

发现

越南
老挝
泰国
缅甸

云南

路
玩

深刻的云南

深度的自驾游

自驾马游

董双兵 朱继华 © 主编

清华大学出版社



云南跨境自驾游

董双兵 朱继华 ◎ 主编

01411000001

清华大学出版社
北京

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

云南跨境自驾游 / 董双兵, 朱继华 主编. — 北京: 清华大学出版社, 2016
ISBN 978-7-302-32552-9

I. ①云… II. ①董… ②朱… 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109945号

责任编辑:王巧珍

装帧设计:朱继华

责任校对:王荣静

责任印制:杨 艳

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

印 装 者: 小森印刷(北京)有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 148mm × 210mm 印 张: 7 字 数: 290 千字

版 次: 2016 年 7 月第 1 版 印 次: 2016 年 7 月第 1 次印刷

印 数: 1 ~ 2500

定 价: 39.00 元

产品编号: 051906-01

编委会成员

总顾问 吴必虎

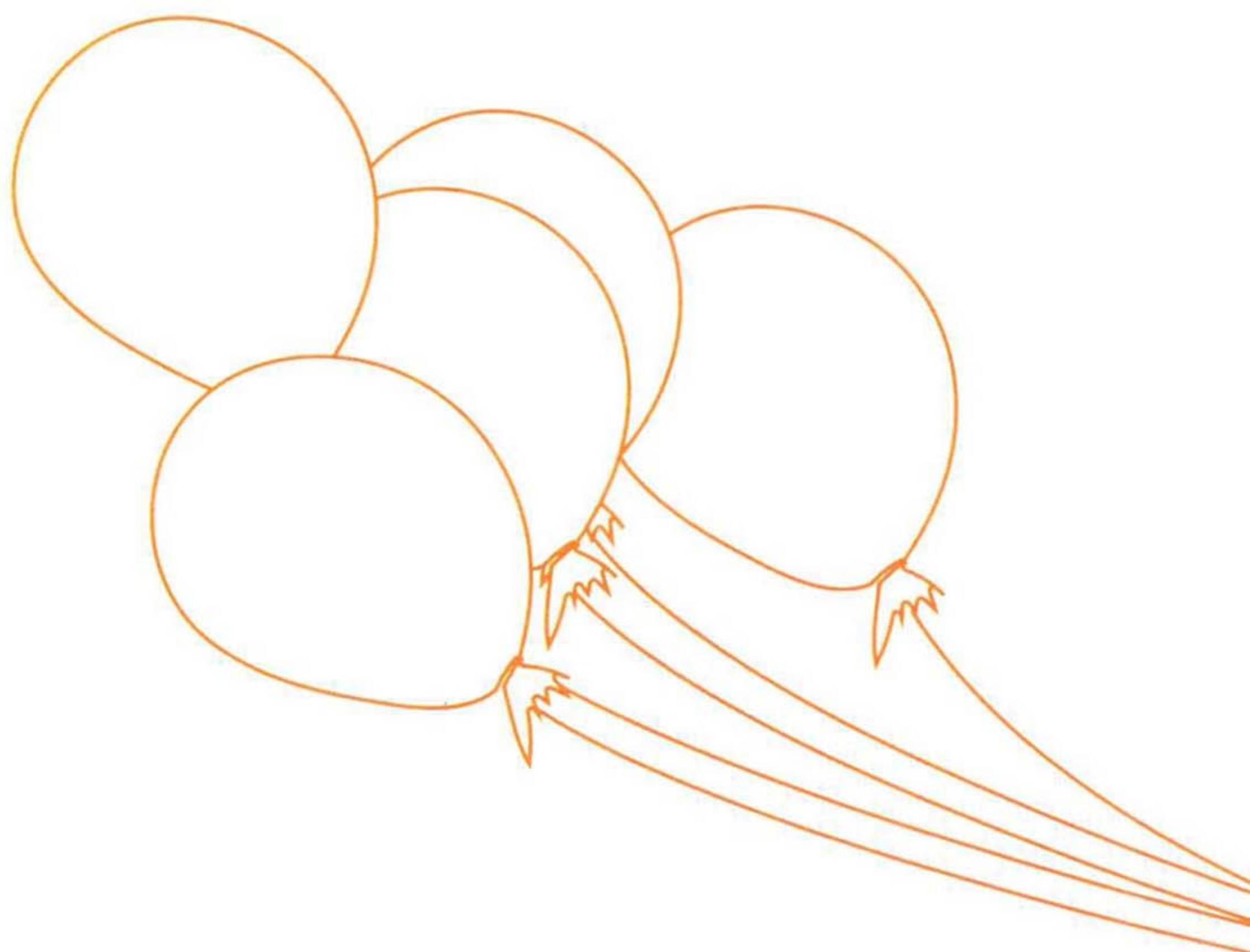
主 编 董双兵 朱继华

编 委	杨小兰	方起东	王 珏	栾振锋	吴朝阳	李 霞	黄晓辉	杜 蔚
	王立生	张 时	于 健	彭婷婷	季辉英	曹 恒	刘原原	杜 亮
	缪寅佳	文 艺	朱 虹	黎筱筱	杜 亭	田广礼	王亚博	赵永忠
	朱丹丹	王爱萍	姜 涛	龚 超	聂委光	许晓丹	王茂霖	张天俭
	杨明燕	赵 艳	朱 航	徐瑞贤	李 盈	何 薇	翟 蕾	和小敏
	徐茂明	林丽琴	张洪洪	孙俊明	王文馨	李 杰		

策 划 北京大地风景国际咨询集团
北京大地乡居旅游发展有限公司
北京大地风景旅游景观规划设计有限公司

不是为了出发
不是为了到达
只是为了
在路上

听着风的方向
闻着花的幽香
就在这里
在云南
在路上



主角登场!



大家好，大家跟我们一起上路旅行吧！前面还有很多惊喜等待大家哟！

爸爸
35岁 巨蟹座
职业景观设计师



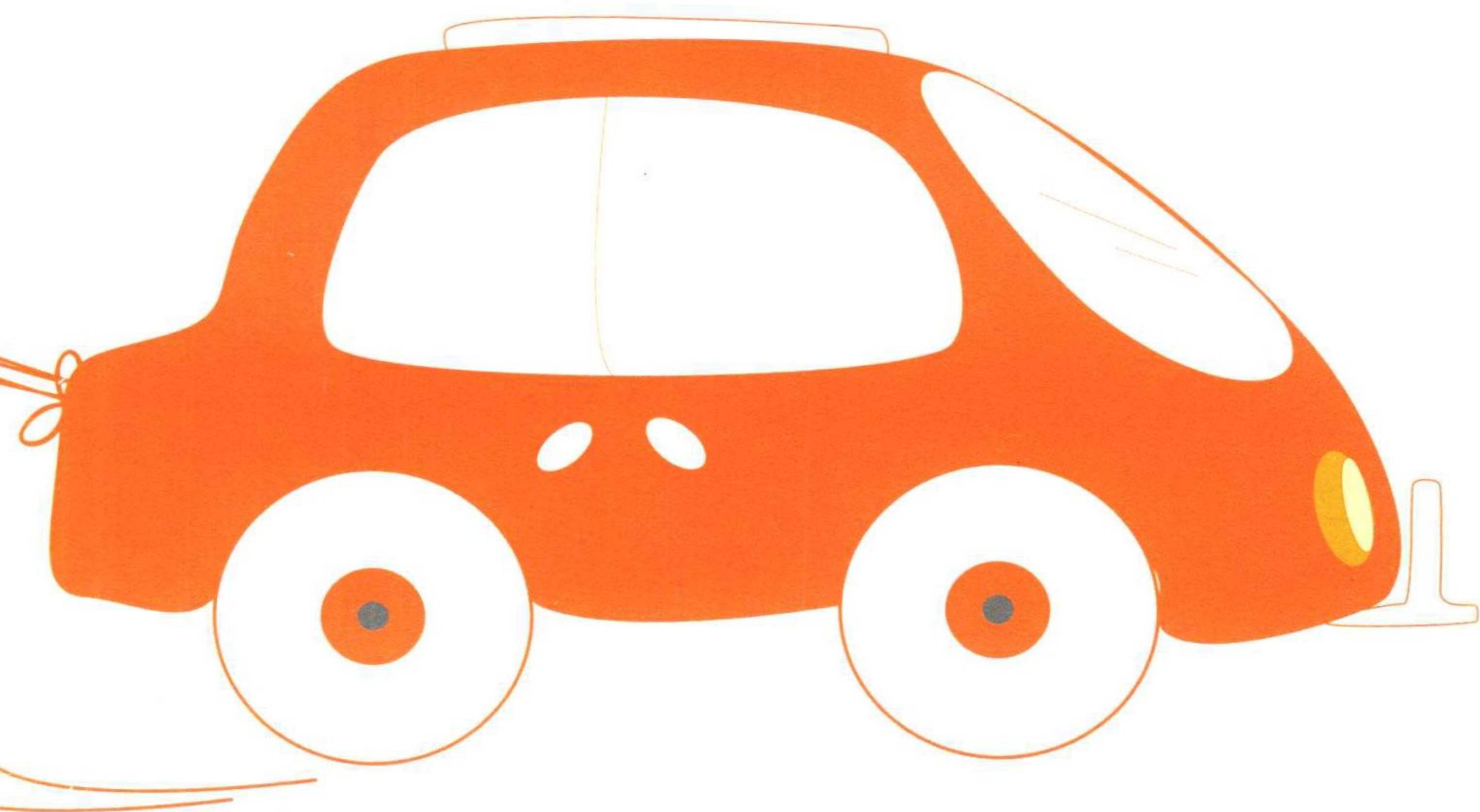
嘿嘿，我可是乖小孩！

女儿
5岁 双子座
幼儿园中班



我们会跟你分享很多有趣又好玩的事的。

妈妈
32岁 金牛座
职业旅游策划师



出境指南

1 护照+签证

- 优点**
1. 全球认可
 2. 是有效的身份证明
 3. 有效时间长——16周岁以下为5年，16周岁以上为10年

- 缺点**
1. 审批程序较为严格
 2. 需要时间可能较长

2 边境通行证

- 优点**
1. 办理时间短——两三天时间
 2. 办理费用低——约为20~350元人民币
 3. 办理手续简便

- 缺点**
1. 边境游需要参团，因此不适合喜爱自助游的游客
 2. 必须前往边境城市“经停”

护照办理

需要准备的材料

1. 本人户口簿（集体户口提交《常住人口登记表》）、居民身份证（或临时身份证）
2. 部队院校在读无军籍学员须提交所在院校出具的无军籍证明
3. 军人携带军官证（或者离退休证）、部队《因私事出国（境）人员审查批件》原件，所在部队须在《中国公民因私出国申请审批表》上出具意见并盖章，负责人要亲笔签名确认
4. 凡属于登记备案的国家工作人员申办因私护照必须由单位在《中国公民因私出国申请审批表》上出具意见，由负责人签名并加盖公章

前往户籍所在地的公安局出入境管理处办理



需要准备的材料

1. 《边境通行证申请表》
2. 单位证明
3. 本人身份证或者其他有效证件
4. 其他审批机关要求的其他相关证明材料

办理流程

1. 申请。申领人向签发机关领取《边境通行证申请表》，并填写
2. 受理。交验本人《居民身份证》，由单位提出审核意见
3. 批准。边境城市公安机关进行查验申请人的《居民身份证》和单位意见。查验结束当场办理《边境通行证》

办理机构：
边境城市公安局

办理步骤

填写《中国公民因私出国申请审批表》

复印相关证明材料

递交申请并缴费

¥ 200

耐心等待……

5~15个工作日

护照领取

本人：携《回执》及缴费收据，身份证或户口簿
代领：代领人携《回执》、本人身份证、护照申请人身份证复印件

有些地方还可选择快递方式，快递费先行支付

3 车辆通行证

需要准备的材料

- 1. 带有签证的有效护照
- 2. 驾车司机驾驶本原件
- 3. 所驾车辆的行驶证原件
- 4. 身份证
- 5. 国际旅行健康证



签证办理

往返机票复印件或确 认过的机票订单	有效期半年以上的 护照
不少于10000元人民 币的存款证明	签证申请表一份
由申请人本国单位或 有关部门出具的担保 信（英文或泰文）， 注明申请人的姓名、 赴泰目的	一张2寸白底彩色证 件照片，贴在签证 申请表格照片粘贴处
请提交有效期半年以 上的护照	英文书写的单位 证明信
一张填写完整的签证 申请表	机票预订单
一张护照尺寸照片	近6个月大1寸白底 照片2张
	护照原件
	身份证复印件
	签证申请表

- ① 办理《疫苗接种或预防措施国际证书》
- ② 办理《国际汽车运输行车许可证》
《国际道路运输国际识别标志》
- ③ 办理《出入境车辆监管卡》
- ④ 办理《机动车辆出入境查验卡》

费用：每人40元
有效期：1个月

尽可能让旅行社代
办相关事宜，以免
漏办证照



泰国

Kingdom of Thailand

¥230

有效期：90天
停留时间：60天
一般为3个工作日



缅甸联邦

Union of Myanmar

¥200

有效期：90天
停留时间：42天
至少需要5个工作日



老挝人民民主共和国

Lao People's Democratic Republic

¥180 / 300

有效期：60天
停留时间：30天
预计4个工作日



越南社会主义共和国

Socialist Republic of Vietnam

¥360 / 580

有效期：30天
停留时间：30天
3~5个工作日

用品清单

车辆工具准备

整套随车工具、轮胎扳手、千斤顶、灭火器、修车警示牌、补胎胶钉、足气备胎（最好带2个）、机油、刹车油、轮胎、充气泵

户外用品准备

帐篷、睡袋、防潮垫、折叠桌椅、照明灯具、水具（水壶、水袋、皮囊等）、车载冰箱、防风火机



医药包准备

- 1.消炎感冒药
- 2.消化系统常用药
- 3.呼吸系统常用药
- 4.防晕车船药（陈皮更好）
- 5.退热、止痛、抗过敏药
- 6.防暑、防冻、伤科药
- 7.蛇伤药
- 8.简易医药工具

证件包准备

现金、信用卡、身份证、驾驶证、行驶证、车船使用税和养路费的缴纳单据、保险公司和救援公司的联系方式

日常用品准备

铅笔、本子、车辆的备用钥匙（随身携带）、适时内外衣、防晒用品、遮阳帽、墨镜、手套、适宜驾驶的软底鞋、雨具、手电（备足电池）、指甲钳、别针、橡皮筋、针线包、一次性餐具、消毒湿纸巾、洗漱用具、多功能刀具（如瑞士军刀）、刮胡刀、垃圾袋、眼罩、耳塞、高热量食品等

设备包准备

手机（电池、充电器）、相机（电池、数据线/读卡器）、镜头、相机镜头纸、行程表、指南针、GPS、车载电台、对讲机、多功能手表

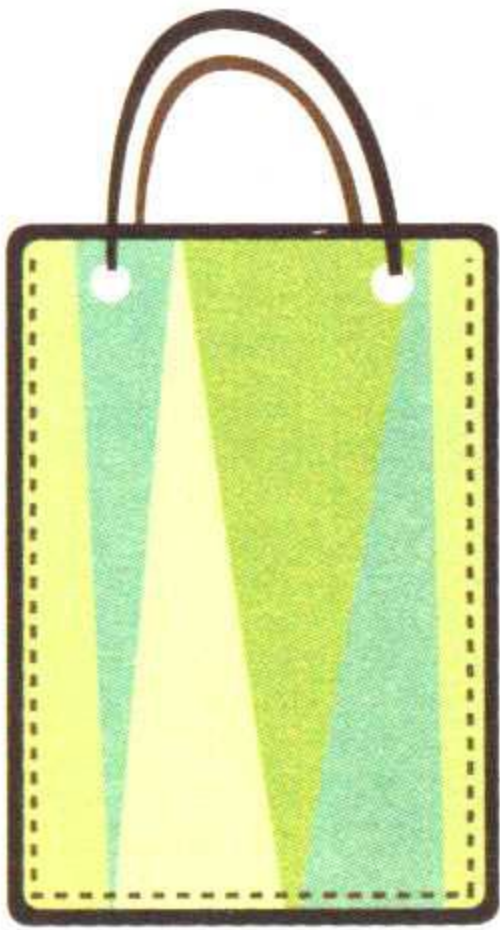
娱乐用品

CD、棋牌等



只要平板电脑的电量充足，这些都不用带了





关于旅行保险，不可不知

为什么需要旅行保险？

旅行保险是在本国或者国际旅行中能够提供一种为支付医疗费用和财务（如退还预先支付的资金）和其他损失的保险业务，能够在一定程度上弥补游客在旅行途中的损失。

保障内容

- 1.人身意外保障：由于意外造成死亡或永久性伤残而给予一笔预先约定的金额。
- 2.医疗费用保障：在旅途中因意外而引致的医疗费用开支。完善的旅游保险应包括“国际医疗支援”服务，万一在外地发生严重事故，投保人可享用国际医疗队伍的服务，例如紧急医疗运送或送返原居地等。大部分的旅游保险都是只保障因意外造成之医疗开支，但亦有少部分的保单可同时保障在旅途中因疾病而带来的医疗支出。
- 3.个人财物保障：保障在旅途中，财物因意外损毁或被盗窃所带来的经济损失。
- 4.个人法律责任保障：在旅途中投保人因疏忽而导致第三者人身伤亡或财物损失而被迫讨索偿的保障。

注：具体保障范围请详查保单条款

注意事项

- 1.仔细阅读保险条款，按需选择保险类型。
- 2.随程携带保单并妥善保管，电子保单要多备份，重要的是记下保单号和投保有效期。
- 3.针对理赔服务注意收集旅行费用单据，包括交通、住宿和餐饮，以及其他有效证明。

几款旅游产品推荐

泰康人寿 e顺旅行保障计划 <u>24小时救援热线电话</u> 8610-65222965（境内） 8621-61461800（境外） <u>境内旅行保险责任</u> 意外伤害保障（必选） 意外医疗保障（可选） 意外住院津贴保障（可选） 意外丧葬保险金（可选） <u>境外旅行保险责任</u> 意外伤害保障（必选） 紧急救援保障（可选） <u>费用及赔付</u> 最低17.5元/人/天 可赔付50万元	平安保险 平安自驾游保险 <u>全国紧急救援热线电话</u> 400-6506-119 <u>适用人群</u> 0~80周岁，自驾车出游的人群 <u>境内旅行保险责任</u> 意外伤害保障（必选） 意外伤害医疗（必选） 自驾游意外伤害（必选） 境内紧急医疗救援（可选） 行李、证件损失（可选） <u>费用及赔付</u> 最低14.7元/人/天 可赔付120万元	大众保险 中民自驾车保障计划 <u>24小时全球救援服务热线</u> +86 400 066 0559（境内） +86 108 535 5053（全球） <u>境内旅行保险责任</u> 驾车人意外身故、残废及烧伤 节假日及双休日意外补偿 紧急拖车服务（50公里为限） 修车期间酒店住宿服务 修车期间继续旅行服务 路边快修服务 紧急换胎服务 <u>费用及赔付</u> 最低120元/人/ 年 可赔付40万元
--	--	---

车辆检查

常规检查：检查机油、冷却液、助力油、玻璃水容量、安全气囊情况。

重点检查：检查轮胎、备胎胎压和轮胎磨损是不是正常，轮胎上有没有扎到钉子。再次确认千斤顶和更换轮胎的工具是不是在车上。

专业检查：有条件的话去4S店使用计算机检查一下发动机、刹车、ABS和电路情况。

其他检查：检查电压是否正常、电解液面是否正常、蓄电池有无破损、有无足够电量等。另外，灯光、制动等系统都要详细检测。

常见故障及意外处理

1. 行驶中轮胎突然爆裂

如果后胎爆裂，汽车尾部就会摇摆不定。对此，驾驶员应双手紧握方向盘，使汽车保持直线行驶，再踩几次制动踏板，使汽车形成制动而将车辆的压力利用惯性前移，以减轻后轮胎所承受的压力，随之再将汽车缓慢停下。切不可采用紧急制动方式停车，以免造成车辆的横滑和对车轮的损伤。

如果前胎爆裂，汽车偏行急剧，在高速行驶下很容易引发事故。对此，驾驶员应双手用力控制方向盘，放松油门，保持车辆直线行驶，利用发动机牵引阻力制动车辆，使其安全停车。切不可采用紧急制动，以防加剧偏行或横滑。

2. 蓄电池没电

常见的自救方法有三种。第一种是您可以在车内准备应急电源，这在大型超市可以买到。车辆没电不能着车时，可以启用应急电源。这种方法同样适用于单独车辆长途行驶，这时您可以多备几块应急电源。

如果是车队行进，则可采用第二种方法，即由有电车辆使用快接线为亏电车辆搭电，但一定要注意使用方法。快接线有两根，一般分为红色和黑色。我们可以把红色线的一头接到有电车电瓶的正极，另一头接到亏电车电瓶的正极。黑色线的一头接到亏电车电瓶的负极，另一头接到有电车的金属部分。有电车先启动，以带动亏电车着车。

第三种方法是牵引。如果亏电车辆的刹车、转向系统都正常，可采用软牵引；其余情况则采用硬牵引。救援的专家建议，如果车队中有救援经验丰富的老司机，或者是牵引的距离较短，可采用这种方法，因为牵引比前两种方法危险指数增高不少。

3. 制动失灵

在平坦道路上行驶，如果汽车制动失灵应迅速从高速挡换入低速挡，利用发动机的牵引作用降低车速。如果在下坡行驶中发生制动失灵，除了利用发动机制动，还应利用路边的天然障碍物停车，

尽可能地减少事故的损失。

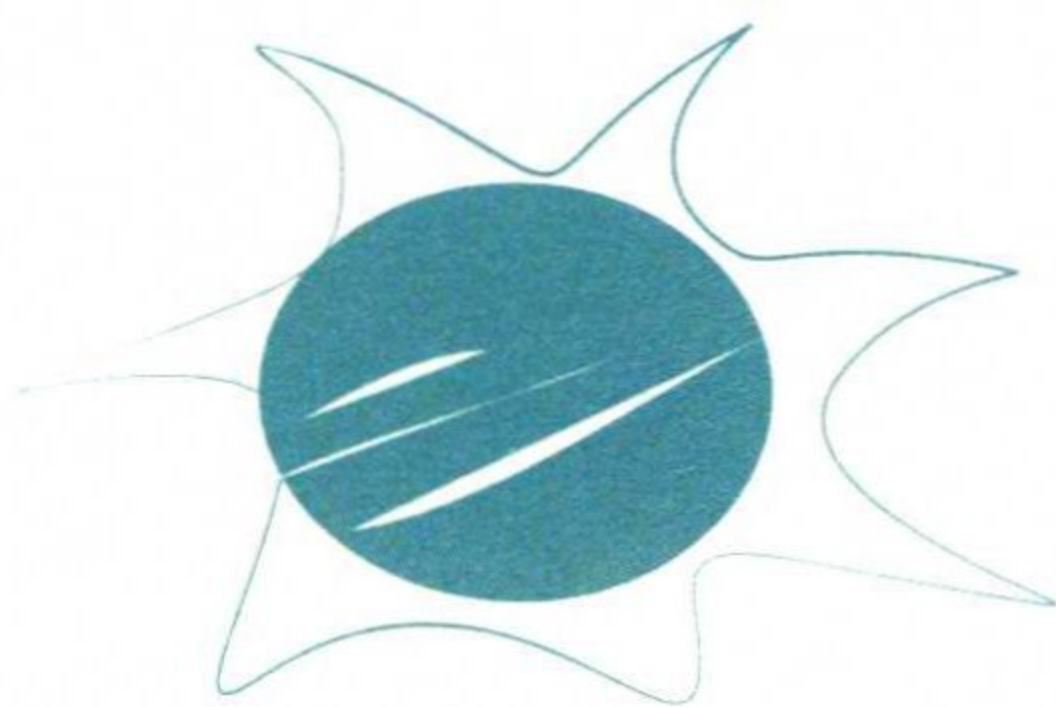
4. 车辆发生侧滑

侧滑多是因为入弯前制动过度使车身载荷前移，车速较高、转向较晚又急于打方向纠正引起的。如果是过度制动引起侧滑，应松开制动踏板，反向轻回方向，使驱动轮恢复牵引力；如果是车速高、转向急引起的侧滑，应松开油门降低车速，同时根据车速和发生侧滑的状态向出现侧滑的一侧轻打方向盘，使车改出侧滑状态。

汽车保养

途中和返程后

1. 检查车身外部有无刮痕，特别前保险杠位置
2. 检查底盘是否“受伤”，是否有刮过底盘经历
3. 检查胎压是否正常，是否有外伤、刮痕
4. 检查刹车，透过轮胎钢圈目测刹车碟表面
5. 检查地毯是否潮湿
6. 给爱车洗个清凉、舒适的澡

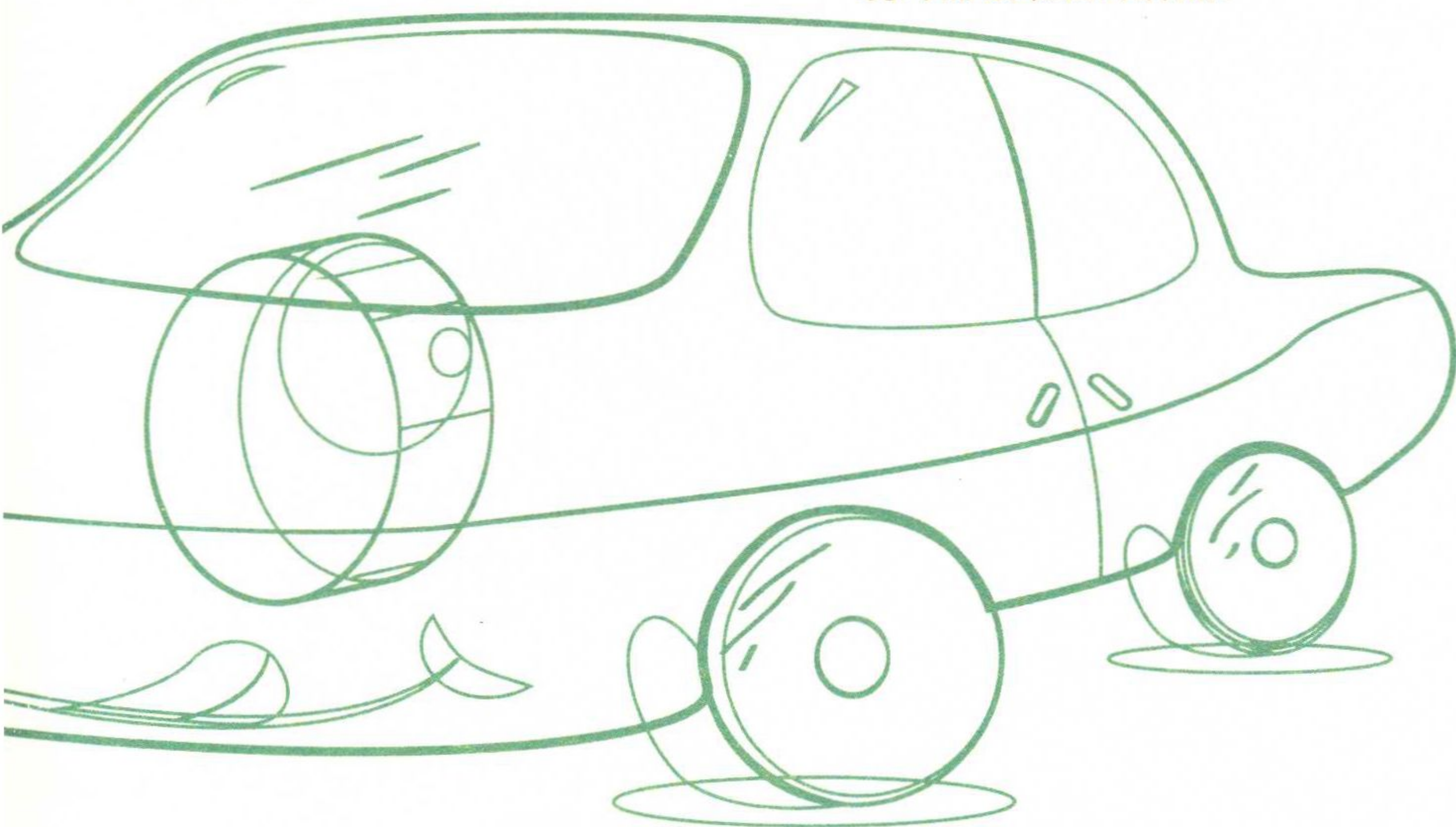


国内交通新规

2015年7月1日开始施行

1. 闯红灯，记6分，罚100元
2. 酒驾，记12分，5年内不得再考取驾照
3. 不系安全带，记3分，罚100元
4. 副驾驶不系安全带，记1分，罚50元
5. 行驶中拨打手机，记3分，罚100元
6. 行驶中抽烟，记1分，罚100元
7. 有意遮挡号牌，记12分，顶额处罚
8. 超速驾驶，记6分
9. 副驾驶有不满14周岁乘坐的，记6分，罚300元

泰国、缅甸均为右舵左行，越南入境时需领取临时牌照。



行程图

- 去越南线路
- 去泰国/老挝线路
- 去缅甸线路

猴桥
腾冲
盈江
芒市
猴桥
瑞丽
畹町

缅甸

曼德勒

泰国

仰光

本书图例：

- | | |
|---------|--------|
| ★ 政府 | ◎ 城市 |
| ■ 景点 | ○ 县镇村 |
| ⚓ 码头 | 🏠 住宿 |
| P 停车场 | 🏥 医院 |
| ATM 取款机 | 🍴 餐饮 |
| 📬 邮政 | 🚗 租车行 |
| ⛽ 加油站 | --- 铁路 |
| --- 国界线 | |



大理

昆明

石林

弥勒

江川

通海

石屏

开远

建水

蒙自

墨江

普洱

屏边

河口

老街

景洪

打洛

勐腊

磨憨

越南

会安

琅勃拉邦

老挝

永珍

曼谷

目录



线路一：去越南

- 第一程 到江川/4
 - 在抚仙湖/8
 - 在孤山村/12
- 第二程 到通海/14
 - 在白阁村/18
- 第三程 到建水/22
 - 在元阳/30
 - 在团山古村/32
 - 在燕子洞/34
- 第四程 到石屏/38
 - 在郑营村/42
- 第五程 到蒙自/44
 - 在碧色寨/48
- 第六程 到屏边/50
 - 在大围山/52
- 第七程 到河口/54
 - 在河口/56
- 第八程 到越南/58
 - 在河内/60
 - 在会安/66
- 第九程 回弥勒/72
- 第十程 回石林/78

线路二：去老挝/泰国

- 第一程 到墨江/86
- 第二程 到景洪/90
 - 在曼听公园/94
 - 在野象谷/98

- 在原始森林公园/100
- 第三程 到勐仑/102
 - 在中科院植物园/104
 - 在望天树/106
- 第四程 到磨憨/110
- 第五程 到老挝/112
 - 在琅勃拉邦/114
 - 在万象/120
- 第六程 到泰国/124
 - 在曼谷/126
- 第七程 回普洱/132

线路三：去缅甸

- 第一程 到大理/138
 - 在大理古城/142
 - 在双廊/144
- 第二程 到腾冲/150
 - 在和顺侨乡/154
 - 在热海/160
 - 在樱花谷/162
 - 在银杏村/164
- 第三程 到盈江/168
- 第四程 到猴桥/172
- 第五程 到瑞丽/176
- 第六程 到畹町/182
- 第七程 到缅甸/186
 - 在曼德勒/188
 - 在仰光/194
- 第八程 到芒市/200