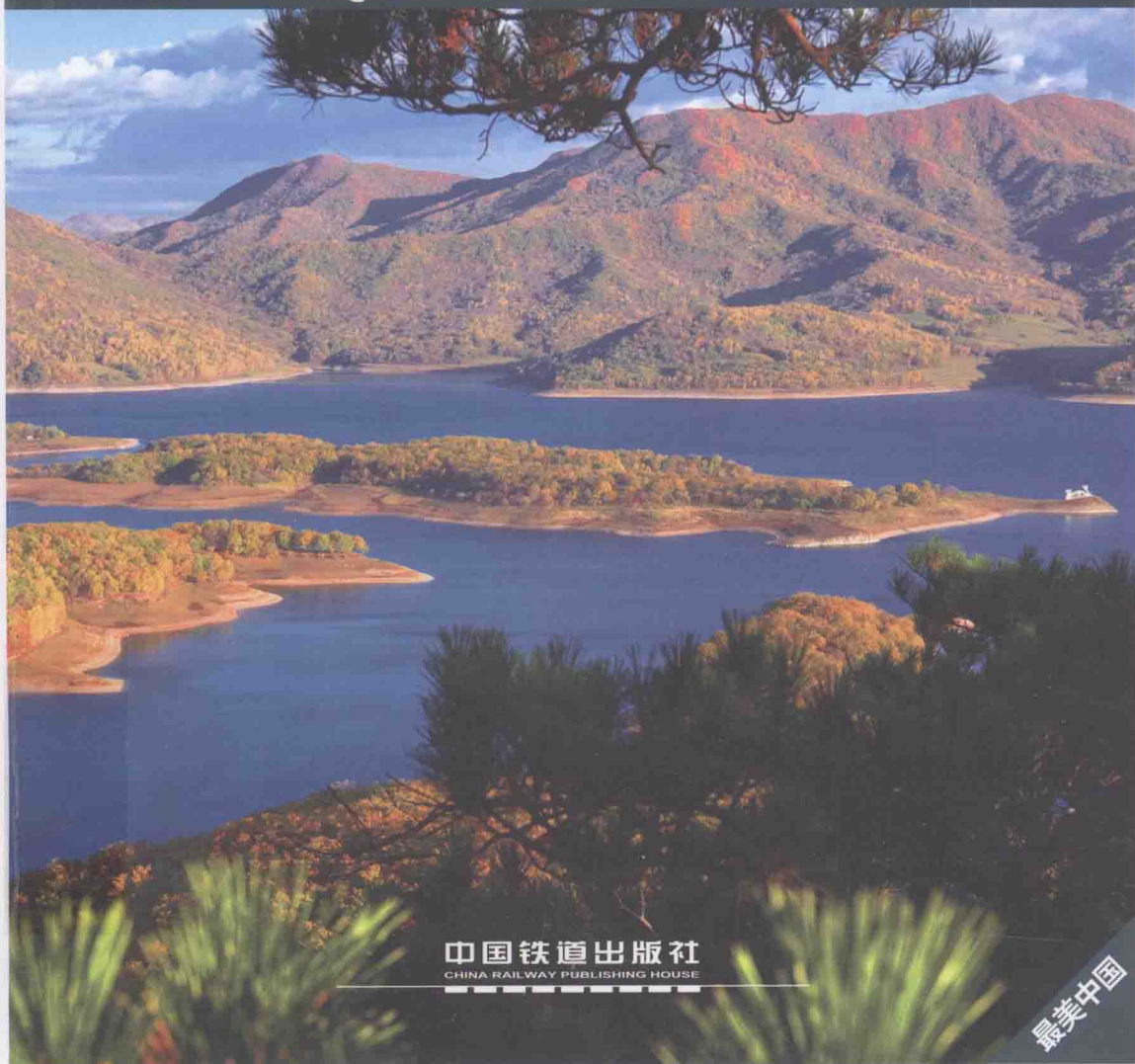




漫步101座国家公园，
瞩目山峰万仞，聆听流水潺潺，
投入纯净心灵的自然怀抱！

中国最美的 座国家公园 101

Top 101 National Parks



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

最美中国



1 国家公园..... 8

1. 黑龙江汤旺河国家公园 10
2. 云南普达措国家公园 12
3. 云南梅里雪山国家公园 16
4. 台湾“垦丁国家公园” 20
5. 台湾“阳明山国家公园” 22
6. 台湾“太鲁阁国家公园” 24



2 世界地质公园..... 26

7. 湖南张家界世界地质公园 28
8. 江西庐山世界地质公园 30
9. 广东丹霞山世界地质公园 34
10. 安徽黄山世界地质公园 38
11. 河南云台山世界地质公园 40
12. 黑龙江五大连池世界地质公园 44
13. 云南石林世界地质公园 48
14. 河南嵩山世界地质公园 50
15. 浙江雁荡山世界地质公园 52
16. 福建泰宁世界地质公园 56
17. 江西龙虎山世界地质公园 58



3 国家地质公园..... 60

18. 北京石花洞国家地质公园 62
19. 天津蓟县国家地质公园 64
20. 河北秦皇岛柳江国家地质公园 68
21. 山西黄河壶口瀑布国家地质公园 70
22. 陕西翠华山国家地质公园 72
23. 陕西洛川黄土国家地质公园 74



24. 甘肃崆峒山国家地质公园	76
25. 甘肃景泰黄河石林国家地质公园	78
26. 甘肃敦煌雅丹国家地质公园	80
27. 甘肃天水麦积山国家地质公园	84
28. 山东东营黄河三角洲国家地质公园	88
29. 山东枣庄熊耳山—抱犊崮国家地质公园	90
30. 福建福鼎太姥山国家地质公园	92
31. 福建漳州滨海火山国家地质公园	94
32. 安徽齐云山国家地质公园	96
33. 广东湛江湖光岩国家地质公园	98
34. 广西北海涠洲岛火山国家地质公园	100
35. 江苏苏州太湖西山国家地质公园	102
36. 四川黄龙国家地质公园	104
37. 四川龙门山国家地质公园	106
38. 四川海螺沟国家地质公园	108
39. 四川大渡河峡谷国家地质公园	110
40. 重庆武隆岩溶国家地质公园	112
41. 云南腾冲火山国家地质公园	114
42. 新疆布尔津喀纳斯湖国家地质公园	116

4 国家湿地公园..... 118

43. 河北丰宁海留图国家湿地公园	120
44. 河南淮阳龙湖国家湿地公园	122
45. 陕西西安浐灞国家湿地公园	124
46. 甘肃张掖国家湿地公园	126
47. 山东济宁微山湖国家湿地公园	128
48. 黑龙江黑瞎子岛国家湿地公园	130
49. 江苏泰州溱湖国家湿地公园	132
50. 江苏无锡蠡湖长广溪国家湿地公园	134



51. 浙江杭州西溪国家湿地公园	136
52. 新疆博斯腾湖国家湿地公园	138
53. 新疆赛里木湖国家湿地公园	140
54. 内蒙古白狼洮儿河国家湿地公园	142
55. 青海贵德黄河清国家湿地公园	144
56. 湖南汨罗江国家湿地公园	146
57. 云南红河哈尼梯田国家湿地公园	148



5 国家城市湿地公园..... 150

58. 北京海淀翠湖城市湿地公园	152
59. 河北唐山南湖国家城市湿地公园	154
60. 江苏常熟沙家浜国家城市湿地公园	156
61. 江苏常熟尚湖国家城市湿地公园	158
62. 浙江绍兴镜湖国家城市湿地公园	160
63. 贵州贵阳花溪国家城市湿地公园	162



6 国家森林公园 164

64. 北京云蒙山国家森林公园	166
65. 上海佘山国家森林公园	168
66. 天津蓟县九龙山国家森林公园	170
67. 河北石家庄灵寿五岳寨国家森林公园	172
68. 山西五台山国家森林公园	174
69. 陕西太白山国家森林公园	176
70. 陕西汉中天台山国家森林公园	180
71. 吉林长春净月潭国家森林公园	182
72. 黑龙江鹤岗小兴安岭国家森林公园	184
73. 浙江千岛湖国家森林公园	186
74. 浙江仙居国家森林公园	188

75. 湖南神农谷国家森林公园	190
76. 湖南桃花源国家森林公园	192
77. 湖北神农架国家森林公园	194
78. 广西八角寨国家森林公园	198
79. 四川都江堰国家森林公园	200
80. 宁夏火石寨国家森林公园	204
81. 宁夏六盘山国家森林公园	206
82. 西藏色季拉国家森林公园	208
83. 青海坎布拉国家森林公园	210

7 国家级自然保护区

84. 北京野鸭湖湿地自然保护区	214
85. 内蒙锡林郭勒草原国家级自然保护区	216
86. 吉林松花江三湖国家级自然保护区	218
87. 吉林长白山国家级自然保护区	220
88. 黑龙江扎龙国家级自然保护区	224
89. 辽宁丹东鸭绿江口滨海湿地国家级自然保护区	228
90. 甘肃民勤连古城国家级自然保护区	230
91. 福建武夷山国家级自然保护区	232
92. 江苏大丰麋鹿国家级自然保护区	234
93. 广东鼎湖山国家级自然保护区	236
94. 广西猫儿山国家级自然保护区	238
95. 海南三亚珊瑚礁国家级自然保护区	240
96. 贵州梵净山国家级自然保护区	242
97. 四川若尔盖湿地国家级自然保护区	244
98. 四川卧龙国家级自然保护区	246
99. 云南西双版纳国家级自然保护区	250
100. 青海可可西里国家级自然保护区	252
101. 西藏雅鲁藏布大峡谷国家级自然保护区	254



《藏羚羊旅行指南》编辑部 编著

中国最美的 200座 国家公园

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

最美中国

图书在版编目 (C I P) 数据

中国最美的101座国家公园/《藏羚羊旅行指南》编辑部编著. --
北京: 中国铁道出版社, 2014. 3

(最美中国)

ISBN 978-7-113-17832-1

I. ①中… II. ①藏… III. ①国家公园—介绍—中国
IV. ①S759.992

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第018565号

书 名: 中国最美的101座国家公园
作 者: 《藏羚羊旅行指南》编辑部 编著

责任编辑: 王晓罡
编辑助理: 孟智纯
责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市西城区右安门西街8号)
网 址: <http://www.tdpress.com>
印 刷: 北京米开朗优威印刷有限责任公司
版 次: 2014年3月第1版 2014年3月第1次印刷
开 本: 700mm×1000mm 1/16 印张: 16 字数: 200千
书 号: ISBN 978-7-113-17832-1
定 价: 38.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: (010) 51873174 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659, 路电 (021) 73659,

传真 (010) 63549480

序

人的生存离不开自然的呵护，这是亘古不变的定理。在高速发展的当今，怎么与自然环境和谐生存、互利互惠，变得越来越重要。

翻开书扉，开始一次大自然中真正的漫步，让疲惫的身心小憩一下，在有限的时间内去探索、去认知，你将会惊讶于地球上最珍贵的物种，看到现实中存在的梦幻般的美景。充分享受一段难以置信的自然之旅：阳光穿过森林，小鹿们轻巧自由地穿梭其中，仙鹤展翅起舞嬉戏；大海的波澜壮阔，雅丹地貌的千奇百变，或是从空中鸟瞰雄奇的山脉，这些都是一般人难以企及的体验。

我们在享受这些美景的同时，也要仔细思考一下这些地方的特殊性：自然赋予它们以独特的形态存在于自然界，而人类则通过建立国家公园的壮举将这种独特保护下来。仁慈的力量可以成就自然，远见还需付诸实际。只有这样，才能让这宏伟、绝美的景致和野生动植物资源远离破坏，永远留存，造福子孙。

本书将从国家公园、地质公园、湿地公园、森林公园、自然保护区等不同的公园构成和环境背景出发，总结出我国最美的101个国家公园（此概念主要以“自然保护区”的基本含义出发，收录的国家公园中有台湾省三个，虽非中

国政府直接命名，但是也作为适用范例选入）。

妄谈“最美”，于编者而言是心怀忐忑的，景观分门别类，而人的审美又各有偏好，哪有对于美的绝对标准呢？

但我们希望做到的是，依据“藏羚羊”多年来做自助旅行攻略的经验，贴合主流审美倾向，遴选出最受专业机构、业内人士及驴友赞誉的景点景观，分门别类汇聚成册，以飨读者。挂一漏万的缺憾在所难免，所幸本系列其他的图书会有所弥补。

当你在繁忙的工作闲暇翻开本书，眼睛得到了愉悦，心灵得到了休憩，感受到了天地之广、世界之美，甚至心里有了一丝出去走走的冲动，这将让我们无比欣慰。希望所有的人，不止是匆忙行走在人生的路上，也同时不忘欣赏路上的风景。





1 国家公园	8
1. 黑龙江汤旺河国家公园	10
2. 云南普达措国家公园	12
3. 云南梅里雪山国家公园	16
4. 台湾“垦丁国家公园”	20
5. 台湾“阳明山国家公园”	22
6. 台湾“太鲁阁国家公园”	24



2 世界地质公园	26
7. 湖南张家界世界地质公园	28
8. 江西庐山世界地质公园	30
9. 广东丹霞山世界地质公园	34
10. 安徽黄山世界地质公园	38
11. 河南云台山世界地质公园	40
12. 黑龙江五大连池世界地质公园	44
13. 云南石林世界地质公园	48
14. 河南嵩山世界地质公园	50
15. 浙江雁荡山世界地质公园	52
16. 福建泰宁世界地质公园	56
17. 江西龙虎山世界地质公园	58



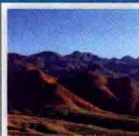
3 国家地质公园	60
18. 北京石花洞国家地质公园	62
19. 天津蓟县国家地质公园	64
20. 河北秦皇岛柳江国家地质公园	68
21. 山西黄河壶口瀑布国家地质公园	70
22. 陕西翠华山国家地质公园	72
23. 陕西洛川黄土国家地质公园	74



24. 甘肃崆峒山国家地质公园	76
25. 甘肃景泰黄河石林国家地质公园	78
26. 甘肃敦煌雅丹国家地质公园	80
27. 甘肃天水麦积山国家地质公园	84
28. 山东东营黄河三角洲国家地质公园	88
29. 山东枣庄熊耳山—抱犊崮国家地质公园	90
30. 福建福鼎太姥山国家地质公园	92
31. 福建漳州滨海火山国家地质公园	94
32. 安徽齐云山国家地质公园	96
33. 广东湛江湖光岩国家地质公园	98
34. 广西北海涠洲岛火山国家地质公园	100
35. 江苏苏州太湖西山国家地质公园	102
36. 四川黄龙国家地质公园	104
37. 四川龙门山国家地质公园	106
38. 四川海螺沟国家地质公园	108
39. 四川大渡河峡谷国家地质公园	110
40. 重庆武隆岩溶国家地质公园	112
41. 云南腾冲火山国家地质公园	114
42. 新疆布尔津喀纳斯湖国家地质公园	116

4 国家湿地公园..... 118

43. 河北丰宁海留图国家湿地公园	120
44. 河南淮阳龙湖国家湿地公园	122
45. 陕西西安浐灞国家湿地公园	124
46. 甘肃张掖国家湿地公园	126
47. 山东济宁微山湖国家湿地公园	128
48. 黑龙江黑瞎子岛国家湿地公园	130
49. 江苏泰州溱湖国家湿地公园	132
50. 江苏无锡蠡湖长广溪国家湿地公园	134



51. 浙江杭州西溪国家湿地公园	136
52. 新疆博斯腾湖国家湿地公园	138
53. 新疆赛里木湖国家湿地公园	140
54. 内蒙古白狼洮儿河国家湿地公园	142
55. 青海贵德黄河清国家湿地公园	144
56. 湖南汨罗江国家湿地公园	146
57. 云南红河哈尼梯田国家湿地公园	148



5 国家城市湿地公园..... 150

58. 北京海淀翠湖城市湿地公园	152
59. 河北唐山南湖国家城市湿地公园	154
60. 江苏常熟沙家浜国家城市湿地公园	156
61. 江苏常熟尚湖国家城市湿地公园	158
62. 浙江绍兴镜湖国家城市湿地公园	160
63. 贵州贵阳花溪国家城市湿地公园	162



6 国家森林公园 164

64. 北京云蒙山国家森林公园	166
65. 上海佘山国家森林公园	168
66. 天津蓟县九龙山国家森林公园	170
67. 河北石家庄灵寿五岳寨国家森林公园	172
68. 山西五台山国家森林公园	174
69. 陕西太白山国家森林公园	176
70. 陕西汉中天台山国家森林公园	180
71. 吉林长春净月潭国家森林公园	182
72. 黑龙江鹤岗小兴安岭国家森林公园	184
73. 浙江千岛湖国家森林公园	186
74. 浙江仙居国家森林公园	188

75. 湖南神农谷国家森林公园	190
76. 湖南桃花源国家森林公园	192
77. 湖北神农架国家森林公园	194
78. 广西八角寨国家森林公园	198
79. 四川都江堰国家森林公园	200
80. 宁夏火石寨国家森林公园	204
81. 宁夏六盘山国家森林公园	206
82. 西藏色季拉国家森林公园	208
83. 青海坎布拉国家森林公园	210

7 国家级自然保护区

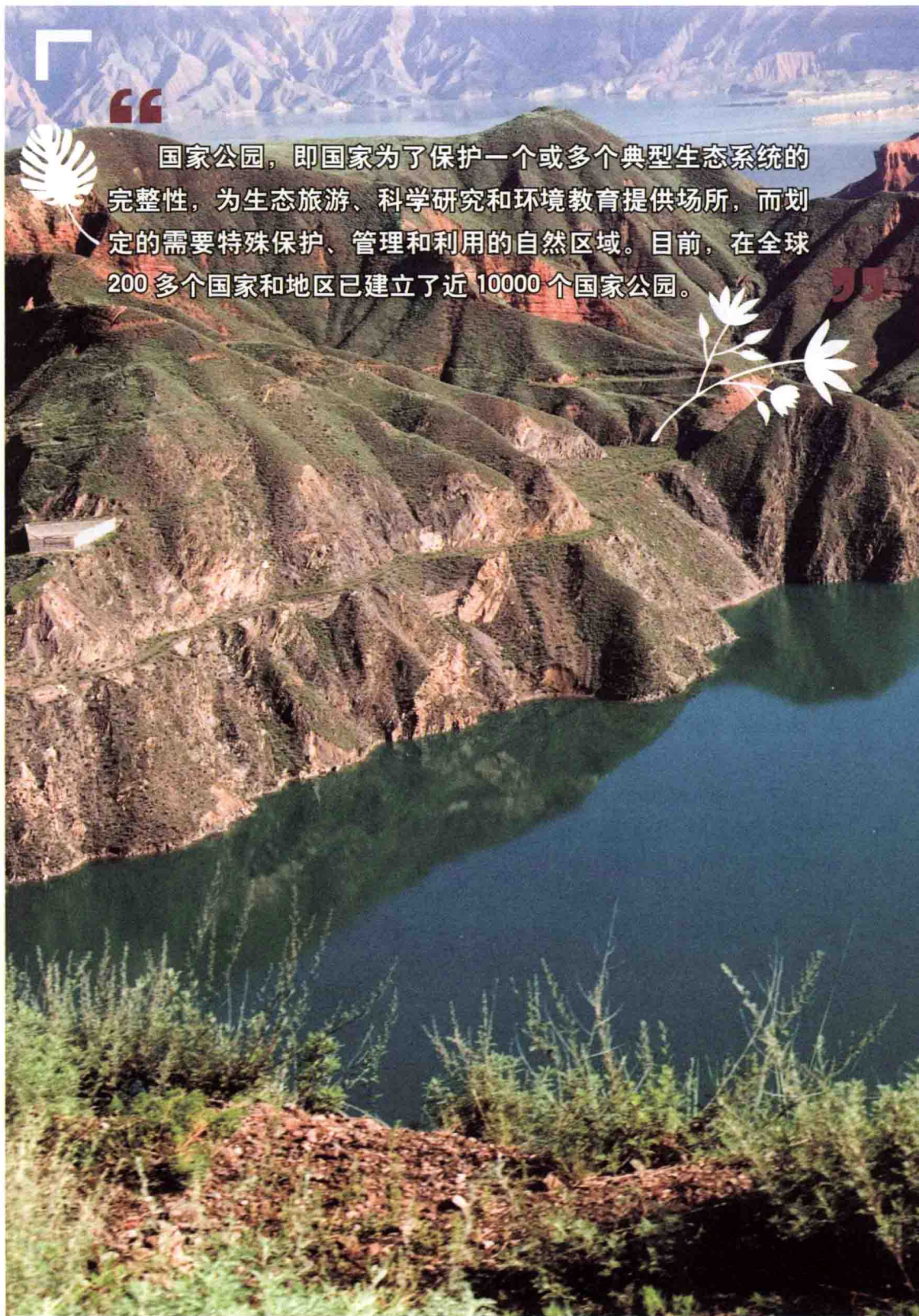
84. 北京野鸭湖湿地自然保护区	214
85. 内蒙锡林郭勒草原国家级自然保护区	216
86. 吉林松花江三湖国家级自然保护区	218
87. 吉林长白山国家级自然保护区	220
88. 黑龙江扎龙国家级自然保护区	224
89. 辽宁丹东鸭绿江口滨海湿地国家级自然保护区	228
90. 甘肃民勤连古城国家级自然保护区	230
91. 福建武夷山国家级自然保护区	232
92. 江苏大丰麋鹿国家级自然保护区	234
93. 广东鼎湖山国家级自然保护区	236
94. 广西猫儿山国家级自然保护区	238
95. 海南三亚珊瑚礁国家级自然保护区	240
96. 贵州梵净山国家级自然保护区	242
97. 四川若尔盖湿地国家级自然保护区	244
98. 四川卧龙国家级自然保护区	246
99. 云南西双版纳国家级自然保护区	250
100. 青海可可西里国家级自然保护区	252
101. 西藏雅鲁藏布大峡谷国家级自然保护区	254



“

国家公园，即国家为了保护一个或多个典型生态系统的完整性，为生态旅游、科学研究和环境教育提供场所，而划定的需要特殊保护、管理和利用的自然区域。目前，在全球 200 多个国家和地区已建立了近 10000 个国家公园。

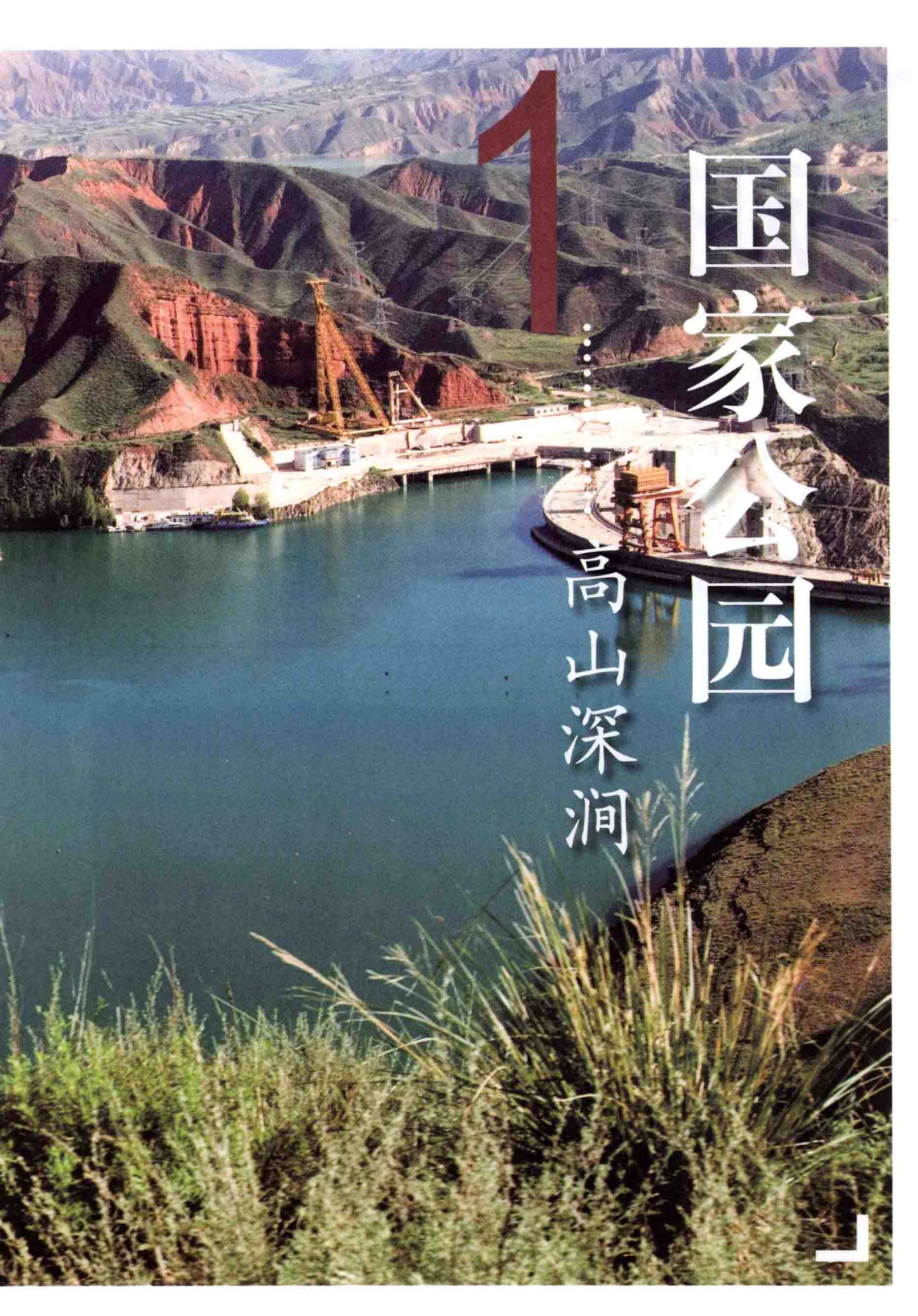
”



国家公园

高山深涧

1



怪石 嶙峋 漫林 碧透

汤旺河国家公园



黑龙江

实用信息

📅 2008 年 10 月 14 日 🌤 四季皆宜

👍 中国首个官方认证的“国家公园”，拥有我国唯一的警示景区：风灾、火烧遗迹

🏠 黑龙江省伊春市汤旺河区中心苗圃 🚆 乘坐快速列车乌伊岭—哈尔滨东，或是乘坐普客列车乌伊岭—伊春、乌伊岭—哈尔滨，在汤旺河站下车即可；在伊春长途客运站有往汤旺河的直达客车，大概每隔 1 小时一班，票价 21 元。到汤旺河，再打车去景区，17 公里即到 📞 服务场所 0458-3574079 咨询 0458-3574024 投诉 0458-3537168 🚌 90 元(含电瓶车)，观光塔 50 元/人 🕒 7:00 ~ 18:00

▼ 红松之乡——汤旺河国家公园 王润春摄 微图提供



公园概况

黑龙江汤旺河国家公园地处小兴安岭南麓，范围包括汤旺河原始森林区和汤旺河石林区。明清时期，这里是鄂伦春等少数民族生息游猎之地。目前，在这里生活着 612 种野生植物，250 多种野生动物，是我国批准的第一个真正意义上的国家公园。

汤旺河国家公园是目前国内发现的唯一一处造型最丰富、类型最齐全、特征最典型的印支期花岗岩地质遗迹。园内植被覆盖率高达 99.8% 以上，以红松为主的针阔叶混交林是亚洲最完整、最具代表性的原始红松林生长地，素有“红松故乡”之美誉。公园境内河流 20 余条，其中以汤旺河为最大，全长 509 公里，是林都伊春名副其实的母亲河。

汤旺河国家公园从稀有的印支期的花岗岩石林地貌景观到第三纪珍稀的孑遗森林生态系统红松原始林，植被繁茂、山色葱翠；从风灾、火烧遗迹到笃斯越橘观赏园、草莓采摘园、小兴安岭植物园、湿地公园，向世人展示着无可比拟的优美景色和自然天成的奇观。置身于公园中，空气负氧离子高达每立方厘米 5 万个，夏季平均温度在 $18^{\circ}\text{C} \sim 23^{\circ}\text{C}$ 之间，云绕山梁，溪流低谷，营造出一处清凉的世界。

公园景区

汤旺河国家公园包含 6 大景观区，分别为一线天景观区、植物苑景观区、林海观音景观区、幽谷探险景观区、风灾遗迹景观区和红松原始林景观区。其中，在核心景区林海观音景观区中，有着独特的花岗岩石林，是目前国内发现的唯一一处类型最齐全、发育最典型、造型最丰富的印支期地质遗迹，树在石上，石在林中，拟态奇石千姿百态、惟妙惟肖，具有很高的科研和美学价值，在世界上亦属罕见。汤旺河国家公园里，另外有两个特色警示景点——风灾遗迹和火烧遗迹，是展现大自然的活标本。在风灾遗址，现场一片惨烈，这里原本有一片珍贵的汤旺河红松母树林区，2008 年 8 月 5 日，一场大风将所有红松拦腰截断，无一幸免，其中最粗的一棵红松已经有好几百年的历史。红松很难通过人工种植存活，这片母树林消亡使得损失极其惨重。园区将现场保留原始状态并围了起来，就是想让大家知道，森林如果被人过度砍伐破坏，一旦形成孤岛效应，自身是无法和自然相抗衡的。

链接

红松

红松是名贵而又稀有的树种，又名果松，属于松科植物，国家二级重点保护野生植物。在我国主要分布在东北长白山到小兴安岭一带，国外也只分布在日本、朝鲜和俄罗斯的部分区域。红松材质轻软，不易变形，防腐能力强，适用于建筑、桥梁、枕木、家具制作等。

三江并流 普达八德

普达措国家公园



云南

实用信息



2007 年 6 月 21 日 夏、秋

中国大陆第一个由林业主管部门审批的“国家公园”，拥有国际重要湿地碧塔海和“三江并流”世界自然遗产红山片区之属都湖景区

云南省迪庆藏族自治州香格里拉县东 22 公里处 香格里拉客运站每天一班去普达措的班车，30 元往返，9:30 发车，15:00 返回。或乘坐香格里拉开往双桥的班车可到达普达措景区，9:30 发车，16:00 返回，车票 15 元；也可以包车，路况良好，普通出租车即可，参考价位 180 元/天；在古城的出口，经常有出租车找散客拼车，约 55 元/人 0887-8227568 咨询及投诉 0887-8232533 救护 0887-8232529 258 元，其中包含了普达措景区门票 138 元、观光游览车 120 元（以上门票价格不含保险费）。碧塔海有游船可以做环湖游览，船费 30 元 4 月~10 月，8:00~17:00，11 月~次年 3 月，8:00~16:00

▼ 云南普达措国家公园 windancer83 摄

