

北京吃喝玩乐完全攻略

走街侠☆发呆族☆购物狂☆美食家☆电影迷☆刷夜派☆艺术痴☆爱书虫☆公园友☆背包客

2008-2009 最新全彩版

《北京休闲地图》编辑部 编著

北京休闲地图

Beijing Leisure Guide

● 超简明, 超便利, 超实用 ● 短期出差旅行必备

精挑细选363个目的地,
畅游京城最佳随身书

附赠超大幅
北京吃喝玩乐
旅行交通示意图

抢鲜推荐TOP8

- 年度休闲推荐
- 年度好逛推荐
- 年度好玩推荐
- 年度好吃推荐

特别策划:

- 最IN休闲路线
- 徒步休闲1日行





《北京休闲地图》编辑部

策划：考拉旅行

执行主编：陈 思 乔 东

编辑部成员：

徐 江 刘 雪 刘 华 刘 洋
韩 成 张 琳 吴 为 宋 青
昆 廷 于小慧 李 丽 谢 蓉
晓 馨 赵海菊 刘明霞 尤日和
赵小鹏 杨 真 梁乐颂 马 丹
郭利华 李晓枫 刘巧坤 谢 群
赵 馨 熊 妮 陈 鑫 李晓月
王 巍 郭全影 邵 明 任雅荣
张 璐 王金玲 易 睿 王伟东
左 兰 李君清 张家林 司 静
何文武 王 燕 余崇彬 潘 婷
徐占茜 王作武 王 玥 王 嘉
李一天 徐 放 张 宾 付 佳
朱 梁 刘 玉 谢 靓 张 媛

K928.91/12
:2008-2009
2008

《北京休闲地图》编辑部 编著



北京休闲地图

Beijing Leisure Guide

📍 超简明, 超便利, 超实用 📍 短期出差旅行必备

走街侠 ☆ 发呆族 ☆ 购物狂 ☆ 美食家 ☆ 电影迷 ☆ 刷夜派 ☆ 艺术痴 ☆ 爱书虫 ☆ 公园友 ☆ 背包客

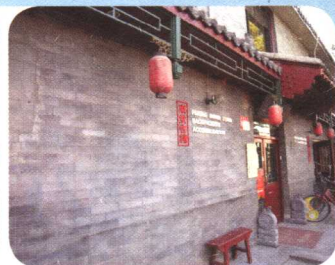


广西师范大学出版社
• 桂林 •

年度休闲推荐

南锣鼓巷

South Luogu
Lane



南锣鼓巷位于鼓楼东南，是北京最古老的街区之一。南锣鼓巷是一条南北向的长巷，如今，这条巷子已经成为与后海齐名的酒吧区。在灯红酒绿之间，四合院的古朴、浪漫与街巷的历史、沧桑融为一体。



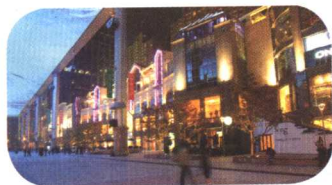


年度好逛推荐



世贸天阶

The place



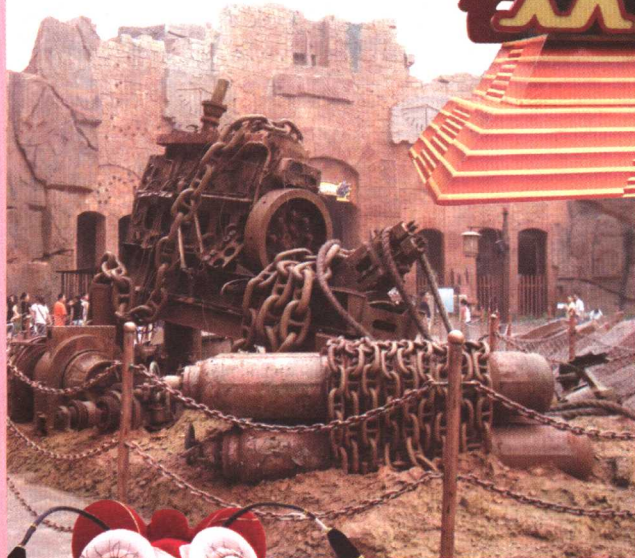
世贸天阶位于朝阳区东大桥路的东侧，是一处集合购物、美食、娱乐为一体的休闲场所。世贸天阶的上空，是亚洲首座、全球第二大规模的电子梦幻天幕。这座天幕为整条商业街带来富于梦幻色彩和时尚品位的声光组合，成为吸引人潮的奇观。



年度好玩推荐

北京欢乐谷

Happy Valley



北京欢乐谷位于东四环四方桥东南角，是一处精心打造的主题生态乐园，以时尚、动感、欢乐、梦幻的人文魅力，成为北京时尚旅游的重要地标。欢乐谷里有各种不同类型的娱乐项目，结合不同的主题文化，加以故事性的演绎，为游人带来种种梦幻神奇的欢乐体验。

年度好吃推荐

鼓楼姚记炒肝

1

Drum Tower Yao's Stewed Liver



“鼓楼一拐弯儿，姚记吃炒肝儿。”说的就是位于鼓楼湾东南角的“姚记炒肝店”。炒肝是老北京的传统小吃，可如今在北京真正做法讲究、口味地道的炒肝店却是凤毛麟角，姚记的炒肝好在制作精心，肠子处理得非常干净，绝没有异味。跟大多数的老北京小吃店一样，姚记炒肝的店面很小，装修也很俭朴，等着吃炒肝的队伍经常从柜台排到了大门口。

都一处

2

Duyichu Restaurant



都一处的头牌是烧卖，爱吃烧卖的人都讲究第一口吃下去咬破皮，尝到馅儿，要是皮太

厚或太硬都会影响味道。都一处的烧卖上桌时就像一个个透明的小果子，色泽光亮、皮薄味美。特别推荐三鲜馅儿和猪肉馅儿的烧卖，一口咬下去香味四溢，美味爽口。



年度好吃推荐

惠丰老北京涮肉

Huifeng Mutton Hotpot

3



老北京的味道，老北京的装修，老北京的铜锅，老北京的服饰，这就是惠丰老北京涮肉带给人们的独特感受。和那些“改良版”的涮肉馆不一样，惠丰老北京涮肉一直严格遵照老北京的传统风味，涮锅要用紫铜火锅、纯木炭，调料也保持了传统的配料。

护国寺小吃店

Huguosi Snacks

4

要吃北京风味的小吃，护国寺小吃店是个不错的去处。这里虽然店面不大，装修也很简单，但小吃却很齐全，像奶油炸糕、豌豆黄什么的，都是做法复杂、味道可口的老北京名点。来到护国寺小吃店，

一定别忘了尝尝这里的面茶。把米磨成细粉，加入调料熬制，吃时上面撒一层芝麻盐，再来点麻酱，那种咸香的感觉，非常爽口。



丰年灌肠

5

Fengnian Guanchang

老北京的传统小吃，这么多年来能一直保持原汁原味的实在不多，但丰年灌肠是一例。

隆福寺街上的丰年灌肠虽然店面不大，生意却好得不得了。灌肠的原料是甘薯粉，蒸熟后成形，吃时或切片与豆芽、葱花等一起炒，或用平锅煎，然后蘸着蒜汁吃，嚼起来特别筋道。丰年灌肠薄厚适中、软硬适度，一盘灌肠配上一碗粥，称得上是一顿别样的美餐。

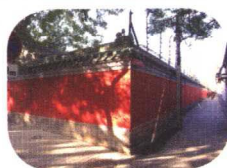
最IN休闲路线

徒步休闲1日行

STOP1

国子监

安定门往南不远，有一条很古老的国子监街；四座完整的过街牌楼，金碧辉煌，至今还耸立在这条不算太宽的街上，远远地就能看见牌楼上那三个斗大的金字“国子监”。国子监街是非常适合散步的地方，尤其是夏日的午后，大树的绿荫遮挡了烈日，听着时断时续的蝉声，街的两边满是低矮但错落有致的四合院，那是一种地道的北京的美。



STOP2

鼓楼东大街



鼓楼东大街位于鼓楼东侧，是一条历史风貌保护街。这条老街近年来以众多电子游戏以及动漫店成为人气鼎盛的电玩一条街。走在這條街上，既能体验到暮鼓晨钟下青砖灰瓦的丝丝古意，也能感受到电玩扎堆、动漫流行的时尚气息。

STOP3

南锣鼓巷

南锣鼓巷位于鼓楼东南，是北京最古老的街区之一。南锣鼓巷是一条南北向的长巷，如今，这条巷子已经成为与后海齐名的酒吧区。在灯红酒绿之间，四合院的古朴、浪漫与街巷的历史、沧桑融为一体。



STOP4

钟鼓楼

钟鼓楼是坐落在北京南北中轴线北端的一组古代建筑，是元、明、清代都城的报时中心，其类似城楼的建筑形式，飞檐翼角的独特形态，具有很高的艺术价值和审美情趣，因而成为北京一处著名的人文景观。

最IN休闲路线

徒步休闲1日行



STOP5 鼓楼姚记炒肝

“鼓楼一拐弯儿，姚记吃炒肝儿。”说的就是位于鼓楼湾东南角的“姚记炒肝店”。炒肝是老北京的传统小吃，可如今在北京真正做法讲究、口味地道的炒肝店却是凤毛麟角。姚记的炒肝好在制作精心，肠子处理得非常干净，绝没有异味。跟大多数的老北京小吃店一样，姚记炒肝的店面很小，装修也很俭朴，等着吃炒肝的队伍经常从柜台排到了大门口。

STOP6 烟袋斜街



烟袋斜街在后海北侧，街的东口北侧就是鼓楼，也可以称为连接鼓楼和后海的捷径。据说这条胡同是北京最著名、最古老的斜街了，近来因两边小店极具特色而闻名京城。小店里的东西都很精致，多为中国传统的刺绣、木雕、风筝、字画、古玩等，而酒吧装饰风格各异，既有怀古的亦有现代的，充满浪漫情调。



STOP7 什刹海

什刹海由前海、后海、西海组成，是北京唯一一处集自然风光、人文历史、市井文化、传统民俗于一身的旅游胜地，也是古都北京一处没有围墙的公园。现在，前海北沿和后海两侧已是灯红酒绿的酒吧街区，每逢夜晚，这里热闹非凡，古老和现代相得益彰。什刹海的酒吧大多倚岸而建。这些酒吧有的是一间小屋，有的则是二层小楼，酒吧装饰特别、风格各异，使整片海都弥漫着醉人的浪漫气息。

STOP8 九门小吃



随着前门一带的拆迁，一个重新云集了京城著名传统老字号小吃的地方——九门小吃，人们对北京小吃的兴趣重燃，一时间这里可谓门庭若市。这里囊括了京城传统的12家老字号小吃，小肠陈、奶酪魏、爆肚冯、月盛斋……一个个熟悉或陌生的牌匾，一张张老北京的黑白照片，让人感受到老北京饮食文化的博大精深。九门小吃的就餐形式有点像美食广场，可以在院内各小吃店里走一圈，随意挑选自己喜欢的小吃。

最IN休闲路线

徒步休闲1日行



STOP9

恭王府

如果在北京城里说到王府，现在人们能想到的，第一个便是恭王府。恭王府位于西城区前海西街，是现存王府中规模最大、保护最好的一座。恭王府不仅宽大，建筑也是最高格制，既有中国江南园林风格，又有北方造园的艺术特色。恭王府及花园设计富丽堂皇，风景幽深秀丽，被传为《红楼梦》中的荣国府及大观园的原型。

STOP10

辅仁大学旧址



定阜街的东边路北，是辅仁大学旧址，一座中西合璧式的大楼。大门内绿树成荫。从正门穿过，便可以来到后花园，那里植有很多棵松柏，与古朴的回廊融在一起，韵味十足。辅仁大学建于1927年，著名爱国人士、教育家、历史学家陈垣先生曾任校长。现在，这里是北京师范大学继续教育学院所在地。

STOP11

护国寺小吃店

要吃北京风味的小吃，护国寺小吃店是个不错的去处。这里虽然店面不大，装修也很简单，但小吃却很齐全，像奶油炸糕、豌豆黄什么的，都是做法复杂、味道可口的老北京名点。来到护国寺小吃店，一定别忘了尝尝这里的面茶。把米磨成细粉，加入调料熬制，吃时上面撒一层芝麻盐，再来点麻酱，那种咸香的感觉，非常爽口。

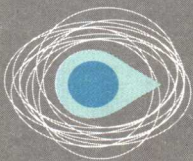
STOP12

新街口



作为较早的时尚商业街之一，新街口并不只属于某一类人群的逛街地带，它特有的朝气和多元性注定会吸引所有追求新潮的人来此淘宝。除了几家商场和名牌专卖店外，新街口多数服装小店都打着外贸服装的旗号，各店风格迥异，款式绝不雷同。此外，新街口的几家音像店在淘碟族中一直都有很好的口碑。

Mobs 走街侠



A 京城最佳散步地

什刹海及周边老胡同	018
国子监街	020
新文化街	021
琉璃厂	022
东交民巷	024

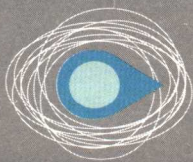
B 京城最佳时尚街

烟袋斜街	026
鼓楼东大街	028
东单及东四	029
新街口	030
五道口	031

C 京城最佳酒吧街

什刹海酒吧街	032
元大都酒吧街	033
南锣鼓巷酒吧街	034
三里屯酒吧街	036

Daydreamers 发呆族



A 京城最佳发呆处

仙踪林	040
避风塘	042
雕刻时光	043
哈根达斯	044
DQ	045
水果捞	046

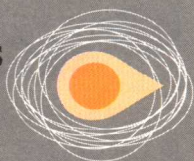
B 京城最佳咖啡屋

星巴克咖啡	047
上岛咖啡	048
真锅咖啡	049
SPR咖啡	050

C 其他特色咖啡馆推荐

米萝咖啡	051
百怡咖啡	051
盒子咖啡馆	051
格兰维尔	052
乐豪思	052
梦旅人咖啡	052

Shopaholics 购物狂



A 京城最佳商业圈

王府井

购物必逛1 东方新天地	057
购物必逛2 北京市百货大楼	058
购物必逛3 新东安市场	059
购物必逛4 利生体育用品商厦	060

西单

购物必逛1 中友百货	061
购物必逛2 君太百货	062
购物必逛3 西单商场	062
购物必逛4 西单华威	063
购物必逛5 美美时代百货	063
购物必逛6 西单明珠商场	064
购物必逛7 西单新一代商城	065
购物必逛8 77街	065

建国门商圈

购物必逛1 中粮广场	066
购物必逛2 恒基燕莎百货	067
购物必逛3 赛特购物中心	067

购物必逛4 日坛商务楼 068

秀水商圈

购物必逛1 秀水街 069

购物必逛2 秀水2号 070

购物链接1: 贵友大厦 070

购物链接2: 双子座商场 070

世贸天阶、蓝岛商圈

购物必逛1 世贸天阶 071

购物必逛2 蓝岛大厦 072

购物必逛3 丰联广场 073

购物链接: 百脑汇 073

国贸、新光天地商圈

购物必逛1 国贸商城 074

购物必逛2 新光天地 074

燕莎商圈

购物必逛1 北京燕莎友谊商城 076

购物必逛2 女人街 076

购物必逛3 莱太花卉市场 077

崇文门新世界商圈

购物必逛1 新世界商场 078

购物必逛2 搜秀城 078

宣武门SOGO商圈

购物必逛1 菜市口百货商场 079

购物必逛2 庄胜SOGO 080

大栅栏

老号必逛1 中国电影诞生地大观楼 082

老号必逛2 同仁堂 083

老号必逛3 瑞蚨祥 084

老号必逛4 内联陞 085

老号必逛5 张一元 086

老号必逛6 步瀛斋鞋店 086

老号必逛7 六必居 087

B京城最佳血拼处

珍珠首选 红桥市场 088

小商品首选1 天意小商品市场 089

小商品首选2 万通小商品市场 090

小商品首选3 官园市场 090

淘衣首选 动物园服装市场 091

链接: 动物园批发市场1 东鼎市场 092

链接: 动物园批发市场2 众合市场 092

链接: 动物园批发市场3 世纪天乐市场 092

链接: 动物园批发市场4 金开利德市场 093

茶叶首选 马连道茶叶一条街 093

IT首选 中关村大街 094

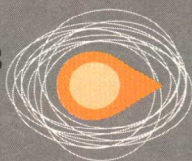
家居首选 宜家家居 095

C京城最佳挖宝地

潘家园旧货市场 096

报国寺旧货市场 097

Gourmets 美食家



A京城最佳饕餮处

烤鸭首选1 全聚德 100

烤鸭首选2 便宜坊 101

烤鸭首选3 利群烤鸭店 102

涮羊肉首选1 惠丰老北京涮肉 103

涮羊肉首选2 东来顺 104

涮羊肉首选3 口福居 105

烤肉首选1 烤肉季 106

烤肉首选2 烤肉宛 107

山西菜首选 晋阳饭庄 108

宫廷菜首选 仿膳饭庄 109

鲁菜首选1 丰泽园 109

鲁菜首选2 泰丰楼 110

鲁菜首选3 同和居 111

本帮菜首选 美味斋 112

清真菜首选 鸿宾楼 113

京味菜首选 砂锅居 114

烧卖首选 都一处 114

B京城最佳京味小吃店

护国寺小吃店 116

白魁老号 116

南来顺 117

鼓楼姚记炒肝 118

小肠陈 119

爆肚冯	120
爆肚张	120
海碗居	121
老北京炸酱面大王	121
老磁器口豆汁店	122
庆丰包子铺	123
馄饨侯	124
丰年灌肠	125
瑞宾楼	125
门丁李	126
九门小吃	127
西单翅酷	128

C 京城最佳地方特色小吃店

饅王	129
面酷	129
延吉餐厅	130
西安饭庄	131
马华拉面	131

D 京城最佳约会餐厅

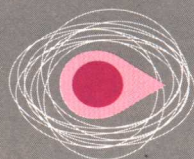
娃哈哈醉爱时尚餐厅	132
鹿港小镇	132
回到丽江	133
茶马古道	134
荷塘月色	134
必胜客	135
嘉禾园	136
一茶一坐	137
马克西姆餐厅	137
喜宴法式铁板	138

E 京城最佳吃辣处

麻辣诱惑	139
蜀地传说	140
渝信川菜	141
蟹老宋香锅	141
陶然居	142
渝乡人家	143
巴国布衣	144
沸腾鱼乡	144
谭鱼头	145
眉州东坡酒楼	146

金山城	147
川办餐厅	148

Movie Fans 影迷



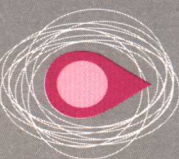
A 京城最佳看大片影院

华星国际影城	152
万达国际影城	153
新东安影城	154
东方新世纪影院	154
搜秀影城	155
星美国际影城	155
美嘉欢乐影城	156
金逸国际影城	156
大华电影院	156
紫光影城	157
影协电影院	158
长虹影城	158

B 京城最佳淘碟处

北京音像大厦	159
--------	-----

KTV Lover 刷夜派



A 京城最佳KTV

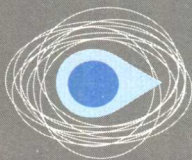
钱柜	162
麦乐迪	163
乐圣	163

同一首歌	164
糖果	164
魔方	165
好乐迪	165

B其他KTV推荐

海市蜃楼	166
歌来美	166
开心100	166
东方金柜	166
北方鑫柜	166
红猪	167
喜乐迪	167
名乐岛	167
可乐思	167

Art Mania 艺术痴



A京城最佳剧院、音乐厅 及表演茶馆

国家大剧院	170
北京人民艺术剧院	171
保利剧院	172
北京音乐厅	173
中山公园音乐堂	174
长安大戏院	174
正乙祠戏楼	175
湖广会馆	176
老舍茶馆	177
梅兰芳大剧院	178
天桥乐茶园	179

B京城最佳艺术馆

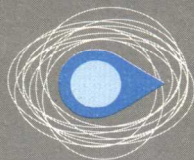
中国美术馆	180
今日美术馆	181

中华世纪坛世界艺术馆	182
北京皇城艺术馆	183
炎黄艺术馆	184

C京城最佳前卫艺术地

798工厂	185
长城脚下的公社	186
宋庄	187

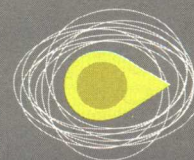
Book Worms 爱书虫



A京城最佳淘书处

北京图书大厦	190
王府井书店	191
王府井外文书店	192
中关村图书大厦	193
第三极书局	194
涵芬楼书店	195
三联韬奋图书中心	196
风入松	197
三味书屋	198
万圣书园	198
光合作用书房	199
中国书店	200
北京图书批发市场	201
地坛书市	201

Park Friends 公园友



A 京城最佳游乐园

北京欢乐谷	204
北京游乐园	206
石景山游乐园	207
世界公园	208
北京动物园	209

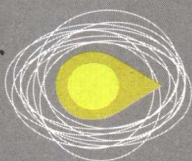
B 京城最佳约会公园

陶然亭公园	210
明城墙遗址	211
景山	212
皇城根遗址公园	212
紫竹院公园	213
玉渊潭公园	213

C 京城最佳观红叶处

香山	214
八大处	215

Backpacker 背包客



A 京城最佳驾车游

登山	
登山首选1 灵山	218
登山首选2 雾灵山	218
登山首选3 云蒙山	219
登山首选4 松山	220
登山首选5 鹫峰	220

爬长城

长城首选1 司马台长城	221
长城首选2 八达岭	222
长城首选3 八达岭残长城	222
长城首选4 居庸关长城	223
长城首选5 慕田峪长城	224
长城首选6 黄花城长城	225

附：箭扣长城	226
--------	-----

赏风景

风景首选1 龙庆峡	227
风景首选2 康西草原	228
风景首选3 十渡	228
风景首选4 雁栖湖	229
风景首选5 京东大峡谷	230
风景首选6 金海湖	230

访古

古迹首选1 十三陵	231
古迹首选2 潭柘寺	232
古迹首选3 戒台寺	233
古迹首选4 云居寺	234
古迹首选5 川底下村	235
古迹首选6 古北口	236
古迹首选7 妙峰山	237

探秘

探秘首选1 沿河城	238
探秘首选2 谷积山灵鹫禅寺	238
探秘首选3 圈门和峰口庵	240
探秘首选4 七王坟	241
探秘首选5 榆林堡	241

Beijing Gym Guide 北京健身地图

A 健身俱乐部推荐

中体倍力健身俱乐部	244
京体健身中心	244
青岛健身	244
浩沙健身俱乐部	245
葆莱健身俱乐部	245
The Spa健身俱乐部	245
都市脉搏俱乐部	245
宝迪沃一英派斯	246
加州健身姚明运动馆	246

B 瑜伽馆推荐

悠季瑜伽馆	246
天地心韵王媛瑜伽	246

清河雨桐瑜伽中心	247
科雯瑜伽	247
梵歌瑜伽健身馆	247
静园瑜伽中心	247
斐舒瑜伽馆	247
蝉舟瑜伽馆	248
阿特玛瑜伽	248

C游泳馆推荐

东单游泳馆	248
特佳游泳馆	248
郡王府游泳馆	249
月坛游泳馆	249
八一游泳馆	249
海淀游泳馆	249
颐方园体育健康城游泳馆	249
宣武体育场游泳馆	249
天坛游泳馆	249
京体游泳馆	249
北京体育馆游泳馆	250

D网球场推荐

北京体育馆网球场	250
北京国际网球中心	250
先农坛网球场	250
中日青年交流中心网球场	250
首体网球中心	250
海淀体育场网球场	251
奥体中心网球场	251
朝阳公园网球中心	251

E羽毛球馆推荐

光彩体育馆	251
北京体育大学羽毛球馆	251
首都体育馆综合训练馆羽毛球馆	251
北京大学生体育馆	252
北京航空航天大学体育馆	252
海淀体育馆	252

F保龄球馆推荐

工体100保龄球中心	252
金兰道俱乐部	252
东单保龄球馆	252
锡华保龄球俱乐部	253
京长保龄球馆	253
金坛保龄中心	253
北京宣武体育馆	253

G垂钓场推荐

怡春垂园	253
------	-----

国奥垂钓俱乐部	253
稻香垂钓园	254
浩华垂钓宫	254
碧溪垂钓园	254
上庄垂钓中心	254

H高尔夫球场推荐

北京万柳高尔夫俱乐部	254
北京北湖国际高尔夫俱乐部	254
北京奥克高尔夫球俱乐部	255
颐泉高尔夫俱乐部	255

I滑雪场推荐

怀北国际滑雪场	255
密云南山滑雪场	255
云佛山滑雪场	255
石京龙滑雪场	256
京东大峡谷滑雪场	256
龙凤山滑雪场	256

J攀岩场推荐

首体攀岩中心	256
龙潭湖攀岩场	256
日坛公园攀岩场	256
雁栖湖攀岩场	257
青龙峡攀岩场	257

K射击场推荐

北京射击场	257
北方射击场	257

L骑马推荐

天星调良国际马术俱乐部	257
长城阳光山谷马术俱乐部	258
康西草原俱乐部	258

M蹦极推荐

青龙峡	258
十渡	258
龙庆峡	258
火箭式蹦极	258
龙潭湖公园	259

Olympic Game Venues 奥运场馆一览

A奥运场馆3大热点必看	262
B其他奥运场馆交通一览	265