

驴行甘肃宁夏

GANNING LUXING TIANXIA

左岸经典 总策划

兰州 → 甘肃西线
甘肃东南线 → 甘肃南线
银川及周边 → 宁夏南线

背包上路，
做一只快乐的“驴”



科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

驴行天下·甘宁/左岸经典总策划. -北京:科学技术文献出版社,
2007.8

(驴行天下丛书)

ISBN 978-7-5023-5733-7

I. 驴… II. 左… III. ①旅游指南-甘肃省 ②旅游指南-宁夏
IV. K928.942 K928.943

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 110633 号

出 版 者 科学技术文献出版社

地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图书编务部电话 (010)51501739

图书发行部电话 (010)51501720,(010)68514035(传真)

邮 购 部 电 话 (010)51501729

网 址 <http://www.stdph.com>

E-mail: stdph@istic.ac.cn

策 划 编 辑 周 玲

责 任 编 辑 周 玲

责 任 校 对 赵文珍

责 任 出 版 王杰馨

发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者 北京时尚印佳彩色印刷有限公司

版 (印) 次 2007 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

开 本 660×970 16 开

字 数 275 千

印 张 12.5

印 数 1~8000 册

定 价 36.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。



河西走廊

塞上江南

祁连山

武威

贺兰山

张掖

酒泉

焉支山

嘉峪关

敦煌

拉卜楞寺

莫高窟

玉门关

阳关

甘南

桑科草原

郎木寺

麦积山石窟

玛曲黄河第一弯

崆峒山

西夏王陵

腾格里



驴行天下 ➔ 四川

驴行天下 ➔ 青海

驴行天下 ➔ 江浙

驴行天下 ➔ 甘宁

驴行天下 ➔ 西藏

驴行天下 ➔ 新疆

策划编辑：周 玲

装帧设计：东至 31302202

驴行甘宁

GANNING LUXING
TIANXIA

背包上路，
做一只快乐的“驴”

→兰州 →甘肃西线
→甘肃东南线 →甘肃南线
→银川及周边 →宁夏南线



科学技术文献出版社

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

甘宁

撰稿：王高荣

摄影：胡红军 徐振欧 徐逢雪

李大明 赵楠 董峻

董进 付佳 黎鸣

张繁琴 方雄 江玥

《驴行天下》编委会

◎总策划：左岸经典

◎编委会成员：

蔡龙 陈诚 陈宏宇 程勇

邓鑫 董峻 董进 方雄

付佳 高鸣 龚德保 候秉忠

洪健 胡红军 江玥 荆再琛

雷霞 黎鸣 李睿 李大明

孟勇 南方 彭静 邱阳

汝百乐 王高荣 王柱臣 王东梅

汪审华 夏青青 邢合顺 徐加桂

徐振欧 徐逢雪 姚立佳 杨帆

于广明 张洪军 张瑜 张诗铃

张勇 张跃 张繁琴 赵楠

感谢：青海青网站、南方图片网提供摄影支持

★（本书中个别图片的使用未联系上原作者，请图片作者与我们联系：zhouling126@126.com）

序

在城市的喧嚣和寂寞中，你我来来往往，
只是陌生人。物质的诱惑，让每个人都变得浮躁。
繁华一夜落尽，抱怨和失落成为生活的常态，
心也慢慢变得僵硬冷漠。如果，你觉得生活索然无味，
如果，你发现自己丧失了感动的能力，那么，你应该上路了。

行走是一场内心的盛宴，将梦想装进行囊，
背包上路，去远方流浪吧。不妨脱下厚厚的伪装，
不妨敞开尘封的心灵，简简单单，就做一只快乐的“驴”！

《驴行天下》致力于展示、分享一种全新的生活方式，
让行走变成习惯，让旅游成为自然。我们精心推荐了
若干条新鲜的行走路线，汇聚有趣的文字，
提供翔实的资讯，展示美丽的风景，让本书成为你看世界的另一只眼睛。
带一本书上路吧，体验别样的人生……

甘宁

在红尘俗事中浸染得太久了，你需要一次深呼吸。那么，去甘肃吧，去宁夏吧！

甘南是梦的故乡：高耸入云的雪山、绿草如海的草原、彩蝶翻飞的格桑花海、
金碧辉煌的寺院、炊烟袅袅的藏寨民居、紫红袈裟的喇嘛和红色晒斑的藏族女孩……
这是一块天然的调色板，是上苍不小心将它打翻！

去吧，在桑科草原上策马狂奔，在桑烟缭绕的拉卜楞寺焚香膜拜，在藏胞的
帐篷里大快朵颐，在郎木寺的小酒馆将自己灌醉——让心灵舒放，让身体游荡。

河西走廊是美景的走廊：大漠戈壁中落日孤烟，丝绸古道上驼铃阵阵，一路
相随的祁连雪景如银蛇逶迤，嘉峪关城头的晚霞染红了广袤的戈壁，莫高窟的飞
天舞尽，月牙泉的秋水绵长。河西走廊又是历史的走廊，历史的碎片俯拾即是，凉
州、甘州、肃州、瓜州、沙州……与汉唐的铁骑一路前行。

去吧，西出阳关，把酒纵情，和张骞对饮，与班超唱和，在塞外夕阳下行吟高
唱，在大漠孤城中感受历史的烽火狼烟，抖落一路风尘，与飞天翩然共舞，洗去满腹
沧桑，把一湾思念点燃。

宁夏是一片神奇的土地：一个失落的王朝，一幅边塞诗中的奇景，雄浑壮阔的戈
壁大漠、钟灵毓秀的塞上江南、缤纷浓郁的回乡风情、神秘悠远的西夏文明。
贺兰山缄默无语，九曲黄河默默无言。

去吧，去壮丽的宁夏，去贺兰山牧马，去腾格里望月，去黄河飞渡……总有一处
美景让你迷醉；去吧，去富饶的宁夏，听听回民的诵经，闻闻羊肉的飘香，尝尝塞上
的枸杞……总有一种风情让你眷恋。

甘肃，呼吸得越久，越会贪恋；宁夏，离开得越久，越会怀想。

目录

甘肃 GANSU

1 全景甘肃 12-23

- 历史文化 ∩ 14
- 自然地理 ∩ 15
- 人文性格 ∩ 17
- 旅游资源 ∩ 18
- 交通 ∩ 20
- 饮食 ∩ 22

2 兰州 24-39

中山桥和宝塔山
水车博览园
五泉山公园、兰山公园
甘肃省博物馆
白衣寺塔
黄河母亲雕像
西关清真寺
兴隆山
黄河石林

3 西线 (丝路之旅): 40-91

★兰州→武威→张掖→酒泉→
嘉峪关→敦煌

→ 武威 ∩ 44

雷台汉墓
文庙
海藏寺
罗什寺塔
凉州百塔寺
天祝“三峡”
天梯山石窟
武威古长城

→ 张掖 ∩ 54

大佛寺
靖远楼
木塔寺
黑水国遗址及汉墓群
马蹄寺



肃南康隆寺猎场
山丹军马场
焉支山
山丹新河驿
骆驼城故址

→ 酒泉 ○ 64

东风航天城
酒泉公园
酒泉鼓楼

→ 嘉峪关 ○ 70

嘉峪关关城
长城第一墩
悬壁长城
魏晋壁画墓群
七一冰川
嘉峪关滑翔基地
黑山岩画

→ 敦煌 ○ 80

莫高窟
鸣沙山月牙泉
西千佛洞
敦煌博物馆
敦煌故城和仿宋沙洲古城
榆林窟
瓜州桥湾城
玉门关
阳关
雅丹魔鬼城

4 东南线

(甘肃小江南之旅): 92-113

★兰州→武山→甘谷→天水→徽县→
成县→康县

→ 武山 ○ 96

水帘洞石窟群
武山温泉

→ 甘谷 ○ 98

大像山石窟
姜维墓

→ 天水 ○ 100

伏羲庙
玉泉观
南廓寺
麦积山石窟
仙人崖景区
石门山景区

→ 徽县 ○ 108

三滩风景区
嘉陵江漂流

→ 成县 ○ 110

《西峡颂》摩崖石刻风景区
杜甫草堂
鸡峰山森林公园

→ 康县 ○ 112

阳坝梅园风光



目录

5

南线

(民族风情之旅): 114-159

★兰州→永靖→临夏→夏河→合作→
玛曲→郎木寺→迭部

永靖○118

刘家峡
炳灵寺
太极岛
龙汇山
岗沟寺

临夏○126

清真寺
红园
蝴蝶楼
东公馆

夏河○135

拉卜楞寺
桑科草原
甘加草原
八角城
白石崖
达尔宗湖

合作○142

米拉日巴佛阁楼
多合寺院

玛曲○148

黄河第一弯
河曲马场
采日玛

郎木寺○152

尕海
郎木寺

迭部○156

腊子口
俄界

宁夏NINGXIA

6

全景宁夏160-167

历史文化○162

自然地理○163

人文性格○164

旅游资源○164

交通○166

饮食○167





东线 178

★金水园→西夏影视城→水洞沟遗址→红山堡→黄沙古渡口

金水园
西夏影视城
水洞沟遗址、红山堡
黄沙古渡口

7 银川及周边 168-181

银川 172

承天寺
南关清真大寺
海宝塔
南门楼
玉皇阁
阅海公园

西线 175

★西夏王陵→滚钟口→镇北堡西部影城→拜寺口双塔→苏峪口国家森林公园→贺兰山岩画→沙湖

苏峪口国家森林公园
贺兰山岩画
滚钟口风景区
沙湖
西夏王陵
拜寺口双塔
镇北堡西部影视城

8 南线 (回族风情之旅): 182-207

★青铜峡→中卫→同心→固原

青铜峡 184

一百零八塔
青铜峡鸟岛
董府

中卫 187

沙坡头
高庙
鼓楼
通湖草原

同心 192

同心清真大寺

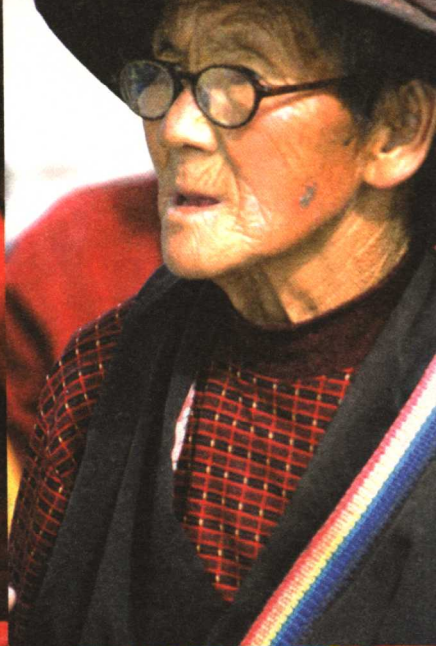
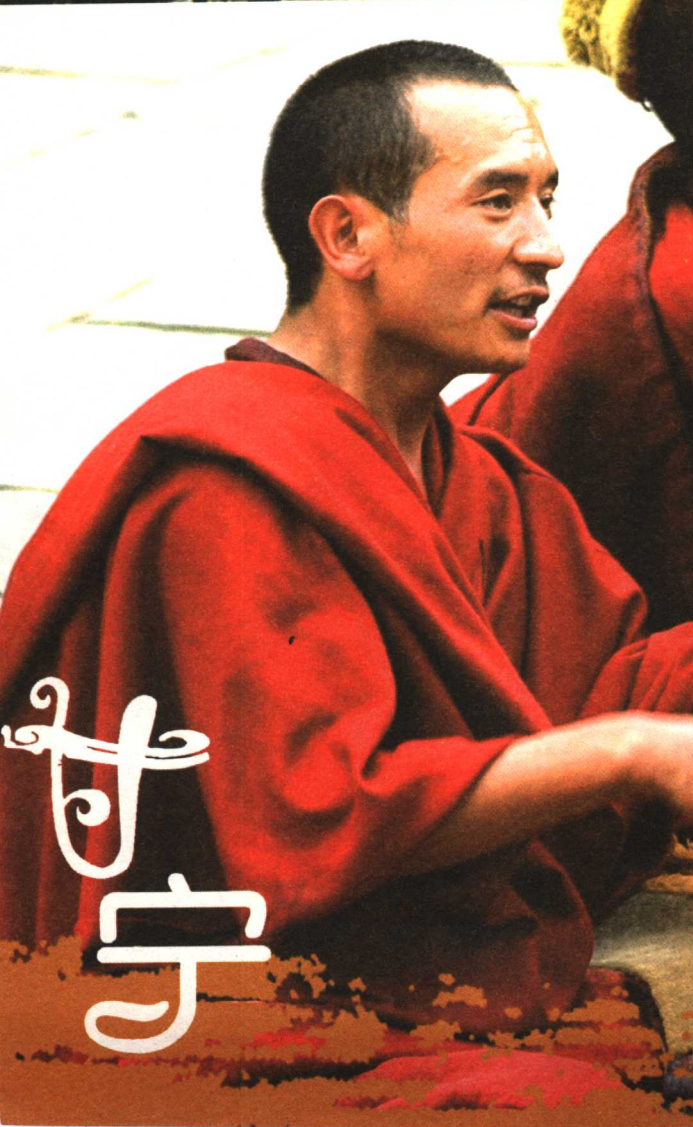
固原 194

固原博物馆
须弥山石窟
六盘山森林公园



ಪುಸ್ತಕ









甘肃

