

超 中 国 旅 游 手 册

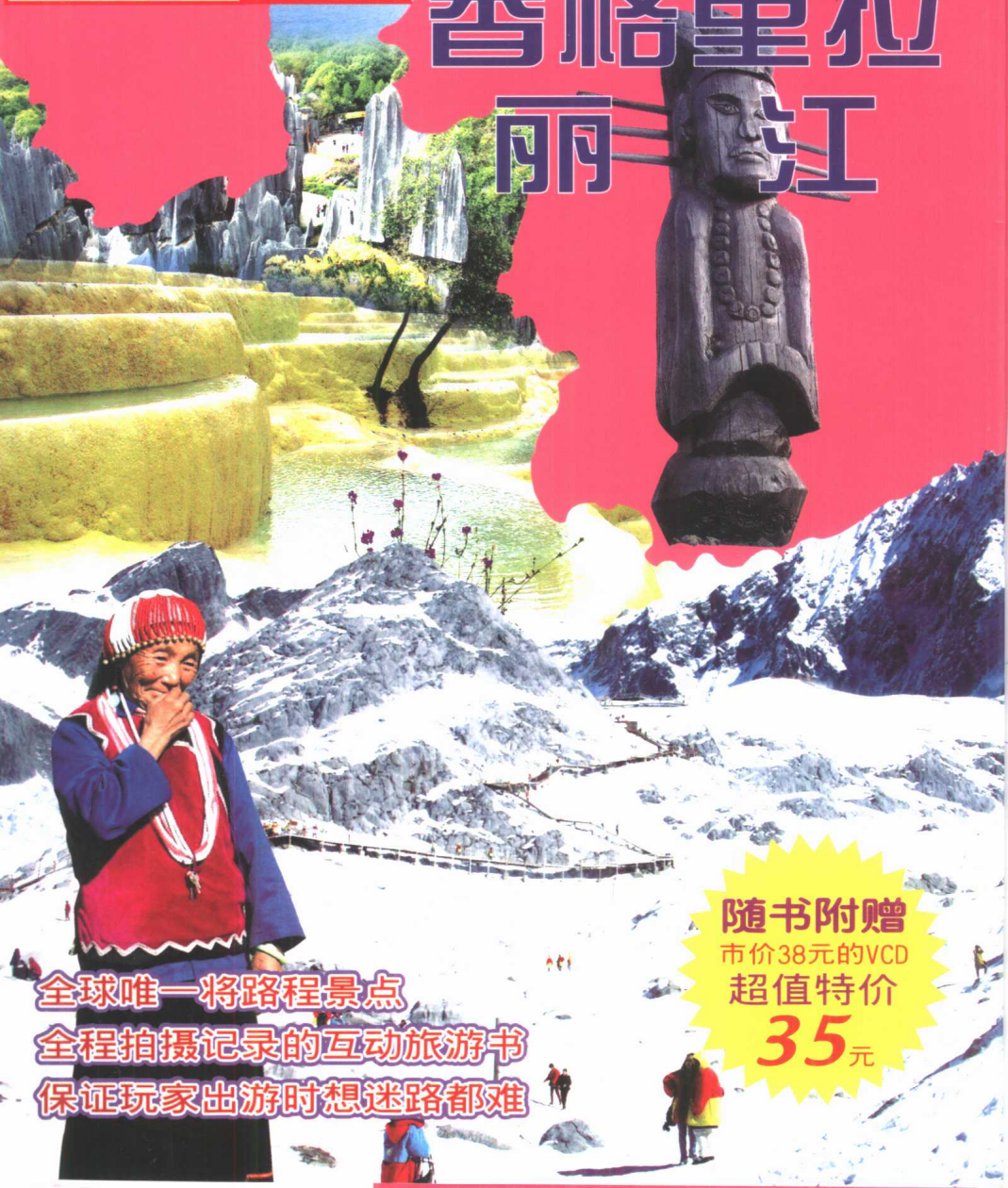
作者 李璇嫣

人民交通出版社

自由自在游

▶ LET'S GO TO YUN NAN

香格里拉 丽江



全球唯一将路程景点
全程拍摄记录的互动旅游书
保证玩家出游时想迷路都难

随书附赠

市价38元的VCD

超值特价

35元

● ● ● ● ● ● ● ●

THE HISTORY

OF THE CHINESE

西格里和 丽红

THE HISTORY

OF THE CHINESE

3.5

图书在版编目 (CIP) 数据

自由自在游丽江、香格里拉 / 李璇嫣编著. — 北京:
人民交通出版社. 2003.1

(超 In 中国旅游手册)

ISBN 7-114-04544-1

I.自... II.李... III.①旅游指南—丽江地区

②旅游指南—迪庆藏族自治州 IV.K928.974.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 104739 号

动静国际有限公司授权出版

超 IN 中国旅游手册 4

《自由自在游香格里拉、丽江》

策划: 北京世纪汇通文化发展有限公司

作者: 李璇嫣

编辑: 颜东

版面视觉构成: 李辉

责任编辑: 谢仁物

出版发行: 人民交通出版社

社址: 北京市和平里东街 10 号, 100013

电话: (010)64298483 (010)84255909

传真: (010)64216602

网址: <http://www.pcph.com.cn>

经销: 各地新华书店

印刷: 北京印刷一厂

版次: 2003 年 1 月第 1 版

印次: 2003 年 1 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-114-04544-1

开本: 889 × 1194 1/32

印张: 6.5 印张

印数: 0001-15000 册

定价: 35.00 元

自由自在游 香格里拉, Yun Nan

丽江

超 in 中国旅游手册

4

自由自在游

香格里拉, Yun Nan

丽江

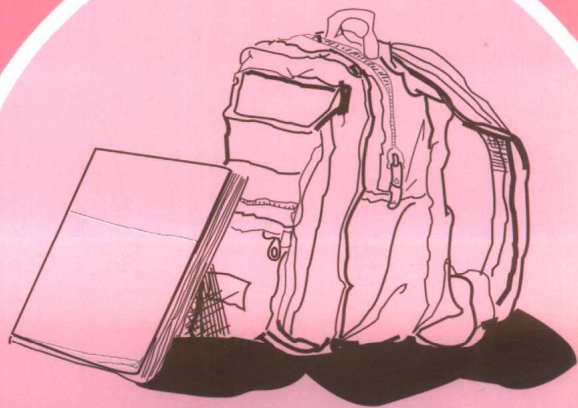
超 in 中国旅游手册

4

超IN中国旅游手册

4

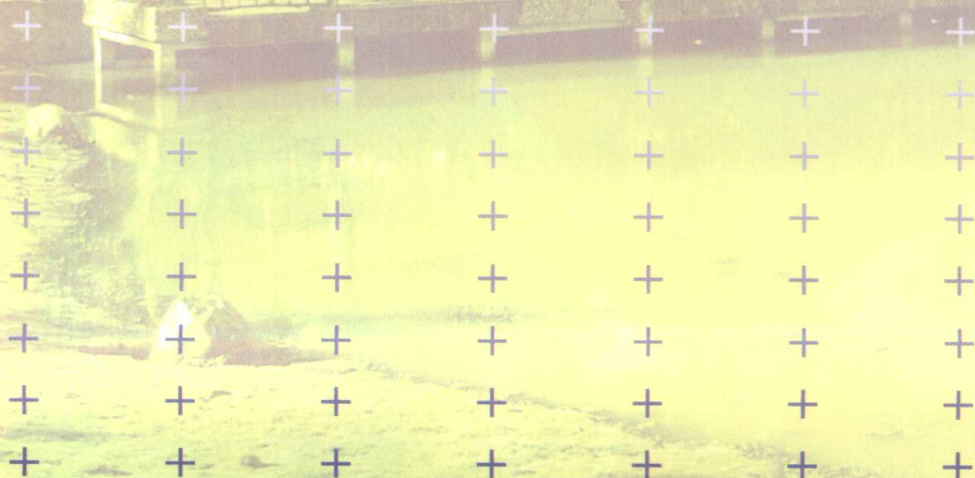
自由自在游香格里拉
丽江
Yun Nan





每个人的心中都有一个属于自己的地方，那里有不可磨灭的温柔记忆：春城无处不飞花的花都昆明；风花雪月多情的大理；让人梦牵魂系的艺术古都丽江；自助者大本营虎跳峡；梦中的香格里拉——梅里

雪山；拥有纹面独龙人的怒江大峡谷；北方极地地热腾冲；缅甸友邻瑞丽金三角；孔雀之都西双版纳……这些都是彩云之南的诱人画面，走进画里，体验纯朴，还你一片蓝天白云，绿水青山。



editorial

作者手札



也许到了最后所有的这些都只不过是过眼云烟，所能记起的只有某一次午后在丽江咖啡馆里的品到的无名咖啡，或是大理宾川的鲜香海稍鱼，甚至会是西双版纳的野味烧烤…

记忆都已融入片断，渗透入思绪的某一段，会突然其来的让你忆起：曾经，在云南…



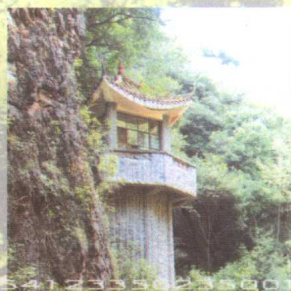


01200123214204711325554233562350012321010101

STEP*0行前准备	011	STEP*1前往云南	033	STEP*2世博园之旅	045
云南简介	012	乘机篇	034	前往世博园	046
行前准备篇	014	家~机场	034	世博园	047
交通方式	015	机场登机	034	金殿	052
购买机票	015	机上篇	035	晚餐	054
购买火车票	016	昆明简介	036		
购买汽车票	016	下机篇	037	STEP*3环游滇池	055
办理保险	016	提领行李	038	西山森林公园	057
行李准备	017	机场~宾馆	039	龙门	058
预算规划篇	018	家~火车站	040	云南民族村	062
预算甜甜圈	021	车上篇	040	大观楼公园	066
云南交通篇	023	饭店介绍	041		

交通工具种类	023	昆明饭店	041			
云南住宿篇	024	吉鑫滇味城	042			
住的方面	024					
住宿及退房	025					
饭店设施使用	026					
云南美食篇	026					
特产	027					
当地情报站	028					
云南畅游秘笈	029					

页 码 索 引



STEP*4石林之旅-----069	STEP*6多情洱海-----085	STEP*8大理古城游览-----104
石林-----072	下关简介-----086	宾川宾馆-----104
去往晚餐-----075	饭店简介-----089	大理古城-----104
金马碧鸡坊-----076	早餐-----090	MCA-----106
驼峰航线-----076	畅游洱海-----091	三塔倒影公园-----107
回饭店-----076	返回下关-----096	古城环游-----108
	晚餐-----096	晚餐-----109
		洋人街-----110
		返回饭店-----110
STEP*5九乡溶洞-----077	STEP*7佛光之旅-----097	STEP*9点苍山之旅-----111
前往九乡-----078	鸡足山-----098	点苍山-----112
九乡风景区-----079	回宾川宾馆-----102	回MCA-----115
返回饭店-----081	晚餐-----102	
前往昆明火车站-----082		
大理-----083		

[illegible]



0120012321420471 @ 2012354123356235001232101010

STEP*10沙坪集市之旅——117

MCA(Check Out)——	118
沙坪集市——	119
喜洲白族民居——	120
丽江简介——	124
入住饭店——	125
晚餐——	126

STEP*11大研镇之旅——127

木府简介——	129
黑龙潭——	132
东巴博物馆——	133
大研古城畅游——	136
纳西古乐——	138

STEP*12第一湾之旅——139

客栈——	140
长江第一湾——	141
石鼓公园——	142
古城闲情——	144
晚餐——	144
泡酒吧——	144

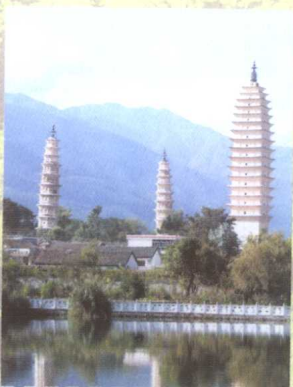
STEP*13邂逅玉龙雪山——145

早餐——	146
玉龙雪山——	147
牛坪村——	152
冰川公园——	150
东巴神园——	151
玉水寨——	152
白沙壁画——	152

STEP*14泸沽湖之旅——153

泸沽湖——	156
入住阿夏大酒店——	159
晚会——	160
泸沽游湖——	162
返回丽江——	168

页 码 索 引



节日一览-----204

[illegible]

北京是中国的首都，拥有3,000多年的建城史和800多年的建都史，是中国的七大古都之一。

600年的皇城史使得现代北京弥漫着深深的文化气息，留下了或堂皇或精致的皇家建筑：有世界上最完整的木结构的宫殿群故宫、典雅华丽的天坛、现实中的仙境北海、元明清三代的国家最高学府国子监、记录皇族贵戚生活轨迹的恭王府……

热卖中





STEP 00

行前准备



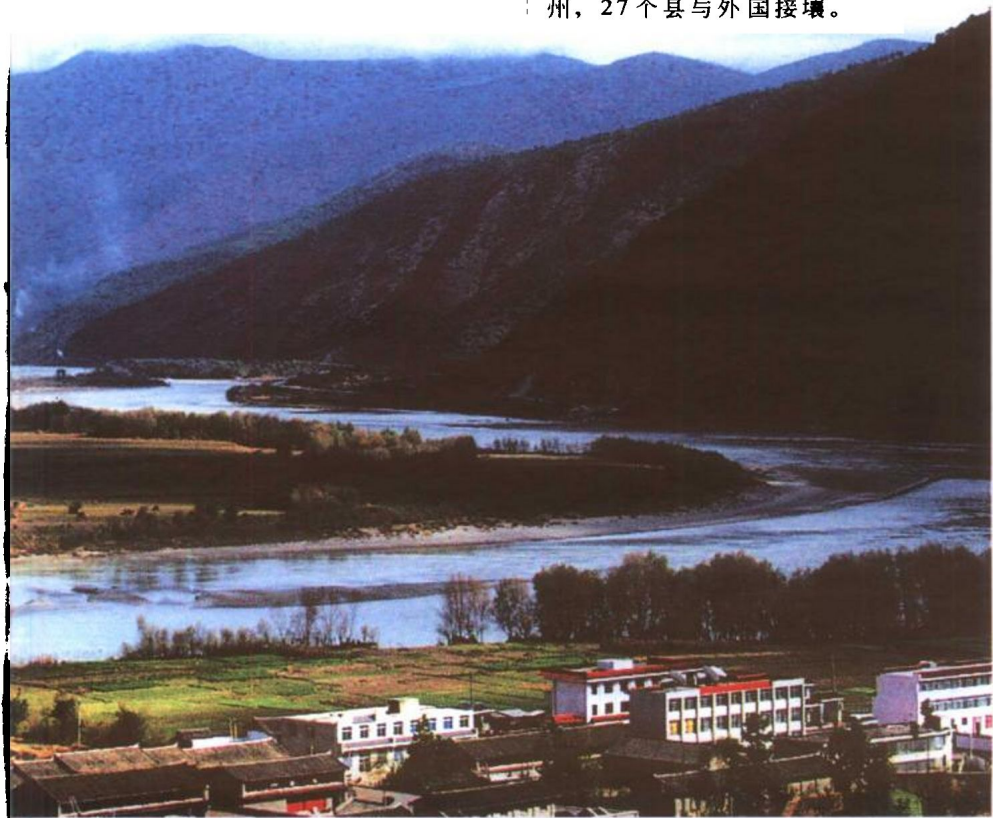
云南地处中国西南边陲，总面积39.4万平方公里，北回归线横贯云南南部。全省土地面积中，山地约占84%，高原、丘陵约占10%，盆地、河谷约占6%。平均海拔2000米左右，最高海拔6740米，最低海拔76.4米。

云南东部与贵州省、广西壮族自治区为邻，北部同四川省相连，西北隅紧倚西藏自治区，西部同缅甸接壤，南部同老挝、越南毗邻。从整个位置看，北依广表的亚洲大陆，南连辽阔的太平洋和印度洋之间的东南亚半岛，处在东南季风和西南季风控制之下，又受西藏高原区的影响，从而形成了复杂多样的自然地理环境。



云南自古就是中国内地连接东南亚各国的陆路信道，与邻国的边界线总长为4060公里，其中：中缅段1997公里，中老段710公里，中越段1353公里。

云南全省共有17个地区（自治州或地级市），127个县（市）。其中，民族自治州8个（楚雄彝族自治州、红河哈尼族彝族自治州、文山壮族苗族自治州、西双版纳傣族自治州、大理白族自治州、德宏傣族景颇族自治州、怒江傈僳族自治州、迪庆藏族自治州）；地区7个（昭通、曲靖、玉溪、思茅、保山、丽江、临沧）；地级市2个（昆明、东川）。并且有8个地州，27个县与外国接壤。





出 外旅游的方式通常分为团体旅行与自助旅行两种：团体旅游方面，大家一定非常熟悉，一般都是由旅行社安排好行程，并以游览车接送的方式带着旅客到各个景点游玩。此种游玩方式的优点在于在旅游高峰期(比如五一、十一期间)能以最优惠的价位拿到机票或车票，而且免去此种时节住宿不便的困苦。但其缺点也是众所周知的：没有太多个人空间，所有行动必须以整团活动为主，再加上没完没了的探访购物店，实在让人不胜其苦。

而自助旅行，也就是本书中重点指导的旅游方式，便是从出发到回家的整个过程都必须亲力亲为。此种旅游的优点自然不言而喻：完全自我的空间，完全纯真的体验。唯一的不足便是因全部亲身而为，旅程中充满了不安定的因素。当然，这也是本书诞生的原由，只要您持有本书，这种不安感便可降至最低，让你拥有一个全新的旅程！

无论是哪种旅游，对于当地的了解都是相当重要的。虽然云南没有语言及文字上的障碍，但想要完成一趟成功又好玩的快乐旅游，事前的旅游规划是绝对少不了的。

一个完美的自助旅行更是如此，把行前的资料准备齐全，能问就问，不然就上网去查，尽量收集资料，这样才能玩得尽兴。当然本书是绝对不能少的，本书从最初的旅游资料的收集、相关证照的办理、景点行程的规划到购买机票、预订旅馆、机场到投宿的旅馆房间的交通方式、费用以及如何在当地来自如都详细地为您进行了介绍，这样便能确保您旅途顺畅，万无一失。



而有关于“预算规划”的部分，由于牵涉的问题太广、太重要了，本书也进行了深入地分析与探讨。所以请各位在看完本书“行前准备篇”后，能够打铁趁热继续参考本书在“预算规划篇”中就衣、食、住、行所做的旅费分析。

行前该准备什么东西也是一个重要内容，似乎从牙膏、牙刷到个人药箱等应有尽有，可是要将这些东西通通塞进行李箱的话，可真是一个头两个大啊！而且完全违反“自助旅行”轻松简便的原则。因此，本书就教您如何取精华去糟粕，该带的一样也不能少，不需要带的也绝不要增加自己的困扰。以下，笔者就从旅行准备阶段的购买机票(车票)开始介绍吧！