

 藏羚羊
旅行指南



全新 版本
经验 加入鲜活目的地内容
专业 丰富
亲身 的旅行作者用心写就
的旅行指南编辑部
诚意打造
踩线
13年不变，收集第一手资料

新疆

第4版

自助游

藏羚羊旅行指南编辑部 编著



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

藏羚羊自助游系列

K928.945

2011.4

P₁

新疆

(第4版)

自助游



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 (C I P) 数据

新疆自助游 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. -- 4版

. -- 北京 : 人民邮电出版社, 2014. 1

(藏羚羊自助游系列)

ISBN 978-7-115-33213-4

I. ①新… II. ①藏… III. ①旅游指南—新疆 IV.

①K928.945

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第242392号

内 容 提 要

《新疆自助游(第4版)》沿用藏羚羊旅行指南12年经典体系,以分区导览的形式全面覆盖新疆各大景区、景点,并从历史、地理、宗教、民俗和美食等方面深入挖掘新疆的地域特色。第4版全新绘制所有旅行示意图,对景点、实用信息及图片进行全面更新,并加强了路线规划及专题的实用性和可读性。

◆ 编 著 藏羚羊旅行指南编辑部

责任编辑 李 璇

执行编辑 吴 斌

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 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: 13

字数: 416千字

2014年1月第4版

2014年1月北京第1次印刷

定价: 39.80元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

目录

新疆印象	11	最佳旅行季节	88
路线推荐	23	预算	89
新疆必游	33	交通	89
新疆美食	39	住宿	90
摄影推荐	47	旅行装备	91
		其他实用信息	93

话说新疆	51	乌鲁木齐与昌吉 ...	95
精彩新疆	52	必游景点	96
历史	55	解读乌鲁木齐	102
地理	59	历史	103
气候	60	地理	105
政区	61	气候	105
民族	62	乌鲁木齐市	106
民俗与禁忌	65	交通	106
语言	67	到达与离开	106
宗教	69	区内交通	107
艺术	70	住宿	108
节庆	73	高档酒店	108
特产	74	经济连锁	109
名人	85	餐饮	109
旅行计划	87		



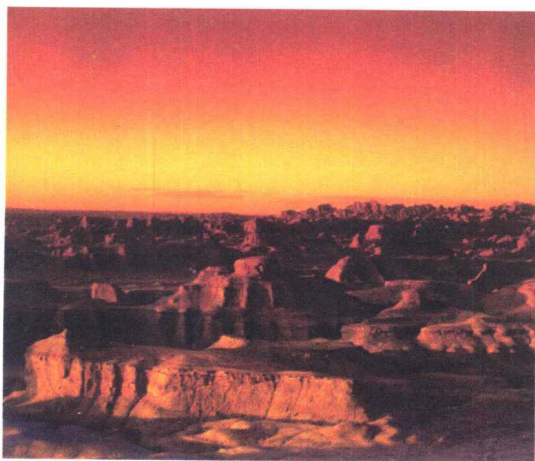
购物	109
二道桥国际大巴扎	111
红山	112
自治区博物馆	113
人民公园	113
陕西大寺	114
水磨沟风景区	114
乌拉泊古城	115
亚洲大陆地理中心	116
一号冰川	117
柴窝堡湖与盐湖	118

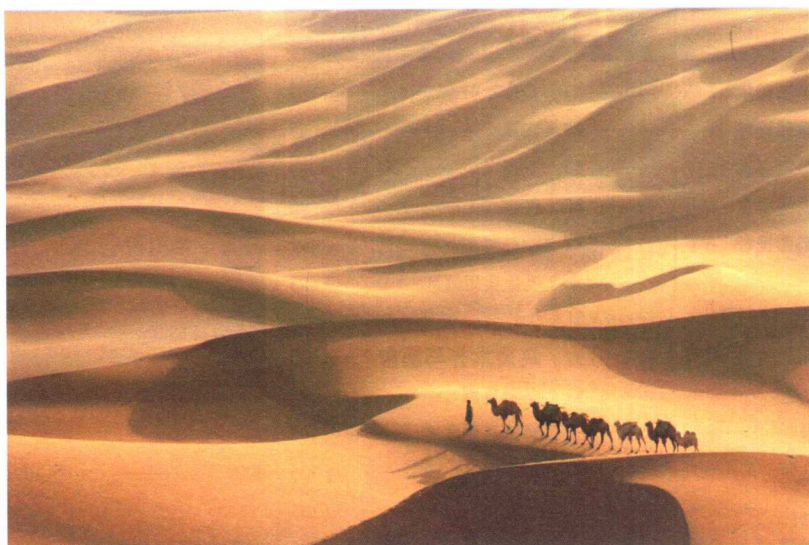
博格达峰

与天山天池旅游区	118
博格达峰	119
天山天池	119
南山牧场	122
菊花台—白杨沟	123
推荐路线	124
装备及物资	124

昌吉州

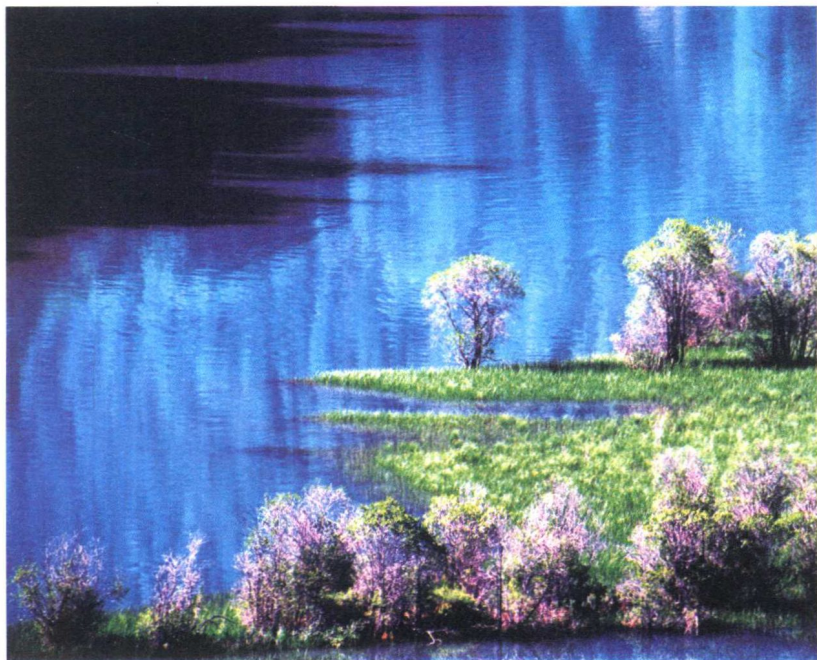
交通	125
住宿	125
餐饮	125



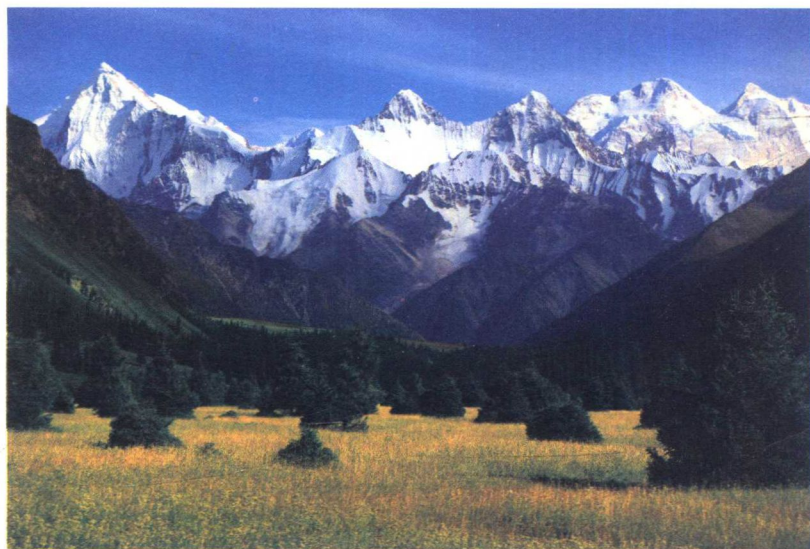


五彩湾与古海温泉	127	历史	146	塔林	165
五彩城	127	地理	146	官署	165
火烧山	128	气候	146	东门	165
化石沟	128			地下寺院	165
古海温泉	128	吐鲁番市	147	阿斯塔那古墓	166
卡拉麦里自然保护区	129	交通	147	柏孜克里克千佛洞	167
北庭古城遗址与高昌回鹘王室		到达与离开	147	坎儿井	172
佛寺	130	区内交通	148	艾丁湖	173
将军戈壁	131	住宿	148	克尔碱雅丹地貌	174
奇台硅化木—恐龙沟国家地质公园(奇台魔鬼城)	131	餐饮	150	吐峪沟	175
硅化木公园	132	夜市	150	吐峪沟大峡谷	175
恐龙沟	132	特色餐厅	151	吐峪沟千佛洞	176
魔鬼城	132	美食街	151	吐峪沟霍加木麻扎	177
江布拉克	133			吐峪沟古村落	178
木垒鸣沙山与原始胡杨林	134	苏公塔与郡王府	153	鲁克沁镇	178
康家石门子岩画	137	吐鲁番博物馆	156	迪坎尔村	179
吐鲁番地区	139	火焰山	157	库木塔格沙漠	182
必游景点	140	葡萄沟	160	柯克亚古堡	
解读吐鲁番地区	144	高昌古城	162	(大马营影视城)	182
		交河古城	163	哈密地区	183
		大佛寺	165		

必游景点	184	庙尔沟	198	地理	221
解读哈密地区	186	猴娃山	198	民族	222
历史	188	八大石	200	特产	222
地理	188	拉甫乔克古城	200		
气候	188	喀尔里克冰川	201	阿勒泰地区	223
哈密市	189	淖毛湖镇	202	交通	223
交通	189	白石头风景区	204	到达与离开	223
到达与离开	189	寒气沟	205	区内交通	223
区内交通	190	松树塘与鸣沙山	206	住宿	224
住宿	190	巴里坤大草原	208		
餐饮	190	巴里坤湖	209	大喀纳斯旅游区	225
特产	190	怪石山	212	喀纳斯湖	228
		大河唐城	213	图瓦新村	232
				禾木乡	232
哈密王陵	191	阿勒泰与塔城地区	215	千湖	234
哈密地区博物馆	192	必游景点	216	白哈巴村	234
盖斯墓	194	解读阿勒泰	220	双湖	238
哈密五堡古墓群与魔鬼城	195	历史	221	阿克库勒湖(白湖)	238



额尔齐斯河五彩滩	239	裕民县塔斯特风景区(小白杨哨所)	250	地理	267
哈巴河白桦林	239	额敏县玛依塔斯	251	气候	267
白沙湖	240	鹿角湾风景区	254	伊宁市	268
福海(乌伦古湖)	240	阿西尔达斡尔乡	254	交通	268
青河三道海子石堆墓	241	甘家湖白梭梭林自然保护区	255	到达与离开	268
阿拉善温泉	242	克拉玛依市	256	区内交通	269
蝴蝶沟	243	交通	256	住宿	269
切尔木切克古墓群	244	到达与离开	257	餐饮	270
可可托海国家地质公园	245	区内交通	257	伊犁河风景区	271
额尔齐斯河大峡谷	246	住宿	257	回族大寺	271
三号矿坑	247	克拉玛依一号井	258	惠远古城	272
卡拉先格尔地震带	248	乌尔禾魔鬼城	259	秃黑鲁帖木尔汗麻扎	273
塔城	249	伊犁与博尔塔拉蒙古自治州地区	261	霍尔果斯口岸	274
交通	249	必游景点	262	伊犁薰衣草	275
到达与离开	249	解读伊犁	265	察布查尔县	276
区内交通	249	历史	267	锡伯民俗风情园	277
住宿	249			靖远寺	278
餐饮	249			特克斯八卦城	279
塔城伟人山	250			喀拉峻草原	280



科桑岩溶洞	280
小洪纳海草原石人	282
圣佑庙	283
夏塔古道旅游区	284
乌孙山	286
那拉提大草原	287
巩乃斯草原与野杏花沟	289
唐布拉草原	289
乔尔玛与天山公路	290

博乐市 292

交通	292
到达与离开	292
餐饮	292

赛里木湖	293
果子沟	296
怪石峪风景区	297
阿拉山口口岸	298

巴音郭楞地区 299

必游景点 300

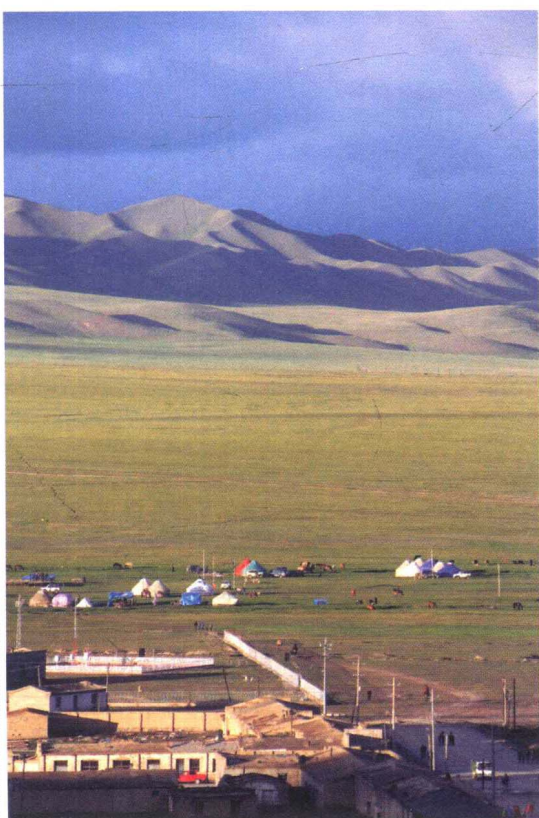
解读巴音郭楞地区 304

历史	305
地理	306
气候	306

库尔勒市 307

交通	307
到达与离开	307
区内交通	308
住宿	308
餐饮	308

加曼大清真寺	310
铁门关	310
博斯腾湖	311



金沙滩旅游度假区	311	楼兰	325
阿洪口	313	罗布泊	326
莲花湖	313	木孜塔格峰	328
和静巴仑台黄庙	313	阿尔金山自然保护区	329
巴音布鲁克草原	314	河、湖、泉	329
巩乃斯大草原	316	冰川和岩溶地貌	329
巩乃斯林场和阿尔先沟温泉	317	魔鬼谷	330
草湖水乡	318	营盘古城	331
奎克乌苏石林	318	米兰古城	332
罗布人村寨	319		
塔里木河	320		
塔里木胡杨林国家公园	322		
塔克拉玛干沙漠	323		
塔里木沙漠公路	324		

阿克苏地区 333

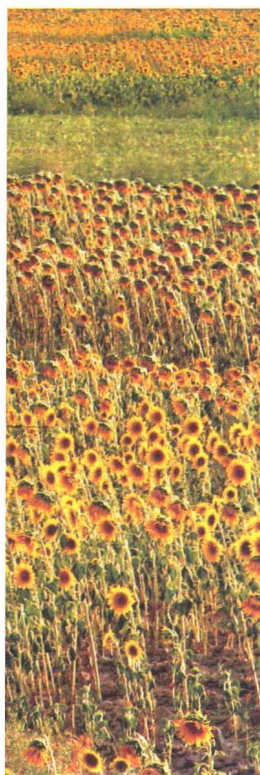
必游景点 334

解读阿克苏地区 335

历史	336
----------	-----



地理	337	特产	341	托木尔峰	355
气候	337			铁热克温泉	356
阿克苏市	338	库车清真大寺	343	喀什与克孜勒苏地区	357
交通	338	库车大巴扎	343	必游景点	358
到达与离开	338	龟兹古城遗址	344	解读喀什与克孜勒苏地区	362
区内交通	339	龟兹博物馆	344	历史	363
住宿	339	默拉纳额什丁麻扎	345	地理	363
餐饮	339	苏巴什古城	345	气候	363
库车县	340	盐水沟	346	民族	363
交通	340	克孜尔千佛洞	346	语言	363
到达与离开	340	大、小龙池	351	喀什市	365
区内交通	340	克孜利亚大峡谷与阿艾石窟	351	交通	365
住宿	340	温宿天山神木园	353	到达与离开	365
餐饮	341	乌什燕子山	354		
		塔里木河	354		



区内交通	366
住宿	367
餐饮	368
购物	368
装备	368
安全	368
出境	369

艾提尕尔清真寺	370
喀什老城	371
喀什中亚大巴扎	373
香妃墓(阿帕克和卓麻扎)	374
马赫穆德·喀什噶里墓	375
玉素甫·哈斯·哈吉甫墓	376
罕诺依古城和莫尔佛塔	378

奥依塔克原始森林和雪崩风	379	气候	399
景区	379	语言	399
喀拉库勒湖	379		
慕士塔格峰	382	和田市	400
公格尔峰与公格尔九别峰	384	交通	400
玉其塔什	386	到达与离开	400
		区内交通	401
喀什库尔干县	387	住宿	401
交通	387	餐饮	401
到达与离开	387	装备	402
区内交通	387	证件、手续	402
住宿	388		
餐饮	388	和田大巴扎	403
购物	388	和田三棵树	404
装备	389	核桃王树	404
安全	389	无花果王树	404
语言	389	梧桐王树	405
证件、手续	389	约特干遗址	405
石头城	391	葡萄长廊	406
金草滩	391	麻扎塔格山	407
公主堡	391	塔克拉玛干沙漠	407
红其拉甫口岸	392	英尔力克沙漠	411
		阿拉勒巴格佛寺	411
和田地区	395	赞木庙遗址	412
必游景点	396	桑株岩画	412
解读和田地区	397		
历史	399	索引	413
地理	399		



藏羚羊自助游系列

新疆自助游

(第4版)



藏羚羊旅行指南编辑部 编著

人民邮电出版社

北京

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

图书在版编目 (CIP) 数据

新疆自助游 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. — 4版

— 北京: 人民邮电出版社, 2014. 1

(藏羚羊自助游系列)

ISBN 978-7-115-33213-4

I. ①新… II. ①藏… III. ①旅游指南—新疆 IV.

①K928. 945

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第242392号

内 容 提 要

《新疆自助游(第4版)》沿用藏羚羊旅行指南12年经典体系,以分区导览的形式全面覆盖新疆各大景区、景点,并从历史、地理、宗教、民俗和美食等方面深入挖掘新疆的地域特色。第4版全新绘制所有旅行示意图,对景点、实用信息及图片进行全面更新,并加强了路线规划及专题的实用性和可读性。

◆ 编 著 藏羚羊旅行指南编辑部

责任编辑 李 璇

执行编辑 吴 斌

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 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: 13

字数: 416千字

2014年1月第4版

2014年1月北京第1次印刷

定价: 39.80元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

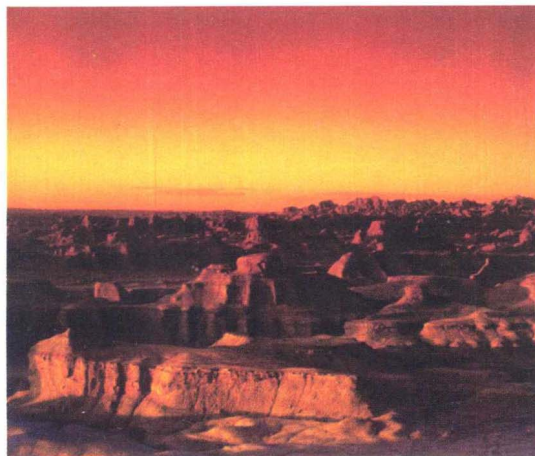
广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

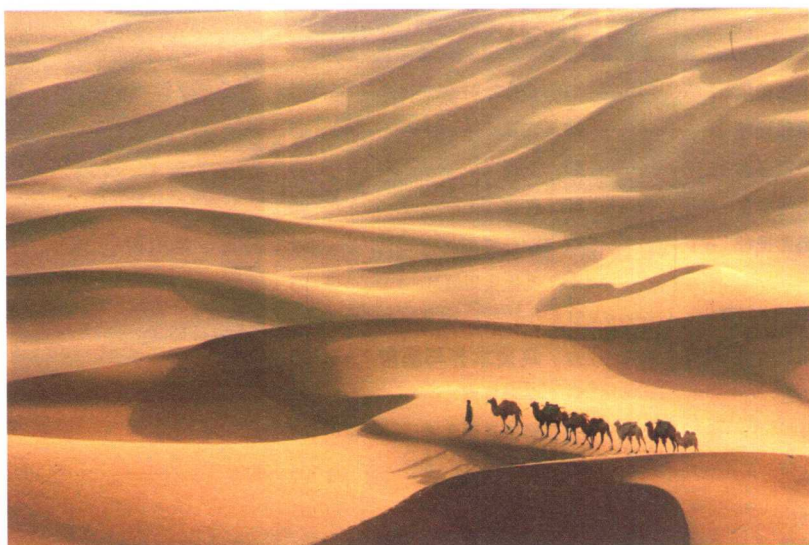
目录

新疆印象	11	最佳旅行季节	88
路线推荐	23	预算	89
新疆必游	33	交通	89
新疆美食	39	住宿	90
摄影推荐	47	旅行装备	91
		其他实用信息	93
话说新疆	51		
精彩新疆	52	乌鲁木齐与昌吉 ...	95
历史	55	必游景点	96
地理	59	解读乌鲁木齐	102
气候	60	历史	103
政区	61	地理	105
民族	62	气候	105
民俗与禁忌	65		
语言	67	乌鲁木齐市	106
宗教	69	交通	106
艺术	70	到达与离开	106
节庆	73	区内交通	107
特产	74	住宿	108
名人	85	高档酒店	108
		经济连锁	109
旅行计划	87	餐饮	109



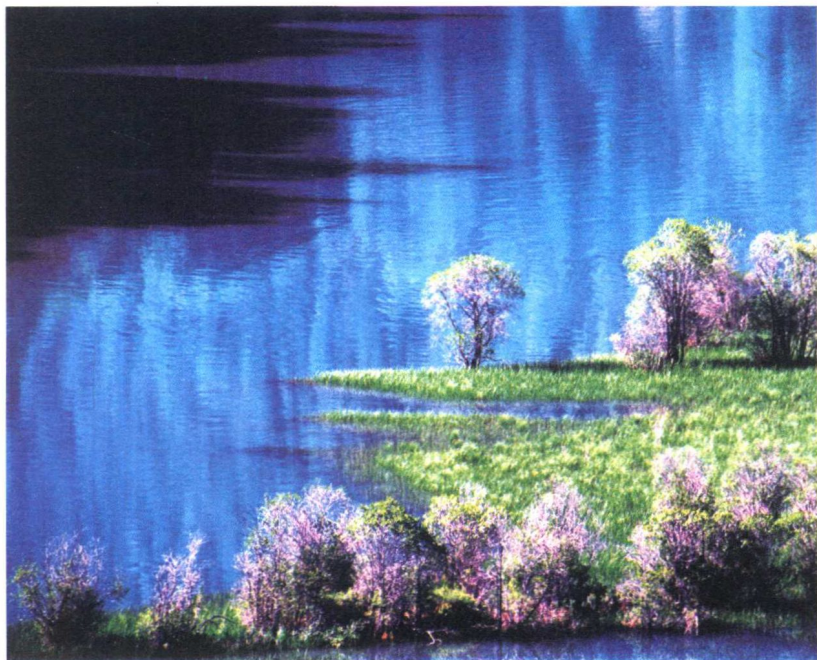
购物	109
二道桥国际大巴扎	111
红山	112
自治区博物馆	113
人民公园	113
陕西大寺	114
水磨沟风景区	114
乌拉泊古城	115
亚洲大陆地理中心	116
一号冰川	117
柴窝堡湖与盐湖	118
博格达峰	
与天山天池旅游区	118
博格达峰	119
天山天池	119
南山牧场	122
菊花台—白杨沟	123
推荐路线	124
装备及物资	124
昌吉州	125
交通	125
住宿	125
餐饮	125



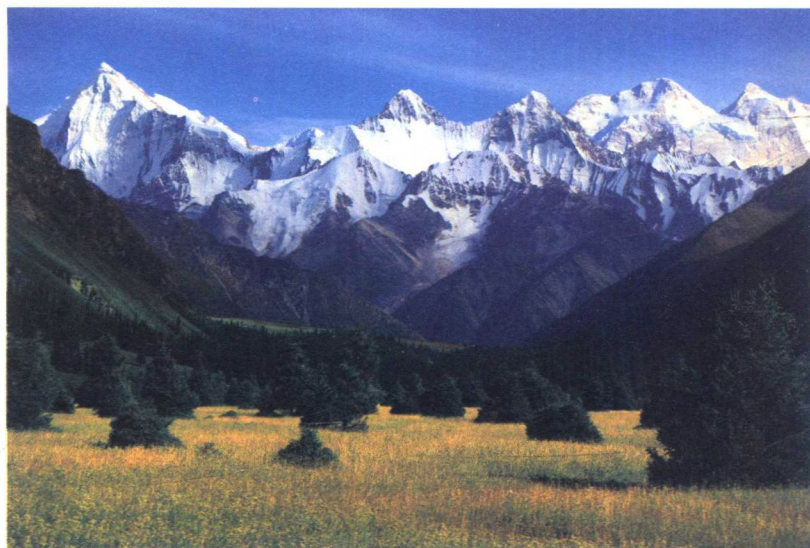


五彩湾与古海温泉	127	历史	146	塔林	165
五彩城	127	地理	146	官署	165
火烧山	128	气候	146	东门	165
化石沟	128			地下寺院	165
古海温泉	128	吐鲁番市	147	阿斯塔那古墓	166
卡拉麦里自然保护区	129	交通	147	柏孜克里克千佛洞	167
北庭古城遗址与高昌回鹘王室		到达与离开	147	坎儿井	172
佛寺	130	区内交通	148	艾丁湖	173
将军戈壁	131	住宿	148	克尔碱雅丹地貌	174
奇台硅化木—恐龙沟国家地质公园(奇台魔鬼城)	131	餐饮	150	吐峪沟	175
硅化木公园	132	夜市	150	吐峪沟大峡谷	175
恐龙沟	132	特色餐厅	151	吐峪沟千佛洞	176
魔鬼城	132	美食街	151	吐峪沟霍加木麻扎	177
江布拉克	133			吐峪沟古村落	178
木垒鸣沙山与原始胡杨林	134	苏公塔与郡王府	153	鲁克沁镇	178
康家石门子岩画	137	吐鲁番博物馆	156	迪坎尔村	179
		火焰山	157	库木塔格沙漠	182
		葡萄沟	160	柯克亚古堡	
吐鲁番地区	139	高昌古城	162	(大马营影视城)	182
必游景点	140	交河古城	163		
解读吐鲁番地区	144	大佛寺	165	哈密地区	183

必游景点	184	庙尔沟	198	地理	221
解读哈密地区	186	猴娃山	198	民族	222
历史	188	八大石	200	特产	222
地理	188	拉甫乔克古城	200		
气候	188	喀尔里克冰川	201	阿勒泰地区	223
哈密市	189	淖毛湖镇	202	交通	223
交通	189	白石头风景区	204	到达与离开	223
到达与离开	189	寒气沟	205	区内交通	223
区内交通	190	松树塘与鸣沙山	206	住宿	224
住宿	190	巴里坤大草原	208		
餐饮	190	巴里坤湖	209	大喀纳斯旅游区	225
特产	190	怪石山	212	喀纳斯湖	228
		大河唐城	213	图瓦新村	232
				禾木乡	232
哈密王陵	191	阿勒泰与塔城地区	215	千湖	234
哈密地区博物馆	192	必游景点	216	白哈巴村	234
盖斯墓	194	解读阿勒泰	220	双湖	238
哈密五堡古墓群与魔鬼城	195	历史	221	阿克库勒湖(白湖)	238



额尔齐斯河五彩滩	239	裕民县塔斯特风景区(小白杨哨所)	250	地理	267
哈巴河白桦林	239	额敏县玛依塔斯	251	气候	267
白沙湖	240	鹿角湾风景区	254	伊宁市	268
福海(乌伦古湖)	240	阿西尔达斡尔乡	254	交通	268
青河三道海子石堆墓 ...	241	甘家湖白梭梭林自然保护区	255	到达与离开	268
阿拉善温泉	242	克拉玛依市	256	区内交通	269
蝴蝶沟	243	交通	256	住宿	269
切尔木切克古墓群	244	到达与离开	257	餐饮	270
可可托海国家地质公园	245	区内交通	257	伊犁河风景区	271
额尔齐斯河大峡谷	246	住宿	257	回族大寺	271
三号矿坑	247	克拉玛依一号井	258	惠远古城	272
卡拉先格尔地震带	248	乌尔禾魔鬼城	259	秃黑鲁帖木尔汗麻扎 ...	273
塔城	249	伊犁与博尔塔拉蒙古自治州地区	261	霍尔果斯口岸	274
交通	249	必游景点	262	伊犁薰衣草	275
到达与离开	249	解读伊犁	265	察布查尔县	276
区内交通	249	历史	267	锡伯民俗风情园	277
住宿	249			靖远寺	278
餐饮	249			特克斯八卦城	279
塔城伟人山	250			喀拉峻草原	280



科桑岩溶洞	280
小洪纳海草原石人	282
圣佑庙	283
夏塔古道旅游区	284
乌孙山	286
那拉提大草原	287
巩乃斯草原与野杏花沟	289
唐布拉草原	289
乔尔玛与天山公路	290

博乐市	292
交通	292
到达与离开	292
餐饮	292

赛里木湖	293
果子沟	296
怪石峪风景区	297
阿拉山口口岸	298

巴音郭楞地区	299
---------------------	------------

必游景点	300
-------------------	------------

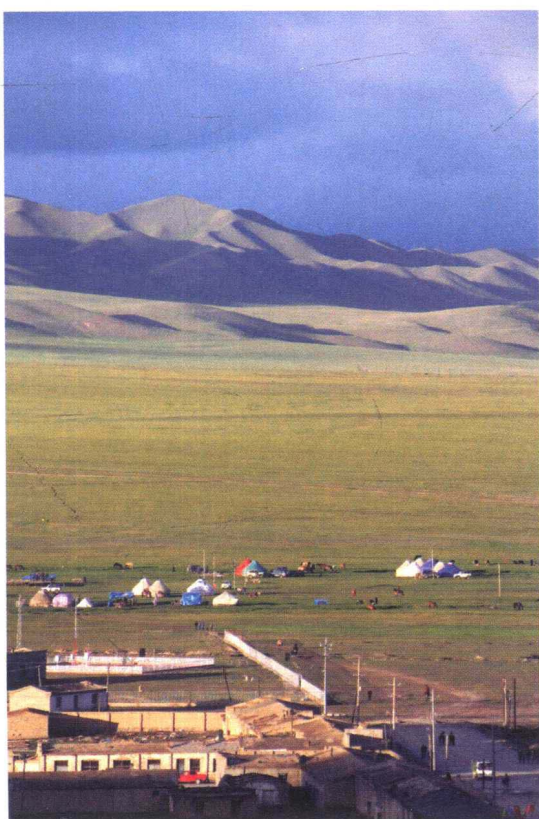
解读巴音郭楞地区	304
-----------------------	------------

历史	305
地理	306
气候	306

库尔勒市	307
-------------------	------------

交通	307
到达与离开	307
区内交通	308
住宿	308
餐饮	308

加曼大清真寺	310
铁门关	310
博斯腾湖	311



金沙滩旅游度假区	311	楼兰	325
阿洪口	313	罗布泊	326
莲花湖	313	木孜塔格峰	328
和静巴仑台黄庙	313	阿尔金山自然保护区	329
巴音布鲁克草原	314	河、湖、泉	329
巩乃斯大草原	316	冰川和岩溶地貌	329
巩乃斯林场和阿尔先沟温泉	317	魔鬼谷	330
草湖水乡	318	营盘古城	331
奎克乌苏石林	318	米兰古城	332
罗布人村寨	319		
塔里木河	320	阿克苏地区	333
塔里木胡杨林国家公园	322	必游景点	334
塔克拉玛干沙漠	323	解读阿克苏地区	335
塔里木沙漠公路	324	历史	336