



车主随心读丛书

锦绣中华自驾游

西北游

编著 史冬
顾问 陆彩平



重庆大学出版社

<http://www.cqup.com.cn>



锦绣中华自驾游 ——西北游——

编著 史冬
顾问 陆彩平

重庆大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

锦绣中华自驾游·西北游/史冬编著. —重庆: 重庆大学出版社, 2009.1
(车主随心读丛书)

ISBN 978-7-5624-4744-3

I. 锦… II. 史… III. 旅游指南—西北地区 IV. K928.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第195349号

锦绣中华自驾游·西北游

编著 史 冬

顾问 陆彩平

责任编辑: 曾显跃 版式设计: 曾显跃

责任校对: 张洪梅 责任印制: 赵 晟

*

重庆大学出版社出版发行

出版人: 张鸽盛

社址: 重庆市沙坪坝正街174号重庆大学(A区)内

邮编: 400030

电话: (023) 65102378 65105781

传真: (023) 65103686 65105565

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆三联商和包装印务有限公司印刷

*

开本: 940 × 1360 1/32 印张: 7 字数: 151千

2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5624-4744-3 定价: 28.00元

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换

版权所有, 请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书, 违者必究

身未动，心已游

我们伟大的祖国，是一个旅游资源十分丰富的国家，有着5 000年的灿烂文明，拥有瑰丽迷人的山、河、泉、瀑，巧夺天工的建筑艺术，丰富的动植物和数不尽的名胜古迹，自然景观与人文景观交映生辉。众多的世界自然与文化遗产，更是闪烁着中国人民勤劳和智慧的光芒。置身其中，你将感受到从未有过的身心陶醉。你可以从气吞山河的万里长城，气势磅礴的秦兵马俑，如诗如画的桂林山水，充满东方神秘的故宫等旅游胜景中，领略中国的博大与美丽、古老与文明。

从古至今，这些壮丽的山川河流，就是文人墨客们永恒的主题。过去，古人或骑马、或泛舟，游历其中。现在，我们可以驾爱车日行千里，带着家人朋友深入祖国版图的每一个角落。自驾出游，不仅仅是在风景地留下脚印或是带回几张照片，更重要的是让心灵得到沐浴，用千里之行翻阅中国灿烂文明的画卷。此中妙处，非亲身体会而不能领悟。这套丛书，只是提供了一个契机，让你不用劳神费力地准备太多，就能顺顺当当地到达胜地，并可以提前约会那些历史悠久、景致迷人的地方。

归根结底，我们是一群用脚阅读世界的人。启程，就是对我们辛勤劳动的最大褒奖。让我们一起走过千山万水，一起被广袤美丽的祖国河山无数次地感动……

在此还要特别感谢自驾游专家，人称“路踩平”的陆彩平老师。他驾龄12年，自驾旅程超过30万千米；曾耗时1个月单人单车深入西藏腹地；他走遍了除港澳台之外的所有省市；他对道路情况过目不忘，被称为“活地图”“万事通”，并长期担任重庆交通广播电台“自驾游”栏目嘉宾主持。陆老师全程参与了此套丛书的策划和编著，正是他丰富的自驾经验和无私的奉献，才让我们这套丛书更加精彩准确。本书在编写过程中，亦参阅了大量的资料。在此向各位专家、朋友、文献作者表示最衷心的感谢。

本册《锦绣中华自驾游·西北游》介绍我国西北各省市：包括陕西省、甘肃省、青海省、宁夏回族自治区、新疆维吾尔自治区的主要景区的自然、人文景观和各条自驾游线路。此外，还有西北地区主要城市周边自驾游的线路介绍。

编 者

2008年11月



第1篇 出游准备/1

第2篇 新疆维吾尔自治区/11

第1章 南疆/13

1. 乌鲁木齐—吐鲁番/13
2. 吐鲁番—博斯腾湖—库尔勒/19
3. 库尔勒—尉犁—若羌/22
4. 若羌—民丰/25
5. 民丰—和田/27
6. 和田—喀什/30
7. 喀什—阿克苏/36
8. 阿克苏—库车/39
9. 库车—库尔勒/42
10. 库尔勒—天山—乌鲁木齐/44

第2章 北疆/47

1. 乌鲁木齐—哈密/47
2. 哈密—乌鲁木齐/53
3. 乌鲁木齐/54
4. 乌鲁木齐—布尔津/56
5. 布尔津—禾木乡/59
6. 禾木乡—喀纳斯/62
7. 喀纳斯—奎屯/66
8. 奎屯—伊犁/67

9. 伊犁—那拉提/71
10. 那拉提—巴音布鲁克/73
11. 巴音布鲁克—天鹅湖/75
12. 天鹅湖—巴轮台—库尔勒博斯腾湖—库尔勒/77
13. 库尔勒—乌鲁木齐/79

第3篇 陕西/81

第1章 陕西精华游/82

1. 西安—黄陵—宜川/82
2. 宜川—南泥湾—延安/85
3. 延安—米脂—榆林/88
4. 榆林—靖边—西安/92

第2章 城市周边游/95

1. 西安一日游/95
2. 西安市内游/99
3. 西安东线游/104
4. 西安东南游/107
5. 西安西线游/112
6. 西安南线游/119
7. 西安北线游/128

第4篇 甘肃/131

第1章 甘南旅游/132

1. 西宁/132

2. 西宁—青海湖—西宁/136
3. 西宁—同仁—夏河/139
4. 夏河/142
5. 夏河—尕斯库勒湖—郎木寺/146
6. 郎木寺/150
7. 郎木寺—花湖—若尔盖—唐克/154

第2章 甘肃中北部游/158

1. 兰州—武威—张掖/158
2. 张掖—嘉峪关—安西/162
3. 安西—柳园—敦煌—雅丹/165
4. 鸣沙山、月牙泉/167
5. 敦煌—兰州/169

第5篇 青海/171

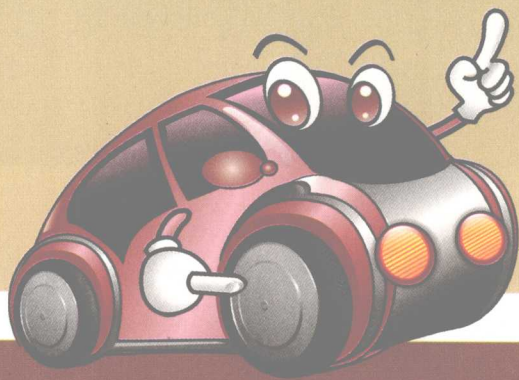
1. 西宁—互助—西宁/172
2. 西宁—循化—贵德/174
3. 贵德—大武—雪山/177
4. 雪山—玛多—扎陵湖/180
5. 玛多—玉树（结古）/182
6. 玉树—曲麻莱/187
7. 曲麻莱—不冻泉—沱沱河/190
8. 沱沱河—格尔木/192
9. 格尔木—青海湖/197
10. 青海湖—塔尔寺—西宁/198

第6篇 宁夏/201

1. 石嘴山—平罗/202
2. 平罗—沙湖—银川/203
3. 银川—中卫/209
4. 中卫—贺兰山—银川—石嘴山/213

[第 1 篇]

出游准备





出游之前，我们需要作好充分的准备。需要的时候才能从容应对。以下几点就是一些自驾游老鸟的经验总结：

(1) 不同的出游路线，必须选择适合的车型

虽然世界道路的发展已经进入到了交通便利的一体化进程，但是根据出游线路选择自驾车型仍然是一条首选的铁律。我们大约能确信开着类似于标致307这样的普通家轿从青藏公路进

入到拉萨，但即使是这样，也不能保证我们到了拉萨以后还能继续西藏境内其他目的地的到达，更不能保证会从滇藏公路出来，接着进入到美丽的云南了。我们必须确认自驾出游的线路是否需要越野车，是否需要驱动和底盘高度的特殊要求，等等。工欲善其事必先利其器，还是有一定道理的。

高级越野轿车为首选，跋山涉水性能优越，但油耗大，会增加旅游的费用；大众化的家用轿车，如捷达和桑塔纳，动力强劲，性能稳定，时速理想，油耗相对较低，维修方便，属于很“皮实”的车种，基本能够满足自驾车长途旅行的需要；大众化家用轿车中的现代伊兰特，其驾驶舒适性更高一些，但不够皮实，路况不好时对机器的损害较大，而且在不发达地区的维修点很少；高级一些的家用车如广东本田的部分车型、帕萨特等，驾驶的舒适性和机械性能无可挑剔，但因维修不方便而仅适于在发达地区旅行；微型轿车，包括微型面包车，时速慢，底盘低，乘驾舒适性差，只适合于短途旅行。

(2) 仔细检查出行车况，全面检测，保证各项功能正常

出行车辆选择完毕，相当于挑选了一件可心的武器。不过，这件武器是否完全可靠，仍然需要我们仔细地检测，确认它们的各项性能指标和功能都是正常而且非常可靠的。

首先要对车辆进行全面保养和彻底检修，排除一切可能的隐患。四条轮胎包括备胎都要细心检查，是否磨损严重，是否有很明显的旧伤，等等，两条前胎尤为重要，高速行驶时，前胎



爆裂后果非常严重；全面检查调整好汽车轮胎的气压，缺气或者气压过高都不好。出远门又是走的陌生路，可别忘了备有一只好轮胎和调换轮胎所需的千斤顶、轮胎螺丝套筒扳手。三滤是必换的，机油也最好更换，底盘的所有螺丝都要紧固，检查刹车、电瓶、刹车油、玻璃水等。全面检查照明系统，如果大灯亮度不够或者聚焦很差，开起来也挺累人的。喇叭、雨刮器等机件都应功能完好，否则长途自驾游中驾驶操作特别累人，而且将严重影响行车安全。还有转向灯、刹车灯等都是安全系统必不可少的，一旦有问题就有事故隐患。冷却系统的橡胶水管，经过一段时间在高温和压力下循环使用，材质较差的会逐渐老化龟裂，而产生龟裂后不久就会爆裂漏水。因此，即使没发觉漏水也得用手指捏压作多角度的橡胶水管检验，因为轻度龟裂不用手指捏压看不出来。一旦发觉龟裂应及时更换好再出远门。

(3) 娴熟的驾驶技术，是一路平安的保障

如果还处于实习阶段的司机，或者是对驾驶技术实在是连自己都不是很有信心时，还是建议采用别的方式出游，或者通过跟别人拼车的方式实现自驾出游。自驾出游所面临的情况纷繁复杂，局面也是瞬息万变，高速、盘山、雨天、冰天雪地、国道等各种情况都会遭遇，没有一身的本领，只有临危而惧的份儿。

(4) 行程早规划，线路早设计，对路线要有理论上的了解和掌握

设计路线首先需要最基本的地理知识，通过地图和网络大概弄清楚出游目的地、经过重要城市的地理位置以及主要的风景区。路线与行程的设计要考虑季节性、个人的体力和兴趣爱好，夏季可以多选择气候凉爽的大部分北方地区，冬季可以选择温暖的大部分南方地区，冰天雪地的驾驶同样也会给自驾出游带来风险，春季则要避开阴郁多雨的地方，否则高温、严寒和湿滑路面对人对车都增加了不安全的因素，秋季可选择的出游目的地范围相对较宽。目前通信的发达和网络的普及扩大了人们的社交半径，在自驾出行前，通过各种手段进一步详细了解整个路线的大致路况也是保证自驾出游的关键所在。

最终确定目标以后，详细考察从出发地到目的地之间可能涵盖的风景区或是一些具有特殊人文地理的地方，包括所经各地、需要逗留地方的风俗习惯，避免犯了不应该的忌讳；然后计划出一条能够覆盖这些地方的环线，尽量避免走重复路线。尽量选择国道和省道作为自驾路线，以减少恶劣路况对旅程的影响。高速公路虽然可以节省时间和体力，但却无法体验到沿途的风土民情，可以根据时间和爱好灵活取舍。在此基础上，着手制订一个相对详细的旅行计划，包括两地间的道路代号、里程、旅游景点的参观时间、每日的住宿地点等。当然，信马由缰、天马行空的自驾出行除外。



路线行程要适宜，要根据出游人员和车况安排合适的行程。如果带着行走不太便捷的亲友，尤其是老人，就尽可能安排能靠近景点停车的目的地。出发前事先看好基本行车路线，途经哪些比较有名的地方，在哪儿变道应做到心中有数，这样既心定又安全。在高速公路上问道很不方便，一旦错过该变道的岔路口就会岔至几十里路外才能返回。另外，现在私家车越来越普及了，如果有条件再约一辆车同行。出门相互照应，各自都会感到更加踏实、方便，有更多乐趣。

(5) 自驾设备要齐全，十八般兵器样样精通

驾车出游的半径和自由程度是比较大的，因此，出行之前要对自己的装备进行规划，必须要保证人与车两方面都能够得到足够的保障和补给。

露营装备、食品、日常用品、自用药、洗漱用品、防卫装备、数码相机、车载充电设备等在内的辅助设备，最好以重量轻、体积小、便于携带为原则，最好在安全的地方携带另一套备用的汽车钥匙，因为有时候砸碎汽车玻璃的不是盗窃者，而可能正是把车钥匙锁进车内的自己。

在恶劣路况的情况下，性能再好的汽车也不能保证不出问题，而在很多不太发达地区，如新疆、西藏要找到合适的汽车配件是比较困难的。因此，出发前准备好一些易损坏的配件是非常必要的。根据更多经常自驾出游者的经验，这些配件包括：各种灯泡、保险、皮带（含正时皮带）、火花塞、轮胎气

嘴、排气管挂钩(至少两只)、粗细铁丝、千斤顶(两个)、修理工具、便携式打气泵(插在点烟器上那种)、拖车绳、补胎工具、机油、清洗剂、强力胶、防爆汽油桶(30 L)、车载冰箱、地图,水箱备用洁净水、防冻液和机油也可以算在备用的配件里。另外,如果你计划要深入到条件更加恶劣的地区时,最好多带上一条甚至是三条备胎。

再高级一点的方案,那就要添置车载GPS。对于热衷冒险并且频繁出游的自驾游者而言,车载GPS是必不可少的装备。在没有路牌显示甚至没有手机信号的地方,通过GPS的卫星定位功能你可以轻松了解自己所处的方位,误差不到10米。系统一般还内含了不少城市的详细电子地图,有了车载GPS,去哪里都不必担心迷路。

(6) 基本维修常识要具备,路上应急情况处理事半功倍

自驾出行的人士应具备简单的修车技能,对于一些常见的小故障可以自行处理,例如更换轮胎、灯泡、保险,修理排气管挂钩等;如果目前还不具备,最好投靠个山门临时拜个师傅,认真地学上个十招八招。就算是会忘得差不多,也非常有可能在荒郊野外车辆出现故障,呼天不应,叫地不灵的时候,凭借着尚存的三脚猫功夫自救一把。

在自行处理故障时,要将车辆移到相对安全的地方,并在距离故障车辆50米以外的醒目位置放置故障标志。如果在荒郊野外,随行的其他人员要提高警惕,防止遭抢劫或盗窃。车辆



出现其他问题必须要专业人员修理时，最好使用自带的高质量配件。

(7) 各种意外难免发生，保险是维护权益的保障

经常自驾出行的朋友，在购买车辆保险的时候，尽量选择能够在全国联保的保险，大品牌有时候确实是高质量服务的保证。许多临时自驾者购买的保险承保范围大都在自己所处的本地区内，在本地区外出事故不方便索赔。为防万一，出发前应进行“保单批改”，将承保范围扩大到本地区以外。如果是全保，通常出省1个月仅加收50元保费（因地制宜，各地标准不太一致）。

如果旅游目的地环境比较偏僻或治安不理想，还可以考虑购买一些特殊险种保障自己和爱车的安全，这其中包括无过失险和车内附加设备险等。

倘若遭遇了违章肇事造成自己车辆损害，并且违章肇事车辆逃逸，最后苦于找不到肇事者而难以得到保险公司的赔付。无过失险作为附加险种，能确保你在无法追究肇事者责任时得到赔付，非常实用。

现在的自驾一族为了保证出游的顺利和旅途顺心，越来越舍得在车上花钱。车上添置的动辄就是数万元的设备，可是这些都属于非原车装备，一旦数万元的设备如音响被盗窃、氙气灯被撞烂，保险公司并不赔付。而在陌生的外地，车子如此张扬是很容易引来黑手的，除了要谨慎选择停车地点外，可以考