

藏羚羊
旅行指南

64个最美景点，为你精彩呈现！
坚持出版前由作者亲自踩线



Zui Neimenggu

最内蒙古

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

内蒙古最值得去的7个地方，最值得体验的6件事情

乌兰布统草原、克什克腾旗、呼伦贝尔草原、满洲里，一路行来，内蒙古美景全收揽！

尝试男儿三艺，体验草原徒步，等待雨后彩虹，品味内蒙古人的闲适时光！

为你精选最经典、最具代表性的热门旅游路线！贴心规划3条经典路线+3条专题旅行路线！



海峡书局股份有限公司
Straits Multi-Media, Inc.

最系列

最内蒙古



藏羚羊旅行指南编辑部 编著



www.chiru.com.cn

海峡书局股份有限公司

电子书版权页

书名：最内蒙古

编著者：藏羚羊旅行指南编辑部

责任编辑：魏芳

纸书出版者：人民邮电出版社

电子书出版者：海峡书局股份有限公司

地址：福州华林路 155 号新华兴联合广场 A 座 5F 邮编：350003

电话：0591-88602255

出版日期：2013 年 7 月

电子书定价：34.86

电子书设计制作：海峡书局股份有限公司

排版：藏羚羊旅行指南编辑部

地址：福州华林路 155 号新华兴联合广场 A 座 5F 邮编：350003

电话：0591-88602255

电子书载体：

档案格式：PDF

档案内容：文字+图片

阅读软件：Adobe Reader 等

版权所有，侵权必究。

小时候读王维的“大漠孤烟直，长河落日圆”，并没和内蒙古联系在一起，直到我自己去了巴丹吉林沙漠，在那个入选了《中国国家地理》杂志“最美中国”特辑的地方，听到了人们对这首边塞诗歌的传唱。原谅我，对于内蒙古，我本打算从草原的浩瀚和无穷的生命力开始写起，可是亲身的经历，让我无法对尚未亲临内蒙古的读者许下很难兑现的承诺。

很多人对内蒙古的记忆，都是从“蓝蓝的天上白云飘，白云下面马儿跑”这首歌开始的。是的，内蒙古拥有堪称中国最美的草原——呼伦贝尔大草原。这里水草丰美，牛羊肥壮，蒙古包点点散落在蜿蜒的河流两侧，牧羊犬忠实地履行着自己的职责。这里还有被摄影爱好者称为天堂的乌兰布统草原以及盛产肥尾羊的东乌珠穆沁草原。游人旅行到这些地方，能够享受天人合一的美景，感受游牧民族的坚韧与豪情，也能达成儿时策马扬鞭驰骋草原的梦想。

可是，内蒙古的环境正在发生着变化。那些曾在历史上占有重要地位的鄂尔多斯草原、科尔沁草原、锡林郭勒草原都在逐渐沙化，甚至消褪。沙漠是地球上最为壮观的景象之一，那些起伏的曲线、悠远的驼铃、生生不息的胡杨林，虽然给旅人带来了极度的诱惑，却难掩那壮美景致中的无比凄凉。

当我们在这片辽阔的大地上旅行，从城市走到乡村，从草原穿行到沙漠，喝着奶酒听着长调，遥想着蒙古铁骑驰骋欧亚大陆的辉煌与豪情的时候，请扪心自问，我们应该为后人留下一个什么样的家园？

本书稿经历了数次反复与推敲才最终定下现在的体例，这得益于本书编辑对体例精益求精的锤炼，感谢刘磊饱含深情的行走、编写与后期的配合，感谢赖丽丽精致的设计与排版，我们的共同努力源于对这片土地和旅行的热爱，以及对书籍的尊重。

且行且珍惜，让我们保留一个好似田园之家的内蒙古。



作者 刘磊

刘磊，80后，毕业于南方某美术学院，深受中华水墨艺术熏陶，遂钟情旅行。自背包上路开始，足迹已超过半个中国。加入藏羚羊编辑部以来，志在三山踏雪，五岳寻仙，身作霞客，诗法太白。然行之愈远，愈觉山河之壮丽，深感天地之大美，又由何写起？案头学问，终为闭门造车；实地的考察，总能探究出未知。深信所有怀有一颗年轻心灵的人，都应该做一次背包客，因为旅行，往往最能触及自己真实的内心。

走进内蒙古，是在12月的冬天，对于北方的大多数省份来说，这个时候并不是一个太理想的旅行季节。内蒙古的冬天，没有东北雪乡的风情，寒冷与荒芜是其主调，但是这并不影响我的旅行计划。面对大自然，旅行者所能掌控的因素实在太有限，而旅途中还有那么多风景要体验，体验才是旅行者的最大乐趣。

从中国地图上看，内蒙古所占的版图面积很大。在我国1.8万余公里的国境线中，内蒙古辖区内的国境线达到了4200公里。国境线旅行是近几年很受驴友们青睐的旅行类型，当然也别指望能将这4200公里都给走完，除了阿尔山至莫尔道嘎一段精彩纷呈，其他的地带恐怕只有嗜好“自虐”的旅行者会前往一探究竟了。从表面上看，内蒙古之旅浪漫无比，实则旅途中感受到的孤独并不少于旅行前的期待。大草原是内蒙古的代名词，除了大草原，人们仿佛很难想起内蒙古有其他的美丽风景。实际上内蒙古的沙漠和沙化地区是草原面积的很多倍，尤其是在冬天，满眼灰黄的色彩很容易让人产生疲惫感。反季节的旅行能让旅行者充满斗志，感受到大多数人无法体验到的旅途心境。内蒙古之旅的一些故事，也因此成为我永生难忘的记忆。

我是坐着长途汽车进入呼伦贝尔草原的。打盹后醒来，车窗外已是黄昏，草原上覆盖着不太厚的白雪。公路的一边是长河落日，另一边是雪原圆月，此等场景，我只在唐诗里领略过，它把我在旅途中的困顿一扫而光。我没有办法停下来拍摄，最美的风景永远无法被定格。摄影只是对大自然的模仿，却难以取代人们当时内心的震撼。我虽然没有见到“天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊”的景象，却在雪原上见到了精灵一般的狐狸。

来到海拉尔后的第二天，气温降到将近零下30摄氏度，我的相机在户外被冻得罢工。换上续航强劲的电池加上有效的防寒措施后，才得以完成在更为寒冷的满洲里至东北一线的拍摄。离开兴安盟三天后，这一带突遇暴雪，积雪及腰深，草原上的牛羊被冻死了许多，还有一个由四只狼组成的狼群袭击了一个牧场，差点伤及到牧民。之后我来到了克什克腾旗的乌兰布统草原。在将军泡子，我流连于落日光线，忘记了归程。夕阳西下，沙尘暴涌起，我才意识到了危险，便开始往回赶。偌大的草原上，放眼皆是起伏的山丘，一模一样。靠着指北针和来时的方向感，我摸索着往红山军马场走去，行至一片白桦林边，我遇到了一只黄色的草原狼。落单的狼是决不敢攻击人的，这是我曾经有过的旅途经验。虽然我的心里一阵激动，但却来不及细细欣赏这自然界的生灵，一头鹿子从树丛后跳了出来，迅速地跑掉。这时狼也发现了我，便飞快地钻进了树林的另一个方向。看来我是委屈了狼的肚子，因为我救下了这头鹿子。

冬天的沙漠，令我没有太多停留的勇气，沙尘和酷寒迅速将我击退。美丽的风景和绝望的风景都会让人想起很多人和事，旅行的精彩包含了无尽的快乐、分享、孤单、思念……整个旅途中，我没有见到第二个旅行者，但我并不觉得冬季的内蒙古是旅行的禁区，我所感受到的愉悦远多于旅途的疲惫和艰难。如果有可能，我将在另一个季节再次进入内蒙古，去感受不同于冬季的内蒙古风情。

如何使用《最内蒙古》

作为力求实用的旅行攻略书，本书在内容方面进行了精心编排；在图片方面力求以专业摄影的水准给读者呈现出精美的图片；在旅行示意图方面搭配最新最精确的旅行示意图，目的就是让读者使用时方便快捷，阅览时赏心悦目。



■ 旅游景点

不可错过部分

走过，路过，不能错过。这部分介绍了内蒙古之旅中最不能错过的一些精彩内容，包括“最值得去的地方”和“最值得做的事情”，力图让读者对内蒙古和本书的精华部分有一个全面而深刻的印象，也便于读者更有针对性地选择游玩方向和分配出行时间。

路线设计部分

按照旅行时间和主题，精选最经典、最具代表性的热门旅游线路，搭配特色图片，力求为读者提供实用的游玩路线参考。



■ 行程安排

美食部分

美食也是出游的重要诱惑之一。这部分即为读者图文并茂地呈现了颇具草原文化特色的一些美食，如奶制品、牛羊肉食品等，看过之后无不让人食指大动，读者到了当地也可按图索骥，大饱口福。

奶酒

奶酒是一种古老的食品，属于西亚游牧民族。在欧美，奶酒是不可或缺的日常食品。在我国流行于北方和西北的蒙古族、哈萨克族、维吾尔族等游牧民族之中。蒙古族的奶酒为奶皮酒。奶酒的酿法有生熟两种，新鲜的奶酒是先将牛奶熬开，不过滤或加热处理，太阳将大部分水分蒸干，平均10斤牛奶才能制成1斤奶酒。新鲜的奶酒口感酸，带着湿润气息，味道黏甜，不凝不硬。在新鲜的奶酒基础上，可以衍生出油奶酒、融化奶酒、白酒奶酒。蓝纹奶酒等众多制作工艺各不相同的奶酒食品。奶酒文化是一本大群典，它承载了古老草原文化的精髓。

内蒙古的奶酒制品极具地方特色，大多制作成了干酪，以水果味和酸奶味居多，特别适合旅行携带，老少咸宜。上好的干酪口感细腻，无杂质，奶香浓郁，回味绵长，富含热量和铁质，能生津止渴，营养价值高于属于发酵奶制品的酸奶。

- 奶酒为锡林郭勒盟特产以外，其他各地超市、特产店均有出售。
- ⚠ 呼和浩特中意行将全国各地的奶酒、果酒、茶酒、正堂果味低酒精度的蒙古当地奶酒卖过。
- 各品牌奶酒价格不一，一般每斤20元左右。



奶酒

奶酒是蒙古族传统的个性，这种个性决定了生活中一定要有些酒相伴。从某种意义上讲，草原的语音节奏是与游牧的乳酒相配，但却别有一番风味。最早的奶酒酿造是源于草原的游牧，他们将奶酒置于下一块放在水囊中，经过一天的行程，奶酒在水囊中发酵，形成了奶酒的雏形。还有一种说法是在牧民的迁徙过程中，密封的奶酒不断碰撞撞击，乳酸分离，乳酸上浮，发酵成酒。经过长期的实践摸索，草原民族制作出了香醇醇人的奶酒。

目前市面上供应的奶酒主要有牛奶酒和马奶酒两种，因马奶的产量比较稀少，所以牛奶酒比较常见。但从口感和功效上来说，马奶酒更胜一筹。夏秋水草丰美之时是酿造马奶酒的最佳时节。马奶酒色淡而白，奶香四溢，味甘甘醇，香郁甜良，入口顺滑清爽，适量饮用能安神静心，舒筋活血。头部奶酒不具有高酒精度，经过蒸馏后的奶酒口感就不是想象中那么酸酸呛呛了，尤其是反复蒸馏后的奶酒，有些酒精度高达40度以上，能在口感的酸中使人上瘾。不过，早在蒙古大军南征北伐的时候，成吉思汗就有蒙古国训诫诗：“嗜酒嗜醉，若得存醉，心若无主，执依俱成。”所以，酒还是小酌为好。

- 奶酒为锡林郭勒盟特产以外，其他各地超市、特产店均有出售。
- ⚠ 当地主要品牌有厚厚果、元亨、牧野、正堂、安达博等。
- 各品牌奶酒价格不一，一般酒精度高的元亨在，瓶装零售不过五六元。

特色美食 推荐店家及价位

特产类型

01 民族工艺品



蒙古刀

所有的马背民族都是武艺超群的，刀具是他们最重要的工具和随身配饰。横跨欧亚大陆的蒙古民族，刀锋所向，望风披靡。那个狩猎的时代早已融化在历史的画卷里，但蒙古刀作为一种实用刀具在草原上仍延续着游牧精神。今天作为装饰艺术品的蒙古刀，从形制上来看与内蒙古自治区内出土的大量古兵刃刀具是一脉相承的。刀柄多为马头或其他动物形象，刀身短小，形制独特，弯曲弧度较大，符合骑兵团冲锋和近身肉搏的力学原理。当然现在市面上几乎所有的蒙古刀都只是工艺品，没有作为狩猎刀具的使用价值。不过由于其独特的外形，这类刀具属于管制刀具，不能携带。

- 内蒙古锡盟第一街的布成成商店均有销售，呼和浩特回民区五塔寺高丽的古一街上一条街的蒙古刀口碑相对较好，价格也最公道。

草原特产价格高，记得砍价，一般品牌的价格在30元左右，质量上中。

- 不要选择差质量的刀具，蒙古族钟爱的图案一般是水波纹、经幡纹和吉祥纹，式样并不花哨，有的还刻有观音菩萨的头像。
- 工艺刀是钢并未完刀，包仍属于管制刀具，火车和飞机安检均不能通过，购买前先办理托运或随身邮寄。

皮具

牛羊皮制成的皮具原本是草原上的大宗特产，但皮具已是司空见惯的工艺品。今天能看到的内蒙古皮具不一定能引起人们的兴趣，但是有一种桦树皮工艺品为其他地域所没有，它是源自于内蒙古北部游猎民族的技艺。桦树是一种在全国范围内广泛分布的树种，最有名的桦树皮还是来自前苏联的影视和绘画作品。白桦树皮成为中微出境上最流行的风景。内蒙古边境地带的鄂温克族和鄂伦春族等少数民族，在生活中较多地使用到桦树皮。因为桦树皮表面光滑，质地坚韧，可塑性很强，桦树皮是游牧民族独特文化的产物。桦树皮包型充满自然的设计感，图案线条简洁，色彩强烈，可惜的是这种具有相当观赏价值的包并不是一种大规模量产的商品。除了在民族博物馆里能欣赏到，就只能深入游牧民族的生活去寻找了。

- 牛羊皮具在内蒙古鄂盟的布成成商店均有销售，需了解条件一律用，较为物美价廉，桦树皮制品较少卖，只有深入游牧民族的生活才可能见到。

特产部分

除了旅途中拍摄的美图之外，购买旅行纪念品或者特色伴手礼也是珍藏旅行记忆、联络亲友感情的重要手段。这部分即为读者详解内蒙古的特产，使您了解，进而在路上享受，或者在返程时选购当地特产，不留入宝山而空回的遗憾。

特色美食



目录

不可错过的内蒙古

内蒙古的美是多元的，这里既有印证诗句“天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊”的草原，也有入选“中国最美”的沙漠，既留有一代天骄成吉思汗的足迹，也有掩埋在流沙中的古城池。就让我们在蒙古长调和马头琴的低回吟唱中，检视最不可错过的内蒙古吧。

最值得去的7大地方

乌兰布统草原	16
克什克腾旗世界地质公园	17
呼伦贝尔大草原	18
巴丹吉林沙漠	19
内蒙古博物馆	20
满洲里	21
成吉思汗陵	22

最值得做的6件事情

尝试男儿三艺	23
吃烧烤	24
住蒙古包	25
草原徒步	26
沙漠探险	27
等候雨后的彩虹	28

路线设计

内蒙古地域辽阔，若想以最有效率的方式游览其精华景点，必须要花一番心思做好路线规划。本章节是资深驴友依据亲身踩线经验，按照行程、时间和专题来设计的旅行路线，颇具实用性。

经典路线推荐

3日游	30
5~7日游	31
10日游	32

专题旅行路线

东线自然景观之旅	33
西线考古之旅	36
国境线之旅	39



内蒙古特产

到内蒙古游玩，可以选特性鲜明的民族工艺品或名贵稀少的药材作为旅行纪念品馈赠亲友。

民族工艺品

民族工艺品	42
蒙古刀	42
皮具	43
牛角工艺品	44



药材

药材	45
鹿茸	45
灵芝	46
野山参	47
金莲花	48



内蒙古美食

牛奶是草原最原始的牧业产品，由牛奶衍生出的酸奶、奶酪、奶酒等历来深受人们喜爱。风干肉、涮羊肉等堪称内蒙古美食的代表，它们因肉质上乘、肉味醇正的特点，口口相传。

奶酪	52
奶酒	53
风干肉	54
涮羊肉	55
菌类	56
沙棘	57
莜面	58
荞面	59
哈达饼	60
对夹	61
手扒肉	62





速读内蒙古

出发之前翻阅这一章节，可迅速了解内蒙古的相关背景，如蒙古族的辉煌历史和其特色独具的艺术形式等，这些将极大地提高您在实际游览过程中的愉悦度。

历史	64
地理	67
气候	68
名人	69
民族及节庆	76
艺术	77



内蒙古之旅

本章给出的“出行建议”具体而实用，有对景点及相关实用信息的介绍。“旅游达人这样玩”等栏目的设计，可作为游客行程设计的参考。

出行建议	84
交通概况	84
季节选择	87
出行装备	88
拍摄提示	92



呼 和 浩 特

路线设计	93
乌兰夫纪念馆	98
清真大寺	99
大召	101
五塔寺	103
内蒙古博物馆	104
昭君墓	108
蒙古风情园	114



锡 林 浩 特

路线设计	117
锡林郭勒草原	118
元上都遗址	120



克 什 克 腾 旗	123
路线设计	123
阿斯哈图冰石林	125
黄岗梁国家森林公园	127
大青山冰白群	131
乌兰布统草原	133



巴 林 右 旗	137
路线设计	137
巴林石博物馆	138
巴林右旗博物馆	141
荟福寺	142



巴 林 左 旗	143
路线设计	143
辽上京遗址/辽上京遗址博物馆	144
林东双塔	148
辽太祖陵	150
真寂之寺	151



赤 峰 市 区	153
路线设计	153
红山国家森林公园	154
赤峰市博物馆	155



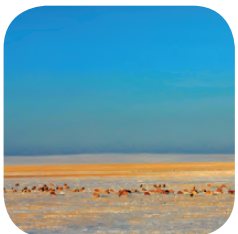
通 辽	157
路线设计	157
大青沟	160
僧格林沁博物馆	162



乌 兰 浩 特	165
路线设计	165
成吉思汗庙	166



阿 尔 山	169
路线设计	169
中国温泉博物馆	174
五里泉	175
阿尔山森林公园/国家地质公园	176



呼 伦 贝 尔	179
路线设计	179
呼伦贝尔大草原	180



海 拉 尔	185
路线设计	185
呼伦贝尔民族博物馆	188
侵华日军海拉尔要塞遗址	190
西山国家森林公园	192
苏联红军烈士陵园	194



满 洲 里	195
路线设计	195
呼伦湖	196
满洲里国门	197
俄罗斯艺术馆	199
满洲里市博物馆/满洲里博物馆	200
苏联红军烈士陵园	201



额 尔 古 纳	203
路线设计	203
黑头山古城	204
黑山头口岸	205
莫尔道嘎国家森林公园	206
鄂 尔 多 斯	209
路线设计	209
成吉思汗陵	210

鄂尔多斯青铜器博物馆	212
库布齐沙漠/响沙湾	214

包头

路线设计	217
五当召	218
黄河大桥	220



阿拉善左旗

路线设计	221
贺兰山森林公园	222
北寺	224
南寺	225
腾格里沙漠	228
天鹅湖	229



额济纳

路线设计	231
额济纳展览馆	232
塔王府	233
巴丹吉林沙漠	234
大同城	236
五塔	237
黑城遗址	238
绿城遗址群	241
胡杨林	242
甲渠侯官遗址	244
红城	248
怪树林	249
居延海	250
东风航天城	251





旅行示意图索引

锡林浩特—克什克腾旗—巴林右旗—巴林左旗	33
赤峰—通辽—乌兰浩特—阿尔山	35
鄂尔多斯—包头	37
满洲里—海拉尔—额尔古纳—莫尔道嘎	39
阿拉善左旗—额济纳	40
内蒙古行政区划示意图	67
乌兰夫纪念馆—大召寺—五塔寺	93
内蒙古博物馆—昭君墓	95
巴林右旗大板镇	137



内蒙古草原



马背上长大的民族



红山国家森林公园

不可错过的 内蒙古

