

THE BEST PLACES
FOR DRIVING IN CHINA

不疯魔不成活

强力推荐23条中国最佳自驾游路线!
详尽×实用×新颖 配精美手绘地图



中国最适合 自驾游的地方

朱力鸥 马明 等 编著

中国旅游出版社

中国最适合



自驾游的地方

朱力鸥 马明等 编著

THE BEST PLACES

FOR DRIVING IN CHINA

中国旅游出版社



责任编辑：王欣艳
责任印制：闫立中
装帧设计：中文天地

图书在版编目(CIP)数据

中国最适合自驾游的地方 / 朱力欧等编著. -- 北京:
中国旅游出版社, 2011.4
ISBN 978-7-5032-4128-4

I. ①中… II. ①朱… III. ①旅游指南-中国 IV.
①K928.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第040428号

书 名：中国最适合自驾游的地方

作 者：朱力欧 马明 等

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> E-mail: cttp@cmta.gov.cn

发行部电话：010-85166503

排 版：北京中文天地文化艺术有限公司

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京金吉士印刷有限责任公司

版 次：2011年4月第1版 2011年4月第1次印刷

开 本：889毫米×1194毫米 1/32

印 张：8

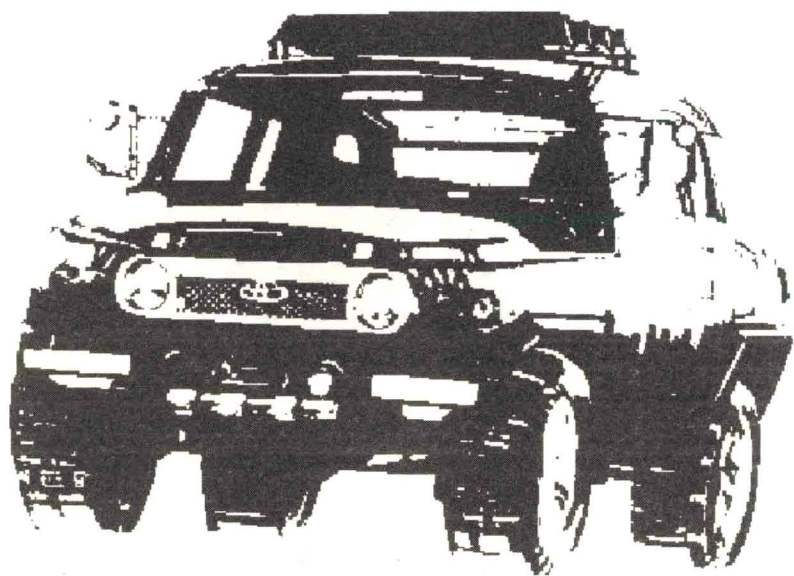
字 数：208千

定 价：28.00元

I S B N 978-7-5032-4128-4

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



总 策 划：黄 鹤

文字编写：朱力鸥 马 明 黄 鹤

图片提供：朱力鸥 黄 鹤 刘康明 梁宇淳 马 明 陈春石
冯 证 梁宇淳 汪建宏 黄庆军

编辑特别推荐路线

穿行在中国的人文景观大道

2-23

西部地区

- 奔向敦煌路线
- 大海道戈壁考察路线
- 那拉提河谷路线
- 甘南藏族自治州路线
- 唐蕃古道路线
- 康巴嘉绒藏族聚居区路线
- 穿越恐龙时代路线
- 香格里拉雪山路线
- 瑞缅边境路线
- 滇南原乡路线
- 黔西南峡谷路线
- 黔桂红岩路线
- 陕南古村镇路线

24-155

24

34

44

56

70

156-177

80

90

98

108

116

128

138

146

华中地区

江西山水路线 156

湘西寻梦路线 168

178-197

华东地区

上海周边新六大古镇路线 178

穿行东南灵境路线 188

198-231 华北地区

内蒙古草原大环线 198

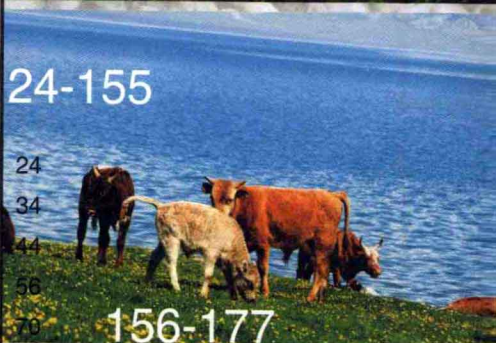
阿拉善秘境路线 214

晋北寻幽访古路线 226

232-249 东北地区

小兴安岭林海路线 232

辽东半岛踏海路线 240

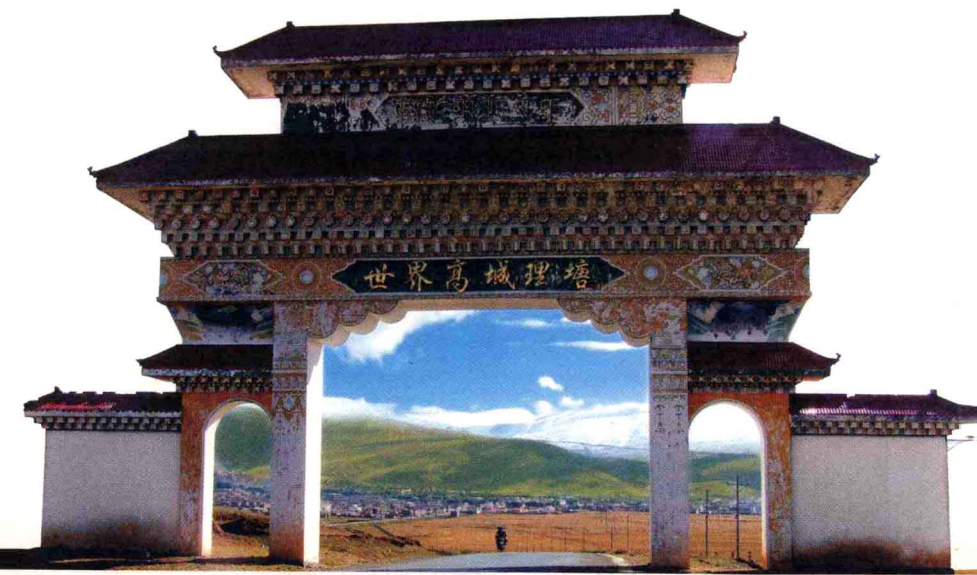




编辑特别推荐路线
穿行在中国的



人文景观大道



世界高城理塘

自驾区域简介

318 国道起点为上海，终点为西藏樟木友谊桥，全长 5225 公里。从上海到西藏樟木长达 5000 多公里的 318 国道，在中国乃至全世界都算得上一条美景高度集中的景观长廊。

从海平面的长江口到地球之巅的珠穆朗玛峰，从中国地势的第三阶梯到第一阶梯，从盆地到平原、高原，从丘陵到低山、中山、高山、极高山，从淡水湖到咸水湖，从雨林到灌木丛、草原、荒漠……同时，这条路线还是文化和历史的隧道，从浙江河姆渡 7000 年的水稻到昌都卡若遗址的小米，从良渚文化的玉到三星堆的铜，从周庄的老屋到丹巴的碉楼，从唐蕃古道到藏彝大走廊。

尤其神奇的是，许多世界级的景观竟然也集中在这条大道两旁及周边 100 公里范围内，譬如，东部有黄山、庐山，西湖、太湖、洞庭湖、鄱阳湖等；西部的名山名湖有贡嘎山、南迦巴瓦峰、珠穆朗玛峰、希夏邦马峰，羊卓雍错、纳木错等。

318 国道是连接中国最多省份的公路。

从 20 世纪 90 年代开始，越来越多的旅游爱好者开始用自己的方式饱览 318 国道的沿途美景。

【自驾级别】体力强度★★★ / 技术难度★★★★★ / 惊险刺激★★★★ /
历史文化★★★★★ / 自然风光★★★★★

【自驾路线】成都—康定—理塘—芒康—左贡—八宿—波密—八一—拉萨

(本文暂只介绍成都至拉萨路线，上海到成都可搭乘其他交通工具)

【区域气候】318川藏线的气候多变，海拔从500米到5000米，一路起伏，所以无论任何季节，自驾此条路线都应该备齐冬夏两季的衣物，有时虽然是夏季，但5000米海拔的地方仍有积雪，异常寒冷。每年5~9月属于雨季，路段多有塌方，10月前后天气较稳定，11月以后经常会有大雪，部分路段也会遭遇积雪异常难行。

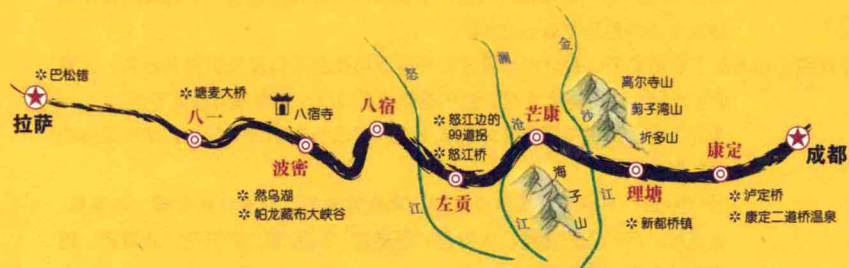
【自驾时节】初秋是川藏线最美的季节，是最佳自驾时节。那金色的松林、碧绿的峡谷、满目的冰川雪山勾画出一个梦幻般的童话世界。林芝地区夏天路不好，春天比较潮冷，景色以秋天为最美，气候也最好，因此3~10月比较适合入藏，最佳季节为初秋。

【自驾时间】从成都出发抵达拉萨，正常行车观景的时间为5~8天。

【自驾内容】川藏线几乎囊括了藏族聚居区能够看到的所有景致，从丰饶的藏南谷地、



激流中的渡河牦牛



苍翠的林芝原始森林、被誉为“东方阿尔卑斯山”的然乌地区雪山衬托下的高原湖，到三江（怒江、澜沧江、金沙江）并流处的峡谷地带、险峻的雅鲁藏布江。沿途风光壮丽秀美，清澈的蓝天、白云、雪山、青草、藏传佛教寺庙，神山、圣水、草甸，牦牛、羊群、草原、森林，冰川、湖泊、大江、大河，醉人醉心。

【路线评价】“蜀道难，难于上青天”——这是影友及驴友对进藏四条公路之一的川藏



线的评价和共识，但中国最美的秋天就在川藏线。

这条路线对身体要求相对较高，虽说行车条件相对较好，但相比城市的路线及生活条件还是有一定差距。

【进藏前的准备】心理准备：良好的心理素质是克服和战胜高山反应的灵丹妙药。大量事实证明，保持豁达乐观的情绪能够减弱高山反应带来的身体不适。

身体准备：进藏前睡眠和休息要充足。可适当服西洋参等，以增强肌体的抗缺氧能力。

随身物品：高原海拔高日照强烈，早晚温差大，需准备长衣裤、羊毛衫、夹克衫，同时备好墨镜、太阳帽，防晒霜、润唇膏，感冒药、肠胃药、阿司匹林、安定等物品。

不要惧怕高山反应，只要身体健康，没有高血压、心脏病、肺病，没有感冒、咳嗽、发烧等症状的人都不会有很大的反应。一般来说过1~2天后，高山反应都会逐步减轻或消失。

【推荐人数】自驾车比较忌讳和不熟悉的伙伴相约而行。车的数量如果过多，那么人员在吃、住、行等方面需要下很大工夫，所以在具备一定驾驶能力的时候，最好不超过三辆车同行，这样对体能、对行车速度的提高、对风险的降低都是有好处的，每辆车的人数不宜超过4人。当然有人说小轿车也能走川藏线，这当然没错，但是从安全性能方面考虑，四驱车在遭遇冰雪路面和颠簸路段的时候都能高出两驱轿车一大截。

【最佳行程】10月深秋季节，林芝地区更是万山红遍。由于南迦巴瓦峰巨大的垂直分布带，各类植物依次分布使它有绝佳的色彩层次感。而巴松错最好的季节也是秋天，从湖岸到山岭，漫山遍野层林尽染，是摄影爱好者“猎色”的大好时机。波密一带在摄影爱好者中也有很好的口碑，更有人称林芝地区最值得拍摄的地点就是波密。皆因波密一带森林茂密，雨水充足，湍急的河流、大片绿色的田园和星罗棋布的村落都构成了油画般壮丽的高原风光。川藏线上的另一亮点便是以冷、静、透为特点的然乌湖了。深秋是然乌湖最美的时节，冰雪覆盖在蓝色的湖面上，湖边的山体就像打翻的调色板，红色、绿色、金黄色散落一地，好不艳丽。

【必需装备】虽说现在川藏线的条件已比较好，但是根据车辆性能不同，出发前仍应准备好随车的部分装备。

备件：充足气的备胎、易损汽车配件（如灯泡、风扇轮皮带、保险丝、雨刮片）、机油、刹车油等。

随车工具：整套随车修理工具、轮胎扳手、安全油桶、灭火器、水桶、拖车绳、工兵铲、车载气泵、绝缘胶带、电线、铁丝、千斤顶、快速补胎胶、钳子、警示牌（车辆发生故障、事故等情况下提醒过往车辆），还应在出发前检查好防冻液及防滑链等。

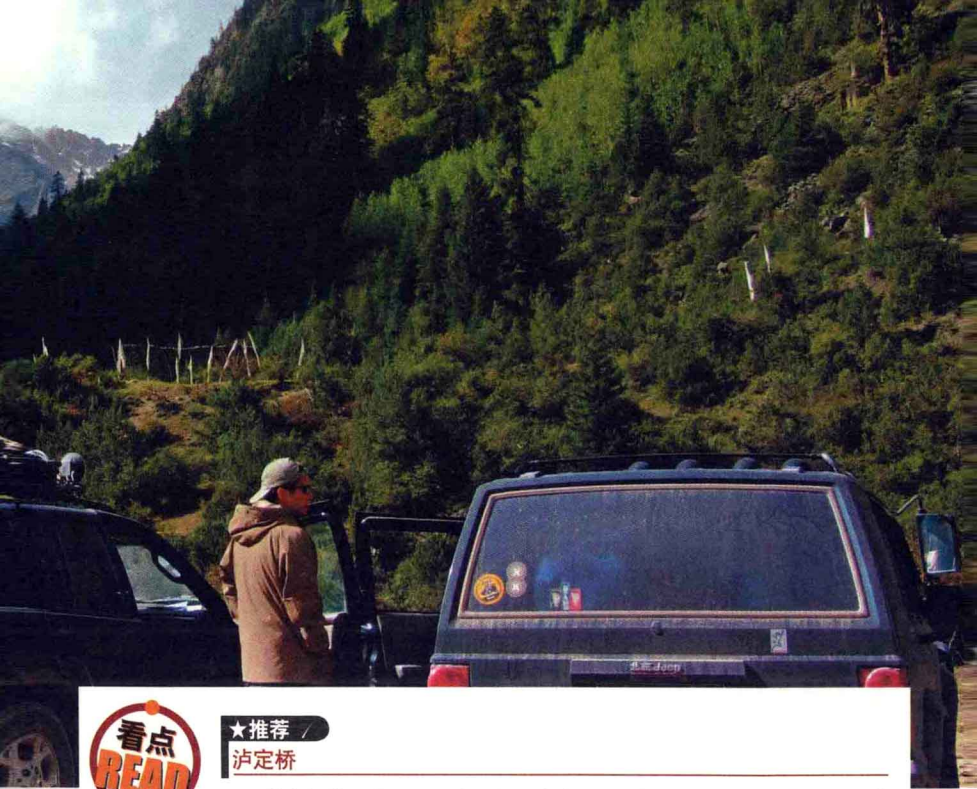
自然景观迷人，摄影爱好者可以过足瘾





第7天 成都—康定（375公里）

从成都出发经成雅高速公路抵达雨城雅安，全程为高速，140公里。以雅雨、雅女、雅鱼闻名的雨城雅安自古就是川藏、滇藏的咽喉，也是古代南方丝绸之路和茶马古道的门户和必经之路。沿秀美青衣江直至巍巍二郎山，穿越国内最长的公路隧道二郎山隧道（长4.1公里），历经阴阳两重天后到达大渡河谷川西（最大、最深峡谷）。海拔3437米的二郎山以前由于山高、路面狭窄、坡急而成为川藏路上的第一天险，但现在整体路面已很好。但需要注意从雅安出来到天泉以后会进入山区，弯多路窄，货车较多，一定要注意行车安全。到二郎山的沿途许多路边餐馆，能品尝到当地特色的鲢鱼，其中有部分餐馆有宰客现象，请问问好价格后再点餐。翻过二郎山经泸定时可以看一看当年红军浴血奋战的泸定桥，抵康定古城后听一听不绝于耳的《康定情歌》吧。



★推荐 / 泸定桥

泸定桥位于中国四川省西部的大渡河上，是一座由清朝康熙帝御批建造的悬索桥。1935年，红军在长征途中“飞夺泸定桥”，使之成为重要的历史纪念地。

★推荐 2 康定二道桥温泉

二道桥温泉位于康定北郊，距康定县城4公里，泉水发源于周公山麓。二道桥清朝称为“望江楼”，清乾隆年间（1736~1795年）在此修盖了一间简陋浴室。为方便浴者休息，又在池旁观音阁处修一楼阁，取名望江楼。民国初年，人们又在望江楼下修建了一座双层排水、亭阁式雕梁彩绘的通天桥，桥的左岸照壁上题有“小天竺”三字，意为此桥通向天竺，故又有“通天桥”之称。后来，雅拉河上又架桥数座，由康定北门出城，通天桥位列第二，于是才有“二道桥”之称。二道桥温泉浴池有浴池13间，水温在40℃左右，泉水自地下涌出，池水清澈见底，部分泉水温度如同沸水。

TRAVEL INFO

※康定住宿

康定不同等级的宾馆众多，背包客青年旅舍推荐登巴客栈，电话：0836-2823009。

※路况说明

成都到雅安为高速公路。从二郎山到康定一段为二级路面。

第2天 康定—理塘（230公里）

从康定出发后首先要翻越康藏第一关——折多山（海拔4298米），抵达洋溢着浓郁民族风情的小镇，也被誉为“摄影家天堂”的新都桥。从新都桥继续开，途中将经过雅江，驶入壮美的雅砻江峡谷和茂密的森林。然后登上剪子湾山（海拔4658米），最后到达有“第一高城”之称的理塘县。理塘县城位于海拔4000米以上，虽然海拔甚高，但地形却相对平缓，就像坐落在一片崇山峻岭之中的大草原一般，这里是一片茫茫的草原构成的高山牧场。就在城郊，有一座金碧辉煌的藏传佛教（黄教——格鲁派）的长青春科布寺。在长青春科布寺庙里可以领略到我国藏族历史文化的灿烂。



★推荐

折多山

为大雪山一脉，是重要的地理分界线。折多山最高峰海拔4900米，垭口海拔4298米，与康定县城的海拔落差达1800米，是川藏线上第一个需要翻越的高山垭口，因此有“康巴第一关”之称，折多山是大渡河、雅砻江流域的分水岭，也是汉藏文化的地理分界线，翻过了折多山，就正式进入了康巴藏族聚居区。“折多”在藏语中是弯曲的意思，写成汉语就是“折多”二字。折多山的盘山公路确实九曲十八弯，来回盘绕就像“多”字一样，拐了一个弯，又是一个弯，难怪当地有句话叫：“吓死人的二郎山，翻死人的折多山。”在翻过折多山以后天气好的情况下往西能看见贡嘎山脉的部分6000米以上的雪山。

★推荐

剪子湾山

它的藏语名字叫“惹玛那扎”，翻译成汉语是“羊子山口”。山口海拔4659米，是318国道经康巴地区的最高山口之一。其名字源于一个历史传说：相传三世达赖历经艰难险阻进京去朝见皇帝归来时，在渡雅砻江时险些掉进江里，在护法神阿苦当吉的全力护卫下，才得以脱险，当走到山口时，他对达赖说他的坐骑神羊累了，需要休息，于是达赖一行就在这里休息。这个山口就因羊累了在此休息而得名羊子山口。更是由于三世达赖在此休息过，方圆百里的藏族群众把它奉为神山。



318 国道途中景色

★推荐

高尔寺山

高尔寺山垭口海拔 4412 米，因为这段路是有名的川藏南线一段，因此一路上都能遇到不少进藏的大货车。前段路公路两边植被丰富，树木成荫，过半山腰后看山顶则全被高山草甸覆盖。高尔寺山山顶为康定与雅江两县的天然屏障。

★推荐

新都桥镇

又叫东俄罗，是川藏南、北线的分路口，比较繁荣。从新都桥镇开始，口味渐渐以藏餐为主，蔬菜完全靠内地输入，而藏式口味的糌粑、面粉、青稞、酥油茶、牛羊肉随处可见。新都桥镇并不大，从镇上看景色也很一般，“摄影天堂”指的应该是折多山—新都桥镇的地段，风景确实非常壮观。

TRAVEL INFO

※路况说明

康定到新都桥为二级路，路况相对都很好。新都桥到理塘，现在大部分路面都已铺上柏油，总的路况还是比较好的。



★推荐
长青春科尔寺

位于理塘县城城北山坡，距离县城很近，由三世达赖索南嘉措于公元1580年开光建成，占地面积900多平方米，寺容僧侣4300多人，常住800人左右，为康巴地区第一大格鲁派寺庙。其宏伟的建筑与厚重的文化底蕴为康巴地区之最，“上有拉萨三大寺，下有安多塔尔寺，中有理塘长青春科尔寺”，可见该寺早已声名远扬，名震康巴。

第3天 理塘—芒康（302公里）

从理塘出发后就进入一望无际的毛垭草原，景色异常壮观，远处是相对不高的连绵山脉。说不高只是相对而言。这里的海拔已经有4000多米，一个小山头都是4000米以上的哦。每年的8月1日，在这毛垭草原上会举行康巴地区规模最大的赛马会，热闹非凡。离开毛垭草原之后就驶进海子遍布的海子山了（海拔4700米），从这里翻越海子山一路走就会来到金沙江边的巴塘县。从海子山一路下行时，气温渐暖，有

二郎山隧道



50多公里都要在峡谷间穿行，需要穿过很多隧道。巴塘县是川西有名的水果之乡。据说这里的苹果是早先来自国外的传教士们携带种子来此播种的，这里古天主教堂的遗址至今尚保存完好。巴塘海拔只有2800多米，是峡谷中的一片稍微平坦之地，也是四川境内最后一个县城。驶出巴塘后不久便是竹巴龙金沙江大桥，这里是四川和西藏的交界处，桥上有两块牌子：一边是“西藏自治区界”，对面一块则是“四川省界”。桥下两种颜色对比分明的河水会聚成金沙江。跨过金沙江，便正式进入了西藏自治区。芒康县城，就是进入西藏后的第一个县城。



★推荐 / 海子山

海子山位于理塘与稻城之间，平均海拔4500米，其南北走向93公里，东西绵延47公里，面积达3287平方公里，属两县共有。海子山独特的景观是大大小小的花岗石漂砾（砾石）组成的石河、石海及形态各异的冰蚀岩盆（海子）。目光所及处没有树木、河流，就连野草也只是偶尔丛生，“蛮荒”得像是火星表面。对于海子山，游客的反应往往不同，有人喜其“蛮荒”，下了车便不舍离去，而有人则厌其“苍凉”匆匆逃之夭夭。不管怎么样，海子山都有着与众不同的独特魅力，

