



ESTADO PLURINACIONAL DE  
**BOLIVIA**

生产发展和多元化经济部

旅游部

# 摄影图录



**Bolivia**

一个真正的世外桃源





科罗拉多湖 - 爱德华多-阿瓦罗阿安第斯动物国家保护区

Laguna Colorada - Reserva Nacional de Fauna Andina Eduardo Avaroa





**玻利维亚**是一个独立的多民族主权国家，位于南美洲中西部。其领土面积为109,8581 平方公里。首都为苏克雷，政府所在地为拉巴斯市，该市海拔约3600米，是世界上海拔最高的大都市。

根据2012年的人口普查，拉巴斯人口为1010万。它的北部和东部与巴西接壤，南部与巴拉圭和阿根廷毗邻，西部与智利和秘鲁接壤。

**人口：**艾马拉人（25%），克丘亚人（31%），其他人口（44%）

**首都：**苏克雷

**政府所在地：**拉巴斯

**官方语言：**西班牙语、克丘亚语、艾马拉语、瓜拉尼语及其他语言

**国家节日：**8月6日，独立日

**气候：**根据七个省份的地理位置不同，温度从 5°C到 40°C不等：西科迪勒拉、高原、东科迪勒拉、亚安第斯山脉、奇基塔纳山脉、查科-贝尼亚纳平原及前寒武纪盾构平原。

**玻利维亚**拥有巨大的自然、历史和文化财富，对于热爱自然、考古、探险、文化和其他活动的人来说，这些都是旅游的价值所在。



## 乌尤尼盐湖

它是世界上面积最大、海拔最高的盐漠。面积达10582平方公里。这里有星光灿烂，有夕阳无限好，盐海中的仙人掌岛仿佛在玩儿透视游戏。在周围海拔4000多米的地区，有色彩斑斓的泻湖，湖中有火烈鸟、美丽的风景、间歇泉、火山、色彩斑斓的山谷以及更多值得探索的地方。

无障碍陆空交通

**服务：**美食/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：**景观游览/摄影/生态旅游

**图皮萨（Tupiza）**是乌尤尼盐湖（Salar de Uyuni）和彩色湖（Lagunas de Colores）旅游胜地的一部分，位于玻利维亚南部，是波托西省南奇查斯省（Sud Chichas）的首府，四周群山环绕，地质构造丰富多彩，其中一些形状像针，随着时间的流逝而被侵蚀。

**陆路交通：**位于从南部比亚松（Villazón）到北部波托西（Potosí）和西部乌尤尼（Uyuni）的路线之间，可乘坐公共汽车或安第斯铁路公司（Empresa Ferroviaria Andina）的火车前往。从图皮萨到比亚松（100公里），到波托西（260公里），到乌尤尼（192公里）和拉巴斯（745公里）。

**服务：**餐饮/交通/住宿/娱乐

**开展的活动：**攀岩/骑马/景观游览



**比亚松（Villazón）**是游客从阿根廷前往玻利维亚（反之亦然）最常用的边境口岸。比亚松是游客们从阿根廷前往玻利维亚（反之亦然）最常用的边境口岸。自然、历史和习惯传统是比亚松市中部、西部和东部路线的一部分，您可以与家人、朋友或伴侣一同前往。

**陆路交通：**比亚松（Villazón）距离波托西（Potosí）345公里，也是乌尤尼盐湖（Salar de Uyuni）和彩色泄湖（Lagunas de Colores）的一部分。

**服务：**餐饮/交通/住宿/娱乐

**开展活动：**陶器作坊/生态旅游/景观游览



## 科恰班巴河谷

科恰班巴 (Cochabanba) 位于图纳里 (Tunari) 山脉脚下，海拔2558米，是一个肥沃而富饶的山谷。科恰班巴的美食在玻利维亚其他地区广为人知，其精致的菜谱以当地产品为基础，融合了各种配料、香料和芳香，使其成为一种独特的美食，如科恰班巴省的典型菜肴 - Silpancho cochabambino (克丘亚语意为扁平 and 薄)、Pique a lo Macho (由自制薯条、牛排、香肠、洋葱、番茄、煮鸡蛋和玻利维亚辣椒片组成的菜肴)、Chichamon (猪皮做成的玻利维亚传统小吃)、Fideos Uchu (乌丘面条) 等，让游客大饱口福。

**服务：**餐饮/交通/住宿/娱乐

**开展的活动：**漂流/生态旅游/景观游览/美食之旅





## 鲁雷纳瓦克 马迪迪-潘帕斯

马迪迪（Madidi）是世界上生物多样性最丰富的保护区，拥有多种多样的生态系统和特有植物，并有可能在自然环境中观察到多种动物，是一个令人难忘的地方。为游客提供了在保存最完好的亚马逊河流域的多种体验。社区旅游企业也非常重要，特别是在塔卡纳（Tacana）和圣何塞-德乌楚皮阿莫纳斯（San José de Uchupiamonas）土著领地，它们是这种社区旅游联合形式的先驱。

无障碍陆路交通

**服务：**美食/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：**景观游览/摄影/生态旅游/徒步旅行

## 塔里哈，葡萄酒与葡萄白兰地之路

这条路线从圣洛伦索山谷（el valle San Lorenzo）一直延伸到乌里翁多市（Uriondo），途经塔里哈市（Tarija）和周边的农业区，沿途经过无数手工酒庄、葡萄园、工业酒庄和社区等。

**陆路交通：**行程从塔里哈市出发，距离市中心80公里。

**服务：**美食/交通/接待/社区旅游

**可进行的活动：**景观游览/摄影/农业观光



## 科迪勒拉雷亚尔-诺尔永加斯-拉巴斯

**死亡之路 (La Ruta de la Muerte)** 全称为 "Camino de la Muerte", 是一条连接拉巴斯市和洛斯永加斯地区的自行车路线, 全长约 80 公里。这条下坡路从拉昆布雷开始, 到尤洛萨村结束, 充满了激情, 吸引着山地自行车探险爱好者。

**陆路交通:** 从拉巴斯市 (La Paz) 的米纳萨 (Minasa) 终点站到诺尔永加斯 (Nor y Sud Yungas), 每日都有交通工具。

**服务:** 餐饮/交通/接待/社区旅游

**可进行的活动:** 景观游览/摄影/骑行



# 科迪勒拉雷亚尔-诺尔永加斯-拉巴斯

**索拉塔 (Sorata)** 是一个温带气候的山谷，位于内瓦多-兰普 (Nevado Illampu) 山脚下，这里植被繁茂，是休憩和安宁的理想之地，内瓦多-兰普山是雷阿尔山脉 (Cordillera Real) 最高的雪山之一，海拔 6380 米。村庄的建筑风格仍保留着当年采矿贸易中心繁荣时期的富裕气息。

**陆路交通：** 它位于拉雷卡哈省 (Larecaja)，距离拉巴斯市150公里。

**服务：** 餐饮/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：** 生态旅游/摄影/徒步旅行/洞穴探险



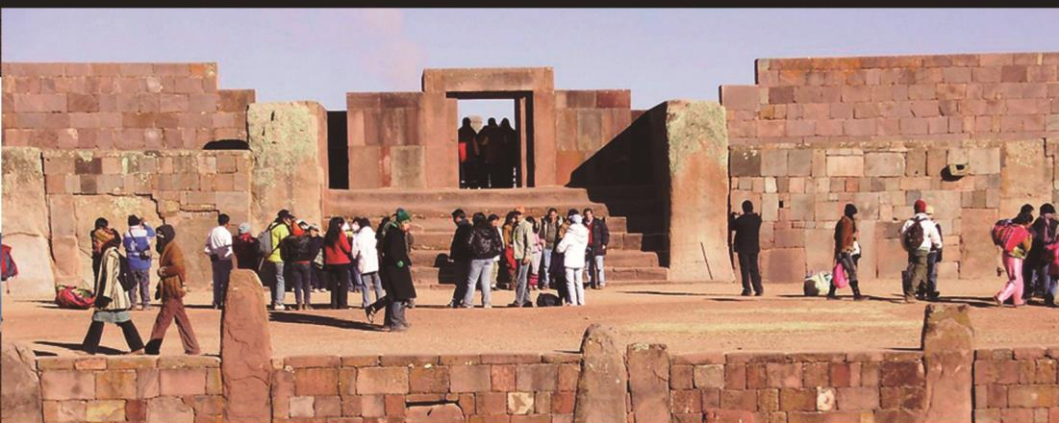
# 蒂瓦纳科

特瓦纳库是南美洲的考古奇迹之一。这座前印加时期的城市大约建于公元前 2 世纪，由蒂瓦纳科塔人 (tihuanacotas) 建造。由于其丰富的安第斯文化，联合国教科文组织于 2000 年宣布该建筑群为世界遗产。

**陆路交通：**位于的的喀喀湖 (Titikaka) 东南岸附近，拉巴斯市以西约72公里 (44英里)。

**服务：**餐饮/交通/接待

**可进行的活动：**历史文化之旅/建筑之旅



## 奥鲁罗-阿尔蒂普拉诺高原

萨哈马国家公园（Parque Nacional Sajama）位于奥鲁罗省西北部的安第斯山脉，与智利接壤。这里的自然美景包括玻利维亚海拔最高的雪山，海拔6542米的萨哈马山。

**陆路交通：**从拉巴斯到萨哈马国家公园的距离为286公里，从奥鲁罗到萨哈马国家公园的距离为190公里。

**服务：**餐饮/交通/接待/社区旅游

**可进行的活动：**景观游览/摄影/生态旅游/登山





## 玻利维亚查科地区

比亚蒙特斯 (Villa montes) 的旅游潜力主要体现在三个方面：自然、文化和历史。对于那些希望享受大自然和品尝鱼类美食的游客来说，他们可以前往雄伟的皮尔科马约河 (Pilcomayo River)，这是一段长达50公里、充满故事的旅程；他们还可以体验温哈耶克 (Weenhayek) 文化和令人印象深刻的瀑布、水潭和悬崖景观；他们还可以购买瓜拉尼 (Guarani) 文化的手工艺品，了解各种植物和动物等。

**陆路交通：**距离塔里哈市213公里。

**服务：**餐饮/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：**捕鱼/攀岩/生态旅游/徒步旅行

## 的的喀喀湖

的的喀喀湖位于玻利维亚高原上，海拔3810米，几乎与天相接，四周环绕着非凡的自然和文化美景，绝对舒适的环境和精致的美食让游客在逗留期间获得独特的体验。您可以乘船、徒步旅行、拍照、欣赏湖中的鸟类等。

**陆路交通：**华塔哈塔（Huatajata）距离拉巴斯87公里，从科巴卡巴纳（Copacabana）出发，走铺面公路需要1小时50分钟。

**服务：**餐饮/交通/接待/社区旅行

**可进行的活动：**汽车旅馆/摄影/捕鱼/养蜂业



## 波多西-丘基萨卡

**托罗托罗 (Torotoro)** 是位于波托西 (Potosí) 北部的一个小镇，在这里可以找到托罗托罗国家公园 (el Parque Nacional Torotoro)，它是22个国家级保护区之一。这里是地质学和古生物学爱好者的真正天堂，您可以在这里找到丰富的化石、乌马哈蓝塔 (Umajalanta) 洞穴、艾尔贝赫尔瀑布 (El Vergel) 瀑布和结晶水潭形成的美丽自然景观，您还可以欣赏恐龙脚印和地质构造等其他景点。

**陆路交通：**从科恰班巴省出发，经过138公里的公路，大约需要3至4个小时才能到达。

**服务：**餐饮/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：**徒步旅行/生态旅游/景观游览/历史文化之旅/攀岩/洞穴探险/骑行



**塔拉布科 (Tarabuco)** 是丘基萨卡省（扬帕拉埃斯省的首府。这里是著名的扬帕拉文化之乡，以传统编织品、典型的 Puijlay 舞蹈和博维亚最后一次狂欢节庆祝活动而闻名。

**陆路交通：**从科恰班巴省出发，经过138公里的公路，大约需要3至4个小时才能到达。

**服务：**餐饮/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：**徒步旅行/生态旅游/景观游览/历史文化之旅/攀岩/洞穴探险/骑行



## 克鲁斯山谷，萨迈帕塔和格瓦拉路线

**萨迈帕塔 (Samaipata)** 是一个宁静的小镇，拥有殖民时期的建筑，气候宜人。萨迈帕塔在克丘亚语中的意思是“在高处休息”，海拔1650米。萨迈帕塔是重要的考古遗址埃尔富尔特 (El Fuerte) 的所在地，也是玻利维亚最重要的国家公园之一：安波罗国家公园和综合管理自然区 (el Parque Nacional y Área Natural de Manejo Integrado Amboró)。

**陆路交通：**萨迈帕塔距离圣克鲁斯省120公里。

**服务：**餐饮/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：**骑行/生态旅游/景观游览/历史文化之旅



## 欢乐花园

位于圣克鲁斯省埃尔特勒讷（El Torno）市。水晶般清澈的海水、金色的沙滩、90 多米高的瀑布以及种类繁多的动植物，这些都是位于安波罗国家公园和综合管理自然区西南区的“欢乐花园”的魅力所在。

**陆路交通：**它距离圣克鲁斯70公里，距离埃尔特勒讷市35公里。

**服务：**餐饮/交通/接待/社区旅行

**可进行的活动：**汽车旅馆/摄影/捕鱼/养蜂业



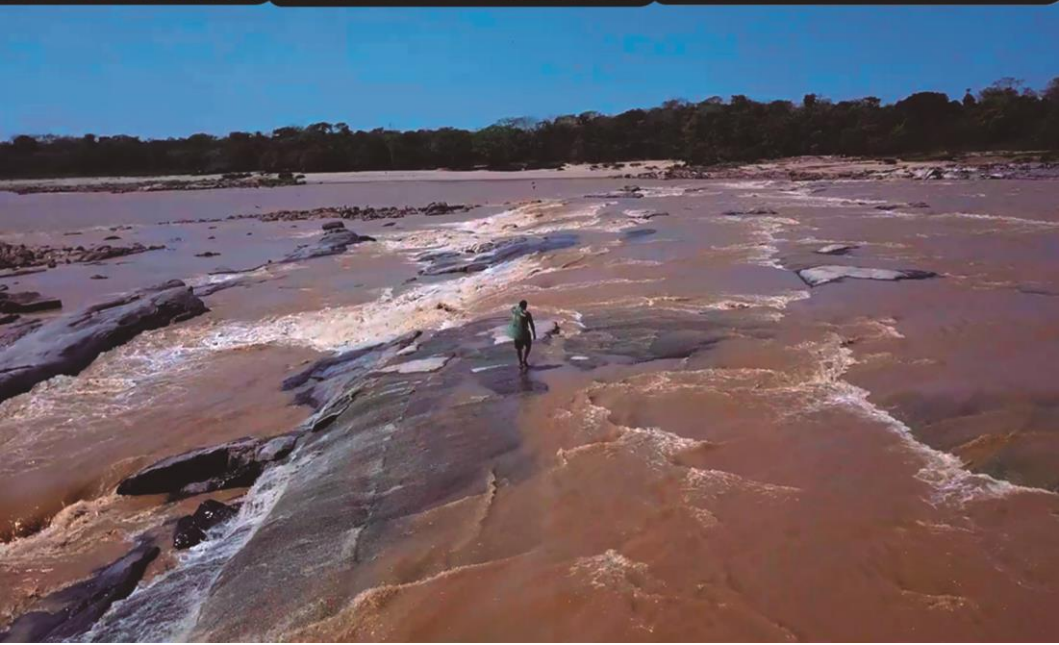
## 亚马逊北部地区

**瓜亚拉梅林 (Guayaramerin)** 位于与巴西交界的贝尼省 (Beni)，地处亚马逊流域的马莫尔河畔 (el Río Mamoré)。距离瓜亚拉梅林44公里的卡丘埃拉-埃斯佩兰萨 (Cachuela Esperanza) 被宣布为国家历史古迹，是橡胶业繁荣发展的地区。该地区的文化和艺术庆典、手工艺品展销会、典型美食和流行游戏都体现了该地区的传统。瓜亚拉梅林是伊奇洛-马莫尔水道的一部分，横跨贝尼省和科恰班巴省。

**陆路交通：**从贝尼到瓜亚拉梅林396公里。可从拉巴斯和玻利维亚其他城市乘飞机前往。

**服务：**餐饮/交通/接待/娱乐

**可进行的活动：**建筑游览/摄影/泛舟



## 耶稣会传教区-圣克鲁斯

罗博雷 (Roboré) 被称为 "隐藏的天堂", 它已成为国内外游客关注的旅游景点。这里是开始该地区之旅的理想地点, 也是参观圣地亚哥-奇基托斯 (Santiago de Chiquitos)、阿瓜斯-卡连特斯 (Aguas Calientes) 和乔奇斯 (Chochis) 等不同旅游景点的理想地点。

**陆路交通:** 它距离圣克鲁斯市445公里。

**服务:** 餐饮/交通/接待/娱乐

**可进行的活动:** 攀岩/摄影/徒步旅行





乌尤尼盐湖的日落 - 波托西  
Atardecer en el Salar de Uyuni - Potosí

摄影图录

# CATÁLOGO FOTOGRÁFICO

---

MINISTERIO DE DESARROLLO  
PRODUCTIVO Y ECONOMÍA PLURAL  
VICEMINISTERIO DE TURISMO

生产发展和多元化经济部  
旅游部

**Bolivia**

un auténtico paraíso  
por descubrir

一个真正的世外桃源