫圣母安息大教堂的翻版。建于 1741-1769 年的 5 层钟楼，是修道院建筑整体中最美丽的建筑物之一，也是全俄最高的塔楼之一，于 17 世纪开始使用。十月革命前共有 42 口吊钟。1930 年全部大钟被拆毁，至 2002 年仅存 23 口吊钟。2002 年 9 月 4 日在莫斯科铸造的两口新钟 (重 35.5 和 27 吨) 被挂在了塔的第 2 层。被称为钟王的第三口吊钟 (重 72 吨) 于 2003 年在彼得堡被铸。

弗拉基米尔 Vladimir

弗拉基米尔 (Владимир) 位于莫斯科东部 178 公里处，是俄罗斯重要古镇，也是一座繁忙的工业重镇。这里有俄罗斯最具特色的建筑精品，也有非常有趣的博物馆，都值得游人驻足。



(弗拉基米尔与莫斯科的相对位置图)

到达交通：从莫斯科到弗拉基米尔的最快交通工具是火车，从莫斯科的库尔斯克火车站 (Kursky Vokzal) 出发，车程 2 个半小时即可到达，单程车票在 340 卢布 / 人左右。莫斯科发车时间 18:00 (每日发车)，弗拉基米尔发车时间 7:30 (每日发车)

圣母升天大教堂 Assumption Cathedral

弗拉基米尔的这座圣母升天大教堂 (Успенский собор) 是俄罗斯最重要的仿基辅拜占庭式建筑之一，教堂始建于 1158 年，历史悠久，装饰虽然简单但气势宏伟，精致的雕刻和内部丰富的壁画是吸引人们的主要理由。

亮点：壁画《最后的审判》(Last Judgment) 位于教堂中殿和南走廊的内墙上。

地址：Sobornaya Pl
网址：http://www.museum.vladimir.ru/eng/arch/vladimir/assumption_cathedral_e?menu=white_stone_architecture
费用：100 卢布

开放时间：7:00-20:00 (周一闭馆)；博物馆部分 13:00-16:30 (周一闭馆)

联系方式：+7-495-4922325/201



水晶、袖珍漆器及刺绣品展览馆 Crystal, Lacquer Miniatures & Embroidery Exhibition

展出当地及附近其他城镇的手工艺品，地下室有一个商店，出售水晶制品。



淡漠 水晶、袖珍漆器及刺绣品展览馆

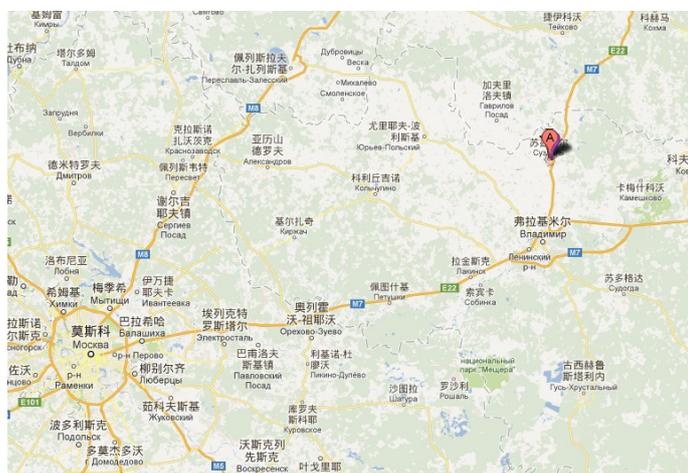
地址: bolshaya Moskovskaya ul 2

费用: 60 卢布 / 人

开放时间: 10:00-16:00

苏兹达尔 Suzdal

苏兹达尔 (Суздаль) 是俄罗斯金环的中心，是金环城镇中极具特色的一个——曲折蜿蜒的河道、鲜花盛开的草地和众多穹顶建筑，宛若童话中的中世纪城堡小镇。



(苏兹达尔与莫斯科的相对位置图)

到达交通: 苏兹达尔位于弗拉基米尔的北部，从莫斯科没有直达苏兹达尔的火车，游客一般都是在弗拉基米尔中转，驱车或包车前往苏兹达尔。莫斯科出发: 舍尔科夫斯卡亚长途汽车站 (Shelkovskaya Bus Station) 每天 1 班直达苏兹达尔; 弗拉基米尔出发: 大巴车发车很频繁，基本上每半小时 1 班，弗拉基米尔大巴车站位于弗拉基米尔火车站出口 50 米处，单程车票价格在 70 卢布 / 人左右。

尤希米乌救世主修道院 Savior Monastery of St. Euthymius

这里是苏兹达尔最大的修道院，始建于 14 世纪，最初的作用是保卫城市的北入口。17 世纪，修道院增建了宏伟的城墙和塔楼。修道院高的大教堂钟楼有 7 个圆顶，整座建筑沿袭了 12 世纪弗拉基米尔 - 苏兹达

尔风格，教堂内部的壁画值得一看。

地址: Spaso-Evfimiev Monastery, Ul. Lenina

费用: 联票 400 卢布 / 人

开放时间: 9:00-18:00

木建筑和农民生活博物馆 Museum of Wooden Architecture and Peasant Life

这里是木质结构和农民生活习俗博物馆。如果要看俄罗斯的乡村风情和生活习俗，这里无疑是俄罗斯最完整也最真实的博物馆了。博物馆的院子很大，里面有很多小木屋，每一幢木屋里面都是展览馆，如牧羊女的房间、牲口棚、磨坊和谷仓等，可以近距离了解俄罗斯传统下的农民生活。

地址: Pushkarskaya ul

费用: 院子 60 卢布 / 人，展览每场 60 卢布 / 人，展览联票 160 卢布 / 人

开放时间: 9:30-19:00 (周一 - 周五)

雅罗斯拉夫尔 Yaroslavl

雅罗斯拉夫尔 (Ярославль) 位于莫斯科东北方 250 公里处，与田园风光的苏兹达尔截然不同，作为金环上最大的城市，这里更多了一分现代化气息。

地址: 雅罗斯拉夫尔与莫斯科每天往返的火车班次很多，主要车站位于市中心以西 3 公里处的 Svobody ul 大街上 (Glavny Vokzal 站)，如果从莫斯科出发，需前往雅罗斯拉夫尔火车站 (Yaroslavy Vokzal)，单程车票 500 卢布左右，全程 4 小时。

如果选择乘坐大巴前往，可以在莫斯科的中央长途汽车站 (地铁 Schyolkovskaya 站下车) 买票，每天 5 班车，发车时间: 8:30、12:15、14:15、17:30、23:15，全程 5 小时。

先知耶和華教堂 Church of Elijah the Prophet

教堂最吸引人的莫过于外部的精美瓷砖，其精细程度让人叹为观止，内部的壁画更是壮观。



淡漠 先知耶和華教堂

地址: Sovetskaya pl 广场

费用: 70 卢布

开放时间: 周四 - 周二 10:00-13:00, 14:00-18:00 (5 月 - 9 月开放)

音乐与时光博物馆 Music & Time

位于河畔的一座教堂中的私人博物馆，里面的收藏极具特色，博物馆主人会热情地向参观者展示他所收藏的乐器与钟表。这里也是俄罗斯的第一个私人博物馆。

淡漠 博物馆虽然小，但是很有名气。一大早就有很多人到这里来排队；



推荐购买博物馆的明信片，做工精细，包装上还有游览地图，很实用。

地址：naberezhnaya Volzhskaya, 33, Yaroslavl (河西岸)

费用：成人 100 卢布，儿童 60 卢布

开放时间：10:00-19:00

联系方式：+7-485-2328637

主显圣容修道院 Monastery of the Transfiguration of the Savior

修道院建于 12 世纪，是俄罗斯 16 世纪最华丽的修道院，主显圣容大教堂是至今保留下来的最古老建筑。参观者可以去附近的钟塔上俯瞰全城风景，另外这里还有雅罗斯拉夫尔宝库，可以看到各种金银和宝石工艺品的展览。

地址：г.Ярославль, Богоявленская площадь, 25

费用：修道院院子内 20 卢布 / 人，临时展览 40 卢布 -50 卢布不等

网址：www.yarmp.yar.ru

开放时间：展览 10:00-17:00(周一闭馆)，场地 8:00-20:00(10月-5月)

联系方式：+7-485-2303869

住宿概况

酒店概况

莫斯科的酒店采用星级划分，可供选择的范围很广，有不少酒店改建自历史悠久的传统建筑，别有一番风情。中心的“豪华”型酒店通常坐落在可通往城市主要景点、商业和贸易中心的过渡地段上。

4 星和 5 星的豪华型宾馆大多为国际连锁型酒店，如万豪，这些档次的酒店配备、服务完善，但是价格不菲。3 星和经济型连锁宾馆也很普遍。其中多数老宾馆经过翻新，获得完全符合国际标准的外观和内部装饰。而经济型宾馆也因为高性价比而成为在莫斯科旅游舒适的下榻之选。

莫斯科还有很受背包客欢迎的青年旅社和家庭旅馆及短租房，这些落地地最大的优势就是价格亲民。一些青年旅社的位置极好，在景点周边和城市历史中心，内部设备也齐全，有些甚至配备厨房。而家庭旅馆更适合长期在莫斯科游玩的游客们，这些住房选择性很大，从豪华住宅到经济型的住房，价格根据房间大小和位置所决定，只是尽量选带有保安的住宅，否则安全性值得商榷，可能会碰到俄罗斯警察临检的情况。如果选择城外庄园的房间，那朝向将成为所考虑的补充因素。

住宿选择小技巧

俄罗斯的地铁堪称是世界上最完善的地铁之一。住在地铁附近不失为一个不错的选择。通往旅游景点的地铁站有如下几个：

红线

莫斯科大学站 (Университет)，这也是离中国使馆最近的一站，新圣女修道院 (Спортивная)，又叫名人墓站，通往新圣女公墓。

列宁图书馆站 (Библиотека имени Ленина) 通往克里姆林宫，这里可以转到灰色线的地铁站台，出来就是阿尔巴特大街。

红场站 (Охотный ряд) 通往红场。

油画市场站 (Парк Культуры) (红色线和棕色线交汇处)，在这里可以换乘棕线的地铁，主要几个非常漂亮的站台，都在棕色的环线上。

克罗波特金斯卡亚站 (Кропоткинская) (通往普希金造型艺术博物馆)，1955 年以前被命名为苏维埃宫，该站因其重要的政治意义而具有不同反响的建筑气魄并被载入前苏联的建筑史册。

棕色环线

很多设计非常优秀的站台都在这条线路上。

基辅站 (Киевская) (深蓝色棕色线交汇站)，通往基辅火车站，在此站下还可以在莫斯科河游船。

友谊商城站 (Новослободская)，这里换到绿线出去的话，就是白俄火车站了，从那里有通往其他国家的国际列车。

和平大街站 (Проспект Мира) (棕色线和橘黄色线交汇)，在这里换橘黄线，可以到达国民经济展览馆——有很著名的小人喷泉的全俄展览中心。

共青团站 (Комсомольская) (棕线红线交汇)，红色和棕色环线的换乘站，共青团环线的车站非常漂亮，站台顶部有很多非常具有历史意义的照片。马雅科夫斯基站 (Маяковская)，这个地铁站被认为是莫斯科最美丽的地铁站之一。

绿线

红场站 Театральная (莫斯科地铁的换乘站在不同颜色线上站名有时候会不一样，但是都会通往目的地，只是上到路面后距离不一样)

白俄罗斯站 Белорусская

橘黄线

和平大街站 Проспект Мира

展览中心站 ВДНХ，去往全俄展览中心

深蓝线

革命广场 Площадь Революции

跳蚤市场 Измайловская

浅蓝线

胜利公园站 (Кунцевская)，通往胜利公园。

亚历山大花园站 (Александровский сад)，通往克里姆林宫。

住宿月份

莫斯科住宿程序

到莫斯科旅游的旺季是在每年的 5 月 -9 月，这个时候你能经历莫斯科繁华似锦到落英缤纷的美好时刻，特别是 7、8 月，游人很多。所以住宿费用也相对要高出不止，一般比淡季时要高出 30%，所以最好提前预订。

【小贴士】

俄罗斯个人旅游签证需要提供邀请函，可以先联系一家愿意发 VISA 邀请函的旅馆，抵达莫斯科后，如果在那里住宿，还可以免费办理临时住宿登记，能省不少钱，因为每办理一次住宿登记需花费约 600 卢布。

莫斯科的酒店无拖鞋、无洗漱用品，需自备，还需自备插头转换器，床很窄、很小。

莫斯科的酒店一般要收取 20% 的增值税，一些豪华酒店可能需要收取 5% 的服务费，不包含在住宿费用中，入住的时候记得问清楚。

分区推荐

克林姆林宫及格罗城区

Z-Hostel

从旅馆步行到克林姆林宫只需要 10 分钟，交通便利，有免费 wifi，但不是所有房间都有空调，有公共浴室。价格便宜，是背包客的不错选择。近年来中国游客增多，热情的老板还会说一点点简单的中文。

地址：Znamenka Street 15 Apt. 16, Khamovniki



网址: <http://www.z-hostel.ru/> (支持英文)
联系方式: +7-495-6919844; +7-903-6118020
参考价格: 700-1,500 卢布 / 晚

Hostel Stary Zamok

位置便利的青年旅馆, 有公共休息室、厨房和免费 wifi。
地址: Serafimovicha Street 2, Yakimanka
联系方式: +7-499-3472782↑
到达交通: 地铁 Borovickaia 站 (出站步行 600 米)
参考价格: 550-2,500 卢布 / 晚

喜达屋豪华精品酒店 (National Hotel)

酒店距离红场很近, 可以眺望到远处的克林姆林宫美景。酒店选用古典风格的装潢, 建筑外部本身就可谓是一件艺术品。交通便利, 紧邻地铁站。
地址: Tverskaya 1 Street / Mokhovaya 15 Street, Tverskoy
参考价格: 15,000 卢布 / 晚 -50,000 卢布 / 晚

丽兹卡尔顿酒店 (The Ritz-Carlton Moscow)

酒店就在红场旁, 毗邻克林姆林宫, 19 世纪的装潢风格, 连锁豪华酒店, 服务质量有保证。
地址: Tverskaya Street 3, Tverskoy
网址: <http://www.ritzcarlton.com/en/Properties/Moscow/Dining/TheRitz-CarltonBarLobbyLounge/Default.htm>
联系方式: +7-495-2258888
参考价格: 25,000-100,000 卢布 / 晚不等

住宿 Sleep

阿尔巴特区 (Arbat)

法鲁旅馆 (Faro Hostel)

有公共厨房可以做饭, 服务热情周到, 位置不错, 交通方便, 靠近地铁站。
地址: Arbat Street 25 Entrance 2, Arbat
到达交通: 地铁 Arbatskaya 站
参考价格: 700-4,000 卢布 / 晚

罗索巴尔特酒店 (Russo-Balt Hotel)

酒店改建自 19 世纪的一座老建筑, 每个房间都经过了主人精心的装饰, 非常有个性。提供免费 wifi, 服务贴心周到。
地址: Gogolevskiy Boulevard 31 Bld.1, Arbat
网址: <http://russo-balthotel.com/>
联系方式: +7-495-6453875
到达交通: 地铁 Arbatskaya 站
参考价格: 10,000-22,000 卢布 / 晚

纳威阿尔巴特酒店 (Noviy Arbat Hotel)

位于纳威阿尔巴特大街上, 可以看到俄罗斯白宫 (Russian White House), 有免费 wifi。
地址: Noviy Arbat Street 31/12, Arbat
联系方式: +7-905-5474433
到达交通: 地铁 Smolenskaya 站 (出站步行 10 分钟)
参考价格: 2,500-3,000 卢布 / 晚

赫莫夫尼区 (Khamovniki)

威尔赛尔奥斯特奥兹恩卡酒店 (Versal at Ostozhenka Hotel)

交通便利, 位置理想, 有免费 wifi, 距离基督救世主大教堂很近, 步行不足 10 分钟。

地址: Ostozhenka Street 7 App.54, Khamovniki
联系方式: +7-495-7243917↑
到达交通: 地铁 Kropotkinskaya 站
参考价格: 3,000 卢布 / 晚

莫斯科河畔区 (Zamoskvorechie)

四季旅店 (Seasons Hostel)

有免费 wifi (速度有待提高), 可待客泊车, 靠近主要景点, 老板友善而热情。
地址: Bolshaya Ordynka, 13/9, Zamoskvorechye
网址: <http://seasonshostel.com/>
联系方式: +7-800-3332153
到达交通: 地铁 Tretiakovskaya 站
参考价格: 600-2,500 卢布 / 晚

周末公寓式酒店 (Weekend Inn Apartment)

酒店靠近主要景点, 如特列季亚科夫美术馆、国家大剧院等。房间干净、舒适。
地址: Pyatnitskaya Street 10 Bld.1, Zamoskvorechye
到达交通: 地铁 Novokuznetskaya 站
参考价格: 4,000-6,500 卢布 / 晚

凯宾斯基酒店 (Hotel Baltshug Kempinski Moscow)

酒店地理位置非常理想, 服务生很热心, 经常会为客人提出建设性的行程意见。酒店外部改建自 1898 年建成的老建筑, 非常漂亮, 内部装潢属古典风格。另外, 餐厅口味也很棒, 值得推荐 (大堂酒吧也不错)。
地址: Baltshug Str.1, Zamoskvorechye
参考价格: 12,000-28,000 卢布 / 晚

特维尔区 (Tverskoy)

胶囊旅馆 (Sleepbox Hotel)

特色背包客酒店, 也是莫斯科的第一家胶囊旅馆, 每个“胶囊”内都有免费 wifi。酒店位置靠近市中心, 可以步行到主要景点。每个房间都有衣橱和桌子, 但要使用公共浴室。想要体验新鲜感的游客千万不要错过。
地址: 1-ya Tverskaya-Yamskaya Street 27, Tverskoy
参考价格: 2,600-5,000 卢布 / 晚

艾美丽青年旅社 (Guest House Amelie)

酒店位置便利, 24 小时前台服务, 有免费 wifi, 旁边是热闹的特维尔大街, 公共区域内的厨房可以做饭。
地址: Strastnoy Boulevard 4 Bld.3 App.17, Tverskoy
联系方式: +7-968-7986571↑
到达交通: 地铁 Pushkinskaya 站
参考价格: 3,000-4,500 卢布 / 晚

萨法里旅馆 (Safari Hostel)

靠近莫斯科大剧院, 到红场步行就可以, 有免费 wifi 和 24 小时客房服务。老板热心友善。有公共厨房。
地址: Petrovka Street 26 Bld. 8, Tverskoy
联系方式: +7-495-6941402
到达交通: 地铁 Trubnaya 站
参考价格: 700-1,200 卢布 / 晚

edith 四人宿舍也要 192 元人民币一个床位, 挺干净的, 网上评价很高, 但是实在太难找了……



餐饮 Eat

饮食很能反映一个民族的特性，俄罗斯民族粗犷豪放，外冷内热，饮食特点口味浓厚且热量大。

俄罗斯人以面包、牛奶、土豆、牛肉、猪肉和蔬菜为主要食物，黑麦面包、鱼子酱、黄油、酸牛奶、酸黄瓜、咸鱼、火腿等也都是比较受欢迎的食品。早餐一般是火腿三明治或奶酪三明治，搭配茶、咖啡或牛奶。午餐通常是三道菜，上第一道菜之前，首先要上冷盘，第一道菜是汤，汤一般比较浓，里面有土豆丁、各种蔬菜、肉片或鱼片。汤撤下后，才可上第二道菜。第二道菜是鱼或肉。俄罗斯人一般会把鱼或肉与配菜一同食用。配菜一般为土豆条、土豆泥、青菜、泡菜等，以及面条、通心粉等，前面两道菜都离不开面包。第三道菜，其实并非是菜，通常为茶、咖啡、果汁，以及一些蛋糕和点心。

俄餐本来很简单，但因具有很强的开放性和吸收性，加上俄国人“从善如流”的特性，不论是中国的饺子、德国的香肠、英国的牛排，还是鞑靼羊肉趾、乌克兰红菜汤、汽车奥利维耶色拉，经过引进和改造，都成了受欢迎的俄菜一族。

宜宜 红黑鱼子酱、各种香肠、火腿、红鱼、咸鱼、酸蘑菇、酸黄瓜、凉拌菜、奶酪等都是俄罗斯美食特色。不得不说，鱼子酱和各种香肠是非常难得的美味，黑色的鲑鱼子配上清口的白葡萄酒，再咬上一口麦香十足的面包，在当地是一种很常见的吃法。鱼子酱在当地并不昂贵，一般的超市都有出售。俄罗斯人冷饮和甜点吃得很多，零下20多度也会吃冰淇淋，还有甜得发腻的蛋糕。伏特加是俄罗斯引以为豪的烈酒，大多数俄罗斯人的酒量都非常好。

主食一般是以黑麦、小麦面粉制成的面包。黑面包是俄罗斯人心头爱，并常以此作为待客食品。这种面包口感较硬，有微微的酸味。

当地特色

国酒——伏特加

1398年，热那亚商人把伏特加作为药物卖到俄罗斯。到15世纪，热那亚人的谷物酿酒秘方终被揭开，用小麦、黑麦、大麦等作原料，经粉碎、蒸煮、糖化、发酵和蒸馏制得优质酒精后再进一步加工而成。

伏特加酒无色透明，也没有中国白酒的香味，比较纯净。度数一般在40度到50度之间。口味凶烈，劲大冲鼻，火一般的刺激。名品有：波士伏特加(Bolskaya)、苏联红牌(Stolichnaya)、苏联绿牌(Mosrovskaya)、柠檬那亚(Limonnaya)等。

极品美味——鱼子酱

严格说，只有用鲑鱼卵制成的酱才能叫鱼子酱。鱼子酱蛋白质和矿物质含量很高，且不含胆固醇，是补身养颜的食品。

粒大、透明的黑鱼子酱为上品，颜色是闪光的黑色或深褐色，个头均匀，粒与粒之间不粘连。

鱼子酱的制做方法很简单：从鱼膛中挖出鱼子囊，把鱼子同粘连的组织分离开（成熟的鱼子容易与卵巢剥离），冲洗干净后加上适量的细粒食盐腌制即成。

加盐的目的是为了保鲜，因为鱼子的蛋白质和脂肪含量高达30%，不加盐容易变质。



鱼子酱

传统主食——列巴

黑列巴也就是黑面包，由面粉、荞麦、燕麦等原料烤制而成，颜色很深，是俄罗斯人的主食。

初尝黑列巴有一点酸酸的味道，还有点刺嗓子，但越嚼越能品出淳淳的麦香。



黑列巴的形状像小枕头，外壳烤得很坚硬。如果放久了不吃，它就会硬得根本嚼不动，但是却保证了不会变质。

黑面包极富营养，又易于消化，这是因为发酵黑面包用的酵母含有多种维生素和生物酶。“波罗金诺黑面包”是黑面包中的极品，这种面包的独特配方是在黑麦面粉中加入天然香草籽。

民族饮料——卡瓦斯

每个民族都有自己喜爱的饮料，中国人推崇茶，德国人和捷克人热爱啤酒，美国人喜欢可口可乐，法国人愿喝苹果酒和柠檬水，意大利人偏好橘汁，

俄罗斯人的民族饮料则是卡瓦斯。

卡瓦斯呈深色，口味酸甜，散发出新鲜黑麦面包的香味，是不含酒精的饮料之一，在俄罗斯已有 1000 多年的历史，至今仍然流行。它很解渴，能有效地恢复体力，使人精力充沛，还能帮助消化。

传统的卡瓦斯是用麦芽（黑麦芽和大麦芽）、黑麦粉、糖和薄荷做的，现在也有用面包作为原料的。除此之外，口味上也有更多的选择，如水果卡瓦斯——原料为苹果、柠檬、红莓果等。

餐厅推荐

快餐推荐

如果预算或时间有限，可以选择便宜快捷的快餐店，在莫斯科，麦当劳和 KFC 并不多，但依然有很多本土化的替代品可以选择。比较有名的店有 Yolky Palky（俄罗斯口味，人均 300 卢布）、Grabli、Kruzhka、Moo-Moo（平民食堂，人均 10 美元，有英文菜单）和 Prime Star。

中档餐厅推荐

Darbar

餐厅位置很好，用餐的同时可以享用俯瞰城市的完美视野，是全城出名的印度餐厅，很多本地人都会光顾这里。服务生会说比较流利的英语，

地址：Leninsky Prospect, 38

联系方式：+7-495-9302925; +7-495-930-2365; 邮件：menu@darbar.ru

到达交通：地铁 Leninsky Prospect 站

参考价格：人均 1,250 卢布

老塔楼 The Old Tower

是一家传统俄餐厅（俄文名字 Старая Башня），内部还是中世纪的复古风格，在这里能吃到一些比较“特殊的”食材如鹿肉和熊肉等……



老塔楼餐厅

地址：Teatralnaja ploščad 5/1 (Театральная площадь, д. 5, стр. 1)

网址：<http://www.oldtower.ru/doc/34> (英文)

联系方式：+7-495-6984008

营业时间：11:00-24:00

参考价格：人均 1,500 卢布（可刷卡）

Starlite

俄餐与美餐的结合体，很受外国游客的欢迎，是改善口味的不错选择。

地址：M.Tretyakovskaya M.Polyanka, Bolotnaya Sq., 16/5

网址：<http://starlite.ru/home.aspx?language=US> (英文)

分店信息：<http://starlite.ru/aboutstarlite.aspx?id=ourdinners&language=US> (英文)

联系方式：+7-495-9515838

联系方式：+7-495-9515838

营业时间：24 小时营业

高档餐厅推荐

白兔子餐厅 White Rabbit

内饰极具特色，精致的老式家具和壁炉相得益彰，拥有 360° 视角的酒吧可以看到窗外的基督救世主大教堂，紧邻乌克兰酒店和俄罗斯外交部。

餐厅有一项慈善计划，客人账单的 1% 会捐助给摩尔多瓦共和国的孤儿院。



地址：3, Smolenskaya Square

网址：<http://www.whiterabbitmoscow.com/> (支持中文)

联系方式：+7-495-6633999

营业时间：12:00- 第二天 6:00

到达交通：地铁 Smolenskaya 站

普希金餐厅 Pushkin

餐厅建筑是一座仿 19 世纪的宅邸，与其说是个餐厅，不如说这是“半个”景点，在游客圈里这里似乎人气很旺，可以吃到地道的俄餐。

地址：Tverskoy Blvd, 26 a, Mosco

网址：<http://www.cafe-pushkin.ru/>

联系方式：+7-495-7390033

到达交通：地铁 Tverskaya 站或 Pushkinskaya 站

购物 Shopping

在俄罗斯的大城市里购物，你既可以去古姆百货商场的大商场里去买些奢侈品（或仅仅是“window shopping”也很过瘾），也可以去跳蚤市场里去淘些宝贝。如果想要更接地气，那就去找那些游客少的平民化市场，这样你会体验到更加纯粹的俄罗斯风情，也更接近俄罗斯人的生活。

纪念品 / 特产

套娃

套娃 (Matryoshka) 是俄罗斯最具民族特色的传统工艺品，其历史不过百余年，是 19 世纪末一位艺术家受一种类似的日本民间玩具启发创作而成。

俄语中的“套娃，是从“母亲” (Mati) 一词而来。套娃的传统形象是农村家庭里的母亲——一个健壮能干、略有些肥胖、生了许多孩子的俄罗斯妇女形象，胖嘟嘟的木娃娃肚子里又藏着很多小娃娃，也反映出俄罗斯民族对母亲的敬重。

琥珀、蜜蜡、绿松石

琥珀是史前松树脂的化石，形成于 4000 至 6000 万年前，琥珀是很“涩”的物质，没有两块琥珀是完全相同的。琥珀装饰物设计广泛，手工精巧，多设计在一些精致的物品上，如时钟、装饰帆船等客厅装饰物。其分量不重，很结实，摸上去不像石头一样冰凉，而是温暖的。蜜蜡和绿松石也是深受游人欢迎的经典纪念品。



小波门下走狗 (左) 来自波罗的海地区产的蜜蜡 (右) 琥珀饰品

鱼子酱和白兰地

在任何一家大食品店里都会有鱼子酱出售，街上的鱼子酱也许便宜一些。在进口饮料大肆泛滥的情况下，本地出产的酒水已经基本消失殆尽，但还值得一寻。在前苏联以外的地区，亚美尼亚的白兰地备受推崇，格鲁吉亚和克里米亚的葡萄酒也是如此。另一件上好的纪念品是真正的俄罗斯斯米尔诺夫伏特加酒，它的锥形瓶子使人一眼便能识别出来。

巧克力

俄罗斯巧克力的味道很重，不过对于俄罗斯人来说他们喜欢吃甜一些的巧克力，“胜利”、“金奖章”、“阿尔金”的巧克力市场很不错。

锡器

俄罗斯锡器工艺品已有 300 多年历史，锡是排列在白金、黄金及银后面的第 4 种贵金属。它富有光泽、无毒、不易氧化变色，具有很好的杀菌、净化、保温、保鲜效用。生活中常用于食品保鲜、罐头内层的防腐膜等。

飞飞 xu 到俄罗斯选礼物，很多人会选择套娃。说实话，我对这个东西非常没有底，因为套娃价格差距实在太太大，从颜色、风格、精细程度等方面区分，套娃价格从 250 卢布之低到 27,000 卢布之高都有！此外，这里的纪念品还有原来苏联时期的军用品、徽章，还有制作精美的国际象棋。不过国际象棋貌似不便宜啊！当然，什么冰箱贴、钥匙扣是应有尽有啦，价格要使劲砍，小物件也就 50 卢布左右。

购物场所

购物中心

Evropeiskiy Shopping Center

是一家汇聚很多国际连锁品牌的大型商场，如 Marks and Spencer、Levi's、CK、Swatch 等等。商场还有小型电影院、超市和药店。

地址：Kievskaya pl 1

到达交通：地铁 Kievskaya 站

Atrium

最新兴起的时尚聚集地，共 3 层，由众多精品小店组成，可以买到漂亮的首饰和衣服，还有很多餐厅。

地址：Zemlyanoy Val 22 Kitay Gorod

营业时间：11:00-23:00

到达交通：地铁 Kurskaya 站

市场 Market

“一只蚂蚁”周末跳蚤市场 Izmaylovo



大胜 市场

被称为“切尔基佐沃大市场”，是一个奇特的集装箱市场，曾经是欧洲最大的零售批发市场，也曾是众多先知先觉的华商发财致富的圣地，当



然也是最后跟风者的伤心地。2009年后，市场重新开放，虽然不再有当年的繁华，不过这里依然是游客淘宝、购买纪念品的最佳选择。从1991年开始到2009年莫斯科一只蚂蚁市场的关闭，在长达近20年的时间里，到底有多少中国倒爷闯荡过俄罗斯，恐怕谁都无从知晓。据说，高峰时，仅在莫斯科地区的中国倒爷1年就有10万之多。俄政府此举可谓一箭多雕：既顺应民心打击了金融寡头、也规范整顿了经济秩序。2009年是普京当了8年总统后，改任总理的第1年。俄罗斯亿万富豪伊斯梅洛夫旗下的切尔基佐沃大市场成为他再次开刀的对象（此人在土耳其修建了一座豪华酒店。在开业庆典当天，在现场大肆抛撒百元美钞。据估计，抛掉了6100万美元）。 [阿滇是我](#)

地址：73zh Izmaylovskoe Shosse
营业时间：周六 10:00-18:00，周日 10:00-15:00
联系方式：+7-499-1665580
到达交通：地铁 Partizanskaya 站

娱乐 Entertainment

莫斯科的娱乐活动丰富多彩，这里简直就是古典音乐和戏剧爱好者的天堂——几乎每天都能以相对便宜的价格欣赏到世界范围内高水准的精彩表演。除了芭蕾、歌剧，还有气氛更轻松的马戏团表演和现场音乐演出，如果你是资深的夜行动物，莫斯科夜生活也能充分满足你的猎奇心，从喧闹并充满动力的夜店酒吧，到风格更加奔放的夜总会……充分利用停留在在这里的时间吧，让眼睛和身心都沉浸在莫斯科的多元文化氛围之中！

歌剧、芭蕾与古典音乐

莫斯科大剧院 Bolshoi Theater

也被称为“国家模范大剧院”，是俄罗斯最顶级的剧院之一。其内部装饰极尽华丽，能够在此剧院表演的，都是俄国第一流的舞蹈家和剧团。

注意：必须衣着整齐方可入场。

地址：Theatre Square, 1, Moscow
网址：<http://www.bolshoi.ru/en/>（支持英文）
联系方式：+7-495-4555555 ↑；邮件：sales@bolshoi.ru
营业时间：售票时间 11:00-15:00, 16:00-20:00
到达交通：地铁（红色2号线）Teatralnaya 站
参考价格：200-2,000 卢布不等

[飞飞_xu](#) 芭蕾舞剧从晚上7点开始，比我想象中的短很多，加上中场休息才两小时。这里的演出和北京一样，开场前都会敲铃灭灯，观众素质也很高。特别注意，如果你前往大剧院观赏演出，演出中请不要拍照摄像！莫斯科大剧院和红场的距离就一街之隔，不过是在红场背后，所以走过去还是费了不少劲。

柴可夫斯基音乐厅 Tchaikovsky Concert Hall

柴可夫斯基音乐厅是古典音乐爱好者不可错过的选择——这里是俄罗斯国家交响乐团所在地。

地址：Триумфальная пл., 4/31, Москва
网址：<http://www.meloman.ru/>（支持英文，可在线订票）
联系方式：+7-495-2325353；票务咨询与预定：+7-495-2320400 或 +7-495-2325353
到达交通：地铁 Mayakovskaya 站
参考价格：100-1,000 卢布不等

马戏

尼库林马戏团 Nikulin Circus

马戏团已经有超过30多年的历史，以其精彩的主题演出博得人们的喜爱。
地址：Tsvetnoy Blvd, д. 13, Moscow
网址：<http://www.circusnikulin.ru/>
联系方式：+7-495-6258970
营业时间：售票 11:00-14:00, 15:00-19:00
到达交通：地铁 Tsvetnoy Bulvar 站
参考价格：400-2,500 卢布不等

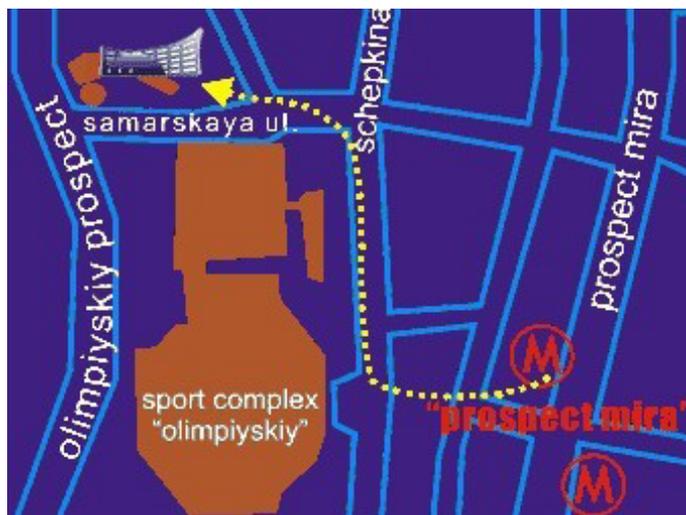
莫斯科大马戏团新团 Bolshoi Circus on Vernadskogo

大马戏久负盛名，目前有新、旧两个马戏团，表演内容差不多，更多的为杂技表演。
地址：prospekt Vernadskogo, 7, Moscow（麻雀山下）
网址：<http://www.bolshoicircus.ru/>
联系方式：+7-495-9300272
营业时间：演出在每周三、周五和周日的 19:00，周六和周日的下午 15:00
到达交通：地铁 Universitet 站
参考价格：100-1,000 卢布不等

电影

圆顶电影院 Dome Cinema

莫斯科最早的豪华美式放映厅，可以在这里看原声电影（英文居多），比较特别的是，电影院会派发耳机，观众还可以听到俄语配音。
地址：prospekt Olimpiyskiy, д.18/1, Moscow
网址：<http://www.domecinema.ru/>
联系方式：+7-495-9319873
费用参考：成人 300 卢布，学生及儿童 200 卢布（学生优惠只能周五使用）



电影院相对位置图

夜生活

Tema Bar

最火热的酒吧之一，是本地人和游客都喜欢的地方，这里主推鸡尾酒（数量超多），可以尝尝最经典的 Screwdrivers、大都会（Cosmopolitans）和曼哈顿（Manhattans）。一到周五和周六晚，这里基本爆满。
地址：pereulok Potapovskiy, 5, с т р. 2, Moscow
网址：www.temabar.ru



联系方式: +7-495-6242720

营业时间: 24 小时

Krizis Zhanra

白天是餐厅——供应美味的意大利餐和传统俄餐，晚上就成了最适合跳舞的俱乐部，气氛很好，在年轻人中极受欢迎。

地址: ulitsa Pokrovka, 16/16, строение 1, Moscow

网址: www.kriziszhanna.ru

联系方式: +7-495-6232594

营业时间: 现场演出周日 - 周四 21:00 开始, 周五、周六 23:00 开始到

达交通: 地铁 Chistye Prudy 站

参考价格: 人均 350 卢布

线路推荐 Tours

由于莫斯科的主要景点都集中在“二环”以内，因此游览的重点也是从中心开始——红场及克林姆林宫。在行程安排上，如果时间多，可将由红场为零点向外环状扩散的各个景点纳入游览计划之中；如果能在莫斯科停留超过 2 天时间，不妨去周边的金环小镇走走；想要比较全面地体验莫斯科，1 周的时间是比较适宜的。

莫斯科 2 日游

线路特色: 汲取莫斯科的建筑精华

线路设计: 红场及克林姆林宫——麻雀山和莫斯科大学——普希金艺术博物馆或特列季亚科夫美术馆——高尔基公园

线路详情:

D1: 今天一天的时间都将贡献给红场及克林姆林宫（务必不要安排在周四），因为这里的精华实在是太多了！早餐后先前往位于红场南侧的圣瓦西里大教堂，一定要在这座童话般的五彩教堂前美美地留下很多照片，稍后依次参观列宁墓和古姆国营商场及国家历史博物馆。中午前最好吃完饭，尽早进入克林姆林宫，因为除了教堂广场周边，最重头的兵器馆值得你的全情投入。从克林姆林宫出来，就可以前往麻雀山了，还可以逛逛附近的莫斯科大学。晚饭后好好休息，因为这一天的游玩将要耗费很多体力

D2: 前往特列季亚科夫美术馆或普希金艺术博物馆，这里有世界级的珍贵藏品，下午可以在高尔基公园里放松一下，晚上去体验著名的莫斯科夜生活

莫斯科 4 日游

线路特色: 城内深度游

线路设计: 红场及克林姆林宫周边——特列季亚科夫美术馆——高尔基公园——新圣母修道院和公墓——“一只蚂蚁”跳蚤市场——马戏团表演——谢尔盖小镇 1 日游

线路详情

D1: 同 2 日游第 1 天行程，提前预订好第 3 天晚上的马戏团表演门票

D2: 同 2 日游第 2 天行程

D3: 如果能赶上周六，可以一早出发去“一只蚂蚁”跳蚤市场，在这里买些纪念品；然后前往新圣母修道院和公墓，很多俄罗斯的文化名流都在这里安息；晚上看马戏团表演

D4: 早起出发前往金环小镇——谢尔盖耶夫镇，参观最著名的圣三一修道院及教堂，下午返程，休整

“莫斯科—金环小镇”5-7 日游

线路特色: 莫斯科 + 金环全景精华

线路设计: 莫斯科—谢尔盖耶夫镇—弗拉基米尔—苏兹达尔—莫斯科

线路详情:

D1: 同 2 日游第 1 天行程

D2: 同 2 日游第 2 天行程

D3: 谢尔盖耶夫镇，参观圣三一修道院及教堂，下午跟车前往弗拉基米尔，夜宿弗拉基米尔

D4: 参观圣母升天大教堂，这是俄罗斯最重要的仿基辅拜占庭式建筑之一，重点要看教堂内的壁画《最后的审判》；随后可以去参观特色博物馆水晶、袖珍漆器及刺绣品展览馆；前往苏兹达尔

D5: 苏兹达尔是俄罗斯金环的中心，是金环城镇中极具特色的一个——曲折蜿蜒的河道、鲜花盛开的草地和众多穹顶建筑，宛若童话中的中世纪城堡小镇。这一天除了参观农民博物馆，是几天来紧凑行程中可以尽情放松、享受田园风光的一天

D6: 返回莫斯科

如果认为时间太紧张，不妨多在苏兹达尔停留一个晚上；如果你喜欢？莫斯科的快节奏现代生活，也可以多拨出一天时间，来一趟“地铁 1 日游”，晚上去酒吧或夜店疯狂一下。

莫斯科—圣彼得堡 11 日游

蜂蜂行程 [redsail](#) (旅行时间: 2010 年 7 月 -8 月)

游记地址: <http://www.mafengwo.cn/i/730645.html>

线路特色: 双城深度游

线路设计: 莫斯科市区——金环古镇乌格里奇——戈里茨——基日岛——曼德罗基——圣彼得堡市区——皇村（圣彼得堡周边）——莫斯科市区

线路详情:

D1: 到达莫斯科，休整

D2: 游览全俄展览中心，前往红场，参观列宁墓、圣瓦西里大教堂、古姆商场、国家历史博物馆，下午参观无名烈士墓、亚历山大花园，最后进入克里姆林宫，观赏总统府、炮王、钟王和教堂广场

D3: 前往麻雀山，观赏莫斯科大学主楼，游览胜利广场和凯旋门，之后参观新圣女公墓。下午抵达河运码头，登上苏波洛夫号游船，傍晚正式开始坐船游览伏尔加河

D4: 船上观赏两岸风光，下午抵达金环古镇乌格里奇，登岸游览，之后上船继续航行

D5: 游船抵达戈里茨，登岸参观古老的圣基里尔修道院，之后继续航行

D6: 船行 1 天，到达基日岛，登岛观赏独特的木制建筑保护区，随后继续航行

D7: 抵达曼德罗基，上岸观赏俄罗斯民间风情园，随后上船继续航行

D8: 游船准点抵达圣彼得堡，离船乘车前往夏宫，游览上花园、下花园，午餐后参观阿芙乐尔巡洋舰，兔子岛上的彼得保罗要塞，随后去彼得大帝小屋，晚餐后入住波罗的海饭店

D9: 上午去皇村，参观叶卡捷琳娜皇宫，下午参观冬宫，晚餐后船游涅瓦河

D10: 上午游览圣埃萨克广场、十二月党人广场和斯莫尔尼宫，下午游览涅瓦大街，晚上乘坐飞机返回莫斯科

D11: 上午游览阿尔巴特街，随后去机场，乘飞机回国



Beverly 冬日的胜利广场

【备选行程】

抵达圣彼得堡的第 1 天，重点游览冬宫博物馆。

15 日俄罗斯，圣彼得堡自驾游

蜂蜂线路彩瑜 (旅行时间: 2010 年 10 月)

游记地址: www.mafengwo.cn/i/694272.html

线路特色: 自驾

线路设计: 中国——莫斯科——圣彼得堡——莫斯科——中国

线路详情:

D1: 飞抵莫斯科

D2: 参观莫斯科大学及图书馆，登上麻雀山俯瞰城市景色；前往红场，参观列宁墓，看无名战士纪念碑前的换岗仪式，随后在亚历山大花园午餐（商场美食广场），下午继续参观克里姆林宫，出来后去古姆国营商场逛一逛，不为买东西，只为看看内部精彩的建筑细节，在圣瓦西里教堂前拍照，晚上犒劳自己一顿丰盛的俄式晚餐

D3: 游览充满艺术气息的阿尔巴特大街，购物，晚上飞圣彼得堡，在涅瓦河看开桥

D4: 圣彼得堡游览：涅瓦大街→基督复活大教堂→文学咖啡馆→喀山大教堂→伊萨基辅大教堂→青铜骑士雕像→起义广场→皮草之家

D5: 彼得夏宫→皇村→尼古拉教堂→马林剧院看芭蕾

D6: 俄罗斯博物馆→沙皇村叶卡捷琳娜宫→巴甫洛夫斯克

D7: 看“阿芙乐尔”号巡洋舰→彼得保罗要塞→彼得保罗教堂→瓦西里岛→罗斯特拉灯塔柱（海神柱）→冬宫

D8: 列宾国家美术学院（世界四大美院之一）→涅瓦大街逛街→书店

D9: 游地铁：花园站→起义广场站→弗拉基米尔站→普希金站→干草广场站（花园站）→购物

D10: 跟团喀琅施塔得 1 日游

D11: 休整，城市漫游

D12: 加特契纳小镇 1 日游；返回后：胜利广场→涅瓦大街→奥斯特洛夫斯基广场→阿尼奇科夫桥

D13: 体育馆展销会购物→圣三一教堂（蓝顶教堂）→游船→格里鲍耶陀夫运河上的银行桥→十二月党人广场

D14: 斯莫尔尼教堂→旧女子学校

D15: 返回中国

蜂蜂彩瑜:

关于自驾——在俄罗斯，买车比国内便宜；汽油比国内便宜；几乎没有停车费和路费；但是修车贵！洗车也贵！小车 20 美元/台！所以在路上看到很多车是脏的，听说冬天会更脏；路上没有固定的测速等监控设施，只有警察上路查车；莫斯科和圣彼得堡工作日塞车很严重，周六日好一些。



lionsisi 日落圣彼得堡

节庆与活动 Festivals & Events

新年 (时间: 1 月 1 日、1 月 13 日)

俄罗斯新年是一年中第 1 个也是最隆重的俄罗斯传统节日。为了迎接新年人们往往要装饰一棵新年枞树，准备一桌丰盛的美食，给孩子们筹办各种新年演出。

俄罗斯的“严寒爷爷”和他的外国同行圣诞老人不同，他不是一个人去造访孩子们，而总是带着自己的孙女雪姑娘——一个梳着白色齐腰长辫、穿着漂亮小皮袄的可爱小姑娘。

俄罗斯每年过两次新年——12 月 31 日至 1 月 1 日的夜晚和 1 月 13 日至 14 日的夜晚，后者是 1918 年以前俄罗斯实行的俄历新年。东正教的圣诞节也是按俄历过，即 1 月 6 日至 7 日的夜里。从 2005 年起，1 月 1 日至 9 日放假，这也是独具特色的圣诞假期。

送冬节 (谢肉节, 时间: 2 月末、3 月初, 为期 1 周)

这是新年后第 2 个最热闹的节日。节日期间吃黑麦烤制的犁形、耙形大面包。

教会把这一周称为无肉周或干酪周，因为在这一周里人们仍然可以吃荤食或乳制品，这一周过后，进入大斋期，人们将不得吃肉食和乳制品，故称谢肉节，意为大斋之前向肉食告别。

1960 年代末，苏联政府将这个节日改为送冬节，又叫俄罗斯之冬狂欢节。节日的古老习俗和宗教意义都淡化了。但这个节日仍然是俄罗斯人的重要节日，象征太阳的圆薄饼依然是节日的必备食品，节日期间跳的圆圈舞依然是俄罗斯最主要的民间舞蹈形式。节日里，各地还举行化妆游行，



彩车上载着人们装扮的寒冬女神、俄罗斯三勇士等神话中的人物，人们载歌载舞送别寒冷的冬天，迎接温暖的春天。



刘-小芬 谢肉节

春节 (Spring Festival, 时间: 每年 5 月 1 日)

此春节非彼春节，每年的国际劳动节就是俄罗斯的“春天节”。沿着涅夫斯基大街一直到冬宫广场，都会有游行队伍。

胜利日 (Victory Day, 时间: 每年 5 月 9 日)

为了庆祝“二战”结束，1945年5月9日，圣彼得堡的涅夫斯基大街举行了盛大的胜利游行，此后每年的这一天就成了庆祝和纪念纳粹封锁粉碎、圣彼得堡重获新生的重大节日。当战士们在冬宫广场上行进时，涅瓦河上空都会燃放烟花，节日达到最高潮。

国庆节 (时间: 6 月 12 日)

1990年6月12日，俄罗斯联邦最高苏维埃通过并发表了主权宣言，宣布俄罗斯脱离苏联，主权独立。这一天便被俄罗斯定为国庆节。

桦树节 (时间: 每年 6 月 24 日)

桦树节源自古代的夏至节。节日期间教堂用桦树枝装饰起来，教徒们也手持桦树枝来做礼拜。民间还把这一天看作是悼亡节，都要去上坟。从1964年起又被称作桦树节，或者“俄罗斯小白桦节”。白桦树成为俄罗斯民族的象征是有其历史渊源的。11-15世纪许多古俄罗斯文献就是刻写在桦树皮上的。

十月革命节 (时间: 11 月 7 日)

11月7日是前苏联的国庆节，现在作为传统节日依然保留了下来。过去，这一天要举行隆重的庆祝活动，甚至平民百姓也要在家中大办节日宴席。

实用信息 Practical Information

语言

俄罗斯的官方语言是俄罗斯语，即使在圣彼得堡和莫斯科这样的大城市，会说英语的人和公共设施的英文标识并不多，但40岁以下的人和青年学生，有不少可以进行简单的英文交流。在学校，学习英语并不普遍，很多学生选择德语为第二外语。在圣彼得堡乘坐公共交通，一定要提前买好有俄英对应的地图。

圣彼得堡的酒店大多都支持多语种服务。

常用语

你好: Здравствуй (ZDRAHST-vooy-tyeh)
 我叫……: Меня зовут (mee-NYAH zah-VOOT)
 请: Пожалуйста (pah-ZHAH-luh-stuh)
 谢谢: Спасибо (spuh-SEE-buh)
 是: Да (dah)
 不, 否定: Нет (nyeht)
 劳驾: Простите (prah-STEET-yeh)
 对不起: Простите (prah-STEET-yeh)
 再见: До свидания (duh svee-DAH-nyah)

数字

1: один (ah-DEEN)
 2: два (dvah)
 3: три (tree)
 4: четыре (chee-TYH-ree)
 5: пять (pyah)
 6: шесть (shehst)
 7: семь (syem)
 8: восемь (VOH-seem)
 9: девять (DYEH-veet)
 10: десять (DYEH-suht)

旅行用语

接受美元吗?
 Вы принимаете американские доллары?
 (vyh pree-nee-MAH-ee-tyeh uh-mee-ree-KAHN-skee-yeh DOH-luhr-yh)
 可以用信用卡吗?
 Вы принимаете кредитные карты?
 (vyh pree-nee-MAH-ee-tyeh kree-DEET-nyh-yeh KAHN-tyh)
 请问汇率是多少?
 Какой курс обмена?
 (kah-KOY koos ahh-MYEHN-uh)
 这个多少钱?
 Сколько это стоит?
 (SKOHL' -kuh EH-tuh STOH-eet)
 太贵了。
 Это слишком дорого
 (EH-tuh SLEESH-kuhm DOH-ruh-guh)

下载靠谱又有爱的旅行翻译官，了解更多当地语言！

货币兑换与银行

俄罗斯的通用货币为卢布，卢布与美元、欧元可自由兑换，汇率为浮动汇率，每天由俄罗斯中央银行确定。
 中国银联已经开通了俄罗斯 ATM 的受理业务，但 POS 机端结算并不普遍。如果遇到问题，可拨打当地咨询热线 +7-9264-800318。更多信息参考中国银联网站：www.chinaunionpay.com/abroadCard/area/ch_europe/eluosi/index.html



PatrickLee 纸币

阿尔法银行 Alfa Bank

在莫斯科有众多分行及 A T M，可刷卡取现及兑换美元。

地址：（阿尔巴特区）ul Arbat 4/1; Arbatskaya; （格罗城）ul Varvarka 3; Kitay-Gorod; （Krasnoselsky 区和 Meshchansky 区）Kuznetsky most 9/10; Kuznetsky Most; （Zamoskvorechie 区）ul Bolshaya Ordynka 21; Tretyakovskaya
营业时间：周日休息，其他时间 8:30-20:00

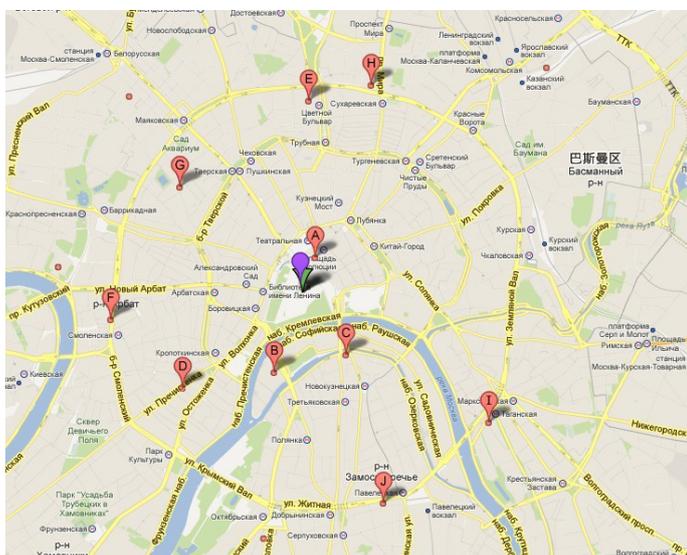
ATM

莫斯科的 ATM 遍布主要街区，注意辨别“Банкомат”标志即可。

edith 机场海关一出来，左手边有个换外币的窗口，千万别找她！旁边就是自动换汇机，击页面上的英国国旗，就会进入英语页面；上面标明最多只能换 450 美元；如果这台机器没有钱了，不要紧，出来大厅，右手边还有两台，汇率都是一样的；在莫斯科的列宁格勒火车站候车室，里面也有这种换汇机，汇率是一样的；同时，换汇机旁边是个 ATM，有银联标志的，可以用银联卡直接取卢布出来。

邮局

莫斯科邮局官方网址：<http://www.russianpost.ru/>



图中 A:

邮局 Otdeleniye pochtovoy svyazi № 109012
地址：ulitsa Nikol'skaya, 7, Moscow
联系方式：+7-495-6983437

图中 B: 邮局 Otdeleniye pochtovoy svyazi № 72
地址：litsa Serafimovicha, 2, Moscow
联系方式：+7-495-9590628

图中 C: 邮局 Pochta Rossii, Otdeleniye svyazi № 115035
地址：naberezhnaya Kadashevskaya, 36/1, Moscow
联系方式：+7-495-9516232

图中 D: 邮局 Otdeleniye pochtovoy svyazi № 34
地址：ulitsa Prechistenka, 15, Moscow
联系方式：+7-495-6372857

常用电话

火警：01
报警电话：02
医疗急救：03

通信、电源与网络

俄罗斯的插头为两相圆柱形，一般分为较粗和较细两种（圆柱的粗细）。可自带转换器。标准电压为 220V，50 赫兹。

国内的三大移动 MTS, MegaFon, VimpelCom。移动的制式是 2G-GSM, 3G-WCDMA。SVI 的区域制式是 GSM 和少量 CDMA -450。在当地任何一个销售移动电话的商店里，都可以买到 SIM 卡。俄罗斯对移动终端没有太多的本地化需求，但未来对俄 Glonnas GPS 定位系统做了要求。

中国手机（全球通）在俄境内可以漫游，拨打中国电话的方式为：0086（00 可用“+”代替）+ 手机号 / 电话号码，但话费很贵。建议购买当地的 IP 长途电话卡，打中国每分钟合人民币 2 元左右。

俄罗斯的国家地区号：007-495 或 007-499（前两位号码为“14”的电话）。

安全与医院

莫斯科并没有我们想像中那么危险，事实上，作为一个一直在蓬勃发展的都市，莫斯科的犯罪率比较低。游客出门务必要护照随身。

如果冬天在莫斯科旅行，要穿防滑的鞋，防止摔伤。

最好能在出门前买一份境外旅游保险，万一有急性就医需求，可以选择以下几家医院或诊所，在这里可以找到会说英语的医师及工作人员。

American Medical Center

24 小时开放，有药店和医生。
地址：Grokholsky per 1, Chistye Prudy; Prospekt Mira
网址：www.amcenters.com

Botkin Hospital（莫斯科最好的医院）

地址：2-y Botkinsky proezd 5
联系方式：+7-495-2378338, +7-495-9457533

European Medical Center

地址：Spirodonovsky per 5, Tverskoy District; Mayakovskaya
网址：www.emcmos.ru
联系方式：+7-495-9336655



使领馆

中国驻俄罗斯大使馆（莫斯科）

地址：ulitsa Druzhby, 6, Moskva, 117330

网址：<http://ru.china-embassy.org>, <http://ru.chineseembassy.org>

联系方式：+7-495-9561168；传真：+7-495-9561168；邮箱：china_emb_ru@mfa.gov.cn

中国驻圣彼得堡总领事馆

地址：NO.134, NAB.KANALA GRIBOEDOVA

网址：saint-petersburg.china-consulate.org, saint-petersburg.chineseconsulate.org, stpetersburg.china-consulate.org, stpetersburg.chineseconsulate.org

联系方式：+7-812-7146230（对外组），+7-812-7137605（领事部），+7-812-7138009（办公室）；值班手机：+7-9627035069；传真：+7-812-7144958

邮箱：chinaconsul_sp_ru@mfa.gov.cn

风俗与禁忌

俄主要宗教为东正教，其次为伊斯兰教。俄罗斯人忌讳 13，喜欢 7，认为 7 象征幸福和成功。送礼亦喜欢用单数，认为双数不吉利。

如果你去剧院或影院迟到了，别人已经坐好，千万不要屁股朝着别人往里挤，而要面对他们表示歉意。

不要做“不速之客”，不要拒绝跳舞，不要用手指点对方。妇女戴头巾、男士脱帽才能进东正教堂。俄人认为，40 岁表示人生路程的一半，这个生日要悄悄地过，不要搞得热闹，否则对下半生不利，最多在家里庆祝一下，也不要邀请客人参加。

其他实用信息

中国领事服务网 - 俄罗斯：<http://cs.mfa.gov.cn/gbxx/oz/els/>

莫斯科旅游官方网站：<http://moscomtour.mos.ru/>

俄罗斯驻华大使馆 - 旅游专题：<http://www.russia.org.cn/chn/2878/>

俄罗斯旅游局官方网站：<http://www.russia-travel.com/>

俄罗斯旅游中文网：<http://www.russia-online.cn/>

出入境 Entry & Exit

护照

中华人民共和国护照是中华人民共和国公民出入国境和在国外证明国籍和身份的证件。主要分为以下几种：外交护照、公务护照、公务普通护照（原因公普通护照）、普通护照、香港特区护照和澳门特区护照。普通护照俗称“因私护照”，有效期分为 5 年和 10 年两种。

签证

签证类型

赴俄签证分为商务签证、工作签证、代表处（工作）签证、留学签证、旅游签证、因私签证和过境签证。

签证申请

* 多次签证自第 1 次入境起，每 180 天内在俄累计停留的时间不可超过 90 天

* 签证申请表应填写完整，俄驻华使领馆可根据需要要求申请人提供补充

文件或面谈

* 如数人被同时邀请，则每位申请人均应提供 1 份完整的文件

* 申请人应本人送取签证或提供公证过的委托书

目前俄罗斯还未开放个人自由行，但是中俄双方已经签订了团队旅游互免签证协议，最少 5 人即可成团。

更多信息，请参考俄罗斯驻华大使馆网站 - 签证信息：<http://www.russia.org.cn/chn/2733/31295140.html>

关于免签

俄罗斯免签证问答

2006 年 4 月 6 日，俄罗斯官方和旅游界代表在北京举行了俄罗斯旅游资源推广会，宣布即日起在 2011 年 8 月俄罗斯部分地区对中国游客免签开放的基础上，实行全境免签政策。但是中国游客要在国家旅游局指定的组团社参团报名，并持有有效的出国护照，才可以免签证前往俄罗斯。目前有 700 家中国旅游公司受中国国家旅游局委托，有权与俄罗斯旅游公司合作受理中国游客赴俄免签旅游。俄旅游署推荐接待中国游客并身为“世界无国界”协会会员的旅行社在俄只有 23 家。

一、免签证的操作顺序：

1. 首先，由国内的出境社与俄方指定的 23 家旅行社签定合作协议。
2. 国内的出境社凭上述协议在当地的旅游局备案，以取得免签的组团资格。
3. 取得资格之后的出境社才可以组团赴俄旅游。

二、免签证的具体要求和步骤。

1. 必须 5 人以上。2. 必须由组团社派专业领队带团。注意：领队的机票和其他费用是由客人均摊的，若 4 个客人加领队，每人平摊的费用是 200 美金以上。
3. 先由组团社将客人名单传到俄方地接社，俄方确认之后，回传给组团社，组团社将该名单上报旅游局，旅游局签字盖章之后即可生效。注意：这个名单不可增加或修改，每改一次都要重新办理上述程序。
4. 俄方边检要求团进团出，不可少一个人，这个名单中的名字不可有一个字母错误，这样势必会影响出入关的成功率。
5. 俄方地接社派人到俄方边防检查处，拿着名单接客人。

三、免签证不等于免费。

中国公民免签去俄罗斯的旅游团队，必须由国内组团社的领队带领，这样团队客人均摊的费用包括：领队的相关费用 + 境外保险 1.8\$/人/天 + 旅游邀请费用（如果是 23 家“世界无国界”协会会员旅行社之一，邀请费用可免），所以说免签绝对不等于免费。在此，我们做了一个成本的核算，以团队为 40 人为分界点，如果团队在 40 人以上，做免签团队赴俄罗斯旅游，平均在客人头上的费用比正常办理旅游签证的费用低。如果团队在 40 人以下，正常办理旅游签证更省钱。

四、免签证并不等于免手续。

个人不可能独自前往俄罗斯，要完全按上述手续办理。

综上所述：中国公民自费出境旅游目的地国家俄罗斯的免签证政策，在实际操作运行上并不是非常适合我国公民的现状。“免签不适用于人数较少的团队、免签并不等于免费、免签存在着较高的风险性等”，所以说，想真正去俄罗斯欣赏俄国美景的游客，还是应该正确认识俄罗斯的免签证政策。

更多签证要求及所需资料请参见：<http://www.russia.org.cn/chn/2733/>

使馆信息

俄罗斯驻华大使馆（北京）

地址：东直门北中街 4 号

网址：www.russia.org.cn

联系方式：+86-10-65322051、+86-10-65321381、+86-10-65321291、+86-10-65321267（领事处）；传真：+86-10-65324851（使馆），+86-10-65324853（领事处）；邮件：embassy@russia.org.cn

俄罗斯驻上海总领事馆

领区：上海、浙江、江苏、安徽

地址：上海市黄浦路 20 号

联系方式：+86-21-63242682；传真：+86-21-63069982

俄罗斯驻沈阳总领事馆

领区：辽宁、吉林、黑龙江

地址：沈阳市和平区南 13 纬路 31 号

联系方式：+86-24-23223927；传真：+86-24-23223907

俄罗斯驻广州总领事馆

领区：广东、福建、海南、云南、江西、广西

地址：广州市珠江新城临江大道 3 号发展中心 26 楼 A 单元

联系方式：+86-20-85185001、+86-20-85185002、+86-20-85185003；传真：+86-20-85185099（办公室），+86-20-85185088（领事处）

海关

入境

填写出入境卡

在机场（或港口、车站）的大厅中填写好出入境卡。出入境卡（A 表和 B 表）由入境人员用黑、蓝色钢笔或圆珠笔亲自填写，不懂俄语者可根据护照等证件资料用英文（拉丁字母）填写个人信息。在俄期间需妥善保管出入境卡。

边防检查

将有效护照、签证及出入境卡交边防查验。查验后，边检人员将填好的出入境卡的 A 表收走，B 表由填写人携带入境，入境后应妥善保管，出境时要将 B 表交予边检人员。

需要说明的是，拥有合法签证并不意味着一定能顺利入境。根据俄出入境法规定，俄边防官员有权询问拟入境者详情，如签证种类与入境目的不符，或对邀请单位存有疑虑，边防官员有权查询，甚至拒绝您入境。若在机场边防遇阻扣，您应如实说明有关入境或过境事由，了解受阻原因，并及时联系邀请单位解决，如仍未获入境，可与中国驻俄使领馆联系。如确实受对方不公正对待，应注意收集并保存证据，记好事发时间、地点、所乘航班，走的第几号边防检查通道，查验人员的具体特征、性别、职衔、佩戴警号等，以便您及时投诉或日后通过法律程序处理，必要时，请将详细情况告知中国驻俄罗斯使领馆。

申报

旅客出入境携带下列物品应填写报关单向海关申报

* 一次性带入或带出价值 10,000 美元以上的现金、旅行支票及其他有价证券；

* 携带自用物品价值总额超过 1,500 欧元或重量超过 50 公斤（不包括车辆），超过部分须按价值缴纳 30% 的关税，但不低于每公斤 4 欧元；

* 18 岁以上成年人每人携带酒精饮料不超过 3 升无需申报，超过 3 升但

不多于 5 升，超出部分须根据海关和税收监管规定按每升 10 欧元的税率缴纳关税；

* 18 岁以上成年人入出境携带以下物品超过限量：鲟鱼籽 250 克；雪茄烟 50 支；香烟 200 支；烟丝 250 克。

外部交通 Getting There

一般到俄罗斯旅行的游客，起点和终点大多是莫斯科，莫斯科也是本国游客连接欧洲的主要门户，交通网络极其发达。目前从中国到俄罗斯旅行拥有非常便利的交通条件，可以利用能够将遥远的城市彼此连接在一起的航空线路，也可以沿着穿越整个俄罗斯的横跨西伯利亚大铁路行驶，还可以在边境地区乘坐各种巴士、当地的火车或渡轮非常方便地穿过边境。

飞机

机场

莫斯科是俄最重要的交通枢纽城市，从莫斯科乘飞机可飞往俄国内主要城市和世界主要国家，目前莫斯科有 3 个国际机场，谢列梅捷沃国际机场（Sheremetyevo International Airport）、多莫杰多沃国际机场（Domodedovo International Airport）和伏努科沃机场（Vnukovo International Airport）。

特别提醒：中国公民持公务、公务普通和因私护照在莫斯科谢列梅捷沃国际机场几个航站楼之间以及与其他机场之间转航班，均需持有赴俄签证或过境签证。

【小贴士】

中国国际航空公司、海南航空公司和俄罗斯航空公司北京至莫斯科航班停谢列梅捷沃国际机场 F 号航站楼，中国东方航空公司上海至莫斯科的航班停多莫杰多沃国际机场。

谢列梅捷沃国际机场 Sheremetyevo International Airport

位于莫斯科西北部，距离中心城区约 27 公里。



机场平面图，下载地址：<http://www.svo.aero/f/1/transport/en-main-scheme.pdf>

地址：Khimki, Moskovskaya oblast

网址：<http://www.svo.aero/>

联系方式：+7-495-5786565

与市区之间的通勤：

出租车：B 口、C 口、F 口（只接受卢布，部分出租车可以刷卡，American Express 除外）



公共交通：地铁 Planernaya 站

车号	经停航站楼	出发	车程	票价
Bus851	依次： B, C → F, E → D	6:32-07:56		28 卢布
Bus851	依次： B, C → F, E → D	5:35-0:49 发车频率 9-30 分钟	40-50 分钟	28 卢布
Bus949	依次： F, E → D → B, C	6:45-21:45	30-50 分钟	70 卢布

okzal 站

车号	经停航站楼	出发	车程	票价
Bus 817	依次： F, E → D → B, C	5:30-0:08 发车频率 15-30 分钟	40-50 分钟	28 卢布
Bus 948	依次： F, E → D → B, C	6:45-21:45	40-70 分钟	70 卢布

机场各航站楼之间的通勤 (B 到 F) :

巴士	费用	车程	时间
机场摆渡车	免费	20 分钟	6:55/7:55/8:15/8:55/9:25/9:55/ 10:25/10:55/11:25/11:55/12:55/ 13:55/14:55/15:55/16:55/17:55/ 18:55/19:25/19:55/20:25/20:55/ 21:55/22:55/23:55/0:55
Bus 851	28 卢布	20 分钟	6:00-23:00
Bus 817	28 卢布	20 分钟	6:00-23:00
Bus 948	70 卢布	20 分钟	6:00-23:00

机场与火车站之间的通勤 (机场快线 Aeroexpress) :

Belorussky Railway Station 火车站与机场之间, 单程票价 320 卢布, 车程约 35 分钟。

更多: <http://www.svo.aero/en/transport/#aeroekspres>

与其他机场之间的通勤: <http://www.svo.aero/en/transport/#domodedovo>

更多详情请参考机场网站 (内附平面图, 支持英文) <http://www.svo.aero/en/transport/>

多莫捷多沃国际机场 Domodedovo International Airport

图: <http://domodedovo.ru/img/scheme10.jpg> (机场平面图)

位于南部的大型机场, 主要承接莫斯科国内航班, 也有包括英航、汉莎航空及其他廉价航空公司的飞机在这里起降。

地址: 60 лет СССР бул., п. Барыбино, Домодедовский р-н, Московская область

网址: <http://domodedovo.ru/en/>

联系方式: +7-495-9336666 (24 小时)

与市区之间的通勤:

与地铁 Domodedovskaya 站之间有机场的摆渡车, 发车频率 15 分钟, 单程 30 分钟, 票价 100 卢布。

伏努科沃机场 Vnukovo International Airport

机场位于莫斯科中心市区西南方 31 公里处,

地址: ulitsa Reysovaya 2-ya, д. 2, к. 4, Moscow

网址: <http://www.vnukovo.ru/eng/index.wbp>

联系方式: +7-495-9375555

与市区之间的通勤:

火车站 (Kievsky Train Station) 前乘坐机场快线 (Aeroexpress) 可直达机场, 机场快线的运营时间: 7:00-24:00 (每小时一班), 单程票价 320 卢布, 车程 35-45 分钟。

航班

北京有抵达莫斯科、圣彼得堡、新西伯利亚、伊尔库茨克的航班, 上海、香港、哈尔滨、乌鲁木齐有抵达莫斯科的航班。

莫斯科是全国最大的航空枢纽, 有 4 个民航机场, 伏努科沃、多莫杰多沃、谢列梅捷沃和贝科沃。中国有直达莫斯科的航班, 降落谢列梅捷沃机场, 机场地址为谢列梅捷沃 2 号。

俄罗斯国际航空公司 Aeroflot

直飞目的地: 北京、上海、香港

地址: 北京市东城区朝阳门北大街 2 号港澳中心瑞士酒店公寓楼 1 层

网址: www.aeroflot.ru

联系方式: +86-10-65002412, +86-10-65532288-2183; 传真: +86-10-65941869

俄罗斯全禄航空公司 Transaero

直飞目的地: 北京、三亚、香港

地址: 北京建国门外大街永安东里 8 号华彬大厦 714

网址: <http://transaero.ru>

联系方式: +86-10-85288513; 传真: +86-10-85289529

俄罗斯 S7 航空公司

地址: 北京市工体北路新中西街 8 号, 亚洲大酒店, 202 号办公室

网址: www.s7.ru

联系方式: +86-10-65529672, 65529673; 传真: +86-10-65529643

中国国际航空公司 Air China

目的地: 莫斯科、叶卡捷琳堡

网址: <http://www.airchina.com.cn/>

中国海南航空公司 Hainan Airlines

网址: <http://www.hnair.com/>

中国南方航空公司 China Southern

目的地: 乌鲁木齐 - 莫斯科、新西伯利亚

网址: <http://www.csair.com>

中国东方航空公司 China Eastern

目的地: 上海 - 莫斯科

网址: <http://www.ce-air.com>

香港国泰航空公司 Cathay Pacific

目的地: 香港 - 莫斯科

网址: <http://www.cathayair.com>

香港航空公司 Hong Kong Airlines

目的地: 香港 - 莫斯科

网址: <http://www.hongkongairlines.com>

火车

线路

虽然乘火车去俄罗斯, 耗费时间很长, 但沿途风景十分迷人, 尤其是在秋天, 可以看到西伯利亚、贝加尔湖、白桦林以及俄罗斯农庄。中国游客乘车去俄罗斯, 可以在北京乘坐“北京 - 俄罗斯”国际列车, 也可以从内蒙古或黑龙江乘车到达。

从北京出发的列车:

T3/4 次车途经大同、二连、扎门乌德、乌兰巴托、伊尔库茨克、新西伯



利亚等站，路上 136 小时；

K19/20 次途经沈阳、长春、哈尔滨、满洲里、后贝加尔、伊尔库茨克、新西伯利亚等站，路上 149 小时。

票价根据车厢不同在 220-350 美元间，有 2 人、4 人包房，有软、硬卧铺。

中蒙边境需要换轨和边境检查，火车停 3 小时左右，乘客不用下车。

从西欧乘火车到莫斯科的游客将抵达白俄罗斯火车站，然后可乘地铁环线。主要铁路线路是从赫尔辛基、华沙、布拉格和布达佩斯等地乘火车前往莫斯科。

统一铁路问询处电话：266-9000

国际列车售票处地址：

地址：北京建国门内大街 9 号，国际饭店 1 层

联系方式：+86-10-65120507；传真：+86-10-65120503

世界上最长的铁路：

<http://www.russia.org.cn/chn/2878/31293688.html>

火车站

莫斯科一共有 9 个火车站，分别散布在环线的周边，出了火车站基本都能直接进入地铁，非常方便，但是如果赶上高峰期，还是避免不了要排长队。

edith 俄罗斯的火车站名称很有意思，例如莫斯科专门开往圣彼得堡的火车站名字叫列宁格勒火车站（圣彼得堡曾用名）；同样的，圣彼得堡专门开往莫斯科的火车站，叫莫斯科火车站。

在莫斯科，有 3 个火车站粘在一起：列宁格勒站、莫斯科站（国际列车）、还有雅罗斯拉夫尔火车站。如果要寄存行李在火车站，莫斯科站没有，但是在雅罗斯拉夫尔站就有存行李的地方，进了它的安检，走到底右手边能见到一个楼梯走下去地库，走道墙面是鲜绿色的，左手边有个窗口，有工作人员看守。费用不低，20 寸箱子 120 卢布，大的要 160 卢布。

萨维奥洛夫火车站 Savyolovskiy Station

连接莫斯科与东北部的城镇。

到达交通：地铁 Savyolovskaya 站

白俄罗斯火车站 Belorusskiy Railway Terminal

地址：Belorusskiy vokzal, ploshchad' Tverskaya Zastava, 7, Moskva

到达交通：地铁 Belorusskaya 站

里加火车站 Rizhskiy Railway Terminal

俄文名称：Рижский вокзал，有往返城市西北方向的列车。到达交通：

地铁 Rizhskaya 站

库尔斯克火车站 Kurskiy Railway Terminal

有前往弗拉基米尔的列车。

到达交通：地铁 Kurskaya 或 Chkalovskaya 站

帕韦列茨火车站 Paveletskiy Railway Terminal

俄文名称：Павелецкий вокзал

到达交通：地铁 Paveletskaya 站

基辅火车站 Kievskiy Railway Terminal

被称为莫斯科最漂亮的火车站。俄文名称：Киевский вокзал

到达交通：地铁 Kievskaya 站

列宁格勒火车站 Leningradskiy Railway Terminal

连接莫斯科与圣彼得堡（曾用名：列宁格勒），注意在有些地图上，车站仍然写的是以前的曾用名 Oktyabrskiy。

到达交通：地铁 Komsomolskaya 站

雅罗斯拉夫尔火车站 Leningradskiy Railway Terminal

紧挨着列宁格勒火车站，中国开过来的车都停在这里。

到达交通：地铁 Komsomolskaya 站

喀山火车站 Kazanskiy Railway Terminal

与列宁格勒火车站、雅罗斯拉夫尔火车站都在一个大广场上，也被称为“火车站广场”。

到达交通：地铁 Komsomolskaya 站

内部交通 Getting Around

飞飞 xu 莫斯科绝对是当之无愧的国际“大堵市”。从机场出来不过一会儿，列宁格勒大道入城方向就堵车堵得一塌糊涂。在莫斯科，工作日堵车几乎是常态，在著名的莫斯科“花园圈”（Garden Ring）环线公路上，双向 18 车道都能轻易被堵死。所以，其实出门最方便的，还是莫斯科地铁和轨道交通。

所以建议大家从谢尔盖梅杰沃机场（中国到莫斯科飞机、俄航基本上都是到这个机场）出来，直接乘坐机场快轨到白俄罗斯火车站，然后换乘地铁。关于这个机场快轨，单向运行发车时间是半小时，全程耗时 35 分钟，价格方面是单程 320 卢布，往返 600 卢布。机场快轨的往返票是磁卡，刷卡就是。单程票是一张纸，纸上有二维码，出站的时候才刷二维码！千万不能以为是小票就扔了。

地铁

莫斯科地铁（Moscow Metro）是世界上规模最大的地下轨道交通系统之一，其出众之处在于地铁内部精美的建筑风格，因此也被公认为世界上最漂亮的地铁，有“地下艺术殿堂”之称。1935 年 5 月 15 日，当时的苏联政府出于军事方面的考虑，正式开通莫斯科地铁。

莫斯科是世界闻名的“堵城”，在上下班的高峰时期，地铁是市民和游客最明智的出行选择：高效、便宜、覆盖面广（全市有 150 多个站口），事实上，根据莫斯科地铁站网站的官方统计，地铁承载了所有交通方式总乘客人数的 56% 之多。

莫斯科地铁（标志 ）有 11 条线路，除此之外还有一条轻轨线路（Light Rail Metro，标志 ）L1 和一条单轨线路（Monorail Transport System，标志 ）M1。

莫斯科的地铁换乘时间较长，主要由于很多站的位置很深，即使乘坐加速电梯可能也要花费不少时间，不过这“一路上”风景不错，可以看地铁里的雕塑和漂亮的回廊。另外，车辆和地铁站内基本没有英文标识，报站也全是俄语，所以在“迷宫”一样的莫斯科地下，备上一份俄-英对照或俄-中对照的地图是十分有必要的。莫斯科地铁比较安全，虽然也有小偷小摸的现象出现，但只要看管好自已的财务就不会出问题，如果还不放心，可以选择司机车厢后的第一节车厢，那里是最安全的。

Lazisset

网址：<http://engl.mosmetro.ru/>

莫斯科地铁线路图

RAPID TRANSIT SYSTEMS OF MOSCOW





费用：单程票价 28 卢布 / 人（不限站数、不限里程）

运营时间：5:30-1:00（凌晨 1 点）



慢慢走且行且远 这是地铁的检票口，每次关闭的速度非常快，据说力度大到可以夹折腿，所以我和同伴每次经过的时间都倍感压力，一路都是用小跑的。进站出站不用刷卡。

购票

在购票亭（Kassa）人工售票处买票，或者使用自动售票机（大部分机器只卖单程或往返票，有英文提示）。如果在莫斯科呆的时间够久或需要频繁乘坐地铁，不妨买多次票（5 次、10 次、20 次和 60 次，有效期均为 45 天），比单次累积购买便宜一些；当然还有月票（最多 70 次，按自然月计算，不是购票后始算的 30 天）。

具体如下图：

车票类型	有效期	价格（卢布）
限定乘坐次数		
1 次	5 天（包含购票当天）	28
2 次		56
1 件行李票		28
包含行李（1 件）的单程票		56
5 次	45 天（包含购票当天）	135
10 次		265
20 次		520
60 次		1,245
70 次	自然月	1,230
不限乘车次数 / 智能卡（smart card）		
30 天智能卡	30 天（包含购票当天）	1,710
90 天智能卡	90 天（包含购票当天）	3485
365 天智能卡	365 天（包含购票当天）	11,430

【小贴士】莫斯科的地下宫殿

地铁站的建筑设计各异、华丽典雅。每个车站都由国内著名建筑师设计，铺设的大理石就有几十种，并广泛采用大理石、马赛克、花岗石、陶瓷和五彩玻璃，装饰出具有不同艺术风格的大型壁画及各种浮雕、雕刻，再配以各种别致的灯饰，像富丽堂皇的宫殿，让人完全没有置身地下的感觉，其中一些作品美妙绝伦，令人流连忘返。地铁车厢除顶灯外，还设计了便于读书看报的局部光源，在车们门口安装了报站名用的电子显示屏。地铁站除根据民族特点建造外，还以名人、历史事迹、政治事件为主题而建造。

重要站点

环线上的共青团站（Komsomolskaya）：大厅宽敞漂亮，天花板上是满满的镶嵌画，描绘了俄罗斯著名的军事英雄的故事。

环线上的新镇站（Novoslobodskaya）：彩色玻璃板是亮点，上面的图案描绘的是农民和工人劳动时的场景。

基辅站（Kievskaya）：大厅内漂亮的标志性镶嵌画，描绘的是乌克兰历史上的重大事件及乌克兰与俄罗斯之间的友好场景。

深蓝线的革命广场站（Ploshchad' Revolyutsii, Площадь Революции）：在正厅和电梯旁边都有真人大小的铜像，表现普通男女理想的形象，在电梯前面的雕像主题分别是——革命、工业、农业、狩猎、教育、体育和养育儿女。

绿线上的马雅可夫斯基站（Mayakovskaya）：天花板上的马赛克图案，这站也是莫斯科最深的地铁站；1937 年在巴黎举行的展览会上莫斯科地铁站获得“地下都会主义建筑”奖，而马雅可夫斯基地铁站获得大奖。二站期间，斯大林曾在这里亲自主持召开过苏共高级会议。

出租车

虽然在俄罗斯有偿搭车非常普遍，对俄罗斯人来说这再自然不过了，但是游客还是选择正规出租车比较好——黄色出租车，有“T”的标志（Novoye Zholtoye Taxi）。

一般来说，在“二环”以内的主要景点之间打车，费用在 200 卢布上下，赶上节假日价格可能会贵一些（新年期间可能会达到单程 500 卢布）。



小一 莫斯科的有轨电车



公交车 / 有轨电车

公共汽车的费用是比较便宜的，还可以事先买好票，最少买 10 张，若上了车再买，就会贵一些了。

莫斯科的大部分线路都是公交车与有轨电车重合的，运营时间一般从 5:30 到凌晨 1:00，单程车票 28 卢布，上车后直接交给司机。更方便一点的选择是在车站售票厅先买好票（24 卢布）。

旅行路上 Travel on the Road

推荐阅读：《安娜·卡列尼娜》（上下册）

小说由两条平行的线索构成：一条是安娜追求爱情幸福的悲剧，她根本不爱了无生气的官僚丈夫卡列宁，而与风流倜傥的年轻军官伏伦斯基一见钟情，和他离家出走，因此遭到上流社会的鄙弃，后与伏伦斯基出现感情危机，最终彻底绝望而卧轨自杀。这里揭露了 19 世纪俄国上流社会的虚伪、冷酷和腐朽；另一条是外省地主列文经历种种波折终于和所爱的贵族小姐吉娣建立了幸福的家庭，以及他面临农村破产而进行的经济改革。托尔斯泰思想中充满着矛盾，这种矛盾正是俄国社会错综复杂的矛盾的反映，是一个富有正义感的贵族知识分子在寻求新生活中，清醒与软弱、奋斗与彷徨、呼喊与苦闷的生动写照。

作者简介：列夫·尼古拉耶维奇·托尔斯泰（1828-1910），19 世纪末 20 世纪初俄国最伟大的文学家，也是世界文学史上最杰出的作家之一，他的文学作品在世界文学中占有重要的地位。代表作有长篇小说《战争与和平》《安娜·卡列尼娜》《复活》以及自传体小说三部曲《幼年》《少年》《青年》。其他作品还有《一个地主的早晨》《哥萨克》《塞瓦斯托波尔故事集》等。

推荐电影：《俄罗斯方舟》

剧情简介

这是一部用数码技术拍摄的影片，描述一位当代电影人突然发现自己置身于 1700 年前圣彼得堡的一座古老宫殿里，同时周围的人都无法看到他。和他有同样经历的是一位来自 19 世纪的法国外交官，这一奇遇使两人开始了一场历史的漫游，目睹了俄罗斯千年来的风云变幻。他漫步在宏伟壮丽的宫殿里，见证了彼得大帝用鞭子狂怒地抽打他的将军，凯瑟琳女皇的个人生活，以及革命前夕末代沙皇一家最后的晚餐，还有 1913 年最后一场辉煌盛大的皇家舞会。在他们的时间旅行逐渐展开之时，两人之间也不断就俄罗斯的历史文化问题发生争执：侯爵秉持西方对俄罗斯爱恨交织的传统感情，而现代电影人却反思和质疑着他的国家的过去和现在。



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglv/>



List

名称	地址	你的选择
景点		
红场 The Red Square	地铁 Ohotnii Ryad 站、Teatralnaya 站或 Ploshad Revolutsii 站	<input type="checkbox"/>
圣瓦西里大教堂 St Basil Cathedral	红场南面 +7-495-6983304	<input type="checkbox"/>
列宁墓 Lenin Mausoleum	Pl Revolyutsii Red Square +7-495-6235527	<input type="checkbox"/>
国家历史博物馆 National History Museum	ploshchad' Krasnaya, 1 +7-495-6924019	<input type="checkbox"/>
国营百货商店 GUM	ploshchad' Krasnaya, d.3, Moscow +7-495-7884343	<input type="checkbox"/>
克林姆林宫 Kremlin	К р е м л ь, Moscow +7-495-6953776	<input type="checkbox"/>
亚历山大花园 Alexandrovsky Garden	Alexandrovsky Garden	<input type="checkbox"/>
莫斯科大剧院 The State Academic Bolshoi Theater of Russia	Theatre Square, 1, Moscow +7-495-4555555	<input type="checkbox"/>
娱乐		
阿尔巴特大街 Arbat Street	地铁 Smolenskaya 站（蓝线）或 Arbatskaya 站（从西口出）	<input type="checkbox"/>
普希金故居博物馆 Pushkin House-Museum	ul Arbat 53 +7-499-2419293	<input type="checkbox"/>
梅尔尼科夫故居 Melnikov House	Krivoarbatsky per 10	<input type="checkbox"/>
普希金艺术博物馆 Pushkin Fine Arts Museum	ul Volkhonka 12 +7-495-2037998	<input type="checkbox"/>
基督教世主大教堂 Cathedral of Christ the Savior	ул. Волхонка, 15, Москва +7-495-637127	<input type="checkbox"/>
新圣母公墓 Novodevichy Cemetery	proyezd Luzhnetskiy, 2, Moscow +7-499-2466614	<input type="checkbox"/>
新圣母修道院 Novodevichy Convent	proyezd Luzhnetskiy, 1, Moscow +7-499-2468526	<input type="checkbox"/>
特列季科夫美术馆 Tretyakov Gallery	pereulok Lavrushinskiy, 10, Moscow +7-499-2307788	<input type="checkbox"/>
新特列季科夫美术馆 New Tretyakov Gallery	ulitsa Krymskiy Val, 10/14, Moscow +7-499-2307788	<input type="checkbox"/>
高尔基公园 Gorky Park	ulitsa Krymskiy Val, 9, Moscow	<input type="checkbox"/>
古拉格历史博物馆 Gulag History Museum	Petrovka St, 16, Moscow +7-495-6217346	<input type="checkbox"/>
武装力量博物馆 Armed Forces Museum	ulitsa Sovetskoy Armii, 2 +7-495-6814877	<input type="checkbox"/>
莫斯科国立大学 MGU	Lomonosov Moscow State University, GSP-1, Leninskie Gory, Moscow, 119991, Russian Federation +7-495-9391000	<input type="checkbox"/>
麻雀山 Sparrow Hills	地铁 Vorobyovy Gory 站	<input type="checkbox"/>
全俄展览中心 All-Russia Exhibition Center	+7-495-5543400	<input type="checkbox"/>
奥斯坦基诺庄园 Ostankino	ulitsa Ostankinskaya 1-ya, 5, Moscow +7-495-6834645	<input type="checkbox"/>
谢尔盖耶夫 Sergiev Posad		<input type="checkbox"/>



圣三一修道院 Trinity Monastery of St. Sergius	Troitse-Sergieva Lavra+7-495-5545356	<input type="checkbox"/>
圣母升天大教堂 Cathedral of the Assumption		<input type="checkbox"/>
弗拉基米尔 Vladimir		<input type="checkbox"/>
圣母升天大教堂 Assumption Cathedral	Sobornaya Pl +7-492-2325201	<input type="checkbox"/>
弗拉基米尔 Vladimir		<input type="checkbox"/>
圣母升天大教堂 Assumption Cathedral	Sobornaya Pl +7-492-2325201	<input type="checkbox"/>
水晶、袖珍漆器及刺绣品 展览馆 Crystal, Lacquer Miniatures & Embroidery Exhibition	bolshaya Moskovskaya ul 2	<input type="checkbox"/>
苏兹达尔 Suzdal		<input type="checkbox"/>
尤希米乌救世主修道院 Savior Monastery of St. Euthymius	Spaso-Evfimiev Monastery, Ul. Lenina	<input type="checkbox"/>
木建筑和农民生活博物馆 Museum of Wooden Architecture and Peasant Life	Pushkarskaya ul	<input type="checkbox"/>
雅罗斯拉夫尔 Yaroslavl		<input type="checkbox"/>
先知耶和華教堂 Church of Elijah the Prophet	Sovetskaya pl 广场	<input type="checkbox"/>
音乐与时光博物馆 Music & Time	naberezhnaya Volzhskaya, 33, Yaroslavl (河西岸) +7-485-2328637	<input type="checkbox"/>
主显圣容修道院 Monastery of the Transfiguration of the Savior	г.Ярославль, Богоявленская площадь, 25 +7-485-2303869	<input type="checkbox"/>
餐厅		
Darbar	Leninsky Prospect, 38 +7-495-9302925; +7-495- 9302365	<input type="checkbox"/>
老塔楼 The Old Tower	Teatralnaja ploščad 5/1 +7-495-6984008	<input type="checkbox"/>
Starlite	M.Tretyakovskaya M.Polyanka, Bolotnaya Sq., 16/5 +7-495-9515838	<input type="checkbox"/>
白兔子餐厅 White Rabbit	3, Smolenskaya Square+7-495-6633999	<input type="checkbox"/>
普希金餐厅 Pushkin	Tverskoy Blvd, 26 a, Mosco +7-495-7390033	<input type="checkbox"/>
购物		
Evropeiskiy Shopping Center	Kievskaya pl 1	<input type="checkbox"/>
Atrium	Zemlyanoy Val 22 Kitay Gorod	<input type="checkbox"/>
“一只蚂蚁”周末跳蚤市 场 Izmaylovo Market	73zh Izmaylovskoe Shosse +7-499-1665580	<input type="checkbox"/>
娱乐		
莫斯科大剧院 Bolshoi Theater	Theatre Square, 1, Moscow +7-495-4555555	<input type="checkbox"/>
柴可夫斯基音乐厅 Tchaikovsky Concert Hall	Триумфальная пл., 4/31, Москва +7-495-2325353	<input type="checkbox"/>
尼库林马戏团 Nikulin Circus	Tsvetnoy Blvd, д. 13, Moscow +7-495-6258970	<input type="checkbox"/>

莫斯科大马戏团新团 Bolshoi Circus on Vernadskogo	prospekt Vernadskogo, 7, Moscow (麻雀山下) +7-495-9300272	<input type="checkbox"/>
圆顶电影院 Dome Cinema	prospekt Olimpiyskiy, д.18/1, Moscow +7-495-9319873	<input type="checkbox"/>
Tema Bar	pereulok Potapovskiy, 5, с т р. 2, Moscow +7-495-6242720	<input type="checkbox"/>
Krizis Zhanra	ulitsa Pokrovka, 16/16, строение 1, Moscow +7-495-6232594	<input type="checkbox"/>
交通		
谢列梅捷沃国际机场 Sheremetyevo International Airport	Khimki, Moskovskaya oblast +7-495-5786565	<input type="checkbox"/>
多莫捷多沃国际机场 Domodedovo International Airport	60 лет СССР бул., п. Барыбино, Домодедовский р-н, Московская область +7-495-9336666 (24 小时)	<input type="checkbox"/>
伏努科沃机场 Vnukovo International Airport	ulitsa Reysovaya 2-ya, д. 2, к. 4, Moscow +7-495-9375555	<input type="checkbox"/>
萨维奥洛夫火车站 Savyolovsky Station	地铁 Savyolovskaya 站	<input type="checkbox"/>
白俄罗斯火车站 Belorussky Railway Terminal	Belorusskiy vokzal, ploshchad' Tverskaya Zastava, 7, Moskva,	<input type="checkbox"/>
里加火车站 Rizhsky Railway Terminal	地铁 Rizhskaya 站	<input type="checkbox"/>
库尔斯克火车站 Kursky Railway Terminal	地铁 Kurskaya 或 Chkalovskaya 站	<input type="checkbox"/>
帕韦列茨火车站 Paveletsky Railway Terminal	地铁 Paveletskaya 站	<input type="checkbox"/>
基辅火车站 Kievsky Railway Terminal	地铁 Kievskaya 站	<input type="checkbox"/>
列宁格勒火车站 Leningradsky Railway Terminal	地铁 Komsomolskaya 站	<input type="checkbox"/>
雅罗斯拉夫尔火车站 Leningradsky Railway Terminal	地铁 Komsomolskaya 站	<input type="checkbox"/>
喀山火车站 Kazansky Railway Terminal	地铁 Komsomolskaya 站	<input type="checkbox"/>
其他		
Botkin Hospital 医院	2-y Botkinskiy proezd 5+7-495- 2378338, +7-495-9457533	<input type="checkbox"/>
European Medical Center 医疗中心	Spirodonovskiy per 5 +7-495-9336655	<input type="checkbox"/>
中国驻俄罗斯大使馆	ulitsa Druzhby, 6, Moskva +7-495-9561168	<input type="checkbox"/>