



整理心情 发现美景 寻找共鸣

带你体验北京最超值美景

《亲历者》编辑部 编著

北京深度游

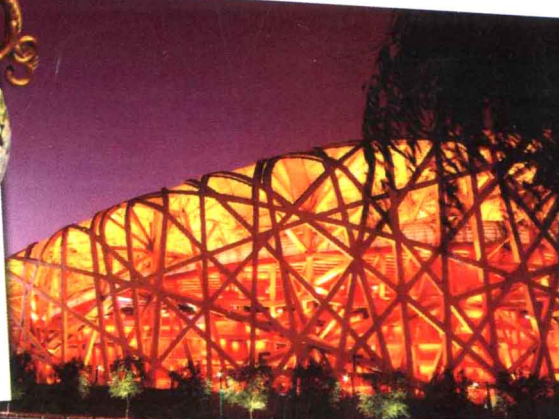
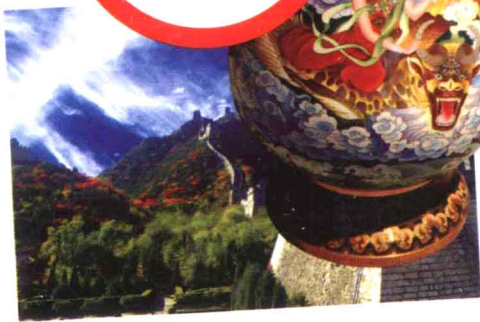
Follow Me

践行有态度的旅行

景区行程推荐 详细交通攻略 精选客栈、美食 精彩游记、故事

麻辣点评
热播微博
大尺寸手绘地图
精美+实用

- ▶ 游故宫，拜天坛，寻觅古建筑里的故事
在老胡同里穿梭，融入真实的北京生活
- ▶ 漫步未名湖畔，呼吸百年学府的文化气息
到南锣鼓巷泡吧，感受帝王之都夜色之魅
- ▶ 烤鸭、涮羊肉，享受纯正的北京味道



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

北京深度游Follow Me / 《亲历者》编辑部编著. — 北京: 中国铁道出版社, 2013.5

(亲历者)

ISBN 978-7-113-16294-8

I. ①北… II. ①亲… III. ①旅游指南—北京市
IV. ①K928.91

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第060074号

书 名: 北京深度游Follow Me
作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智
责任编辑: 娄建国
版式设计: 东至亿美
责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社(北京市西城区右安门西街8号 邮编: 100054)
印 刷: 北京精彩雅恒印刷有限公司
版 次: 2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷
开 本: 720mm×880mm 1/16 印张: 15 插页: 1 字数: 280千字
书 号: ISBN 978-7-113-16294-8
定 价: 39.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道出版社的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部调换。

电话: 市电(010) 51873170 路电: (021) 73170(发行部)

打击盗版举报电话: 市电(010) 63549504 路电: (021) 73187

北京深度游

Follow Me

践行有态度的旅行

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE





序言

旅行不就是看看吗？

旅行不就是放松吗？

如果你还在嘻嘻哈哈中走过一个个地方，那你是否还能持续地背起行囊？

旅行不是走马观花，旅行是一层境界、一种态度、一次洗礼。

这才是深度旅游。

在旅行中，我们享受人景相融，只闻花香，不争朝夕。但是善于发现、善于品味，你才能充分享受。

在旅行中，我们触摸时空幻境，借问英雄，唏嘘宿命。但是读懂历史、勇于探究，你才能思想无疆。

在旅行中，我们感悟生命真谛，填补匮乏，舞动心灵。但是乐于体验、肯于吃苦，你才能涤化心灵。

我们喜欢更深入的旅行，践行深度游，激发正能量，生命会因此而更精彩！

这套系列丛书以深度游为主旨，精选最具价值的旅游目的地，与读者分享旅行之本意。丛书引用了大量旅游亲历者的微点评，配备了精美而实用的景区手绘图，收集了丰富的资讯和攻略，期望能有效陪伴读者践行深度旅游之精髓。

如何使用本书

景区

精选北京40个最热门的景区，囊括北京旅游的精华部分。

微印象

精选微博及旅评网等旅游网站上旅行者对景区作出的真实点评，让读者对景区有一个初步的认识，确定旅游目的地。

基本信息

内容涉及门票价格、景区开放时间、最佳旅游季节、进入景区的各种交通方式等实用信息，有助于读者更好地为行程作准备。

景区星级

从美丽、人文、特色、刺激、休闲、浪漫6个方面对景区进行星级评定并进行综合打分，大致反映了景区的总体水平，让读者对景区有一个更全面的认识。

景区概述

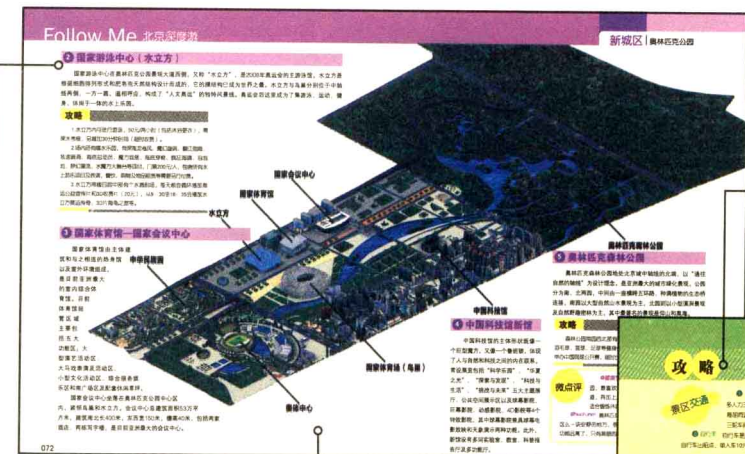
用简洁、精练的语言向读者介绍整个景区的大致情况，让读者对景区有一个整体认识。

图片

选取景区的代表性图片，图文结合，使版面更加美观，使读者对景区有更真实、直观的认识，阅读更轻松。

攻略

丰富、实用的景区信息，包含住宿、美食、购物、娱乐、景区内部交通、旅游注意事项等，囊括旅游的方方面面。



景点

景区重点景点详细介绍，并配有实用攻略、贴士、网友点评等丰富的资讯。

景区示意图

详细标明了景区的出入口、游览线路、景点分布、景区配套设施等，极具参考价值，大部分为手工制作，实用又耐看。

行程推荐

向读者推荐合理、实用的景区游览线路和日程安排，使整个游程更加科学、从容。



景区星级

从美丽、人文、特色、刺激、休闲、浪漫6个方面对景区进行星级评定并进行综合打分，大致反映了景区的总体水平，让读者对景区有一个更全面的认识。

景区概述

用简洁、精练的语言向读者介绍整个景区的大致情况，让读者对景区有一个整体认识。

图片

选取景区的代表性图片，图文结合，使版面更加美观，使读者对景区有更真实、直观的认识，阅读更轻松。

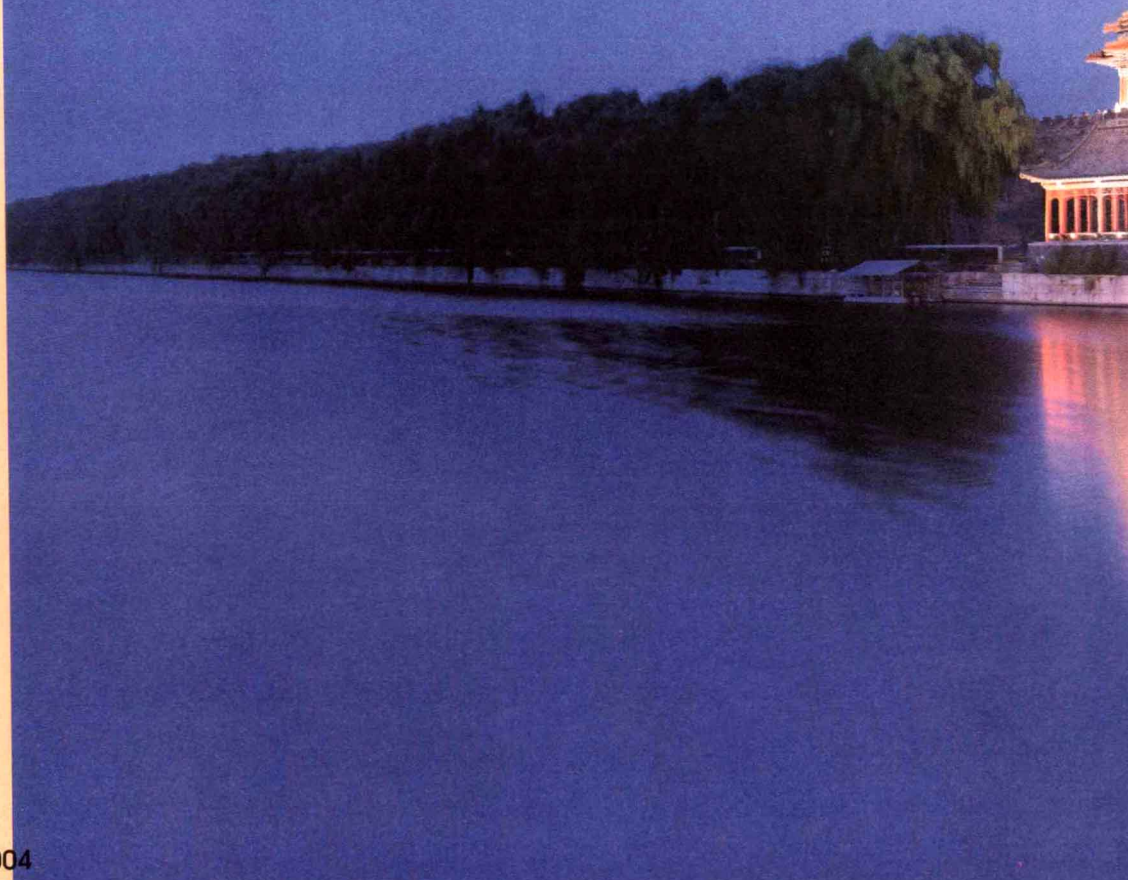
攻略

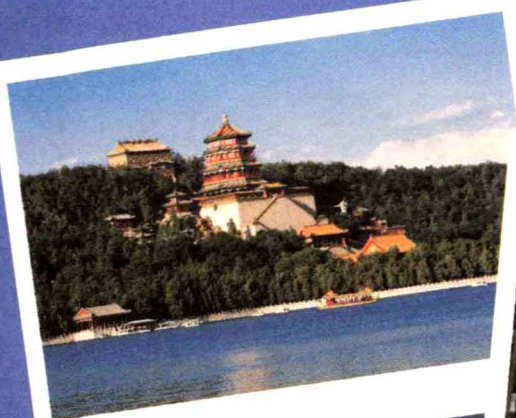
丰富、实用的景区信息，包含住宿、美食、购物、娱乐、景区内部交通、旅游注意事项等，囊括旅游的方方面面。



帝都烟华今犹在

六朝古都并非虚名，北京可以说是全中国城市中最具“大气”与“霸气”的，不管是故宫、天坛，还是颐和园、十三陵，哪个说起来不是气魄非凡？走在王府井、前门、东单这些繁华的大街上，看着那些流光溢彩的摩天大楼与古香古色的老建筑，昔日繁华之都依旧，感觉自己是走进了时光隧道。





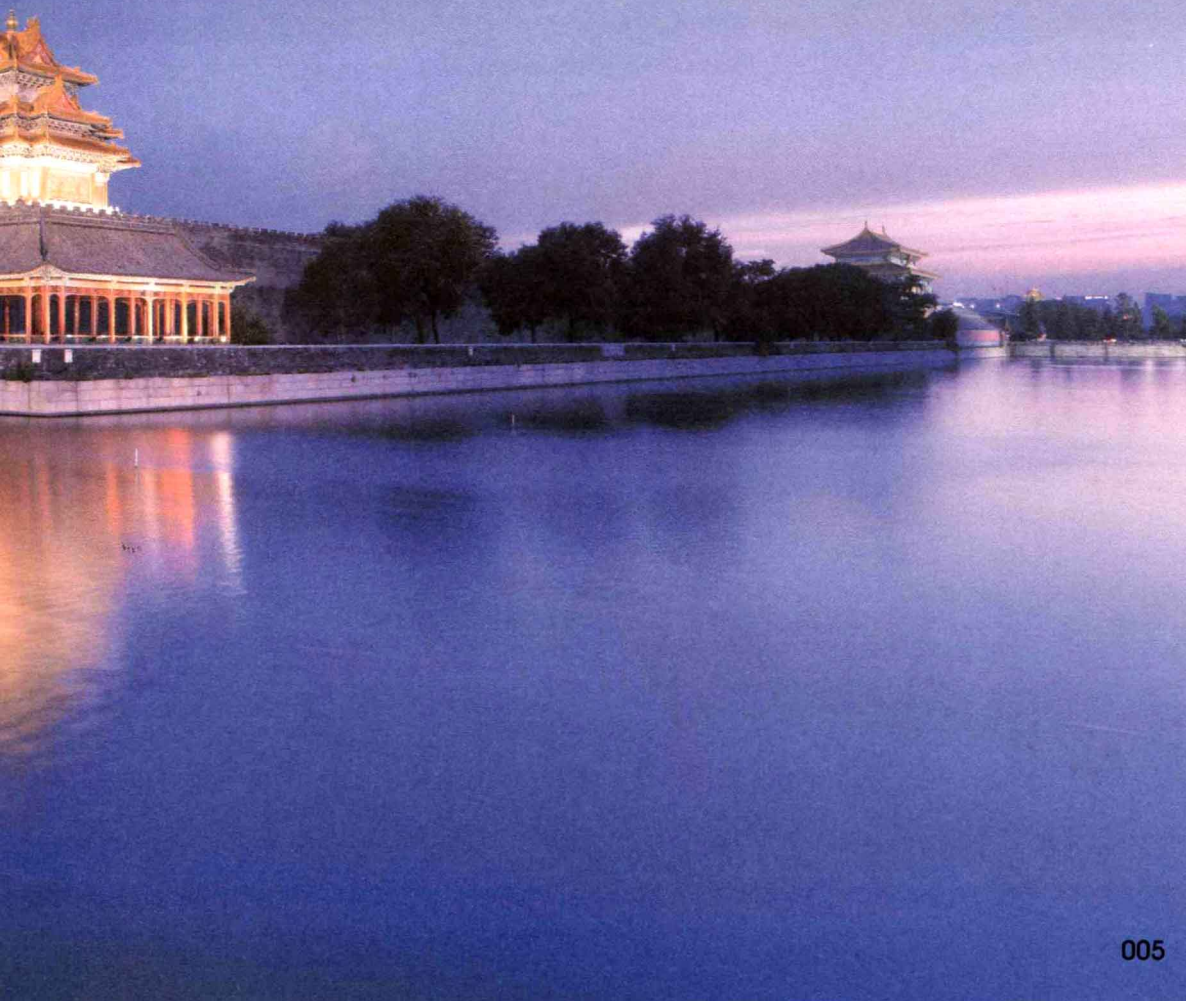
颐和园



故宫皇极殿



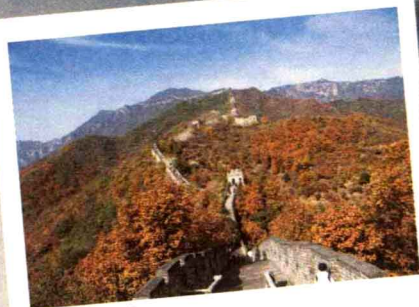
前门



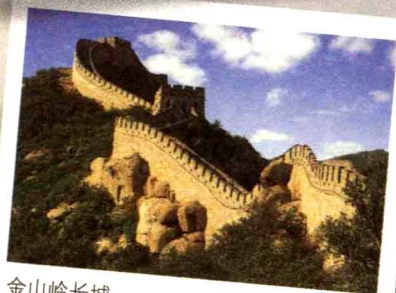
不到长城非好汉

毛泽东当年一句“不到长城非好汉”的感慨让世人知道了长城。站在长城上，不论是春花秋月、夏云冬雪，还是长城内外苍茫的燕山、连天的衰草，都有一股浓重的思古幽情油然而生。它传承着龙的精神，闪耀着炎黄子孙的智慧。血汗筑就的长城，沧桑凝固的长城，让人感慨万千。





慕田峪长城



金山岭长城

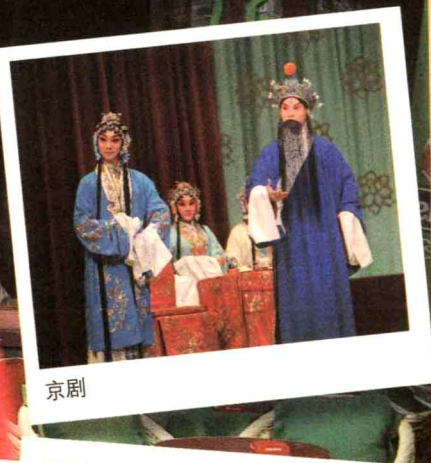
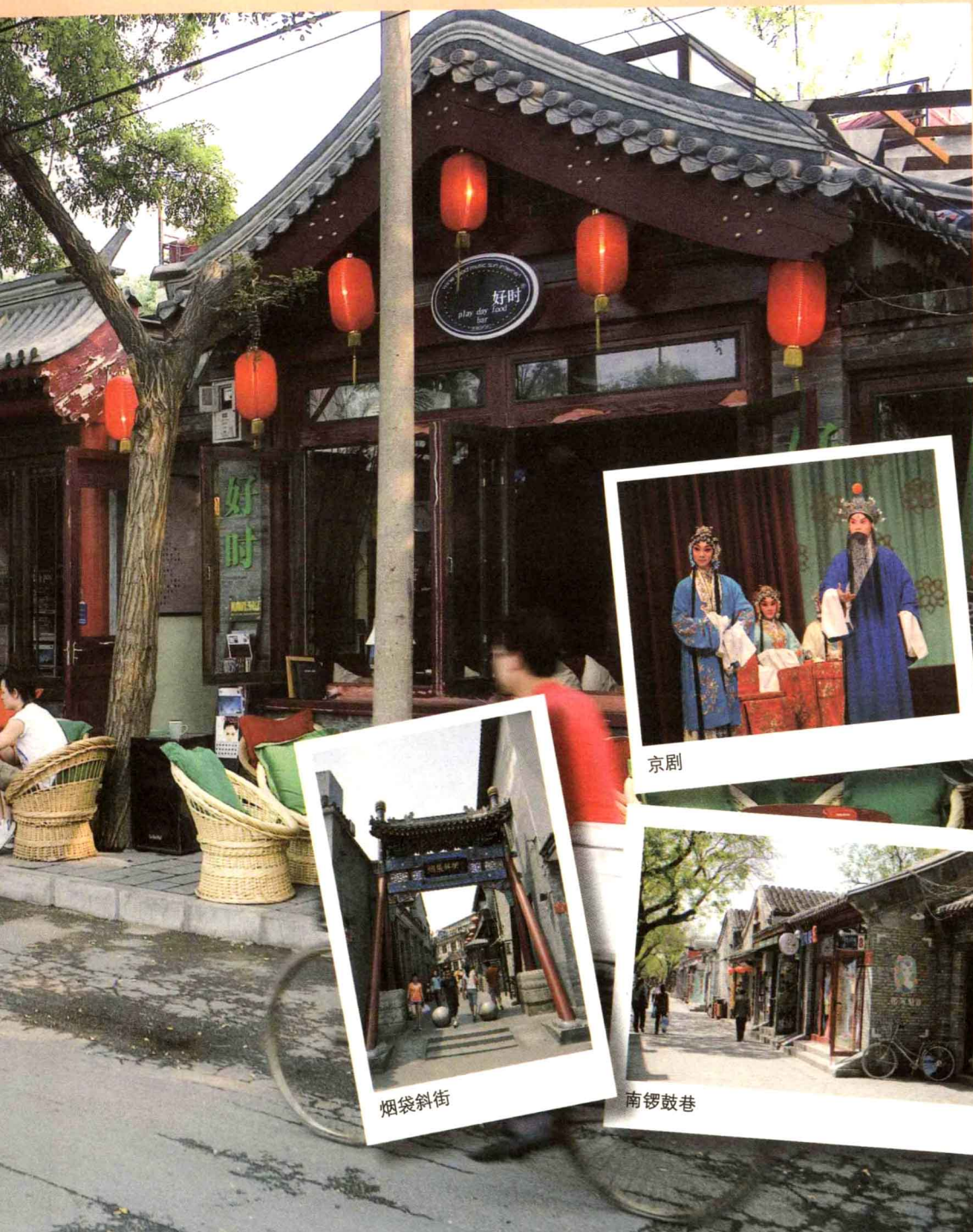


八达岭长城

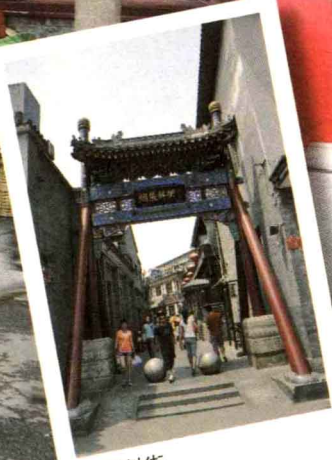


老北京的文艺气息

很多人都深爱着北京这座城市，爱它的都市快节奏，爱它的时尚感，爱它的庄严和凝重，更爱它那浓厚的文艺气息。找个温暖的午后漫步于什刹海、烟袋斜街、南锣鼓巷，或躲在一隅静坐闲聊，或坐在街边静听流浪歌手慵懒的歌声，或悠悠地在迷宫般的巷中闲逛，沉浸在文艺气息中，令人不忍离去。



京剧



烟袋斜街

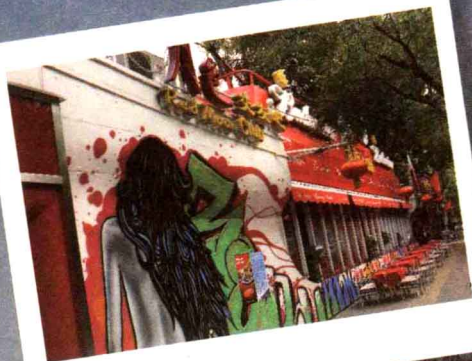


南锣鼓巷

三里屯的时尚范儿

三里屯是北京夜晚最热闹的地方，每到夜色阑珊，这里灯红酒绿、人流熙攘、流光溢彩，映衬着大都市的喧嚣与奢华。三里屯胡同里小店出售的东西很难在其他地方找到，更重要的是，这里的购物气氛就像其酒吧一条街一样，充满着慵懒、色彩与独特。到北京，夜晚总要去三里屯酒吧街一游，感受一下北京“最时尚、最有品位、最In的生活”。

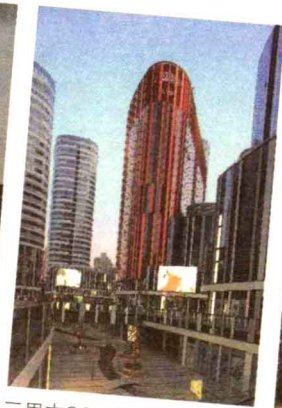




时尚酒吧



步行街



三里屯SOHO



目录 contents

了解北京的8个关键词 014-017

- 📍 古都
- 📍 天安门
- 📍 长城
- 📍 四合院和胡同
- 📍 天桥民俗
- 📍 北京奥运会
- 📍 学术之都
- 📍 CBD

领略北京风情的8种风物 018-021

- 📍 北京烤鸭
- 📍 老北京炸酱面
- 📍 爆肚
- 📍 景泰蓝
- 📍 京剧脸谱
- 📍 遛鸟
- 📍 空竹
- 📍 古玩

PART 1 022-067 老城区

故宫	026
天安门广场	034
雍和宫	040
北海公园	045
什刹海	052

南锣鼓巷	058
天坛公园	064

PART 2 068-113 新城区

奥林匹克公园	070
中华民族博物院	075
798艺术区	080
北京欢乐谷	085
颐和园	090
香山公园	099
南宫旅游区	105
卢沟桥文化旅游区	110

PART 3 114-159 北部郊区

长城	116
龙庆峡	124
十三陵	128
小汤山温泉	132
喇叭沟门	136
鹅和鸭农庄	140
密云水库	143

南山滑雪场.....	148
京东大峡谷.....	151
平谷百里桃花走廊.....	155

PART 4 160-195

南部郊区

十渡	162
石花洞.....	167
周口店北京人遗址.....	170
潭柘寺.....	173
妙峰山.....	179
留民营生态村.....	183
庞各庄.....	186
宋庄艺术区.....	190

PART 5 196-233

北京周边

天下第一城.....	198
盘山	202
清东陵.....	208
野三坡.....	213
赤城温泉度假村	218
崇礼滑雪旅游区	221
小五台山	226
附录.....	234

示意图目录

北京城区旅游示意图	024
故宫	027
故宫三大殿.....	028
天安门广场.....	037
雍和宫.....	042
雍和宫周边.....	043
北海公园	046
什刹海.....	054
恭王府.....	056
南锣鼓巷	059
天坛祈年殿.....	066
奥林匹克公园.....	072
798艺术区	083
北京欢乐谷.....	088
颐和园	092
颐和园万寿山	092
香山公园	100
卢沟桥景区.....	111
八达岭长城.....	118
龙庆峡.....	125
十三陵.....	130
喇叭沟门	138
十渡	164
周口店北京人遗址.....	171
潭柘寺.....	174
宋庄艺术区.....	191
天下第一城.....	199
盘山	204
清东陵.....	209
野三坡.....	214
小五台山	227

了解北京的 8个关键词

1

古都

北京是世界历史文化名城和古都之一，自公元938年作为辽代的都城起，历经辽、金、元、明、清，至今已有1000多年的建都历史。在作为都城的漫长历史上，各个朝代的帝王都对古都北京进行了精心规划和设计，建设了一系列具有象征意义的城市建筑，尤其是在明清两代建设了故宫、四坛、大量的皇家园林等，使古都北京的城市布局更加完善、威严，同时也更加具有神秘色彩。

古京城是按照中国古代最高传统文化——《周易》原理进行规划和设计的，是按“天人合一”的宇宙观念建造的。功能各异的外城、内城、皇城、宫城层层外扩、环环紧扣，其中宫城居全城中心，前朝后市，左祖右社；按《周易》先天八卦原理所设计和建造的天坛、地坛、日坛、月坛则位于内城之外的南北东西四个方位上；加上分布在各处的皇家园林和帝陵等，使得古都北京更加具有皇家风范。



2

天安门

天安门广场是世界上最大的广场之一，1949年10月1日，这里举行了中华人民共和国的开国大典，它由此被设计入国徽，并成了中华人民共和国的象征之一。

全球只有极少数城市像北京一样长时间作为一个国家的政治和文化中心。自新中国诞生之日起北京就是中国的首都，天安门广场上的人民英雄纪念碑高高耸立，纪念碑南侧的毛主席纪念堂则是一代伟人安眠的地方，广场西侧的人民大会堂是全国人民代表大会常务委员会所在地，广场西侧的国家博物馆则汇聚了中华5000年历史文化的精华，中南海是党中央和国务院办公所在地，而宏大的紫禁城则是享誉世界的宫殿建筑群。



3

长城

长城西起嘉峪关，东到鸭绿江，全长约12600余华里，是我国古代劳动人民创造的伟大的奇迹，与罗马斗兽场、比萨斜塔等被列为中古世界七大奇迹之一。作为古都城，长城与北京有着千丝万缕的关系。

北京地区长城以明代长城为主体，呈半环形分布，全长约629千米（其中明代以前长城73千米），沿线共有城台827座，关口71个，屯兵储物的营盘8座。万里长城北京段最古老的是燕长城，南北长约30千米；八达岭长城是明长城遗物，从“北门锁钥”关门城台的南北两侧起依山上筑，总长3720米；居庸关是万里长城上著名的军事古关之一，自古以来就是守卫京师的雄关险隘；慕田峪长城是明朝万里长城的精华所在，享有“万里长城慕田峪独秀”的美誉。

还有那些仍保持着原貌的古北口、司马台、箭扣、金山岭长城等，都非常具有沧桑感，而残破的城墙和弹眼更是让人仿佛处身在那战火纷飞的时代。



4

四合院和胡同

四合院是老北京人世代居住的主要建筑形式，自元代正式建都北京、大规模规划建设都城时起，四合院就与北京的宫殿、衙署、街区、坊巷和胡同同时出现了。之所以叫“四合院”，是因为这种民居有正房（北房）、倒座（南座）、东厢房和西厢房四座房屋在四面围合，形成一个口字形，里面是一个中心庭院。老北京四合院型制规整，在全国各种各样的四合院中最具典型性。



“胡同”这两个字原是蒙古语的译音，是随着忽必烈建元大都城时开始形成的，是北京独具地方特色的街巷。常言道：“有名胡同三百六，无名胡同似牛毛。”北京的胡同名称各异，每一个名称背后都有其独特的故事。胡同之间也是大不相同的，如最窄的胡同钱市胡同中间最窄处只有40厘米，而最宽的胡同灵境胡同最宽处却达到32.18米。还有拐弯最多的胡同——九湾胡同、最古老的胡同——元朝的砖塔胡同等，都见证了北京的风风雨雨。