

耐看 I Can

耐看工作室 编著

内附深圳街道示意图

从价廉物美的批发仓库到名店商场、从客家村落到大型主题公园，深圳汇集了中国南北各省精英和地方美食，短线假期透透气，非深圳莫属！



# 深圳

乐活城市游

中国旅游出版社

**创意召集点石成金**

集合深圳最年轻力量  
堆砌出创意平台，酝酿无限商机。

**休闲三部曲**

最接近市区的乡村度假胜地：版画基地、山水田园和观澜湖。

**深圳的后花园**

南澳吃海鲜、西涌看大海、黄梅坑吃农家菜、大鹏所城拍废墟，深圳郊游路线大公开。

**地方菜大检阅**

正宗的地方菜及小吃，吃遍深圳就如尝遍中国各省美食。

**自助购物**

从最专业到最便宜、从仓库超市到批发市场、深圳——每个人心中的淘宝乐园。

**主题公园低碳假期**

享受茶园风味的低碳假期：东部华侨城！

统筹策划: 黄圣军

责任编辑: 王欣艳 xinyan\_w@sohu.com

装帧设计: 深圳市鼎藏文化公司

责任印刷: 闫立中

策划: 深圳市耐看文化发展有限公司 (深圳市福田区八卦岭工业区 512 栋二楼 212, 邮编 518029)

---

图书在版编目 ( C I P ) 数据

深圳 / 耐看工作室编著. —北京: 中国旅游出版社, 2011.4

( I Can 旅游系列 )

ISBN 978-7-5032-4118-5

I. ①深… II. ①耐… III. ①旅游指南—深圳市 IV. ① K928.965.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 025429 号

---

书 名: I Can 旅游系列——深圳

---

作 者: 耐看工作室

出版发行: 中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编: 100005)

<http://www.cttp.net.cn>

发行部电话: 010-85166503

电脑制作: 惠德图文设计制作中心

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京市世艺印刷有限公司

版 次: 2011 年 4 月第 1 版 2011 年 4 月第 1 次印刷

开 本: 720 毫米 × 970 毫米 1/16

印 张: 18

印 数: 8000 册

字 数: 180 千

定 价: 39.80 元

I S B N : 978-7-5032-4118-5

---

版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

# 深圳

耐看工作室  
编著

中国旅游出版社



# 深圳

contents



## 乐活专题

周末休闲游点	P004 - 011
创意市集	P012 - 023
DIY 自助购物仓库市场	P024 - 037
地方菜	P038 - 049
健康餐厅大检阅	P050 - 059
小吃巡礼	P060 - 065
酒店度假	P066 - 089
按摩水疗	P090 - 093

## 罗湖区

地铁罗湖站	P094 - 096
地铁国贸站	P097 - 105
东门	P106 - 119
春风路	P120 - 123
地铁大剧院站	P124 - 129
笋岗	P130 - 143

## 福田区

中心区	P144 - 152
地铁购物公园站	P153 - 159
地铁香蜜湖站	P160 - 169
华强北商圈	P170 - 177
地铁科学馆站	P178 - 185
皇岗	P186 - 189

## 南山区

地铁华侨城站	P191 - 213
地铁世界之窗站	P214 - 215
深圳湾	P216 - 223
蛇口海上世界	P224 - 227



## 盐田区

东部华侨城  
盐田海鲜街  
大梅沙

P228 - 251  
P252  
P253

## 龙岗区

西涌  
杨梅坑  
大鹏所城  
南澳  
坝光

P255 - 259  
P260 - 261  
P262 - 263  
P264  
P265

## 宝安区

版画基地  
山水田园农庄  
观澜湖

P267 - 269  
P270 - 278  
P279 - 282

## 实用资料

顺路去香港

P283  
P284 - 287



※ 资料采集时间截至 2011 年 1 月。



# 乐活专题

## 周末休闲游点



最近Uniloft也面临房东要求加租的压力，不时还有开发商带着政府官员来参观，这片纯真的地方前途堪忧，游客参观的同时，请给予工作人员鼓励

### 年轻人的乌托邦

#### Uniloft (优联创新基地)

国内热播电视剧《奋斗》中，男主角陆涛将废弃的旧厂房改造成和朋友聊天、喝酒、打台球的聚集地，命名为“心碎乌托邦”，感染了无数年轻人，而Uniloft正是现实版的“心碎乌托邦”。

这里原址是家废弃的五金工厂，由3位年轻人改造成新的“公共空间”。占地400平方米，楼高两层，拥有一个大厅和多个独立空间，集合水吧、茶座、书吧、游戏吧，以及艺术创作基地等多个元素于一体。

Uniloft支援大学生创业，学生只要有想法，这里都可以为他们提供地方自由发挥。故此，常有大学生来举办派对、街舞舞，也办过深圳高校模特大赛、戏剧表演等。

游客在这里可以看电影、看书、打台球、玩游戏、喝杯饮料聊聊天，甚至躺在沙发上睡个懒觉。Uniloft卖的，正是一个空间！

#### Info

地址：深圳市南山区桂庙新村25栋  
电话：18820267897  
营业时间：12:00-24:00  
博客：<http://blog.sina.com.cn/uniloft>

前往方法：皇岗/福田口岸乘搭出租车，车程约18分钟，车费约45元；深圳地铁深大站下车，转乘出租车，车程约5分钟，车费约12.5元

\*位置有点难找，到附近后可致电Uniloft，他们会派职员引路。

#### 桂庙新村

桂庙原是个宁静的小社区，因为位于深圳大学附近，于是成为深大生以至年轻人聚集的地区，区内开满精品店、书店、小吃店等。2008年12月，深圳大学设立深圳大学学生创业基金，计划每年出资100万元筹建大学生创业园并同步举行深圳大学生校园创业大赛，第一名可获得8万元奖金创业。



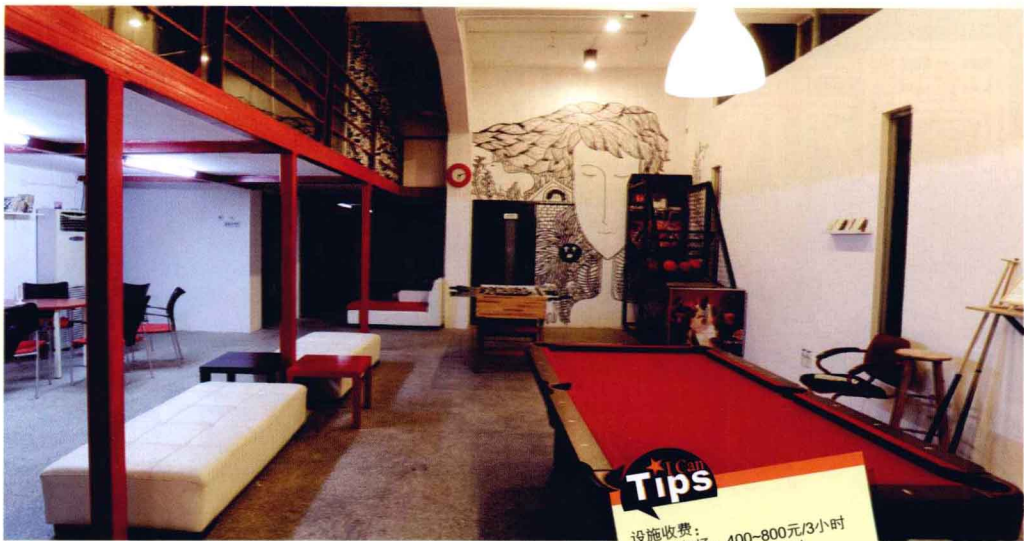
Uniloft隐藏在民居之中，很宁静



地下仍然可见昔日旧厂房的痕迹



墙上的壁画都是学生们的创作



最大的一间房是活动室，由于旧厂房屋顶高所以特别搭建阁楼，更富工业味道

**Tips**  
 设施收费：  
 活动室包场：400-800元/3小时  
 摄影棚租赁：100元/小时  
 美式台球：15元/小时  
 足球机：10元/半小时  
 投篮机：3元/局



小小的水吧提供各式饮品和零食小吃



这里提供多款游戏Broad game和电子游戏



很喜欢这小小的一角，适合情侣谈心



这间特别室多用作包场举办party，收费便宜



位于阁楼的书吧里各种杂志齐备



活动室内有多种娱乐设施



Uniloft设有摄影棚，并提供基本摄影器材租赁服务



# 周末休闲游点

书店陈设随意，但充满个性，墙上挂满老板的油画和画具



## 游子的家

### 荒野艺术书店

店名源于电影《Into the Wild》的原著小说《荒野生存》，老板黄瑜，原籍广西，在北京读大学工程系，毕业后跑到云南、西藏、青海“流浪”，过着无数年轻人向往的生活。最后南下深圳，认识了现在的太太，于是落地生根开设书店。

书店卖的书都是老板的喜好：旅行、设计、摄影、电影、文化、随笔、哲学和电影光碟，还有从藏区带回来的摆设和饰物，以及深大学生寄卖的创作手工艺品、油画、胶片相机、日记本等，数之不尽。看书之余，这里也供应咖啡、曲奇，以及老板亲调的西藏甜茶，游子味道充满一室。



墙上贴满老板流浪时拍下的照片，让人看得真感动



老板亲调的西藏甜茶，多了一份人情味，10元



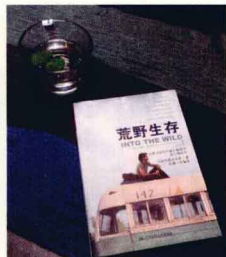
荒野位于民房的二楼，位置极不好找，但区内无人不识，问路很方便



老板亲自煮甜茶，浪子煮食物特别好看



简单杂乱的一角都反映老板的游子心



店名的由来



印度手工雕刻笔，59元



藏族手绳，25元



学生寄卖的胶片相机，各种各样



老板饲养的八哥犬肥得可爱，已成为店里绝对的招牌

## Info

地址：南山区桂庙新村31栋二楼

电话：15999608764

营业时间：10:00-24:00

网址：[www.douban.com/people/inthewild](http://www.douban.com/people/inthewild)

前往方法：皇岗/福田口岸乘搭出租车，车程约18分钟，车费约45元；深圳地铁深大站下车，转乘出租车，车程约5分钟，车费约12.5元。南山网吧旁边



用六边形的蜂房取代方方正正的格子，贯彻主题



蜂巢自家出品的仿20世纪六七十年代图案的搪瓷杯，大28元、小23元



另一款搪瓷杯正反两面印有相反意思的句子，很有新意，25元



店内也不乏创意的电子产品，像这种直立式鼠标，可避免长时间使用后出现的手部不适。有线130元、无线150元



深圳本地年轻设计师迪迦创作的面具兔搪胶公仔，可换上不同面具，35元



本地年轻人创作的手工兔仔布偶，20元

## 创意格子铺

### 蜂巢

深大附近、学府路的厚德品园商业街上开了多间格子铺，都是年轻人寄卖的创作手工艺品。2009年开业的蜂巢，由深圳大学艺术设计学院平面专业的毕业生房海滨和他的朋友开设。与其他格子铺最大区别是所售货品都并非街上随处可见的东西，而是当红年轻设计师的独创品牌。



红唇电话，80元



每天晚上都人山人海，是整个街上最旺的一间

**Info**  
 地址：深圳大学西门厚德品园商业街101-3号  
 电话：0755-86308280  
 营业时间：10:30-23:00  
 地址：深大西门左侧的商业街上，南山网吧旁

# 周末休闲游点



## 漂亮实惠KTV

### BBFLY(歌宴)

2009年开业的量贩式KTV(按时间收费),目前已有3家分店(罗湖店和天利店),主打年轻人市场,装潢典雅又有型。房间分为大、中、小、迷你、VIP等多种,平日20:00前,最便宜的迷你房只要20元/小时,当场交100元入会还有7折优惠。

歌曲方面,除了内地歌曲外,香港歌手的新歌都能找到。

KTV最大特点是收费公道,房间按小时收费,顾客想喝东西吃小吃可到附设的超市自己选择。



BBFLY采用日本原厂度身定制的音响系统,音色一流,中、英、日、韩语歌俱备



点歌系统采用触控式荧幕,操作犹如iPhone般方便,还有手写输入法



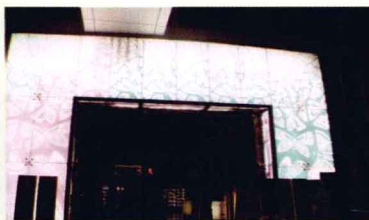
每间房都备齐灭火器等消防设施



酒水收费不算太贵,但略感觉不够凉。青岛13元、Diamond Black 17元、爆米花15元



房间整洁,最便宜的迷你房也可以坐6个人



门面设计华丽



附设的超市,饮品、零食选择极多,只唱什么都不买也没问题,但请守规矩不要自带食品

#### Info

地址:深圳市南山区海岸城西座三楼

电话:0755-86338633

营业时间:12:00-次日02:00

收费:迷你房平日20:00前20元/小时、20:00后60元/小时;周六、日白天30元/小时,周六、日晚间68元/小时

前往方法:深圳湾口岸乘搭出租车,车程约10分钟,车费约25元

其他分店:

地址:南山区商业文化中心区天利名城C座四楼

电话:400-6171-151

地址:罗湖区寸金大厦二楼到四楼

电话:0755-82283966





## 安逸的艺术书吧

### 逸书吧

深圳很流行书吧，客人可以买书，也可以随意翻看。逸书吧是2009年开业的新贵，老板是爱书人，取名“逸书”就是想让它成为安逸的书房，一个有点艺术气质的地方。

这里的书都不是畅销书，而是店长希望介绍给客人的个人至爱。喝着店里的咖啡，大可坐足一整天。书吧的气质吸引了爱电影、爱摄影、爱音乐、爱旅游、爱文学的文艺青年，书吧也就提供场地给他们举办文化艺术活动与展览，店里还卖年轻设计师寄卖的手工艺品。



本地艺术家创作的陶瓷，160元



以灰白黑为主色的逸书吧，气氛一流



窗边一角的座位很适合情侣谈心



中央的高柜放满本地艺术家创作的艺术品



年轻设计师寄卖的手背包，69元



蔬菜紫菜卷，即素菜寿司，卖相精致，22元



名为“枫园梦幻”的混合花果茶，混合了蓝莓、玫瑰花、苹果、洛神花等，味道微酸，很香，28元/壶



天花板垂下的绳网挂满本地摄影师的作品和年轻设计师的作品



店内有很多关于电影、设计的书籍



门口并不明显

### Info

地址：深圳南山区蛇口工业七路63-65号维园大厦一楼

电话：0755-26891296

营业时间：10:00-23:00

网址：[www.yishux.com/](http://www.yishux.com/)

前往方法：深圳湾口岸乘坐出租车，车程约10分钟，车费约25元，上车时请跟司机说去四海公园对面、花果山旁边

位置并不好找，但看见门前的小花园和招牌就觉得多难找也值得了

# 周末休闲游点

## 隐蔽宁静书吧 简单生活

藏身于华侨城生态广场公园一隅，自成一体，宁静舒服，在深圳文化学术界很有名。店内用水管搭成的书架上放满世界名著、诗集、旅游文学、杂志等，全部任看任翻。供应咖啡、特饮和小吃，晚上还有酒精饮品。台椅沿窗边摆放，阳光悄悄渗入，顾客可点杯咖啡、看本小说，消磨大半天的时光。



杂菜沙律，部分蔬菜出自店前的小花园，故特别新鲜甜美，22元



供应简单小吃，但造型见心思，这吉列蟹柳25元



冰山黑泽，在Espresso之中加入雪糕，一甜一苦，对比强烈，35元



炭烧咖啡，由开始煮咖啡那刻开始香气已充满全店，味道醇和，22元



靠墙一边的台椅灯光昏暗，适合情侣谈心



店前有露天座位和小花园，种了各式香草和蔬菜



置于书吧中央的书架，都用水管搭建而成



中央的餐台区灯光较暗，更有情调



最喜欢窗边的位置，秋冬天可开窗，凉风送爽

**Info**  
地址：南山区华侨城生态广场C区104栋  
电话：0755-26912691  
营业时间：10:00-24:00  
前往方法：深圳地铁华侨城站B3出口





书店部分拥有落地玻璃窗，阳光透进来，很舒服

## 气质书店吧 物质生活书吧

这间集书店、咖啡厅、酒吧于一身的带落地玻璃窗的书吧，一边是书店，一边是环境舒适的Cafe，中间还有个小酒吧。卖的书以设计、艺术、摄影、文化、文学为主，其中不乏蔡澜、汤楨兆、林夕、梁文道等香港作家的简体版本。

老板晓星是前深圳电台的著名DJ，也是专栏作家兼资深文化人，为多家杂志和报纸撰写专栏，因此这里也经常举办各类文化沙龙、讲座和展览，一室都是文化气质。



名字源于法国作家Marguerite Duras的随笔集《物质生活》



Cafe装潢简单舒适，最喜欢面向街道一边的圆形镂空花门，既采光又有隐私保护



名为“用声音抚摸深圳”的鸡尾酒，味道偏淡，38元



物质生活热咖啡是店内主打，33元



彭浩翔《爱的地下教育》，印刷精美，39.8元



推荐《新中国生活图史》，书中全是近代的珍贵历史相片，透视昔日民间生活，68元



书店有很多香港作家的简体版本，一流

### Info

地址：福田区百花二路百花公寓1栋一楼

电话：0755-83669689

营业时间：09:30-次日02:00

前往方法：深圳地铁华强路站转乘出租车约5分钟，百花二路和百花五路交界，实验小学附近



摆摊甩货创意来袭

# 创意市集

当我们要衡量一个城市是否现代和富裕，会看这个城市内有没有麦当劳、大型购物商场、地铁系统等。当我们衡量一个城市是否年轻、有活力，就要看它有没有创意市集！

市集也是结交朋友的地方，有刚出道的创作人，有曾经在社会上打拼的人，有一夜成名的画家，也有隐世的艺术家……参加市集的外地人多来自广州、杭州、上海，以赶集的名义去旅行，就是他们的生活方式。







## 一个时代的来临 怀旧时代

20世纪六七十年代到工厂上班、吃大锅饭的年代，是老一辈的回忆。新一代通过想象，以革命时代的版画、搪瓷水杯为载体，加入年轻人的“捣蛋”心态、社会文化现象等将旧物变新。小水杯才20元左右，谁都买得起。



有工作人员现场商谈批发，如有兴趣可直接取货分销



拿着此杯去野营，是否会更酷



## 从市集走进商场 Concerto

以小本子起家，Concerto是深圳本地的品牌，姐姐爱旅行找灵感，妹妹亦步亦趋，可谓绝妙搭档。Concerto从地铁站的小摊位、创意市集，终于走入商场，并开设了自己的店铺。虽如此，但仍然坚持参加市集，饮水思源。





## 全国巡游

# Imart 创意市集

01

MAP: P148

由《城市画报》创立的Imart，是现今全国最大规模的创意市集。Imart意思是“I'm Art”，又可解释成“Idea Market”，从2006年至今，总共有10多个城市参与，为那些要投身“创意行业”的年轻人带来最低门槛。从2008年开始，深圳书城每月第二个周末举行Imart创意市集，参加者不乏中学生、大专学生，相对其他市集，这里首次参加的年轻人较多。



灵感一到，便挥笔在纸盒上画画，这便是创意市集的特色（创意人是Ter-Tou）



## 猫样瓷饰

# 海饼干陶艺工作室

工作室成员大都来自景德镇陶艺学院，最近才加入书城创意市集，创作灵感多来自青花瓷器，蓝白配项链别有一番味道，也有个性化、生活化的作品。



立体莲花的吊坠清雅脱俗

Info

网址: [www.blackeye.azone.artron.net](http://www.blackeye.azone.artron.net)

原创人的最爱还是猫

## 害羞陶艺家

# 杯水陶艺

来自杭州的郑新疆是陶艺学院毕业生，此次是第二次参加书城创意市集。他本人从事彩陶饰品已有2年，手工陶珠每颗的色泽和形状都不会相同，颜色艳丽，极适合用来陪衬衣服。



即使同一时间上色，每颗珠在烘干时所产生的反应都会令它们各有不同，20元

Info

电邮: [zhengxinjiang0708@163.com](mailto:zhengxinjiang0708@163.com)



## 彩绘布鞋

# 天秤座

2009年才参加创意市集的天秤座，是插画学生。



Info

网址: [blog.163.com/nibaba09@yeah](http://blog.163.com/nibaba09@yeah)

## 记忆卡包包

# 市集新丁

设计者还未替品牌想好名字，第一次参加市集。虽然拉链包包是看惯了，但买来放记忆卡也不错。