

TLALPAN

圣阿古斯古埃瓦斯（**San Agustín de las Cuevas**）街区是本区的中心，殖民风格的房屋引人注目，主广场的亭台上常常有小型音乐会。**圭圭尔科（Cuicuilco）**<http://www.youtube.com/watch?v=omKheWdV5KA> 古迹紧邻墨西哥国立自治大学南侧，历史可追溯到公元前570年，是墨西哥中部最古老的遗迹，其博物馆展有考古发掘出的文物。**弗里萨克之家（Casa Frissac）**<http://www.youtube.com/watch?v=2DMo5oIme3Q> 坐落于一栋十九世纪的大宅院，是**巴罗斯塞拉科学与文化学院（Instituto de Ciencia y Cultura Javier Barros Sierra）**的校址，其画室常举办展览和学习班。对于喜爱大自然的人来说，到**阿胡斯克山（Parque Nacional Cumbres del Ajusco）**国家森林公园和**特拉尔班森林（Bosque de Tlalpan）**爬山或骑马定会倍感惬意。

VENUSTIANO CARRANZA

这里的三个市场最富盛名，常年熙熙攘攘：位于老城边缘的**梅尔塞得（La Merced）**是美洲最大的市场之一，也是墨城最古老的市场。市场分为好几个区域，食品区色彩缤纷，香味沁脾。**索诺拉市场（Mercado de Sonora）**<http://www.youtube.com/watch?v=jX9IUM4USGE> 是墨西哥传统医药的集散地，售卖各种各样的药材和活的动物。如果要看墨西哥的历史，可以在本区参观**国家总档案馆**和**雷昆贝里宫（Lecumberri）**<http://www.youtube.com/watch?v=rr9PoHEqOgq> 后者提供导游服务。你还可以去著名的**沐浴石（Peñón de los Baños）**温泉泡一个药浴，这里每年5月5日上演狂欢节“普埃布拉之战”。

后者提供导游服务。你还可以去著名的**沐浴石（Peñón de los Baños）**温泉泡一个药浴，这里每年5月5日上演狂欢节“普埃布拉之战”。

XOCHIMILCO

从**纳蒂维塔斯（Nativitas）**码头或**费尔南多塞拉达（Fernando Celada）**码头出发，可以乘坐多彩的小船在河道中漫游，伴随着河上乐队的歌声欣赏一处处的水上花园。此地的花卉市场也非常有名，主要有四个：**古艾曼可（Cuemanco）、**森林母亲（**Madre Selva**）、**圣路易斯（San Luis Tlaxialtemalco）**和**花之殿（Palacio de la Flor）**，另外还有**阿奎斯科马特尔（Acuexcomatl）**苗圃兼环境教育基地。**奥尔梅多帕蒂诺博物馆（Museo Dolores Olmedo Patiño）**的建筑和花园都很美丽，博物馆藏有墨西哥大量现代艺术作品，并常有临时展览。**圣母玛利亚特特潘教堂（Parroquia de Santa María Tepepan）**和**圣贝尔纳蒂诺（San Bernardino de Siena）**老修道院均为十六世纪的建筑，内有神龛、雕像和引人入胜的绘画。本区文化旅游专题：<http://www.youtube.com/watch?v=jSgeV3Pn>



霍奇米尔科

墨西哥城现在有近九百万人口。墨城为游客提供的选择琳琅满目：177个博物馆，拥有博物馆数量在世界上位居第二，仅次于伦敦；还有4处世界遗产，1500个高品质的餐馆。

墨西哥城历史概览

墨西哥（México）一词源于纳瓦特语Meztli（月亮）Xictli（中心）Co（地方），所以墨西哥的意思就是“月亮中心之地”。

1325年

特诺奇蒂特兰古城（墨西哥城的前身）建立，是当时墨西哥（阿兹特克）帝国的首都。

1366-1519年

墨西哥帝国阿卡玛皮奇特里王朝共11位帝王（tlatoanis）统治诺奇蒂特兰城。

1450年

诺奇蒂特兰城鼎盛期。墨西哥人统治了墨西哥和中美洲大部。

1519年

西班牙人到来。1519年11月8日莫克特苏马·肖科约钦皇帝与埃尔南·科尔特斯会面。

1521年8月13日

特诺奇蒂特兰陷落。

1522年

埃尔南·科尔特斯在科约尔坎（Coyoacán）建立政府。

1535年

新西班牙总督府成立。

1810年9月15日

米格尔·伊达尔戈·依科斯蒂亚神父发起墨西哥独立战争。

1821年9月27日

独立战争结束。阿古斯丁·德依图尔比德率领“三卫军”入城。

1822年

阿古斯丁·德依图尔比德称帝，号阿古斯丁一世。

1823年

阿古斯丁·德依图尔比德被起义者推翻。

1823-1854年

自由派与保守派战争。

1855-1863年

被称为“美洲名士”的贝尼托·胡亚雷斯总统颁布改革法。

1857年

颁布1857年宪法。

1877-1911年

波菲里奥·迪亚斯将军执政。墨西哥经济得到发展，建设了美术馆等建筑。

1910-1917年

墨西哥革命。

1917年

立宪派获胜。1917年宪法颁布。农民领袖比利亚和萨帕塔发起武装。

1920年

阿瓦罗·奥布雷责任总统。作为革命战争的结果，农民分到田地。

1921年

奥布雷责任何塞·瓦斯贡塞莱斯为教育部长，引领了文化大发展时代。

1922年

墨西哥壁画运动发轫。先驱艺术家有阿特尔博士、迭戈·里维拉、何塞·克雷门特·奥罗斯科、大卫·阿尔法罗·西盖罗斯等。

1938年

拉萨罗·卡德纳斯·德里奥总统将石油国有化。

1950-1960年

墨城经历了整个“墨西哥奇迹”时期：城市化快速发展，城市面貌大为改善。

1950-1970年

大学城、国家剧院等墨城地标性建筑落成。

1968年

墨城举办第十九届奥运会。

1969年

墨城地铁开通。

1970年

墨城举办足球世界杯比赛。

1976年

瓜达卢佩大教堂开建，由建筑师佩德罗·拉米雷斯·巴斯克斯主持建造。

1986年

墨城第二度举办足球世界杯。

1987年

中心老城与霍奇米尔科湖区被联合国教科文组织评为世界遗产。

2002年

墨城观光旅游巴士启动。

2003年

墨城最高建筑马约尔大厦落成。

2004年

墨西哥二十世纪最著名的家建筑师之一路易斯巴拉甘的故居被联合国教科文组织评为世界遗产。

2007年

墨西哥国立自治大学主校区大学城被联合国教科文组织评为世界遗产。

2010年

联合国教科文组织确定墨西哥美食为人类非物质文化遗产。

2012年

美洲最古老的公园——中央林荫公园重新开放。

2013年

墨西哥城市长确定旅游为政府优先发展项目。



SECRETARÍA DE
TURISMO

MEXICO CITY



mexicocity.gob.mx

ÁLVARO OBREGÓN

每逢周六，可花一天时间来**圣哈辛托广场（Plaza San Jacinto）**周围的市场，浏览画摊，品尝一下附近各种饭馆的特色菜肴。广场位于**圣安赫尔（San Ángel）**街区，街道多为石子路。这里有古色古香的**岩泉舍博物馆（Museo Casa del Risco）**<http://youtu.be/9rosOJkkXGI> 收藏的艺术品值得一看；有**艾尔卡门博物馆（Museo del Carmen）**，纪念墨西哥卡门派修女的善事；有建筑大师胡安·奥格曼设计的**里维拉画室博物馆（Museo Estudio Diego Rivera）**<http://www.youtube.com/watch?v=A7H8kyiOqRk> 曾是著名画家里维拉和他的妻子弗里达·卡洛的故居；还有**卡里略·吉尔艺术博物馆（Museo de Arte Carrillo Gil）**，常举办墨西哥和世界知名当代艺术家的画展。

AZCAPOTZALCO

大区中心为**伊达尔戈花园（Jardín Hidalgo）**，花园内矗立着墨西哥独立运动的英雄伊达尔戈的雕像，并仍然保存着殖民时期的乡村风情，远离喧嚣。雕像对面是**圣徒费利佩与圣地亚哥教堂（Parroquia de los Apóstoles Felipe y Santiago）**，一座古老的多米尼克教堂；以美丽的小花园装点的**文化之家（Casa de Cultura）**常有艺术展；**德拉斯卡萨斯图书馆（Biblioteca Fray Bartolomé de las Casas）**内胡安·奥格曼的壁画令人称奇…… 参观之后，你可以到墨城最古老的酒馆之一——**威尼斯王酒馆（El Dux de Venecia）**品



西盖罗斯多功能馆

尝美酒和小菜；或到仿照阿兹特克首领花园而建的特左左莫克公园，这个环湖公园有露天剧场、儿童乐园和可供漫步的小路。请看《墨城故事》系列：<http://www.youtube.com/watch?v=nzmCxPPhVAU>

BENITO JUÁREZ

西盖罗斯多功能馆（Polyforum Cultural Siqueiros）内有世界上最大的壁画“人类前进”，总面积达8700平方米，是画家西盖罗斯的杰作。外墙还有12幅壁画，该馆常举办知名画家作品展。在这里，你还可以登上位于世贸中心45层的**贝里尼（Bellini）**旋转餐厅，俯瞰墨西哥城。**翁迪多公园（Parque Hundido）**位于漫长的起义者大道上，园内有露天小剧场。附近的**米斯科瓦克（Mixcoac）**街区是一个殖民风格的静谧之地。体育爱好者一定不要错过世界上最大的斗牛场——墨西哥斗牛场，以及墨西哥最佳球队的主场——**蓝色体育场（Estadio Azul）**。

COYOACÁN

这是一个具有殖民风情的魅力之区，中心的伊达尔戈花园（Jardín Hidalgo）和百年花园（Jardín Centenario）是咖啡馆、饭店和艺术馆的聚集之地。蓝房子（La Casa Azul）见证了画家弗里达·卡洛的一生，目前收藏着画家及其丈夫里维拉的作品。还有面积巨大的大学城（Ciudad Universitaria），是墨西哥国立自治大学的主校区，被联合国教科文组织认定为世界遗产，校内有壮观的当代艺术博物馆（Museo Universitario Arte Contemporáneo），常展出世界各地艺术家的作品。雕塑园（Espacio Escultórico）也不能错过。宏伟的阿兹特克体育场（Estadio Azteca）有导游服务，体育场内常举办体育盛事和顶级音乐会。 本区文化旅游专题：<http://www.youtube.com/watch?v=oEnoBAI3yR8>

CUAJIMALPA

本区大部分为农业区，最大的景致是狮子沙漠（Desierto de los Leones）<http://www.youtube.com/>



百年花园

[watch?v=LRsDF6wz2BY](http://www.youtube.com/watch?v=LRsDF6wz2BY) 国家公园。公园与其名字毫不相干：园内既无沙漠也无狮子，实际上是一个森林覆盖的山丘，上有卡梅洛赤脚教派修道院，其柱廊常作为展室举办当代艺术作品展（有导游讲解）。森林区是理想的徒步之地。在佩特雷特斯（Los Peteretes），你可以品尝到按照客人口味烹制的新鲜鳟鱼，或者在拉文塔（La Venta）美食区品味墨西哥小吃。另外，松林公园（Bosque El Ocotal）是绝佳的运动和漫步之地。夸西马尔帕小镇中心的广场和亭台也不乏魅力。

CUAUHTÉMOC

本区为市中心老城区，墨西哥城的中心。宪法广场旁边的马约尔神庙（Templo Mayor）<http://youtu.be/4jiCEg-RpeM> 保存着一度矗立在此的阿兹特克神庙的遗迹，一墙之隔就是美洲最大的教堂——都城大教堂（Catedral Metropolitana）<http://youtu.be/CLjDdJ8d5N4>。中央政府所在地国民宫（Palacio Nacional）装饰有里维拉的壁画作品，美术馆（Palacio de Bellas Artes）http://youtu.be/o_tnBhHSTEU 内也有墨西

哥最富盛名的壁画名家名作。美术馆还常常举办音乐会、戏剧和舞蹈表演、展览等。另一侧是林荫公园（La Alameda），市中心最主要的公园，民众散步休息的好去处。嘉里瓦尔第广场（Plaza Garibaldi）是墨西哥街头乐队（Mariachi）的大本营，各种庆典活动连续不断。纵贯本区的改革大道（Paseo de la Reforma）上有多处纪念碑和雕像，比如哥伦布纪念碑、独立天使像等。革命纪念碑也矗立在这里，表达着对民族英雄的崇敬与缅怀。罗马（Roma）和贡德萨（Condesa）是这里的两个时尚街区，你可以徜徉在形形色色的商店、画室、酒吧和饭店之间。

GUSTAVO A. MADERO

这里的瓜达卢佩大教堂（Basilica de Guadalupe）<http://youtu.be/hsSsmIvKsNY> 供奉着墨西哥的保护神——圣母瓜达卢佩。据民间记载，这位棕色皮肤的圣母 1551年曾在圣徒胡安·迭戈面前显灵。每年12月12日是大教堂的盛大节日，数以百万计的信徒来此朝圣，很多朝



瓜达卢佩大教堂



美术馆

圣者自远方徒步或骑自行车翻山越岭而来。此时整个街区热闹非凡，到处都是售卖宗教用品的小贩。本区的瓜达卢佩引水渠（Acueducto de Guadalupe）建于十八世纪，曾一度是墨城饮用水供应的保障。墨西哥国立理工学院内建有恩里克爱罗天文馆（Planetario Luis Enrique Erro）<http://youtu.be/5ZAubziPAbE> 你可以在这里通过最高端的科技发现宇宙的奥秘，此外还有一处讲述天文学发展的壁画。

IZTACALCO

本区的体育宫（Palacio de los Deportes）是一个举办国际音乐会、博览会、展览等大型活动的场地，是由1968年墨城奥运会篮球馆改建而成，它与此处的赛车场一样，都曾是奥林匹克体育城的一部分。太阳广场（Foro Sol）的音乐会和体育赛事总是人山人海。附近的生态公园一片绿色，目的在于唤醒人们的环保意识。圣马蒂亚斯广场（Plaza San Matías）在阿松森街区（Barrio

de la Asunción）中心，广场上的教堂可追溯到1564年。圣地亚哥街区的勇士酒馆（Los Hombres Sin Miedo）是墨城最古老、最传统的酒馆之一，在此可伴着音乐畅饮美酒。请看《墨城故事》系列：<http://www.youtube.com/watch?v=c6By2vEO5UY>

IZTAPALAPA

本区以纪念耶稣受难这一宗教活动闻名全墨西哥，该活动于每年圣周的周五在埃斯特拉雅山（La Estrella）山顶举行，重现耶稣受难之景象。最近山顶上有了考古新发现，发现的文物均收藏在山上的新火博物馆（Museo del Fuego Nuevo）里。山顶上提供导游服务。山坡上的库尔瓦坎老修道院（Ex Convento de Culhuacán）建于1607年，原是托尔特克文明时期的一座堡垒，修道院有前西班牙时期的神像和雕塑。新维加（La Nueva Viga）海鲜市场是世界上最大的海鲜市场之一，早晨有导游服务，售卖的海鲜种类让人叹为观止。奎特拉华克公园（Parque Cuitláhuac）也值得一看。请



人类学国家博物馆

看《墨城故事》系列：http://youtu.be/_3VvSKlcxew

MAGDALENA CONTRERAS

迪纳摩斯公园（Los Dinamos）位于墨城南郊。墨城唯一开发的水道马格达莱纳河流经该公园，有12.8公里穿过山谷和峡谷，夏天雨季时常形成湍流。公园有32公里长的山间小路，是徒步、山地自行车运动、骑马和绳降运动的理想之地。马泽特佩特尔（Mazatépetl）发掘了奥托尼古文化的遗迹。马格达莱纳阿特里蒂克教堂（Iglesia de la Magdalena Atlitlic）是一座巴洛克式教堂，每年7月22日有大型宗教活动。圣尼古拉斯托托拉潘（San Nicolás Totolapan）公园有大片温带森林，是运动和休息的好场所。

MIGUEL HIDALGO

查普尔特佩克森林公园（Bosque de Chapultepec）是墨城最大的公园，园内有多座博物馆，比如人类学国家博物馆（Museo Nacional de Antropología），墨西哥历史文物收藏极为丰富；现代艺术馆（Museo de Arte Moderno）主要回顾墨西哥二十世纪的艺术；塔马约博物馆（Museo Tamayo）主打当代艺术；还有风筝博物馆（Papalote Museo del Niño）面向青少年开放，冲击你的想象力。公园拥有一个动物园。公园内还有三处景点：查普尔特佩克堡（Castillo de Chapultepec）（也是墨西哥历史博物馆馆址）、自然历史博物馆和公园湖（提供小船出租）。博兰克（Polanco）街区的马萨里克总统街云集各种名品店、画



索马亚博物馆

室，如西盖罗斯公共画室，以及墨城最好的饭店。小博兰克和林肯公园都是悠闲散步的好去处。索马亚博物馆（Museo Soumaya）藏有当代艺术作品；独立两百年纪念公园（Parque Bicentenario）内建有温室，展示地球的气候并培植各种美丽的花草。本区旅游专题：<http://youtu.be/GX863FPsBNk>

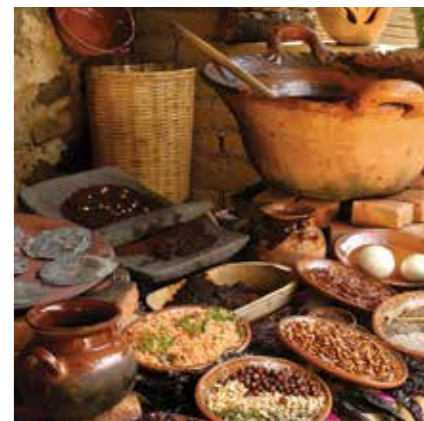
MILPA ALTA

每年10月，墨城南郊的圣佩德罗阿多科潘（San Pedro Atocpan）小镇都会举办墨蕾酱博览会，展出种类繁多的墨蕾酱，每届都有来自本地和墨西哥其他地区的500家左右参展商参加。墨蕾酱（Mole）是墨西哥人十分喜爱的酱料，用芝麻、果仁、干辣椒、巧克力等原料制成，酱色或黑或绿，或橙或红。博览会上游客可以品尝到各种口味的墨蕾酱。钟情美食者也不要错过诺帕雷斯市场（Mercado de Nopales）。本区的特佩纳瓦克（Tepic）环境教育中心举办多种农业和新能源教育活动。

本区的圣阿古斯汀奥屯克在亡灵节之际举办天灯节（Feria de Globos de Cantoya）。请看《墨城故事》系列：<http://youtu.be/wpGNXdkfGBM>

TLÁHUAC

圣安德烈斯米斯奎克（San Andrés Mixquic）<http://youtu.be/alhUuWc9UME> 镇每年的亡灵节活动在全国最富盛名，也最丰富多彩。圣安德烈斯教堂文化之家（Casa de Cultura de la Parroquia de San Andrés）保存着一处名为米斯吉斯特里（Mixquixtli）的文物古迹，有不少古代雕像。教区保护神庆典每年11月30日举行。圣佩德罗特拉瓦克（San Pedro Tláhuac）镇在本区七个村镇中最大，镇中心是一个种满棕榈树的美丽广场，广场在每年7月中下旬举办博览会，周围有教堂和圣佩德罗（San Pedro Apóstol）老修道院。在本区的阿兹特克王湖（Lago de los Reyes Aztecas）<http://youtu.be/iIDxoqxrC04> 你可以乘坐木船去观看鸟类，还可以去一个小的前西班牙文物博物馆参观。



墨蕾酱博览会一角