

纽约和华盛顿 4 日自助游指南

一、交通选择：

LGA 机场位于纽约皇后区，介于 Flushing Bay 与 Bowery Bay 之间，距离曼哈顿中城区为 8 英里。从 LGA 机场往返曼哈顿选择公共交通线路：M60 路公交车，开往曼哈顿地第 125 街，票价为 2 美元（运营时间每天 24 小时）。该线路可转乘 2、3、4、5、6、1、9、A、C 和 D 线地铁（使用 MetroCard 转乘免费，其他方式需付 2 美元）。

纽约市地铁和巴士票价

纽约市地铁和巴士的票价都是单程每张 2 美元。（主要服务从郊区直达市内的通勤族的快线巴士单程每张 5 美元。）还有一种单日“Fun Pass”允许游客一天无限次乘坐地铁和巴士，售价每张 7.50 美元。那些滞留时间较长的游客则可以购买单周、双周或者包月无限次乘坐的 MetroCard，售价分别为每张 25 美元，47 美元和 81 美元。单日 MetroCard 从首次使用到次日凌晨 3 点有效；7 日（周票）、14 日（双周票）或 30 日（月票）无限次乘坐的 MetroCard 则是截至首次使用后的第 7 日、第 14 日或第 30 日有效。游客可以以现金、信用卡或者借记卡在各个地铁站购买 MetroCards。需要注意的是，巴士只接受 MetroCard 或者投币——司机不负责找零。

我一到 LGA 机场就购买了\$25 的 7 日通票（在问讯处的对面，有个卖食品的地方，同时出售 MetroCard，如果不注意根本就看不到，我经过询问，有个人带我去的，我才知道她不仅卖食品还代卖 MetroCard），这样就不需要在纽约算计交通费用了，使用实在很方便，上了 M60，发现有一个口是插交通卡的，这个卡是个很薄的塑料卡，插卡时需要磁条面向你自己！它先将卡吞了进去，等下就又吐出来了。在地铁站是划卡的，这与公共汽车是不同的。

二、纽约旅游路线设计

大家都上班的时候你去旅游，这样人最少！不要在节假日出发！

主要的景点就在曼哈顿。曼哈顿是一个大致为东南-西北向的狭长小岛。岛上的路线很规整。南北向的路称为“大道(Avenue, 简称 Ave)，有人也译成‘街’，两者实质上没有区别”，自东向西的大道分别就叫第一大道(1st Ave)，第二大道，一直到 12 大道。东西向的路称为“街 (Street, 简称 St.)”。从南向北分别为第一街 (1st st.) 一直到第 220 街。每条街又以第 5 大道为界分为东西两段，如东 59 街(E. 59th St.) 或 西 106 街(W. 106th St.) 等。

将纽约分为两部分中上城和下城，地铁标记为 Uptown 或 Downtown，代表了两个不同的方向。地铁站有的是两个方向在一起的，有的就不是，所以下地铁通道的时候一定记得看看牌子上的标记，否则进错了站，很是麻烦，因为在 20 分钟内它不让你进入其他的站。认为你可能是多人同时在用 1 张票！

1、中上城，包括帝国大厦，时代广场，第五大道，洛克菲洛中心，中央公园，大都会博物馆，自然历史博物馆，现代艺术博物馆等。

1) 帝国大厦 (Empire State Building) 地点：350 5th Ave. New York, NY 10118

地下铁 - B, D, F, N, Q, R 线的 34th St. 下车；公共汽车-运行 5th Ave. 的 M2, 3, 4, 5, 32 公车在 34th St. 下车上楼观光需要\$19 美元，用当地地图上的优惠券可以给你折扣\$2。

2) 梅西百货公司 (Macy's Department Store) 号称是世界最大的百货商店（离帝国大厦不远）

地址: Herald 广场，在百老汇第 34 号和第 35 号之间。第 34 街和第 7 大道上也有侧门。Macy's 34th St. & Broadway

纽约市内离 Macy 百货商店最近的地铁线路：

A、C、C 和第 34 街/Penn Station：从 34 街往东走一个街区，到第 7 大道上

1、2、3、9 到第 34 街：在第 7 大道和第 34 街上有出口

B、D、F、V 和 N、Q、R、W 到第 34 街/ Herald 广场：百老汇上有出口至 Macy 百货的正门

3) 第五大道，与中央公园的一侧平行，有很多摩天大楼。

大都会艺术博物馆位于 5 号大道上的 82 号大街，理论上是收费的，但你给它捐款\$1 也就可以免费参观了。

参观时间

周一：关闭(除了在周一的特殊的节日)

周二 – 周四: 9:30 a.m. – 5:30 p.m.

周五和周六: 9:30 a.m. – 9:00 p.m.

周日: 9:30 a.m. – 5:30 p.m.

4) 中央公园 Central Park

1. 漫步从西 72 号大街地铁站开始，越过中央公园西路和西小道，沿着小径到达斯特劳贝里场地。

2. 向北，沿着西小道上任何小径(最好走靠湖边的小径)往前走，然后向右拐弯到达 79 号大街的横侧面。

3. 继续往东走，经过 79 号大街横侧面与东小道的交叉路口，然后取道南边小径到达温池。

4. 向西沿着小径穿过东小路，然后进入洛布湖停船场。

5. 从喷泉那儿的砖砌隧道向南走，经过下面的 72 号大街的横侧，就进入林荫大道。

6. 从林荫大道的末端，走到东小道的西侧。

7. 向前走到池的南站，然后向左拐弯到大军广场，漫步结束。大约花费两个小时。

5) 时代广场 (Times Square)

在西 42 街/47 街和 Broadway/7 Avenue 之间，就类似上海的南京路吧。

2、下城包括华尔街(Wall Street), 自由女神(Statue of Liberty), 世贸遗址(World Trade Center Site), SOHO, 唐人街(China Town), 小意大利, 联合国(United Nations)等地方。

1) 自由女神 statue of liberty – 在 South Ferry 乘船，乘坐地铁 1 号线的时候必须在前 5 个车厢！车厢上居然有中文提示！参观自由女神有两个选择：一个是免费乘船的渡口，它是为了上班通勤的人准备的，不能登到女神所在的岛上；另外的可以登陆到女神所在岛屿的渡口是在炮台公园 (Battery park), 每人\$12。

2) 华尔街(Wall Street)

从炮台公园出发很近，可以看到铜牛 (Bull), 然后就是纽约股票交易所，世贸遗址(World Trade Center Site) 也在附近。

3) 联合国(United Nations)

坐地铁 6 号线到 42 街往东到第一大道。参观除英语导游外，其他语言是要预约的 (\$13)。中国国旗在左侧 (面向大楼) 的一片树林前，一般是不会飘扬的，因为树林挡住了风！不容易发现呀！

三、我的行程安排

6 月 30 日早晨 5 : 00 出发，中午 12 : 00 到纽约的旅馆，他们要求下午 3 : 00 才能入住，所以我就先存了包，然后出去玩。因为预定的青年旅馆，在中央公园附近，所以第一站就到了中央公园，穿过公园走上第五大道，路过大都会博物馆，因为是周一所以无法参观，拍照留念后继续走，感觉热了，就上了公交车，过了 5 站到了帝国大厦，又到梅西百货，饭后到时代广场。第一天 19 : 00 结束。实际上天还亮着，

大概在晚上 8:00 差不多,但考虑到明天的行程,还是休息了。

7 月 1 日上午 8:00 出发直接到炮台公园看女神像,返回后走 Wall Street 和世贸遗址,乘坐 R 线到唐人街(China Town)吃午饭,下午坐 6 线去联合国。因为第一天走的中央公园不全,就再次走了一条线,这次算是将中央公园的大部分走完了。晚上 5:00 结束了,因为考虑第二天要赶到华盛顿,就休息了。

7 月 2 日因为乘车时间是 11:00,就坐地铁到了 Brooklyn,照相后返回乘车地点,实际上再早一点离开纽约就更好了。因为路上花费的实际时间有近 5 个半小时。到 DC 已经快 4 点了。下车地点在唐人街(China Town),位置在 6、7 街之间,我直接就走到白宫,然后一直走到华盛顿纪念碑,路过自然历史博物馆的时候看了两眼,孩子应该好好看看,增加知识。我然后再走到国会大厦,晚上 6:30 结束了当天行程。

7 月 3 日早晨 9:00 乘车 13B 线公共汽车到林肯纪念馆,走到杰斐逊纪念馆,下午到航空航天博物馆,参观了 3 个小时,走完了全部展厅。在这里亲手摸了一块三角形的月亮岩石(Moon Rock),位置在博物馆的入口处。还摸到了一块月亮陨石!从这里出来,因为路过艺术博物馆,就进去看了 10 分钟,实在没有艺术细胞呀。DC 的博物馆全部免费,一般是在下午 5:30 关闭。

下午 5:30 从 DC 的唐人街乘车返回纽约,因为堵车的原因到纽约大概是晚上 11:00。在纽约走了一次夜路,感觉在曼哈顿还是很安全的,因为人很多的。

7 月 4 日早晨 8:00 飞机返回驻地。

四、DC 景点列表

◆ 白宫(White House) :不能参观,仅仅在外面拍照。

◆ 华盛顿纪念碑(Washington Monument)

开放时间:每天 09:00-16:45。圣诞节不开放,对外开放一直持续到 7 月 4 日中午。

交通:地铁:Smithsonian,然后步行 10 分钟或者搭乘旅游线。

费用:免费,但需要提前在参观的当天早晨 6:30 领取门票,也可以通过网络预定,需要付手续费 2\$。

补充一下:拍摄的位置在林肯纪念馆,在林肯纪念馆可以从它们之间的湖中刚好能看见整个纪念碑的倒影。

国会大厦(US Capitol) :不能参观,仅仅在外面拍照。

在林肯纪念馆前左右两侧的绿林中隐匿着越南和朝鲜两次战争的纪念碑,其正前方是二战纪念广场。

◆ 二次大战纪念广场(World War II Memorial) 是为了纪念 1600 万在二战期间服役的美国军人而修建,总投资达 1.94 亿美元,建在华盛顿纪念碑和林肯纪念碑之间堪称“心脏地带”的整个纪念园是一个下沉的椭圆型广场,看上去又像是古代露天圆形剧场。在这里可以看到反映二战期间重要历史事件经历的浅浮雕,在纪念园的两个方向都修建了拱形塔楼,塔楼里各有三只巨大的铜质美国雄鹰,举起了象征胜利的花冠,56 根花岗岩柱子将塔楼连接起来,每一根代表着二战期间美国的一个州或一个海外领土,这些柱子上都刻上铜质花环,它们之间用一根硕大的铜质绳索连接起来,象征着美国人民团结一致齐心协力反抗暴君统治的精神,在这里还有一座弯曲的“自由墙”,上面刻有 4000 颗金星,每颗星代表二战期间牺牲的 100 位美国人。

◆ 朝鲜战争纪念碑(Korean War Veterans Memorial) :黑色大理石两面墙壁上用激光刻着两千余名阵亡将士的照片,时隐时现;基座上的雕塑刻有美国拼凑起来的所谓联合国军 15 个国名,令人瞩目的阵亡、伤残、战俘三组数字均精确到个位,告诉人们那场战争美军共有 54000 余名军人阵亡。在纪念碑旁边的雕塑是十多个美国大兵身披雨衣在泥泞中面朝西方的样子,他们散布在草地上,那神情、那姿势、可以说同我国抗美援朝电影中的美国佬形象基本一致。

◆ 越战纪念碑(Vietnam Veterans Memorial) 总长 151 米的黑色大理石墙上刻满了越战阵亡的 58156 名将士的名字。

◆ 林肯纪念馆(Lincoln Memorial) :位于 Mall 区西角。为纪念美国南北战争时期的林肯总统而兴建,为仿古希腊巴特农神庙的古典建筑。从华盛顿纪念碑即可望见馆内的林肯总统雕像。像高 5.8 米。纪念馆由 36 根大理石圆柱支撑,36 象征林肯被杀时加入合众国的州数。馆内壁上刻有林肯著名的《葛底斯

堡演说》的内容"民有、民治、民享"。

- ◆ 杰斐逊纪念堂(Jefferson Memorial) 是 1943 年为纪念起草独立宣言与权利章典的作者杰斐逊诞辰 200 周年而兴建, 建于 East Potomac Park 内, 可眺望泰达湾的地点。整个建筑物仿罗马万神殿的圆顶建筑风格, 呈圆柱状, 材质为大理石。象征杰斐逊总统完整的人格, 室内中央竖立者杰斐逊青铜像。
- ◆ 美国航空航天博物馆(National Air & Space Museum)座落在华盛顿市区国家大草坪东部的南侧, 馆区从南第四街到第七街, 占了 3 个街区, 隶属于史密森学会(Smithsonia)。航天馆于 1972 年兴建。

唐人街(China Town)

国会图书馆(Library of Congress)

国家邮政博物馆(National Postal Museum)

国家艺术博物馆(National Gallery of Art)

国家自然历史博物馆(National Museum of Natural History)

五角大楼(The Pentagon) 据说不能拍照, 外面都禁止拍照! 否则会有安全人员删除你的照片。

五、小提示

1、旅游不能不看天气, 根据天气情况调整旅游点很是重要, 例如: 天气好参观外面的景点, 不好可以参观博物馆或其他室内景点, 下面的网站给出的天气十分详细, 可以看当天每个小时的天气情况, 近 15 天的天气预报, 但是个英文网站:

http://www.wunderground.com/US/NY/New_York.html

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

2、鞋子: 需要走不少路, 当然体现出鞋子的重要性了, 旅游鞋感觉好, 但夏天还是热了, 轻便的凉鞋应该是最好的选择吧。

3、吃饭当然是物有所值的好了, 自带应该是最省钱的方法, 可以带面包、奶酪、苹果或香蕉、香肠、饼干, 这些东西在 3 天内即使没冰箱也不会坏, 当然到旅馆了, 如果有冰箱放进去就最好。自带一个水瓶子, 要空的, 否则不能上飞机! 在景点一般都有饮水器, 但你不能保证当你需要喝水的时候也有, 所以带个空瓶子, 到景点后就灌上水, 什么时候需要就喝上冰凉的水, 真是好呀。

到唐人街(China Town)就吃个中餐好了, 推荐纽约唐人街绿波餐厅:

特点:

绿波餐厅被认为是纽约的唐人街(China Town)中的最佳选择, 原因是绿波餐厅为顾客提供大部分美味的上海菜, 包括葱油饼, 水饺, 和黄鱼而且价格非常公道。

优势: 美味的水饺 打烊很晚 快捷, 高效的服务 消费得起, 即时烹制的食物

劣势: 粗略装修 不宜逗留 很受欢迎, 会很拥挤

详细描述:

绿波餐厅位于贝阿德街 (Bayard) 66 号

绿波餐厅最近的地铁站: 6 号线, N 线/R 线/W 线到运河大街 (Canal Street)

绿波餐厅邻近街道勿街 (Mott) 和伊丽莎白街 (Elizabeth)

绿波餐厅馆电话: 212-625-2359

绿波餐厅付款方式: 只收现金

绿波餐厅一般消费: 从 3 美元到 14 美元不等

消费评议: 我选择了猪肉蒸饺共\$6.25, 含小费和税。

快餐店的东西虽然不好吃, 但不需要给小费, 旅游的人当然是节省时间很重要, 所以快餐也是个不错的选择, 大家熟悉的就是麦当劳了, 如果有其他的店, 应该比麦当劳的东西便宜一些。我在华盛顿吃了一餐麦当劳, 花了\$5.19, 一个大汉堡 + 中杯可乐 + 薯条。

4、衣服: 夏天有个衬衫就可以了, 不需要带厚的外衣。白天有太阳的时候有 30 摄氏度左右。

5、省钱攻略：纽约的青年旅馆条件不好，但租个曼哈顿的床位也就\$30/天；在纽约住 1 - 2 天的可以购买当日的不限次车票，可以节省车费；我是因为往返总共需要在纽约呆 4 天，就直接购买了 7 天的无限次车票（\$25），感觉基本没有多花钱，但也不算节省。从纽约去华盛顿我通过网上预定车票，往返只花了\$2！因为平时乘车人很少，他们也不限制上车时间了，感觉真是省钱了，网址如下：<http://buszoo.com/>；在 DC 购买公交汽车票（\$1.35 一次一天）两天也就\$2.7，算是省钱了；预定旅馆的时候需要免费提供早餐的，这样即方便又省钱。

6、地图：纽约需要准备地铁图和曼哈顿的公交线路地图，这样方便换乘，因为地铁的跨度大，有公交车转车就方便了；在 DC 需要准备地铁图和公交车线路图，也是同样道理。在旅馆可以获得免费地图，不需要购买。但获得的地图一般较小，不如自己用 A4 纸打印的方便。

我个人的感觉是纽约 2 天、华盛顿 1 天半足够了。我为了省钱在纽约住了出租床位的青年旅店，比较嘈杂，但很便宜，住在曼哈顿一天在 30 美元上下（<http://www.hostelworld.com/hostels/New%20York> 需要付订金和手续费，一个旅馆要\$2，因为是英国的网站，还要你付美元转换的手续费，建议你第一天预定就可以了，后面的自己找好一些）；华盛顿的旅店很好，我是通过网上预定的，你可以直接电话预定：1-800-6-host-93，可以节省预定费用呀。预定旅馆的时候需要免费提供早餐的，这样即方便又省钱呀。

我给我住过的旅馆评价：

New York City：1. Jazz on the Park-Hostel: Jazz hotel is a poor hotel! When i book this hotel on the Internet, the fee included the tax. However, when i arrived, they said the fee did not include the tax! i paid the tax(\$6.6) in two days for a 4 bed room(\$72.6 in total). They provide the free breakfast, but it only includes a cup of coffee, bread, milk or an orange!

2.The Wanderers Inn West, New York：I live in this hotel only one night, I think it is a good hotel. The price on this website said it was included the tax. However, when I arrived, they said it was not included the tax! If you want to book it, you must consider the price pay the tax (\$4 a day)!

Washington DC：3.Capitol City Hostel,（4 人房间每天\$20 含税）

i am very satisfied this hotel! It is an excellent place. They provide free milk and bread, tea, TV and wireless Internet every time. You can use the desktop and go on Internet if you do not carry your laptop. It is free! You book the room by the following number: 1-800-6-host-93.

当然，你也可以直接参加旅游团（<http://www.51766.com/www/detailhtml/1100492136.html> 两人共用一房间，不含门票价格\$280，这价格是我当年查到的，目前都上涨了，另外每天需要给导游小费\$6），这样方便了很多，可以多去两个地方（费城和大瀑布）但也不自由。

我的自助游总共花费：不到\$200（含住宿、吃饭、门票和车费）。