

中国驴行地TOP 100

ZHONGGUO LÜXINGDI

行者首选的户外天堂全攻略

至西藏芒康

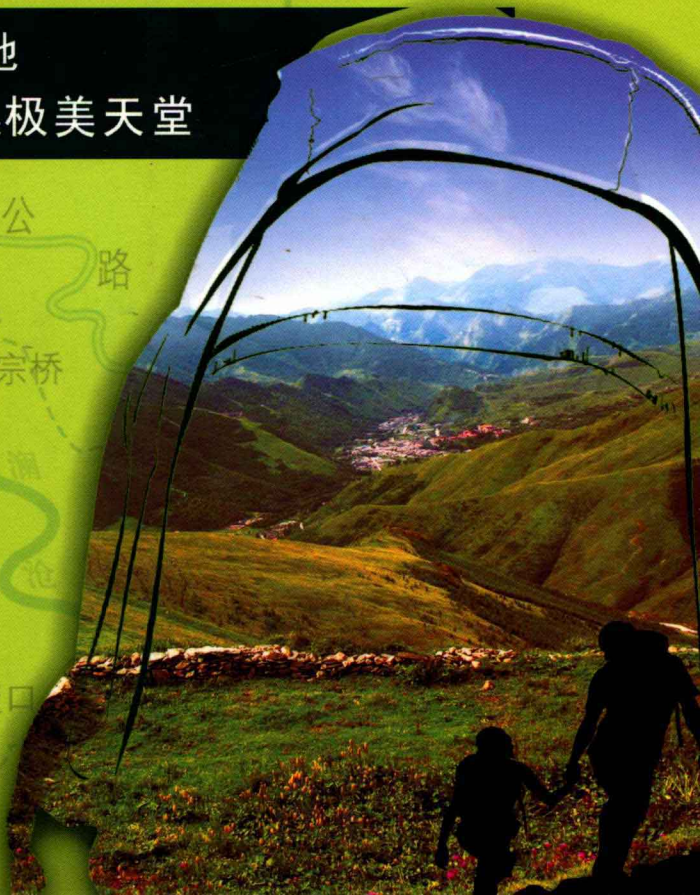
《自游人深度攻略丛书》编辑部 编著

风格各异的8类驴行地
最适合驴行的100处极美天堂

- 设计科学的经典路线
- 丰富实用的资讯
- 亲历玩家的心得

教育出版社

神瀑



自驾游深度攻略丛书

《自驾游深度攻略丛书》编辑部 编著

中国驴行地 TOP100



行者首选的户外天堂全攻略



旅游教育出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

中国驴行地TOP100: 行者首选的户外天堂全攻略 /
《自游人深度攻略丛书》编辑部编著. —北京: 旅游教育
出版社, 2010.5

(自游人深度攻略丛书)

ISBN 978-7-5637-1814-6

I. ①中… II. ①自… III. ①旅游指南—中国 IV.
①K928.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第003624号

自游人深度攻略丛书

中国驴行地TOP100——行者首选的户外天堂全攻略

《自游人深度攻略丛书》编辑部 编著

丛书策划 责任编辑	刘 权 丁海秀 梁 爽
出版单位	旅游教育出版社
地 址	北京市朝阳区定福庄南里1号
邮 编	100024
发行电话	(010) 65778403 65728372 65767462 (传真)
本社网址	www.tepch.com
E-mail	tepfx@163.com
印刷单位	北京蓝迪彩色印务有限公司
经销单位	新华书店
开 本	787 × 960 1/16
印 张	16
字 数	310千字
版 次	2010年5月第1版
印 次	2010年5月第1次印刷
印 数	1-6000册
定 价	39.80元

(图书如有装订差错请与发行部联系)

自游人，真正的旅行者

前言

当你正为快餐旅游、跟团旅游所苦恼时，当你因旅途奔波而却步时，你是否想到，一个人背起行囊，去一个地方，不计算行程，在那里静静地待一天，或者更长时间。

这就是深度旅游。

深度旅游的重点不是走马观花，也不是留影到此一游，而是以一种自由人的心态来感受风景、体验文化、了解生活，与观光游、印象游是有区别的。

没有自由的心态，你做不了自游人。

没有充分的准备，你无法读懂你的目的地，也不愿意停留更长时间。

不求多，只求深。《自游人深度攻略丛书》就是从细节着手，为旅行者考虑的旅游指南。首批推出了《中国驴行地 TOP100》《中国博物馆 TOP100》《中国古遗址 TOP100》三本，未必写最火的景点，但选择的一定是最具价值的、值得深入游玩的目的地。

“驴行地”是指“驴友”喜欢去的目的地。“驴友”一词源自网络，泛指参加自助游的朋友，狭义的“驴友”是指背包客——那种背着背包、带着帐篷和睡袋旅行、宿营户外的爱好者。简单地说，“驴友”就是户外运动的爱好者。

在我国，主要的户外运动包括远足、穿越、登山、攀岩、漂流、潜水、越野山地车等。这种属于驴友的运动多数带有探险性，属于极限和亚极限运动，有很大的挑战性和刺激性，在运动过程中，人们还可以拥抱自然，挑战自我，锻炼意志，增强团队合作精神，提高野外生存能力，所以深受青年人的喜爱。

本书精挑细选出全国最有代表性的100个驴行地做重点介绍，分高山、雪山，沙漠、戈壁，草原、湿地，森林、洞穴，岛屿、海滨，江河、峡谷、湖泊以及古道、野村无人区八类，都是适合喜爱户外运动的驴友们前往的地方。书中提供了各驴行地最实用、详细的攻略，还配有精美的图片、准确的地图。

我们愿陪伴自游人走遍天下。

中国驴行地 TOP 100 目录

CONTENTS



征服高山 与天比高

001 / 黄山	天下第一奇山	2
002 / 泰山	五岳之首	5
003 / 华山	华山天下险	8
004 / 五台山	虔诚的大朝台	11
005 / 三清山	三清天下秀	14
006 / 峨眉山	高出五岳，秀甲九州	17
007 / 武陵源	大自然迷宫	20
008 / 梵净山	天下名岳之宗	24
009 / 太白山	云端仙境	26

亲近雪山 挑战极限

010 / 西岭雪山	东方的阿尔卑斯	30
011 / 梅里雪山	世界上最美的雪山	32
012 / 冈仁波齐峰	至今无人登顶的神山	35
013 / 贡嘎山	蜀山之王	37
014 / 玉龙雪山	超越期待的震撼	39
015 / 稻城三神山	香格里拉的地标	41
016 / 雪宝顶	众山之上的银峰	43
017 / 长白山	关东第一山	45
018 / 珠峰	地球之巅	47
019 / 乔戈里峰	死亡之神	49
020 / 高黎贡山	一山四季，十里不同天	52

沙漠穿越 戈壁探险

021 / 沙坡头	沙海绿洲	55
022 / 鄯善库木塔格沙漠	与城市相连的沙漠	57
023 / 腾格里达来沙漠	探寻沙尘暴的源头	60
024 / 乌尔禾魔鬼城	大自然的“积木玩具”	62
025 / 哈密五堡魔鬼城	西域第一魔鬼城	65
026 / 阿拉善巴丹吉林沙漠	中国最美丽的沙漠	68
027 / 塔克拉玛干大沙漠	大地的曲线	71
028 / 敦煌魔鬼城	西出阳关无故人	74
029 / 五彩湾	五彩的诱惑	76

草原跃马 湿地观鸟

030 / 呼伦贝尔草原 传承草原历史	79
031 / 那拉提草原 太阳升起的地方	82
032 / 锡林郭勒草原 天堂草原	84
033 / 大马营草原 历史最悠久的养马场	86
034 / 那曲高寒草原 辽远广阔之地的生命壮歌	88
035 / 甘南草原 风吹草低见牛羊	90
036 / 东寨港红树林 海上森林	93
037 / 若尔盖湿地 中国最美的湿地	96
038 / 盐城珍禽自然保护区 丹顶鹤的故乡 ...	98
039 / 扎龙湿地 鹤舞似神仙	100
040 / 辽宁红海滩 悠长的红地毯	102
041 / 巴音布鲁克湿地 天鹅之乡	104
042 / 黄河三角洲湿地 黄河入海口	106

森林寻幽 洞穴探底

043 / 轮台胡杨林 最美丽的沙漠英雄	110
044 / 西双版纳热带雨林 回归带上的绿洲英雄...	113
045 / 天山雪岭云杉林 交错与复杂的和谐呼应...	115
046 / 蜀南竹海 竹海听涛	117
047 / 荔波水上森林 记忆中永恒的绿	119
048 / 木兰围场 皇家猎苑	121
049 / 神农架 中国最为完好的森林	124
050 / 织金洞 溶洞之王	126
051 / 芙蓉洞 天下第一洞	128
052 / 腾龙洞 别有洞天	130
053 / 本溪水洞 世界最大的充水溶洞	133

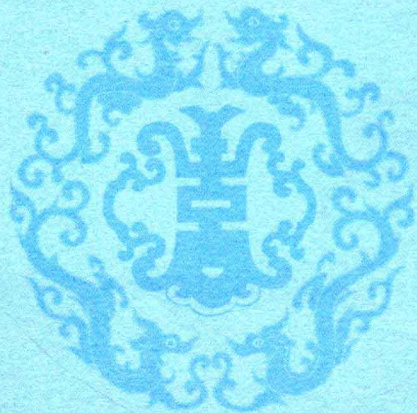
岛屿探秘 海滨潜水

054 / 蛇岛 蛇的世界	136
055 / 长岛 海上仙境	138
056 / 嵯峨列岛 海上仙山	140
057 / 南麂列岛 碧海仙山	142
058 / 洞头岛 七弦琴上的岛屿	144
059 / 渔山岛 镇海之柱	146
060 / 东山岛 东海绿洲	150
061 / 淇澳岛 碧海明珠	152
062 / 放鸡岛 异度空间潜水飞天	154
063 / 涠洲岛 南国蓬莱	156
064 / 南湾猴岛 海上“花果山”	158
065 / 成山头 天尽头	160
066 / 亚龙湾 天下第一湾	162
067 / 崇武海岸 天然影棚	164



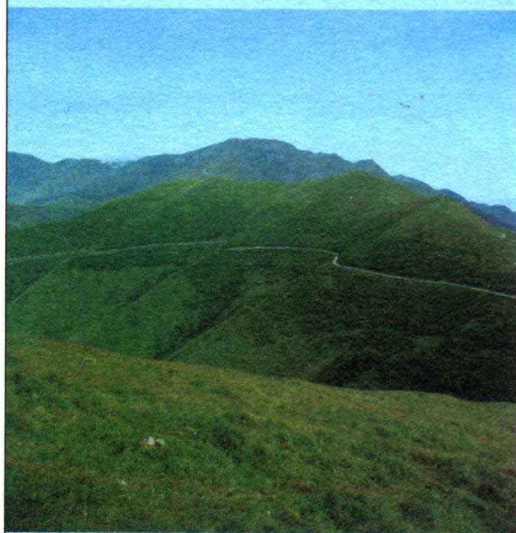
河流溯源 峡谷漂流 湖泊荡舟

- 068 / 楠溪江 中国山水画摇篮 167
- 069 / 库车大峡谷 红色的山崖 170
- 070 / 黄河晋陕大峡谷 天书神谷 172
- 071 / 怒江大峡谷 神秘的东方大峡谷 174
- 072 / 虎跳峡 鸟不敢回翔的地方 176
- 073 / 澜沧江大峡谷 东方多瑙河的伤痕 178
- 074 / 太行山大峡谷 东方的科罗拉多 180
- 075 / 九寨沟 清纯优美的风韵 182
- 076 / 阳朔段漓江 大自然造就的山水公园 185
- 077 / 神农溪漂流 秀水青山神农漂 189
- 078 / 茅岩河漂流 百里画廊 191
- 079 / 猛洞河漂流 天下第一漂 193
- 080 / 马岭河漂流
在地缝之中、“伤疤”之上漂流 195
- 081 / 资江漂流 华夏第一漂 198
- 082 / 青海湖 陆心之海 200
- 083 / 纳木错 与神耳语的地方 203
- 084 / 喀纳斯湖 大自然的调色板 205
- 085 / 大金湖 水上丹霞奇观 209
- 086 / 泸沽湖 蓬莱仙境 211
- 087 / 镜泊湖 百里长湖 214
- 088 / 千岛湖 天下第一秀水 217



古道重访 野村无人区闯荡

- 089 / 唐蕃古道 文成公主的进藏之路 220
- 090 / 夏特古道 藏身天山的冷酷仙境 222
- 091 / 茶马古道 踏寻千年古道 225
- 092 / 川藏南路 中国人的景观大路 227
- 093 / 婺源 中国最美的乡村 230
- 094 / 丹巴藏寨 千碉之国 233
- 095 / 哈尼村落 大地雕塑 237
- 096 / 图瓦人村落 童话般的建筑 240
- 097 / 漠河 极光的诱惑 242
- 098 / 阿里 世界屋脊的屋脊 244
- 099 / 香格里拉 人间乐土 246
- 100 / 墨脱 最后一个不通公路的县城 248





征服高山
Journey 与天比高

001 黄山

天下第一奇山

黄山，无论是云遮雾绕、若隐若现的妩媚，还是艳阳高照下的铁骨铮铮，都给人一种无法言喻的美感，美得奇幻，却又真实。

W

入选理由

黄山位于安徽省南部，原称黟山，因传说轩辕黄帝曾在此修身炼丹并得道升天而闻名，后唐玄宗依此传说将它改名为黄山。它集泰山之雄伟、华山之险峻、衡山之烟云、庐山之瀑布、雁荡之巧石、峨眉之秀丽于一身，被称为“天下第一奇山”。

黄山以“奇”、“险”闻名，山上有名可数的山峰有72座，各具特色。其中，天都峰、莲花峰、光明顶是黄山的三大主峰，海拔高度皆在1800米以上，而天都峰又是所有山峰中最为险峻

的。黄山最好的景色必须登上高峰才能观赏到，有云雾时风景最佳。徐霞客曾经感叹：“五岳归来不看山，黄山归来不看岳。”

黄山还有奇松、怪石、云海、温泉“四绝”。黄山松针叶短粗，顶平如削，形态奇特，著名的松树有迎客松、卧龙松、黑虎松、麒麟松、蒲团松等。黄山的峰、石千奇百怪，有的似人，有的似物、似禽、似兽，惟妙惟肖，其中最著名的怪石有“猴子观海”、“梦笔生花”、“仙人下棋”、“犀牛望月”、“金鸡叫天门”、“孔雀戏莲花”等。除了奇松怪石，黄山的云海在全国著名高山中也是极富特色的，可以说是一大奇观，特别是奇峰怪石和古松隐现云海之中，就更增加了美感。黄山上，一年365天，常常200多天都是雾，云来雾去，变化莫测，如

同一片汪洋，时而风平浪静，时而波涛汹涌，白浪排空。黄山云海按地理位置分为西



海、东海、前海、后海。黄山温泉，水温大都为42℃，久旱不涸，水质透明，其味甘美，可饮可浴。来黄山游览的人，大都愿意在温泉浴池洗个澡。

目前，黄山景点多达400余处，大致可分为“北海景区”、“温泉景区”、“玉屏景区”、“松谷景区”、“云谷景区”、“白云景区”六个景区。

驴行攻略

黄山总共有四个门，南大门（汤口）、北大门（太平）、西门（钓桥庵）、东门（苦竹溪），大多数游客登山走南大门，少数游客走北大门，西门和东门尚未开发。

从南大门入山，要注意行路方向。黄山前山险，后山秀。从后山（云谷寺到光明顶）云谷寺出发，自白鹅岭到排云亭基本都是平路和下坡，比较顺畅，穿越西海大峡谷也是逆时针北进南出较好。否则，前山（南大门慈光阁到光明顶）陡峭难爬，大量的台阶比较容易消磨人的意志力。

要完整地领略黄山的魅力，最奇秀幽静的西海大峡谷和最险峻的天都峰都是不容错过的，时



间上可以安排两天。

第一天行程：南大门—云谷寺—始信峰—北海—西海—西海大峡谷—天海（夜宿天海）

早5点从汤口换乘中心出发到南大门，再乘景区班车到后山云谷寺，最好乘缆车（云谷新索道）上山到白鹅岭新站，因为沿途景点不多。到达白鹅岭后前往始信峰（看黑虎松、连理松、龙爪松、探海松、竖琴松、猴子观海、童子拜观音），在此看完黄山奇松后到达北海。在北海宾馆对面的散花坞，可以看到梦笔

驴友指点

① 安徽省黄山市黄山风景区

② 淡季150元，旺季230元。

③ 黄山山上基本都是三星和四星的酒店。西海宾馆/西海景区/0559-5588888；排云楼/西海景区/0559-5581558；白云宾馆/光明顶下/0559-5561172。野营可住西海大峡谷服务站，人少，幽静；或光明顶附近，观看日出方便。

④ 最佳游览时间：4~11月

⑤ 特别建议：1.拍摄黄山日出的最佳时间为春季5:30~6:00、夏季4:40~5:20、秋季4:50~5:20、冬季5:30~6:00；最佳地点有光明顶、曙光亭、清凉台、狮子峰、丹霞峰、玉屏楼等。拍摄日落的最佳地点有光明顶、排云亭、丹霞峰等处。

2.必备物品：一次性雨衣、手套、手电筒、登山手杖，饮用水2瓶，牛肉干、巧克力等补充能量的食物。

生花、笔架峰等景观。

北海是黄山的一个十字路口，分别可到光明顶、狮子峰和西海。到狮子峰，要经清凉台，可以看到怪石“猪八戒吃西瓜”，往上一点可以看到“猴子观海”。到狮子峰来回要80分钟。

稍作休息后，从北海出发，经团结松、西海，到达排云楼宾馆。在此午餐后再游排云亭，在这里可赏黄山巧石“仙人晒靴”、“仙女绣花”、“武松打虎”等。排云亭有条岔路，经飞来石到光明顶。

从排云亭进入西海大峡谷北入口，开始穿越大峡谷。要控制好时间，最好在12点前进谷，超过13点的话最好走半程，因为全程需要4~6小时不等，峡谷里面没有路灯，不能夜行。进入峡谷北入口后，是一段下坡的悬空栈道。全程路线基本上呈“V”字形，两个入口都是先下后上。到谷底后再走上坡山路。谷底有一个服务站，可以补充水和食物。穿越西海大峡谷对人的体力是个严峻的考验。

穿越西海大峡谷后，从步仙桥走出。步仙桥巧夺天工，可以在这里看完落日晚霞后再继续向前走，约1小时到达天海，找家宾馆入住，这里离光明顶不远，只有约20分钟路程。

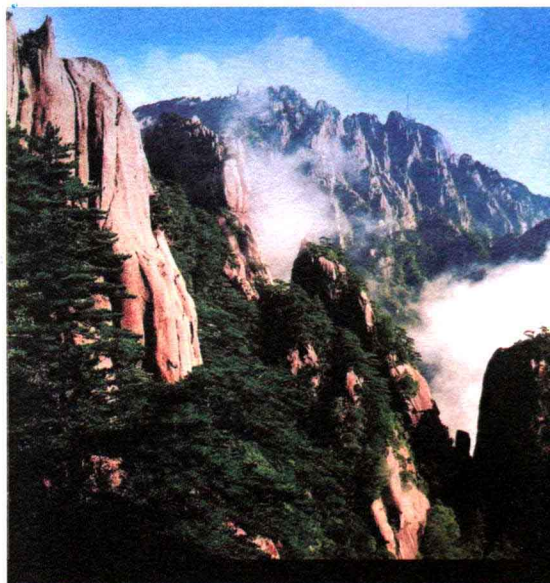
第二天行程：天海—光明顶—迎客松—天都峰—慈光阁—南大门

早上5点起来，从天海出发，上光明顶看日出。光明顶海拔1860米，顶上平坦而高旷，日光照射时间长，是黄山看日出、观云海的最佳地点之一。

看完日出后，经天海、鳌鱼峰、一线天或鳌鱼洞、百步云梯后到达莲花亭，如体力还充沛，可以选择攀登黄山第一高峰——莲花峰。游完后下山经幸福大道到达玉屏楼，在这里可与迎客松合影。迎客松树龄已逾千年，枝繁叶翠，状若迎客，是黄山的一个标志，在此留影一般需要排队。留影后经天都平台攀登天都峰，天都峰是黄

山最险峰，台阶很高，百丈云梯几乎直上直下，在峰顶可鸟瞰黄山的壮丽全景。

从天都峰下来后，直接步行下山，经半山寺到达慈光阁，然后乘景区班车到南大门，再回汤口，结束黄山之旅。

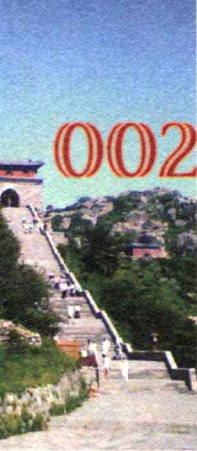


来往交通

自助：乘飞机到黄山机场，包出租车到汤口200元，也可打车到黄山市客运中心（屯溪市区），转乘屯溪—太平的班车在汤口（南大门）下（13元）。黄山火车站出站口外有屯溪—汤口的旅游班车。乘汽车可到黄山市客运中心，换乘到汤口的车；合肥方向的游客可乘汽车到黄山区（太平镇），再转车到北大门。

自驾：上海、杭州方向前往黄山可走徽杭高速，到屯溪后走京台高速可到汤口；合肥、南京方向前往黄山可经铜陵上京台高速到汤口；武汉、南昌前往黄山可经景德镇上杭瑞高速到汤口。

景区内交通：汤口有景区交通车（13元）到玉屏索道下站、云谷索道下站。风景区内有4条索道，统一票价为淡季65元，旺季80元。



002 泰山

五岳之首

泰山在中华几千年的历史里成为历代帝王封禅祭天的神山。随着帝王封禅，泰山逐渐被神化，加上其优美的自然景观，佛道两家、文人名人纷至沓来，给泰山与泰安留下了众多名胜古迹。

入选理由

泰山位于山东省泰安市，又名岱山，为五岳之首，主峰海拔1545米，台阶6600级。

泰山最引人入胜的是它的历史内涵，从先秦至明清，有数以百计的帝王使臣朝拜祭祀泰山。历代文人名士也纷纷吟哦题咏，在此留下不朽之作。泰山还以石刻众多闻名，山上摩崖碑碣数不胜数，有的是帝王亲自题写，有的出自名流之手，是泰山风景中的亮点之一。山上庙宇观堂遍布，其古建筑主要为明清风格，将建筑、绘画、雕刻、山石、林木融为一体。

泰山由自然景观与人文景观融合而成，风

景以壮丽著称，巍峨、雄奇、雄浑、峻秀。泰山日出是岱顶奇观之一，也是泰山重要的标志性景观。泰山人文景观丰富，从泰城西南祭地的社首山、蒿里山至告天的玉皇顶，形成“地府”、“人间”、“天堂”三重空间。

重叠的山势，厚重的形体，苍松巨石的烘托，云烟的变化，使泰山在雄浑中兼有明丽，静穆中透着神奇。

驴行攻略

游泰山要看四个奇观：泰山日出、云海玉盘、晚霞夕照、黄河金带。泰山日出是泰山最壮

来往交通

自助：火车是进出泰安的主要交通工具，泰山站每天到发列车多达86趟，火车站有公交车到泰山的4个入口。

自驾：京沪、泰徐（往徐州）、泰博（往淄博）三条高速公路在此交会，莱芜也有到泰安的高速公路。自驾车到济南或徐州，走高速到泰安市，就可直接到泰山入口。

景区内交通：泰山建有3条索道，中天门索道、桃花源索道单程80元（往返140元），后石坞索道单程20元。





观的奇景之一。云海玉盘多出现在夏秋两季。晚霞夕照与黄河金带的神奇景色，与季节和气候有着很大的关系，一般是秋季最好，其次是大雨之后。

登泰山的路线中最经典的是红门路线，沿石阶盘路过中天门，经十八盘到达南天门和玉皇顶。这条线路集中了各种人文、自然景观，因历朝皇帝也从这条道登山，又称泰山御道。登山可能需要4~6小时，不看日出的话一天就可以游完，如观日出最好安排两天。

第一天行程：岱庙—岱宗坊—红门—经石峪—中天门—十八盘—南天门—天街—碧霞祠—玉皇顶（夜宿山顶）

早晨在市内游岱庙和岱宗坊。泰山脚下的岱庙就是历代皇帝举行封禅大典和祭祀泰山神的地方，为泰山第一名胜，游览泰山一般先从岱庙开始。岱宗坊是泰山东路登山之门户，为一座四柱三间式古代牌楼。中午在市内饭店吃饭。

午饭后，乘车或步行到红门，经万仙楼、斗母宫，在岔路口右转，过漱玉桥、高山流水亭、

神聆桥等到经石峪。峪中有缓坡石坪，上刻隶书《金刚经》，俗称晒经石，明隆庆年间万恭书刻“曝经石”。游完后原路返回岔路口，向上经壶天阁、回马岭到中天门。中天门是泰山登山东、西两路的交会点，此处为登顶半程，上下必经之地，有缆车到南天门。

在中天门稍事休息后，补充一下水，沿着石阶经云步桥到十八盘。十八盘是泰山登山盘路中最险要的一段，共有石阶1600余级，是泰山景点中最精华的部分。走完十八盘，就到达了南天门。

进了南天门，再上两层台阶就是天街。天街自古以来就似悬在天上的一条街市，在长约千米的街道上布满了宾馆、饭店、商铺。过了天街后，步行到碧霞祠，在岔路口转到瞻鲁台、日观峰游览，原路返回后继续走一段就到了泰山之巅玉皇顶。玉皇顶海拔1545米，上有玉皇庙，东亭可望“旭日东升”，西亭可观“黄河金带”。在玉皇顶附近找家宾馆住宿，也可以返回天街附近。

第二天行程：玉皇顶—北天门—姊妹松—天烛峰

早起，在玉皇顶附近观看日出，沿着天烛峰路线下山，沿途有姊妹松、望天门、

驴友指点

山东省泰安市

旺季125元，淡季100元。

八一宾馆/玉皇顶附近/0538-8226957；泰山空军宾馆/八一宾馆后面/0538-8270588或8239504。

泰山上和泰安市有众多特色美食，如泰安煎饼、干炸赤鳞鱼、豆腐宴和野菜宴等。

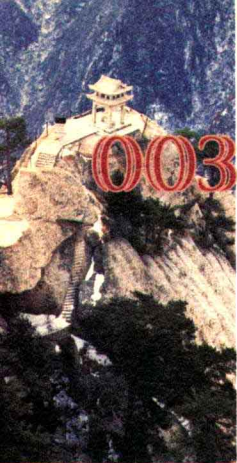
最佳游览时间：3~11月

① 特别建议：1.在泰山顶上并非每天都能看到日出。东边地平线上有云彩，就看不到日出。如果头天晚上刮了西北风，次日就容易看到日出，因为云彩被刮到大海那边去了。

2.山顶上有租军大衣的地方，最好不要在半路上租军大衣，不然是个负担。另外，冬季登山要记得戴手套，否则握着十八盘的铁扶手很凉。

鲤鱼背、仙鹤湾、天烛胜境坊等景点。扇子崖下有两棵松树，相依生长，好像夫妻又好像两姐妹，故称姊妹松。天烛峰形似蜡烛，其峰顶有一棵松树，远望像蜡烛的火焰。





003 华山

华山天下险

华山在五岳之中以险著称，登山之路蜿蜒曲折，到处都是悬崖绝壁，还有“自古华山一条道”之说。

驴友指点

陕西省华阴市

旺季120元，淡季60元。

华山山脚下玉泉路上有不少私人旅馆，山上基本上都是各种宾馆，如北峰饭店、五云峰饭店。

华山的美味，既有陕西的特色美食，又有华山特色小吃，凉皮、凉粉、锅贴、大刀面、豆腐脑、烩面、黄河鲂鱼，尝过后让人难忘。

最佳游览时间：4~10月

特别建议：1. 华山距西安100多千米，从西安乘车去华山时，一定不要在火车站广场或汽车站外乘中巴，要到长途汽车站内乘大巴（走高速）。中巴不走高速，有可能浪费三四个小时，而且还容易出现其他不愉快的问题，这是在所有地方旅游中都要注意的首要问题。

2. 华山上的食品较贵，上山前最好带些方便面等食品和矿泉水。

3. 要买一个头灯，上山路上人人都用手电照路，但手电不方便，因为双手经常用于攀爬，头灯最实际。

4. 不要带太厚的衣物，但要带一件厚外套。山间晚上温度很低，一旦停下歇息就冷得发抖。太厚的衣物虽然保暖有余，但阳光出来后你就会恨不得扔了它，因为重且影响行动。

入选理由

西岳华山位于陕西省华阴市城南，为五岳之一，以险峻称雄于世，自古以来就有“奇险天下第一山”的说法。

华山由东、西、南、北、中五峰组成。其中，东峰“朝阳”、南峰“落雁”、西峰“莲花”三峰为主峰，但要数东峰、西峰、北峰最美。山上著名景点多达210余处，有凌空架设的长空栈道，三面临空的“鹞子翻身”，以及在峭壁绝崖上凿出的千尺幢、百尺峡、老君犁沟等。





说起“华山天下险”，华山之险，在于千尺幢。在千尺幢，372个台阶斜斜地从崖底直通崖顶。由于石级只能容一个人上下，所以两旁挂着铁索。在这里，向上看，苍天仿佛伸手可及；往下看，则如立于深井上，险象环生。

华山虽然以奇险著称，但让它更流光溢彩的，却是红叶。华山红叶种类繁多，以黄栌、五角枫、元宝枫、三角枫为主。每当红叶遍山时，一丛丛，一簇簇，与郁郁葱葱的杉松、灰白的花岗岩山体交相辉映，整个华山变得分外妖娆，五彩缤纷。欣赏华山红叶，最好是在秋天。

华山还是神州九大观日处之一，尤其是东峰朝阳峰，海拔2100米，峰上朝阳台

居高临险，视野开阔，是观看雄浑奇伟的日出景观的最佳位置。

华山的绝美不仅在于它的日出，因为气候多变，不同季节还可欣赏到“云华山”、“雨华山”、“雾华山”、“雪华山”等各具特色的美丽景观，云雨雾雪的聚散，将华山装点得如诗如画。

驴行攻略



华山东、南、西三面是悬崖峭壁，只有柱峰顶向北倾斜开辟了一条十分陡峭的道路，可以通到山上，因此登华山必须由玉泉院出发，顺着澄明清凉的山泉而上，沿途不但有千尺幢、百尺峡、老君犁沟、上天梯、苍龙岭等绝险要道，还有玉泉院、东道院、镇岳宫等道教宫观。这一带风光幽静，峡谷两侧青翠浓绿，到处鸟语花香。

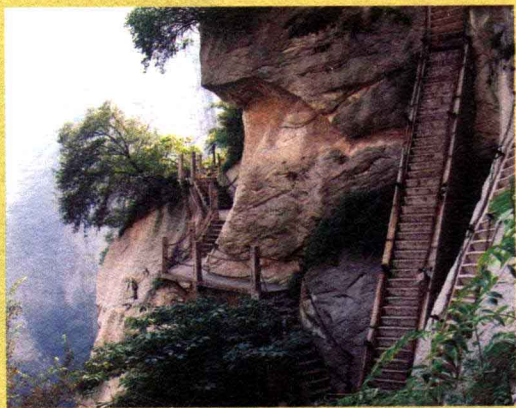
第一天行程：玉泉院一回心石一千尺

🚗 来往交通

🚗 自助：西安火车站东广场乘坐旅游专线车游1路直达，票价单程22元（淡季1~3月停运）；停运期间可乘私人承包旅游中巴车前往，25元/人。西安城东客运站有长途汽车直达。

🚗 自驾：从西安出发，上连霍高速，途经临潼、渭南，到华山；从郑州出发，上连霍高速到华山；从太原出发，上大运高速到运城，转风运高速到风陵渡，再沿西潼高速到华山。

🚗 景区内交通：索道，黄甫峪索道站是智取华山道登山入口，黄甫峪瓦门沟可以乘索道直接上北峰，路程七八分钟，单程60元，双程110元；进山班车，玉泉院乘中巴车前往索道站，往返20元，单程10元。



幢—百尺峡—苍龙岭—金锁关—中峰—东峰

为了观看日出，最好晚上10点出发，从玉泉院开始上山，经五里关、石门、莎萝坪、毛女洞、云门至青柯坪，拾级而上到回心石，这一段多为斜的上坡盘山路。回心石是陡峭的台阶路边的一块石崖，旁边有“英雄进步”、“当思父母”等石刻，以激励与告诫登山者要小心谨慎，勇往直前。

过了回心石，就是华山最险处千尺幢，这里坡度极陡，每级台阶的宽度仅有脚掌的三分之一，两旁都有可助攀爬的铁链。过了千尺幢就是百尺峡，虽没有千尺幢那么长，仅46米，但仍是华山天险之一。经老君犁沟、聚仙台，过天梯到苍龙岭。苍龙岭是一条长约1500米、坡度极陡的山脊，开凿石阶246级，两旁是千丈绝壁。再到金锁关，是经五云峰通往东、西、南峰的咽喉要道，锁关后则无路可通。

过了金锁关后，左转到中峰。中峰又称玉女峰，形如鸟头，峰顶建有玉女祠堂，山崖上还有独松一棵，不见其根，树干无鳞有光，名曰舍身树。短暂休息后，再到东峰。东峰又称朝阳峰，海拔2090米，主要景点有甘露池、下棋亭、鹞子翻身、三茅洞等。峰顶的朝阳台，是华山观日出

的最佳地点。

第二天行程：东峰—长空栈道—南峰—西峰—北峰—智取华山道下山—西岳庙

在东峰观看完日出后，经迎阳洞到长空栈道。长空栈道上下皆是悬崖绝壁，铁索横悬，由条石搭成尺许路面，下由石柱固定。再往前走一段，就到了南峰，南峰又称落雁峰，海拔2160.5米，是华山最高主峰，峰顶有老君洞、八卦池、炼丹炉等景观，“仰天池”有终年幽静碧绿的泉水。

游完南峰后步行到西峰。西峰又称莲花峰，海拔2082米，是华山最秀丽险峻的山峰。山峰西北面直立如刀削，空绝万丈，人称舍身崖。游览完西峰后继续沿着道路向前，在岔路口右转到镇月宫，参观完后下山，经金锁关，在纪念亭岔路口右转到北峰。北峰又名云台峰，山势非常险峻，三面都是绝壁，只有一条山岭通向南面。北峰顶上有倚山而建的道观真武宫，附近还有擦耳岩、老君挂犁处、卧牛台、白云仙境石牌坊等景点，游完各景点后沿着智取华山道台阶下山。

从华山下来后，在市内游览西岳庙，该庙是历代帝王祭祀西岳华山的祠庙，被称为“五岳第一庙”。整个建筑包括山门、五楼门、棂星门等，庙内珍贵碑刻繁多，是陕西省较大的古建筑群。