

小长假大旅行

105条中国家庭自助游线路

《小长假大旅行》编辑部 编著

• 随书赠送 •
众信旅游
U币券
500元

假日哪好玩，去啥地好耍，
玩耍旅行，去找《小长假大旅行》
让您快意畅游，百玩不厌！

▽有啥子玩吆？

25条黄金线路，畅游无极限

10条观光线路，亲近好自然

26条度假线路，享受游玩购

▽有什么耍吆？

开进草原体验自驾游的乐趣，享受驾驶的快乐！

走进山里亲近自然的美，感受登高望远的情趣！

溜进古色古香的小镇，体验自然生活的方式与古朴的美！

来到繁华的都市，吃喝玩乐购，让你乐翻天！

图书在版编目 (CIP) 数据

105条中国家庭自助游线路/《小长假大旅行》编辑部编著.
—3版.—北京:中国铁道出版社, 2013.3
(小长假大旅行)
ISBN 978-7-113-15848-4

I. ①1… II. ①小… III. ①旅游指南—中国 IV. ①K928.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第311298号

书 名: 105条中国家庭自助游线路

作 者: 《小长假大旅行》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 姜建国

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 东至亿美艺术设计有限公司

责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮编: 100054)

印 刷: 北京精彩雅恒印刷有限公司

版 次: 2010年11月第1版 2012年11月第2版 2013年3月第3版 2013年3月第1次印刷

开 本: 720mm×880mm 1/16 印张: 20.00 字数: 280千字

书 号: ISBN 978-7-113-15848-4

定 价: 49.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道出版社的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电(010)51873170 路电: (021)73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电(010)63549504 路电: (021)73187



▶ 最新第三版

全彩巨制 给力呈献

国家法定假日 最佳出行指南 >>>

小长假大旅行



105 条中国家庭自助游线路

《小长假大旅行》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

本书使用指南

2008年，国务院对国家法定节假日进行调整，使国家法定节假日总天数增加1天，即由原来的10天增加到

11天，增设清明、端午、中秋为国家法定节假日，允许周末上移下错，与法定节假日形成连休，形成更多的“小长假”，增加了假日的次数，使节假日的分布更加合理。同时，加上带薪年假条例的落到实处，经过灵活调整，公民的“小长假”的数量更多了，为家庭外出进行短线旅行提供了更多的机会，促使旅游业向家庭休闲度假靠拢。

线路安排

本书本着经济实惠、详细周到的原则，精心策划的105条独特、经济、经典的中短途自助游线路，

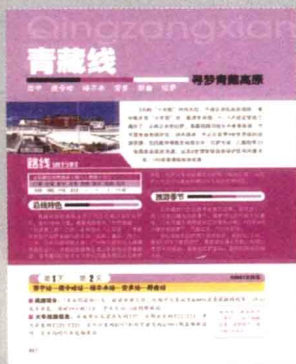
就是针对国家法定节假日的调整而设计的，填补了当前旅游图书市场在这方面的空白，为“小长假”旅游类图书树立起一面崭新的旗帜。经过精心挑选的105条线路，根据节假日设计了24条“小长假黄金度假线路”、10条“小长假休闲观光线路”、26条“小长假休闲度假线路”、45条“小长假周边悠游线路”。

取材时间

本书的大部分资料是去过各地的旅游爱好者提供的，并经过信息核实编辑而成。尽管本书在路

线、旅游资讯上力求详尽准确。但是随着时间的推移，也会有部分改变，希望读者在旅游之前，最好通过各种途径，对乘车时间、费用等进行咨询。合理的旅程时间，经济的旅程花费，款款为您量身打造，使旅途安排更加合理，花最少的钱游更多的景点，体验旅行更多的快乐。

线路安排图示



行程概述：路线进行时等



旅游区域推荐行程安排



旅游区域景点介绍以及实用信息

国内八大经典度假热线 >>

终于休假了，这么难得的度假机会，为什么不赶紧抛开工作的烦恼，

为什么还要忍受一成不变的家庭生活？抓住这几天时间，带上家人，背上行囊去旅行吧！将算计柴米油盐的智慧应用到旅行中，走走停停，去寻求旅游的欢乐及体验生命的快感，一边体验风土人情，一边花最少的钱“偷着乐”——这就是真正的“小长假，大旅行”。

青藏线

西宁—德令哈—格尔木—安多—那曲—拉萨

从格尔木到拉萨，青藏铁路沿线分布着青海湖、可可西里自然保护区、纳木错、布达拉宫等9处世界级的旅游资源，包括藏传佛教圣地塔尔寺、拉萨古城、八廓街等23处国家级旅游资源，以及6处国家级自然保护区和风景名胜，193处普通级旅游资源。

黄龙九寨沟

成都—绵阳—江油—平武—九寨沟—黄龙—茂县—都江堰—成都

九寨沟、黄龙、红原、四姑娘山都囊括于其中，让你满足的过一把瘾。路上可观赏岷江河谷风光，藏羌民族风情，可以看到被破坏的生态植被和仍然保存完好的自然风光。

彩云之南

昆明—石林—楚雄—大理—丽江—古城—中甸—泸沽湖

这条线路几乎囊括了云南最好玩的、精华的景点，而且绝大部分景点都是纯天然景色，很具有旅游价值。





江南古镇

南京—宏村—西递村—婺源—芜湖—南京

南宋著名理学家朱熹是这样赞美家乡婺源的：“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊，问渠哪得清如许，为有源头活水来。”

黔东南

贵阳—黄果树瀑布—郎德上寨—台江—三穗—镇远—施秉—凯里—榕江—从江

中国最大的侗寨、最大的苗寨都在黔东南。每年有上百个民族节日，州府凯里因此又被称作“百节之乡”。节日的黔东南是绚烂耀眼的，特异的民俗风情令人沉醉……

东南亚海岛

广州—湛江—海口—琼海—博鳌—万宁—三亚—茂名—广州

海南拥有众多的海岛，在那里，一定要迫不及待地拥抱大海，徜徉其中，与阳光沙滩亲密接触。那里的海水清澈湛蓝，那里的沙滩沙白细软，可以在沙滩上做个日光浴，也可以慢跑打球舒活舒活筋骨，还可以骑着山地车欣赏四周的景致……

沪杭线

上海—嘉善—嘉兴—海宁—临平—杭州

沪杭线所经为杭州湾以北、太湖流域南部最富庶之区域，这里地势平坦，河流网布，物产富饶，风光秀丽，名胜古迹繁多，历为游览胜地。



摄影之旅

广州—贺州—阳朔—桂林—龙胜—三江侗族地区—沙宜—怀化—凤凰—广州

桂林以山清、水秀、洞奇、石美而名甲天下。蜿蜒如玉带的漓江奇峰竞秀，两岸风光如诗如画，如梦如幻。在龙胜各族自治县，在拍摄以巧夺天工、线条变化无穷的龙脊梯田时，还将体验和感受到浓郁的多民族风情和民族文化，令人流连忘返。

序言

2008年，“国务院对国家法定节假日进行调整，增设清明、端午、中秋为国家法定节假日”的消息犹如一块石头投进沉闷的湖面，激起一阵阵美丽的波澜。生活，往往就是这么需要变化和激情。由于允许周末上移下错，与法定节假日形成连休，加上带薪年假条例的落到实处，经过灵活调整，一下子，你会发现，一年中的“小长假”还真不少！足够你带上家人，逃离喧嚣和忙碌的城市，走进大自然，闻花香、听鸟语，看青山、游绿水，让心灵得到安宁和休憩。西双版纳、长白山、汨罗河、布达拉宫……一大串令人心跳的景点，你也许哪儿都想去，什么都想尝试，却苦于没有科学的计划。那么，让这本书为你出谋划策吧。

24条“小长假黄金度假线路”、10条“小长假休假观光线路”、26条“小长假休闲度假线路”、45条“小长假周边悠游线路”，精心为你送上了105个可口的“套餐”：杏花春雨的清明时节，去先民们祭祖的地方找寻同根共脉的感觉；端午节，到汨罗河边去看龙舟竞渡，闻粽子的清香，感受《离骚》的意境；中秋月明，桂花飘香，天涯共此时，和家人一起到一个有海的地方，看海上明月升，和那波光潋滟的水中明月的倒影……多少个夜晚的挑灯冥思，多少个白天的实地踩点，这105条精品旅游线路，都是经过深资驴友精心策划的。它们都是独特的、经济的、经典的，选择了它们，您也就不再彷徨和孤单。

这是一个充满诱惑的世界，本书通过多角度、全方位的实用资讯：上午、中午、下午、晚上去哪里，欣赏什么，本书都一一为你出谋划策；住哪儿，吃啥，玩啥，怎么省钱，带啥特别的东西回家，也都逐一给你建议。总之，这本书将会让你的旅游生活变得更简单、更快乐。

平日工作的烦恼是否让你无法忍受，生活中的磕磕绊绊是否让你无法释怀？“小长假”来了，把它们通通都抛到脑后吧！摒弃生活的琐事，背上行囊，将算计柴米油盐的智慧应用到旅行中，和家人一起，走走停停，放浪形骸，一边体验旅游的欢乐，一边花最少的钱“偷着乐”。小长假，大旅行——这样多好啊。

● 特别提示 ●

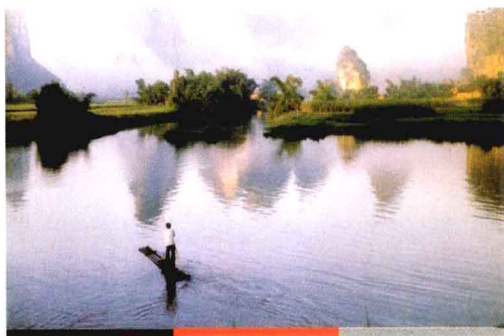
《小长假大旅行》丛书所有信息均定期勘正。在付印时已尽最大可能为读者提供最新旅行资讯。但诸如价格、交通等资讯都有可能发生变动，请读者事先确认。出版社不负责因使用本书产生的任何后果。

欢迎您为本书提供信息及建议，我们将深致谢意。



PART 1 24 条小长假黄金度假线路

青藏线	012
南疆线	018
兰新线	024
沪杭线	032
金温线	042
京沪线（北段）	050
南同蒲线	058
京哈线（沿海段）	064
杭甬线	072
黄龙、九寨沟	080
山东海岛游	088
购物之旅	096
彩云之南	104
古剑门道	112
江南古镇	118
黔东南	126
摄影之旅	134
海南岛东海游	142



PART 2 10 条小长假休闲观光线路

珠海海岛	150
滇南自驾	155
福建海岛	160
北部湾	166
红土地之旅	172
江南水乡	178
湘西	184
年休假避暑	190
峨眉天下秀	196
小桥流水人家	202



PART 3 26 条小长假休闲度假线路

唐诗之路	209
冬季恋歌	213
东北冰雪风情	216
情定桃花岛	220
汕头南澳海滨之旅	224
浙江海岛之旅	227
北国风光，万里飘雪	230
重淌汨罗河	235
游三峡，悼屈原	240
揭开神农架的神秘面纱	244
天下太极出武当	248
苗寨风情	252
西双版纳风情	255
神游五台山	258
天下武功出少林	262
正宗的原始森林之旅	266
行者无疆	269
黄山归来不看岳	272
在历史的余韵中沉醉	276
烟花三月下扬州	280
几回回梦里回延安	283
梦回革命老区	286
遵义传奇	289
激情燃烧的岁月	292
重走长征路	296

一眼看三国

300



PART 4 45 条小长假周边悠游线路

北京	304
辽宁	306
福建	307
海南	308
吉林	308
河南	308
江苏	309
上海	310
湖北	311
青海	311
浙江	312
内蒙古	312
河北	313
广东	313

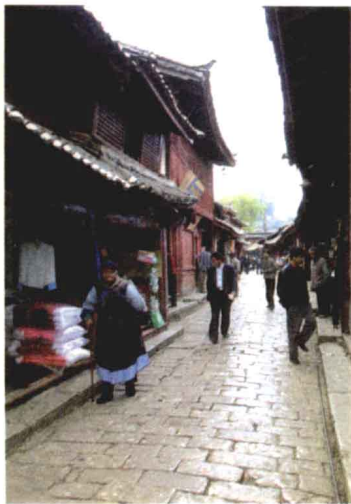


小长假出游指南

目前，国家法定节假日已经进行了调整。调整的主要内容包括：1.国家法定节假日总天数增加1天，即由原来的10天增加到11天。2.对国家法

定节假日时间安排进行调整：元旦放假1天不变；春节放假3天不变，但放假起始时间由农历年正月初一调整为除夕；“五一”国际劳动节由3天调整为1天，减少2天；“十一”国庆节放假3天不变；清明、端午、中秋增设为国家法定节假日，各放假1天(农历节日如遇闰月，以第一个月为节假日)。3.允许周末上移下错，与法定节假日形成连休。

什么是小长假



所谓“小长假”，就是元旦等1天的国家法定节假日，加上通过周末上移下错所形成的3天休息日，这是相对于国家法定节假日调整前的“五一”劳动节、“十一”国庆节7天的长假而言的。

2008年，由于国家法定节假日调整将允许周末上移下错，与法定节假日形成连休，可形成国庆节、春节两个7天长假和五个3天的“小长假”，也就是说，在元旦节的基础上，增加了清明、端午、中秋这三个“小长假”，增加了假日的次数，节假日的分布更加合理。

而根据带薪年假条例，带薪年假可以分段安排。如果某位驴友有5天带薪年假，选择分段安排，每次只休1天，通过与双休日结合，每年就可增加5个“小长假”，另加法定节假日，一年就有近10个“小长假”！如果将几种方案略为调整，长短结合，还可以变化出更多的组合。比如，如果某位驴友有15天年休假，分3次各休5天，连上前后双休日，等于就有三次9天长假了。

本书就是针对国家法定节假日的调整而精心策划的，介绍了105条7天、5天、3天和周边游的经典线路。然而，并不是说7天游线路就只使用于春节及国庆节7天长假，驴友也可以利用清明、端午、中秋等3天“小长假”，挑选此条7天游的部分线路进行旅行。同样，也可以利用周末2天的时间去游玩5天游的部分景点，灵活掌握，量力而行。利用短短的节假日，用尽量少的钱，游览经典的景点，尽情地体验旅游的快乐，这就是“小长假、大旅行”的真谛。

增设的国家法定节假日

除夕：除夕是指每年农历腊月的最后一天晚上，它与春节(正月初一)首尾相连。除夕的主要活动有三项：吃团圆饭，祭祀，守岁。

清明：公历四月五日前后为清明节，是二十四节气之一。在二十四个节气中，既是节气又是节日的只有清明。清明节古时也叫三月节，已有2500多年历史。它不仅是人们祭奠祖先、缅怀先人的节日，也是中华民族认祖归宗的纽带，更是一个远足踏青、亲近自然、催护新生的春季仪式。新中国成立后，人们都在这天祭扫烈士墓，缅怀革命先辈。

端午：农历五月初五是端午节。端午节又名端阳节、重午节，据传是中国古代伟大诗人、世界四大文化名人之一的屈原投汨罗江殉国的日子。重午节的主要活动有：挂艾蒿、插菖蒲、吃粽子、饮黄酒等，其中最特色的是赛龙舟。

中秋：每年农历八月十五日，是我国传统的中秋佳节。此夜，人们仰望天空如玉如盘的朗朗明月，自然会期盼家人团聚。远在他乡游子，也借此寄托自己对故乡和亲人的思念之情。所以，中秋又称“团圆节”。今天，月下游玩的习俗已远没有旧时盛行。但设宴赏月仍很盛行，人们把酒问月，庆贺美好的生活，或祝远方的亲人健康快乐，和家人“千里共婵娟”。

小长假对家庭出游的影响

由于国家法定节假日的调整，以及带薪年假条例的落到实处，经过灵活调整，公民的“小长假”的数量多了，为公民外出进行短线旅行的提供了更多的机会。由于“小长假”的增多，无疑会促进人们度假小憩的热情，并很可能改变更多消费者的旅行习惯，促使旅游业向休闲度假靠拢。



小长假出游线路怎样设计

节假日家庭外出旅游时，在开销方面，人们居家过日子惯了，总希望能省钱的尽量省。同时，又希望能在有限的几天节假日里，游览更多的景点，感知更丰富的信息，获得更大的收益，但又不能太过紧张疲劳。因此，怎样为短途旅行设计科学合理的旅游线路，做到景点众多、内容丰富、游览紧凑、松紧结合，又能充分展现各景点的特色风貌，增加你们的旅游兴趣，让全家玩得更尽兴，那么，制定一个全家旅游的计划就是很有必要的。

小长假出游线路怎样设计

家庭出行是一次放飞心灵的过程，不像柴米油盐那样琐碎，但旅行过程中的花费，比如交通、住宿、门票、餐饮等开销，却同样是一门学问，掌握诀窍仍可省不少钱。怎样能以最少的钱，游览最多的景点，玩得更开心呢？下面教你几招旅游途中省钱的方法：

出行时间

淡季出行，是省钱的基础。

餐饮

- 1.最好自己带个比较小的水杯，这样就省去买饮料、矿泉水的钱了。
- 2.在海岛上住渔民旅馆时，如果吃当地特产如海鲜，可以自己到海鲜批发市场或农贸市场买，然后拿给渔民家加工。
- 3.向当地人打听餐馆，品尝各地美食是旅游中的享受之一。名声在外的馆子一般都不便宜，可以找当地人打听，当地人知道传统且便宜的小吃店。

住宿

- 1.火车提速后，有很多趟夕发朝至的列车，最适合自助旅游一族。在火车上住宿一晚，早上到达目的地，精神饱满地投入游程。车费住宿费二合一，真是省钱妙招。
- 2.避“洋”就“土”。出游之前，打听一下要去的地点是否有单位招待所；如果有，可首选，那里大都价格便宜，既卫生又安全。
- 3.住没有热水淋浴的旅馆，到外面的浴室洗淋浴能省钱。

交通

- 1.路线设计合理，统筹兼顾选好景点，从中选出最具特色的必去之处，筛掉一些可去可不去的景点；少走重复路，省下的是大钱。
- 2.不乘飞机，乘火车。交通选择火车、汽车。如不是非坐飞机不可，建议选择火车、汽车。有时乘火车比乘汽车可以省更多的钱。在预订车票的地方有时可以拿到免费的时刻表。
- 3.在城市内多乘公交车。
- 4.打的或包车时间清楚，司机是否是你要去的目的地的，如果是则可以便宜些。因为反正他最后也要回去。

购物

- 1.随着人民币的升值，可用相同的人民币换取更多的美元和港币。这对于打算“小长假”出境的血拼一族来说实在是利好。
- 2.多讲价，无论食、住、行、购都压一下价。有时看起来不能讲价的地方其实还是可以还价的。
- 3.不要在中介带领下去住店，因为他要收回扣会更贵。

PART

1

24条小长假黄金度假线路

011
/ 148

青藏线 / 012

南疆线 / 018

兰新线 / 024

沪杭线 / 032

金温线 / 042

京沪线（北段） / 050

南同蒲线 / 058

京哈线（沿海段） / 064

杭甬线 / 072

黄龙、九寨沟 / 080

山东海岛游 / 088

购物之旅 / 096

彩云之南 / 104

古剑门道 / 112

江南古镇 / 118

黔东南 / 126

摄影之旅 / 134

海南岛东海游 / 142

青藏线

寻梦青藏高原

西宁>>德令哈>>格尔木>>安多>>那曲>>拉萨



路线进行时

全程最低消费清单(每人)费用(元)

门票	住宿	餐饮	车费	购物	娱乐	其他	总计
503	180	115	212	/	/	/	1110

沿线特色

青藏铁路由青海省西宁市至西藏自治区拉萨市,全长1956公里。青藏高原素有“世界屋脊”、“地球第三极”之称,是我国的“江河源”。青藏铁路首发拉萨的城市有北京、成都、重庆、西宁、兰州,之后又陆续有上海、广州等大城市加入青藏铁路的运行,大批的旅游者正通过铁路前往西藏旅游,享受着与以前完全不同的西藏高原风光及旅游

3天的“小长假”时间太短,不适合游玩此条线路。最好能在放7天的“小长假”时,能请年休假,8-10天就足够玩个痛快了。从格尔木到拉萨,青藏铁路沿线分布着青海湖、可可西里自然保护区、纳木错湖、布达拉宫等9处世界级的旅游资源,包括藏传佛教圣地塔尔寺、拉萨古城、八廓街等23处国家级旅游资源,以及6处国家级自然保护区和风景名胜,193处普通级旅游资源。

体验。拉萨火车站距离布达拉宫只有20公里,从拉萨火车站可以乘坐91路公交车到达拉萨市区。

旅游季节

在西藏旅行必须要考虑季节因素,每年的七八两个月是西藏的旅游季节。高寒地区的气候冬长夏短,只有西藏东南局部地区四季较分明。7月至9月为最佳旅游季节,气温适宜,节日也较多。

游玩那曲和拉萨两个城市的话,前后花7天半,第8天中午才能回西宁,需要提前请半天假。也可以考虑不去那曲,直接到拉萨游玩,这样时间会比较充裕。

第1天 >> 第2天

K9801次列车

西宁站—德令哈站—格尔木站—安多站—那曲站

■ **线路简介:** 7日长假前的一天,提前安排工作,从西宁火车站坐K9801次青藏铁路列车,15:04发车出发,历时19小时01分,于次日10:05达到那曲站。

■ **火车线路信息:** 目前有从北京出发的T27、成都出发的T22/T23、重庆出发的T222/T223、兰州出发的K917和西宁出发的K9801都在那曲经停。反方向的列车也都有站。

► 那曲,藏语意为“黑河”,由于海拔较高,被誉为“离天最近的地方”。

第3天

K9801次列车

那曲站—当雄站—拉萨站

■ **线路简介：**那曲火车站开出的K9801次列车，当天下午14:35到达拉萨站。旅途劳累，先作高原适应性休息，为第二天游玩准备。

■ **火车线路信息：**详细信息见前文“沿线特色”



驴友提示

拉萨市海拔为3650米，火车上不含餐，火车行车时间为48小时左右，如有头痛，头晕，恶心属于正常情况，不必担心，如有严重者请及时告诉导游帮忙处理。

►晚上抵达拉萨火车站，之后乘车前往拉萨市区，火车站与市区距离约为50公里，汽车行驶时间约为半小时。抵达拉萨后下榻宾馆，于宾馆做高原适应性休息，养精蓄锐，准备迎接充满惊喜的神秘西藏古文明精彩旅途。

第4天 >> 第5天

拉萨站

►圣城拉萨全日游览。住：拉萨八廊学旅馆。

■ **线路简介：**值得在拉萨花上2-3天的时间游玩，所以，青藏之旅可以考虑不在那曲停留，直接到达拉萨，就可以利用7天休假玩个痛快了。

■ **火车线路信息：**详细信息见前文“沿线特色”

第6天 >> 第7天

K9802次列车

西宁站—德令哈站—格尔木站—安多站—那曲站

■ **线路简介：**从拉萨坐K9802次列车，8:20出发，历时23小时06分，于次日7:26到达西宁，好好休息，准备第二天的工作。青藏铁路之旅结束。

第1天至第3天推荐行程

那曲神山圣湖一日游

到“离天最近的地方”，神奇的景观让人目不暇接。线路里的部分景点需要包车到达。

第一天：孝登寺—念青唐古拉山口—桑丹康桑雪山

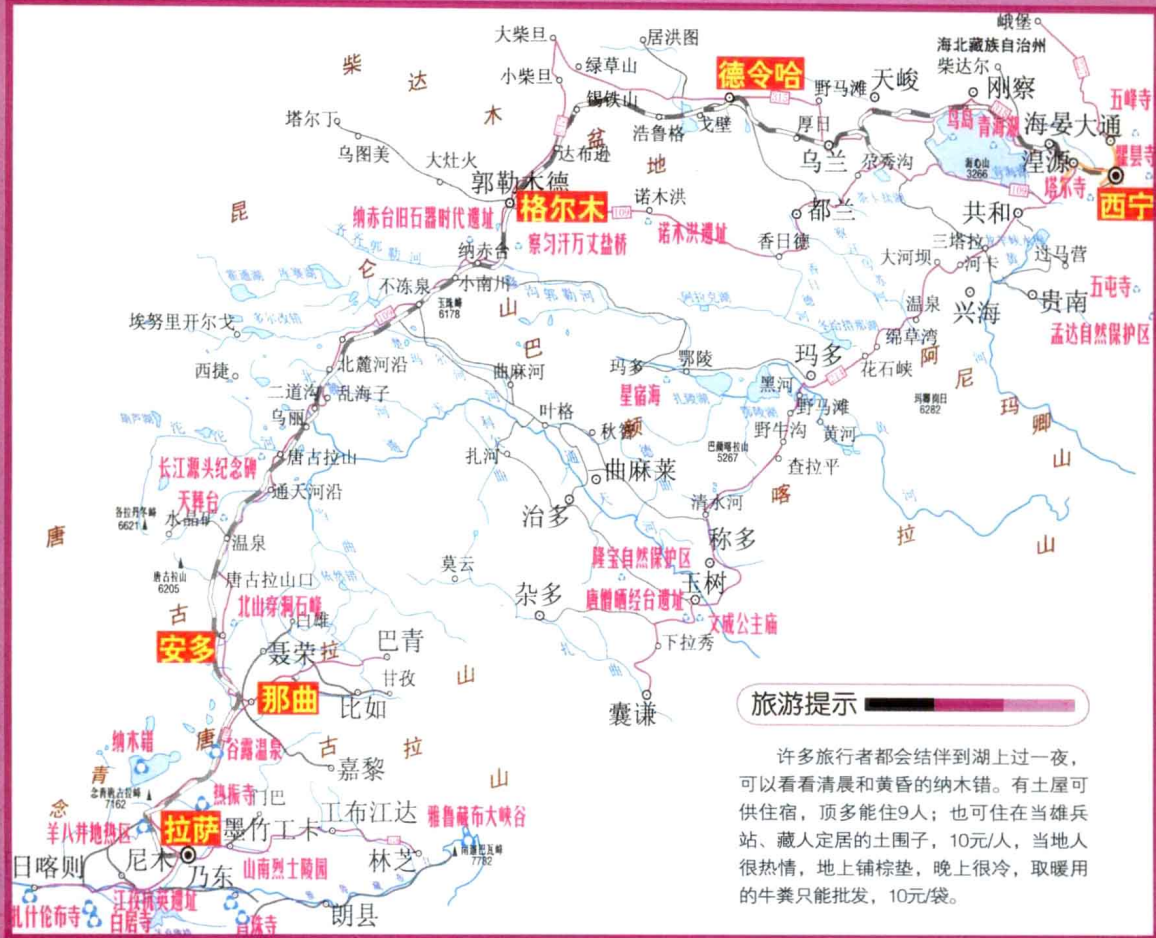
孝登寺就在那曲镇上，早上先参观孝登寺和唐古拉山口，念青唐古拉山是西藏最引人注目的神山圣湖之一，旅行者可结伴租车前往。下午去桑丹康桑雪山，由于当地温差较大，晚上风力强劲，即便在夏天，也需穿上厚厚的羽绒服。如果行程过于仓促，就不去桑丹康桑雪山了，返回那曲镇休整，到火车站坐10:05开的K9801次列车，前往拉萨。

那曲一日游

如果觉得一天不过瘾，时间充裕，能多请一天假的话，可以考虑增加此路线。这样的话，青藏铁路之旅要花8天的时间。

第二天：象雄王国遗址—当惹雍错—多多卡骷髅墙

清晨前往文布地区，那里有古代象雄王国的遗址，建于山腰，石头建筑，规模宏大。三大雍湖之一的当惹雍错亦在文布境内，每年 come 此转山转湖的香客络绎不绝。湖边还有许多天生奇物，如神秘岩洞、天然石锣等。把握好时间，14:00左右前往多多卡骷髅墙。



旅游提示

许多旅行者都会结伴到湖上过一夜，可以看看清晨和黄昏的纳木错。有土屋可供住宿，顶多能住9人；也可住在当雄兵站、藏人定居的土围子，10元/人，当地人很热情，地上铺棕垫，晚上很冷，取暖用的牛粪只能批发，10元/袋。

A 纳木错 Namucuo

世界上海拔最高的咸水湖

120元，另外进入扎西岛还得加收5元的管理费。没有交通车去纳木错。需结伴租车去，中巴包两天来回1500元。到YAK或八廓学旅馆的告示栏找伴；或者可以搭巴士去，可在Kirey旅馆前搭小型巴士，后者较便宜且方便。

纳木错是世界上海拔最高的咸水湖，海拔4718米，位于拉萨当雄县和那曲班戈县之间。“纳木错”意为天湖、灵湖或神湖，是藏传佛教的著名圣地，信徒们尊其为四大威猛湖之一，传为密宗本尊胜乐金刚的道场。

亲历者 TIPS

在Kirey旅馆前搭小型巴士的话，要在前一晚上先去Kirey旅馆问问清楚，有时情况不定。离纳木错最近的是青藏公路上的当雄镇。从当雄，你可租车或徒步前往纳木错，运气好时能搭上便车。

B 念青唐古拉山 Nianqing Tanggulashan

全藏的护法神

①无。②没有交通车去纳木错。可以租车去。

亲历者 TIPS ➤ 登山路径：从拉萨乘车北上，经羊八井至纳木错，全程110公里。大本营可设海拔4800米的纳木错河的出口处。

拉萨以北100公里处，屹立着举世闻名的念青唐古拉大雪山，北沿是纳木错，山顶最高处海拔7117米，终年白雪皑皑，云雾缭绕，雷电交加，神秘莫测，如同头缠锦缎、身披铠甲的英武之神，高高地矗立在雪山、草原和重重峡谷之上。



C 多多卡骷髏墙 Duoduoka Gulouqian

人头颅骨围墙

①无。照像100元/张，可议价。②先乘坐那曲到比如县班车，75元；再在县城包车（300元）到距县城大约33公里的茶曲乡后即到。

亲历者 TIPS ➤ 当地人并不喜欢外人参观，谈话尽量和善。

位于那曲比如县境内，是用人头颅骨堆砌成的围墙。天葬台建在寺庙附近的山坡上。

D 当惹雍错 Dangreyongcuo

像一面巨大的镜子

①无。②当惹雍错是苯教徒心目中的神湖，并没有班车到达，如果要去需先乘车沿阿里大北线到达尼玛县，再从尼玛县转向西南，大约8公里后转入向左的岔口，再向南约80公里，翻过一个海拔5000多米的山口，到达文布，便可以进入当惹雍错湖盆。

当惹雍错是西藏原始苯教崇拜的最大的圣湖，也是西藏第三大湖，面积1400平方公里，长70公里，宽20公里，湖面海拔4600多米。

区内交通

➤ 那曲镇没有公共大巴，穿梭市区主要以中巴为主，每位一律2元，出租车市内一般为10元，出城双方再议价。

■ **租车：**包车的价格随季节的变化和供需的变化价格不等。选择从青藏线进藏的，包车的选择余地较大，因青藏线路况不错，除了越野车外，其他各类型号的车都可跑青藏线，比如：桑塔纳、各类小面包车等。可从西宁开始包车，也可从格尔木开始包车。可联络到那曲旅游公司车队，地址在那曲镇色尼东路262号，电话：0891-6328851。

■ **长途车：**拉萨到那曲之间有青藏线连接，路况非常好，有客车往返，票价：卧铺82元；硬座46元。