

藏羚羊
旅行指南

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

西南 中国

820张美图，50张地图，海量信息！

最美最实用的旅行指南书！

12年专业旅游编辑团队，

坚持出版前由作者踩线更新！

云南\贵州\四川\重庆\西藏



YZLI0890168942



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

2013年
最新版

藏羚羊自助游系列

西南·中国



藏羚羊旅行指南编辑部 编著



YZLI0890168942

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

西南·中国 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. -- 北京
: 人民邮电出版社, 2013. 1
(藏羚羊自助游系列)
ISBN 978-7-115-30318-9

I. ①西… II. ①藏… III. ①旅游指南—西南地区
IV. ①K928.97

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第297776号

内 容 提 要

壮阔绮丽的中国西南地区——云南、贵州、四川、重庆、西藏，保留了大自然的原始风貌，充满了令人着迷的少数民族风情，寄托了人们对香格里拉的幻想，寺庙、经幡、牦牛和歌舞，无不吸引着游人。本书既全面解读了西南人文风情，又细数了每一个精彩景点，是自由行、背包游、自驾游、徒步游旅行者必不可少的指南。

藏羚羊自助游系列

西南·中国

-
- ◆ 编 著 藏羚羊旅行指南编辑部
责任编辑 谢元琨
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 850×1100 1/32
印张: 16.5 2013年1月第1版
字数: 528千字 2013年1月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-30318-9

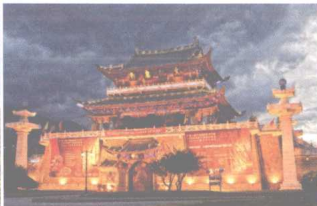
定价: 59.00元

读者服务热线: (010)67172489 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

目录



西南印象..... 9

香格里拉.....10

元阳梯田.....11

丽江古城.....12

黄果树瀑布.....13

肇兴侗寨.....14

九寨沟.....15

卧龙大熊猫自然

保护区.....16

布达拉宫.....17

珠穆朗玛峰.....18

雅鲁藏布大峡谷.....19

大足石刻.....20

长江三峡.....21

解说西南..... 22

地理.....22

气候及最佳旅行时间.....22

历史.....23

民族.....25

艺术.....26

美食.....27

艺术作品中的西南.....28

路线.....29

云南.....31

解说云南..... 32

地理.....34

历史.....35

艺术.....36

实用信息.....38

节庆活动.....40

行程安排..... 42

常规路线.....44

特色路线.....46

滇中地区..... 48

陆军讲武堂.....50

翠湖公园红嘴鸥.....52

大观楼.....54

云南民族村.....56

世界园艺博览园.....57

金殿风景区.....58

筇竹寺.....60

石林.....60

宜良九乡.....62

东川红土地.....63

禄劝轿子雪山.....64

土林风景区.....66

黑井镇.....68

罗平油菜花.....68

大理地区..... 70

大理古城.....72

崇圣寺三塔公园.....75

苍山.....76

洱海.....78

蝴蝶泉公园.....79

喜洲白族民居.....80

沙溪古镇.....82

鸡足山风景区.....83

丽江地区..... 84

老君山风景区.....86

丽江古城.....88

黑龙潭.....90

束河古镇.....90

雪嵩村.....92

玉龙雪山.....92

白沙村.....94

虎跳峡.....94

泸沽湖.....96

滇西地区..... 98

姐勒大金塔.....100

喊萨奘寺.....101

和顺乡.....102

火山群国家地质

公园.....104

热海.....105

北海湿地.....106

国殇墓园.....108

沧源崖画.....109

目录



怒江地区..... 110

石月亮..... 113

怒江大峡谷..... 114

独龙江..... 116

丙中洛..... 120

怒江第一湾..... 121

香格里拉地区..... 122

德钦县..... 124

香格里拉(中甸)古城..... 126

纳帕海自然保护区..... 128

普达措国家公园..... 130

噶丹·松赞林寺..... 131

白水台..... 133

明永冰川..... 134

香格里拉大峡谷..... 136

千湖山..... 137

梅里雪山..... 138

青龙洞



西双版纳地区..... 140

基诺山寨..... 142

景真八角亭..... 143

民族风情园..... 144

橄榄坝..... 144

勐仑热带植物园..... 145

打洛..... 146

曼飞龙佛塔..... 147

野象谷..... 148

望天树..... 149

红河、文山地区..... 150

朝阳楼..... 152

普者黑风景区..... 153

建水文庙..... 154

朱家花园..... 154

燕子洞..... 155

团山古村..... 156

碧色寨..... 158

元阳梯田..... 159

阿庐古洞..... 159

贵州..... 161

解说贵州..... 162

地理..... 164

历史..... 165

文化..... 166

实用信息..... 166

节庆活动..... 168

行程安排..... 170

常规路线..... 172

特色路线..... 174

贵阳及周边地区..... 178

黔灵山公园..... 180

青岩古镇..... 182

东南地区..... 186

黄平浪洞温泉..... 188

飞云崖..... 188

黄平战役遗址..... 189

郎德上寨..... 190

西江千户苗寨..... 192

雷公山..... 194

车江三宝侗寨..... 196



丰登寨、宰荡	197
邕沙苗寨	198
增冲鼓楼	199
肇兴侗寨	200
天生桥	202
隆里古城	204

东部地区

杉木河漂流	208
天台山	210
镇远古城	212
青龙洞	214
舞阳河三峡景区	215
江口梵净山	217

南部地区

龙里草原	223
荔波樟江风景 名胜区	224
水春河漂流	229
茂兰(茂兰喀斯特森林 自然保护区)	229
田园风光路线	229

西部地区

王若飞故居	234
文庙	235
织金洞	236
天台山天龙屯堡	238

屯堡地戏	240
云山屯	240
龙宫景区	241
黄果树瀑布景区	242
天星桥景区	244
马岭河峡谷	246
百里杜鹃	248
草海	249

北部地区

红石野谷	252
遵义会议会址	254
杨粲墓	256
海龙囤军事古堡	257
娄山关	259
唐夜郎城址	261
茅台镇	262
四洞沟	263
十丈洞	263
燕子岩	265
丙安古镇	266
桫欏保护区	267

四川

解说四川	270
地理	272
历史	272
文化	273



西江苗寨

实用信息	274
节庆活动	276

行程安排

常规路线	280
特色路线	282

成都地区

文殊院	290
青羊宫	291
杜甫草堂	292
望江公园	293
武侯祠	294
黄龙溪	295
西岭雪山	296
都江堰水利工程	297
青城山	298

目录



九寨沟



阿坝地区 302

华蓥山风景区 304

考泉古镇 304

卧龙熊猫自然

保护区 306

三江生态风景区 307

四姑娘山 307

黄龙风景区 312

九寨沟风景区 315

米亚罗红叶风景区 ... 319

川西地区 320

二滩国家森林公园 ... 322

海螺沟冰川森林

公园 324

跑马山风景区 326

木格措风景区 326

塔公草原 328

新都桥 328

甘孜寺 329

德格印经院 330

新路海白唇鹿自然

保护区 330

傍河景区 331

海子山景区 332

磨房沟 332

亚丁自然保护区 333

川南地区 334

乐山大佛 336

峨眉山 338

李庄古镇 344

蜀南竹海 344

樊人悬棺 345

川北地区 347

七曲山大庙 349

三星堆遗址 350

重庆 351

解说重庆 352

地理 354

历史 354

文化 355

实用信息 356

节庆活动 359

行程安排 360

常规路线 362

特色路线 363

重庆及周边地区 366

洪安古镇 369

解放碑 370

重庆夜景 371

歌乐山烈士陵园、白公馆

渣滓洞 372

古镇磁器口 372



朝天门·····	374
慈云寺·····	374
红岩村革命纪念馆···	375
曾家岩50号·····	375
大足石刻·····	376
长江三峡·····	378
芙蓉洞·····	382
仙女山国家森林 公园·····	382
四面山·····	383

西藏····· 387

解说西藏·····	388
地理·····	390
历史·····	390
文化·····	391
实用信息·····	392
节庆活动·····	394
行程安排·····	396
常规路线·····	398
特色路线·····	400

拉萨地区·····	404
宗角禄康公园·····	406
西藏博物馆·····	407
八廓街·····	408
大昭寺·····	410

布达拉宫·····	418
罗布林卡·····	427
哲蚌寺·····	428
色拉寺·····	430
小昭寺·····	432
药王山·····	433
甘丹寺·····	434
楚布寺·····	438
纳木错·····	438
羊八井·····	443

日喀则地区·····	444
扎什伦布寺·····	448
夏鲁寺·····	450
羊卓雍错和桑丁寺···	451
白居寺·····	452
萨迦寺·····	454
珠穆朗玛峰·····	455
樟木口岸·····	458

阿里地区·····	460
纳木那尼峰·····	462
尼泊尔大厦与 普兰国际市场·····	462
神山冈仁波齐·····	464
圣湖玛旁雍错·····	475
鬼湖·····	479
科加寺·····	480

札达士林·····	481
古格王国遗址·····	482
班公错·····	487

那曲地区····· 488

当惹雍错和象雄 王国遗址·····	492
那曲赛马节·····	494
穿越藏北的旅行···	496

林芝地区····· 500

巴松错·····	504
南迦巴瓦峰·····	507
米堆冰川·····	509
雅鲁藏布大峡谷·····	510

山南地区····· 512

吐蕃历代赞普墓·····	514
拉姆拉错·····	514
桑耶寺·····	516
青朴修行地·····	519
雍布拉克·····	521

昌都地区····· 522

强巴林寺·····	524
然乌湖·····	525
孜珠寺·····	526

图例

地图图例



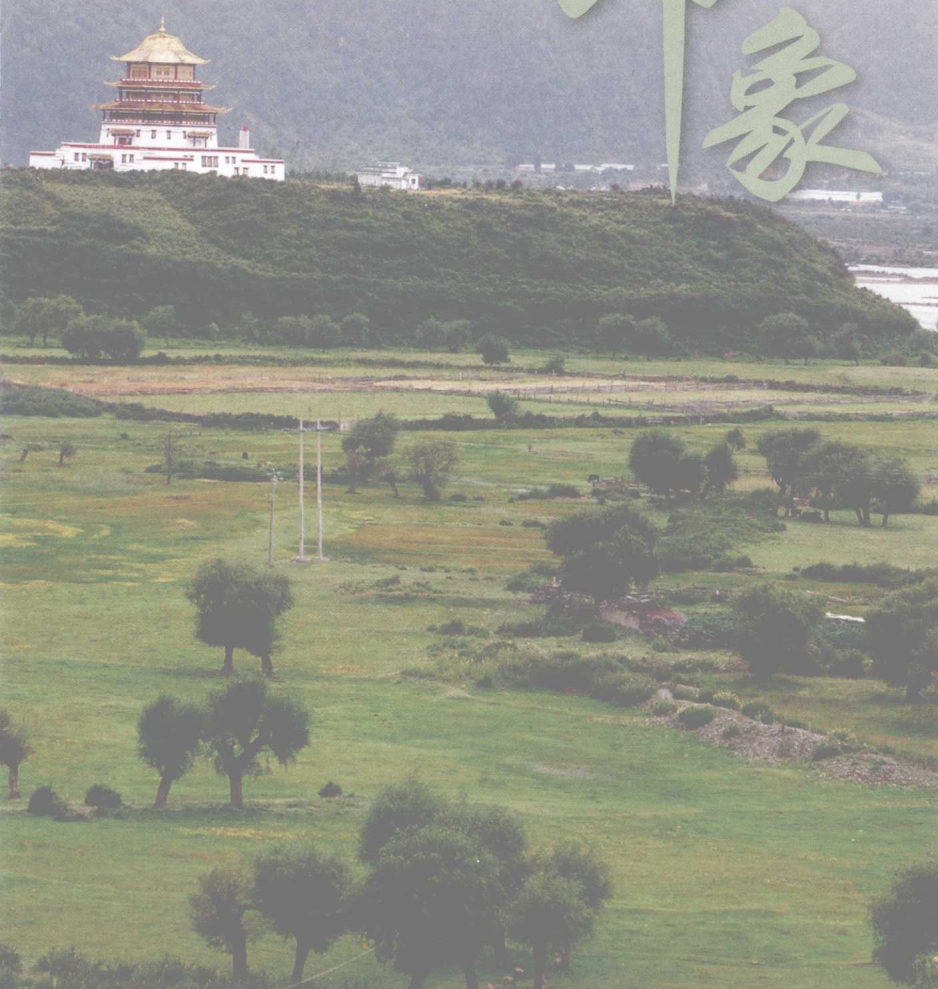
景点信息图例



实用信息图例



西南 印象





香格里拉

亮点一

游人梦中的桃花源，一个充满梦幻、诗情画意的地方。



元阳梯田

亮点二

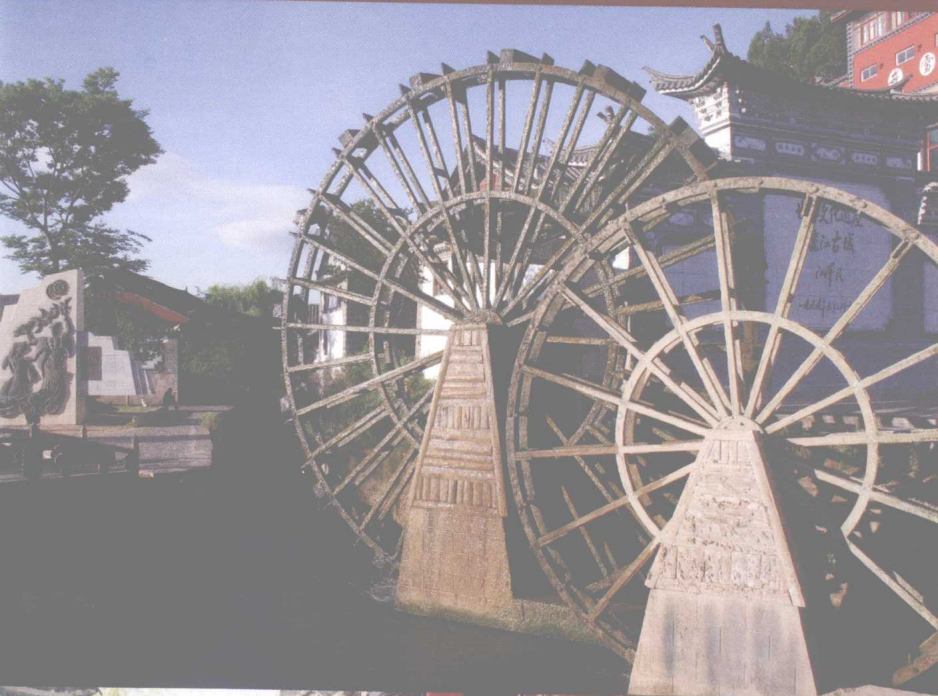
元阳梯田的美丽，成就了许多摄影家。



丽江古城

亮点三

坐落在彩云之南的丽江古城，拥有独特的魅力。

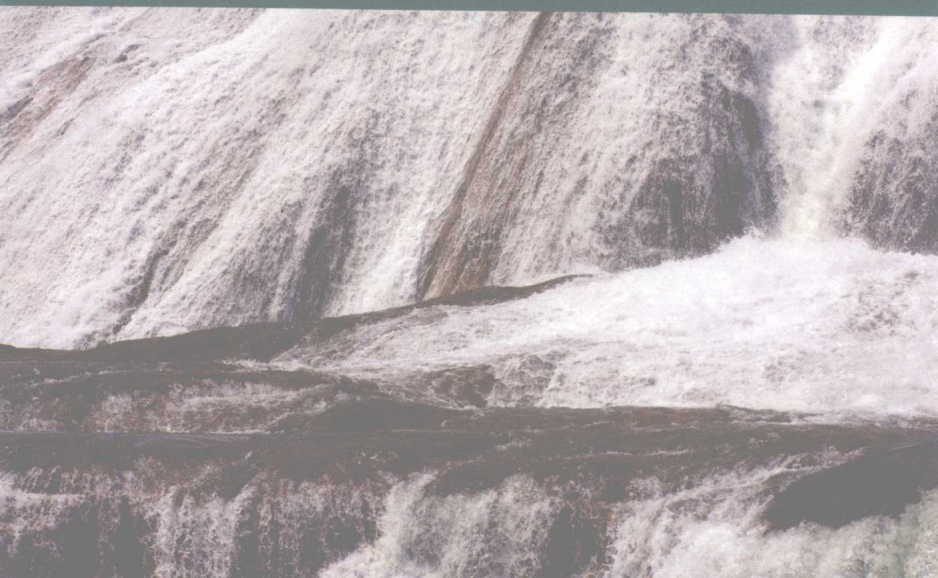




黄果树瀑布

亮点四

亚洲最大的瀑布。





肇兴侗寨

亮点五

被评为中国最美的六大古镇之一，以鼓楼群著称于世。



九寨沟

亮点六

一个神奇梦幻、原始古朴的人间仙境；一个自然纯净、神妙奇幻的童话世界。





卧龙大熊猫自然保护区

亮点七

世界上大熊猫最多的地方。

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com