

ARIZONA

GRAND CANYON STATE

北亚利桑那州旅游清单



游玩北亚利桑那州所拥有的最棒的自然奇迹。坐落在海拔超过 1600 米的北美黄松枫林之间，弗拉格斯塔夫是一个背靠群山并专注于户外运动的迷人小镇。大峡谷，这个大自然最惊人的创造之一，由一条长达 1600 多米深，445 公里长的峡谷形成。站在风景如画的平顶山上俯瞰鲍威尔湖，佩吉市就如同守护者一样保护那不规则伸展的格兰峡谷国家风景度假区。一见到独特的塞多纳红岩就会让你难以置信到屏住呼吸！

第一天 - 凤凰城 - 弗拉格斯塔夫 - 威廉姆斯

上午

出发前往**弗拉格斯塔夫 Flagstaff**。这座位于海拔 2,134 米，坐落在世界上最大的北美黄松枫林森林里的小镇，弗拉格斯塔夫是一个四季皆宜的游乐地，这里有着小镇魅力与无限户外探险相融合的特点。过去坚韧的先驱者与当代革新混合的共鸣创造出一个充满各种室内外活动项目的目的地，让游客们应接不暇。



弗拉格斯塔夫城区

下午

到弗拉格斯塔夫城区来一次怀旧 66 号公路步行之旅，同时参观**母亲路酿酒公司(Mother Road Brewing Company)**。母亲路酿酒公司是一家啤酒厂加酒吧的餐厅，她提供小批量亚利桑那州生产酿造的手工精酿啤酒。

北亚利桑那州博物馆Museum of Northern Arizona - 出发去往北亚利桑那州最精选的博物馆，来了解原著民的文化，部落生活方式及传统艺术和周边地域的故事。互动性十足的展览描述了科罗拉多高原的地质，自然历史，人类学及考古学。



北亚利桑那州博物馆

弗拉格斯塔夫极限挑战Flagstaff Extreme。位于北美枫林里的塔海尔堡公园Fort Tuthill Park，这里的活动有着一系列悬挂于多种高度的体力挑战。难度范围按一个接一个的活动逐步增加并且迎合了广泛的技能水平。当参与者随着课程进行到攀爬进入树冠，迎接他们的是绳索摆动，飞索，挂网，梯子，摇晃的桥和许多悬浮的“惊喜”。对于探寻爱好者或者那些户外运动初体验者，弗拉格斯塔夫极限挑战是一个与大自然接近和挑战身体极限的很棒的活动而且全家所有年龄段都可以参与的户外娱乐。孩子活动为年龄段在7-11岁儿童设计。9-11岁的孩子可以尝试一半的成人项目并且12岁及以上的孩子可以参加所有成人项目。

在威廉姆斯 Williams 的**大峡谷火车酒店 Grand Canyon Railway Hotel** 过夜。现代化的酒店与历史性的弗赖马科斯酒店 Fray Macros Hotel 有着类似的设计并且威廉姆斯火车站就在酒店一旁。在冬日里迎接酒店的住客们是那奢华的酒店大堂及暖和的壁火。由美国著名雕塑家油画家弗雷德里克·雷明顿先生制作的雕像复制品和艺术家肯尼麦克纳所画的油画原件装饰着酒店大堂。

第二天- 威廉姆斯- 大峡谷

在大峡谷火车出发之前，在火车始发站观看牛仔表演

乘坐大峡谷火车前去大峡谷南缘。登上前往大峡谷国家公园的火车。大峡谷火车重现了去往大峡谷的经典历史线路，并且一年 363 天运营此线路，这提供给游客们温习美国历史上重要的一个篇章的机会。前往峡谷的整个行程覆盖了 65 英里(104 公里)的经典旧时西部领地，包含高地沙漠平原那无边无尽的远景，小河谷及部分世界最大的北美黄松枫林。旅程着重突出了每日清晨发车前在 1908 年所建的威廉姆斯火车站表演的狂野西部枪战；在火车上的娱乐表演及真人实景秀，以漫步中的西部歌手为特色，还有声名狼藉的 Cataract Creek 帮派与一位正义的大峡谷火车法警之间的对手戏。乘客们从历史性的威廉姆斯站出发并在大峡谷站抵达，大峡谷站是全美仅剩运营中的记日志的火车站。位于大峡谷国家公园历史纪念区的中心，靠近

举世闻名的埃尔托瓦尔酒店 El Tovar Hotel，大峡谷站离大峡谷南缘的边缘仅 200 尺(66 米)的距离。

午餐

午餐推荐：**Arizona Room**。“The Arizona Room”不仅是餐厅的名字，也是其烹饪手法背后蕴涵的一种创新。坐落在大峡谷南缘的餐厅是享受最棒的亚利桑那风景与美食的地方。品尝由亚利桑那州本地及西南地区原料与风味所启迪而烹饪出的陈年的，手工切割的牛排，BBQ 肋排，鸡肉和鱼肉。餐厅的目标是让每位来宾都能全身投入进一种更能诠释其专注于食材的长成和本州创造的就餐体验。餐厅以本地工匠精酿啤酒者与酒商所生产的优选啤酒和葡萄酒为特色。或者来一杯我们标志性的玛格丽塔鸡尾酒。在光明天使小屋 Bright Angel Lodge 你就可以体验到这种美味的美酒。

探索南缘



大峡谷

大峡谷日落之旅。

大峡谷的日落闻名于世且不容错过。享受在西部一天中这最壮观的宁静日落时刻。美景融合在一起就像调色板一样变得超乎寻常又非常鼓舞人心。所有观景点看见的日落都是不同的。观看到一次亚利桑那大峡谷日落将让你留下永生难忘的回忆。

晚餐

晚餐推荐：**埃尔托瓦尔 El Tovar**。在一种历史感与休闲的优雅环境中品尝美食是被形容成一种世界级的餐饮体验。位于有历史意义的埃尔托瓦尔酒店，这间著名的庄重的餐厅由天然石和美国花旗松而建成。墙上的壁画表达着四大美国原著民的习俗-霍皮族 the Hopi,阿帕奇族 the Apache,莫哈韦族 the Mojave 和纳瓦霍族 the Navajo。餐厅摆设是朴质的但又传统与经典。游客们可以想象在过去有无数有趣的人物曾在这里就餐。如第 26 任美国总统老罗斯福，比尔克林顿总统，著名音乐制作人音乐家詹姆斯·保罗·麦卡特尼先生等贵宾都在这里用餐并留下了许多故事。餐单风格融合了传统与国际和本地西南风格的影响。比如早餐的优选肋排丁和晚餐提供的三文鱼脆玉米饼，这些代表性的美食已经传承数十年并已经成了真正的经典。在餐厅中工作的服务人员是非常的专业人士，许多人已经为这家餐厅工作了超过 20 年。埃尔托瓦尔餐厅被认为是大峡谷最杰出的餐饮企业并享誉全球。

在大峡谷或者图森扬过夜

第三天- 大峡谷- 威廉姆斯

上午

迎接壮美的大峡谷日出。继续游玩南缘

下午 乘坐火车返回威廉姆斯

在威廉姆斯过夜

第四天- 威廉姆斯- 佩吉

上午 出发驶往佩吉 Page

徒步来到**马蹄湾 Horseshoe Bend** 的观景点,成千上万的游客跋涉过山坡来观赏科罗拉多河围绕并形成得这个巨大的马蹄状岩石。这个地点可能是在这个地区第二个最佳摄影景点。它位于卡尔·海登游客中心 Carl Hayden Visitor Center 向南走 89 美国州立公路大约 5 英里(8 公里), 刚过 545 号公路路标的位置, 转入一个路标来到土路并沿着小坡往上走就可以看见了。可以在小山坡下停车, 车辆是禁止在小坡下超过停车场范围的地方停靠的。



马蹄湾

傍晚 乘坐吉普车或者船来游玩羚羊峡谷

羚羊峡谷 (又被称为螺旋状峡谷, 少许狭缝型峡谷) 的神秘与难忘的美丽等待着那些寻求发现其壮观的游客-然而很少人知是鲍威尔湖地区的景点。导游们会解释这里的地质学, 文化历史和现代的问题。当你到达这个地点你将会进入沙漠并走入一个石头里的惊奇幻想世界。峡谷大约有 225 码长(205 米)。你会需要普通的鞋子, 最好是舒适型的鞋子, 沙子会进入到你的鞋子里。



羚羊峡谷

探索在世界著名的羚羊峡谷旁边的鲍威尔湖-或许是在地球上最佳摄影的狭缝型峡谷之一。这个定制的旅程会带你从羚羊点码头 Antelope Point Marina 下到湖中沿着科罗拉多河原先的河道到达两边陡峭的红岩峭壁峡谷。随着古老的纳瓦霍族砂岩的高耸石墙在狭隘的峡谷中安全航行伴是一种令人惊叹而独一无二的体验。经验丰富的向导会与你分享关于壮美的

鲍威尔湖，葛兰峡谷水坝周边及生活在这片区域中的纳瓦霍族人的点点滴滴，还有讲述他们丰富的文化及一代代人的历史。

在佩吉过夜

第五天- 威廉姆斯-佩吉/鲍威尔湖

鲍威尔湖是全美第二大的人工湖，只有在更远的下游的米德湖 Lake Mead 有更大蓄水容量。鲍威尔湖以长达 1,960 英里 (3,154 公里) 的湖岸线及蓄水量可以覆盖宾夕法尼亚州 1 英尺深而自豪。在鲍威尔湖周边的小湾和河谷提供了无限“游玩”的机会，可以找其中一个尝试一下。



鲍威尔湖

在浩瀚的科罗拉多河上漂流之旅可以选择一个半日游或者全日之旅，都适合整个家庭(4岁及以上年龄段孩子)。自佩吉出发，旅行开始于一个两英里长的私密之旅从葛兰峡谷水坝进入隧道。在河面上，大坝就在高耸的 700 英尺 (213 米) 之上，登上一艘舒适的浮筒筏艇并开启一段畅通无阻的下游之旅。

塔丘一升起到 5,000 英尺(1,500 多米)可以 360 度欣赏全景的风光,唯一到达这塔丘顶部的办法是乘坐由 Papillon 公司运营的直升机。在顶部花个 20 分钟的时间来拍摄照片并了解这片与纳瓦霍族文化相连的土地的更多信息。

全景鲍威尔湖游船之旅。一次全景鲍威尔湖之旅是一种别具一格的目的地游览，其会让你融入戏剧性的背景及我们所钟爱的湖泊-鲍威尔湖那纯真的壮美。给着史诗般的景色与海湾周边多种多样的环境拍照，这里风景本身就特别像照片。你不会想忘记携带你的照相机因为这次旅行是体验鲍威尔湖的纯真与最佳的形态的完美之旅。游玩这个壮观的 Gunsight Bay 及周边的区域是一些拍摄全景照片完美的地点。在游玩期间，从知识渊博的向导这里了解这里丰富的历史及鲍威尔湖的地质结构。独一无二的拍照与摄影机会提功了一生的回忆。

在佩吉过夜

第六天- 佩吉 - 纪念碑山谷

上午

驶往纪念碑山谷 Monument Valley

推荐在凯恩塔 Kayenta 的午餐点: Amigo Cafe 或者有纳瓦霍族密语者展示的汉堡王

在纳瓦霍族保留地的中心地带，你可以看见许多诠释了400名精通纳瓦霍语的本地人如何自愿成为二战时期的秘密战术“密语者”的照片和文献。

傍晚

日落吉普车之旅 Sunset Jeep Tour. 在一天旅程结束之际来观赏永恒的光线与其创造的不同瞬间而形成的大自然幻灯秀。报名参加一个当灯光在纪念碑山谷中舞蹈带领你风驰17英里（27公里）环线的旅程。在指套山 the Mittens 前结束这阳光最终的表演。



纪念碑山谷

在纪念碑山谷的景观酒店 The View Hotel 或者古尔丁小屋酒店 Goulding's Lodge 过夜。**景观酒店 The View Hotel** 建造于毗邻纪念碑山谷内的纳瓦霍族部落公园游客中心。所有的客房都有一个可以欣赏到纪念碑山谷景色的私人阳台-并且这距离非常之接近到仿佛你可以伸手触碰到指套山。游客可以边在酒店内的景观餐厅 The View Restaurant 用餐边享受纪念碑山谷的全景然后在纪念碑山谷商贸站 Monument Valley Trading Post 淘宝那些正宗的美国原著民艺术品。

古尔丁小屋酒店 **Goulding's Lodge** 有着62间纪念碑山谷景色房，并配有私人阳台，约翰维恩 John Wayne 等其他西部电影租借，室内加热泳池(4月-11月)。就坐落在红色岩石台边，游客可以在马车餐厅 Stagecoach Dining Room 享用早餐，午餐或晚餐。如今的古尔丁博物馆与商贸站是被安装成了早期20年代的商贸站，楼上住着哈里 Harry 和他的妻子“麦克 Mike”。哈里带着约翰福特导演来看一看这片风景并且其余的是电影制作史。在这里可以去参观一下约翰维恩电影的拍摄现场或者逛一逛那些带您回到旧时的电影制片纪念册与印第安手工艺品。

第七天- 纪念碑峡谷- 钦利

上午

沐浴完壮观的日出之后，驶往钦利



下午

乘坐一次谢伊峡谷的吉普车之旅 Canyon De Chelly Jeep Tour。位于亚利桑那州东北部的纳瓦霍族领地内，谢伊峡谷 Canyon De Chelly（以 de shay 发音，意思是“在岩石中”）以其粗犷的美，历史及纳瓦霍族文化而得名。84,000 英亩（34,000 公顷）的保护区坐落在 5,500 英尺（1,600 多米）的海拔之上并展示了建于陡峭的砂岩峡谷上令人称奇的古人土屋。峡谷墙面同样展示着古老的壁画与象形文字。从峡谷底，如 800 英尺（244 米）高巨塔般高大的蜘蛛岩巨石巍立在谷底并且被公认为纳瓦霍族世界的中心点，这使得其成为了纳瓦霍族人敬畏的地方。**自由驾驶之旅 Self-guided driving tours** 可以让游客沿着南北缘的路线上的眺望点欣赏无与伦比的景色。更多信息可以在公园的游客中心咨询向导。游客要预留 2 个小时去参观北缘行车路边的 3 个眺望点；最佳的摄影时间是清晨。

在钦利过夜

第八天- 钦利- 塞多纳

上午

从钦利 Chinle 驶向塞多纳 Sedona.

推荐午餐橡树溪峡谷的格兰德印第安花园餐厅集市 Garlands Indian Gardens Café & Market 这个餐厅集市是下橡树溪峡谷的一个具有历史意义的建筑,离亚利桑那州的塞多纳仅以北 4 英里（1.6 公里）。始建于 1947 年为了满足峡谷里不断壮大的社区需求，印第安花园已经被用于多种用途-总仓储室，加油站，酒吧，冰激凌室，古董店，三明治商店，等等-但是他总是是一个受居民及前来歇脚的游客所欢迎的一个聚集地。



塞多纳

下午

来一次塞多纳能量漩涡吉普车之旅 Sedona Vortex Jeep Tour with Safari Jeep Tours。著名的塞多纳漩涡（或“风水”）多年来一直在被诠释着，但是一件事是永恒不变的：来自世界各地的人们都在这里拥有了不同寻常且愉悦的体验。自从 1981 年起，当灵媒佩吉布莱恩特 Page Bryant 声称在此发现了这些能量网的地点，人们从世界各地慕名而来亲自“感受”塞多纳的漩涡能量。人们可以在这里去往这些特殊的地点游玩，探索一切可能性，历史及漩涡能量周边的多元素文化信仰。从中国的中医到美国印第安人的传说再到新时代的神秘主义，这里有一条基本信息就是我们才刚刚开始了解我们与地球相联系的方式。无论是对无神论者，学术研究者还是探求者，这里有着令人着迷的旅程。经验丰富且知识渊博的向导将帮助你来自己定义“漩涡能量”。

傍晚

在塞多纳惬意的游玩或者返回至 菲尼克斯 离境