

带着相机去旅行

DUMONT

杜蒙·阅途

「拍」甘南

完美路书

路线·景点·住行玩

边走·边拍·游甘南

DAY BY DAY

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

全新升级行摄线路与实用信息完美融合

北京出版集团公司
北京出版社



DUMONT

杜蒙·阅途



带着相机去旅行

拍 甘 南

完美路书

藏羚羊旅行指南编辑部 编著



北京出版集团公司
北 京 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

带着相机去旅行：拍甘南完美路书 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. — 北京：北京出版社，2017.1

ISBN 978-7-200-12579-5

I. ①带… II. ①藏… III. ①旅游摄影—摄影技术②旅游指南—甘南藏族自治州 IV. ①J416 ②K928.942.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第255471号

带着相机去旅行

拍甘南完美路书

DAIZHE XIANGJI QU LÜXING

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

*

北京出版集团公司
北京出版社 出版

(北京北三环中路6号)

邮政编码：100120

网 址：www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行

新华书店经销

北京天颖印刷有限公司印刷

*

889毫米×1194毫米 32开本 6.25印张 200千字

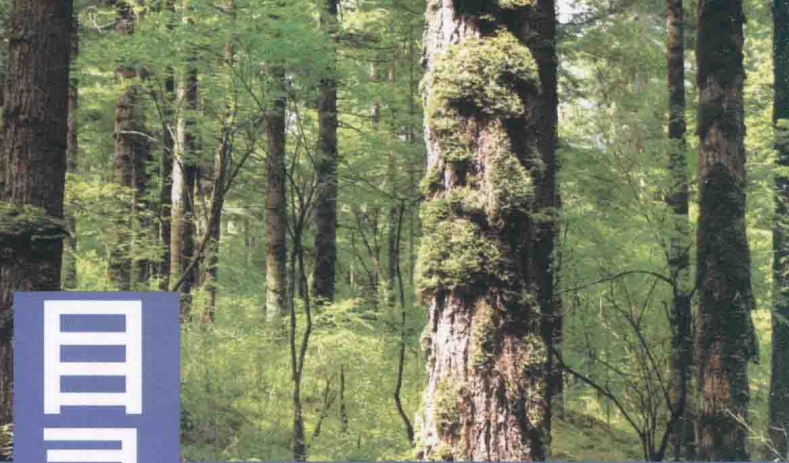
2017年1月第1版 2017年1月第1次印刷

ISBN 978-7-200-12579-5

定价：39.80元

如有印装质量问题，由本社负责调换

质量监督电话：010-58572393



目录

11 第一部分 重拾丝路之城的风情

13 第1章 黄河岸边看兰州

14 1 兰州及周边经典摄影之旅 都市风光—古建筑—自然风景

16 2 单天行摄路线

第1天 白塔山—甘肃省博物馆—五泉山

第2天 兰州西关清真大寺—中山桥—城隍庙—黄河风情线（滨河路）

第3—4天 银滩湿地公园—仁寿山天斧沙宫—连城鲁土司衙门旧址—吐鲁沟

第5天 兴隆山

第6—7天 青城古镇—白银黄河石林—永泰古城

第8天 定西霸陵桥—首阳山

52 3 还可以去拍这些地方

兰山森林公园

大敦煌影视城

石佛沟国家森林公园

黑城子古城堡

58 4 实用信息

行在兰州

飞机/铁路/汽车/市区交通

住在兰州

吃在兰州

购在兰州

63 第二部分 行走在秦岭脚下

65 第2章 拍不尽的甘肃东南

66 1 兰州—平凉—天水—陇南 石窟—自然风光—寺庙古建筑



68 2 单天行摄路线

第1天 兰州—平凉

第2天 平凉：延恩寺塔—崆峒山

第3天 平凉：王母宫石窟—南石窟寺

第4天 平凉：龙泉寺—云崖寺

第5天 平凉—天水

第6天 天水：秦州城隍庙—胡氏民居—南宅子—文庙—伏羲庙

第7天 天水：玉泉观—李广墓—南郭寺

第8天 天水：麦积山景区

第9天 天水—陇南：杜甫草堂

第10天 陇南：西狭颂—鸡峰山

第11天 陇南：武都万象洞

104 3 还可以去拍这些地方

文县天池

大像山石窟

卦台山

大地湾原始部落遗址

灵官峡自然保护区

月亮峡

112 4 实用信息

行在平凉 / 天水 / 陇南

平凉 铁路 / 汽车

天水 飞机 / 铁路 / 汽车

陇南 汽车

住在平凉 / 天水 / 陇南

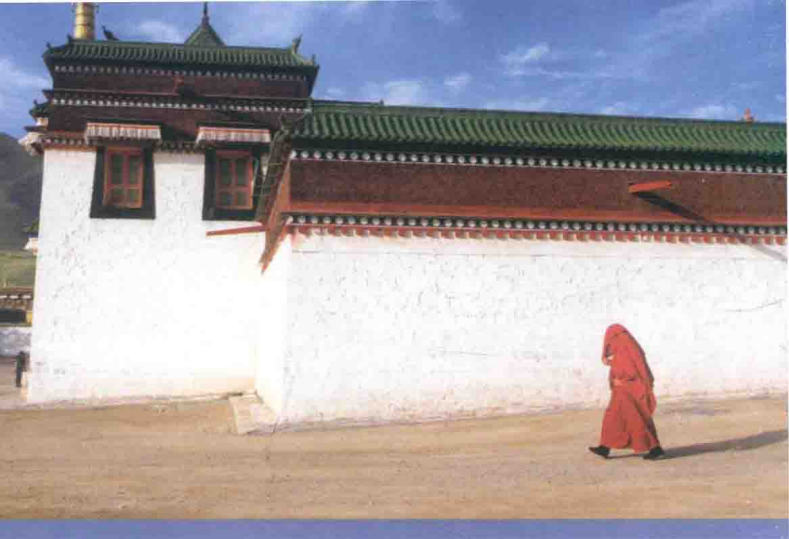
吃在平凉 / 天水 / 陇南

购在平凉 / 天水 / 陇南

117 第三部分 行走在青藏高原边缘

119 第3章 让人过目不忘的高原香巴拉

120 1 兰州—夏河—合作—扎尕那—唐克—郎木寺
自然风光—寺庙古建筑—人物



124 2 单天行摄路线

124 线路一

第1天 兰州—临夏：南关清真寺、东公馆

第2—3天 临夏—夏河：拉卜楞寺、桑科草原、达宗湖

第4天 夏河—合作：米拉日巴九层佛阁

第5天 合作—扎尕那：尕海、扎尕那景区

第6—7天 扎尕那—郎木寺

146 线路二

第8天 郎木寺—玛曲：黄河首曲第一桥—玛曲草原

第9天 玛曲：贡赛尔喀木道

152 线路三

第8天 郎木寺—若尔盖：花湖—达扎寺—热尔大草原

第9天 若尔盖—唐克：黄河九曲第一湾—索克藏寺

第10天 唐克—红原：红原大草原—瓦切塔林—麦洼寺

165 线路四

第10天 若尔盖—松潘：松州古城—漳扎镇

第11天 九寨沟风景区

第12天 黄龙风景区

179 线路五

第11—12天 红原—阿坝：查理寺—郎依寺—格
尔登寺—各莫寺—年保玉则



184 3 还可以去拍这些地方

炳灵寺石窟
刘家峡恐龙国家地质公园
积石关
和政古动物化石博物馆
八角城遗址
则岔石林
当周草原
冶力关风景区

194 4 实用信息

行在合作 / 若尔盖 / 九寨沟
合作 汽车
若尔盖 汽车
九寨沟 飞机 / 汽车
住在合作 / 松潘 / 若尔盖 / 夏河 / 九寨沟
吃在九寨沟 / 郎木寺
购在临夏 / 合作 / 郎木寺

200 注意事项



DUMONT

杜蒙·阅途



带着相机去旅行

拍 甘 南

完美路书

藏羚羊旅行指南编辑部 编著



北京出版集团公司
北 京 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

带着相机去旅行：拍甘南完美路书 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. — 北京：北京出版社，2017.1

ISBN 978-7-200-12579-5

I. ①带… II. ①藏… III. ①旅游摄影—摄影技术②旅游指南—甘南藏族自治州 IV. ①J416 ②K928.942.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第255471号

带着相机去旅行

拍甘南完美路书

DAIZHE XIANGJI QU LUXING

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

*

北京出版集团公司
北京出版社 出版

(北京北三环中路6号)

邮政编码：100120

网 址：www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行

新华书店 经销

北京天颖印刷有限公司印刷

*

889毫米×1194毫米 32开本 6.25印张 200千字

2017年1月第1版 2017年1月第1次印刷

ISBN 978-7-200-12579-5

定价：39.80元

如有印装质量问题，由本社负责调换

质量监督电话：010-58572393



导语

本书所说的甘南是摄影圈中的“甘南”，主要包括甘肃省甘南藏族自治州及其周边的天水、平凉、陇南，还有与甘肃接壤的四川西部一部分地区，如阿坝县、红原县、若尔盖县、九寨沟县等地。考虑到大家前往甘南通常会先到达兰州，并玩上几天，因此对兰州也做了一部分介绍。

甘南是一块神奇的土地，这里古为西羌地，汉昭帝始元六年于甘南筑八角城，到了东晋，吐谷浑曾一度统治这里。后来松赞干布建立吐蕃，娶了文成公主，并打败娶了弘化公主的吐谷浑慕容氏家族，甘南大部遂归属吐蕃。甘南的藏族祖先一部分是甘南藏族自治州的本地居民，还有就是吐蕃兴起时随吐蕃军队在此定居下来的百姓。

甘肃是一个多民族聚居的省份，接触少数民族文化，首选甘南藏族自治州，这里在地理位置上是青藏高原的前沿，在文化层面上已经是藏区腹地。甘南的两座黄教寺庙郎木寺和拉卜楞寺有着巨大的向心力，吸引了前来朝圣的藏民，也吸引了世界各地的游客甚至众多摄影师。

四川西部更是不用说了，用“风景如画”来形容一点也不为过。无论一年四季都景色宜人、游人如织的九寨沟，摄影师们钟情喜爱的若尔盖和红原，充满了藏族风情的阿坝县，都是非常吸引人们按下快门的地方。



仁寿山天爷沙宫

兰州

积石山

临夏

夏河

拉卜楞寺

米拉日巴九层佛阁

合作

碌曲

尕斯库勒湖

玛曲

郎木寺

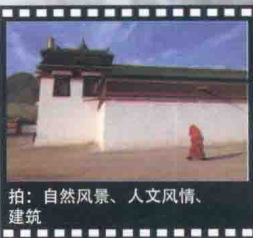
迭部

若尔盖

唐克

红原

松潘



拍：自然风光、人文风情、建筑



拍：自然风光、人文风情



拍：自然风光、人文风情、建筑

北



白银



拍：自然风景、地质地貌



拍：自然风景、人文风情、建筑

定西

崆峒山

平凉

首阳山



拍：自然风景、人文风情

天水

麦积山



拍：自然风景、人文风情、地质地貌

文风情、

徽县

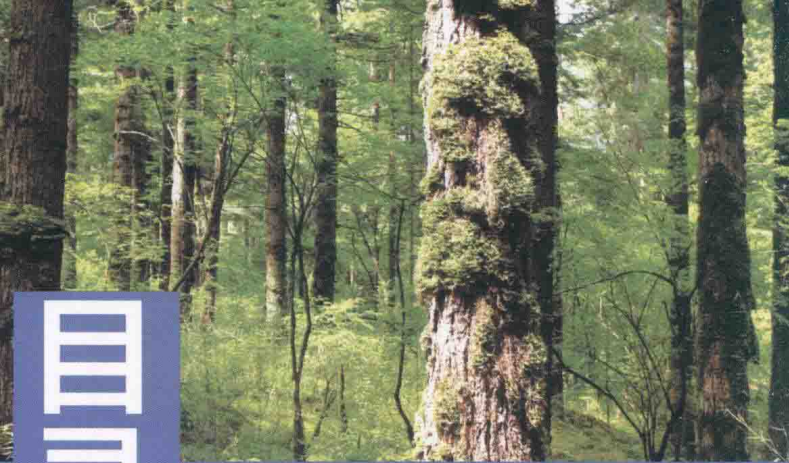
武都万象洞

陇南

九寨沟



拍：自然风景、建筑



目录

11 第一部分 重拾丝路之城的风情

13 第1章 黄河岸边看兰州

14 1 兰州及周边经典摄影之旅 都市风光—古建筑—自然风景

16 2 单天行摄路线

第1天 白塔山—甘肃省博物馆—五泉山

第2天 兰州西关清真大寺—中山桥—城隍庙—黄河风情线（滨河路）

第3—4天 银滩湿地公园—仁寿山天斧沙宫—连城鲁土司衙门旧址—吐鲁沟

第5天 兴隆山

第6—7天 青城古镇—白银黄河石林—永泰古城

第8天 定西霸陵桥—首阳山

52 3 还可以去拍这些地方

兰山森林公园

大敦煌影视城

石佛沟国家森林公园

黑城子古城堡

58 4 实用信息

行在兰州

飞机/铁路/汽车/市区交通

住在兰州

吃在兰州

购在兰州

63 第二部分 行走在秦岭脚下

65 第2章 拍不尽的甘肃东南

66 1 兰州—平凉—天水—陇南 石窟—自然风光—寺庙古建筑



68 2 单天行摄路线

第1天 兰州—平凉

第2天 平凉：延恩寺塔—崆峒山

第3天 平凉：王母宫石窟—南石窟寺

第4天 平凉：龙泉寺—云崖寺

第5天 平凉—天水

第6天 天水：秦州城隍庙—胡氏民居—南宅子—文庙—伏羲庙

第7天 天水：玉泉观—李广墓—南郭寺

第8天 天水：麦积山景区

第9天 天水—陇南：杜甫草堂

第10天 陇南：西狭颂—鸡峰山

第11天 陇南：武都万象洞

104 3 还可以去拍这些地方

文县天池

大像山石窟

卦台山

大地湾原始部落遗址

灵官峡自然保护区

月亮峡

112 4 实用信息

行在平凉 / 天水 / 陇南

平凉 铁路 / 汽车

天水 飞机 / 铁路 / 汽车

陇南 汽车

住在平凉 / 天水 / 陇南

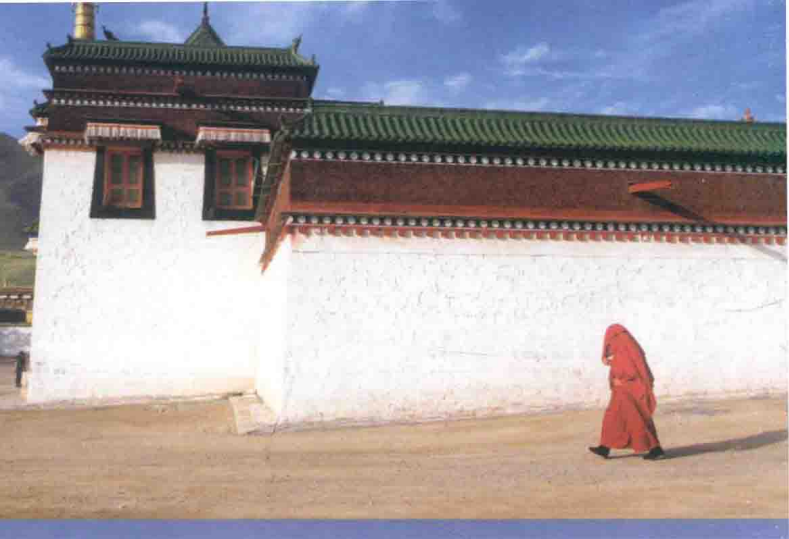
吃在平凉 / 天水 / 陇南

购在平凉 / 天水 / 陇南

117 第三部分 行走在青藏高原边缘

119 第3章 让人过目不忘的高原香巴拉

120 1 兰州—夏河—合作—扎尕那—唐克—郎木寺 自然风光—寺庙古建筑—人物



124 2 单天行摄路线

124 线路一

第1天 兰州—临夏：南关清真寺、东公馆

第2—3天 临夏—夏河：拉卜楞寺、桑科草原、达宗湖

第4天 夏河—合作：米拉日巴九层佛阁

第5天 合作—扎尕那：尕海、扎尕那景区

第6—7天 扎尕那—郎木寺

146 线路二

第8天 郎木寺—玛曲：黄河首曲第一桥—玛曲草原

第9天 玛曲：贡赛尔喀木道

152 线路三

第8天 郎木寺—若尔盖：花湖—达扎寺—热尔大草原

第9天 若尔盖—唐克：黄河九曲第一湾—索克藏寺

第10天 唐克—红原：红原大草原—瓦切塔林—麦洼寺

165 线路四

第10天 若尔盖—松潘：松州古城—漳扎镇

第11天 九寨沟风景区

第12天 黄龙风景区

179 线路五

第11—12天 红原—阿坝：查理寺—郎依寺—格
尔登寺—各莫寺—年保玉则



184 3 还可以去拍这些地方

炳灵寺石窟
刘家峡恐龙国家地质公园
积石关
和政古动物化石博物馆
八角城遗址
则岔石林
当周草原
冶力关风景区

194 4 实用信息

行在合作 / 若尔盖 / 九寨沟
合作 汽车
若尔盖 汽车
九寨沟 飞机 / 汽车
住在合作 / 松潘 / 若尔盖 / 夏河 / 九寨沟
吃在九寨沟 / 郎木寺
购在临夏 / 合作 / 郎木寺

200 注意事项

