

旅游达人

系列

图文
全彩版

吃住行、自助游、游购娱、跟团游，应有尽有，随身宝典

云南·丽江

玩全攻略

行者无疆工作室◎编著



YZLI0890176016



景点热门 11大热门景点，跟着旅游达人轻松玩全。
信息全面 点，跟着旅游达人轻松玩全。
看点 点，跟着旅游达人轻松玩全。
服务贴心 点，跟着旅游达人轻松玩全。
图片精美 250幅极具代表性的图片，50个达人提示，省心省钱！
特色鲜明 10大特色介绍+10大热门景点+10大热门美食，精彩呈现！



清华大学出版社

旅游达人^{系列}

云南·丽江

图文
全彩版

玩全攻略⁺

行者无疆工作室◎编著

清华大学出版社
北京



内 容 简 介

本书为一云南·丽江玩全攻略旅游达人宝典,本书共分为12章,内容包括玩转云南准备、昆明玩全攻略、丽江玩全攻略、大理玩全攻略、香格里拉玩全攻略、西双版纳玩全攻略、楚雄玩全攻略、玉溪玩全攻略、怒江玩全攻略、保山玩全攻略、滇西南玩全攻略、滇东玩全攻略等内容,详细描述了云南的无限风光,全面揭示了云南特有的精神价值和深层底蕴。

书中含有交通指南、食宿指导、路线介绍、景点详解、效果欣赏、娱乐休闲、购物消费等,应有尽有,对个人游、情侣游、家庭游、亲子游、老年游等,不论自助或跟团,都是随身、随行的宝典,一册在手,旅游无忧。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

云南·丽江玩全攻略(图文全彩版)/行者无疆工作室编著.——北京:清华大学出版社,2013
(旅游达人系列)

ISBN 978-7-302-31030-3

I. ①云… II. ①行… III. ①旅游指南—云南省②旅游指南—丽江地区 IV. ①K928.974

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第304350号

责任编辑:杨作梅

封面设计:杨玉兰

责任校对:周剑云

责任印制:刘海龙

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址: 北京清华大学学研大厦A座 邮 编: 100084

社总机: 010-62770175 邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

课件下载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62791865

印 装 者: 北京亿浓世纪彩色印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 170mm×230mm

印 张: 16.75 字 数: 213千字

版 次: 2013年4月第1版

印 次: 2013年4月第1次印刷

印 数: 1~4000

定 价: 39.80元

产品编号: 045930-01

目录

第1章 玩转云南准备 1

美景云南：10大美景排行榜 2

- 01 丽江古城 2
- 02 玉龙雪山 3
- 03 丽江泸沽湖 3
- 04 水富大峡谷温泉 4
- 05 大理古城 4
- 06 梅里雪山 5
- 07 普达措国家公园 5
- 08 束河古镇 6
- 09 路南石林 7
- 10 崇圣寺三塔 7

美食云南：10大美食排行榜 8

- 01 汽锅鸡 8
- 02 牦牛肉 9
- 03 过桥米线 9
- 04 香竹饭 10
- 05 牛肝菌 10
- 06 烧饵块 11
- 07 火腿豆焖饭 11
- 08 春卷 11
- 09 稀豆粉 12
- 10 炸牛皮 13



云南印象: 1分钟了解云南 13

- 01 地理与气候 13
- 02 面积与人口 13
- 03 简称与区划 14
- 04 民族与节日 14
- 05 宗教与禁忌 14
- 06 历史名人与影视 15

走进云南: 10大旅行准备 15

- 01 证件准备 16
- 02 资金准备 16
- 03 交通准备 16
- 04 衣物准备 16
- 05 食品准备 16
- 06 洗护用品 17
- 07 旅游保险 17
- 08 数码产品 17
- 09 药品准备 17
- 10 其他物品 17

推荐线路: 5条经典线路 18

- 01 滇北线 18
- 02 滇北7日游 18
- 03 滇南线 19
- 04 滇南线7日游 19
- 05 南北双线7日游 19



第2章 昆明玩全攻略

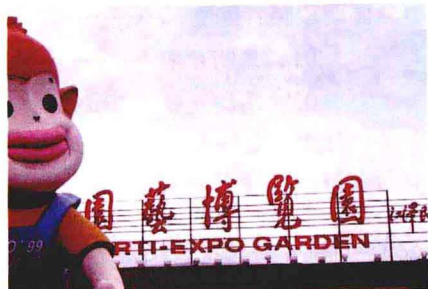
21

昆明必游: 8景 22

- 01 金马碧鸡坊 22
- 02 昆明世博园 23
- 03 路南石林 23



04 安宁温泉	24
05 东川红土地	24
06 滇池	25
07 宜良九乡	26
08 大观楼	26
昆明印象：解读	27
01 历史与区划	27
02 地理与气候	28
03 民族与节庆	28
04 昆明特色文化	28
05 旅游实用信息	29
昆明攻略：交通	29
01 航空	29
02 铁路	29
03 公路	30
04 区内交通	30
昆明攻略：餐饮	31
01 桥香园过桥米线	31
02 吉鑫滇味城	32
03 老滇味饭店	32
04 原林野山菌	32
05 野菌园	33
06 一颗印	33
昆明攻略：住宿	33
01 锦华国际酒店	34
02 鸿业商务酒店	34
03 明都大酒店	34
04 泰丽国际酒店	35
05 翠湖宾馆	35
06 驼峰客栈(昆明国际青年旅舍)...	35



云南·丽江玩全攻略 (图文全彩版)

昆明攻略：购物 36

- 01 昆明牙雕 36
- 02 乌铜走银 37
- 03 云南食用菌 37
- 04 建水紫陶 37
- 05 蜡染 38

昆明攻略：游玩 39

- 01 金马碧鸡坊 39
- 02 世博园 40
- 03 路南石林 41
- 04 安宁温泉 42
- 05 东川红土 43
- 06 滇池 44
- 07 宜良九乡 45
- 08 大观楼 46
- 09 云南民族村 47
- 10 陆军讲武堂 47
- 11 翠湖公园 48
- 12 圆通寺 48
- 13 金殿 49
- 14 筇竹寺 50
- 15 官渡古镇 51



第3章 丽江玩全攻略

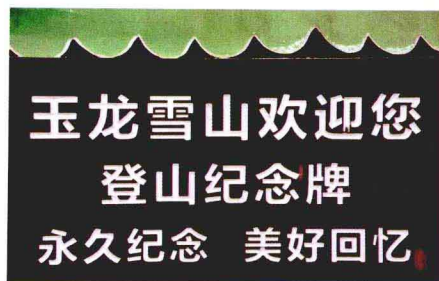
53

丽江必游：5景 54

- 01 丽江古城 54
- 02 束河古镇 55
- 03 玉龙雪山 55
- 04 虎跳峡 56

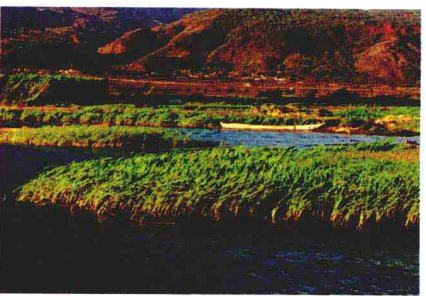
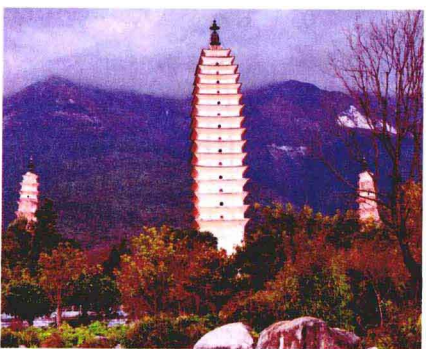


05 泸沽湖	57
丽江印象：解读	57
01 历史与方位	58
02 区划与气候	58
03 民族与节庆	59
04 丽江特色文化	59
05 旅游实用信息	60
丽江攻略：交通	60
01 航空	60
02 铁路	60
03 公路	61
04 区内交通	61
丽江攻略：餐饮	61
01 阿妈纳西饮食院	62
02 唠叨坊私房菜	62
03 玉元食品店	62
04 布拉格咖啡馆	63
05 在水一方酒吧	64
丽江攻略：住宿	64
01 老谢车马店青年旅舍	65
02 东坡楼客栈	65
03 古城青年旅馆	65
04 老磨坊客栈	65
05 翠微兰房客栈	66
06 其他客栈	66
丽江攻略：购物	66
01 雪茶	66
02 程海螺旋藻	67
03 东巴挂毯	67
04 虫草	67



云南·丽江玩全攻略(图文全彩版)

05 篝火	67
06 驼铃	68
丽江攻略: 游玩	68
01 丽江古城	68
02 束河古镇	69
03 玉龙雪山	70
04 虎跳峡	71
05 泸沽湖	72
06 黑龙潭	73
07 老君山风景区	74
08 白沙古镇	74
09 石鼓长江第一湾	75
10 宝山石头城	76
11 拉市海	76
12 玉峰寺	77
13 玉水寨	78



第4章 大理玩全攻略 79

大理必游: 5景	80
01 大理古城	80
02 苍山洱海	80
03 崇圣寺三塔	81
04 大理洋人街	81
05 沙溪古镇	82
大理印象: 解读	82
01 历史与方位	82
02 区划与气候	83
03 民族与节庆	83
04 旅游实用信息	84

大理攻略：交通	84
01 航空	84
02 铁路	84
03 公路	85
04 区内交通	85
大理攻略：餐饮	85
01 苍洱春	86
02 再回首凉鸡米线	86
03 梅子井酒家	86
04 苍山饭店	86
05 益恒餐馆	87
06 坏猴子酒吧	87
大理攻略：住宿	87
01 苍岳别院	88
02 三塔青年旅舍	88
03 海地生活青年旅舍	88
04 和泰花园客栈	88
05 风情大理客栈	89
06 天涯驿站	89
大理攻略：购物	90
01 洋人街	90
02 周城	90
大理攻略：游玩	91
01 大理古城	91
02 苍山	92
03 洱海	93
04 崇圣寺三塔	93
05 大理洋人街	94
06 沙溪古镇	95
07 天龙八部影视城	96



- 08 蝴蝶泉 97
09 喜洲 97
10 鸡足山风景区 98

第5章 香格里拉玩全攻略 101

香格里拉必游：3景 102

- 01 普达措国家公园 102
02 碧塔海 102
03 梅里雪山 103

香格里拉印象：解读 104

- 01 历史与方位 104
02 区划与气候 104
03 民族与节庆 105
04 香格里拉特色文化 105
05 旅游实用信息 105

香格里拉攻略：交通 106

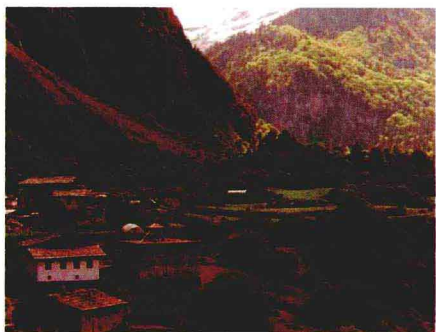
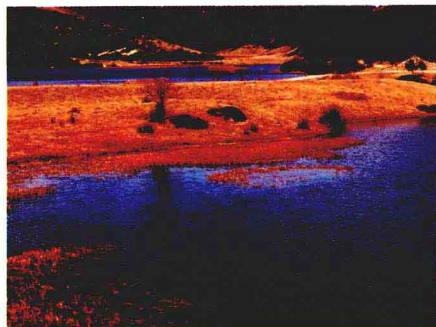
- 01 航空 106
02 公路 106
03 区内交通 107

香格里拉攻略：餐饮 107

- 01 糌粑 107
02 琵琶肉 108
03 索里玛酒 108
04 酥油茶 109
05 锅奔火锅 109
06 “寺不” 109

香格里拉攻略：住宿 110

- 01 迪庆藏地国家青年旅舍 110
02 旅行者俱乐部 110



03 西藏酒店	110
04 哈巴雪山国家青年旅舍	111
05 香格里拉大土司庄园	111
06 梅里往事	111
香格里拉攻略：购物	112
01 银护身佛盒	112
02 麝香	112
03 银制八宝图	113
04 牦牛肉	113
05 贝母	114
香格里拉攻略：游玩	114
01 普达措国家公园	114
02 碧塔海	115
03 梅里雪山	116
04 属都岗湖	116
05 雨崩村	117
06 松赞林寺	118
07 纳帕海	119
08 飞来寺	120
09 大宝寺	121
10 香格里拉大峡谷	122



第6章 西双版纳玩全攻略 123

西双版纳必游：3景	124
01 民族风情园	124
02 橄榄坝	124
03 热带植物园	125
西双版纳印象：解读	126
01 历史与方位	126

02 区划与气候	126
03 民族与节庆	126
04 西双版纳特色文化	127
05 旅游实用信息	127
西双版纳攻略: 交通	127
01 航空	127
02 公路	127
03 水路	128
04 区内交通	128
西双版纳攻略: 餐饮	128
01 菠萝紫米饭	128
02 酸笋煮鸡	129
03 香竹饭	129
04 傣味干巴	129
05 布朗族菜	129
06 哈尼族菜	130
西双版纳攻略: 住宿	130
01 观光酒店	130
02 新傣园酒店	131
03 活发大酒店	131
04 金版纳酒店	131
05 云博客栈	131
06 望江别苑酒店	132
西双版纳攻略: 购物	132
01 花包	133
02 傣族服饰	133
03 木雕、根雕	133
04 黑陶	134
05 木板画	134
西双版纳攻略: 游玩	134
01 民族风情园	135



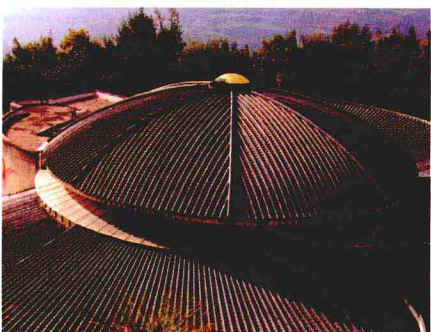
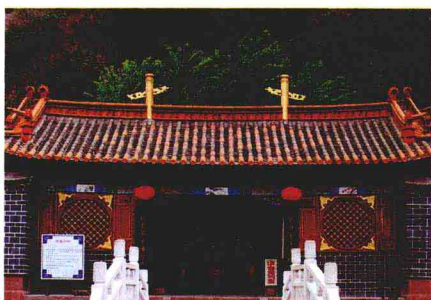
02 橄榄坝	136
03 热带植物园	136
04 野象谷	137
05 原始森林公园	138
06 孔雀湖	139
07 望天树空中走廊	140
08 打洛	141
09 曼阁佛寺	141
10 曼飞龙佛塔	142



第7章 楚雄玩全攻略 143

楚雄必游：3景	144
01 元谋土林	144
02 彝人古镇	144
03 世界恐龙谷	145
楚雄印象：解读	146
01 历史与方位	146
02 区划与气候	146
03 民族与节庆	146
04 旅游实用信息	147
楚雄攻略：交通	147
01 铁路	147
02 公路	147
03 区内交通	148
楚雄攻略：餐饮	148
01 烤小猪	148
02 全羊汤锅	148
03 元谋凉鸡	149
楚雄攻略：住宿	149
01 彝人古镇大酒店	150

02 雄宝酒店	150
03 永兴大酒店	150
04 龙悦酒店	151
05 索菲酒店	151
楚雄攻略：购物	151
01 葛河蜂蜜	151
02 楚雄丝绸	152
03 鹿子干巴	152
04 大姚果脯	153
05 彝州山珍	153
楚雄攻略：游玩	153
01 元谋土林	153
02 彝人古镇	154
03 世界恐龙谷	155
04 禄丰五台山	156
05 黑井古镇	156
06 大姚白塔	157
07 武定狮子山	158
08 彝族十月太阳历文化园	159
09 紫溪山	159



第8章 玉溪玩全攻略 161

玉溪必游：3景	162
01 抚仙湖	162
02 帽天山国家地质公园	162
03 红塔山	163
玉溪印象：解读	164
01 历史与方位	164
02 区划与气候	164

03 民族与节庆	165
04 玉溪特色文化	165
05 旅游实用信息	165
玉溪攻略：交通	166
01 铁路	166
02 公路	166
03 区内交通	166
玉溪攻略：餐饮	167
01 明星蘸水食洞鱼	167
02 三道菜	167
03 大头鱼	167
04 酸汤米线	168
05 干黄鳝	168
06 油卤腐	169
玉溪攻略：住宿	169
01 云南红塔山大酒店	169
02 时代晶九公寓	169
03 非常阳光酒店	170
04 抚仙湖悦椿度假酒店	170
05 艾薇登酒店	170
玉溪攻略：购物	171
01 通海豆末糖	171
02 华宁干米线	172
03 粽子眼药	172
04 袁牢山三珍	172
05 芦荟	172
玉溪攻略：游玩	173
01 抚仙湖	173
02 帽天山国家地质公园	174
03 红塔山	175



- 04 聂耳公园 176
05 通海秀山 177

第9章 怒江玩全攻略 179

- 怒江必游：2景 180
 01 六库 180
 02 怒江大峡谷 180
怒江印象：解读 181
 01 历史与方位 181
 02 区划与气候 182
 03 民族与节庆 182
 04 怒江特色文化 182
 05 旅游实用信息 182
怒江攻略：交通 183
 01 公路 183
 02 区内交通 183
怒江攻略：餐饮 184
 01 打茶 184
 02 傣辣 184
 03 杵酒 185
怒江攻略：住宿 185
 01 怒江州宾馆 185
 02 永乐大酒店 186
 03 贡山县政府招待所 186
 04 贡山通宝大酒店 186
 05 福贡乐福宾馆 186
怒江攻略：购物 186
 01 独龙毯 187
 02 贡山大理石 187

