

●权威 ●全面 ●实用

云南自驾车旅游 宝典

*The Guide Book of
Yunnan Self-driving Travel*



云南出版集团公司
云南人民出版社

2008
云南省旅游局
推荐

图书在版编目(CIP)数据

云南自驾车旅游宝典/昆明雅策广告有限公司编著.
昆明: 云南人民出版社, 2007.12
ISBN 978-7-222-05224-6

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

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第180982号

责任编辑: 殷筱钊

装帧设计: 杨皓霖

责任印刷: 段金华

书 名	云南自驾车旅游宝典
作 者	昆明雅策广告有限公司
出 版	云南出版集团公司 云南人民出版社
发 行	云南人民出版社
社 址	昆明市环城西路609号
邮 编	650034
网 址	www.ynpph.com.cn
E-mail	rmszbs@public.km.yn.cn
开 本	889×1194 1/24
印 张	19.5
字 数	436千
版 次	2007年12月第1版第1次印刷
印 刷	云南省玉溪印刷有限责任公司
书 号	ISBN 978-7-222-05224-6
定 价	78.00元

云南自驾车旅游宝典

The Guide Book of Yunnan Self-driving Travel



云南出版集团公司
云南人民出版社



自驾车旅游宝典

《云南自驾车旅游宝典》编委会

Editorial Board

总顾问：罗明义

顾问：余 繁

专家组：田 里 陈铁军 黄林武 陈剑鸣 贾云辉
 邓立明 金飞豹 张晓岚 王崇亮 朱伯威
 张 实 宋一平 叶思孔 乔 洪

指导机构：云南省旅游局

执行机构：《云南旅游资讯》编委会

云南省旅游信息中心

昆明雅策广告有限公司

策 划：黄林武 邓立明 陈剑鸣

协调统筹：王 波 项苏云

主编/执笔：林 洪

特邀编辑：殷筱钊

编辑助理：杨 倩 李丽军 刘丽峰 曾 清 阿 谊 李文明

美术总监：杨皓霖

美 编：代天淞 尹贻龙

封面设计：傅韶晖

市场运营：雷 琳 尚子涵

首席图片提供：叶思孔 高 宏

部分图片提供：黄林武 陆江涛 赵 汀 杨发顺 张卫明

彭晓侠 施靖国 陈东明 罗云川 李 波

布培德 刘海山 解之诚 金斗明 岳卫民

张高斌 杨晓敏 刘 标 姜铭林 刘袁萍

石 明 温泽民 赵文胜 余泽平 师忠东

图片友情支持：云南旅游摄影网 <http://www.exoticityunnan.com>

序

PREFACE

● 云南省旅游局副局长 余繁

自驾车出游作为一种全新的出游方式，如今已成为人们户外旅游的主流方式之一。自驾游不但能使自驾者更全面、更自在地了解旅游目的地，更真实地接触当地居民，而且更能去体验当地的自然、历史、风土人情及社会习俗等，同时还可根据自己的喜好就某一方面或某一主题对目的地进行深度了解。这正是自驾者的出游动机和期待。时至今日，祖国的大江南北到处都驰骋着自驾者的车影，他们享受着这样的生活，以此去分享和体验祖国的大好山川美景与人文风情。

云南是中国旅游资源最丰富、旅游产品最多元，深受中外旅游者喜爱的旅游目的地，也是自驾游的天堂。无论你从何地动身，当你选择自驾云南时，你的旅程便会注定充满精彩与绚丽：这里有昆明、大理、景洪、瑞丽、潞西、丽江6个中国优秀旅游城市；有丽江、石林、世博园等中国文明风景旅游示范区；有欧洲人眼中的“欧洲旅客最喜爱的中国旅游城市”昆明和丽江；有《中国国家地理》杂志推崇的10个“中国最美的地方”；有央视评选出的中国魅力城市之一的大理和位居“中国十大魅力名镇”之首的和顺古镇；有央视评选出的云南大理州民族文化旅游线、迪庆州香格里拉旅游线、普洱自驾车和民族风情旅游线等20条全国最受观众喜爱的旅游线……更有绚丽多彩的民族风情及节庆。可以说，旅游资源的多样性、特性以及独特的民族风情共同构成了云南旅游的知名度和影响力。在不久的将来，云南还将无可争议地成为面向东南亚、南亚的旅游集散地。

呈现在读者面前的《云南自驾车旅游宝典》，是一本详解云南自驾游的大型导游书。它的闪亮之处在于始终从自驾旅游者的角度出发，在提供的内容、形式及服务方式等方面上都较一般的旅游书做了极大的深化和拓展。它所提供的综合交通、路况、气象、食宿及人文方面的信息都是相当全面的、实用的，堪称是一本与自驾者的期望最贴近的关于云南自驾车旅游的好书。我之所以欣赏和推介此书，是相信这本书一定能让你的自驾游变得更加轻松愉快！

以上感言，是为序。

云南旅游赞



山川风物，杨慎之所曾赋；人文地理，霞客之所亦歌。巍巍峰嶂，大矣乌蒙之山；浩浩江河，壮哉澜沧之水！

七彩云南，万绿王国，物华天宝，人杰地灵。惠风拂绿原之间，祥云盖红土之上。春已去而恒暖，冬虽至而微寒。艳阳普照，鲜花时开，和风引拂面之爽，煦日兴撩人之悦。景物五色交晖，风光四时俱备。既有北国之景，更得南方之韵。红鸥共黑鹤映水，黄花随白云从风。高黎流烟，笼霄气而舒卷；滇洱落霞，共湖光而徘徊。林涛过山，骤响震天之音；鸟语应谷，乍发泻泉之奏。一寨跨两国，不谓边陲；十里分四季，岂非秘境？南现雨林，神奇不让缅甸；西横雪域，气势直比青藏。田园溶洞，疑是世外之桃源；草甸峡谷，恍如人间之仙界。亦有三江并流，九湖错落，崖壑共清，风水相换。潺潺溪涧，对影像而成画；袅袅烟霞，入脑海以生情。沙林呈七彩之色，石柱开六出之花。汨汨汤泉，露生石穴；层层梯田，岚起山根。高岩耸立，掠苍云而作峰；激水悬流，携天河而洒潭。瀑带霭而成桥，遥挂崇山之腰；寺连塔以为庙，远烁佛门之光。纵是未思，何尝不忆！

自庄蹻入滇以来，即有七十几代；诸葛征南之后，又近二千余年。高峡平湖，海水频盈；茶马古道，桑田屡变。岂片言之能诠，非愚我之可及。至于风土习俗，古来共谈；民族节庆，极有可观。既古既今，亦粗亦雅。所谓人文之厚，可称世间之独。集先民之大成，卓尔不凡；蕴经典于民间，俨然无双。山林愧而带怜，溪泉妒而含羨。情迷之地千计，心醉之处万般。傣女浴夕照之河，藏汉对风餐之酒。飘飘经帙，香格里拉之标；婀娜舞影，勐巴娜西之魂。承唐宋之遗风，洞经返古；响丝竹之新乐，葫芦揄今。火把煌兮晓未眠，长宴宏兮夜不散。壮乡飞歌，悠悠如天籁过耳；佤山跳鼓，铿铿若金玉坠地。苗家艳服，男女为之动容；白族珍珠，老少为之垂涎。以致地漫古风，寨流山调，裙生妩媚，袖起粗犷。无以喻焉，只能感之。

敬想有朋自远，行旅相过，优游云南，放浪形迹。此君子之佳游，乃人生之快事。既生神往之想，便萌首途之意。心悠悠以孤去，身飘飘而将逝。无寓情于暇日，唯属意于美景。高山寻云，深谷对崖，纵横山水，慕庄子之道遥；踌躇志向，企陶氏之清旷。朝发龙山，纳元谋之古气；暮走藤桥，惊怒江之独族。探数千里之边关，姑游异国；访廿五族之风情，权作福分。凡心因之潜形，激情于是满怀。非无乐极之忧，诚有兴尽之憾。叹即赏之有时，嗟重游之无期。

至若追风村径，寻芳山间，嚼农家之野菜，酌陈年之米酒。茶气拂桌榻之前，泥香拥肺腑之内。登高望远，暂得怡神之愉；去烦消愁，聊解劳心之苦。是知徜徉都市之外，睥睨天地之间，志与秋天竞高，心与春色争绿。虽非得意，然可忘形。真可谓我行我素，自由自在也。

林共
2007.10



前言

reface

自驾游相对于自助游、跟团游而言,风险、未知、迷惑、烦恼都明显增大。怎样做到让自驾者轻松愉快地去自己想要去的地方,这是本书贯穿始终的中心思想。一言以蔽之,体现人性化。因为我们要走市场,因为我们面对的是挑剔的读者,因为我们曾经为此断言“三年内无人超越”,因为我们在做一本类似工具书的旅游宝典。

为适应云南自驾车旅游资讯及消费的需求,在云南省各州市旅游部门的大力支持、配合下,在众多旅游专家的指导下,编委会经过近一年的实地踏勘、资料收集和艰苦细致的编辑工作,才将此书完美奉献给读者。毫无疑问,我们以最权威、最全面、最实用为本书取向。

我们不屑于那种纯粹而简单的旅游景点介绍或看似游记的叙述,而缺失了最重要的实用资讯和第一手资料;我们不甘于蜻蜓点水般的马虎提示,而是尽可能地一一提供行、游、吃、住、娱、购以及门票、公路里程、沿线收费、当地气候、最佳旅游时间等相关即时信息,做到真正有用;我们不惧于麻烦甚至繁琐,而是全面地推荐医院、汽修、旅游求助、游客咨询等,专辟出示意图、速查、一览表之类,并深入落实到各个细节之中;我们不同于一般旅游书籍的景区罗列、线路堆砌,而是站在旅游者的角度去遴选出不同类别的景区,设计出合乎自驾的线路,做到旅游不倦;我们不拘于云南本土,而是尽力为自驾者提供跨省、出国自驾游的增值资讯,使之能够一册多得;我们不落于俗套,而是创造性地整合了主题之旅,让自驾者有多元化、个性化的选择;我们不囿于传统做法,而是把云南的每个州市都作为旅游中心,充分顾及东南西北,旨在增强操作性;我们满足于停留在景点、线路的着力推介上,而是把视角延伸开去,因此有了文明旅游约定、自驾车出行备忘、民族节庆一览、少数民族语言会话等链接内容;我们不擅于文字、词藻的组合,但我们还是间杂以抒情铺采,使之更加具有可读性。

为此,我们共设计出云南50条自驾线,云南20个经典主题之旅,4条跨国自驾线和4条出境线,囊括云南16个州、市125个县(区、市)580个景区(点)、旅游项目,拥有30000多条即时资讯、500余张精美图片、52幅实用旅游示意图。

本书还将在每年的适当时候推出最新升级修订版,使其在保持领先的同时始终不过时。

所以,本书至少可以让车行云南者胸有成竹地、自“游”自在地享受一番完美的旅程!

目录

CONTENTS



云南自驾车旅游宝典	
文明旅游约定·····	14
本书使用标识说明·····	15
云南五大主线路安全自驾预知·····	16
云南高速高等级公路	
小车限速示意图·····	17
自驾游出行备忘手册·····	18

车行云南

—云南16州市自驾游全攻略

◆滇中旅游区 昆明



人间春色满昆明·····	28-31
--------------	-------

昆明资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

春城无处不飞花

昆明市市区郊览胜·····	32
金马碧鸡坊/ 翠湖公园/ 圆通寺—圆通公园/ 大观公园/ 世界园艺博览园/ 昆明动物博物 馆/ 休闲娱乐场所推荐之KTV / 昆明市好去 处推荐之乡村/ 云南民族村/ 金殿公园/ 云	

南野生动物园/ 西山森林公园/ 黑龙潭公园/ 休
闲娱乐场所推荐之洗浴足疗/ 云南特色购物场
所推荐/ 部分三星级以上宾馆/ 特色餐饮

中国喀斯特精品线

昆明→宜良→石林·····	38
---------------	----

阳宗海旅游度假区/ 九乡风景区/ 石林风景区

赏雪此去轿子山

昆明→禄劝·····	40
------------	----

轿子雪山风景区

金色螳川之旅

昆明→安宁→富民·····	41
---------------	----

安宁温泉风景区/ 青龙峡风景区/ 万佛山风景
区/ 伽峰山风景区

环滇池生态人文之旅

昆明→晋宁→呈贡·····	43
---------------	----

郑和公园/ 石寨山古墓群/ 斗南花市

绵延草原 斑斓土地

昆明→寻甸→东川·····	44
---------------	----

钟灵山风景区/ 北大营草原/ 天湖岛/ 红土地

◆滇中旅游区 楚雄

千里彝山多胜景·····	46-49
--------------	-------

楚雄资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

聆听远古的呼唤

楚雄→禄丰→武定→元谋·····	50
------------------	----

十月太阳历文化园/ 楚雄州博物馆/ 福塔公园/
彝人古镇/ 紫溪山森林公园/ 世界恐龙谷/ 黑井
古镇/ 狮子山/ 土林/ 元谋人遗址/ 龙街金沙江
风光

古镇怀旧 山林漫步

楚雄→南华→姚安→大姚→永仁……55
咪依噜风情谷/光禄古镇/石羊古镇/昙华山风景区/方山风景区

◆滇中旅游区 玉溪



山水家园碧玉溪……58-61

玉溪资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

高原水乡之约

红塔→通海→华宁→江川→澄江……62

聂耳公园/红塔工业园/大营街镇/九龙池公园/圆明寺/秀山历史文化公园/象鼻温泉风景区/海镜-海关风光/星云湖/李家山青铜器博物馆/明星鱼洞风景区/帽天山/抚仙湖

哀牢深处有人家

红塔→峨山→新平……69

大鱼洞风景区/锦屏山/戛洒/磨盘山国家森林公园/新化古州野林/赵米克村

游红河谷 访太阳城

红塔→元江……72

它克崖画/世界第一高桥风景区/那诺梯田/彩色膏林

◆滇东北旅游区 昭通

乌蒙磅礴走泥丸……74-77

昭通资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

山溪野径有樱桃

昭阳→鲁甸→彝良……78

大龙洞/大山包/伊斯兰民族风情区/小寨/小草坝/牛街古镇

远去的古道 今日的山水

昭阳→大关→盐津→水富……81

黄连河风景区/豆沙古镇/西部温泉大峡谷/铜锣坝森林公园

忆往昔峥嵘岁月

昭阳→威信……83

扎西会议旧址/观斗山

◆滇东北旅游区 曲靖

珠江源行古爨情……84-87

曲靖资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

游山玩水 踏沙赏花

麒麟→陆良→师宗→罗平……88

爨宝子碑/翠峰山/大觉寺与千佛塔/爨龙颜碑/彩色沙林/菌子山/凤凰谷/九龙瀑布群/鲁布革三峡/多依河风景区/油菜花海

探寻古道雄关珠江源

麒麟→沾益→富源→宣威……92

彩云洞/珠江源风景区/胜境关/十八连山自然保护区/东山公园/可渡古驿道遗址

藏在乌蒙人已识

麒麟→会泽……94



万寿宫/ 娜姑古镇/ 大海草山风景区/ 大桥黑颈鹤自然保护区/ 雨碌大地缝/ 曲靖主要民俗节庆活动

◆滇东南旅游区 红河

激情红河醉风情……………96-99

红河资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

滇南溶洞甲天下

蒙自→开远→弥勒→泸西……………100

南湖公园/ 缘狮洞/ 中共云南省委一大会址/ 万亩石榴园/ 碧色寨火车站/ 泸江公园/ 南洞风景区/ 锦屏山风景区/ 红河卷烟厂/ 白龙洞/ 阿庐古洞

感受名邦名城

蒙自→建水→石屏……………105

朱家花园/ 燕子洞/ 文庙/ 异龙古镇/ 郑营村

悠悠锡都 浩浩梯田

蒙自→个旧→元阳→绿春……………107

宝华公园/ 哈尼梯田/ 哈尼长宴主会场/ 黄连山

越走越近越南

蒙自→屏边→河口……………109

大围山/ 南溪河风景区

◆滇东南旅游区 文山

田园诗画数文山……………110-113

文山资讯/ 旅游示意图/ 特别提示



湖光山色田园风

文山→砚山→丘北……………114

西华公园/ 白沙坡温泉/ 文笔塔/ 浴仙湖风景区/ 黑巴草原/ 普者黑

世外桃源 梦里壮乡

文山→广南→富宁……………117

坝美村/ 峰岩洞村/ 八宝风景区/ 归朝三寨/ 驮娘江风景名胜

今日老山 情系南疆

文山→西畴→麻栗坡……………120

鸡冠山森林公园/ 曼龙彝族花倮村/ 小河洞遗址/ 一大王岩崖画/ 老山风景区

◆滇西北旅游区 大理

大理四季好风光……………122-125

大理资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

江山留胜景 我辈复登临

大理→宾川→祥云→弥渡→

南涧→巍山……………126

苍山风景区/ 洱海/ 南诏德化碑/ 大理古城/ 崇圣寺三塔/ 蝴蝶泉公园/ 鸡足山/ 清华洞/ 水目山/ 南诏铁柱/ 东山森林公园/ 灵宝山/ 巍山古城/ 巍宝山

水光山色共徘徊

大理→洱源→剑川……………132

茈碧湖/ 西湖/ 剑湖/ 石宝山风景区

野花啼鸟一般春

大理→漾濞→永平→云龙……………134

石门关/ 宝台山/ 天池/ 大理州主要民族节日及民俗活动一览

◆滇西北旅游区 丽江

天雨流芳成丽江……………136-139

丽江资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

梦幻古城 绝色玉龙

古城→玉龙……………140

丽江古城/ 黑龙潭/ 观音峡/ 印象·丽江演出/ 纳西古乐/ 玉龙雪山/ 拉市海湿地公园/ 玉水寨/ 宝山石城/ 石鼓镇和长江第一湾/ 黎明千龟山/ 老君山九十九龙潭

多情应是女儿国

古城→永胜→宁蒗……………146
灵源箐/ 程海/ 泸沽湖女儿国/ 永宁温泉/ 丽江自驾游6条线路推荐

◆滇西北旅游区 迪庆

四季桔荣皆斑斓……………150-153

迪庆资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

此景应是天堂有

香格里拉→德钦→维西……………154
独克宗古城/ 松赞林寺/ 普达措国家公园/ 三江并流世界自然遗产迪庆生态环境保护教育基地/ 千湖山/ 石卡雪山/ 巴拉更宗国家公园/ 哈巴雪山/ 白水台/ 虎跳峡国家公园/ 奔子栏/ 白茫雪山/ 飞来寺/ 明永冰川风景区/ 茨中教堂/ 塔城达摩祖师洞寺/ 叶枝古镇/ 迪庆主要民族节庆

◆滇西北旅游区 怒江

无限风光在怒江……………162-165

怒江资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

情纵怒江大峡谷

泸水→福贡→贡山……………166
土司衙署/ 古渡木棉/ 怒江大桥/ 登埂温泉澡堂会/ 片马边境生态旅游区/ 老虎跳峡/ 知子罗/ 瓦着底高山湖/ 石月亮/ 丙中洛国家公园/ 三江并流怒江片区/ 独龙江/ 怒江民族节日

雪山赏景 草甸览胜

泸水→兰坪……………172
金鸡寺/ 新生桥国家森林公园/ 锣古箐风景区/ 碧罗雪山高山湖泊区

◆滇西旅游区 保山

情迷滇西极边地……………174-177

保山资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

青山隐隐水迢迢

隆阳→施甸→龙陵……………178

太保山公园/ 卧佛寺/ 百花岭旅游区/ 清平洞/ 石瓢温泉/ 惠通桥—松山战役遗址/ 邦腊掌温泉

寻生态乐园 游忘情山水

隆阳→腾冲……………181

国殇公墓/ 和顺古镇/ 云峰山/ 北海湿地/ 火山群国家地质公园/ 热海/ 保山自驾主题线路推荐

◆滇西旅游区 德宏

风情万种孔雀乡……………184-187

德宏资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

最是傣家风情浓

潞西→瑞丽→陇川……………188

菩提寺/ 树包塔奇观/ 法帕温泉/ 勐巴娜西珍奇园/ 三仙洞/ 遮放/ 畹町生态园/ 畹町桥口岸/ 大等喊傣寨旅游区/ 芒令独树成林景区/ 喊萨奘房/ 莫里热带雨林景区/ 弄岛宝石谷/ 景罕玉兔佛塔/ 户撒皇阁寺/ 云南景颇园/ 德宏州民族节庆一览

情满盈江 在水一方

潞西→梁河→盈江……………196

南甸宣抚司署/ 允燕佛塔/ 凯邦亚湖/ 大盈江风景名胜/ 德宏州自驾车旅游专线推荐

◆滇西南旅游区 临沧

秘境临沧分外娇……………198-201

临沧资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

阿佤情深 傣家意长

临翔→双江→沧源→耿马……………202

临沧茶文化风情园/ 五老山/ 双江万亩野生古茶树园/ 大浪坝森林公园/ 广允缅寺/ 崖画谷旅游区/ 翁丁寨/ 南滚河国家级自然保护区/ 耿马石佛洞遗址/ 孟定洞景佛寺/ 南

汀河风景区

驶向秘境金三角

临翔→永德→镇康……………206

大雪山森林公园/ 忙海湖景区/ 南伞跨国溶洞旅游区/ 临沧主要民俗节庆、节日一览

高峡平湖茶满山

临翔→云县→凤庆……………208

澜沧江高峡百里长湖旅游区/ 澜沧江啤酒企业工业园/ 石洞寺/ 鲁史古镇/ 文庙

◆滇西南旅游区 普洱

绿海明珠茶马情……………210-213

普洱资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

远上茶山石径斜

思茅→澜沧→孟连→西盟……………214

中华普洱茶博览苑/ 莱阳河森林公园/ 景迈千年万亩古茶园/ 糯福基督教堂/ 娜允古镇/ 大黑山风景名胜/ 世界佤族文化保护旅游区

走进太阳转身的地方

思茅→宁洱→墨江……………217

民族团结园/ 茶马古道源旅游区/ 北回归线标志园/ 文庙/ 普洱主要旅游节庆活动

拜名寺 访崇山

思茅→宁洱→景谷→镇沅→景东……………219

勐卧总佛寺/ 迁糯缅寺/ 佛迹仙踪—芒玉峡谷/ 千家寨/ 文庙/ 漫湾—哀牢山风景区

◆滇西南旅游区 西双版纳

柔情似水金版纳……………222-225

西双版纳资讯/ 旅游示意图/ 特别提示

满园春色 胜地雨林

景洪→勐腊……………226

西双版纳热带花卉园/ 曼听公园/ 西双版纳原始森林公园/ 野象谷/ 西双版纳傣族园/ 民族风情园/ 曼飞龙佛塔/ 勐仑热带植物园

/ 孔明山生态旅游/ 阿莲雅热带雨林主题公园/ 望天树空中走廊

中缅边境傣寨游

景洪→勐海……………230

景真八角亭/ 独树成林公园/ 云茶源旅游区/ 勐景来景区/ 黄金周西双版纳自驾游线路推荐



按途索迹

—云南六大精品线路自驾概要

六大精品旅游线路资讯……………236

六大精品旅游线路示意图……………237

滇中度假休闲旅游

昆明—玉溪—楚雄……………238

滇东北古滇文化探寻与川滇黔跨省旅游

昆明—曲靖—昭通……………240

滇东南喀斯特田园风光及中越边境旅游

昆明—红河—文山—曲靖……………242

滇西北香格里拉生态文化旅游

大理—丽江—迪庆—怒江……………244

滇西地热火山及中缅边境异国风情旅游

保山—德宏……………246

滇西南热带雨林及跨国旅游

普洱—西双版纳—临沧……………248

我行我速

—云南20个经典主题之旅

魅力小镇之旅.....254

官渡古镇/ 安宁温泉镇/ 嵩明杨林镇/ 禄劝转龙镇/ 晋宁晋城镇/ 禄丰黑井镇/ 姚安光禄/ 大姚石羊/ 澄江龙街镇/ 通海秀山镇/ 新平戛洒镇/ 会泽金钟镇/ 会泽娜姑镇/ 盐津豆沙镇/ 建水临安镇/ 石屏宝秀镇/ 广南八宝镇/ 孟连娜允镇/ 勐腊勐仑镇/ 勐海打洛镇/ 凤庆鲁史镇/ 耿马孟定镇/ 陇川章凤镇/ 隆阳板桥镇/ 施甸姚关镇/ 腾冲腾越镇/ 腾冲和顺镇/ 巍山南诏镇/ 大理市大理镇/ 大理喜洲镇/ 剑川沙溪镇/ 祥云云南驿镇/ 洱源凤羽镇/ 丽江大研镇/ 香格里拉建塘镇/ 维西塔城镇/ 维西叶枝镇/ 贡山丙中洛乡/ 云南其它知名特色小镇

国家森林公园之旅.....262

西山区棋盘山国家森林公园/ 石林圭山国家森林公园/ 宜良小白龙国家森林公园/ 易门龙泉国家森林公园/ 威信天星国家森林公园/ 陆良五峰山国家森林公园/ 罗平鲁布革国家森林公园/ 河口花鱼洞国家森林公园/ 腾冲来凤山国家森林公园/ 五老山国家森林公园/ 畹町国家森林公园/ 云南其它主要国家森林公园一览/ 绿色环保提示/ 森林公园旅游警示

边关风情之旅.....268

麻栗坡天保口岸/ 富宁田蓬口岸/ 河口口岸/ 金平金水河口口岸/ 江城勐康/ 勐腊磨憨口岸/ 勐腊勐满/ 勐海打洛口岸/ 孟连勐阿/ 沧源勐董口岸/ 耿马孟定口岸/ 镇康南伞口岸/ 潞西芒海口岸/ 畹町口岸/ 瑞丽口岸/ 陇川章凤拉影口岸/ 盈江那邦口岸/ 腾冲猴桥口岸/ 泸水片马口岸

雪山体验之旅.....274

禄劝轿子雪山/ 苍山/ 玉龙雪山/ 香格里拉哈巴雪山/ 德钦白茫雪山/ 德钦梅里雪山/ 兰坪碧罗雪山

温泉地热之旅.....278

滇池春天温泉/ 阳宗海柏联温泉/ 安宁温泉/ 福保温泉水上世界/ 寻甸星河温泉小镇/ 映月潭温泉/ 华宁象鼻温泉/ 峨山天子山温泉/ 禄丰腊玛古猿温泉/ 禄丰罗次温泉/ 水富西部大峡谷温泉/ 三宝温泉/ 师宗葵山温泉/ 文山白沙坡温泉/ 个旧贾沙温泉/ 弥勒小寨温泉/ 泸西五者温泉/ 金平勐拉温泉/ 下关温泉/ 洱源温泉/ 玉龙玉月映潭温泉/ 宁蒗永宁温泉/ 香格里拉天生桥温泉/ 泸水登埂温泉/ 腾冲热海/ 龙陵邦腊掌温泉/ 昌宁鸡飞温泉/ 施甸石瓢温泉/ 潞西法帕温泉/ 陇川贺宛温泉

/ 永德温泉/ 临翔热水塘/ 景东双河温泉/ 景洪小街温泉

特色村寨之旅..... 288

西山区团结镇/ 富民小水井苗寨/ 石林阿着底/ 澄江龙街镇禄充村/ 新平大沐浴花腰傣民族文化村/ 南华咪依噜风情谷/ 罗平长底乡明格布依村/ 富源古敢乡五水寨/ 弥勒可邑民族文化生态旅游村/ 石屏郑营村/ 建水团山村/ 红河县大羊街乡哈尼村落/ 元阳箐口民俗文化村/ 绿春诺玛阿美民族文化生态村/ 红河州其它特色村寨/ 广南坝美村/ 普者黑仙人洞村/ 喜洲周城白族民俗旅游村/ 云龙诺邓镇诺邓村/ 鹤庆新华村/ 香格里拉三坝乡白地村/ 香格里拉洛吉乡尼汝村/ 贡山丙中洛/ 福贡腊什底傈僳族风情寨/ 潞江坝/ 腾冲和顺文化生态村/ 瑞丽大等喊村/ 陇川广山景颇生态文化村/ 沧源佤族翁丁寨/ 镇康哈里德昂族寨/ 曼景兰傣寨

高原湖泊之旅.....300

滇池/ 阳宗海/ 抚仙湖/ 星云湖/ 杞麓湖/ 洱海/ 泸沽湖/ 程海/ 异龙湖

红色情怀之旅.....304

扎西会议纪念馆/ 水城红军扩军旧址/ 柯渡红军长征纪念馆/ 龙街红军横渡金沙江渡口/ 金沙江皎平渡/ 石鼓红军渡口/ 中心镇公堂/ “一二·一”四烈士墓及“一二·一”纪念馆/ 云南陆军讲武堂/ 云南省内其它红色景区(点)

水果节之旅.....308

西山团结镇苹果节/ 富民杨梅节/ 紫溪山樱桃节/ 元谋番茄狂欢节/ 华宁柑桔节/ 元江金芒果节/ 鲁甸樱桃文化节/ 弥勒东风葡萄采摘节/ 中国蒙自石榴节/ 石屏杨梅节/ 蔓耗香蕉节/ 永德芒果节

历史文化名城之旅.....312

昆明/ 大理/ 丽江/ 建水/ 巍山/ 腾冲/ 威信/ 保山/ 会泽/ 石屏/ 广南/ 孟连/ 漾濞/ 香格里拉

高尔夫之旅.....318

昆明滇池湖畔高尔夫球会/ 昆明阳光高尔夫俱乐部/ 昆明乡村高尔夫俱乐部/ 春城高尔夫湖畔度假村/ 大理苍海高尔夫球会/ 丽江古城湖畔国际高尔夫俱乐部/ 玉龙雪山高尔夫俱乐部

礼佛朝觐之旅.....322

圆通寺/ 筇竹寺/ 华亭寺/ 晋宁盘龙寺/ 通海秀山古寺观/ 弥勒县弥勒寺/ 感通寺/ 崇圣寺/ 宾川鸡足山/ 祥云水目山/ 文峰寺/ 宁蒗扎美喇嘛寺/ 香格里拉松赞林寺/ 德钦东竹林寺/ 德钦梅里雪山—卡瓦格博峰/ 维西达摩祖师洞寺/ 梨花坞/ 菩提寺/ 瑞丽姐勒

大金塔/ 喊萨寺/ 勐海景真八角亭/ 总佛寺

影视基地之旅..... 328

昆明世博动漫影视基地/ 安宁玉龙湾影视基地/ 元谋影视基地/ 曲靖翠山影视基地/ 大理天龙八部城/ 丽江束河茶马古道影视城/ 保山哀牢王宫影视拍摄基地

山水瀑布之旅..... 332

石林大叠水瀑布/ 新平南恩大瀑布/ 大姚三潭瀑布/ 大关黄连河瀑布/ 罗平九龙瀑布/ 富宁普阳瀑布/ 广南三腊瀑布/ 宾川玉龙瀑布/ 华坪滴水岩瀑布/ 香格里拉尼汝七彩瀑布/ 泸水滴水河阴阳瀑布/ 福贡腊乌岩瀑布/ 腾冲叠水河瀑布/ 瑞丽莫里扎朵瀑布/ 永德万丈岩瀑布/ 镇沅千家寨瀑布/ 景洪曼典瀑布

民族节庆之旅..... 338



石林火把节/ 彝族火把节/ 双柏彝族虎文化节/ 新化男人狂欢节/ 金平男人节/ 苗族花山节/ 广南壮族斗牛节/ 普者黑彝族花脸节/ 瑶族盘王节/ 三月三歌节/ 墨江双胞胎节/ 澜沧葫芦节/ 傣族泼水节/ 沧源佤族司岗里狂欢节/ 景颇族目瑙纵歌节/ 巍宝山打歌会/ 周城火把节/ 傈僳族刀杆节/ 中国情人节

名人故居之旅..... 346

晋宁郑和故地/ 嵩明兰茂祠/ 杨升庵祠/ 朱德故居/ 聂耳故居/ 彝良罗炳辉故居/ 龙云故居/ 卢汉故居/ 会泽唐继尧故居/ 宣威浦在廷故居/ 石屏袁嘉谷故居/ 弥勒王炽故居/ 弥勒张冲故居/ 弥勒熊庆来故居/ 楚图南故居/ 广南柯仲平故居/ 腾冲艾思奇故居/ 腾冲李根源故居/ 部分历史文化名人昆明故居

激情漂流之旅..... 352

安宁螳螂川青龙峡漂流/ 寻甸牛栏江漂流/ 易门扒河金三峡谷漂流/ 新平红河漂流/ 巧家金沙江漂流/ 盐津白水江漂流/ 罗平多依河漂流/ 河口南溪河漂流/ 富宁驮娘江漂流/ 漾濞县漾濞江漂流/ 耿马石佛洞峡谷漂流/ 孟定南汀河漂流/ 思茅澜沧江第

一漂/ 瑞丽江漂流/ 勐腊勐仑罗梭江漂流/ 景洪澜沧江漂流/ 勐海勐景来寨打洛江漂流/ 漂流警示

经典摄影之旅..... 358

圆通樱潮/ 东川红土地/ 大山包/ 罗平油菜花海/ 元阳梯田/ 丘北普者黑/ 玉龙雪山/ 德钦梅里雪山/ 三江并流风景区/ 香格里拉/ 百万亩现代生态茶园/ 傣女晚浴

普洱茶文化之旅..... 362

凤庆香竹箐大茶树/ 云县漫湾白莺山古茶园自然博物馆/ 临沧茶文化风情园/ 双江勐库茶文化谷旅游区/ 镇沅千家寨野生古茶树群落/ 景谷木兰化石/ 宁洱困鹿山万亩古茶树群落/ 茶马古道源旅游区/ 中国茶文化名人园/ 洗马河茶文化主题公园/ 中华普洱茶博览苑/ 澜沧景迈千年万亩古茶园/ 澜沧邦威古茶树/ 普洱市其它主要茶文化旅游地/ 勐腊易武茶山/ 勐海南糯山古茶园/ 巴达茶山/ 西双版纳州其它主要茶文化旅游地

考古发现之旅..... 368

呈贡龙潭山昆明人遗址/ 西山天子庙贝丘遗址/ 晋宁石寨山古墓群遗址/ 官渡羊甫头墓地/ 通海海东贝丘遗址/ 通海二街新石器遗址/ 江川李家山古墓群遗址/ 禄丰腊玛古猿遗址/ 元谋人遗址/ 楚雄万家坝古墓群/ 鲁甸野山新石器遗址/ 昭通通过山洞旧石器遗址/ 昭通巧家小东门新石器晚期墓葬/ 富源大河旧石器洞穴遗址/ 宣威尖角洞新石器遗址/ 会泽水城墓地/ 个旧倘甸新石器文化遗址/ 开远腊玛古猿遗址/ 河口孤山洞旧石器遗址/ 麻栗坡大王岩崖画/ 丘北曰者狮子山洞穴崖画/ 大理羊耳坪城遗址/ 大理银梭岛贝丘遗址/ 永平新光遗址/ 宾川白羊村新石器遗址/ 维西戈登新石器遗址/ 兰坪新石器遗址/ 龙陵大花石新石器遗址/ 施甸湾子铺新石器遗址/ 耿马石佛洞新石器遗址/ 沧源古崖画/ 云县忙怀新石器遗址/ 梁河八留地新石器遗址/ 瑞丽南姑坝古人类化石遗址/ 潞西尖山新石器时代遗址/ 象鼻山新石器时代遗址/ 景谷白银渡遗址

自由自在

—川黔桂藏出滇自驾游

昆明→成都..... 384

四川资讯/ 主要民族节庆/ 温馨提示/ 昆明至成都示意图/ 昆明→成都西线：平地→攀枝花→西昌顺路景观、食宿资讯，西昌→雅安顺路景观、食宿资讯，雅安→成都顺路景观、食宿资讯/ 昆明→成都东线：宜

宾→内江顺路景观、食宿资讯,内江→成都顺路景观、食宿资讯/实用信息/成都至各市州公路里程表

昆明→贵阳·····392

贵州资讯/主要民族节庆/温情提示/昆明至贵阳示意图/自驾提示/昆明→贵阳北线:胜境关→关岭顺路景观、食宿资讯/昆明→贵阳南线:兴义→关岭顺路景观、食宿资讯/昆明→贵阳汇合线:关岭→安顺→贵阳顺路景观、食宿资讯/实用信息/贵阳至各市州地区公路里程表/贵州自驾警示/滇黔南方喀斯特精品线路

昆明→南宁·····400

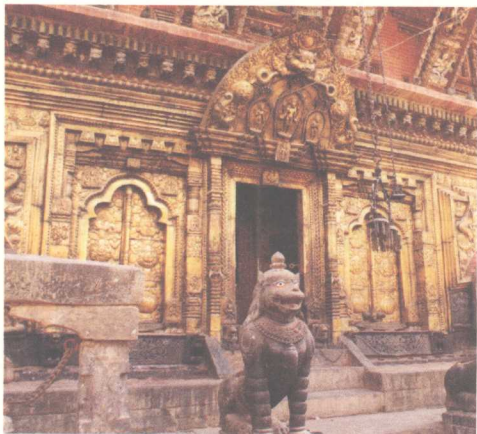
广西资讯/主要民族节庆/温情提示/昆明至南宁示意图/自驾提示/昆明→南宁北线:兴义→安龙,安龙→百色顺路景观、食宿资讯/昆明→南宁南线:剥隘→百色顺路景观、食宿资讯/昆明→南宁汇合线:百色→南宁顺路景观、食宿资讯/实用信息/南宁至各市公路里程表/广西自驾警示

昆明→拉萨·····408

西藏资讯/主要民族节庆/禁忌提示/温情提示/自驾提示/昆明至拉萨示意图/盐井→芒康顺路景观、食宿资讯/芒康→八宿顺路景观、食宿资讯/八宿→八一顺路景观、食宿资讯/八一→拉萨顺路景观、食宿资讯/实用信息/拉萨至各地区公路里程表/西藏自驾警示

行者无疆

—老泰缅尼跨国自驾游



昆明→万象·····420

重要提示/自驾线路/自驾旅游线路示意图/老挝资讯/实用信息/老挝出入境签证/老挝求助电话/特别提示

昆明→曼谷·····424

重要提示/自驾线路/自驾旅游线路示意图/泰国资讯/实用信息/泰国出入境签证/泰国求助电话/特别提示

昆明→曼德勒·····430

重要提示/自驾线路/自驾旅游线路示意图/缅甸资讯/实用信息/缅甸出入境签证/缅甸求助电话/特别提示

昆明→加德满都·····434

自驾线路/自驾旅游线路示意图/尼泊尔资讯/实用信息/尼泊尔出入境签证/尼泊尔求助电话/特别提示

附录

云南省各民族主要节日简表·····438

云南各地主要旅游商品一览表·····442

云南省国家水利风景区·····442

云南少数民族特色风味美食一览表·····447

云南各地主要特色风味美食一览表·····448

本书汽车修理速查·····450

云南国家级重点文物保护单位一览·····452

昆明市区主要4S店一览·····455

云南国家级重点风景名胜区一览·····456

云南4A级以上旅游风景区一览·····457

云南各主要城市月平均气温参考·····457

云南省级风景名胜区一览·····458

云南国家级自然保护区一览·····458

云南各州市及县(市、区)

旅游求助电话速查·····459

云南高速公路及州市交通事故报案、询问

电话速查·····461

外国驻昆明领事馆联系方式·····463

云南少数民族简单用语会话10句对照·····465

特别提示·····467

鸣谢·····468

云南自驾车旅游宝典



文明旅游约定

尊重别人就是尊重自己，在外请入乡随俗。

注意礼仪，衣着、言谈、举止等都是小节，但别人看你就是从小节看起。

爱护环境和文物，因为我们的后代仍需要它。

外出旅游如同在朋友家做客，应有客人的样子，不可随意。

旅游中的文明行为是有价值的，它会感染到你的孩子或同伴。

外出旅游提倡健康娱乐，请自觉抵制封建迷信活动，拒绝黄、赌、毒等。

请理性消费，即使你有很多的钱。

遵守一切规则，坦荡做人。

请注意文明用语，为了你的形象，请不要让人觉得你出口成“脏”。

在禁拍的景点请不要拍照；拍摄别人时，请先征得同意。

触摸或践踏民族宗教神物的行为举止都是冒失的。

了解目的地的少数民族禁忌，尊重当地的习俗，避免造成误会。

游览森林时请注意防火，并爱护自然环境和野生动物。

请不要踩踏绿地、摘折花木和果实，或追捉、投打、乱喂动物。

旅游购物或参观时，敬请排队等候。

在公共场所请不要高声接打电话、猜拳行令、喧哗吵闹。

除非在家里，天气再热也不要袒胸敞怀。

见到老外不卑不亢，不要强拉老外合影。

吃自助餐也能看出一个人的修养。

离开宾馆饭店时取走非赠品，不是贪占小便宜的问题，可能是一种偷盗行为。

礼貌使你变得高雅，助人使你得到快乐，谦让让你增添美德。

除了相片，什么也不要带走；除了脚印，什么都别留下。

带走花儿会使它的生命更加短暂，小草虽小，还请脚下留“青”。

1+1=2，一棵树+一棵树=一片树林。

文物古迹需要我们共同爱护。

随地吐痰危害健康，请珍爱你和他人的健康。

乱刻乱画也是一种恶习。

乱扔垃圾会让心灵蒙上一层灰，请将垃圾扔进垃圾桶，洁净我们的心灵。

酒店的毛巾是用来擦脸的，而不是用来擦皮鞋的。

逃票被发现很尴尬，或许还带给人一生的遗憾和内疚。

你的小孩应从小教他懂得文明，不要随地大小便。

吸烟是你的个人选择，请不要在公共场合及禁止吸烟的地方吸烟。

请你在上完卫生间后冲水，就像在自家一样。

请在人多拥挤时多多礼让，方便他人就是给自己方便。

进入教堂、寺庙等宗教场所不要大声喧哗、嬉戏。

本书使用标识说明

 绵延草原 斑斓土地 昆明→寻甸→东川	线路特色的简练概括，营造线路的意境。 为本线路的起止走向，所到目的地为县级行政区，不直接指向景区（点）；各县（市、区）内容纳相关景区（点）。
 （宜良）九乡风景区	（宜良）提示景点所在的县（市、区）或州、市， 九乡风景区 为景区（点）名称。
禄劝实用信息	县市区所在地的宾馆、医院、汽车修理、旅游求助电话的资讯。
	提供景区（点）位置、路况、顺路景观、食宿、游客咨询等信息。
	主要对当地其它旅游景区（点）、民族风情、特色餐饮、旅游购物、住宿价位等作提示性推介。
旅游求助	为本县市区旅游局电话，可咨询或投诉。
游客咨询	大多数为该景区（点）的咨询电话；少数没有管理部门的景区（点），则收录当地县市区旅游局电话。
 特别提示  自驾提示	主要对道路交通状况、事故多发黑点、道路季节性影响、限速以及存在的安全、危险等因素予以警示。

● 示意图图例

图例	
县、镇（乡）所在地	○●
州、市所在地	◎
一般风景区	■
省级风景区	■
一般公园	■
自然保护区	■
国家森林公园	■
国家重点风景名胜	■
全国重点文物保护单位	■
国家AX级风景区	■

● 正文图例

	行车指南、路况		当地综合资讯
	门票价格		特产购物
	景区游览介绍		
	餐饮资讯		
	住宿资讯		