

藏羚羊
旅行指南

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

西北 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！

陕西 / 宁夏 / 甘肃 / 青海 / 新疆

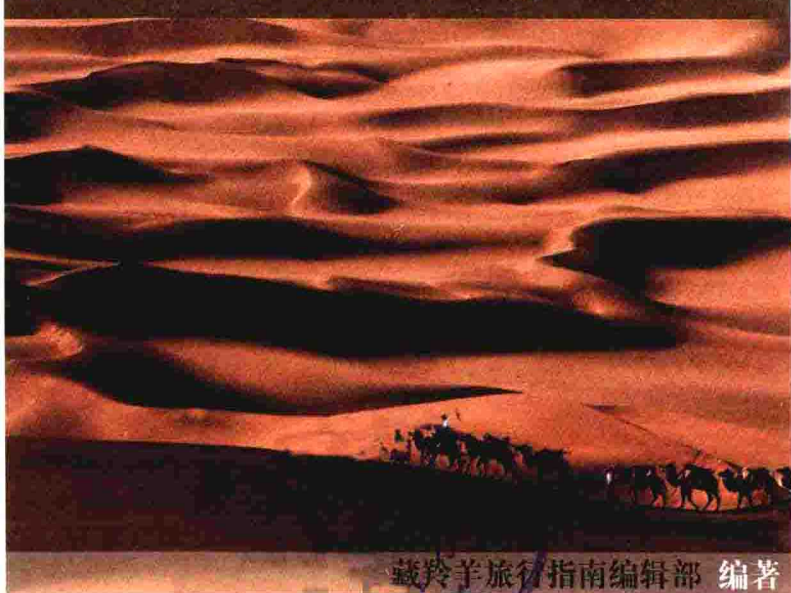


人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

2013年
最新版

藏羚羊自助游系列

西北·中国



藏羚羊旅行指南编辑部 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

西北·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 978-7-115-30266-3

I. ①西… II. ①藏… III. ①旅游指南—西北地区
IV. ①K928.94

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第294586号

内 容 提 要

雄浑豪迈的中国西北地区——陕西、宁夏、甘肃、青海、新疆，留下了古代丝路的隽永传奇，充满了令人遐想的异域风情，传承了永远不衰的革命精神，黄土地、高山峻岭、牛羊和面食，无不吸引着游人。本书既全面解读了西北人文风情，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

西北·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>
北京天宇星印刷厂印刷
 - ◆ 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 978-7-115-30266-3

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



西北印象..... 9

兵马俑..... 10

大雁塔..... 11

陕西历史博物馆..... 12

莫高窟..... 13

沙湖..... 15

拉卜楞寺..... 14

青海湖..... 16

塔尔寺..... 17

喀纳斯..... 18

喀什老城..... 19

节庆活动..... 37

行程安排..... 38

常规路线..... 40

特色路线..... 42

西安及周边地区..... 46

钟鼓楼..... 50

大、小雁塔..... 51

碑林..... 52

清真大寺..... 53

城墙和城门..... 54

陕西历史博物馆..... 55

大唐芙蓉园..... 58

西安事变旧址..... 59

秦兵马俑博物馆..... 59

华清池..... 61

骊山..... 62

蓝田遗址..... 63

泾渭和广运潭..... 63

关中地区..... 64

法门寺..... 67

乾陵..... 68

昭陵..... 69

茂陵..... 70

杨贵妃墓..... 70

药王山..... 71

党家村..... 72

华山..... 74

太白山..... 78

楼观台..... 92

翠华山..... 94

洋峪口..... 94

南五台..... 95

陕北地区..... 96

黄帝陵..... 98

黄河壶口瀑布..... 100

宝塔山..... 100

红碱淖(神湖)..... 101

佳县香炉寺..... 102

白云山..... 102

米脂庄园..... 104

秦直道遗址..... 106

清凉山..... 107

杨家岭..... 107

红石峡..... 108

统万城..... 109

镇北台..... 110

二郎山..... 111

陕南地区..... 112

古汉台..... 114

拜将坛..... 115

古栈道..... 115

青木川..... 116

解说陕西..... 20

地理..... 20

气候..... 20

历史..... 21

民族..... 23

艺术..... 24

美食..... 25

艺术作品中的西北..... 26

线路..... 27

陕西..... 29

解说陕西..... 30

地理..... 32

历史..... 32

文化..... 34

实用信息..... 35

目录



武侯祠····· 117

定军山····· 118

留坝张良庙····· 118

宁夏 ····· 119

解说宁夏 ····· 120

地理····· 122

历史····· 122

文化····· 123

实用信息····· 124

节庆活动····· 125

行程安排 ····· 126

常规路线····· 128

特色路线····· 129

银川及周边地区····· 132

玉皇阁····· 135

承天寺塔····· 135

南关清真寺····· 136

宁夏回族自治区

博物馆····· 136

海宝塔····· 136

贺兰山····· 137

西夏王陵····· 138

镇北堡影视城····· 140

沙湖····· 142

中华回乡文化园····· 144

宁中南地区····· 148

沙坡头····· 151

沙坡头旅游区····· 152

同心清真大寺····· 158

须弥山石窟····· 160

火石寨国际地质

森林公园····· 162

六盘山····· 164

六盘山红军长征

纪念馆····· 165

青铜峡108塔····· 167

青铜峡黄河大峡谷····· 167

董府····· 170

甘肃 ····· 171

解说甘肃 ····· 172

地理····· 174

历史····· 174

文化····· 175

实用信息····· 176

节庆活动····· 177

行程安排 ····· 178

常规路线····· 180

特色路线····· 181

兰州地区····· 182

白塔山····· 184

水车园····· 186

甘肃省博物馆····· 187

滨河公园····· 189

鲁土司衙门····· 189

黄河石林····· 190

法泉寺····· 191

临夏、甘南地区 ····· 194

炳灵寺石窟····· 196

黄河三峡····· 197

刘家峡恐龙国家

地质公园····· 200

拉卜楞寺····· 200

米拉日巴佛阁····· 201

郎木寺····· 202

玛曲····· 204

迭部腊子口与腊子口战役

纪念馆····· 205

河西走廊 ····· 206

武威文庙····· 209

瑞安堡····· 210

武威西夏博物馆····· 212

大云寺钟鼓楼····· 214

雷台汉墓····· 215

海藏寺····· 216

鸠摩罗什寺塔····· 216

百塔寺····· 217



武威天梯山石窟	219
裕固族	221
大佛寺	221
木塔寺	223
张掖鼓楼	223
西来寺	224
马蹄寺风景区	224
金塔寺	226
临泽丹霞旅游景区	227
焉支山和峡口	
明长城	228
山丹马场	229
嘉峪关关城	230
长城第一墩	232
悬壁长城	232
黑山摩崖石刻	233
新城魏晋墓	234
七一冰川	234
甘东地区	236
天水伏羲庙	239
玉泉观	240
南郭寺	240
柳湖公园	241
平凉宝塔	241
崆峒山	241
麦积山	244
甘谷大像山	247

武山水帘洞	248
天水秦安县	
兴国寺	250
天水大地湾遗址	250
陇南武都万象洞	251
云崖寺	254
敦煌地区	256
莫高窟	258
鸣沙山和月牙泉	264
敦煌古城	268
白马塔	270
玉门关	270
雅丹魔鬼城	272
阳关	275
西千佛洞	280
肃北蒙古族自治县	282
阿克塞哈萨克族自治	
县民族风情园	282

青海

解说青海

地理	286
历史	286
文化	287
实用信息	288
节庆活动	289

行程安排

常规路线	292
特色路线	294

西宁地区

东关清真大寺	300
南禅寺·南山公园	302
北禅寺	303
青海省博物馆	304
马步芳公馆——馨庐	308
塔尔寺	308
察罕河国家森林公园	315

青海湖及周边地区

日月山	318
倒淌河	320
青海湖	322
鸟岛	325
海心山	326
伏俟城遗址	329
金银滩草原	330
原子城	331

海东、黄南地区

互助土族风情园	334
夏宗寺	336
乐都瞿昙寺	338
循化撒拉乡之旅	341

目录



街子清真寺·····	346
孟达天池·····	346
循化十世班禅大师故居·····	349
文都寺·····	350
坎布拉国家森林公园·····	351
李家峡水库·····	352
隆务寺·····	353
吾屯上庄寺、下庄寺·····	356
郭麻日寺·····	358
麦秀林场·····	358
和日石经墙·····	359
海北、海南地区·····	360
祁连鹿场·····	362
八宝河、黑河大峡谷·····	363
门源油菜花田·····	363
贵德古城·····	365
黄河清湿地公园·····	366
龙羊峡水电站·····	366
丹霞地貌·····	367
海西地区·····	368
察尔汗盐湖·万丈盐桥·····	370
胡杨林·····	372
玉虚峰·····	374
玉珠峰·····	374

昆仑山道场·西王母瑶池·····	376
茶卡盐湖·····	378
都兰国际狩猎场·····	379
玉树、果洛地区·····	380
文成公主庙·····	383
勒巴沟·····	384
隆宝滩黑颈鹤自然保护区·····	385
结古寺·····	386
新寨嘉那玛尼石堆·····	388
三江源自然保护区·····	389
星宿海·····	389
通天河·····	390
五道梁·可可西里自然保护区·····	392
唐古拉山·····	394
巴颜喀拉山·····	396
新疆·····	397
解说新疆·····	398
地理·····	400
历史·····	400
文化·····	401
实用信息·····	402
节庆活动·····	403

行程安排·····	404
常规路线·····	406
特色路线·····	410
乌鲁木齐与昌吉地区·····	412
二道桥国际大巴扎·····	415
新疆维吾尔自治区博物馆·····	416
红山·····	417
陕西大寺·····	418
一号冰川·····	419
天山天池·····	420
五彩湾·····	423
奇台魔鬼城·····	424
北庭故城遗址·····	425
吐鲁番地区·····	426
苏公塔·····	428
吐鲁番博物馆·····	430
火焰山·····	431
葡萄沟·····	434
高昌故城·····	436
交河故城·····	438
阿斯塔纳——哈拉和卓古墓群·····	441
柏孜克里克千佛洞·····	442
坎儿井·····	444
艾丁湖·····	445



吐峪沟·····	446
迪坎尔村·····	448
库木塔格沙漠·····	448
哈密地区·····	450
哈密王陵·····	453
哈密博物馆·····	454
哈密魔鬼城·····	455
白石头风景区·····	456
鸣沙山·····	457
巴里坤大草原·····	459
怪石山·····	460
大河唐城·····	461

伊犁阿勒泰与塔城地区·····	462
喀纳斯·····	464
喀纳斯湖·····	464
禾木·····	470
白哈巴村·····	471
额尔齐斯河五彩河岸·····	472
阿拉善温泉·····	472
切木尔切克古墓群·····	473
裕民县塔斯特风景区·····	473
鹿角湾风景区·····	475
乌尔禾风城·····	475

伊犁其他地区与博尔塔拉地区·····	476
回族大寺·····	478
惠远古城·····	478
果子沟·····	479
霍尔果斯口岸·····	480
那拉提草原风情区·····	481
乌孙山·····	482
赛里木湖·····	482
怪石峪风景区·····	484
阿拉山口口岸·····	484
靖远寺·····	485
特克斯八卦城·····	485

巴音郭楞地区·····	486
巩乃斯大草原·····	488
博斯腾湖·····	490
和静巴仑台黄庙·····	491
巩乃斯林场和阿尔先沟温泉·····	492
奎克乌苏石林·····	492
罗布人村寨·····	493
楼兰·····	494
罗布泊·····	494
木孜塔格峰·····	496
阿尔金山自然保护区·····	497
米兰故城·····	499

阿克苏地区·····	500
龟兹石窟·····	503
库车清真大寺·····	503
库车大巴扎·····	504
龟兹故城遗址·····	505
龟兹博物馆·····	505
克孜尔千佛洞·····	506
克孜利亚大峡谷—阿艾石窟·····	507

喀什与克孜勒苏地区·····	508
艾提尔清真寺·····	511
喀什老城·····	512
喀什大巴扎·····	513
香妃墓(阿帕克和卓墓)·····	514
玉素甫·哈斯·哈吉甫墓·····	515
喀拉库勒湖·····	516
慕士塔格峰·····	517
石头城·····	518
红其拉甫口岸·····	519

和田地区·····	520
和田大巴扎·····	522
和田三棵树·····	524
塔克拉玛干沙漠·····	525

图例

旅行示意图图例



景点信息图例



实用信息图例



西北 印象





兵马俑

亮点一

被誉为“世界第八大奇迹”，是西安乃至整个陕西最有名的地方。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

大雁塔

亮点二

大雁塔是西安的象征，是为取经归来的玄奘法师珍藏经书典籍而修建的。



陕西历史博物馆

亮点三

整个陕西的历史浓缩于此处，有“古都明珠”、“华夏宝库”之称。

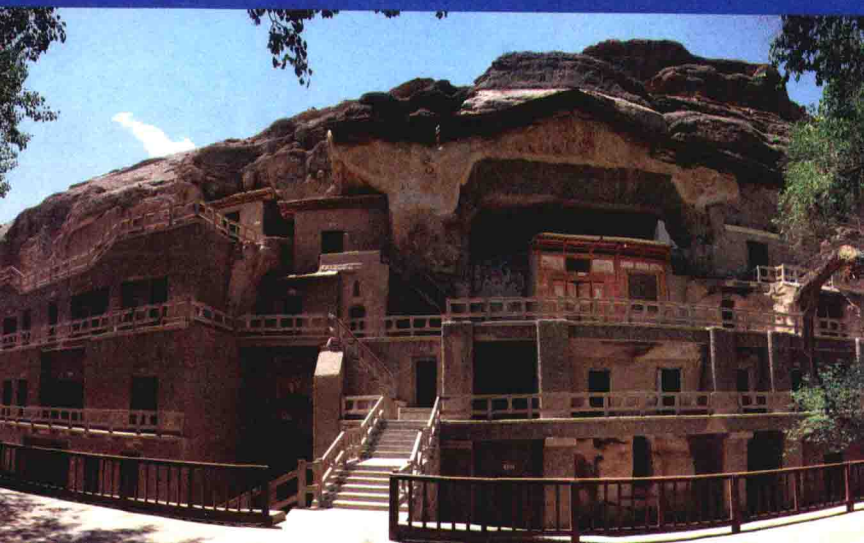




莫高窟

亮点四

俗称“千佛洞”，内有彩塑2415尊，壁画4.5万余平方米，是中国最伟大的艺术画廊。



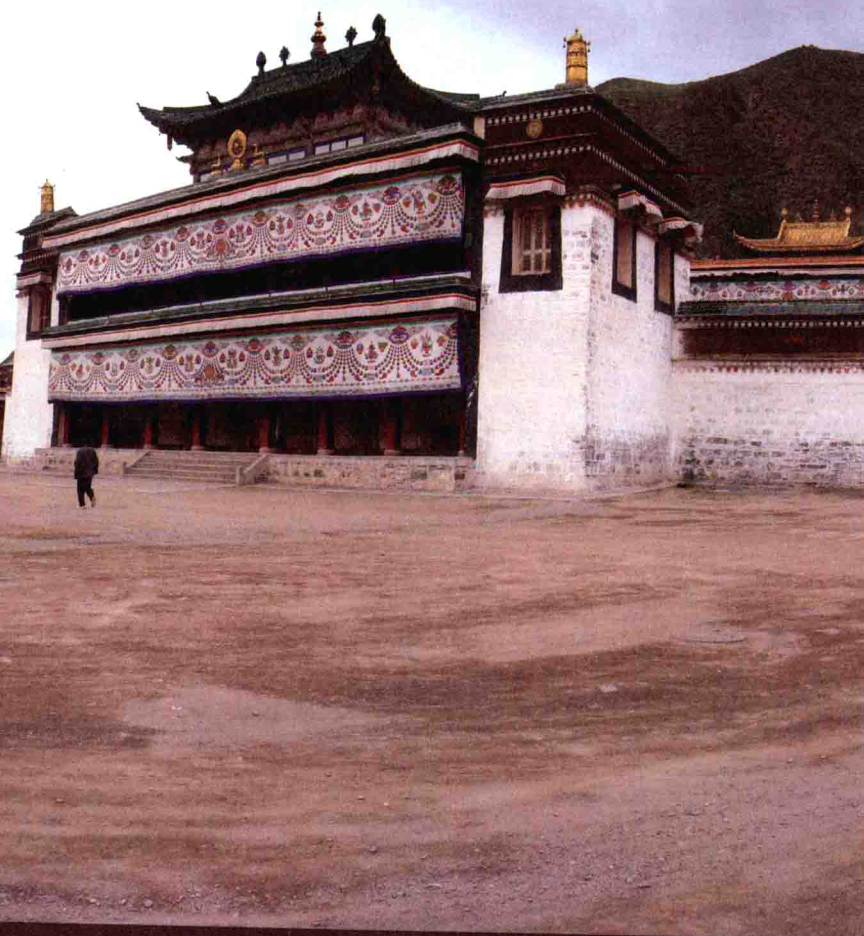


沙湖

亮点五

沙、水、苇、鸟、山有机结合，是一处融江南秀色与塞外壮景于一体的景观。

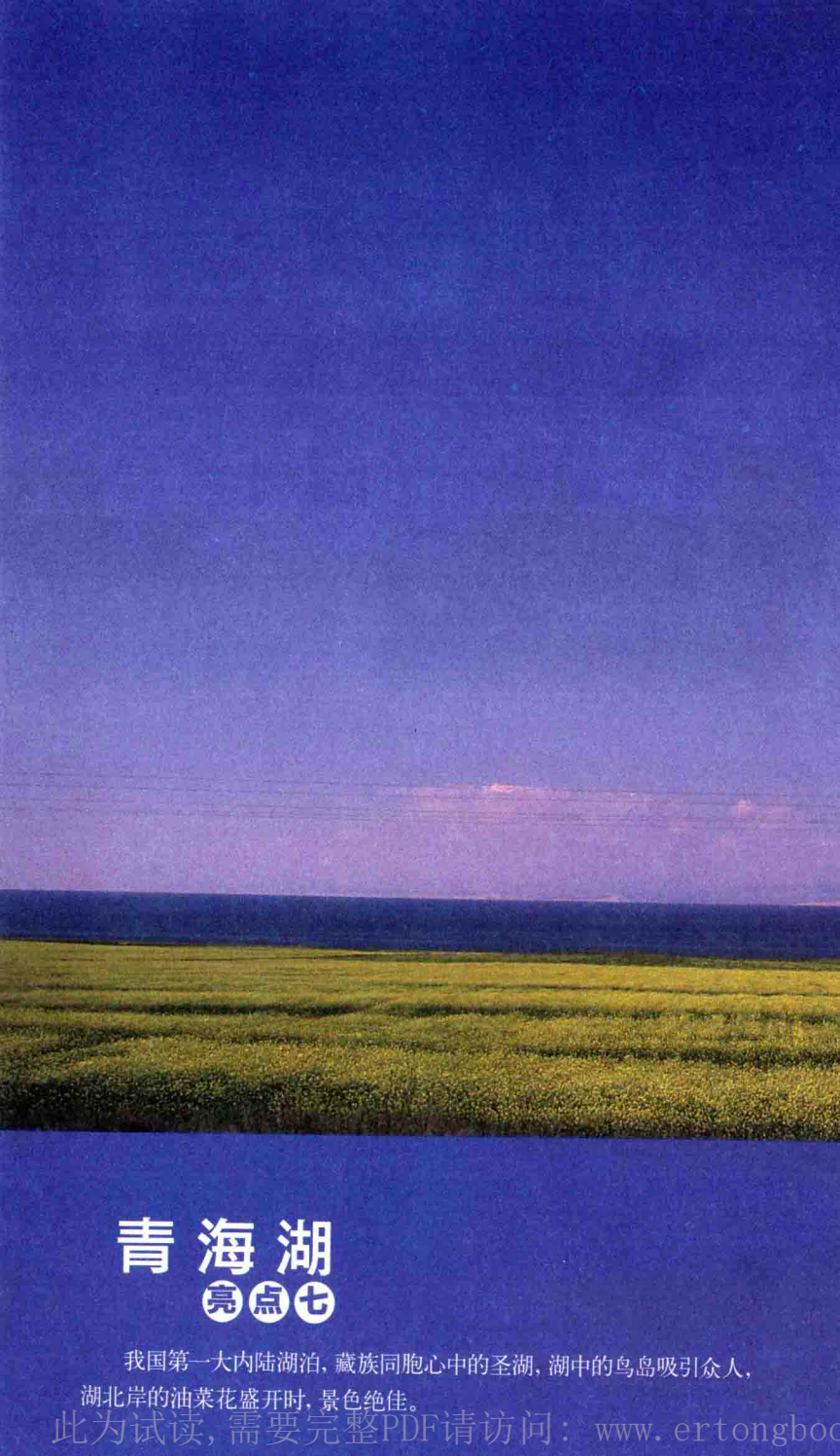




拉卜楞寺

亮点六

甘、青、川地区最大的藏族宗教和文化中心，为藏传佛教格鲁派六大
宗主寺之一。



青海湖

亮点七

我国第一大内陆湖泊，藏族同胞心中的圣湖，湖中的鸟岛吸引众人，湖北岸的油菜花盛开时，景色绝佳。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com