



大自然之旅

走进中国的世界生物圈保护区

◆ 神奇大草原 锡林郭勒

◆ 兴安红松林 丰林

◆ 天目千重秀 天目山

◆ 茂兰奇景多 茂兰

◆ 宝库神农架 神农架

◆ 长白山水美 长白山

◆ 天山博格达 博格达

伊瑜 编著

● 广东省地图出版社

MAB

◎ The natural scenic spots



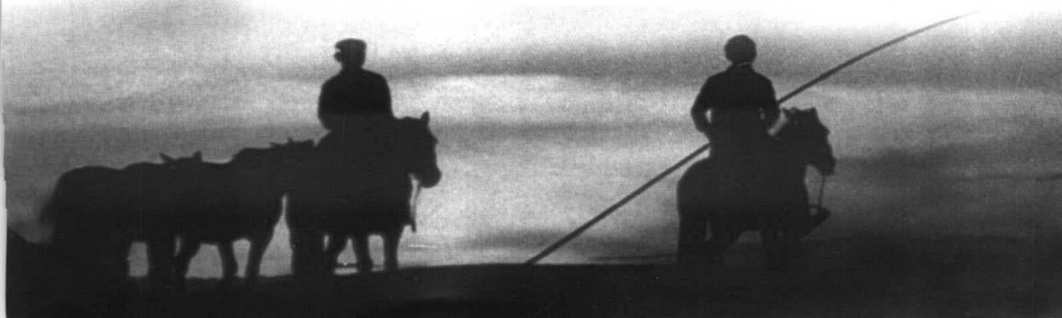
大自然之痕

走进中国的世界生物圈保护区

(第一辑)

● 广东省地图出版社

伊 瑜 编著



当您读到这本手册,或许当她陪伴您一同走进生物圈保护区的时候,您一定会产生这样一个问题:什么是生物圈保护区呢?

生物圈保护区实际上是许多人已知道的自然保护区的一种类型。它是联合国教科文组织于1971年在全球范围建立的开展国际合作的自然保护区网络。这一网络目前已包括94个国家的391个生物圈保护区。需要强调的是,与一般的自然保护区相比生物保护区有着一些不同的含义:

- ◆ 它们是在地球上具有代表性的重要的陆地、沿海或海域的生物地理区域。

- ◆ 它们的目标是解决当今世界所面临的最重要的问题之一,即把生物多样性的保护与生物资源的可持续利用结合起来。

- ◆ 它们肩负着保护、科研、监测、教育、培训、信息交流、旅游和促进当地社会经济发展等多方面功能。

- ◆ 它们被设计划分为核心区、缓冲区和过渡区以实现上述不同的功能。

- ◆ 它们汇集决策者、科学家、管理者、经营者、当地社区居民及一切利益相关者,通过合作伙伴的方式开展工作。

- ◆ 它们摒弃孤岛式封闭保护的办,倡导参与式、开放式和适应式的管理。

- ◆ 它们被作为实施联合国生物多样性公约和21世纪议程的样板地。

生物圈保护区的管理理念代表了当今自然保护的新趋势，尤其是对人口众多、经济亟待发展的中国很有现实意义。中国现在有19个被联合国教科文组织指定的生物圈保护区，它们是：长白山（吉林）、卧龙（四川）、鼎湖山（广东）、梵净山（贵州）、武夷山（福建）、锡林郭勒（内蒙古）、博格达（新疆）、神农架（湖北）、盐城（江苏）、西双版纳（云南）、茂兰（贵州）、天目山（浙江）、丰林（黑龙江）、九寨沟（四川）、南麂列岛（浙江）、山口（广西）、高黎贡山（云南）、白水江（甘肃）、黄龙（四川）生物圈保护区。

面向社会，为公众提供休憩、欣赏和学习的场所是生物圈保护区的重要功能，因而它们积极倡导生态旅游，把保护、休闲、教育、当地经济发展融为一体，促进生态、社会、经济的共同繁荣。为了帮助您欣赏自然、了解自然、认识生物圈保护区，中国人与生物圈国家委员会编辑出版了《人与生物圈》杂志。今天我们很高兴看到您面前又增添了这套关于生物圈的旅游丛书，她将帮助您走进自然，走进您尚不熟悉的生物圈保护区，了解生物科学方面的知识。这两种出版物都是以精美的图片，地图以及流畅的文字，但又从不同的角度为您提供的一份欣赏和享受大自然的精美读物。

联合国教科文组织

生物圈保护区国际顾问委员会
中国人与生物圈计划国家委员会

委员 韩念勇
秘书长

二〇〇一年八月

带您认识世界生物圈保护区

生物圈自然保护区是联合国教科文组织在全球发起建立的集自然保护、科学实验、生产示范、教育培训和生态旅游于一体的多功能基地。我国已有 19 个保护区加入了这一世界生物圈保护区网络。它们保存了众多珍稀、濒危、以及特有的动、植物种和原始自然本色, 同时又是文化多样性十分丰富的一些地区, 分布在全国 13 个省(区), 环境优美, 风景秀丽, 身临其境您会感受到大自然的无穷魅力, 同时获得许多新的知识。

联合国教科文组织发起的人与生物圈计划, 是关于人与环境关系的全球性科学计划。

Man and the Biosphere Programme Launched by the UNESCO, is a global scientific programme related to the relationship between mankind and the environment.



白桦之秋



红叶、秋天



霜叶如火——神农之秋

走进生物圈保护区应注意什么?

- ◆ 要尊重地方文化, 不要把城市生活习惯带到您所参观的地方去。
- ◆ 不要太靠近野生动物, 同时不要去喂养它们。
- ◆ 不要收集受保护的、和濒危的植物和动物或它们的制品。
- ◆ 不要随地丢垃圾, 不要污染水和土壤。
- ◆ 参观每一个景点之前, 要了解当地的习俗文化特点。
- ◆ 通过您的旅游经历, 要生活得和大自然接近, 并且保持自己的生活方式利于自然保护。

认识生物圈保护区，可以说是一个偶然的机。在深秋时节，我和二位朋友去了东北的小兴安岭，当密林深处那大片大片的红松与白桦林出现在我的眼前时，我被那原始粗犷而优美的景色深深感动了。秋风中，白桦树闪着银光，仿佛在轻轻歌唱；而珍贵的红松林漫山遍野的分布在美丽的汤旺河两岸，在袅袅晨雾中忽隐忽现，当朝阳从遍布山峦的松林后面冉冉升起时，霞光染透了蓊郁的山林，天地间是一幅何等壮观的场面啊！

丰林保护区的主人们告诉我：这里的红松原始森林，是举世闻名的珍贵树种，是第四纪冰川期以来在长达数百万年的生物进化中形成的植被类型，潜藏着珍贵而丰富的生物基因，一颗红松从种子发芽到长成一米多高的幼树，竟需要 30 年的时间。

在丰林停留的几天里，那古朴的林中小屋，那淳厚的民俗风情，那一曲宽广而悠长的乌苏里船歌，那一杯杯热情而奔放的美酒，给我留下了难忘的印象。

我由此想到：既然是世界级的生物圈保护区，从生态资源到民俗风情，该会有多少吸引人之处啊！

从朋友们送给我的资料中，我知道了中国现有的被联合国教科文组织认定的生物圈保护区已达 19 个，它们确实是世界上独一无二的区域。今天，当它们向世人撩起神秘的面纱时，难道我们不应该通过欣赏它、认识它、了解它，从而学会保护它吗？于是便有了这套书的出版。

该书得到了中国人与生物圈计划国家委员会秘书长韩念勇先生的肯定和各生物圈保护区的支持，为此，我们心怀深深谢意！

但愿读者打开这套书，能从中获得美的感受和您所希望了解的一些知识，并让它成为您踏上旅途的伴侣。

中国的世界生物圈保护区分布图

生物圈保护区

生物圈保护区是联合国教科文组织在全球发起建立的集自然保护、科学实验、生产示范、教育培训和生态旅游于一体的多功能基地。我国已有19个保护区加入了这一世界生物圈保护区网络(如图所示)。它们保存了众多珍稀、濒危、以及特有的动、植物物种和原始自然本色。同时又是文化多样性十分丰富的一些地区,分布在全国13个省(区)。环境优美,风景秀丽,身临其境您会感受到大自然的无穷魅力,同时获得许多新的知识。

九寨沟

交通: 飞机或火车至成都, 换汽车 440公里可到。
服务: 可提供食宿、游览交通、导游。
主要景观: 原始森林、诺日朗瀑布、树正群瀑、长海、芦苇海、熊猫海、五彩海、民俗文化村等。
电话/传真: (08494) 734084

卧龙

交通: 飞机或火车至成都, 从成都乘汽车可直达, 130公里。
服务: 可提供游览交通、食宿、导游。
主要景观: 大熊猫保护中心、五一棚大熊猫野外观测站、巴朗山、四姑娘山、英雄沟、银厂沟、白龙沟、动植物标本陈列室等。
电话: (08489) 446618
传真: (08489) 446614

梵净山

交通: 飞机至贵阳, 换乘火车至玉屏(500公里)再乘汽车3小时可抵达。火车至玉屏, 换汽车。
服务: 可提供食宿。
主要景观: 黔金丝猴驯养繁殖中心、红云金顶、蘑菇石、九龙池、护国寺、白云寺等。
电话: (0856) 6620153

茂兰

交通: 飞机至贵阳, 换汽车或火车可达。火车至麻尾(约260公里), 换汽车95公里即到; 汽车从贵阳可直达, 300余公里。
服务: 可提供食宿、交通、导游。
主要景观: 喀斯特森林景观、大七孔景区、小七孔景区、水上森林、龟背山原始森林、鸳鸯湖、68级跌水瀑布、瑞山民族村寨等。
电话: (0854) 3610676

博格达

交通: 飞机或火车至乌鲁木齐, 换汽车约 60公里可到。
服务: 可提供食宿、游览交通、导游。
主要景观: 天池、高山草甸、森林、荒漠垂直景观、荒漠生态系统定位研究站、居仙洞群及寺观遗址、哈萨克民族风情等。
电话: (0994) 3224949

锡林

交通: 飞机或火车至锡林浩特, 换汽车约 60公里可到。
服务: 可提供食宿、游览交通、导游。
主要景观: 锡林郭勒草原、蒙古包、敖包、那达慕大会等。
电话/传真: (0479) 3224949

神农架

交通: 飞机、轮船至宜昌, 换汽车200公里可到。
服务: 可提供食宿、游览交通及导游。
主要景观: 神农顶、南天门石林、金猴岭、野人梦园、神农坛、神农溪漂流等。
电话: (0719) 3452321
传真: (0719) 3452335

山口红树林

交通: 飞机、火车: 至北海, 乘车至合浦沙田半岛约3小时。
服务: 可提供食宿、交通、导游。
主要景观: 红树林海洋类型生物圈。
电话: (0779) 2055294

西双版纳

交通: 飞机、火车: 至昆明, 换飞机至景洪即到, 亦可乘汽车直达。
服务: 可提供食宿、交通、导游。
主要景观: 野象谷、绿石林热带雨林、补蚌望天树、勐仑西双版纳热带植物园、橄榄坝傣族文化园、基诺族及爱妮族民俗山寨等。
电话: (0691) 2133676
传真: (0691) 2126310

鼎湖山

交通: 飞机、火车或轮船至广州, 换汽车约 100公里可抵达。也可以乘广州至肇庆的火车。
服务: 可提供食宿。
主要景观: 亚热带森林、森林生态系统定位研究站、珍稀植物园、庆云寺、飞水潭、天塘水库、老龙潭、白云寺等。
电话: (0758) 2621116
传真: (0758) 2623242



机至锡林浩特即到。火车至张家口，换汽车400公里可达。提供食宿、交通及导游。型草原风光、草原生态系统定位研究站、草原度假村、古民族风情等。(0479) 8223465

里即到木鱼镇。板壁岩、小龙潭



● 丰林

交通：飞机或火车至哈尔滨，换汽车400公里至五营。
服务：可提供食宿、交通、导游。
主要景观：原始红松林及其野生动物。
电话：(0458) 3816087
传真：(0458) 3814175

● 长白山

交通：飞机至延吉后换乘汽车4个小时可抵达。火车至通化，再换车至白河后乘汽车行驶5公里即到。长春、沈阳均有火车直达白河。
服务：区内可提供食宿、上山交通及导游。
主要景观：植被垂直带、天池、瀑布、温泉群、地下森林、锦江大峡谷等。
电话：(0433) 5710471
传真：(0433) 5710244

● 盐城

交通：飞机、汽车至盐城市，从盐城东站乘汽车45公里抵达新洋港镇即到。
服务：可提供食宿、交通。
主要景观：滩涂风光、观鸟、观鹤楼、丹顶鹤驯养场、孔雀园等。
电话：(0515) 2642202
传真：(0515) 2323600

● 天目山

交通：飞机、火车、轮船、汽车至杭州，从杭州西站乘汽车94公里直达。
服务：可提供食宿、游览交通、导游。
主要景观：大树王、原始柳杉群、活化石、冲天树、自然博物馆、周恩来纪念馆、伏虎瀑、禅源寺、开山老殿、雨花亭等。
电话：(0571) 3851361
传真：(0571) 3851338

● 武夷山

交通：飞机至武夷山市，换汽车62公里至三港即到。
服务：区内可提供食宿、游览交通、导游。
主要景观：黄岗山植被垂直带景观、桐木关大裂谷、戏猴、挂墩瀑布、观鸟、鹰嘴岩、水帘洞、大王峰、自然博物馆、武夷风景区等。
电话：(0599) 5272001
5272003
传真：(0599) 5272026

● 南麂列岛

交通：飞机、火车或汽车至温州，换汽车和轮船可达。
服务：可提供食宿。
主要景观：以海洋贝类和藻类及其生态环境。
电话：(0577) 3727405



目 录

长白山水美.....1

长白山在吉林省的位置图.....2-3

天池、长白山附近图.....10

长白山旅游路线精选.....21-26

兴安红松林.....27

丰林在黑龙江省的位置图.....28-29

丰林附近图.....51

丰林旅游路线精选.....52-53

锡林大草原.....55

锡林郭勒在内蒙古自治区的位置图.....56-57

呼和浩特市市区图.....67

锡林郭勒主要景点示意图.....68

锡林郭勒旅游精选.....68-75

锡林郭勒附近图.....76

宝库神农架.....77

神农架在湖北省的位置图.....78-79

神农架旅游资讯.....96-98

神农架附近图.....99

天目千重秀.....101

天目山在浙江省的位置图.....102-103

天目山景点分布示意图.....105

天目山旅游路线精选.....118-119

茂兰奇景观.....121

茂兰在贵州省的位置图.....122-123

茂兰附近图.....137

茂兰喀斯特原始森林生态旅游信息.....138-139

天山博格达.....141

天山博格达在新疆维吾尔自治区位置图.....142-143

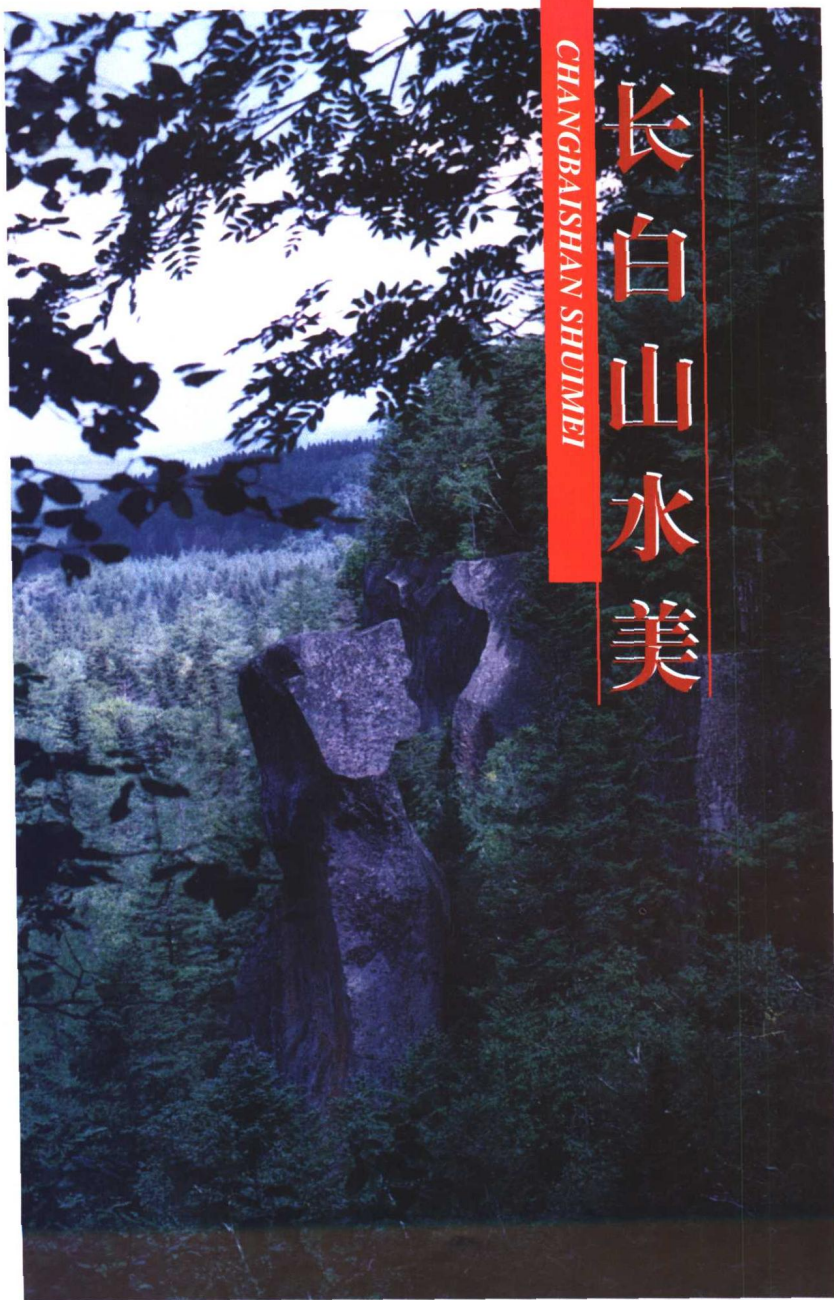
乌鲁木齐市市区图.....154-155

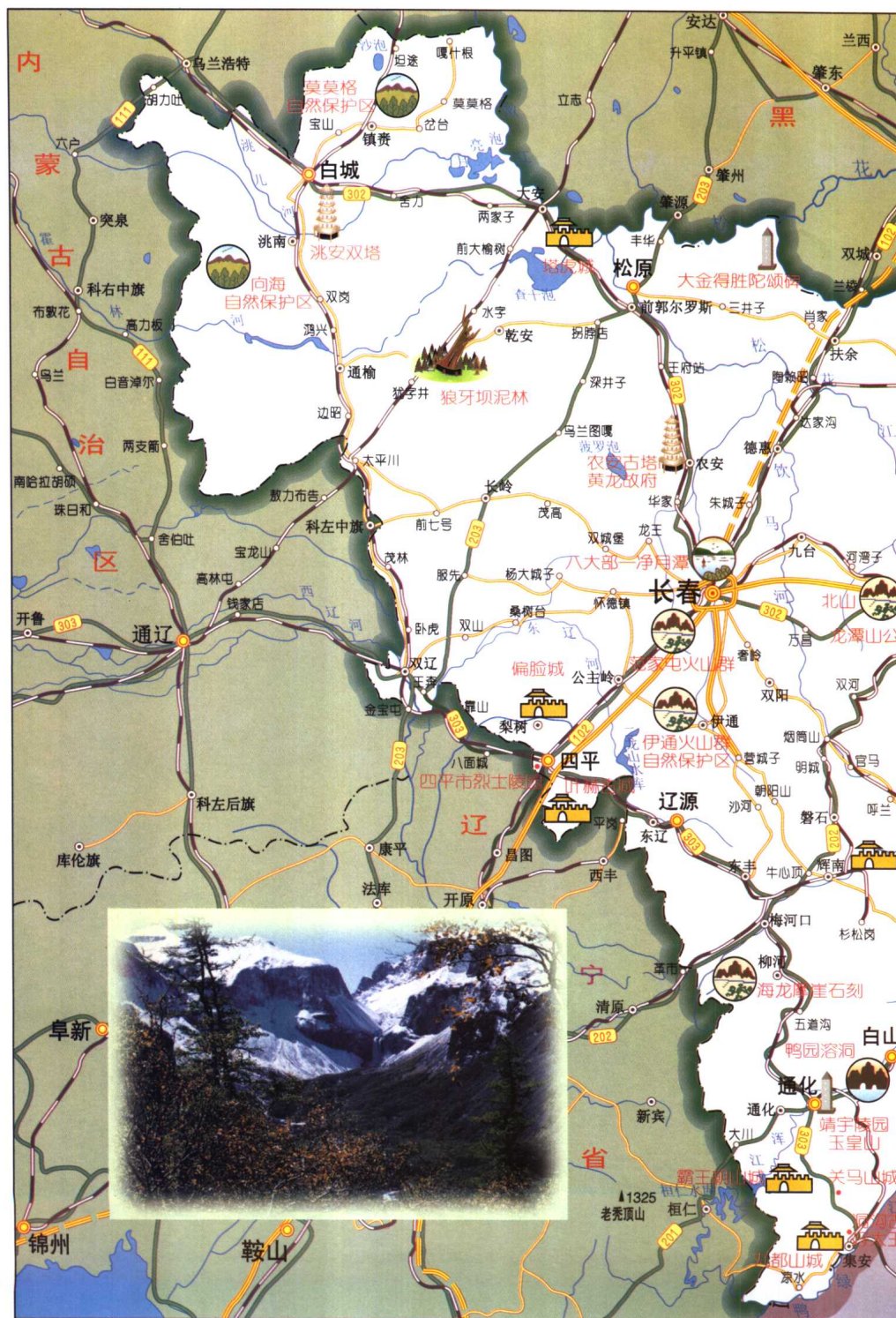
天山博格达旅游路线精选.....156-160



CHANGBAISHAN SHUMEI

长白山水美





长白山在吉林省的位置



摄影：刘传信
王 颖
郑长岭
姜 权

保护区概况

长白山生物圈保护区，位于中、朝两国边境上的长白山，在吉林省安图抚松，长白县境内，面积196465公顷，保护对象为温带山地森林、生态系统及自然历史遗迹、珍稀动植物，是一座历史悠久、气势宏伟、景色秀丽的高大火山锥体。长白山因其山体较长，灰白色、浅黄色火山渣居半，加之冬夏积雪，四时望之洁白一色，故名长白山。大约距今300万年前第三纪末的一次剧烈的火山活动，基本奠定了目前由火山喷发的熔岩堆积而成的景观地貌，它像活化石，纪录了人类和历史变迁的痕迹。

长白山是欧亚大陆北半部、亚洲东部温带典型的山地森林生态系统，是北半球同纬度地带自然状态保存最好、生物多样性最丰富的区域之一。尤以其山地垂直带景观浓缩了水平地带的温带、寒带和极地的主要景观。从最低处的河谷至山顶，依次分布着红松阔叶混交林、暗针叶林，以及在中国只有长白山才能见到的亚高山岳桦矮曲林和以灌木、草本为主的高山冻原。



第二次东亚地区生物圈保护区研讨会





中科院长白山森林生态系统定位站



大花萱草

长白山汇聚了众多的植物类型，野生植物达2500余种，有红松、水柳曲、黄菠萝等等古老的第三纪残留种；有笃斯越桔、侧根蓼等随冰川南移而滞留下来的植物种；有北五味子、山葡萄等在间冰期由暖温带向北移的植物种 以及长白松、长白柳等长白山特有种。其中，被列为国家重点保护的珍稀濒危物种：人参、瓶尔小草、刺参、草苈蓉等25种。此外，有闻名遐迩的人参、刺人参、刺五加、贝母、天麻等药用植物资源达800余种。



白头翁



中华秋沙鸭

长白山昆虫种类1800余种，脊椎动物300余种，其中被列为国家一级、二级保护动物东北虎、梅花鹿、黑中华秋沙鸭等50余种。

长白山自然地理景观和森林生态系统的特殊性，历来受到中外学者的关注，早在清代就有日、英学者登山考察。新中国成立后，中科院在此建立森林生态系统定位研究站，并组织多次科学考察。区内有火山地震观测站等机构，长期进行定位研究、观察工作，成为我国重要的

研究和教育基地。长白山生物圈保护区与朝鲜白头山自然保护区相邻，为开展跨国界保护区的双边合作提供了条件。

长白山保护区内没有居民点，外围是朝鲜族、满族人民集聚的地区。他们有着利用当地资源的传统知识和悠久的历史。被誉为东北三宝的“人参、貂皮、鹿茸角”就主产于长白山。当地群众称之为百草之王的人参，作为补品之首，已有二千多年的药用历史，在中药史上

联系地址：中国吉林省安图县二道白河镇长白山自然保护区管理局
邮政编码 133613
电话：(+86-0433) 5710471



享有极高的地位。鹿茸，以其“得天之精”而成为举世闻名的滋补品，养殖业在保护区周边地区也有一百多年历史。貂皮，为鼬科动物紫貂的名贵皮毛，素为裘皮之冠。紫貂的笼养



中外专家在林区考察

亦已成功，现已建立了种貂扩繁基地。这些种植、养殖业的发展已经成为长白山生物圈保护区周边地区的主要经济收入来源，减少了在自然保护区盲目采、挖、捕杀和猎取的现象。

长白山还有其面积超过2000平方米的自然博物馆，馆内四个大厅中陈列着标本1300余件，还有生动的模型及图片、资料。因此，已成为一个集科研、科普功能有较大规模的教育基地。



白桦之秋



生态专家在林中考察



长白山自然博物馆

保护区创建于1960年，1986年被列为国家级自然保护区，1979年纳入联合国教科文组织世界生物圈保护区网络。



旅游资源

长白山丰富的旅游资源名扬海内外。坐落在长白山顶的天池,是中国最大、最深的火山口湖(水面9.8平方公里,最深处373米),16座奇峰峻岭围湖耸立,天池北侧有一缺口,形成落差68米飞流直泻的瀑布,蔚

为壮观。绚丽多彩的自然景观,幽深的谷底森林,及其周边地区的历史古墓群、近代革命烈士纪念碑、塔,“安图人”洞穴遗址、集安市北郊的人面石刻的景观,吸引了众多中外观光旅游者和科学工作者。高山滑雪场更吸引了众多冰雪爱好者,使



长白山远眺