MONTENEGRO

N

0 5 10 20 Km

SCALE 1:420 000

© National Tourism Organisation of Montenegro

塞尔维亚

波黑共和国

克罗地亚

科索沃

阿尔巴尼亚

候赛因帕萨清真寺

贝尔格莱德

普列夫利亚

圣特伊察教堂

杜米托尔国家公园

塔拉河

杜米托尔

普卢日内

皮瓦教堂

扎布利亚克

杜布里洛维纳教堂

比耶洛波列

萨维尼克

莫伊科瓦茨

拜尔戈拉森林国家公园

尼古拉皇宫

尼克希奇

科拉欣

贝拉内

罗扎伊

莫拉察教堂

安德里耶维察

奥斯卓教堂

普拉夫

普罗克里提耶山国家公园

达尼洛夫格勒

采蒂涅教堂

新赫尔采格

科托尔

蒂瓦特

采蒂涅

波德戈里察

洛夫琴山国家公园

布德瓦

斯库台湖国家公园

斯库台湖

巴尔

乌尔齐尼

2388 2336 2397 2288 2523 2013 2042 1942 1997 1721 2277 2132 2226 1475 1927 2138 1784 2469 2484 2461 2403 2211 2184 2131 2534 2524 1895 1749 1657 1594

A D R I A T I C S E A

航海距离	
巴尔-巴里（意大利）	114 NM
巴尔-科孚/克基拉（希腊）	162 NM
巴尔-威尼斯（意大利）	367 NM
科托尔-巴尔	46 NM
科托尔-杜布罗夫尼克（克罗地亚）	42 NM
科托尔-斯普利特（克罗地亚）	155 NM
科托尔-威尼斯（意大利）	354 NM
科托尔1海里=1.852公里-威尼斯（意大利）	

海港
巴尔港
布德瓦港
科托尔港
蒂瓦特港
泽莱尼卡港

MONTENEGRO Wild Beauty

National Tourism Organisation of Montenegro
MNE 81000 Podgorica , Bul. Sv. Petra Cetinjskog 130
Tel: (+382 77) 100 001, Fax: (+382 77) 100 009
info@montenegro.travel * www.montenegro.travel

amc communications - www.amc.co.me

www.montenegro.travel

MONTE NEGRO TOP TEN 10

1. 杜尔托尔山

杜米托尔国家公园被联合国教科文组织列入《世界遗产名录》。

黑湖（Crno jezero）是杜米托尔山上 18 个冰湖中最著名的一个湖泊。冬季白雪皑皑，夏季则吸引着无数游客前来游泳。这片自然绿洲孕育着丰富的动植物，大约有 **1600** 种植物与成群的动物。

2. 塔拉大峡谷

塔拉大峡谷长 93 公里，局部地区深达 1300 米。

狭窄的关道、湍急的河流、陡峭的崖壁是塔拉大峡谷最大的特点，也因此吸引着众多游客前来探险。这里最刺激的活动莫过于沿塔拉河漂流。峡谷长 93 公里，局部地区深达 1300 米。

3. 拜尔戈拉德斯卡山国家公园

美丽的拜尔戈拉德斯卡湖位于原始森林的中心。

拜尔戈拉德斯卡山国家公园于 1952 年建立，位于黑山东北部的比耶拉希察山上，夹在塔拉河与林姆河之间，占地面积 5650 公顷。拜尔戈拉德斯卡山国家公园群山包围，溪流纵横，美丽的湖泊、古树森林与草地交错，自然风光十分迷人。

4. 博亚娜河岛

博亚娜河岛是一个狭长的小岛，位于博亚娜河入海口。

几十年来，博亚娜河岛已经成为一个备受自然爱好者欢迎的目的地。博亚娜河冲刷着小岛两岸，另一边则是亚得里亚海赋予的 2880 米长的细软沙滩。

5. 科托峡湾

美丽的古城是黑山的历史文化瑰宝，宛如珍珠点缀在黑山海滨。

不论你通过水路还是陆路前往科托峡湾，你定会惊于它的美丽！它是大自然的奇迹，仿佛上帝将高山劈开，将海水倒灌而入。它是欧洲最南端的海湾，也是地中海植被的绿洲。

6. 布德瓦海滨

传说布德瓦由腓尼基国王阿格诺拉的儿子卡德摩斯建造。

布德瓦是亚得里亚地区最古老的城市。城墙内的露天舞台为游客提供一系列特别项目：文学作品推广、音乐会和展览等。

7. 黑山海滨横岸

黑山海滨横岸串连着黑山最迷人的自然景区。

美丽的海滨小道与乡间公路镶嵌在海滨与高山悬崖边，旁边偶有葱绿的山谷与浓密的落叶树林和常绿树林。游客可以悠闲地漫步于此，度过难忘的时光。

8. 采蒂涅、 洛夫琴山陵墓

采蒂涅于 1482 年由泽塔州最后一位统治者 Ivan Crnojevic 建立。

Ivan Crnojevic 在 Orlov Krs 山脚为自己建造了一座城堡和一座教堂，作为泽塔的中心。采蒂涅是黑山最著名的旅游城市，博物馆、美术馆、档案馆、艺术院校、教堂和古老的使领馆均是采蒂涅的主要旅游景点。你也可以登上黑山最伟大的统治者兼诗人 Petar Petrovic Njegos（1813-1851）的陵墓，它是洛夫琴山国家公园内的一大旅游亮点。

9. 奥斯卓教堂

奥斯卓教堂嵌在 “Ostroske grede” 山脉的悬崖上。

奥斯卓教堂是黑山最大的圣地。教堂嵌在高山悬崖上，经常云雾缭绕，因此成为整个南欧最著名的修道院之一。奥斯卓教堂由黑塞哥维那的瓦西利耶于十七世纪建造，据说教堂内珍藏瓦西利耶圣体而成为各教派信徒的朝圣地。

10. 斯库台湖

斯库台湖是巴尔干地区最大的湖泊，也是鹈鹕的最后栖息地。

由于斯库台湖地处偏远地区，尤其是北部沼泽，更是人迹罕至，加上良好的生态保护，这里成为 “ 鸟类天堂 ”。湖区栖息着 280 种鸟类，大部分为珍稀物种。在欧洲，稀有的达尔马提亚鹈鹕成为斯库台湖国家公园的象征。湖心岛屿上的教堂与鸟类成为公园的重要景点。

黑山北部

山脉

壮丽的自然

在黑山，地中海海滨沙滩休闲与高山滑雪两个截然不同的项目能在同一天内完成。这无疑让黑山从众多旅游目的地中脱颖而出。淡水河漂流、游览峡谷、登山、徒步、自行车、游泳、滑雪等均能在安排在同一天进行。黑山真是个神奇的国家！

黑山北部拥有诸多景点：巍峨的高山、陡峭的悬崖、柔软的草地、狂野刺激的峡谷、充满神秘历史的文化建筑与景点、隐于高山间的美丽湖泊、风情万种的乡村与古城……

扎布利亚克（Zabljak）位于杜米托尔山山脚，海拔 1456 米，是巴尔干地区海拔最高的城市。扎布利亚克四周环绕着冰湖与 23 座 2300 米多高的山峰。附近就是欧洲最深的峡谷，塔拉河大峡谷。杜米托尔国家公园与塔拉河大峡谷均在 1980 年被联合国教科文组织列入《世界遗产名录》。塔拉河于 1977 年成为生物圈保护区（MAB）。

科拉欣（Kolasin）是塔拉河边的一座小城，海拔 960 米。拜尔戈拉德斯卡山（国家公园）的原始森林、拜尔戈拉德斯卡湖及周边湖泊、丰富的动植物、滑雪坡道、漂流、钓鱼及其他一些休闲项目使科拉欣成为理想的休闲度假目的地。在比耶拉希察山上，Kolasin1450 滑雪度假村是黑山最受欢迎的滑雪胜地。六座的缆车将滑雪爱好者带上海拔 2000 米的高处。这座新建的滑雪场严格按照欧洲标准设计，科拉欣也因此成为欧洲最现代化的一个滑雪胜地。

普拉夫市境内的普罗克里提耶山是黑山的第五个国家公园，拥有独一无二的自然资源。普拉夫坐落在普拉夫湖畔，靠近林姆河泉眼，汇集美丽的湖景与山景，并有丰富的文化遗产。

黑山中部

平原与高原

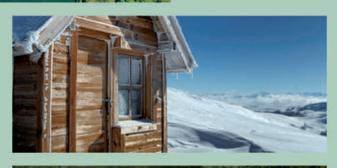
黑山中心地区

黑山的中心地区包括古都采蒂涅、首都波德戈里察、尼克希奇、达尼洛夫格勒，拥有丰富的自然文化景点。

采蒂涅是黑山共和国的古都。来到这座博物馆小城，你顿时感觉时间就此静止。采蒂涅位于海拔约 700 米处，距波德戈里察西南，以及海滨和布德瓦均三十公里左右。十九世纪末二十世纪初的历史风情从小城的建筑中可见一斑，而它的 7 座博物馆内珍藏着各类瑰宝，展示着黑山的辉煌历史。

世界上很少有几个城市离海滨和山区度假村的距离均不到一小时的车程，而黑山就有这样的城市。首都波德戈里察位于大片的葡萄园中，气候温和，与地中海气候相似，是欧洲最暖和的城市之一。波德戈里察是一个现代的欧洲城市，宽敞的大道、优雅的大桥、先进的运动设施、现代化的楼房、精品专卖店、餐厅、酒店……

尼克希奇（Niksic）是黑山面积最大的市政区。黑山第二大的城市位于尼克希奇平原，特里比耶萨山脚。尼克希奇是重要的工业、文化、教育中心。

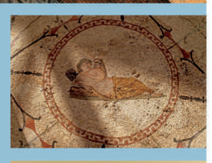


杜米托尔山、比耶拉希察山、科莫维山、普罗克里提耶山、哈杰拉山、希尼亚耶维纳山、洛夫琴山、玛格利克山、维耶尼克山、卢卡维察山等高山间隐藏着不止 33 个冰湖，与彼夫斯科湖一起成为冬夏旅游的热门目的地。

黑山南部

海滨

碧海连天



黑山拥有多片独特而迷人的海滨，上面铺着细软的沙子，或光滑的卵石，或美丽的岩石。有的沙滩长几公里，有的则仅有几十米；有些距住宅区较远，有些靠近住宅区，有些则是酒店的私有沙滩；有的在海湾，有的在悬崖边，有的靠近橄榄树林、田野或松树林；沐浴着阳光和海风海浪。有些海滨面向开阔的大海，有些则隐于小海湾中，有些设施完善，还有些人迹罕至，只能乘小船抵达。但我们百分百确定的是，黑山的 117 片海滨中定有一片令你满意，黑山的 6 座海滨小城定有一座属于你。

新赫尔采格（Herceg Novi），一个真正的地中海植物园，也是狂欢之城、画家与诗人的故乡，科托峡湾是通向地中海的一扇大门。这座地中海小城中混合着罗马、拜占庭和东方风韵，十分迷人。

科托尔（Kotor），地中海地区保存得最好的中世纪古城，被联合国教科文组织列入《世界遗产名录》，拥有诸多博物馆、教堂和皇宫。附近的帕里斯特小城不禁令人联想到威尼斯，充满了商业与文化气息。在这个世界遗产古城拥有两座小岛：岩石女神岛和圣乔治岛。

蒂瓦特（Tivat），海湾畔最年轻的城市，坐落在维尔马奇山脚的辽阔高原上。蒂瓦特是一颗未知的宝石，是统治者、贵族与诗人的避暑胜地。小城内有三座小岛，拥有地中海最大的航海港：黑山港。

www.montenegro.travel

布德瓦（Budva），亚得里亚海东岸最古老的小城，也是黑山最大的度假胜地。布德瓦拥有多个剧院，举办丰富的活动；拥有最美丽的海滨和最豪华的酒店。布德瓦海滨仅有二十多公里长，有 17 片细软的沙滩、7 座教堂、50 多座城乡寺庙。

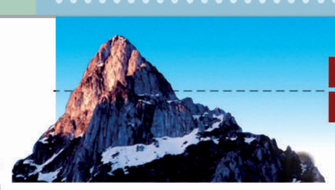
巴尔（Bar），位于亚得里亚海和斯库台湖（国家公园）之间，坐落在鲁米亚山山脚。狭长的海滩、古老的橄榄树沐浴在宜人的亚热带气候中。巴尔可谓是一座古老的皇城。1077 年，黑山首位国王 Mihailo Vojislavljevic 便在此地加冕。后来，尼古拉国王于十九世纪末在巴尔建造了一座城堡，作为他的海滨夏宫。

乌尔齐尼（Ulcinj），黑山海岸地区最南端的小城。乌尔齐尼老城的护城墙从海岸直接耸起，古城、城墙、大门仿佛将游客带入遥远的过去。在过去，海盗、造船匠与侵略者纷纷被这座小城的美丽沙滩吸引而踏入此地。黑山最长的沙滩，13 公里的 Velika Plaza 便在乌尔齐尼。

www.montengro.travel

黑山

狂野之美



新奇旅游目的地

“ 黑色 ” 的山脉、碧蓝的大海、幽深的峡谷、湍急的河流、美丽的湖泊……黑山集诸多自然美景于一体，是一个新奇独特的旅游目的地。

黑山的海边有细软的沙滩、迷人的海湾和带着些许现代感的海滨风情古城，无疑是浪漫的度假地。你可以住温馨的私家旅舍，感受主人的热情；也可以住国际五星酒店，体验全套的护理健身项目。沿着蜿蜒的小径徒步登山，旁边青绿的草地散发着芳香；骑自行车在辽阔的高原上驰骋；在幽深的塔拉峡谷（欧洲最深的峡谷）底漂流，塔拉河十分受漂流爱好者欢迎！

国家公园向来是吸引大自然爱好者的旅游景点。黑山拥有五个国家公园，最著名的是拜尔戈拉德斯卡山国家公园，你可以沿着山间小径登山，也可以沿斯库台湖区漫步，游览这个欧洲最大的鸟类保护区。

黑山的历史珍宝包括最早期的房屋到洛夫琴山上的涅古什陵墓！你能在一些至今仍在使用的古罗马建筑，以及由哈布斯堡国王建造的诸多城堡中找到浓重的历史气息。在黑山内陆，历史古城采蒂涅就在布德瓦北部，一个多小时的车程，你便来到奥斯卓教堂，据说这里是发生奇迹的地点。

当然，你一定要见见黑山的山区人民。由于复杂的历史原因，他们学会了英勇地反抗各种入侵者，但对客人却是无比的热情。记得找找隐藏于松树林中的农舍，拜访好客的当地居民。

黑山是哪些人的理想目的地？

他们或喜欢海滨，或喜欢探险发现，或喜欢热闹的日 / 夜生活，或喜欢大自然，或想寻找精神力量：事实上，黑山是每个人的理想目的地。

www.montenegro.travel

达尼洛夫格勒（Danilovgrad）位于 Bjelopavlici 平原，靠近泽塔河岸，坐落在 Garac 山（1436 米）山脚。达尼洛夫格勒以奥斯卓教堂而闻名，这座教堂是黑山最重要的朝圣地之一。奥斯卓教堂镶嵌在 “ 奥斯卓山脉 ”（Ostroske grede）的高山悬崖上，海拔 900 米，它曾是高僧 Vasilije Jovanovic 在十七世纪末的一座地牢。

各地距离

	Подгорица	Андриевица	Бар	Беране	Биело-Поле	Будва	Даниловград	Жабляк	Колашин	Котор	Мойковац	Никшич	Плав	Служине	Плевля	Рожайе	Тиват	Улцинь	Герцег-Нови	Цетинье	Шавник
Подгорица		158	52	142	121	66	23	125	72	89	93	55	183	114	179	173	89	78	133	36	100
Андриевица	158		210	16	48	224	181	137	86	247	65	213	25	234	151	47	247	236	291	194	162
Бар	52	210		194	173	40	75	177	124	63	145	107	235	166	231	225	63	26	107	70	152
Беране	142	16	194		32	208	165	121	70	231	49	197	41	218	135	31	231	220	275	178	146
Биело-Поле	121	48	173	32		187	144	100	49	210	28	170	73	197	114	63	210	199	254	157	125
Будва	66	224	40	208	187		89	191	138	23	159	121	249	180	245	239	23	66	67	30	166
Даниловград	23	181	75	165	144	89		102	95	112	116	32	206	91	166	196	112	101	125	59	77
Жабляк	125	137	177	121	100	191	102		93	167	72	70	162	97	64	152	176	203	163	161	25
Колашин	72	86	124	70	49	138	95	93		161	21	127	111	186	107	101	161	150	205	108	118
Котор	89	247	63	231	210	23	112	167	161		182	97	272	156	231	262	9	89	44	53	142
Мойковац	93	65	145	49	28	159	116	72	21	182		142	90	169	86	80	182	171	226	129	97
Никшич	55	213	107	197	170	121	32	70	127	97	142		232	59	134	222	106	133	93	91	45
Плав	183	25	235	41	73	249	206	162	111	272	90	232		259	176	72	272	261	316	219	187
Служине	114	234	166	218	197	180	91	97	186	156	169	59	259		161	249	165	192	152	150	72
Плевля	179	151	231	135	114	245	166	64	107	231	86	134	176	161		166	240	257	227	215	89
Рожайе	173	47	225	31	63	239	196	152	101	262	80	222	72	249	166		262	251	306	209	177
Тиват	89	247	63	231	210	23	112	176	161	9	182	106	272	165	240	262		89	53	53	151
Улцинь	78	236	26	220	199	66	101	203	150	89	171	133	261	192	257	251	89		133	96	178
Герцег-Нови	133	291	107	275	254	67	125	163	205	44	226	93	316	152	227	306	53	133		97	138
Цетинье	36	194	70	178	157	30	59	161	108	53	129	91	219	150	215	209	53	96	97		136
Шавник	100	162	152	146	125	166	77	25	118	142	97	45	187	72	89	177	151	178	138	136	

地址

黑山游客服务中心
Tel: 1300
E-mail: information@callcenter.me

可持续发展与旅游部
Tel: +382(0) 20 446 200
Fax: +382(0) 20 446 215
E-mail: mrt@gov.me
WWW.mrt.gov.me

黑山国家旅游组织
Tel: +382(0) 77 100001
Fax: +382(0) 77 100009
E-mai: info@montenegro.travel
www.montenegro.travel

黑山国家公园
Tel/Fax: +382(0) 20 658 071
E-mail: jpnpcg@t-com.me
www.nparkovi.me

国家旅游监督办
Tel: +382(0) 20 446 365
E-mail:inspekcijaturisticka@t-com.me
www.mrt.gov.me

黑山速览

面积：	13,812 км²
人口：	620,000
边界线长：	614 км
首都：	波德戈里察，人口 186,000 行政与商业中心
皇室首府：	采蒂涅，人口 16,000 历史与文化中心
语言：	黑山语
货币：	欧元
海岸线长：	293 км
沙滩数量：	117
沙滩总长度：	73 км
最长的沙滩：	乌尔齐尼的 Velika plaza（长滩）—13,000m
最高峰：	普罗克里提耶山 Maja Kolata 峰—2,534 米， 杜米托尔山 Bobotov kuk 峰—2,523 米
最大的湖泊：	斯库台湖—391 平方公里
最大的峡湾：	科托峡湾
最深的峡谷：	塔拉大峡谷—1,300 米
国家公园：	拜尔戈拉德斯卡山国家公园 5,650 公顷
	杜米托尔国家公园 39,000 公顷
	洛夫琴山国家公园 6,220 公顷
	普罗克里提耶山国家公园 16,630 公顷
	斯库台湖国家公园 40,000 公顷
时区：	GTM+1
电压：	220В/50 Гц
气候：	地中海气候
平均气温：	夏季 27.4 摄氏度
最高海洋温度：	27.1 摄氏度
全年平均日照长度：	240 天
游泳季节：	180 天
海水颜色：	深蓝色
海水可见度：	38 米至 56 米

黑山十景
黑山北部
黑山中部
黑山南部

黑山地图