

全新中国

路芸霞 主编

中国自助游编委会 编著

畅销
旅游品牌

自助游 升级版

★ 更专业 ★ 更实用 ★ 更丰富 ★

新增

国家星级景区
媒体热门景点

★★★★

★ 新颖

近 2000 处经典景点
近 1400 幅精美图片
含全新出行信息

★ 好玩

人文景观、自然风景、
风土人情包罗万象！
含多种旅游路线

★ 实用

跟团游、自驾游、背包游、
深度游一网打尽！
含贴心食宿资讯

★ 贴心

亲子游、情侣游、个人游
老年游量身打造！
含各种注意事项



江苏凤凰科学技术出版社



凤凰含章

全新中国自助游

升级版

路芸霞 主编 中国自助游编委会 编著



江苏凤凰科学技术出版社 凤凰含章

图书在版编目 (CIP) 数据

全新中国自助游:升级版/路芸霞主编;中国自助游编委会编著.--南京:江苏凤凰科学技术出版社,2016.11

ISBN 978-7-5537-5754-4

I. ①全… II. ①路… ②中… III. ①旅游指南—中国 IV. ①K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 297660 号

全新中国自助游 升级版

主 编	路芸霞
编 著	中国自助游编委会
责 任 编 辑	倪 敏 葛 昀
责 任 监 制	曹叶平 方 晨

出 版 发 行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.pspress.cn
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本	880mm × 1 230mm	1/32
印 张	25	
字 数	1 200 000	
版 次	2016 年 11 月第 1 版	
印 次	2016 年 11 月第 1 次印刷	

标 准 书 号	ISBN 978-7-5537-5754-4
定 价	39.80 元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

目录

西南地区

云南

昆明	16
九乡 - 昆明世界园艺博览园 - 圆通寺 - 金马碧鸡坊 - 翠湖公园 - 昆明植物园 - 昆明金殿 - 轿子雪山 - 官渡古镇 - 昆明西山森林公园 - 云南石林 - 昆明龙门 - 云南民族村 - 大观公园 - 海埂公园 - 昆明动物园 - 滇池 - 郑和公园	
大理	24
大理古城 - 大理苍山 - 崇圣寺三塔 - 洱海公园 - 大理洋人街 - 张家花园 - 蝴蝶泉公园 - 天龙八部影视城 - 花甸坝 - 太和城遗址 - 鸡足山 - 博南古道 - 南诏风情岛 - 喜洲白族民居	
丽江	31
丽江古城 - 泸沽湖 - 拉市海 - 丽江黑龙潭 - 束河古镇 - 东巴谷 - 四方街 - 玉龙雪山 - 白沙壁画 - 玉柱擎天 - 丽江木府	



西双版纳	37
热带植物园 - 民族风情园 - 曼听公园 - 野象谷 - 曼飞龙佛塔 - 独树成林 - 橄榄坝 - 西双版纳孔雀园 - 曼景兰旅游一条街 - 空中走廊	
香格里拉	42
普达措国家公园 - 香格里拉属都湖 - 纳帕海自然保护区 - 哈巴雪山 - 明永冰川 - 白水台	
腾冲	46
腾冲火山群公园 - 黑鱼河 - 和顺图书馆 - 北海湿地 - 腾冲云峰山 - 槟榔江	
怒江	49
高黎贡山自然保护区 - 怒江大峡谷 - 独龙江峡谷 - 碧罗雪山 - 石月亮 - 听命湖 - 丙中洛 - 老姆登基督教堂	

西藏

拉萨	55
布达拉宫 - 大昭寺 - 色拉寺 - 罗布林卡 - 龙王潭 - 热振寺 - 甘丹寺 - 药王山 - 楚布寺 - 哲蚌寺 - 西藏博物馆 - 扎耶巴洞窟群 - 八廓街 - 拉鲁湿地国家自然保护区 - 小昭寺 - 纳木措 - 羊八井	
林芝	62
色季拉山 - 鲁朗林海 - 雅鲁藏布江大峡谷 - 布久喇嘛林寺 - 尼洋河 - 巴结巨柏自然保护区	
日喀则	65
扎什伦布寺 - 珠穆朗玛大本营 - 绒布寺 - 夏鲁寺 - 白居寺 - 班禅新宫 - 萨迦寺 - 樟木口岸	
山南	69
泽当镇 - 敏珠林寺 - 雍布拉克 - 昌珠寺 - 桑耶寺 - 雅砻河风景区 - 拉姆拉措	
阿里	73
冈仁波齐峰 - 玛旁雍措和拉昂措 - 托林寺 - 扎达土林 - 班公措 - 古格王国遗址	
昌都	76
强巴林寺 - 德庆颇章神山 - 波罗吉荣大峡谷 - 查杰玛大殿 - 孜珠寺 - 多拉神山 - 卡玛多塔林 - 噶玛寺 - 盐井	
那曲	80
羌塘草原 - 申扎自然保护区 - 草原八塔 - 卓玛峡谷 - 桑丹康桑雪山	
四川	
成都	86
大熊猫繁殖基地 - 龙池国家森林公园 - 青城山 - 成都欢乐谷 - 杜甫草堂 - 宽窄巷子 - 金沙遗址博物馆 - 望江楼公园 - 洛带古镇 - 明蜀王陵 - 青羊宫 - 成都植物园 - 悦来古镇 - 都江堰水利工程 - 宝光寺 - 东篱菊园 - 西岭雪山 - 黄龙溪古镇 - 浣花溪公园 - 朝阳湖 - 九龙沟 - 文殊院 - 虹口 - 鸡冠山 - 天台山 - 刘氏庄园 - 云顶山 - 武侯祠 - 平乐古镇 - 锦里古街 - 石象湖 - 永陵	
乐山、峨眉	96
峨眉山 - 东方佛都 - 乐山岩墓 - 夹江千佛岩 - 乐山大佛 - 竹叶青生态茗园 - 洪椿坪 - 凌云栈道 - 金口河大峡谷	
九寨沟及其北部地区	101
九寨沟 - 雪宝顶 - 四姑娘山 - 米亚罗风景区 - 牟尼沟 - 若尔盖草原 - 黄龙 - 达古冰川 - 三星堆博物馆 - 三江生态风景区 - 昭化古城 - 千佛崖 - 剑门关	
甘孜及其西部地区	106
海螺沟 - 稻城亚丁 - 木格措 - 贡嘎郎吉岭寺 - 泸定桥 - 丹巴天然盆景 (美人谷) - 贡嘎山 - 塔公草原	

重庆

重庆..... 112
磁器口古镇 - 朝天门 - 解放碑 - 钓鱼城 - 洪崖洞 - 周公馆 - 缙云山 - 北温泉 - 渣滓洞 - 重庆市人民大礼堂 - 重庆中国三峡博物馆 - 歌乐山烈士陵园 - 重庆科技馆 - 武隆天生三桥 - 大足石刻 - 红岩革命纪念馆 - 金佛山 - 巴渝民俗文化村 - 万盛石林 - 四面山

三峡..... 120
石宝寨 - 丰都鬼城 - 巫峡 - 白帝城 - 瞿塘峡 - 张飞庙 - 万州大瀑布 - 天坑地缝

贵州

贵阳..... 126
黔灵山 - 甲秀楼 - 红枫湖 - 青岩古镇 - 息烽温泉 - 花溪公园 - 高坡苗族乡 - 香纸沟 - 乌当情人谷 - 修文阳明洞 - 天河潭 - 开阳大峡谷

安顺..... 132
黄果树瀑布 - 夜郎洞 - 格凸河 - 天星桥 - 云山屯 - 屯堡村 - 织金洞 - 龙宫

遵义..... 136
遵义会议旧址 - 金鼎山 - 禹门山 - 乌江渡旅游区 - 九龙洞海龙囤遗址 - 共青湖 - 赤水 - 娄山关

凯里..... 140
南花苗寨 - 飞云崖 - 舟溪芦笙堂 - 渔洞溶洞 - 麻塘倅家 - 大阁公园 - 凯里香炉山

荔波..... 142
小七孔景区 - 大七孔景区 - 水春河景区

西北地区

陕西

西安..... 146
陕西历史博物馆 - 大雁塔 - 大唐芙蓉园 - 未央湖游乐园 - 翠华山 - 华清池 - 碑林博物馆 - 西安白鹿原滑雪场 - 骊山国家森林公园 - 草堂寺 - 秦始皇兵马俑 - 西安城墙 - 秦岭野生动物园 - 大明宫国家遗址公园 - 兴庆宫公园 - 曲江海洋馆 - 西安八大奇迹街

咸阳..... 153
汉阳陵 - 咸阳茂陵博物馆 - 咸阳彬县大佛寺 - 咸阳昭陵博物馆 - 咸阳乾陵博物馆

宝鸡..... 157
宝鸡太白山国家森林公园 - 宝鸡炎帝陵 - 姜子牙钓鱼台风景区 - 宝鸡法门寺旅游区 - 陕西天台山国家森林公园 - 吴山

渭南..... 160
华山风景名胜 - 牛背梁国家级自然保护区 - 渭南华山风景区 - 牛背梁国家级自然保护区 - 渭南华太史司马迁墓祠

延安..... 163
延安壶口瀑布 - 宝塔山 - 延安革命纪念馆 - 延安新闻纪念馆 - 延安森林公园 - 枣园革命旧址 - 杨家岭革命旧址 - 黄帝陵 - 万花山 - 鲁迅艺术文学旧址 - “四·八”烈士陵园

汉中..... 167
汉中南郑国家级自然保护区 - 汉中秦巴民俗园 - 天台山 - 楼观台 - 武侯祠 - 青木川自然保护区 - 汉张良庙景区 - 南湖 - 汉中勉县温泉

青海

西宁..... 173
青海湖 - 中国藏医药文化博物馆 - 白马寺 - 昆仑神泉 - 东关清真大寺 - 广惠寺 - 青海博物馆 - 宝丰峡 - 扎麻隆凤凰山 - 金银滩草原 - 群加国家森林公园 - 虎台遗址 - 孟达林区自然保护区 - 日月山 - 瞿昙寺 - 塔尔寺 - 老爷山 - 大经堂 - 北禅寺 - 赞普林卡

甘肃

兰州..... 182
八路军驻兰州办事处纪念馆 - 兰州水车园 - 明肃王墓群 - 黄河铁桥 - 兰州滨河公园 - 五泉山公园 - 白塔山公园 - 兰山公园 - 西园公园 - 兰炼水上公园 - 永登青龙山公园 - 徐家山国家森林公园 - 关山森林公园 - 鲁土司衙门旧址

天水..... 187
麦积山石窟 - 天水博物馆 - 伏羲庙 - 仙人崖 - 甘谷大象山 - 天水净土寺 - 曲溪 - 卦台山 - 南郭寺

临夏..... 191
临夏莲花山 - 岳麓山公园 - 刘家峡水库 - 蝴蝶楼 - 东郊公园 - 临夏东官街 - 太子山

张掖..... 194
张掖大佛寺 - 大湖湾 - 骆驼城遗址 - 马蹄寺石窟 - 祁连山自然保护区 - 甘泉公园

嘉峪关..... 197
嘉峪关长城 - 明长城遗址 - 西长城 - 关帝庙 - 石关峡悬崖长城文物景区 - 嘉峪关游击将军府 - 长城博物馆 - 酒钢水上乐园 - 七一冰川 - 新城魏晋墓 - 嘉峪关滑翔基地 - 黑山崖石刻 - 长城第一墩

敦煌..... 201
莫高窟 - 鸣沙山、月牙泉 - 雅丹国家地质公园 - 敦煌寿昌城 - 白马塔 - 玉门关 - 阳关 - 三危山 - 雷音寺 - 南湖自然保护区 - 敦煌市博物馆 - 敦煌电影城

武威..... 206
马牙雪山 - 民勤沙生植物园 - 黄羊川 - 罗什寺塔 - 瑞安堡 - 天祝三峡国家森林公园 - 天梯山石窟

平凉..... 209
龙泉寺 - 云崖寺国家森林公园 - 明代平凉宝塔 - 南石窟寺 - 王母宫石窟 - 古灵台 - 崆峒山

甘南..... 212
拉卜楞寺 - 当周草原 - 则岔海风景区 - 冶力关风景区 - 贡唐宝塔 - 禅定寺

宁夏

银川..... 217
贺兰口岩画 - 中山公园 - 纳家户清真寺 - 玉皇阁 - 钟鼓楼 - 永宁鹤泉湖景区 - 西夏王陵 - 苏峪口风景区 - 多宝塔 - 水洞沟遗址 - 拜寺口双塔 - 牛首山 - 同心清真大寺 - 华夏西部影视城 - 玉泉葡萄庄园 - 承天寺塔 - 金水园 - 黄沙古渡 - 沙坡头 - 一百零八塔

新疆

乌鲁木齐..... 225
天山天池 - 红山公园 - 水磨沟风景区 - 国际大巴扎 - 西山老君庙 - 法明寺 - 南山牧场 - 乌鲁木齐植物园 - 乌鲁木齐水上乐园 - 新疆民街民俗博物馆 - 巴音布鲁克草原 - 盐湖生态旅游区

吐鲁番..... 230
葡萄沟 - 火焰山 - 交河故城 - 库木塔格沙漠 - 高昌故城 - 吐峪沟大峡谷 - 维吾尔古村 - 大漠土艺馆 - 吐鲁番坎儿井 - 苏公塔 - 阿斯塔纳古墓群 - 柏孜克里克千佛洞

哈密..... 236
哈密天山风景名胜 - 巴里坤县古民宅 - 回王陵 - 巴里坤草原

阿勒泰..... 239
桦林公园 - 蝴蝶沟 - 地质三号坑 - 额尔齐斯河 - 加什哈拉盖牧场 - 阿克库勒湖 - 阿合贡盖提草原 - 五彩滩 - 可可托海国家地质公园

库尔勒..... 243
博斯腾湖 - 孔雀河 - 新疆罗布泊地区湿地 - 铁门关 - 沙伊东香梨园 - 巴州文物陈列馆 - 金海湾疗养中心 - 阿克夏多神泉 - 三垄沙雅丹

阿克苏..... 247
阿克苏天山神秘大峡谷 - 库车王府 - 燕泉公园 - 铁热克温泉 - 龟兹生态园 - 柯柯牙绿化工程纪念馆 - 塔里木洋龙湖风景区 - 温宿大峡谷 - 大龙池

喀什..... 251
艾提尕尔风景区 - 喀什香妃墓 - 班超城 - 喀什噶尔老城景区 - 西山民俗风情园 - 金湖杨国家森林公园 - 唐王城 - 莎车王陵墓 - 达瓦昆旅游风景区 - 特拉克坎力冰川 - 石头城遗址 - 叶尔羌汗国王陵

克拉玛依..... 255
独山子泥火山 - 克拉玛依油田 - 新疆玛纳斯湖地区湿地 - 艾比湖地区湿地 - 黑油山 - 阳光水世界 - 白杨河大峡谷 - 骆驼梦坡沙漠公园 - 乌尔禾风城

华东地区

上海

上海..... 263
上海欢乐谷 - 上海迪斯尼度假区 - 东方明珠 - 外滩 - 多伦路文化旅游街 - 上海博物馆 - 豫园 - 上海动物园 - 小桃园清真寺 - 朱家角古镇 - 田子坊 - 金茂大厦 88 层观光厅 - 城隍庙 - 上海海洋水族馆 - 上海大剧院 - 上海影视乐园 - 南京路步行街 - 上海国际会议中心 - 杨浦大桥 - 孙中山故居 - 长风海洋世界 - 圣母大堂 - 国际礼拜堂 - 杜莎夫人蜡像馆 - 上海锦江乐园 - 南翔古镇 - 宋庆龄故居 - 上海老街 - 陆家嘴中心绿地 - 徐光启纪念馆 - 静安寺 - 大观园 - 植物园 - 书隐楼 - 马戏城 - 枫泾古镇 - 嘉定孔庙 - 滨江大道 - 沐恩堂 - 古猗园 - 邹韬奋故居 - 上海国际赛车场 - 东方艺术中心 - 玉佛寺 - 步高里 - 陈云纪念馆 - 复旦大学 - 上海音乐厅 - 世纪大道 - 七宝老街 - 中共一大会址 - 上海美术馆 - 真如寺 - 沉香阁 - 世纪公园 - 上海科技馆 - 上海图书馆 - 上海野生动物园 - 龙华寺 - 东平国家森林公园

江苏

南京..... 285
中山陵 - 夫子庙 - 秦淮河 - 珍珠泉 - 阅江楼 - 玄武湖 - 白鹭洲 - 明孝陵 - 鸡鸣寺 - 乌衣巷 - 灵谷寺 - 雨花台 - 汤山温泉 - 南京长江大桥 - 中华门 - 鼓楼 - 朝天宫 - 南京博物院 - 南京大屠杀纪念馆 - 栖霞山 - 总统府 - 紫金山天文台 - 燕子矶 - 莫愁湖

苏州..... 295
留园 - 拙政园 - 狮子林 - 沧浪亭 - 网师园 - 听枫园 - 耦园 - 怡园 - 定园 - 艺圃 - 枫桥 - 西园寺 - 虎丘 - 寒山寺 - 司徒庙 - 文庙 - 包山寺 - 雨花胜境 - 盘门 - 金鸡湖 - 昆曲博物馆 - 钱币博物馆 - 山塘街 - 苏州博物馆



周庄	304
张厅 - 南湖 - 双桥 - 沈万三故居 - 一稀堂博物馆 - 民间收藏馆 - 怪楼 - 酒作坊 - 全福寺	
同里	308
珍珠塔 - 静思园 - 崇本堂 - 同里三桥 - 耕乐堂	
甬直	311
保圣寺 - 叶圣陶纪念馆 - 王韬纪念馆 - 万盛米行 - 萧宅 - 澄湖出土文物馆	
无锡	314
灵山大佛 - 太湖鼋头渚 - 蠡园 - 东林书院 - 水浒城 - 惠山寺 - 南禅寺 - 无锡博物馆 - 寄畅园 - 泰伯祠庙 - 梅园横山风景区 - 徐悲鸿纪念馆 - 三国城 - 华西村 - 薛家花园	
镇江	320
北固山 - 金山寺 - 招隐寺 - 赛珍珠故居 - 镇江博物馆 - 焦山 - 南山 - 张云鹏故居 - 宗泽墓 - 梦溪园 - 伯先公园 - 西津渡街	
扬州	325
瘦西湖 - 何园 - 个园 - 萃园 - 大明寺 - 汉陵苑 - 凤凰岛 - 文昌阁 - 瓜洲古渡 - 茱萸湾风景区 - 琼花观 - 高旻寺 - 汪氏小苑 - 石塔 - 观音山 - 隋炀帝墓 - 仙鹤寺 - 登月湖度假区 - 二分明月楼 - 扬州八怪纪念馆 - 史可法纪念馆	
浙江	
杭州	335
杭州西湖风景区 - 曲苑风荷 - 岳王庙 - 断桥残雪 - 六和塔 - 杭州宋城 - 阊仙石苑 - 临安钱王陵公园 - 西溪湿地公园 - 杭州千岛湖 - 九溪十八涧 - 杭州灵隐寺 - 三潭印月 - 平湖秋月 - 杭州胡雪岩故居 - 杭州博物馆 - 钱塘江大桥 - 净慈寺 - 浙江径山国家森林公园 - 雷峰塔 - 太子湾公园 - 杭州双溪竹海漂流 - 万松书院 - 杭州山沟沟景区 - 杭州苏东坡纪念馆 - 梅城古镇 - 杭州地藏寺 - 龚自珍纪念馆 - 杭州灵山幻境 - 杭州龙井山茶园文化村 - 南屏晚钟 - 杭州锦绣风水洞 - 抱朴道院 - 杭州满觉陇 - 云松书舍 - 孤山烟雨 - 杭州吴山广场 - 新叶古村 - 天下第一财神庙 - 信义坊	

绍兴	347
会稽山 - 沈园 - 长塘桃花源 - 鲁迅故里 - 绍兴东湖景区 - 绍兴兰亭风景区 - 诸暨西施故里旅游区 - 嵊州百丈飞瀑风景区 - 绍兴新昌大佛寺 - 剡溪漂流风景区 - 绍兴柯岩风景区	
宁波	352
宁波镇海招宝山 - 北仑九峰山风景区 - 梁祝文化公园 - 五龙潭风景区 - 天一阁博物馆 - 丹山赤水风景区 - 四明山国家森林公园 - 溪口风景区 - 余姚天下玉苑景区 - 滕头生态旅游区 - 松兰山海滨旅游度假区 - 东钱湖风景区	
嘉兴	358
嘉兴烟雨楼 - 西塘古镇 - 嘉兴南湖风景区 - 陈阁老宅 - 徐志摩故居 - 嘉兴白鹭洲 - 范蠡湖公园 - 石皮弄 - 嘉兴南北湖 - 王国维故居 - 桐乡乌镇	
温州	364
雁荡山 - 瑞安桐溪景区 - 温州苍南渔寮风景区 - 温州玉苍山 - 温州泰顺廊桥 - 南雁荡山景区 - 文成铜铃山峡 - 楠溪江岩头中心风景区 - 温州市动物园 - 温州乐园 - 温州市茶山五美景区 - 温州南麂列岛国家级海洋自然保护区 - 瑞安市玉海楼 - 苍南石聚堂景区 - 百丈漈飞云湖景区 - 温州江心屿旅游区 - 温州泽雅风景区 - 温州瑶溪风景区	
其他地区	370
普陀山 - 南浔古镇 - 横店影视城 - 秀山岛 - 神仙居 - 天台山	
安徽	
合肥	373
包公祠 - 逍遥津 - 三国遗址公园 - 三河古镇 - 包公祠清风阁 - 李鸿章故居 - 徽园	
九华山	377
甘露寺 - 闵园 - 双溪寺	
黄山	380
黄山 - 翡翠谷 - 程氏三宅 - 绩溪龙川 - 棠樾牌坊 - 花山谜窟 - 歙县 - 太平湖 - 屯溪老街	
天柱山	384
天柱峰 - 三祖寺 - 九井河 - 虎头崖景区	
山东	
济南	390
灵岩寺 - 趵突泉 - 千佛山 - 红叶谷 - 济南跑马岭野生动物园旅游区 - 九如山瀑布群 - 五峰山 - 大明湖 - 长清卧龙峪生态旅游区	
泰安	395
泰山 - 肥城桃源世界风景区 - 天庭乐园 - 徂徕山国家森林公园 - 牛山国家森林公园 - 宁阳彩山风景区 - 岱庙 - 泰安齐长城遗址 - 新泰莲花山	
曲阜	400



曲阜三孔 - 周公庙 - 水泊梁山 - 邹城孟庙、孟府 - 微山湖风景区 - 杏坛 - 邹城峄山风景区 - 颜庙

青岛 405

青岛崂山 - 青岛海底世界 - 石老人海水浴场 - 栈桥 - 青岛城阳世纪公园 - 八大关 - 田横岛旅游度假区 - 即墨龙山风景区 - 青岛中山公园 - 灵山岛 - 小青岛 - 青岛雨林谷 - 湛山寺 - 青岛民俗博物馆 - 青岛国际帆船中心 - 青岛极地海洋世界 - 青岛赶海园 - 青岛第一海水浴场 - 青岛国际啤酒城

烟台 413

烟台蓬莱阁 - 烟台长岛 - 张裕酒文化博物馆 - 烟台栖霞牟氏庄园 - 烟台金沙湾旅游度假区 - 烟台昆嵛山 - 龙口南山旅游景区 - 烟台养马岛 - 烟台山景区

威海 418

西霞口神雕山野生动物自然保护区 - 荣成圣水观风景区 - 鸡鸣岛 - 天鹅湖旅游度假区 - 石岛赤山风景区 - 成山头 - 刘公岛

江西

南昌 423

滕王阁 - 南昌起义纪念馆 - 绳金塔 - 翠岩禅寺 - 佑民寺 - 南昌之星摩天轮

庐山 427

庐山 - 花径 - 美庐 - 芦林湖 - 仙人洞 - 大天池 - 龙首崖 - 含鄱口 - 白鹿洞书院 - 三宝树

景德镇 431

官窑博物馆 - 龙珠阁 - 瑶里

三清山 434

三清山 - 阳光海岸 - 玉京峰

婺源 437

卧龙谷 - 婺源博物馆 - 彩虹桥 - 江岭 - 庆源 - 鸳鸯湖

井冈山 440

井冈山革命博物馆 - 领袖峰 - 烈士陵园 - 通天岩 - 黄洋界 - 五马朝天

龙虎山 443

龙虎山 - 仙水岩景区 - 上清古镇

福建

福州 448

林则徐纪念馆 - 金牛山公园 - 华林寺 - 达摩十八景 - 金山寺 - 榕城古街 - 西禅寺 - 三坊七巷 - 于山 - 鼓山

泉州 453

开元寺 - 清源山 - 通淮关岳庙 - 仙公山 - 洛阳桥 - 府文庙 - 天后宫 - 清净寺

厦门 458

鼓浪屿 - 日月谷温泉 - 南普陀寺 - 梵天寺 - 五老峰 - 鳌园 - 南顺鳄鱼园 - 归来堂 - 立新摩天轮 - 天界寺 - 青礁慈济宫 - 虎溪岩 - 皓月园 - 海底世界 - 菽庄花园

龙岩 464

振成楼 - 遗经楼 - 承启楼 - 古田会议遗址

武夷山 467

武夷山 - 九曲溪 - 武夷宫 - 宋街 - 天游峰 - 遇林亭窑址 - 山北 - 虎啸岩 - 一线天 - 青龙大瀑布 - 华东第一漂 - 大王峰

华北地区

北京

北京 476

天安门 - 故宫 - 颐和园 - 圆明园 - 天坛 - 香山公园 - 北京动物园 - 雍和宫 - 景山公园 - 八达岭长城 - 八大处公园 - 明十三陵 - 航空航天模型博物馆 - 什刹海 - 中华世纪坛 - 北京植物园 - 鸟巢 - 水立方(国家游泳中心) - 东交民巷 - 大观园 - 卢沟桥 - 北京大学 - 清华大学 - 国子监 - 北京欢乐谷 - 法源寺 - 潭柘寺 - 妙峰山 - 云居寺 - 北海 - 密云白龙潭 - 恭王府 - 潘家园旧货市场 - 居庸关 - 古观象台 - 牛街清真寺 - 周口店北京人遗址 - 红螺寺 - 司马台长城 - 云蒙山 - 古北水镇 - 毛主席纪念堂 - 世界公园 - 慕田峪长城 - 曹雪芹纪念馆 - 万寿寺 - 延庆古崖居 - 凤凰岭 - 地坛 - 东岳庙 - 大觉寺 - 王府井 - 中山公园 - 铁壁银山塔林 - 亚运村 - 门头沟爨底下村 - 首都博物馆 - 康西草原 - 十渡 - 中国人民抗日战争纪念馆 - 八达岭野生动物世界 - 灵水村 - 白云观



天津

天津 498

古文化街 - 天后宫 - 霍元甲纪念馆 - 大沽口炮台 - 南市食品街 - 独乐寺 - 盘山 - 黄崖关长城 - 海河意式风情区 - 五大道洋楼 - 石家大院 - 平津战役纪念馆 - 瓷房子 - 九龙山 - 西开教堂 - 广东会馆 - 大悲禅院 - 八仙山 - 滨海航母主题公园

河北

石家庄..... 508

白求恩墓 - 苍岩山风景区 - 华莹白鹿温泉度假中心 - 蟠龙湖 - 石头村 - 隆兴寺 - 荣国府

保定..... 513

白洋淀荷花大观园 - 狼牙山 - 清西陵 - 中国影视城(涿州) - 满城汉墓 - 野三坡百里峡

承德..... 518

承德避暑山庄 - 木兰围场 - 承德冰雪城 - 普陀宗乘之庙 - 奇石谷 - 雾灵山 - 潘家口水库 - 丰宁坝上草原

秦皇岛..... 523

北戴河奥林匹克公园 - 昌黎黄金海岸 - 山海关 - 鸽子窝公园 - 新澳海底世界 - 老龙头 - 秦始皇求仙入海处 - 集发农业观光园

山西

太原..... 530

晋祠 - 纯阳宫 - 天龙山石窟 - 北武当山 - 榆次老城 - 汾河二库 - 崇善寺 - 中国煤炭博物馆 - 双塔寺 - 碑林公园 - 晋祠古镇 - 三国演义城

大同..... 536

云冈石窟 - 大同火山群 - 宝宁寺 - 白登山 - 应县木塔 - 慈云寺 - 平城遗址 - 恒山 - 净土寺

五台山..... 540

菩萨顶 - 罗睺寺 - 塔院寺 - 南禅寺 - 南山寺 - 赵果观 - 黛螺顶 - 龙泉寺 - 显通寺 - 佛光寺

平遥..... 544

王家大院 - 平遥古城 - 县衙博物馆 - 城隍庙财神庙 - 平遥文庙 - 镇国寺 - 平遥锡山

临汾..... 548

洪洞大槐树 - 洪洞明代监狱 - 牛王庙戏台 - 尧庙海洋馆



内蒙古

呼和浩特..... 553

昭君墓 - 哈素海旅游区 - 伊斯兰风情街 - 大召无量寺 - 乌兰夫纪念馆 - 金刚座舍利塔 - 清真大寺 - 大

窑文化遗址 - 华严经塔 - 喇嘛洞召 - 辉腾锡勒草原 - 内蒙古博物馆

锡林郭勒..... 558

锡林郭勒大草原 - 南沙梁 - 元上都遗址 - 贝子庙

赤峰..... 561

喀喇沁亲王府 - 夏家店遗址群 - 贡格尔草原 - 曼陀山庄

兴安盟..... 564

成吉思汗庙 - 三潭峡 - 哈拉哈河 - 玫瑰峰 - 七仙女湖草原 - 阿尔山国家森林公园 - 科尔沁珍禽自然保护区 - 阿尔山海神圣泉度假区

呼伦贝尔..... 568

呼伦贝尔大草原 - 牙克石凤凰山庄 - 扎兰屯吊桥公园 - 扎兰屯秀水山庄 - 呼和诺尔草原旅游度假区 - 莫尔道嘎国家森林公园 - 凤凰山滑雪场 - 海拉尔国家森林公园 - 红花岗基森林公园 - 鄂伦春民族博物馆 - 满洲里国门 - 布苏里度假山庄

阿拉善..... 573

曼德林乌拉岩画 - 广宗寺 - 腾格里沙漠月亮湖 - 黑城遗址

中南地区 华中部分

湖南

长沙..... 580

岳麓山 - 岳麓书院 - 杨开慧故居 - 密印寺 - 橘子洲 - 天心阁 - 湖南省博物馆 - 千佛洞 - 花明楼 - 长沙世界之窗 - 浏山漂流 - 马王堆汉墓

岳阳..... 586

岳阳楼 - 洞庭湖 - 福寿山 - 汨罗江风景名胜区 - 君山公园 - 屈子祠

张家界..... 589

张家界国家森林公园 - 天子山 - 杨家界 - 茅岩河 - 猛洞河 - 黄龙洞 - 宝峰湖 - 索溪谷 - 天门山国家森林公园 - 武陵源 - 黄石寨

湘西..... 594

凤凰古城 - 奇梁洞 - 芙蓉镇 - 德夯风景区 - 永顺老司城 - 里耶古城 - 桃花源

怀化..... 597

洪江古商城 - 地笋苗寨 - 抗日受降纪念馆 - 芙蓉楼 - 回龙桥 - 芋头侗寨 - 黔中郡遗址 - 皇都侗文化村

其他地区..... 601

祝融峰 - 回雁峰 - 南岳大庙 - 龙凤溪 - 方广寺 - 水帘洞 - 东江湖 - 黄桑 - 神坡山 - 大园古苗寨 - 苏仙岭

湖北

武汉..... 607

黄鹤楼 - 龙泉山风景区 - 汉口江滩广场 - 归元禅寺 -

湖北省博物馆 - 东湖风景区 - 珞珈山 - 武汉大学 - 武汉长江大桥 - 龟山和古琴台 - 素山寺国家森林公园 - 明显陵 - 木兰山风景区 - 汉正街 - 董永墓 - 赤壁古战场 - 古门山 - 通山隐水洞 - 詹天佑故居

宜昌..... 614

坛子岭 - 三峡大坝 - 车溪民俗风景区 - 西陵峡口 - 三峡人家

恩施..... 617

恩施大峡谷 - 清江闯滩 - 腾龙洞风景名胜 - 大水井建筑群 - 梭布垭石林

神农架..... 620

神农顶景区 - 天燕景区 - 香溪源景区 - 红坪画廊 - 玉泉河景区

武当山..... 623

玉虚宫 - 太和宫 - 金殿 - 紫霄宫 - 玉真宫

河南

郑州..... 629

黄河游览区 - 河南博物馆 - 二七纪念塔 - 大河村遗址 - 商城遗址 - 轩辕黄帝故里 - 北宋皇陵 - 中岳嵩山 - 康百万庄园 - 嵩山少林寺

洛阳..... 634

白马寺 - 国家牡丹园 - 古墓博物馆 - 皇觉寺 - 关林 - 上清宫 - 栾川通天峡 - 天子驾六博物馆 - 老君山 - 卧龙岗景区 - 黄河小浪底 - 范仲淹墓 - 龙门石窟 - 重渡沟 - 王城公园 - 藏梅寺 - 汉光武帝原陵 - 龙马负图寺

开封..... 640

大相国寺 - 开封府 - 清明上河园 - 宋都御街 - 朱仙镇 - 山陕甘会馆 - 天波杨府 - 包公祠 - 龙亭公园

其他地区..... 644

安阳殷墟遗址 - 安阳姜里城 - 中国文字博物馆 - 鹤壁云梦山 - 丹江小三峡 - 新乡八里沟景区 - 花洲书院 - 焦作云台山 - 嵇山 - 南阳武侯祠 - 新乡比干庙 - 信阳鸡公山风景区

东北地区

黑龙江

哈尔滨..... 651

中央大街 - 哈尔滨极地馆 - 太阳岛公园 - 圣·索菲亚大教堂 - 冰灯游园会 - 东北虎林园 - 哈尔滨文庙 - 极乐寺 - 火山口原始森林景区 - 地下森林 - 冰雪大世界 - 俄罗斯风情园

哈尔滨周边..... 657

扎龙自然保护区 - 亚布力滑雪旅游度假区 - 五大连池 - 松峰山自然保护区 - 青松狩猎场 - 万佛山 - 绥芬河国家级森林公园滑雪场 - 哈尔滨香炉山 - 伏尔加庄园

牡丹江..... 660

镜泊湖 - 吊水楼瀑布 - 威虎山影视城 - 雪乡 - 双峰林场 - 牡丹峰国家森林公园 - 渤海国上京龙泉府遗址景区

大兴安岭..... 664

漠河北极村 - 洛古河 - 加格达奇北山公园 - 胭脂沟 - 北红村

吉林

吉林..... 669

雾凇岛 - 北山公园 - 松花湖 - 官马莲花山国家级森林公园 - 金日成读书纪念馆 - 龙潭山公园 - 乌拉街满族镇 - 陨石雨陈列馆 - 吉林文庙 - 北大湖滑雪场 - 明代摩崖石刻 - 吉林天主教堂

长春..... 674

伪满皇宫 - 长影世纪城 - 净月潭 - 长春世界雕塑公园 - 长春动植物公园 - 伪满八大部 - 长春龙湾生态旅游 - 般若寺

长白山..... 679

长白山 - 长白瀑布群 - 长白山林海 - 长白山温泉群 - 青山湖 - 长白山梯云峰 - 锦江峡谷 - 长白山石林 - 长白山迷宫溶洞 - 杨靖宇将军殉国地 - 鸭绿江漂流

辽宁

沈阳..... 686

沈阳故宫 - 张氏帅府 - 沈阳北陵(清昭陵) - 沈阳东陵(福陵) - 兴隆室内公园 - 棋盘山 - 沈阳世博园(沈阳植物园) - 关东影视城 - “九·一八”历史博物馆 - 辽宁省博物馆 - 怪坡

大连..... 692

老虎滩海洋公园 - 大连金石滩国家旅游度假区 - 旅顺东鸡冠山景区 - 棒棰岛 - 大连广播电视塔 - 星海公园 - 星海广场 - 大连圣亚海洋世界 - 獐子岛 - 冰峪沟 - 胜水寺 - 大黑山 - 旅顺日俄监狱旧址 - 吴姑古城 - 大连世界和平公园 - 发现王国 - 普兰店安波温泉度假区 - 瓦房店仙峪湾旅游度假区

丹东..... 698

鸭绿江 - 抗美援朝纪念馆 - 凤凰山

其他地区..... 701

本溪水洞风景区 - 笔架山 - 玉佛山 - 医巫闾山 - 盘锦红海滩 - 南关天主教堂



中南地区 华南部分

广东

广州..... 706

白云山 - 华南植物园 - 长隆欢乐世界 - 沙面岛 - 火炉山 - 黄埔军校旧址 - 南越王墓博物馆 - 广州艺术博物馆 - 黄花岗七十二烈士陵园 - 越秀公园 - 海洋馆 - 莲花山 - 从化温泉 - 大元帅府旧址 - 二沙岛 - 陈家祠 - 宝墨园

深圳..... 713

欢乐谷 - 深圳华侨城 - 野生动物园 - 深圳仙湖植物园 - 海上田园 - 凤凰山 - 红树林 - 荔枝世界观光园 - 世界之窗 - 龙园 - 梧桐山

珠海..... 718

圆明新园 - 珠海三叠泉 - 淇澳岛 - 梦幻水城 - 竹仙洞 - 海泉湾度假区 - 九州城 - 庙湾岛 - 石溪摩崖石刻群 - 金海滩

潮州、汕头、韶关..... 723

凤南百丈瀑布 - 凤凰天池 - 榕洽生态园 - 中山公园 - 南澳岛 - 叫水坑原始森林 - 莲花峰 - 南华寺 - 乳源大峡谷

其他地区..... 728

湖光岩 - 海陵岛 - 藏佛坑 - 盘龙峡 - 大旭山瀑布群 - 湟川三峡 - 飞来峡

广西

南宁..... 732

广西壮族自治区博物馆 - 南湖公园 - 伊岭岩 - 良凤江国家森林公园 - 青秀山 - 南宁九曲湾温泉 - 南宁人民公园 - 凤凰湖 - 大明山 - 大王滩水利风景区

桂林..... 737

象鼻山景区 - 海洋银杏林田园 - 银子岩 - 八角寨国家森林公园 - 石头城 - 叠彩山 - 芦笛岩 - 靖江王城 - 七星公园 - 乐满地休闲世界

阳朔..... 742

印象刘三姐 - 世外桃源 - 西街 - 大榕树月亮山 - 泥巴浴 - 兴坪古镇 - 杨堤 - 蝴蝶泉 - 遇龙河

北海及其西部地区..... 746

银滩 - 涠洲岛 - 海滩公园 - 白龙珍珠城 - 斜阳岛 - 北海海底世界 - 合浦星岛湖 - 桂平西山 - 东坡亭 - 文昌塔 - 通灵大峡谷 - 德天大瀑布

海南

海口..... 754

假日海滩 - 五公祠 - 万绿园 - 海口人民公园 - 西秀海滩 - 海南热带野生动物园 - 海瑞墓园 - 火山群世

界地质公园 - 世纪大桥 - 冯白驹故居

文昌..... 759

东郊椰林 - 文昌孔庙 - 宋氏祖居 - 抱虎岭 - 云龙湾 - 八门湾红树林 - 西沙将军林 - 七星岭 - 铜鼓岭

琼海..... 763

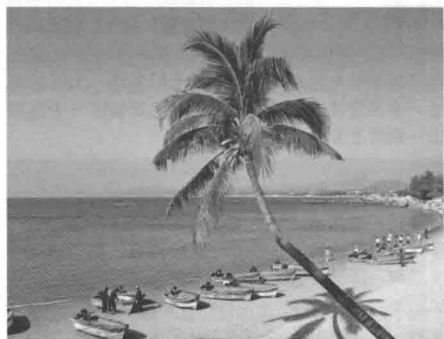
博鳌 - 白石岭 - 玉带滩 - 红色娘子军纪念馆 - 官塘温泉 - 博鳌西沙海洋馆 - 博鳌水城 - 万泉河 - 莲花馆

万宁..... 768

东山岭 - 日月湾 - 兴隆温泉 - 大洲岛 - 南燕湾 - 青云塔 - 兴隆热带植物园 - 南湾猴岛 - 分界洲岛

三亚..... 772

天涯海角 - 南山佛教文化苑 - 亚龙湾 - 鹿回头山顶公园 - 大东海 - 大小洞天 - 蜈支洲岛 - 亚龙湾热带天堂森林公园 - 槟榔谷黎苗文化旅游区 - 呀诺达热带雨林 - 黎村苗寨



港澳台地区

香港

香港..... 781

海洋公园 - 太平山顶 - 柏丽大道 - 香港迪士尼乐园 - 黄大仙祠 - 星光大道 - 浅水湾 - 尖沙咀 - 宝莲寺 - 天坛大佛 - 大澳 - 旺角 - 南丫岛 - 香港会议展览中心 - 大屿山

澳门

澳门..... 789

大三巴牌坊 - 妈阁庙 - 旅游塔 - 澳门赛马会 - 葡京酒店 - 渔人码头 - 黑沙滩

台湾

台湾..... 796

日月潭 - 垦丁 - 台北中山纪念馆 - 阿里山 - 士林官邸 - 鹿港小镇 - 台北故宫博物院 - 阳明山公园

全新中国自助游

升级版

路芸霞 主编 中国自助游编委会 编著



江苏凤凰科学技术出版社  凤凰含章

图书在版编目 (CIP) 数据

全新中国自助游:升级版/路芸霞主编;中国自助游编委会编著.--南京:江苏凤凰科学技术出版社, 2016.11

ISBN 978-7-5537-5754-4

I . ①全… II . ①路… ②中… III . ①旅游指南—中国 IV . ① K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 297660 号

全新中国自助游 升级版

主 编	路芸霞
编 著	中国自助游编委会
责任编辑	倪 敏 葛 昀
责任监制	曹叶平 方 晨

出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.pspress.cn
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本	880mm × 1 230mm	1/32
印 张	25	
字 数	1 200 000	
版 次	2016 年 11 月第 1 版	
印 次	2016 年 11 月第 1 次印刷	

标准书号	ISBN 978-7-5537-5754-4
定 价	39.80 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

前言

随着经济水平的提高和人们生活的日益丰富，外出旅游逐渐成为很多人，很多家庭娱乐、休闲的健康生活方式。那么去哪里旅游？有哪些景区更适合自己去？选择什么样的出行方式？行程中需要注意什么问题？这些都成为旅游爱好者关心的问题。

为了满足众多旅游爱好者的需要，给旅游爱好者提供更多的参考和帮助，这部集结了很多人心血的旅游书籍终于和广大读者见面了。

这部旅游指南书籍收集了我国所有省份、地区的众多著名旅游景点信息，并配有众多景区优美插图，在给读者明确的旅游指导的同时，还能让读者领略到各地优美的景色，相信看到这本书的读者一定会爱不释手。综合本书，有以下特点：

真实性

本书所有的旅游信息都是经过多方认证的确切信息，由众多旅游发烧友提供，然后经过编辑精心筛选和确认。书内景区的景点位置、电话、交通、门票等信息，都是经过编辑认真、严谨核实的。信息文字简洁、内容翔实，读者从中可以很快找到自己所需要的信息。（注：因票价、景点开放时间、电话、交通、住宿、优惠措施等旅游信息时常变动，具体情况以景区公告为准。）

全面性

本书内容全面丰富，详细地介绍各个地区城市的状况，并精选出重要的景点详细介绍。另外，针对旅游要求，还精心地介绍了旅游景点附近的饮食和住宿状况。提供了详细的饭店资料和各种档次的酒店信息，方便旅游爱好者选择自己需要的餐饮和酒店地点。

此外，为了方便旅游爱好者购物，本书还提供了各个地区以及景点附近的购物特产以及著名的购物中心，给旅游爱好者便利购物提供了更多的帮助。

精美

为了让读者有赏心悦目的感觉，本书精选了各地优美的景区图片，让读者在选择自己需要的信息的同时，可领略到各地优美的景色。

实用性

在保证信息准确、内容丰富的同时，本书还保证了内容的实用性。对于重点、受欢迎的景区，有针对性的专栏，在介绍景区的同时，还提供了很多旅游建议和温馨小贴士，给旅游爱好者提供了更多的便利信息。

精心选

本书所有的景点都是经过编辑精心选择的，是各个地区的热门景点。为了方便读者选择更适合自己的旅游景点，本书还对各个景点进行星级评级，让读者在众多的景点中选择让自己更满意的景点。



目录

西南地区

云南

昆明.....16
九乡 - 昆明世界园艺博览园 - 圆通寺 - 金马碧鸡坊 - 翠湖公园 - 昆明植物园 - 昆明金殿 - 轿子雪山 - 官渡古镇 - 昆明西山森林公园 - 云南石林 - 昆明龙门 - 云南民族村 - 大观公园 - 海埂公园 - 昆明动物园 - 滇池 - 郑和公园
大理.....24
大理古城 - 大理苍山 - 崇圣寺三塔 - 洱海公园 - 大理洋人街 - 张家花园 - 蝴蝶泉公园 - 天龙八部影视城 - 花甸坝 - 太和城遗址 - 鸡足山 - 博南古道 - 南诏风情岛 - 喜洲白族民居
丽江.....31
丽江古城 - 泸沽湖 - 拉市海 - 丽江黑龙潭 - 束河古镇 - 东巴谷 - 四方街 - 玉龙雪山 - 白沙壁画 - 玉柱擎天 - 丽江木府



西双版纳.....37
热带植物园 - 民族风情园 - 曼听公园 - 野象谷 - 曼飞龙佛塔 - 独树成林 - 橄榄坝 - 西双版纳孔雀园 - 曼景兰旅游一条街 - 空中走廊
香格里拉.....42
普达措国家公园 - 香格里拉属都湖 - 纳帕海自然保护区 - 哈巴雪山 - 明永冰川 - 白水台
腾冲.....46
腾冲火山群公园 - 黑鱼河 - 和顺图书馆 - 北海湿地 - 腾冲云峰山 - 槟榔江
怒江.....49
高黎贡山自然保护区 - 怒江大峡谷 - 独龙江峡谷 - 碧罗雪山 - 石月亮 - 听命湖 - 丙中洛 - 老姆登基督教堂

西藏

拉萨.....55
布达拉宫 - 大昭寺 - 色拉寺 - 罗布林卡 - 龙王潭 - 热振寺 - 甘丹寺 - 药王山 - 楚布寺 - 哲蚌寺 - 西藏博物馆 - 扎耶巴洞窟群 - 八廓街 - 拉鲁湿地国家自然保护区 - 小昭寺 - 纳木措 - 羊八井
林芝.....62
色季拉山 - 鲁朗林海 - 雅鲁藏布江大峡谷 - 布久喇嘛林寺 - 尼洋河 - 巴结巨柏自然保护区
日喀则.....65
扎什伦布寺 - 珠穆朗玛大本营 - 绒布寺 - 夏鲁寺 - 白居寺 - 班禅新宫 - 萨迦寺 - 樟木口岸
山南.....69
泽当镇 - 敏珠林寺 - 雍布拉克 - 昌珠寺 - 桑耶寺 - 雅砻河风景区 - 拉姆拉措
阿里.....73
冈仁波齐峰 - 玛旁雍措和拉昂措 - 托林寺 - 扎达土林 - 班公措 - 古格王国遗址
昌都.....76
强巴林寺 - 德庆颇章神山 - 波罗吉荣大峡谷 - 查杰玛大殿 - 孜珠寺 - 多拉神山 - 卡玛多塔林 - 噶玛寺 - 盐井
那曲.....80
羌塘草原 - 申扎自然保护区 - 草原八塔 - 卓玛峡谷 - 桑丹康桑雪山
四川
成都.....86
大熊猫繁殖基地 - 龙池国家森林公园 - 青城山 - 成都欢乐谷 - 杜甫草堂 - 宽窄巷子 - 金沙遗址博物馆 - 望江楼公园 - 洛带古镇 - 明蜀王陵 - 青羊宫 - 成都植物园 - 悦来古镇 - 都江堰水利工程 - 宝光寺 - 东篱菊园 - 西岭雪山 - 黄龙溪古镇 - 浣花溪公园 - 朝阳湖 - 九龙沟 - 文殊院 - 虹口 - 鸡冠山 - 天台山 - 刘氏庄园 - 云顶山 - 武侯祠 - 平乐古镇 - 锦里古街 - 石象湖 - 永陵
乐山、峨眉.....96
峨眉山 - 东方佛都 - 乐山岩墓 - 夹江千佛岩 - 乐山大佛 - 竹叶青生态茗园 - 洪椿坪 - 凌云栈道 - 金口河大峡谷
九寨沟及其北部地区.....101
九寨沟 - 雪宝顶 - 四姑娘山 - 米亚罗风景区 - 牟尼沟 - 若尔盖草原 - 黄龙 - 达古冰川 - 三星堆博物馆 - 三江生态风景区 - 昭化古城 - 千佛崖 - 剑门关
甘孜及其西部地区.....106
海螺沟 - 稻城亚丁 - 木格措 - 贡嘎郎吉岭寺 - 泸定桥 - 丹巴天然盆景 (美人谷) - 贡嘎山 - 塔公草原

重庆

重庆..... 112

磁器口古镇 - 朝天门 - 解放碑 - 钓鱼城 - 洪崖洞 - 周公馆 - 缙云山 - 北温泉 - 渣滓洞 - 重庆市人民大礼堂 - 重庆中国三峡博物馆 - 歌乐山烈士陵园 - 重庆科技馆 - 武隆天生三桥 - 大足石刻 - 红岩革命纪念馆 - 金佛山 - 巴渝民俗文化村 - 万盛石林 - 四面山

三峡..... 120

石宝寨 - 丰都鬼城 - 巫峡 - 白帝城 - 瞿塘峡 - 张飞庙 - 万州大瀑布 - 天坑地缝

贵州

贵阳..... 126

黔灵山 - 甲秀楼 - 红枫湖 - 青岩古镇 - 息烽温泉 - 花溪公园 - 高坡苗族乡 - 香纸沟 - 乌当情人谷 - 修文阳明洞 - 天河潭 - 开阳大峡谷

安顺..... 132

黄果树瀑布 - 夜郎洞 - 格凸河 - 天星桥 - 云山屯 - 屯堡村 - 织金洞 - 龙宫

遵义..... 136

遵义会议旧址 - 金鼎山 - 禹门山 - 乌江渡旅游区 - 九龙洞海龙囤遗址 - 共青湖 - 赤水 - 娄山关

凯里..... 140

南花苗寨 - 飞云崖 - 舟溪芦笙堂 - 渔洞溶洞 - 麻塘倅家 - 大阁公园 - 凯里香炉山

荔波..... 142

小七孔景区 - 大七孔景区 - 水春河景区

西北地区

陕西

西安..... 146

陕西历史博物馆 - 大雁塔 - 大唐芙蓉园 - 未央湖游乐园 - 翠华山 - 华清池 - 碑林博物馆 - 西安白鹿原滑雪场 - 骊山国家森林公园 - 草堂寺 - 秦始皇兵马俑 - 西安城墙 - 秦岭野生动物园 - 大明宫国家遗址公园 - 兴庆宫公园 - 曲江海洋馆 - 西安八大奇迹街

咸阳..... 153

汉阳陵 - 咸阳茂陵博物馆 - 咸阳彬县大佛寺 - 咸阳昭陵博物馆 - 咸阳乾陵博物馆

宝鸡..... 157

宝鸡太白山国家森林公园 - 宝鸡炎帝陵 - 姜子牙钓鱼台风景区 - 宝鸡法门寺旅游区 - 陕西天台山国家森林公园 - 吴山

渭南..... 160

华山风景名胜 - 牛背梁国家级自然保护区 - 渭南华山风景区 - 牛背梁国家级自然保护区 - 渭南华太史司马迁墓祠

延安..... 163

延安壶口瀑布 - 宝塔山 - 延安革命纪念馆 - 延安新闻纪念馆 - 延安森林公园 - 枣园革命旧址 - 杨家岭革命旧址 - 黄帝陵 - 万花山 - 鲁迅艺术文学旧址 - “四·八”烈士陵园

汉中..... 167

汉中南郑国家级自然保护区 - 汉中秦巴民俗园 - 天台山 - 楼观台 - 武侯祠 - 青木川自然保护区 - 汉张良庙景区 - 南湖 - 汉中勉县温泉

青海

西宁..... 173

青海湖 - 中国藏医药文化博物馆 - 白马寺 - 昆仑神泉 - 东关清真大寺 - 广惠寺 - 青海博物馆 - 宝丰峡 - 扎麻隆凤凰山 - 金银滩草原 - 群加国家森林公园 - 虎台遗址 - 孟达林区自然保护区 - 日月山 - 瞿昙寺 - 塔尔寺 - 老爷山 - 大经堂 - 北禅寺 - 赞普林卡

甘肃

兰州..... 182

八路军驻兰州办事处纪念馆 - 兰州水车园 - 明肃王墓群 - 黄河铁桥 - 兰州滨河公园 - 五泉山公园 - 白塔山公园 - 兰山公园 - 西园公园 - 兰炼水上公园 - 永登青龙山公园 - 徐家山国家森林公园 - 关山森林公园 - 鲁土司衙门旧址

天水..... 187

麦积山石窟 - 天水博物馆 - 伏羲庙 - 仙人崖 - 甘谷大象山 - 天水净土寺 - 曲溪 - 卦台山 - 南郭寺

临夏..... 191

临夏莲花山 - 岳麓山公园 - 刘家峡水库 - 蝴蝶楼 - 东郊公园 - 临夏东官巷 - 太子山

张掖..... 194

张掖大佛寺 - 大湖湾 - 骆驼城遗址 - 马蹄寺石窟 - 祁连山自然保护区 - 甘泉公园

嘉峪关..... 197

嘉峪关长城 - 明长城遗址 - 西长城 - 关帝庙 - 石关峡悬壁长城文物景区 - 嘉峪关游击将军府 - 长城博物馆 - 酒钢水上乐园 - 七一冰川 - 新城魏晋墓 - 嘉峪关滑翔基地 - 黑山崖石刻 - 长城第一墩

敦煌..... 201

莫高窟 - 鸣沙山、月牙泉 - 雅丹国家地质公园 - 敦煌寿昌城 - 白马塔 - 玉门关 - 阳关 - 三危山 - 雷音寺 - 南湖自然保护区 - 敦煌市博物馆 - 敦煌电影城

武威..... 206

马牙雪山 - 民勤沙生植物园 - 黄羊川 - 罗什寺塔 - 瑞安堡 - 天祝三峡国家森林公园 - 天梯山石窟

平凉..... 209

龙泉寺 - 云崖寺国家森林公园 - 明代平凉宝塔 - 南石窟寺 - 王母宫石窟 - 古灵台 - 崆峒山