

# 走遍中国 重庆

以文化引导旅行  
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

第三版

踩线作者全线更新  
11幅详细权威地图  
161余幅精美彩图

DISCOVER  
CHINA

中国旅游出版社


走遍中国

重庆

以文化引导旅行  
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

中国旅游出版社

责任编辑：朱轶佳  
文字作者：万佳 余国彤 刘乾坤 汪榕  
图片作者：张华 万佳 余国彤 视觉中国 达志影像 /dreamstime/shutterstock  
全景视觉 图文天下 远流图库 靖艾平（远流图库）刘乾坤（远流图库）袁蓉菘（远流图库）  
封面设计：何睦  
内文设计： chinaonline.com.cn  
地图绘制：ANYFOTO  
责任印制：闫立中

---

## 图书在版编目 (CIP) 数据

重庆 /《走遍中国》编辑部编著. -- 3版. -- 北京：  
中国旅游出版社，2017.1  
（走遍中国）  
ISBN 978-7-5032-5707-0

I. ①重… II. ①走… III. ①旅游指南—重庆 IV.  
① K928.971.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 271187 号

---

审图号：GS (2008) 674

---

书 名：重庆

---

编 著：《走遍中国》编辑部  
出版发行：中国旅游出版社  
（北京建国门内大街甲 9 号 邮编：100005）  
<http://www.cttp.net.cn> E-mail: [cttp@cnta.gov.cn](mailto:cttp@cnta.gov.cn)  
营销中心电话 010-85166503  
排 版：北京红方众文科技咨询有限公司  
经 销：全国各地新华书店  
印 刷：北京全景印刷有限公司  
版 次：2017 年 1 月第 3 版 2017 年 1 月第 1 次印刷  
开 本：889 毫米 × 1194 毫米 1/32  
印 张：6.375  
字 数：248 千字  
定 价：49.80 元

---

I S B N 978-7-5032-5707-0

# 本书导读

作为一套以实用信息为主的自助旅行丛书,《走遍中国》尽可能地向着读者提供最全面的信息,包括出发前需要了解的相关的人文地理知识,准备出发时所应掌握的衣、食、住、行的资讯以及大量来自“当地人”的景点推荐和特别提醒。



## 1. 重庆档案

决定去重庆旅行,总是希望能对它有一个大致的概念,什么样的地理特征造就了那样的美景,什么样的历史造就了这样的现今,“重庆档案”通过图文并茂的方式,为读者建立一个对重庆的具象感知。

## 2. 重庆解读

这片土地有着独具特色的风光、民俗和美食。“重庆解读”板块的设置就是想通过图文对照的方式,对重庆的人文地理进行梳理,以建立对重庆的感性认知。

## 3. 重庆经典

重庆有太多的美景值得去欣赏,有太多的民俗值得去品味,有太多的地方值得去旅行,如何在有限的时间里了解到最经典的重庆、最地道的重庆,正是这个部分的设想。

## 4. 准备出发

季节是影响旅行的关键因素之一,在不同的季节和不同的气候,风景会呈现出不同的韵味。此外,交通工具、交通状况、住宿条件和当地的美食风味,都是旅行者出发前最为关心的细节,因为这将决定旅行时间、行程安排甚至所需携带的衣物。至于花费,旅行专家们已经给出了一个建议性的预算方案。





## 5. 背包客推荐

《走遍中国》有众多的“背包客推荐”，来自旅行达人的亲身经验，为的是能为读者提供最贴心的旅行指南、最实用的旅行攻略。

## 6. 地图

地图是旅行中不可或缺的一个重要元素，给予旅行者最具象的旅行方向，也为旅行者提供最方便快捷的旅行定位。《走遍中国》包括大量的详细地图，便于读者阅读和规划行程。

### 内文地图图例

	高速公路及编号		湖泊水系		饮品和酒吧
	高等级公路		垭口		商店
	国道及编号		山峰		银行
	省道和县乡道		桥梁		文化娱乐
	铁路		隧道		火车站
	快速路		首都		汽车场
	大街		省级政府驻地		机场
	小街		市级政府驻地		码头
	小巷和小路		县级政府驻地		停车场
	徒步线路		村镇		其他地点
	地铁和轻轨		旅游景点		
	索道和滑道		宾馆、客栈		指北针
	国界		饭店		
	省界				
	市界				
	长城				
	城墙				

DISCOVER CHINA

发现中国 重庆 Chongqing



## CONTENTS

<b>本书导读</b>	<b>2</b>	<b>准备出发</b>	
<b>长江沿岸的城市</b>	<b>2</b>	旅行与季节	62
<b>重庆档案</b>		到达与离开	66
地理	6	住在重庆	68
历史	12	吃在重庆	68
大事记	18	预算	70
		特别注意事项	71
<b>重庆解读</b>		<b>重庆市区及周边</b>	
魔幻之都，重庆	22	前世今生	75
战时陪都	26	最佳旅行季节	76
重庆火锅：火辣奔放的城市性格	31	焦点	76
重庆美女	34	行程推荐	77
长江三峡文化	38	预算	78
<b>重庆经典</b>		<b>渝中</b>	
重庆十大必访焦点	44	重庆人民解放纪念碑	79
去重庆一定要尝试的事	48	洪崖洞	79
重庆特色旅游线路推荐	51	罗汉寺	81
重庆特色节庆	56	朝天门码头	81
重庆最值得推荐的美食	58	山城夜景	82
		重庆湖广会馆	84
		旧城门	85
		东水门长江大桥	86
		白象街	87
		基督教联合礼拜堂	87
		天主教若瑟堂	88
		重庆人民大礼堂	88
		红岩革命纪念馆	89
		三峡博物馆	90
		宋庆龄旧居陈列馆	90
		佛图关、鹅岭公园	91
		<b>南岸</b>	
		南滨路	92
		南岸老街	93
		慈云寺	93
		南山植物园	94
		重庆抗战遗址博物馆（蒋介石官邸）	95





老君洞	95
洋人街	95
黄葛古道	96

沙坪坝	
磁器口古镇	97
歌乐山	98
林园	98
白公馆、渣滓洞	99
重庆大学城	100

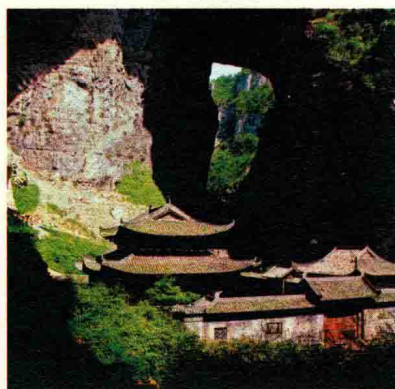
九龙坡	
华岩	101
走马古镇	101
九滨路	101

巴南	
南温泉	102
孔公馆	102
重庆东温泉	103
丰盛古镇	103
巴滨路	104
重庆花木世界	104

渝北	
龙兴古镇	105
统景温泉	105
中央公园	105
重庆园博园	105

北碚	
老舍旧居	106
缙云山	106
北温泉	106
北温泉柏联 SPA 温泉	107
偏岩古镇	107
金刀峡	108

实用资讯



交通	110
住宿	113
餐饮	113
娱乐	116
购物	117

### 渝南地区

前世今生	121
最佳旅游季	121
焦点	121
行程推荐	123
预算	123

### 江津

中山古镇	124
塘河古镇	125
四面山	125
爱情天梯	127
白沙古镇	127
长寿湖	128
长寿古镇	128
菩提山	128

### 綦江

东溪古镇	129
------	-----



# DISCOVERCHINA

## 走遍中国·重庆 Chongqing

# CONTENTS

古剑山—清溪河旅游区 129

万盛  
黑山谷 131  
万盛石林 131

南川  
金佛山 132

实用信息  
交通 133  
住宿 133  
餐饮 134  
购物 135

### 渝东南地区

前世今生 139  
旅行与季节 139  
焦点 140  
行程推荐 140  
预算 141

涪陵  
乌江画廊 142  
石夹沟 143  
周易园 144  
白鹤梁 144

武隆  
芙蓉洞 145  
芙蓉江 145  
天生三桥 146  
龙水峡地缝 147

黔江  
濯水古镇 148  
阿蓬江 148  
武陵仙山 149  
小南海 149



古枫寨(桥梁村) 150

酉阳  
龙潭古镇 152  
龚滩古镇 153  
桃花源 153

实用资讯  
交通 154  
住宿 154  
餐饮 156

### 渝西北地区

前世今生 161  
旅行与季节 161  
焦点 162  
行程推荐 163  
预算 164

永川  
乐和乐都主题公园 165  
茶山竹海 165



松溉古镇 166

荣昌  
万灵古镇 167

大足  
大足石刻 168  
龙水湖 169

潼南  
双江古镇 170  
潼南大佛寺 170  
青云湖 171  
崇龛古镇 171

合川  
钓鱼城 172  
涪滩古镇 173

实用资讯  
交通 174  
住宿 174

餐饮 176

### 长江沿线地区

前世今生 181  
旅行与季节 181  
焦点 182  
行程推荐 183  
预算 184  
丰都鬼国神宫 185  
忠县石宝寨 186  
梁平双桂堂 186  
万州青龙瀑布 187  
云阳张飞庙 188  
天坑地缝 188  
白帝城 189  
巫山小三峡 189  
长江三峡 190  
大昌古镇 193

实用资讯  
交通 194  
住宿 195  
餐饮 195

### 地图目录

重庆市区及周边旅行交通示意图 75  
解放碑中心地区示意图 80  
丰盛古镇景点示意图 103  
金刀峡景点示意图 108  
重庆轻轨交通图 112  
渝南地区旅行交通示意图 121  
四面山景点示意图 126  
渝东南地区旅行交通示意图 139  
渝西北地区旅行交通示意图 161  
长江沿线地区旅行交通示意图 181  
长江三峡景点示意图 190

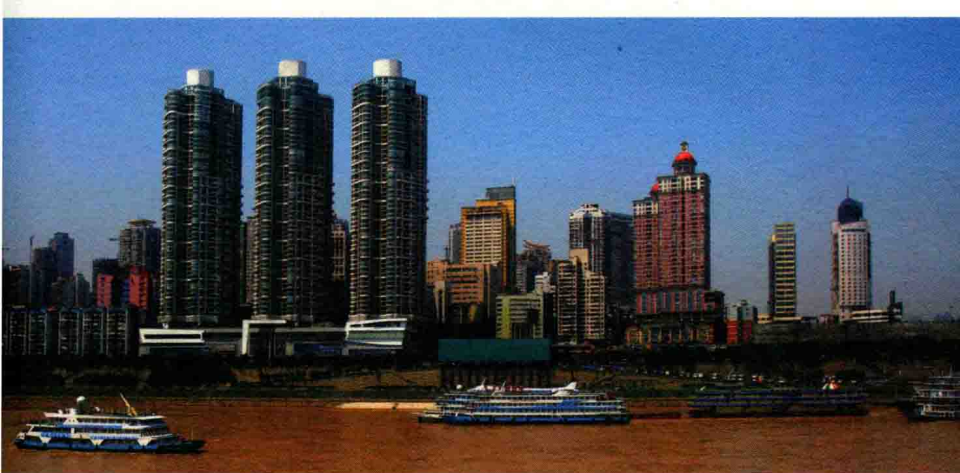
奇险的山水，厚重的巴文化，热辣的民风，是这里诱人的符号。



## 长江沿岸的城市

重庆，雄奇的山水和厚重的巴文化造就的城市，一方神奇土地。沿江的城市与村落大多是巴国的文明中心，或为重镇或为都城，既是巴蜀文化的走廊，也是中国东西文明交会的驿站。





浩浩荡荡的长江水自重庆西南部的江津区朱沱乡进入，向东北方穿行，串接着两岸众多的城镇——江津区、南岸区、渝中区、涪陵区、丰都县、忠县、万州区、云阳县、奉节县、巫山县。这些城镇有着悠久的历史，是溯江迁徙的巴人、楚人最初的聚落所在，也是后来蜀人出川与荆楚之地和中原经商的商埠，走近它们，便能感受到山城火辣辣的热情与险绝的风光。

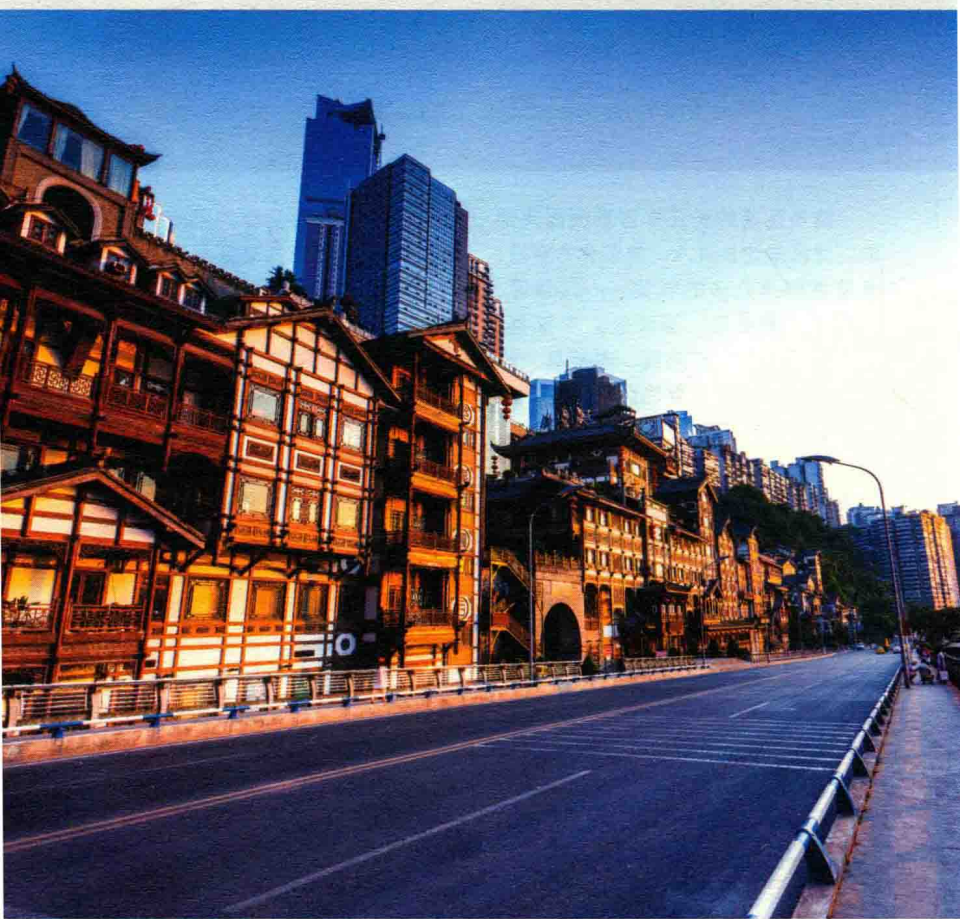
江津秀美、质朴，自然景观呈现小家碧玉般的玲珑之态，如四面山、黑石山和骆来山，而隐在苍翠山峦中的古镇——中山和塘河优美而恬静，是写在大地上的田园诗行，固守着传统的田园牧歌。沿着快捷的高速公路，山城重庆的夜色迷离而浪漫，白昼的豪情变幻成江风浩荡中的婉约风景。朝天门码头依然人头攒动，在现代的建筑中彰显古代建筑艺术的瑰丽之光。万里长江为这座山城创造了灿烂的巴文化和码头文化，今天的城市品格依然延续着码头川江号子的雄浑浩荡之风。

沐浴着浩荡之风沿江而下，直达涪陵。源于贵州大娄山的乌江在这里汇入长江，绵延的乌江画廊与长江的险峻融为一体，也托起了一个小食品

大产业——享誉全球的涪陵榨菜。行走涪陵，除了饱览乌江画廊的美景之外，还有世界一绝的水底碑林白鹤梁，闻名遐迩的巴国故里小田溪，理学圣地易洞，全国罕见、重庆唯一的野生植物带石夹沟景区。

涪陵下游数百公里是名城丰都，鬼城的知名度和丰都战役的影响力，使之成为三峡之旅必游的景点。忠县是一个历史文化深厚的县城，石宝寨盛名远播，山水间散落有汉代的阙和墓，都是精美的艺术品，也是历史的印迹，还有建于宋代的皇华城、太保祠。万州、云阳和奉节展现的是古老的三国蜀汉文化，蜀国大将张飞曾在此征战，刘备经由此地伐魏，西晋大将羊祜由此出川一统长江中下游，万州天子城、云阳张飞庙、奉节白帝城都是有名的景点。这一地带的江峡雄浑，三峡水库竣工后出现高峡平湖的壮丽景致，而在长江两岸的山地之中，是茂密的丛林，让群山秀丽、让人文绵长，十余个国家级、省级森林公园和地质公园丰富了自然景观，历史的厚重与自然的秀美雄奇融为一体。

出了奉节，便接近长江的中游平原，那里虽然视野开阔，却少了高峡的壮丽景观。



CHONGQING ARCHIVES

重庆档案

走遍中国·重庆

**CHONGQING ARCHIVES**  
**重庆档案**

---

地理 / 6

历史 / 12

大事记 / 18





走遍中国·重庆

# CHONGQING ARCHIVES

## 重庆档案



### 地理

重庆是历史上重要的水运重镇，是西南最大的水陆交通枢纽。正是长江和嘉陵江哺育了这座大都市，赋予了这座城市别样的地貌景观与文化特质。

### 解读山城与雾都

“山城”与“雾都”是重庆的地理别称，给人的印象是看不完的大山，走不完的坡坎，当然，还有体验不完的文化遗存与民俗风情。

说是“山城”，除了重庆市区本身是建立在起伏的山峦中之外，整个重庆直辖市也在山的环抱之中。若是从空中俯瞰，会发现这是一个山区沙盘，那些城市乡村都藏在苍翠的山涧谷底和台地之上，这不是一座山城又是什么？这

不是一座座山连镇缀的山城走廊又是什么？

从自然地理的角度来讲，重庆位于我国第二级台阶向第三级台阶过渡地带，重庆的西部有华蓥山、方斗山等山脉，起伏的山岭海拔落差不大，多在海拔 100 ~ 800 米，河谷相间，被地貌学家命名为川东平行岭谷。北、东、南三面分别是大巴山、巫山和大娄山，大多在海拔 1000 米以上，其间也有中高山，如湖北与重庆交界的乌



云顶，海拔 2441 米；还有南川金佛山，海拔 2251 米。

重庆与南京、武汉和南昌并称为长江流域四大火炉。形成“火炉”的原因与重庆的地理环境有关。在夏季，重庆市及长江中下游地区受稳定的西太平洋副热带高压的控制和影响，气流下沉增温，天空万里无云的时候多，少云的天空让阳光直接触摸大地与楼宇，把地表烤得如同烤箱。加上重庆邻长江，四周被高大山峰包围着，使得重庆上空的空气密度、湿度明显增大，地面的热量不易向上空辐射，这样就形成了锅底闷热的气候特征。来自云贵高原的东南季风越过大娄山之后又急速下沉，给锅底的热火炉城市再加一点温度——不热才怪！

而且重庆城市自身也难以调节闷热的气温，高楼林立，人口众多，空地少、绿地少，热空气无处可逃，再一次加强了“火炉”自身的热度。重庆城市的夏季酷热难耐，周边的山区却是避暑天堂，

如江津的四面山、南川的金佛山、临近中心城区的缙云山，都是不错的避暑胜地。缥缈的缙云山位于嘉陵江温塘峡畔，是 7000 万年前燕山运动造就的产物。“山如碧玉水如黛，云在青天月在松”是古人对缙云山的描写，素有“川东小峨眉”之称。缙云山山高林密，满山苍翠，雾霏蒙蒙。山中一天的风云雨晴变幻莫测，若是天气好，赶上早晚的霞云，姹紫嫣红，又是一番难得的美丽景象。

缙云山有广阔的森林，生长着 1700 多种亚热带植物，仅竹子就有十多种，是著名的植物宝库和森林公园，其中有缙云琼楠、银杏和伯乐树等珍稀植物。这些珍稀的树种，长相奇特，极其罕见。山中还有世界罕见的活化石树——水杉，这是 1.6 亿年前就存在的生物物种。盛夏的午后，漫步在缙云山蜿蜒曲折的小径中，任凭习习凉风吹拂脸庞，任凭清新空气扑入鼻孔，任凭心灵彻底地放松！

盛夏的午后，漫步在缙云山蜿蜒崎岖的小径中，凉风拂面，心灵彻底放松

