

中国最早、最具权威性的旅游指南 | 坚持出版前由作者亲自踩线更新

新疆自助游



上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司 编著



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

藏羚羊自助游系列
全新

藏羚羊自助游系列

新疆自助游



上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

新疆自助游 / 上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2010.5

(藏羚羊自助游系列)

ISBN 978-7-115-22597-9

I. ①新… II. ①上… III. ①旅游指南—新疆 IV. ①K928.945

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第042835号

内 容 提 要

本书介绍了新疆的主要旅游景点,为读者提供了新疆的历史、地理、气候、民俗等方面的背景资料,并从旅行专家的角度向读者提出了一些旅行建议。本书适合自助旅行爱好者作为旅行指南用书,也适合一般读者用以了解新疆的历史文化和风土人情。

藏羚羊自助游系列

新疆自助游

-
- ◆ 编 著 上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司
责任编辑 黄金平
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京画中画印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 880×1070 1/32
印张: 11 2010年5月第1版
字数: 366千字 2010年5月北京第1次印刷

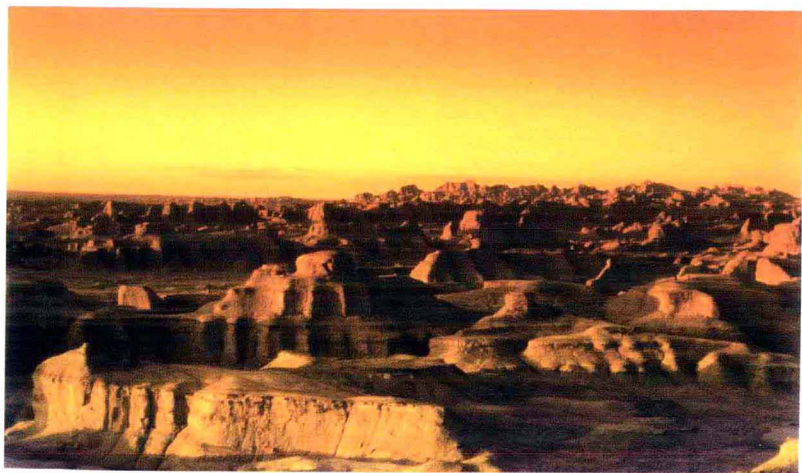
ISBN 978-7-115-22597-9

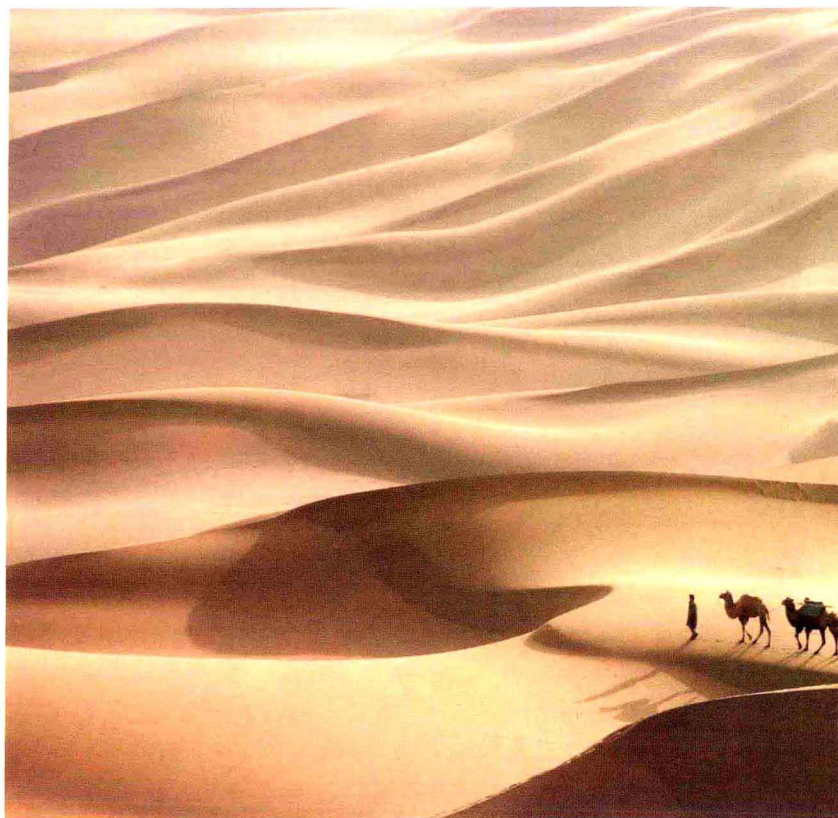
定价: 49.80元

读者服务热线: (010)67172489 印装质量热线: (010)67129223
反盗版热线: (010)67171154

目录

话说新疆	2	装备清单	33
精彩新疆	4	交通	38
历史	5	住宿	40
地理	7	安全	41
气候	8	环保	42
政区	9	证件和手续	43
民族	9	邮政	44
民俗与禁忌	10	通信	46
语言	14	网吧	47
宗教	14	银行和ATM	47
名人	16	旅游投诉	47
艺术和其他	17		
节庆	23	乌鲁木齐与昌吉地区 52	
杂志、报纸与网络	24	乌鲁木齐与昌吉地区必游 54	
书籍	25	解读乌鲁木齐	58
餐饮	25	历史	59
水果	27	地理	60
特产	28	气候	60
		乌鲁木齐市	61
旅行计划	30	交通	62
旅行季节	32	住宿	65
预算建议	32		
		餐饮	66
		特产	67
		其他实用信息	67
		二道桥新巴扎	68
		自治区博物馆	69
		星光夜市	69
		红山	70
		人民公园	71
		陕西大寺	71
		水磨沟风景区	72
		乌拉泊古城	72
		亚洲地理中心	72
		柴窝堡大盐湖	73
		一号冰川	74
		博格达峰	75





天山天池	76	高昌回鹘王室佛寺	91	火焰山	109
南山西白杨沟	79	北塔山原始胡杨林	91	葡萄沟	112
菊花台至白杨沟穿越 ...	81	康家石门子岩画	91	高昌故城	114
南山空灵小道徒步穿越 ...	82			交河故城	116
		吐鲁番地区	92	阿斯塔那—	
昌吉州	83	吐鲁番地区必游	94	哈拉和卓古墓群	119
交通	84	解读吐鲁番地区	98	柏孜克里克千佛洞	120
住宿	84	地理	101	坎儿井	122
餐饮	84	气候	101	艾丁湖	123
五彩湾	85	交通	102	克尔碱	124
吉木萨尔县野马场	87	住宿	103	鄯善	125
将军戈壁	87	餐饮	103	吐峪沟	125
奇台魔鬼城	88	特产	103	鲁克沁镇	127
恐龙沟	89	其他实用信息	104	迪坎尔村	128
卡拉麦里自然保护区 ...	89	苏公塔	107	库木塔格沙漠	128
北庭故城遗址	90	吐鲁番博物馆	108		



哈密地区 130

哈密地区必游 132

解读哈密地区 134

地理 136

气候 136

民族 137

交通 138

住宿 138

餐饮 139

特产 139

其他实用信息 139

哈密王陵 142

哈密地区博物馆 144

盖斯墓 145

哈密五堡古墓群与

魔鬼城 145

白石头风景区 148

寒气沟 149

鸣沙山 150

庙尔沟 152

猴娃山 152

八大石 153

拉甫乔克故城 153

喀尔里克冰川 153

淖毛湖镇 154

巴里坤县 155

交通 156

住宿 156

其他实用信息 156

巴里坤大草原 157

巴里坤湖 157

怪石山 158

大河唐城 160

松树塘 160

阿勒泰与塔城地区 162

阿勒泰与塔城地区必游 164

解读阿勒泰地区 166

地理 167

民族 168

特产 168

阿勒泰地区 169

交通 170

住宿 170

餐饮 170

喀纳斯 172

喀纳斯湖 173

阿克库勒湖 179

双湖 179

千湖 180

友谊峰冰川 180

禾木蒙古族村落 180

白哈巴村 181

白沙湖 183

额尔齐斯河五彩河岸 183

乌伦古湖 184

青河三道海子石堆墓 184

阿拉善温泉 185

蝴蝶沟 186

切尔木切克古墓群 186

塔城地区 187

交通 188

住宿 188

餐饮 188

塔城伟人山 189

裕民县塔斯特风景区

(小白杨哨所) 189

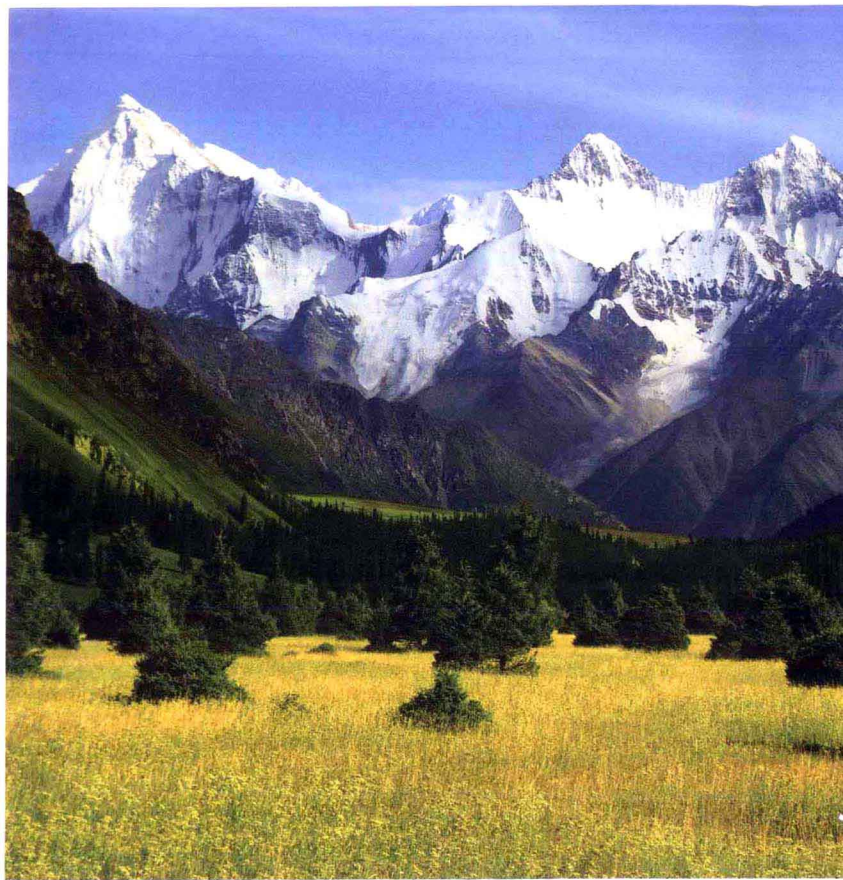
额敏县玛依塔斯 190

鹿角湾风景区 190

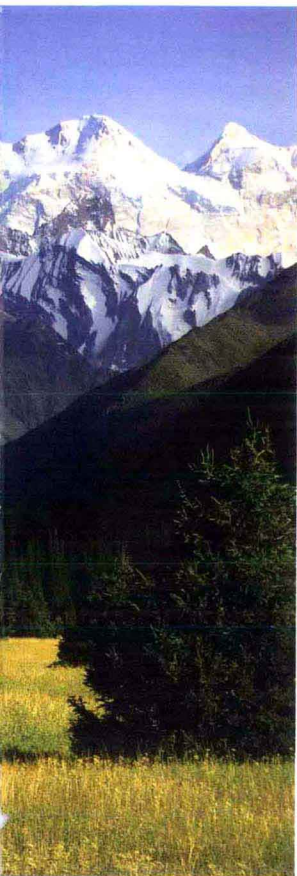
甘家湖白梭梭林

自然保护区 191





阿西尔达斡尔乡	192	地理	204	那拉提草原风情区	211
		气候	204		
克拉玛依市	193			察布查尔县	213
交通	194	伊宁市	205	交通	214
住宿	194	交通	206	住宿	214
克拉玛依一号井	195	住宿	206	餐饮	214
乌尔禾风城	195	餐饮	206	其他实用信息	214
		其他实用信息	207	靖远寺	215
伊犁与博尔塔拉地区	196	伊犁河风景区	208	海努克古城遗址	215
伊犁与博尔塔拉地区		回族大寺	208	洪那海麻扎	215
必游	198	惠远古城	209	乌孙山	216
解读伊犁	202	秃黑鲁帖木尔汗麻扎	209	特克斯八卦城	216
历史	204	果子沟	210	喀拉峻草原	218
		霍尔果斯口岸	211	科桑岩溶洞	219



夏塔旅游区 219

博乐市 221

交通 222

餐饮 222

赛里木湖 222

怪石峪风景区 225

阿拉山口口岸 225

巴音郭楞地区 ... 226

巴音郭楞地区必游 228

解读巴音郭楞 232

历史 233

地理 234

气候 234

库尔勒市 235

交通 236

住宿 237

餐饮 239

其他实用信息 239

加曼大清真寺 240

铁门关 240

焉耆县七个星千佛洞 ... 241

博斯腾湖 242

和静巴仑台黄庙 243

巴音布鲁克草原 244

巩乃斯大草原 245

巩乃斯林场和

阿尔先沟温泉 246

草湖水乡 247

奎克乌苏石林 247

罗布人村寨 247

若羌县 249

交通 250

住宿 250

楼兰 250

罗布泊 251

木孜塔格峰 252

塔里木沙漠公路 253

阿尔金山自然保护区 254

营盘古城 257

米兰故城 258

阿克苏地区 260

阿克苏地区必游 262

解读阿克苏地区 264

历史 265

地理 266

气候 266

阿克苏市 267

交通 268

住宿 268

餐饮 268

其他实用信息 268

库车县 269

交通 270

住宿 270

餐饮 270

特产 270

其他实用信息 271

龟兹石窟 272

库车清真大寺 273

库车大巴扎 273

龟兹改城遗址 274

龟兹博物馆 274

默拉纳额什丁麻扎 275



苏巴什故城	275
盐水沟	277
克孜尔千佛洞	277
大、小龙池	279
克孜利亚大峡谷—	
阿艾石窟	280
温宿天山神木园	281
乌什燕子山	281
塔里木河	282
托木尔峰	282
铁热克温泉	282

喀什与

克孜勒苏地区 ... 284

喀什与

克孜勒苏地区必游 ... 286

解读喀什与

克孜勒苏地区 ... 290

历史	291
地理	291
气候	292
民族	292
语言	292

喀什市 ... 293

交通	294
住宿	295
餐饮	295
特产	295
其他实用信息	296
艾提尕尔清真寺	298
喀什老城	299
喀什大巴扎	301
香妃墓	
（阿帕克和卓墓）	302
马赫穆德·喀什噶里墓	303
玉素甫·哈斯·哈吉甫墓	304
罕诺依故城和莫尔佛塔	305



奥依塔克原始森林、		其他实用信息	314
雪崩风景区	306	石头城	317
喀拉库勒湖	306	公主堡	318
慕士塔格峰	308	红其拉甫口岸	319
喀拉库勒湖至慕士塔格峰登			
山大本营徒步穿越	310	和田地区 ... 320	
玉其塔什	312	和田地区必游 ... 322	
喀什库尔干县 ... 313		解读和田地区 ... 324	
交通	314	历史	325
住宿	314	地理	326
餐饮	314	气候	326
		语言	326



和田市	327	英尔力克沙漠	338	赞木庙遗址	339
交通	328	阿拉勒巴格佛寺	338	桑株岩画	339
住宿	328				
餐饮	328				
特产	329				
其他实用信息	329				
和田大巴扎	332				
和田三棵树	333				
约特干遗址	334				
葡萄长廊	334				
麻扎塔格山	335				
塔克拉玛干沙漠	335				



图例

景点信息图例



地址



电话



开放时间



交通



景点门票



特别提醒



景区住宿



景区餐饮



景区购物



景区活动



景区火车



景区索道



景区徒步



自驾车



景区特色



景区网站

地图图例

高速公路

铁路

国道及标号

其他道路

徒步线路

轮渡

主要街道

次要街道

索道

城墙

河流湖泊

绿地

建筑物

沙漠

首都

省级行政中心

地级行政中心

县级行政中心

其他定居点

指南针

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点

其他地点



政

安

局

行

院

局

吧

场

场

站

站

处

点

园

处

间

馆

厅

屋

所

布

泉

迹

口

峰

山

其

他

地

点

向

梁

礁

线

拉

伸

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

政

安

局

行

院

局

吧

场

场

站

站

处

点

园

处

间

馆

厅

屋

所

布

泉

迹

口

峰

山

其

他

地

点

向

梁

礁

线

拉

伸

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

政

安

局

行

院

局

吧

场

场

站

站

处

点

园

处

间

馆

厅

屋

所

布

泉

迹

口

峰

山

其

他

地

点

向

梁

礁

线

拉

伸

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

线

政

安

局

行

院

局

吧

场

场

站

站

处

点

园

处

间

馆

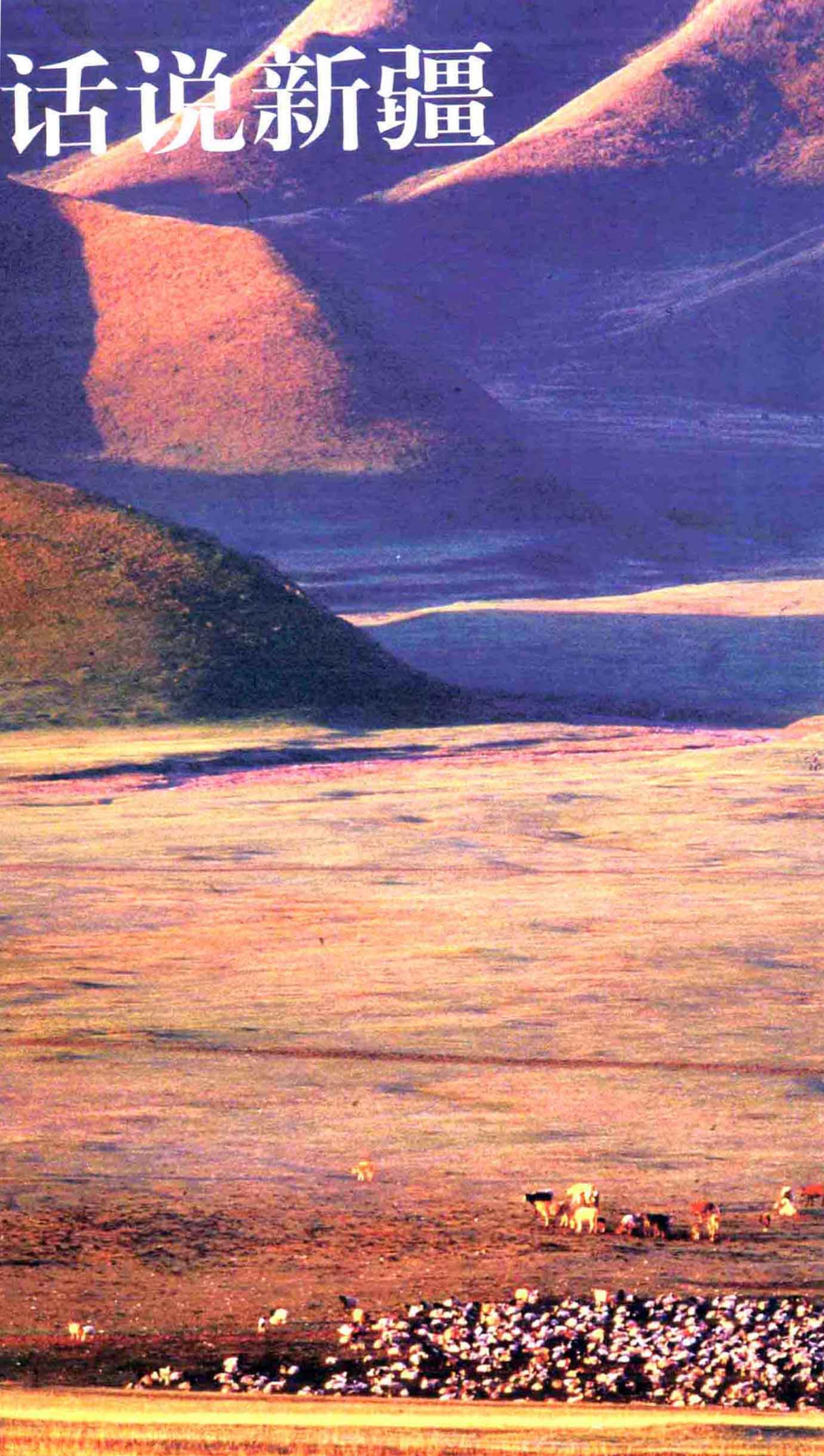
厅

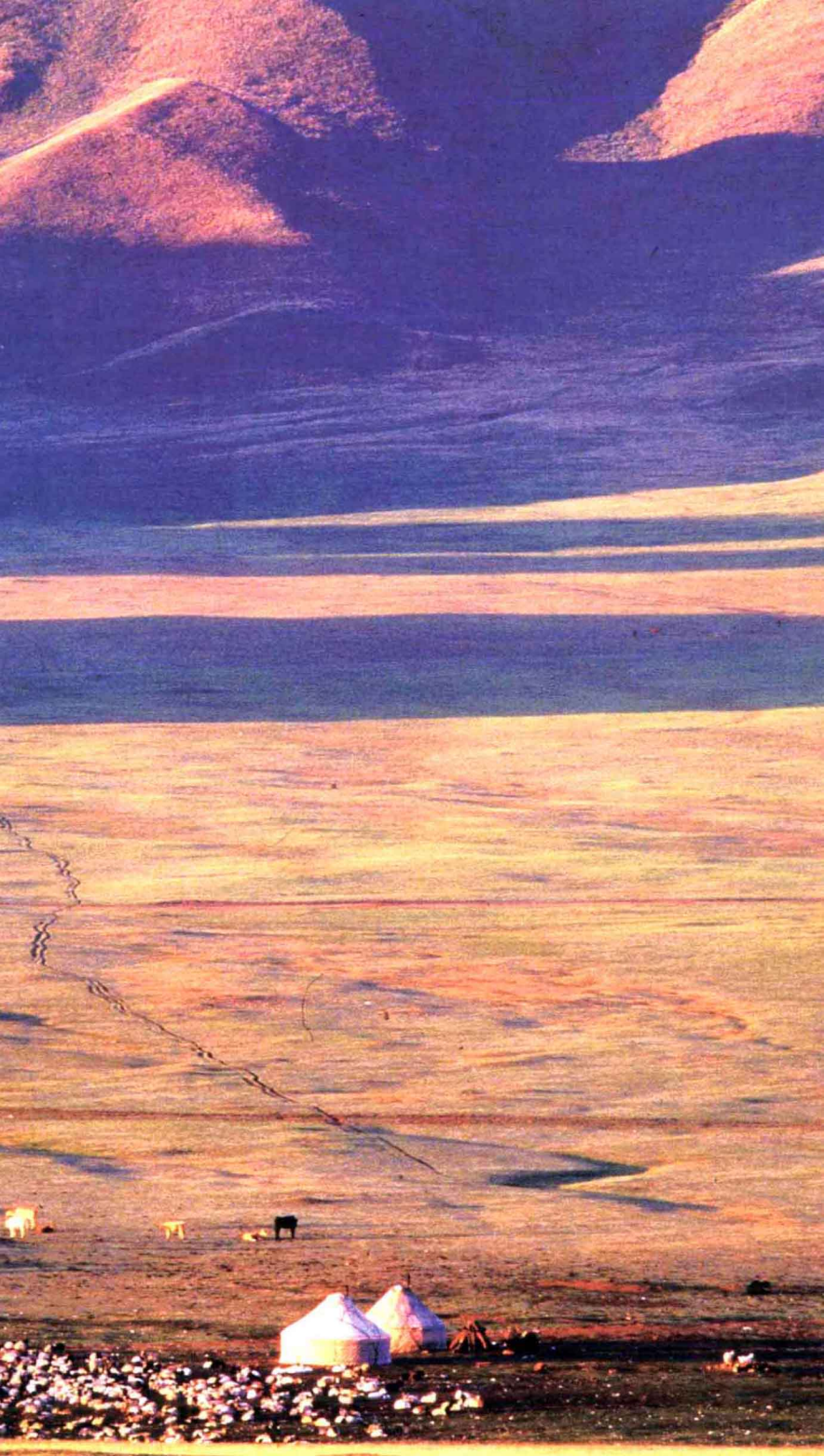
屋

新疆



话说新疆





精彩新疆

2000多年前，一条从长安出发，向西延伸的“丝绸之路”经过这里，连接起中国和西亚、欧洲的文明，成就了大汉盛唐的绮丽篇章。而今天，这块“西部宝地”依旧以它独特的魅力吸引着国内外众多旅游爱好者。从南疆帕米尔高原到北疆阿勒泰草原，从西陲伊犁河谷到东疆哈密绿洲，它的美丽风情让众人人为之倾倒。

新疆有着圣湖草原、雪山戈壁、大漠孤烟、长河落日等奇异的风光。千百年来，这里的文明在古

老的胡杨林的护卫下，散发出夺目的光彩，见证着历史的变迁。作为中国西部重要的旅游地区，新疆与其他地区相比，呈现出丰富和多元的文化。

新疆有着神秘莫测的西域三十六国，有着远游求佛的玄奘和鸠摩罗什，有着伊斯兰建筑留下的美丽的拱顶，有着历史留下的大量的废墟和墓堆，有着东归的土尔扈特和西迁的锡伯族，有音乐，有史诗，以及数不清的雅丹、胡杨、雪山、草原……

新疆和静县的巴音布鲁克大草原边上的九曲十八湾，又称天鹅湖



新疆，它宏大的气魄，令一切骄傲溃败；它独特的神韵，湮灭了世上所有百转千回的音乐；它古朴的气质，令一切虚荣幻灭；那悠闲的神情，消除了世上一切凡俗之事……

你看，那午后的阳光，正一寸寸渗入脚下的这片土地。我想要用尽全部力气，记住它的美。

历史

新疆，最早的称呼是柱州，后称西域。西域这一名称最早见于《汉书·西域传》，一直沿用到1757年清乾



清真寺的新月图案

隆帝收复这片故土，之后才改称新疆。在新石器时代，天山南北各地已经有人类祖先的活动，而我国古史中对于西域地理历史的具体记载则是从汉代开始的。

西汉王朝统一西域大业是从讨伐匈奴开始的。汉武帝刘彻为了打败匈奴，决定“通西域”。他先后派张骞两度出使西域，以加强同西域诸地的联系，共同对付匈奴。公元前102年，汉军攻破大宛城（今费尔干纳），汉朝在西域各国中的威望大增。公元前60年，驻扎西域的匈奴日逐王先贤掸归附汉朝，汉朝把他封为归德侯。同时西汉设立西域都护，总管西域事务。从此，天山南北诸地均归汉朝中央政府统属。西汉末年，王莽篡权，内地政局不稳，天山南北各地复陷入分裂割据状态。东汉初，匈奴南下，重新统治了西域各地。公元73年，东汉派班超出使西域，他帮助西域各国摆脱了匈奴的控制。东汉任命班超为西域都护，他在西域一共经营



了30年，加强了西域与内地的联系。公元97年，班超还派甘英等人出使大秦（东罗马帝国），甘英到达了波斯湾，使东西方之间的交往得到进一步发展。

张骞通西域后，正式开通了从中国通往欧洲、非洲大陆的陆路通道。这条道路，由西汉都城长安出发，经过河西走廊，然后分为两条路线：一条由阳关，经鄯善，沿昆仑山北麓西行，过莎车，西逾葱岭，出大月氏，至安息，西通犁靬（今埃及亚历山大），或由大月氏南入身毒（今印度）。另一条出玉门关，经车师前国，沿天山南麓西行，出疏勒，西逾葱岭，过大宛，至康居、奄蔡（西汉时游牧于康居西北）。在这一时期，我国的丝绸织品经过西域远销南亚和欧洲，影响最大。1877年，德国地质学家李希霍芬（F.P.W.Richthofen, 1833—1905）

长途车是新疆旅行经常要用到的交通工具



就将这条陆上交通路线称为“丝绸之路”。从此以后，这条横贯东西的贸易通道被后人统称为“丝绸之路”。

到魏晋南北朝时期，西域出现了社会大动荡和民族大融合的局面。后来唐朝经营西域，在西域设立了安西大都护府和北庭大都护府。北宋时期，西域存在着高昌回鹘王国、于阗王国、黑汗王朝三个并立的地方政权。到了元代，西域大部分地区成为成吉思汗次子察合台的封地。明代初期，西域在东察合台汗国统治之下。明代中叶，东察合台汗国演变为叶尔羌汗国。

清代是我国统一的多民族国家空前巩固和发展的时期。18世纪中叶，清朝先后平定了准噶尔贵族大小和卓的叛乱。1762年，清朝在古勒扎（今伊宁市）设立伊犁将军，统一行使对天山南北各地的管辖权，从此完全确立了中央政府对新疆的稳固统治。

1840年的鸦片战争是中国近代社会的开端。鸦片战争以后，中国逐渐沦为半殖民地半封建社会。从1851年到1864年，沙俄迫使清政府签订丧权辱国的《中俄北京条约》和《中俄勘分西北界约记》。此后，新疆的形势日益危险。光绪元年（1875年），清政府任命陕甘总督左宗棠为钦差大臣督办新疆军务。至光绪三年（1877年）底，清军收复了除沙俄军队侵占的伊犁地区以外的全部新疆国土。光绪七年（1881年）二月，清政府使臣曾纪泽经过艰苦的谈判，与沙俄签订《中俄伊犁条约》。伊犁回到了祖国的怀抱。光绪十年（1884年），清政府