

# 如诗如画金斯顿

KINGSTON

visitkingston.ca

金斯顿欢迎您！

游玩

娱乐

餐饮

学习

逛店

商务

如诗一般的意境

# 如画一般的风景



金斯顿是加拿大安大略省东部的一个历史名城，在1841年到1844年间，曾经为加拿大的首都。金斯顿的原名意为“国王之城”，皇家色彩和风范仍然有迹可循，比如金斯顿是加拿大一个仍然能观赏到一个来自欧洲的传统--“城市现场人声广播员”表演的地方。

作为通往千岛湖、圣劳伦斯河和里多运河的交通要道，金斯顿特殊的地理位置，不仅使其在过去成为兵家必争之地，也给这座美丽精致的城市带来如诗一般的意境和如画一般的风景。和其他北美城市相比，金斯顿的城建有着浓郁的欧洲气息和风格--古老的石灰石造的房子和熙熙攘攘适于步行的市中心。

金斯顿的人口不到二十万，地处加拿大最大的城市多伦多和首都渥太华之间，曾被评为在加拿大生活最好的城市之一。中国古代诗人陶渊明的一首诗描绘的一个人和自然和谐相处，身在红尘却又悠然自得的“结庐在人境，而无车马喧”的身心安放之地，和金斯顿不谋而合。如果您的旅行，已经超越追逐景点的大众行程，能够放慢在大都市里习以为常的快步，想和每日重复的生活疏远和超脱一把，但又不需放弃现代生活所给与的舒适和美好，如诗如画的金斯顿就是一个抚慰人生旅途中的焦虑、疲劳和放松身心的驿站。

金斯顿与美如天堂的千岛湖相隔不远。千岛湖是美国纽约州和安大略省东南部中间的一颗明珠。一望无际的湖岸线，丰富的历史和独特的文化沉淀，以及在岛上和沿岸的度假别墅，吸引了大量的游客和户外运动的热爱者。乘船游览千岛湖，千帆过尽，万般美景尽收眼帘以后，回到那个一百多年前曾是加拿大的中心金斯顿，漫步在那叙述着古老的故事的城中小道，在曾经的军事据点亨利堡（联合国教科文组织评定的世界文化遗产）观赏重现年时的军事表演的夕阳庆典，何曾没有一种“采菊东篱下，悠然金斯顿”的生命的释然和圆融呢？踏着夕阳的余晖，寻香走入风情各异的餐馆和酒吧，品一杯当地酿制的葡萄酒、啤酒或苹果汁，配上美味的佳肴，一天的愉悦和疲惫，都在不言中！华灯初上，金斯顿的热闹刚刚开始，大大小小的各种节庆、灯光秀、和演唱会，让水、天、人、城朦胧中温柔地融为一体。待到天明，又有那么多的珍贵的历史遗迹，精致的博物馆，斑斓的农贸市场等待着旅人们驿动的心。

金斯顿的古老，增添了她的沧桑感，让她厚重而韵味无穷！但是由于拥有世界著名的皇后大学和加拿大唯一的皇家军事学院，每年那些在金斯顿学习和追梦的莘莘学子让金斯顿永葆年轻而充满活力！金斯顿也因此成为加拿大人均博士最多的城市。虽然地处湖光山色之中，静谧深沉的小城给学习和研究无限的灵气和氛围。皇后大学由英国维多利亚女王的一个皇家谕旨而在1841年成立的，比加拿大正式建国还早26年，并连续被评为加拿大最好的大学之一。由皇后大学、金斯顿总医院、圣主医院和护理院组成的金斯顿健康科学研究圈，拥有世界上最强的研究大脑（甚至还有诺贝尔获奖者！）、国内和国际知名研究网络、实验室。临床医生和科学家们与自然科学家、工程师、计算机和社会科学专家联手，不断创新并培养下一代的临床医学和科学人才。

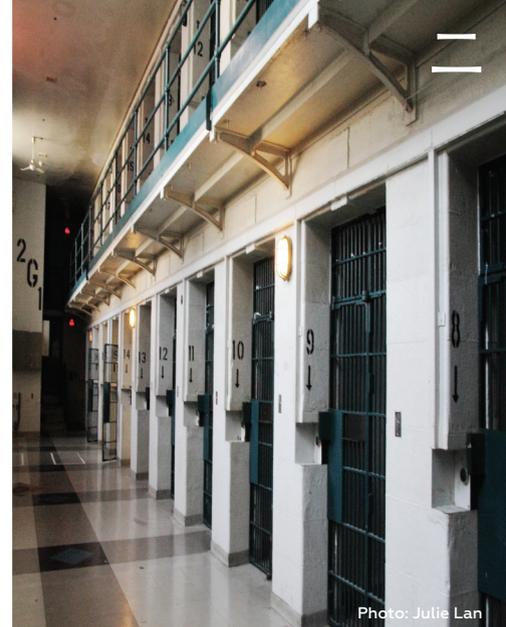
无论是呼朋唤友地一起走，或是两人世界的甜蜜游，还是一家人带着孩子的亲子游，金斯顿都是一个知性安静却又充满生活旋律的和谐之地，一个让人真正感受到人与社会、城市和自然的完美相融后所带来的“此中有真意，欲辨已忘言”的情怀。

忘了说什么就忘了吧，还用说什么呢？悠然自得地一起开启金斯顿之旅吧！



# 游在 金斯顿

睡到自然醒，伸个懒腰，在湖边的清新空气中活动一下筋骨，然后悠悠闲闲地走到金斯顿地市中心，逛逛这个历史名城，商店和农贸市场。在那些用石灰石造的老屋边时空穿越，好像回到那个久远的年代。把所有世界对你要求通通放下，只让自己在这个温馨的老城和自然中放空



## 一 / 千岛游轮

登船码头位于金斯顿市中心 Brock 街1号，周围都是历史悠久的石灰岩建筑，还有热闹的户外咖啡馆、酒吧、户外农贸市场和风景如画的联邦公园。金斯顿千岛游轮提供每日从金斯顿出发的游轮观光游览、私人包船和船上餐饮的整体游轮体验。

<http://www.1000islandscruises.ca/>

## 二 / 监狱

金斯顿监狱位于加拿大安大略省金斯顿市，曾是最高安全级别的监狱。它于年开始启用，占地8.6公顷，在整个国家发展的历史中，有许多加拿大著名的事件就在此发生。伟大的英国作家查尔斯·狄更斯曾于年到访，并在他的一本书中提到过这里。这座监狱已于2013年关闭，但这个差不多存在了两个世纪的古老建筑目前向游客开放，可以提供分钟的参观游览。

<https://www.kingstonpentour.com/>



## 三 / 电车观光之旅

随上随下的电车观光之旅带您领略历史名城金斯顿——这是饱览金斯顿的历史和名胜的完美方式，包括了金斯顿历史悠久的古城和市中心购物区，从最东边的亨利堡到最西头的金斯顿监狱。

<http://www.kingstontrolley.ca/index.cfm/highlights/>

## 四 / 沃尔夫岛

沃尔夫岛是位于金斯顿附近，安大略湖上、圣劳伦斯河入口口的一座岛屿。它的神奇之处在于离“大城市”仅仅一小段轮渡，给游客提供了如此多的乐趣：沙滩、观鸟、骑单车和玉米迷宫。

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

## 五 / 亨利堡

亨利堡于到年修建，用于取代年战争时期的军事要塞。如今，亨利堡继续作为一座博物馆和历史遗迹向全世界的游客和金斯顿的居民开放。一旦进入它的木质大门，游客就步入了十九世纪的军事生活。在导游的带领下远眺美景，领略动人心弦的音乐表演，观看亨利堡护卫队（按年的英国士兵一样的训练的的大学生）精准的军事演示。你也将看到代表着堡垒普通民众的人们，比如学校老师和士兵妻子。堡垒一年四季还会举办众多的特殊仪式和活动。

<https://www.forthenry.com/>



## 六 / 历史古迹徒步之旅

在金斯顿历史悠久的市中心有十多个探索历史和传统的步行之旅，它们都可以在一小时内轻松完成，途中游览许多优美的历史建筑和房屋。市中心沿着湖边的湖滨小径也是深受当地人和游客喜爱的休闲线路。

<https://www.cityofkingston.ca/explore/culture-history/history/walk-ing-tours>

# 玩在 金斯顿

从肾上腺激素飙升的空中冒险到广阔的自然保护区的悠闲探索，金斯顿从不缺乏探奇。不要让缺少设备而放慢脚步，租赁店提供帆船、划艇、独木舟、立式单桨冲浪和骑车等运动所需设备的租赁服务。

- **在金斯顿斧头投掷店** 拿起一把斧头，释放你内心如伐木工人般的激情吧。这个游戏和飞镖类似——是一个开心的小组活动。当你击中靶心，就能体会到为什么一位游客会称之为“一生中难忘的时光”。  
<http://www.kingstonaxethrowing.com/>
- **留出一点时间去探索勒莫因角保护区**，也许你会看见一些意想不到的野生动物。  
<https://crca.ca/conservation-lands/conservation-areas/lemoine-point-conservation-area/>
- **锅炉间攀岩馆**曾经是一家木材厂的供热车间，现在是加拿大最高的室内攀岩馆。  
<http://www.climbinggym.ca/>
- 芳堤娜省立公园全年开放，满足你在野外娱乐的所有需求。  
<https://www.ontarioparks.com/park/frontenac>
- **湖滨小径**让步行者在金斯顿的湖滨得到非同寻常的探险体验。这是一条夏天必走的小径！  
<https://www.cityofkingston.ca/residents/recreation/parks-trails/water-front-pathway>
- 在**“飞越金斯顿”**预订一次空中观光之旅，探索飞行的乐趣，或者在加拿大和美国数百个旅游目的地中选一个来周末度假。  
<http://flykingston.com/>

# 节庆 金斯顿

金斯顿是一个以拥有丰富多样的节庆而闻名的城市，涵盖了从艺术、文学、表演、音乐、电影到美食等各个领域。到**石灰岩城市蓝调节**感受最前卫的声音，或者**乘上渡船去参加沃尔夫岛音乐节**。在**金斯顿加拿大电影节**上观看一些精选的、加拿大出产的最佳影片，去**“踢+推”节**体验另类的戏剧表演。金斯顿的节庆不断地验证了这个城市的吸粉能力，同时也使这个城市保持着旺盛的朝气。

- **石灰岩类博览会** ——5月，湖滨假日酒店  
<http://www.limestonegenreexpo.ca/>
- **骨骼公园艺术节** ——6月，迈克伯尼公园  
<http://skeletonparkartsfest.ca/2018-festival/>
- **金斯顿作家节** ——10月，多个地点  
<https://www.kingstonwritersfest.ca/>
- **金斯顿青年艺术节** ——4到5月  
<http://www.juvenisfestival.ca/>
- **金斯顿加拿大电影节** ——通常在3月  
<https://kingcanfilmfest.com/>
- **金斯顿艺术节** ——6-7月  
<http://www.artfestontario.com/kingston/>
- **圣诞艺术秀** ——12月  
<http://www.artfestontario.com/kingston/>
- **金斯顿妇女艺术节** ——8月，城市公园  
<http://womensartfestalkingston.ca/>
- **“踢+推”节** ——6-8月，大剧院  
<https://www.kingstongrand.ca/about/resident-companies/the-kick-push-festival>
- **金斯顿街头表演节** - 7月  
<https://www.downtownkingston.ca/events/2018/kingston-buskers-rendevous>
- **石灰石城蓝调音乐节** -8月  
<https://www.downtown-kingston.ca/events/2018/limestone-city-blues-festival>



# 吃在 金斯顿

金斯顿的美食精品包括当地出产的葡萄酒、麦芽酒和苹果酒。整个城市——不论是风雅的传统街道还是古老的深深石巷，到处都有时尚和历史悠久的餐馆、咖啡厅、酒吧和酒馆。

在改装后的马厩喝一杯，在从前的老店吃一餐，在约翰爵士原先的法律办公室品混合鸡尾酒，或是在游船上就餐，为你的朋友举杯庆祝。还可以在历史悠久的教堂和古老的城堡发掘独特的就餐环境。

## 美食、美酒之旅

金斯顿美食之旅或啤酒和品尝之旅

[www.kingstonfoodtours.ca](http://www.kingstonfoodtours.ca)

乡村啜饮

[www.countysips.com](http://www.countysips.com)



## 推荐餐馆名录

- 1 | AJI SAI SUSHI**  
613-541-1888  
178A Ontario Street
- 2 | AMADEUS CAFE**  
613-549-7468  
170 Princess Street (German/Austrian)
- 3 | AQUATERRA**  
613-549-6243  
1 Johnson Street
- 4 | ASPARA ANGKOR**  
613-545-1234  
189 Ontario Street (Cambodian/Thai)
- 5 | ATOMICA**  
613-530-2118  
71 Brock Street
- 6 | BATTERY BISTRO**  
613-530-2550  
Fort Henry
- 7 | CASA DOMINICO**  
613-542-0870  
35 Brock Street
- 8 | CHEZ PIGGY**  
613-549-7673  
68R Princes Avenue
- 9 | COPPER PENNY**  
613-549-4257  
240 Princess Street
- 10 | DIANNE'S FISH SHACK AND SMOKEHOUSE**  
613-507-3474  
195 Ontario Street
- 11 | GRECO'S RESTAURANT**  
(613) 542-2229  
167 Princess Street
- 12 | HARPER'S BURGER BAR**  
613-507-3663  
93 Princess Street
- 13 | JUNIPER CAFÉ**  
613-344-1736  
370 King St W
- 14 | KINGSTON BREWING COMPANY**  
613-542-4978  
34 Clarence Street
- 15 | LE CHIEN NOIR BISTRO**  
613-549-5635  
69 Brock Street
- 16 | MANGO RESTAURANT**  
613-549-3815  
161 Princess Street (Thai/Pan Asian)
- 17 | NORTH CHINESE BARBEQUE**  
613-531-8188  
185 Princess Street
- 18 | OLIVEA**  
613-547-5483  
39 Brock Street
- 19 | PILOT HOUSE OF KINGSTON**  
613-542-0222  
265 King Street East
- 20 | RIVER MILL RESTAURANTSS**  
613-549-5759  
2 Cataraqui Street
- 21 | SILVER WOK**  
613-544-6634  
373 King Street East
- 22 | THE TOUCAN**  
613-544-1966  
76 Princess Street
- 23 | WOODENHEADS GOURMET PIZZA**  
613-533-3183  
192 Ontario Street

# 学在 金斯顿

金斯顿有着浓厚的学生氛围。在城里有个主要的高等教育机构——皇后大学、加拿大皇家军事学院和圣劳伦斯学院——学生群体的影响渗透了城市中心的大部分区域。穿过市中心的主要街道，公主街，到处都是提供学生优惠价格的酒吧、咖啡馆、餐厅和商店。城市周围的校园，遍布着学生主导的俱乐部和各种运动和活动。

石灰岩教育局是公立教育局，由安大略省教育部注资管理。教育局接收国际高中生，并将他们主要安置在金斯顿的两所学校：Bayridge中学和Loyalist大学职业学院，提供英语作为第二语言的教育支持。最好的大学就在你隔壁等着你就读，还有什么城市会比这里的学习环境更好呢？



## 皇后大学

皇后大学是加拿大安大略省金斯顿市的一所公立研究型大学，于1841年10月16日由维多利亚女王颁发皇家特许状成立的，比加拿大建国还早26年。皇后大学一直被评为加拿大顶尖学府之一，在2018 QS世界大学排名中，排在世界第224位、加拿大第10位。从主校区到金斯顿市中心只需步行大约5分钟。许多皇后大学的古老建筑可以追溯到1834年，它的125座建筑占地704,630平方米。来自100多个国家的国际学生在皇后大学就读。

参观游览：  
<http://www.queensu.ca/about/visit>

## 皇家军事学院

加拿大皇家军事学院是加拿大军队的军事学院，是一所授予大学军官学位的学校。它成立于1874年，是一个古老建筑和现代学术、运动和宿舍设施的集合体。加拿大皇家军事学院的军官学员在这里接受理论、军官、体育竞技和双语教育等号称“四大支柱”的培训。

参观游览：  
<https://www.rmc-cmr.ca/en/registrars-office/visiting-rmcc>

## 圣劳伦斯学院

圣劳伦斯学院是安大略省公共资助的学院，在3个校区提供100多个全职项目。每年接收来自40多个国家的数百名国际学生。不论你来自何方，都能在圣劳伦斯学院体会到家的感觉。圣劳伦斯学院在非洲、中国、印度、韩国、拉丁美洲、南亚和越南都设有联络处，协助想要就读的学生和教育顾问/代理合作伙伴。

参观游览：  
<https://calendly.com/tours-4slc>

## 高中学习

石灰岩教育局按照安大略省的教程为中小學生提供教育并配以丰富多样和独特的项目及活动，以支持每个学生获得成就和身心全面发展。教育局接收国际学生并提供在加拿大家庭寄宿的服务。

圣劳伦斯衔接课程项目给国际学生提供从加拿大高中到大学的无缝过渡。当学生被石灰岩高中录取时，合格的学生也会收到一份进入圣劳伦斯学院的、有条件的录取通知书。

通过高中和大学的衔接途径，让学生一到达加拿大就能专注于明确的学习目标。  
<http://www.limestone.on.ca>



## 逛在金斯顿

如果你追求的是正宗的精品店、当地的供应商和独特的店面，那么请前往**公主街**。古老的建筑、华丽的手绘标志和巨大的店面橱窗，是你不容错过的置身如画风景中的购物体验。



## 商务在金斯顿

占据北美中部的战略地理位置，金斯顿在一天的车程范围内有1.3亿北美消费者。这个城市拥有高速公路、铁路和航空运输组成的，与美国完全融合的复杂交通网络。这里有两所世界一流的研究型大学和一所加拿大最好级别的社区大学，这个城市拥有证书、文凭和学位的人数比例较高。价格适中的房地产市场和风景优美的城市环境，为居住在金斯顿的人们提供了高质量的生活。

金斯顿最吸引人、最有潜力的四个主要行业：医疗保健、农业综合企业、可持续发展的新兴技术及信息通信技术和国防。

飞鹤国际是一家奶制品企业，在金斯顿设厂。一旦开业，将对游客开放的企业参观。详情请查寻：<https://www.ontarioeast.ca/sites/default/files/Feihe%20International%20Kingston%20ON%20Project%20Overview.pdf>

如果你需要创业或组织任何与商业相关的会议和活动，请联系：

.....  
**Yina Wang**

Business Development Officer

Chinese Markets

613-544-2725 ext. 7233

# 住在 金斯顿

不论是入住古老的酒店还是现代的、世界一流的湖滨宾馆，保证你一定会在金斯顿睡个好觉，并获得优质的服务。在金斯顿市中心的中心地带俯瞰安大略湖，Delta Hotel的豪华风格与湖景相结合，从它的每一个房间都能观赏到湖面全景。在1845年，曾经是加拿大第一家银行的 Frontenac Club Inn 是一幢传统的石灰岩建筑，拥有宽敞的套房和浪漫的爬满藤蔓的外墙。

## 1 | ALL SUITES WHITNEY MANOR

613-766-9394  
allsuiteswhitneymanor.com

## 2 | AMBASSADOR HOTEL + CONFERENCE CENTRE

613-548-3605  
ambassadorhotel.com

## 3 | COURTYARD BY MARRIOTT KINGSTON

613-548-7000  
courtyardmarriottkingston.com

## 4 | DELTA HOTELS BY MARRIOTT KINGSTON WATERFRONT

613-549-8100  
marriott.com/hotels/travel/  
ygdck-delta-hotels-kingston-  
waterfront

## 5 | FOUR POINTS BY SHERATON HOTEL + SUITES KINGSTON

613-544-4434  
fourpointskingston.com

## 6 | FRONTENAC CLUB INN

613-547-6167  
frontenacclub.com

## 7 | GREEN ACRES INN

613-546-1796  
greenacresinn.com

## 8 | GREEN WOODS INN

613-544-1922  
greenwoods-inn.ca

## 9 | HOCHELAGA INN

613-549-5534  
hochelagainn.com

## 10 | HOLIDAY INN EXPRESS + SUITES

613-549-8400  
diamondhotels.ca

## 11 | HOLIDAY INN KINGSTON WATERFRONT

613-549-8400  
hikingstonwaterfront.com

## 12 | QUEEN'S SUMMER ACCOMMODATIONS

613-533-3183  
eventservices.queensu.ca/accommo-  
dations

## 13 | ROSEMOUNT INN + SPA

613-531-8844  
rosemountinn.com

## 第一天

下午 1:00——到达金斯顿，入住酒店

下午 1:30——金斯顿市中心游，逛逛商店、  
在咖啡馆休闲放松

下午 3:00——在古老的城区徒步游，或者乘  
坐电车到皇后大学参观、游览  
联邦公园，参观奥林匹克港

下午 6:00——在Aqua Terra晚餐——已创建  
特色菜单

下午 7:15——市中心或金斯顿湖滨历史徒  
步之旅

晚上 9:00——回到酒店

## 第二天

上午 8:30——起床/早餐

上午 9:30——逛广场上的农贸市场

上午 10:45——离开Agnes Etherington艺  
术中心，前往Tett学习与创  
新中心，参加Isabel Bader  
之旅

中午 12:00——离开Tett学习与创新中心，  
在Juniper 咖啡馆午餐

下午 1:30——离开Juniper 咖啡馆，参加金  
斯顿电车之旅（皇后大学、皇  
家军事学院、湖滨）

下午 3:00——在亨利堡（联合国教科文组  
织世界历史遗迹）下电车，游  
览亨利堡

下午 5:00——离开亨利堡前往市中心，在游  
客体验中心拍照

下午 5:45——走向酒店

下午 6:45——晚餐后出发，前往大剧院、金  
斯顿交响乐团、Isabel Bader  
看演出

下午 7:30——标准的演出时间——具体取决  
于你访问期间可供欣赏的表  
演时刻表

# 行程样本

金斯顿可玩、可看、可欣赏  
的地方、活动数不胜数。这里提  
供的只是一个行程安排的样本。  
请造访金斯顿旅游局的网站  
visitkingston.ca/kings-  
ton-events 获取游玩金斯顿的灵  
感和信息或与金斯顿旅游局的人  
员联系：

tourism@kingstoncanada.com  
或致电 1 888 855 4555。到达  
金斯顿以后，请到位于Ontario  
街209号的游客中心获取旅游资  
讯、问路或购买各种各样的由本  
地艺术家创造的纪念品。

## KINGSTON

visitkingston.ca



# KINGSTON

visitkingston.ca

 stayinkingston |  visitkingston