



亲历者

给力呈献》最新超值版

自驾游这么潮，你还**HOLD**住吗？
让你爽到极致的云南自驾游路书
(随书附赠**CD**光盘)

云南自驾

Let's Go

会说话的 云南自驾书

《亲历者》编辑部编著

》云南自驾看过来！

- ▶亮点1: CD全程解说，让你未到先知
- ▶亮点2: GPS参数定位，“路痴”也可玩自驾
- ▶亮点3: 指示牌准确逼真，让你不会错过任一个路口

真希望天天都在路上！

- 7 汽车俱乐部鼎力推荐
- 所选旅游线路经典权威
- 22 名资深“驾友”沿路采写
- 吃喝玩乐的信息全都有
- 28 条云南周边自驾游线路
- 长线、中线、短线，任你选

500元
优惠券，
超值更省钱！



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

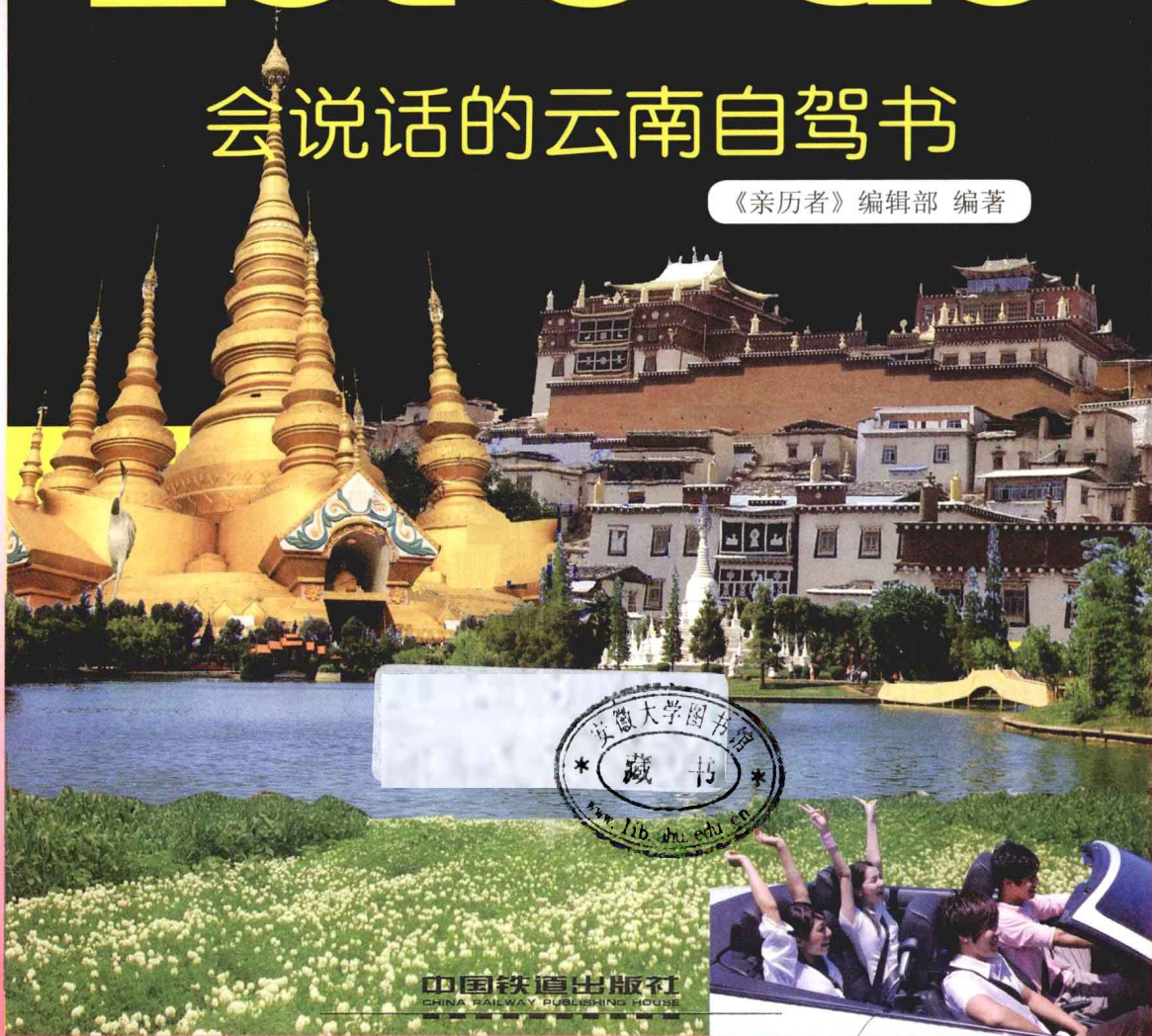


新 给力呈献 >>
最新超值版

云南自驾 Let's Go

会说话的云南自驾书

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

云南自驾Let's Go: 会说话的云南自驾书/《亲历者》编辑部编著. —北京: 中国铁道出版社, 2013.8

(亲历者)

ISBN 978-7-113-16339-6

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

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第077743号

书 名: 云南自驾Let's Go
作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 娄建国

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 史秀英

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 邮码: 100054)

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

版 次: 2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

开 本: 889mm×1194mm 1/16 印张: 16 字数: 384千字

书 号: ISBN 978-7-113-16339-6

定 价: 58.00元 (配盘)

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联系调换。

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



目录

CONTENES



导读

016-030

▶ 作好自驾游的行前规划 / 018

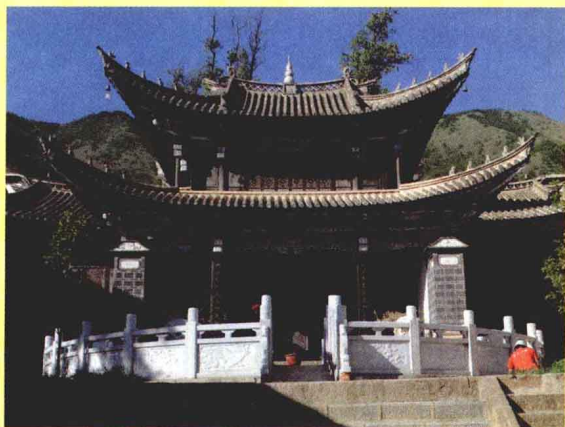
掌握云南及周边的景点分布 ▶ 拟订自驾游的行程安排 ▶ 沿途民俗风情

▶ 掌握自驾游的必备攻略 / 020

熟悉云南出发的公路状况 ▶ 云南自驾游的四季选择 ▶ 自驾达人的省钱高招

▶ 云南自驾游TOP10 / 026

自然风光TOP10 ▶ 人文景点TOP10 ▶ 休闲度假TOP10



PART 1

昆明自驾旅游圈

玩在春城全攻略

034-123

▶ 1. 游名山，宿古镇：昆明市区—狮子山—元谋土林—元谋猿人陈列馆—黑井古镇—禄丰恐龙博物馆 / 036

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

不可错过的美景 ▶

狮子山	041
元谋土林	042
元谋猿人陈列馆	043
黑井古镇	043
禄丰恐龙博物馆	045

好吃好购这里找 ▶ 车友推荐的住宿地

▶ 2. 赏红土地，品会泽文化：昆明市区—东川红土地—会泽会馆—白雾村 / 046

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

不可错过的美景 ▶

东川红土地	049
会泽会馆	050
白雾村	050

好吃好购这里找 ▶ 车友推荐的住宿地

►3. 游地下王宫，赏彩色沙林： 昆明市区—九乡风景区—彩色沙林—阿庐古洞/052

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

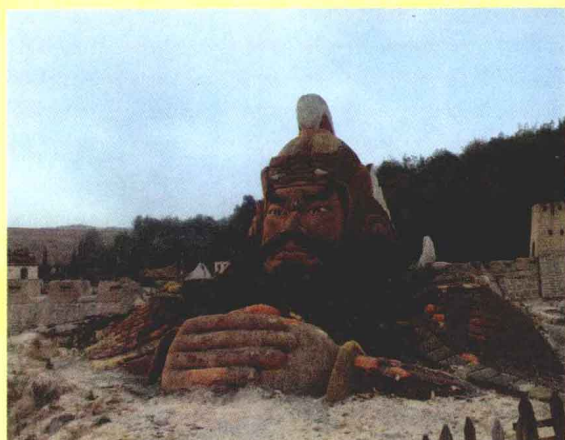
不可错过的美景 ►

九乡风景区..... 055

彩色沙林..... 057

阿庐古洞..... 058

好吃好购这里找 ► 车友推荐的住宿地



►4. 游山，玩水，赏花海：昆明 市区—石林—师宗凤凰谷—九龙 瀑布群—鲁布革三峡风景区—多 依河风景区/060

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

石林风景名胜区分..... 064

凤凰谷..... 066

英武山..... 067

金鸡岭油菜花..... 068

九龙瀑布群..... 069

鲁布革三峡风景区..... 069

多依河风景区..... 070

好吃好购这里找 ► 车友推荐的住宿地



►5. 热带雨林之旅：昆明市区— 抚仙湖—梅子湖公园—野象谷— 观礼巷—西双版纳热带植物园 /073

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

抚仙湖..... 077

梅子湖公园..... 079

野象谷..... 079

泼水节观礼台..... 080

西双版纳植物园..... 081

沿途风景速览 ►

普洱..... 082

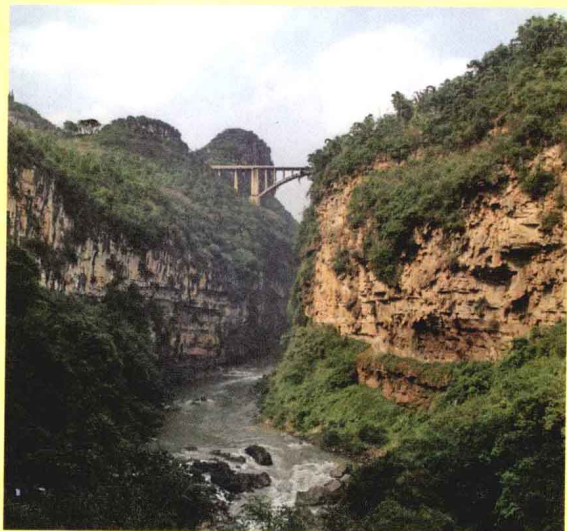
好吃好购这里找

▶6. 观中国第一大瀑布：昆明市 区—万峰林—马岭河景区—黄果 树瀑布—龙宫/083

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐
的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶
不可错过的美景 ▶

万峰林·····	087
马岭河景区·····	088
黄果树瀑布·····	089
龙宫·····	091

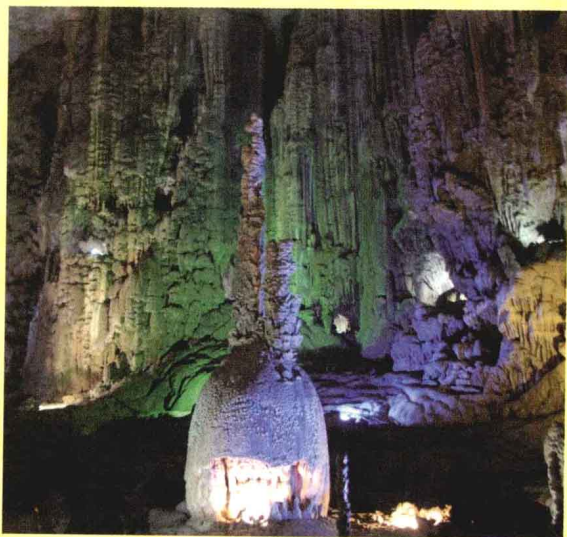
好吃好购这里找 ▶ 车友推荐的住宿地



▶7. 观溶洞之奇美，赏花海之绚 烂：昆明市区—织金洞—百里杜 鹃/093

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐
的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶
不可错过的美景 ▶

织金洞·····	096
百里杜鹃·····	099
沿途风景速览 ▶	
九洞天·····	100



▶8. 看佛都美景，品佛教文化： 昆明市区—乐山大佛—峨眉山 /101

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐
的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶
不可错过的美景 ▶

乐山大佛·····	104
峨眉山·····	107

好吃好购这里找 ▶ 车友推荐的住宿地



▶9. 赏竹海，观石海：昆明市 区—蜀南竹海—石海洞乡/110

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐
的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶
不可错过的美景 ▶

蜀南竹海·····	113
石海洞乡·····	114

好吃好购这里找 ▶ 车友推荐的住宿地

►10. 独品丹霞：昆明市区—四洞沟景区—十丈洞瀑布群/116

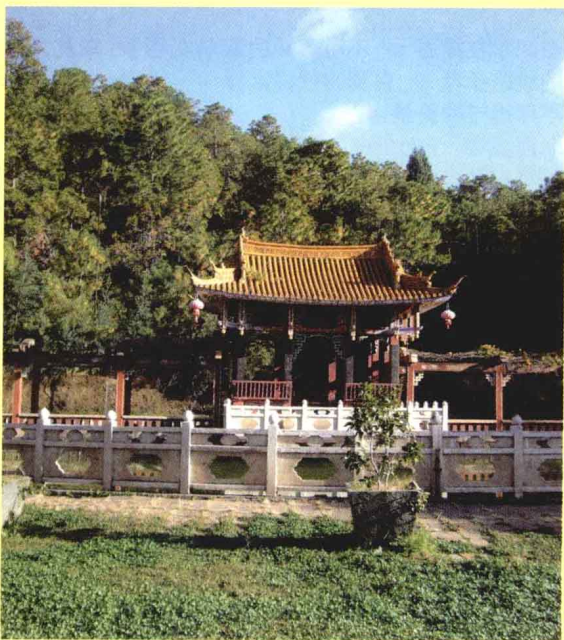
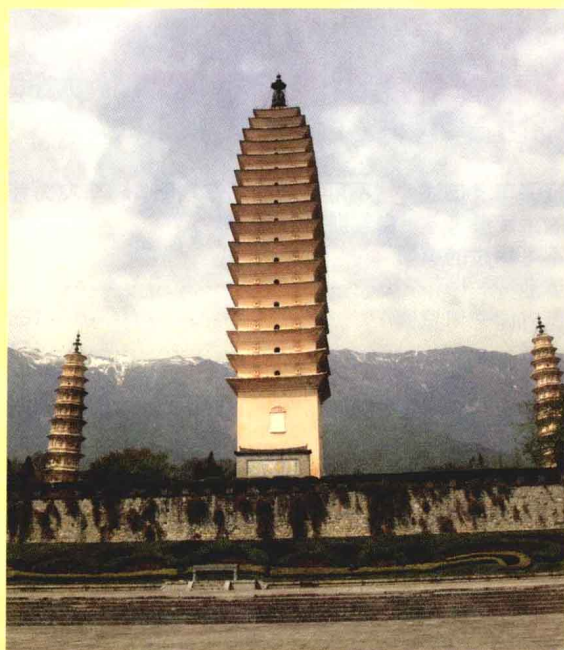
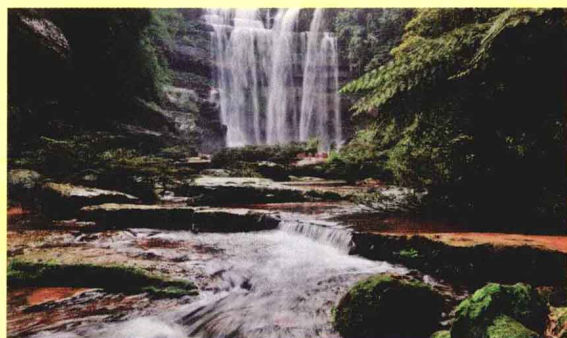
资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

四洞沟景区..... 119

十丈洞大瀑布..... 121

好吃好购这里找



PART 2 大理自驾旅游圈

玩在古城全攻略

124-189

►1. 感受“风花雪月”的大理：大理市区—大理古城—蝴蝶泉—鸡足山/126

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

洱海..... 129

大理古城..... 131

崇圣寺三塔..... 132

蝴蝶泉..... 132

鸡足山..... 133

沿途风景速览 ►

双廊古镇..... 134

苍山..... 134

车友推荐的住宿地

►2. 游山玩水逛古城：大理市区—喜洲古镇—周城—茈碧湖—沙溪古镇—石宝山/135

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

喜洲古镇..... 139

周城..... 139

茈碧湖..... 140

沙溪古镇..... 140

石宝山..... 141

车友推荐的住宿地



►3. 登名山，游古城：大理市区—巍山古城—巍宝山/142

- 资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►
- 不可错过的美景 ►
- 巍山古城..... 144
 - 巍宝山..... 145
 - 沿途风景速览 ►
 - 天龙八部影视基地..... 146

►4. 感受昆明的独特风情：大理市区—昆明/147

- 资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►
- 不可错过的美景 ►
- 滇池..... 149
 - 世界园艺博览园..... 150
 - 金殿..... 151
 - 沿途风景速览 ►
 - 云南省博物馆..... 151
 - 昆明动物园..... 152
 - 车友推荐的住宿地

►5. 游古镇、湿地，观火山、江景：大理市区—保山—腾冲—大盈江/153

- 资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►
- 不可错过的美景 ►
- 北海湿地..... 156
 - 和顺古镇..... 157
 - 腾冲火山..... 158
 - 大盈江..... 159
 - 沿途风景速览 ►
 - 南甸宣抚司署..... 160
 - 腾冲热海..... 160

►6. 领略峡谷的气势，感受江景的纯净：大理市区—怒江大峡谷—独龙江/161

- 资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►



不可错过的美景 ▶

怒江大峡谷..... 164

独龙江..... 165

沿途风景速览 ▶

怒江三江并流..... 165

高黎贡山自然保护区..... 166

▶7. 游春城，观雪山：大理市区—大观楼—轿子雪山/167

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

不可错过的美景 ▶

大观楼..... 170

云南民族村..... 170

金马碧鸡坊..... 171

翠湖公园..... 171

西山森林公园..... 172

黑龙潭..... 174

轿子雪山..... 174

▶8. 品味独特的边境风情：大理市区—瑞丽/175

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

不可错过的美景 ▶

瑞丽江·大盈江..... 177

姐勒金塔..... 177

姐告口岸..... 178

沿途风景速览 ▶

瑞丽边贸街..... 179

莫里瀑布..... 179

▶9. 赏圣洁雪山，游风情古镇：大理市区—丽江—玉龙雪山/180

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

不可错过的美景 ▶

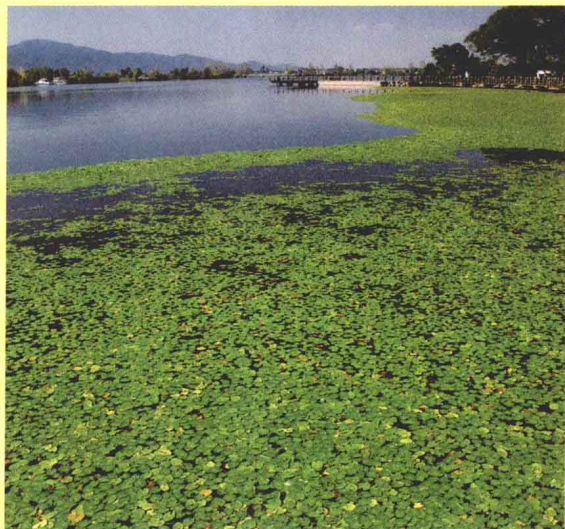
丽江古城..... 182

拉市海..... 183

束河古镇..... 184

玉龙雪山..... 184

好吃好购这里找 ▶ 车友推荐的住宿地



PART 3 丽江自驾旅游圈

玩在古镇全攻略

190-223

►1. 赏游独特自然景观：丽江市—泸山风景名胜区—螺髻山/192

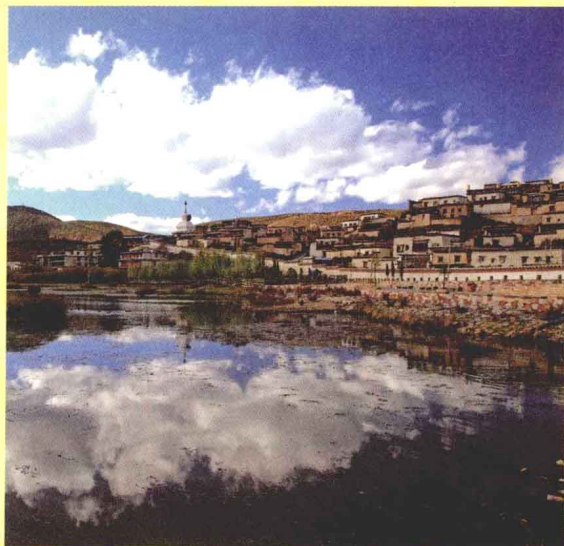
资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

泸山风景名胜区..... 195

螺髻山旅游景区..... 196

好吃好购这里找 ► 车友推荐的住宿地



►2. 畅游辽阔草原：丽江市—噶丹·松赞林寺—碧塔海自然保护区/198

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

噶丹·松赞林寺..... 200

碧塔海自然保护区..... 201

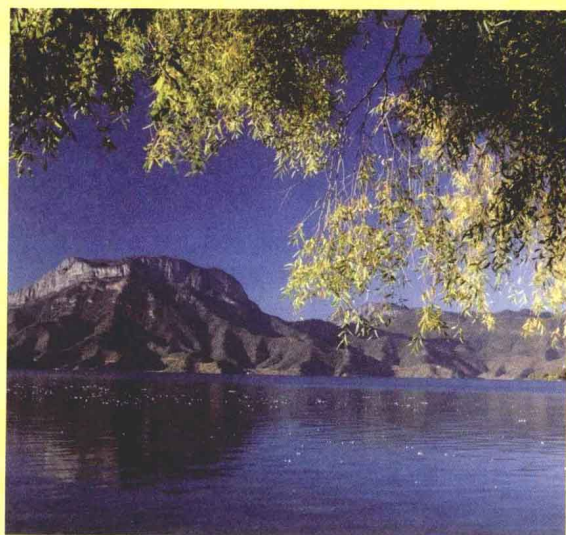
沿途风景速览 ►

独克宗古城..... 202

香格里拉大峡谷..... 202

蓝月山谷旅游景区..... 202

车友推荐的住宿地



►3. 感受最纯净的湖水：丽江市—泸沽湖/203

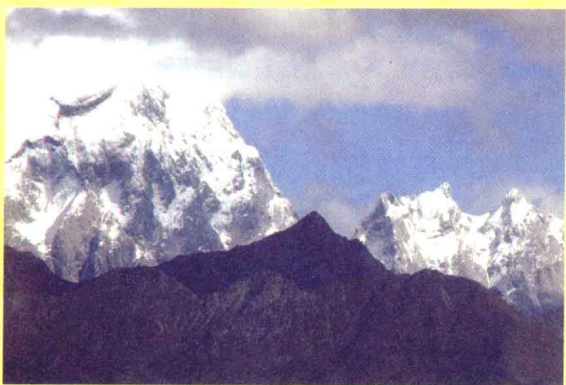
资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

泸沽湖..... 205

比依山风景区..... 207

好吃好购这里找 ► 车友推荐的住宿地



►4. 游峡谷险滩，赏牧场湖泊： 丽江市—长江第一湾—虎跳峡—小中甸牧场—纳帕海—普达措国家公园/208

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

长江第一湾..... 212

虎跳峡..... 212

小中甸牧场..... 213

纳帕海..... 214

普达措国家公园..... 214

沿途风景速览 ►

哈巴雪山..... 215

白水台..... 216

好吃好购这里找 ► 车友推荐的住宿地

►5. 观景滑雪之旅：丽江市—安仁古镇—西岭雪山/217

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

安仁古镇..... 220

西岭雪山..... 221

车友推荐的住宿地



PART 4 西双版纳自驾旅游圈

玩在雨林全攻略

224-251

▶ 1. 傣家特色风情之旅：景洪市区—橄榄坝傣族园—曼飞龙笋塔 / 226

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

不可错过的美景 ▶

橄榄坝傣族园..... 229

曼飞龙笋塔..... 230

沿途风景速览 ▶

西双版纳州民族风情园..... 230

春欢公园..... 231

曼听佛寺..... 231

好吃好购这里找 ▶ 车友推荐的住宿地

▶ 2. 边境之旅：景洪市区—景真八角亭—娜允古镇 / 232

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

不可错过的美景 ▶

景真八角亭..... 235

娜允古镇..... 235

沿途风景速览 ▶

孟连大金塔..... 237

▶ 3. 最美茶园之旅：景洪市区—普洱风景名胜区—北回归线标志园 / 238

资深车友描述 ▶ 不可不知的驾车攻略 ▶ 车友力荐的线路参考 ▶ 自驾游行程推荐 ▶

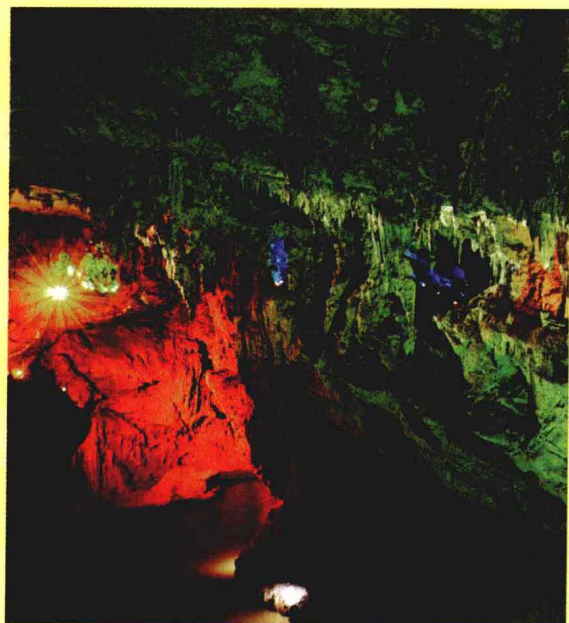
不可错过的美景 ▶

澜沧江第一漂..... 241

普洱风景名胜区..... 241

北回归线标志园..... 242

好吃好购这里找



►4. 品古味建筑，游瑰丽溶洞： 景洪市区—团山景区—黄龙寺— 纳楼长官司署—燕子洞/243

资深车友描述 ► 不可不知的驾车攻略 ► 车友力荐
的线路参考 ► 自驾游行程推荐 ►

不可错过的美景 ►

团山景区·····	247
黄龙寺·····	247
纳楼长官司署·····	248
燕子洞·····	248

好吃好购这里找

附录

进出云南的高速公路及国道信息表·····	252
云南省至全国各主要城市里程表·····	253



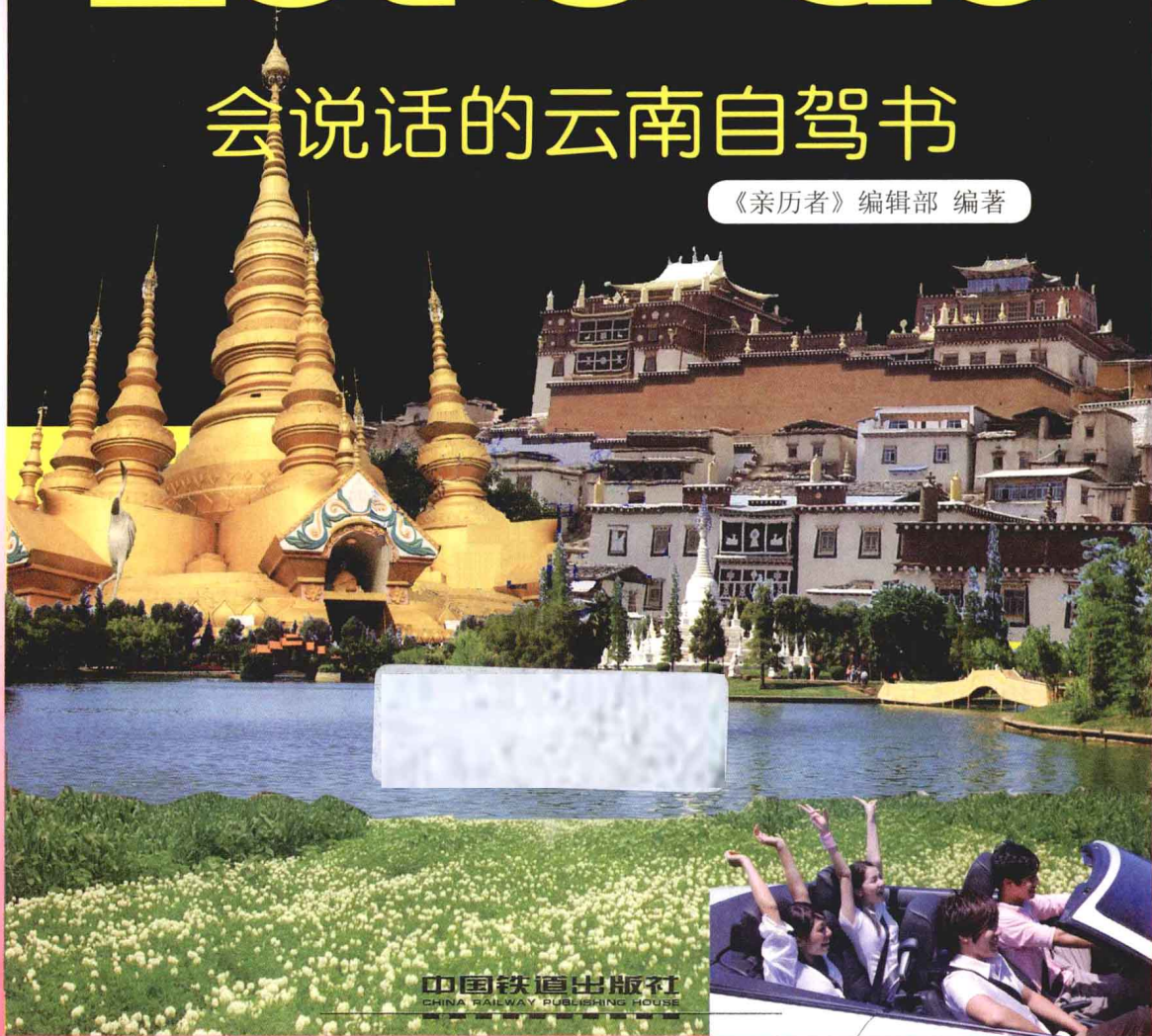


新 给力呈献 >>
最新超值版

云南自驾 Let's Go

会说话的云南自驾书

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

云南自驾Let's Go: 会说话的云南自驾书/《亲历者》编辑部编著. —北京: 中国铁道出版社, 2013.8

(亲历者)

ISBN 978-7-113-16339-6

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第077743号

书 名: 云南自驾Let's Go
作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 娄建国

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 史秀英

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 邮码: 100054)

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

版 次: 2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

开 本: 889mm×1194mm 1/16 印张: 16 字数: 384千字

书 号: ISBN 978-7-113-16339-6

定 价: 58.00元(配盘)

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联系调换。

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

前言

云南，这片神秘又动人的土地，是多少人向往的世外桃源。在没有到过那儿的人看来，它是一幅幅印在杂志上的高清图片，是歌中传唱的“心中的日月”。在我们没有抵达之前，所有的景象都是天边遥远的梦；但当我们真正踏上这片土地，梦想照进现实。我们看到的山，触到的水，尝到的美味，遇到的人和碰到的事儿，这一路的感动和真实的体验才是最美、最值得纪念的回忆。

我们是否已经厌倦了旅行社走马观花式的游览，又担心自己出门没经验，吃饭住宿都要一手包办的劳顿。长期被困在城市的繁杂琐事里的都市人，是多么想把自己投身到大自然中去：希望呼吸到的不是汽车的尾气，而是西双版纳的原始森林里那带点“野性”的湿润空气；希望喝到的不是超市买来的速溶咖啡，而是坐在丽江的古镇街道旁，晒着太阳，懒洋洋地品味一杯地道的小粒咖啡；希望听见的不是都市里嘈杂的电器轰鸣，而是野象谷里的嘤嘤鸟鸣和象群的浑厚嗓音。

在我们随心所欲地开着车，带着自己心爱的人，约上三两好友出发的时候，总是得提前查找线路和游玩攻略。在网上如此大的信息量中，筛选和设计线路总是耗费时间。在这本书中，我们为你详细规划了28条线路，每条线路上都有景点的介绍、注意事项和游玩攻略，让你知道——玩什么、在哪玩、怎么玩，吃什么、在哪吃、怎么吃，并且每条线路都有配图，可以清晰地知道如何行驶最省时，让想要自己开车游玩的行者可以不费力气地欣赏到最赞的景色，品尝最地道的美食，领略最真实的云南。

本书为“会说话的旅行书”，驾车者可以边开车，边听光盘里的介绍，提前掌握相关的景点介绍、吃住信息以及沿途路况，不用费心，让旅途变得更轻松、更自在。书中还对特色景观做了摄影技巧的描述，对于爱好摄影的达人，可不要忘了带上你的相机哦。





如何使用本书



作好自驾游的行前规划

● 掌握云南及周边的景点分布>>>>>

云南是一个人人向往的世外桃源。无论是城市周边的古滇铜鼓，还是僻远的雪山圣寺，都可以在几天的旅途中尽收眼底。如果假期时间较长，那就可以选择特定的一些城市游历了。比如去昆明的人间天堂——**七彩云南·昆明**，游览成双胜景——**大瀑布——双龙河瀑布**，在漫长的时间里就遍览昆明市的好山好水。

[illegible]

▶ 拟订自驾游的行程安排 >>>>>>

对于自驾游这种自由开放的旅行方式来说，如果能够做到一个高效的行程，一份合理的行程安排绝对是必不可少的。出行前，根据自己的目的地、计划出行时间以及具体行程，拟订一份合理的行程安排，那样会让你的旅途更加顺畅，在有限的时间内可以享受到最大的乐趣。

那么现在就以我们来制定一份合理的行程安排，规划一下自己的自驾游吧。一般来说，首先

在制定计划之前我们要确定想要游玩的地点、游玩的线路等，之后才能做好游玩的准备。

从云南出发进行自驾游的话，可供选择的线路和景点非常多，因此，在安排的时候一定要注意保证游玩的质量和自身的安全，如果只有短短几天假期，那么最好将路程缩短一些。

从昆明出发，可以到这狮子山（梵净山）、天堡土城、无量山纳帕海等地，这些地方相对少些，

云南及周边景点有哪些，自驾出行要带什么，要怎样做好行程安排，本书的行前规划将会一一告诉你。



途经云南的公路有哪些，
掌握自驾出行的公路状况看
这里！

掌握自驾游的必备攻略

熟悉云南出发的公路状况 >>>>

从高速来讲，云南省有6条高速公路，分别为G86杭瑞高速、G80沪昆高速、G80广昆高速、G85渝昆高速、G8511昆磨高速、G5京昆高速。

杭州—嘉善 (356) 杭州—德清 (3405千米)

杭州高速主要途经城市分布图

林德森博士主筆出資地



规划好自驾游的线路后，掌握路书攻略是必备的功课。比如距离有多少千米？走哪条路最快？在哪里拐弯？在哪里出？“行驶攻略”将帮你解决所有的路线的问题。