

尚游
旅图



放飞心情
之醉 in62

景点全攻略

《尚游旅图》编委会 编著

大管家 网罗海量资讯

立体交通·过桥米线·红烧鸡枞·普洱茶·摸你黑

指路者 大量精美地图

旅游交通图·城市图·景区图·拓扑图·专题图

风向标 引领度假旅游

先锋游·度假游·经典游·生态游·寻古游·民俗游

深旅行 深挖景点精髓

拍红嘴鸥·坐猪槽船·徒步虎跳峡·

看《印象丽江》·品三道茶

云南，
等你来



星球地图出版社
STAR MAP PRESS

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

尚游
旅图

云南， 等你来



《尚游旅图》编委会 编著



星球地图出版社
STAR MAP PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

云南, 等你来 / 《尚游旅图》编委会编著. -- 北京 : 星球地图出版社, 2015.6

ISBN 978-7-5471-2115-3

I. ①云… II. ①尚… III. ①旅游指南—云南省
IV. ①K928.974

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 082509 号

云南, 等你来

作 者 《尚游旅图》编委会
策划审稿 游永勤
责任编辑 梁学娟
封面设计  点点美术设计 | 左小文 137 1830 8841
制 版 沈 洁
出版发行 星球地图出版社
地址邮编 北京北三环中路 69 号 100088
网 址 <http://www.starmap.com.cn>
印 刷 北京佳信达欣艺术印刷有限公司
经 销 新华书店
开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张 16
版次印次 2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷
定 价 45.00 元
审 图 号 JS (2015) 01-118

如有残损 随时调换 (发行部电话: 010-82028269)

图内界线不作划界依据

版权所有 侵权必究



047

丽江①

10处古朴自然地



081

先锋地②

10个更时尚玩处



111

经典地③

8个人气地标



137

度假地④

8处放松身心休闲地



169

民俗地⑤

8处特色民俗风情地



191

生态地⑥

8处山清水秀桃花源



217

寻古地⑦

10处人文积淀地



247

美味和搜购⑧

品尝12美味 选购8特产

速读云南

● 云南主题序图	12
● 云南文艺味道	20
● 云南经典旅游线	24
● 云南热门城市	28

丽 江

10处古朴自然地

No.01 丽江古城	49
No.02 玉龙雪山	52
No.03 东巴谷	55
No.04 玉水寨	57
No.05 束河古镇	59
No.06 老君山	63
No.07 虎跳峡	67
No.08 泸沽湖	70
No.09 拉市海	76
No.10 观音峡	78

先锋地

10个更时尚玩处

No.11 文林街	82
No.12 梅里雪山	84
No.13 石卡雪山	89
No.14 苍山	91
No.15 丙中洛	95
No.16 元阳梯田	97
No.17 澜沧江漂流	102
No.18 望天树热带雨林主题公园	104
No.19 多依河	106
No.20 禄丰世界恐龙谷	108

经典地

8 个人气地标

No.21	石林景区	112
No.22	翠湖风景区	116
No.23	九乡风景区	118
No.24	世界园艺博览园	121
No.25	罗平花海	123
No.26	阿庐古洞	128
No.27	松赞林寺	130
No.28	中科院西双版纳热带植物园	133

度假地

8 处放松身心休闲地

No.29	滇池	138
No.30	腾冲热海	141
No.31	抚仙湖	143
No.32	映月潭休闲文化中心	146
No.33	大理古城	148
No.34	洱海	154
No.35	普者黑	160
No.36	瑞丽	163



民俗地

8 处特色民俗风情地

No.37	云南民族村	170
No.38	彝人古镇	173
No.39	坝美村	176
No.40	勐泐大佛寺	178
No.41	橄榄坝	180
No.42	银都水乡	183
No.43	独龙江	185
No.44	沧源	187

生态地

8 处山清水秀桃花源

No.45	普达措国家公园	192
No.46	东川红土地	195
No.47	九龙瀑布群	200
No.48	怒江大峡谷	202
No.49	巴拉格宗国家公园	205
No.50	大山包自然保护区	207
No.51	哀牢山	209
No.52	腾冲火山群	213

寻古地

10 处人文积淀地

No.53	石宝山和沙溪古镇	218
No.54	官渡古镇	220
No.55	黑井古镇	222
No.56	会泽古城	225
No.57	和顺古镇	228
No.58	巍宝山和巍山古城	231
No.59	娜允古镇	234
No.60	建水古城	238
No.61	团山古村	241
No.62	滇越铁路	244



美味和搜购

品尝 12 美味 选购 8 特产

云南美食	248
云南特产	252



地图目录

云南政区图	12-13
云南地势图	14-15
云南交通图	16-17
云南旅游图	18-19
昆明城区图	32-33
丽江城区图	37
大理城区图	40
香格里拉城区图	44
丽江周边旅游交通图	48
丽江古城	50
束河古镇	61
老君山	65
虎跳峡徒步路线	69
泸沽湖	73
梅里雪山	87
苍山	93
贡山周边旅游交通图	96
石林	113
昆明近郊旅游交通图	115
罗平周边旅游交通图	124
松赞林寺	130
大理古城	149
洱海	157
瑞丽周边旅游交通图	164
广南周边旅游交通图	177
景洪周边旅游交通图	182
沧源周边旅游交通图	189
新平周边旅游交通图	211
腾冲周边旅游交通图	215
会泽周边旅游交通图	226
巍山周边旅游交通图	232
孟连周边旅游交通图	235
图例	255

云南， 等你来



《尚游旅图》编委会 编著



星球地图出版社
STAR MAP PRESS



梅里雪山

松赞林寺

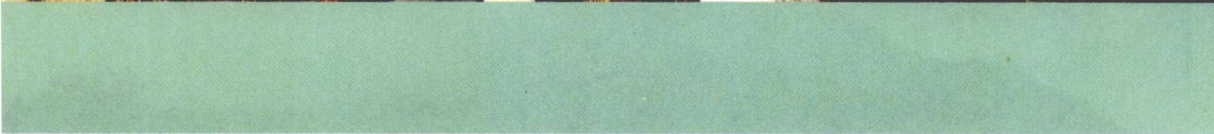
香格里拉

普达措

泸沽湖

玉龙雪山

丽江



前言



云南，简称“滇”或“云”，位于祖国西南边陲，是一个由山水、田园、雪山、花海、多彩的民风构成的“彩云之南”。

云南的山美，雄壮而不威武，因为所有的山峰都表现着一种厚重。玉龙雪山如一条银练从天而降；梅里雪山如遮着面纱的女神，若隐若现；苍山白雪皑皑、银装素裹演绎着风花雪月的侠骨柔情……

云南的湖美，艳丽而不妖冶，因为所有的湖泊都呈现着一种柔和与宽容：红嘴鸥遍布的滇池、洁净秀美的洱海、风俗神秘的泸沽湖、温暖休闲的抚仙湖……

云南的人美，因为所有人的心灵中都蕴藏着一种真挚和善良。古人用“彩云南现”来遥指这片神秘的高原。“一山不同族，十里不同天”，云南有50多个民族，是中国民族分布最多的省份之一，其中世居民族26个，云南独有民族15个。因各民族不同的自然环境，而呈现出不同的社会文化形态。单是各民族丰富多彩的风俗民情，就使云南成为一个活的历史博物馆。

每一个民族的衣、食、住、行及婚恋、丧葬、生育、节典、礼仪、语言、文字、图腾、宗教、禁忌、审美，莫不结撰为个性鲜明的文化链；纳西族的东巴文化、大理的白族文化、傣族的贝叶文化、彝族的贝玛文化等，泼水节、刀杆节、插花节、火把节、木鼓节、三月街（节日名）等，神话、史诗、歌舞、绘画、戏曲、古乐等，无不独具特色，深邃而幽远。

云南就是这样一个美丽的地方，美得令人心醉，美得令人朝思暮想……





047

丽江 ①
10 处古朴自然地



081

先锋地 ②
10 个更时尚玩处



111

经典地 ③
8 个人气地标



137

度假地 ④
8 处放松身心休闲地



169

民俗地 ⑤
8 处特色民俗风情地



191

生态地 ⑥
8 处山清水秀桃花源



217

寻古地 ⑦
10 处人文积淀地



247

美味和搜购 ⑧
品尝 12 美味 选购 8 特产

速读 云南

● 云南主题序图	12
● 云南文艺味道	20
● 云南经典旅游线	24
● 云南热门城市	28

丽 江

10 处古朴自然地

No.01 丽江古城	49
No.02 玉龙雪山	52
No.03 东巴谷	55
No.04 玉水寨	57
No.05 束河古镇	59
No.06 老君山	63
No.07 虎跳峡	67
No.08 泸沽湖	70
No.09 拉市海	76
No.10 观音峡	78

先锋地

10 个更时尚玩处

No.11 文林街	82
No.12 梅里雪山	84
No.13 石卡雪山	89
No.14 苍山	91
No.15 丙中洛	95
No.16 元阳梯田	97
No.17 澜沧江漂流	102
No.18 望天树热带雨林主题公园	104
No.19 多依河	106
No.20 禄丰世界恐龙谷	108

经典地

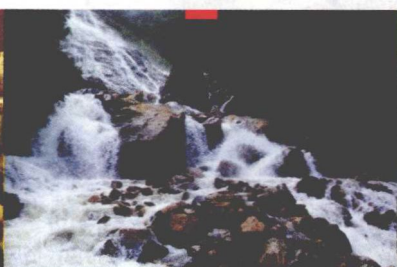
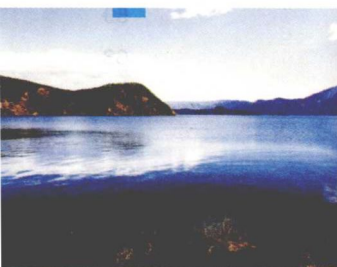
8 个人气地标

- | | | |
|-------|--------------|-----|
| No.21 | 石林景区 | 112 |
| No.22 | 翠湖风景区 | 116 |
| No.23 | 九乡风景区 | 118 |
| No.24 | 世界园艺博览园 | 121 |
| No.25 | 罗平花海 | 123 |
| No.26 | 阿庐古洞 | 128 |
| No.27 | 松赞林寺 | 130 |
| No.28 | 中科院西双版纳热带植物园 | 133 |

度假地

8 处放松身心休闲地

- | | | |
|-------|-----------|-----|
| No.29 | 滇池 | 138 |
| No.30 | 腾冲热海 | 141 |
| No.31 | 抚仙湖 | 143 |
| No.32 | 映月潭休闲文化中心 | 146 |
| No.33 | 大理古城 | 148 |
| No.34 | 洱海 | 154 |
| No.35 | 普者黑 | 160 |
| No.36 | 瑞丽 | 163 |



民俗地

8 处特色民俗风情地

- | | | |
|-------|-------|-----|
| No.37 | 云南民族村 | 170 |
| No.38 | 彝人古镇 | 173 |
| No.39 | 坝美村 | 176 |
| No.40 | 勐泐大佛寺 | 178 |
| No.41 | 橄榄坝 | 180 |
| No.42 | 银都水乡 | 183 |
| No.43 | 独龙江 | 185 |
| No.44 | 沧源 | 187 |

生态地

8 处山清水秀桃花源

- | | | |
|-------|----------|-----|
| No.45 | 普达措国家公园 | 192 |
| No.46 | 东川红土地 | 195 |
| No.47 | 九龙瀑布群 | 200 |
| No.48 | 怒江大峡谷 | 202 |
| No.49 | 巴拉格宗国家公园 | 205 |
| No.50 | 大山包自然保护区 | 207 |
| No.51 | 哀牢山 | 209 |
| No.52 | 腾冲火山群 | 213 |

寻古地

10 处人文积淀地

No.53	石宝山和沙溪古镇	218
No.54	官渡古镇	220
No.55	黑井古镇	222
No.56	会泽古城	225
No.57	和顺古镇	228
No.58	巍宝山和巍山古城	231
No.59	娜允古镇	234
No.60	建水古城	238
No.61	团山古村	241
No.62	滇越铁路	244



美味和搜购

品尝 12 美味 选购 8 特产

云南美食	248
云南特产	252



地图目录

云南政区图	12-13
云南地势图	14-15
云南交通图	16-17
云南旅游图	18-19
昆明城区图	32-33
丽江城区图	37
大理城区图	40
香格里拉城区图	44
丽江周边旅游交通图	48
丽江古城	50
束河古镇	61
老君山	65
虎跳峡徒步路线	69
泸沽湖	73
梅里雪山	87
苍山	93
贡山周边旅游交通图	96
石林	113
昆明近郊旅游交通图	115
罗平周边旅游交通图	124
松赞林寺	130
大理古城	149
洱海	157
瑞丽周边旅游交通图	164
广南周边旅游交通图	177
景洪周边旅游交通图	182
沧源周边旅游交通图	189
新平周边旅游交通图	211
腾冲周边旅游交通图	215
会泽周边旅游交通图	226
巍山周边旅游交通图	232
孟连周边旅游交通图	235
图例	255





- ① 文林街 P82
- ② 翠湖风景区 P116
- ③ 九乡风景区 P118
- ④ 世界园艺博览园 P121
- ⑤ 滇池 P138
- ⑥ 云南民族村 P170
- ⑦ 官渡古镇 P220

- ⑧ 九龙瀑布群 P200
- ⑨ 罗平龙洞 P123
- ⑩ 多依河 P106

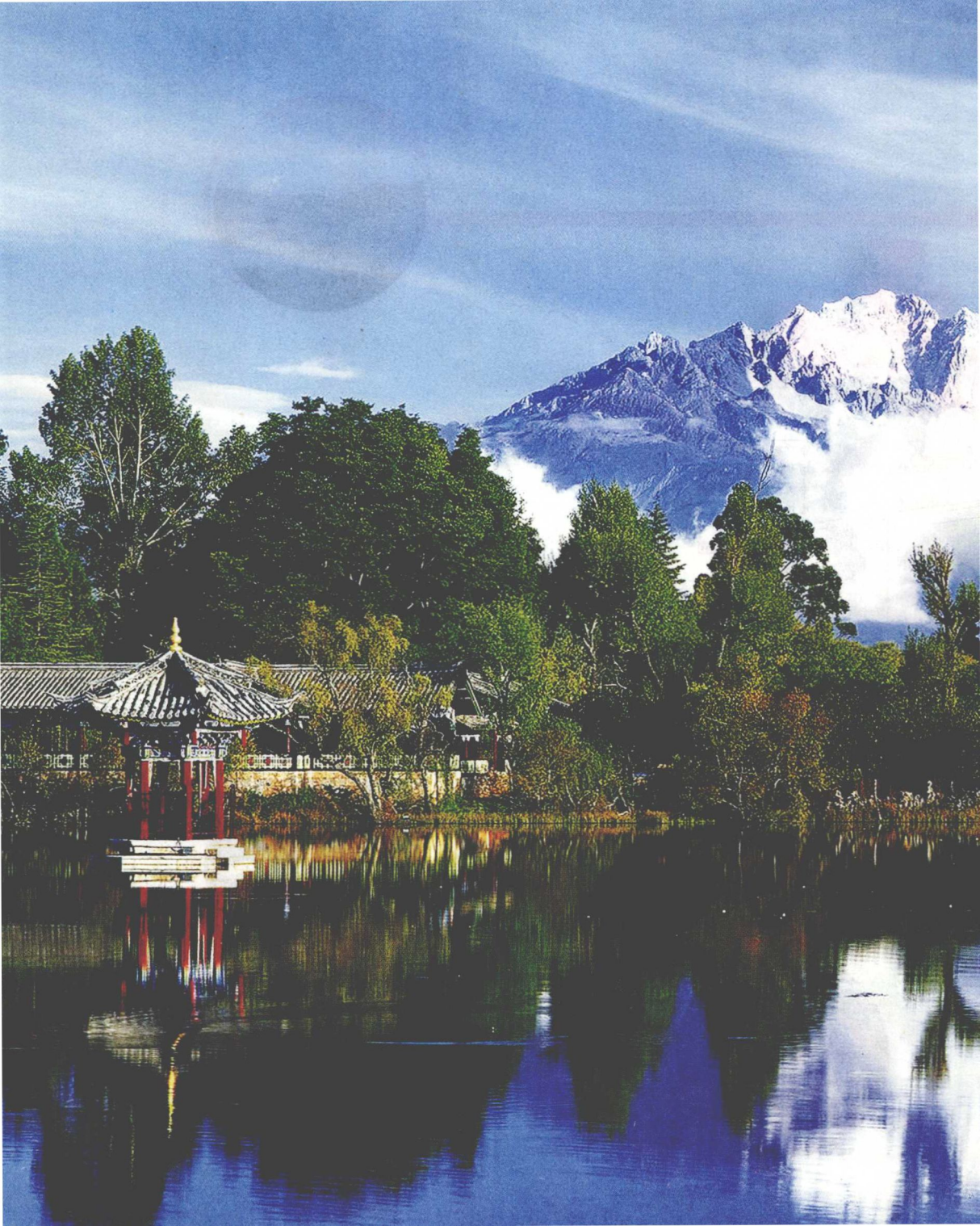
- ⑪ 石林景区 P112
- ⑫ 抚仙湖 P143
- ⑬ 阿庐古洞 P128

- ⑭ 普者黑 P160

- ⑮ 坝美村 P176

一种颜色	景点序号	景点名称	景点页码
先锋地	①	文林街	P82
经典地	②	石林景区	P112
度假地	③	抚仙湖	P143
民俗地	④	坝美村	P176
生态地	⑤	哀牢山	P209
寻古地	⑥	官渡古镇	P220

页码查询





速读云南

云南关键词

丽江	香格里拉
西双版纳	大理南诏
纳西民族	热带雨林
茶马古道	边境
普洱茶	过桥米线
多民族风情	

云南概况

面积

39 万平方千米

地理位置

中国西南边陲

省会

昆明

区划

辖 8 个地级市，8 个自治州。

人口

常住人口 4562 万。

民族

除汉族以外，少数民族人口较多的有彝族、哈尼族、白族、傣族、壮族、苗族、回族、傈僳族等。

地形

东部为云贵高原的组成部分；西部高山峡谷相间，5000 米以上的高山顶部常年积雪，形成奇异、雄伟的山岳冰川地貌。

云南旅游网

www.innyo.com/

云南旅游投诉

96927

0871-64608315