

The Golden Of Yunnan

迷人的地方
难忘的地方
助你走遍彩云之南

云南黄金 旅游线

于 鸣 编著

Shilin 石林



Lijiang 丽江



Dongchuan 东川



Dali 大理



Xishuangbanna 西双版纳



Fine Arts Publishing House

责任编辑:张晓源

责任校对:袁仲华 吴洋

封面设计:张文璞

云南黄金旅游线

于 鸣 编著

*

云南美术出版社出版发行

(昆明市书林街100号)

昆明市春城印刷厂印装

*

开本:787×1092 1/32 印张:7 字数:130千

1999年4月第1版 1999年4月第1次印刷

印数:1-5000

ISBN7-80586-562-0/Z·64 定价:9.80元

目 录

云南概况	()
云南旅游资源	(3)
云南交通	(8)
自助旅游提示	(16)
云南旅游黄金线路	(20)
滇中旅游线	(26)
昆明市	(28)
概况/28 交通/29 住宿/31 餐饮/33 购物/33 服务电话/33	
旅游景点	(34)
石林风景区/34 滇池/37 西山森林公园/37 九乡风景区/38	
轿子山风景区/39 金殿名胜区/40 昆明世界园艺博览园/41 筇竹	
寺/42 大观公园/43 云南民族村/43 云南民族博物馆/46 黑龙潭	
公园/46 昙华寺公园/47 西华公园/48 昆明动物园/48 圆通寺/	
49 盘龙寺/49 柳林沙滩/49 安宁温泉/50 曹溪寺/50 昆明植物研	
究所/51 云南省博物馆/51 昆明市博物馆/51 郑和公园 52 其它	
景点/52	
玉溪市	(53)
概况/53 交通/54 住宿/54 服务电话/55	
旅游景点	(55)
抚仙湖风景区/55 秀山风景区/57 星云湖/58 聂耳公园/59	
象鼻温泉/59 它克崖画/59 打雀山/60 澄江动物化石群/60 其它	
景点/61	

楚雄彝族自治州 (61)

概况/61 交通/62 住宿/62 服务电话/63

旅游景点 (63)

武定狮子山/63 元谋土林/64 紫溪山风景区/65 元谋人陈列馆/66 腊玛古猿化石地点/66 禄丰恐龙化石/67 大姚白塔/67 石羊文庙暨孔子铜像/68 楚雄州博物馆/68 金沙江龙街渡/68 德丰寺/69 永仁方山/69 其它景点/69

滇西北旅游线 (70)

大理白族自治州 (73)

概况/73 交通/74 住宿/75 服务电话/76

旅游景点 (77)

苍山/77 洱海/78 大理古城/78 崇圣寺三塔/78 三塔倒影公园/79 蝴蝶泉/79 洱海公园/80 大理白族自治州博物馆/80 喜洲/81 太和城遗址/81 感通寺/82 大理天主堂/82 弘圣寺塔/82 清碧溪/83 大理市博物馆/83 小普陀/83 大理“洋人街”/83 鸡足山风景区/84 石宝山风景区/85 茈碧湖风景区/86 巍宝山风景区/87 南诏铁柱/88 天池、温泉/88 其它景点/88

丽江地区 (89)

概况/89 交通/90 住宿/91 服务电话/92

旅游景点 (92)

玉龙雪山/92 丽江古城——大研镇/93 长江第一湾——石鼓/94 玉峰寺和万朵山茶/95 丽江壁画/95 玉泉公园/96 北岳庙/96 宝山古石城/97 文峰寺/97 普济寺/98 大觉宫/98 指云寺/98 金龙桥/99 美乐风景区/99 九十九龙潭/99 泸沽湖/100 程海/101 灵源箐观音阁/101 其它景点/101

迪庆藏族自治州 (102)

概况/102 交通/103“香格里拉”在迪庆/103 住宿/104 服务

旅游景点	(105)
虎跳峡/105 卡格博峰/106 白水台/107 碧塔海/108 归化寺/108 东竹林寺/109 白茫雪山/110 纳帕海/111 属都岗湖/111 天生桥温泉/111 中心镇公堂(藏经堂)/112 茨中天主教堂/112 哈巴雪山/112 碧让峡谷/113 其它景点/113	
怒江傈僳族自治州	(113)
概况/113 交通/114 服务电话/114	
旅游景点	(115)
怒江大峡谷/115 片马口岸/115 怒江第一湾/116 听命湖/117 石月亮/117 独龙江河谷/117 溜索/118 金鸡寺/119 其它景点/119	
滇西旅游线	(119)
保山地区	(121)
概况/121 交通/122 住宿/122 服务电话/123	
旅游景点	(123)
腾冲热海/123 瑞滇热田/125 腾冲火山/125 云峰山/126 和顺侨乡/126 艾思奇故居/127 叠水河瀑布/127 来凤公园/127 国殇墓园/128 槟榔江/129 世界杜鹃王/129 太保山公园/130 卧佛寺/130 梨花坞/130 南方丝路古道/131 巴腊掌温泉/131 松山抗日战场遗址/132 其它景点/132	
德宏傣族景颇族自治州	(133)
概况/133 交通/133 住宿/134 服务电话/135	
旅游景点	(135)
瑞丽江风光/135 三仙洞/136 菩提寺/136 民族文化宫/137 五云寺/137 边贸兴市街/137 姐告/138 喊萨奘房/138 姐勒佛塔/139 扎朵/140 中缅友谊井/140 虎跳石/140 榕树王/141 允燕塔/141 树包塔/141 南甸宣抚司署/142 景罕佛塔/142 大娘山/142 中缅边境旅游/143 其它景点/144	

滇南旅游线 (144)

西双版纳傣族自治州

概况/146 交通/148 住宿/149 服务电话/150

旅游景点 (151)

西双版纳自然保护区/151 澜沧江旅游线/152 橄榄坝/153
热带植物园/153 民族风情园/154 曼飞龙佛塔/155 景真八角亭/
155 野象谷/156 曼景兰傣味街/157 绿石林森林公园/157 曼典瀑
布/157 曼阁佛寺/158 春欢公园(曼听公园)/158 热带花卉园/
159 勐养象形榕树/159 打洛口岸/159 景恩塔/160 罗梭江漂流/
160 望天树空中走廊/160 其它景点/161

思茅地区 (161)

概况/161 交通/162 住宿/162 服务电话/163

旅游景点 (163)

莱阳河森林公园/163 北回归线标志图/164 孟连宣抚司署/
164 千糯缅寺/165 树包塔和塔包树/165 贺井塔/165 佤山云海/
166 勐梭龙潭/166 景东文庙/167 糯福教堂/167 其它景点/167

滇东旅游线 (168)

红河哈尼族彝族自治州 (170)

概况/170 交通/170 住宿/171 服务电话/172

旅游景点 (172)

阿庐古洞/172 燕子洞/173 白龙洞/174 建水文庙/175 指林
寺/175 朝阳楼/176 朱家花园/176 双龙桥/177 缘狮洞/177 南湖
瀛洲亭/177 异龙湖/178 南溪河风景区/178 大围山风景区/179
元阳梯田/179 其它景点/180

文山壮族苗族自治州 (180)

概况/180 交通/181 住宿/181 服务电话/182

旅游景点 (182)

普者黑风景区/182 浴仙湖风景区/183 八宝风景区/184 三

腊瀑布/184 西华山三元洞/185 柳井溶洞/185 白沙温泉/185 蜂岩洞村/185 文笔塔/186 大王岩崖画/186 天保口岸/186 狮子山崖画/187 下坝尾民居/187 广南文庙/188 依氏土司衙署/188 博爱大码头/188 其它景点/188

曲靖市 (189)

概况/189 交通/190 住宿/190 服务电话/191

旅游景点 (191)

鲁布革风景区/191 珠江源/193 彩色沙林/193 胜境关/194 爨宝子碑/194 爨龙颜碑/195 段氏与三十七部会盟碑/195 文昌宫/195 万寿宫/196 千佛塔/196 大海梁子/197 其它景点/197

云南旅游商品 (198)

名特工艺品/198 名特药品/201 名特食品/202 名特饮食/
206

附录 (208)

云南概况

位置面积 云南省地处中国西南边陲,位于北纬 $21^{\circ}8'32'' \sim 29^{\circ}15'8''$ 和东经 $97^{\circ}31'39'' \sim 106^{\circ}11'47''$,北回归线横贯南部。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、越南毗连。云南省与邻国边界线总长为 4 060 公里,其中:中缅段 1 997 公里,中老段 710 公里,中越段 1 353 公里。共有 8 个边境地州、26 个边境县(市);国家级口岸 10 个,省级口岸 8 个,出境公路 20 余条。15 个民族与境外的相同民族在国境线两侧居住。并与泰国、柬埔寨、孟加拉国、印度等国也相距不远。澜沧江从云南出境后称湄公河,流经緬、泰、老、柬、越等国,被称为“东方多瑙河”。

全省总面积 39.4 万平方公里,居全国第 8 位。

地形地貌 云南是一个高原山地省份,属青藏高原的南延部分。地形分为东西两部分,东部为滇东、滇中高原,地形波状起伏,平均海拔 2 000 米左右。西部为横断山纵谷区域,高山峡谷相间,相对高差较大,地势险峻,海拔南部在 1 500 ~ 2 000 米,北部在 3 000 ~ 4 000 米。全省整个地势从西北向东南倾斜,最高点为德钦县梅里雪山卡格博峰,海拔 6 740 米;最低点在河口县南溪河与元江的汇合处,海拔仅 76.4 米。两地直线距离 900 公里,高低落差达 6 663.6 米。云南是一个多山的省份,全省土地面积中,山地占 84%,丘陵占 10%,坝子(盆地、河谷)仅占 6%。

河流 云南省境内有大小河流 600 多条,主要的有 180 多条,多为入海河流的上游。它们分属于伊洛瓦底江、怒江、澜沧江、金沙江、红河和珠江 6 大水系,其集水面积遍及全省。

湖泊 云南受断层作用,是西南淡水湖泊最多的地方。大小湖泊共计 30 余个,总面积 1 066 平方公里,总蓄水量 300 亿立方米。大多数湖泊平均深度在 20 米以下,超过 20 米的有抚仙湖、阳宗海、泸沽湖和程海。

气候 由于受大气环流的影响,冬季受干燥大陆季风的控制,夏季盛行湿润的海洋季风,属低纬山原季风气候。全省气候类型丰富多样,相当于我国从海南岛到黑龙江之间的年均温差,呈现出热、温、寒三带共存的多样性气候。云南气候的主要特征为:一是气候的区域差异和垂直变化

十分明显。“一山分四季，十里不同天”，就是云南多样性气候类型的写照。“四季如春，一雨成冬”的气候主要是在海拔1 500~2 000米的地带。二是年温差小，日温差大。由于地处低纬高原，空气干燥而比较稀薄，各地所获太阳光的热能除随太阳角度的变化而增减外，也受云雨的影响。夏季，阴雨天多，太阳光被云雨遮蔽，所以温度不高，平均气温在19~22℃左右，比哈尔滨还低。冬季受干暖气流控制，晴天多，日照充足，温度较高，平均温度在6~8℃以上。年温差一般为10~15℃。从一天的温度变化来看，早晚较凉，中午较热，尤其冬、春两季日温差较大，可达12~20℃。三是降水充沛，干湿分明。全省大部分地区年降水量在1 100毫米，80~90%的雨量集中在5~10月的雨季，以6~8三个月的降水量最多，占全年降水量的60%。

行政区划 全省行政区内共设3个省辖市、5个地区、8个自治州、128个县市区。在县级单位中含29个自治县、14个县级市和7个市辖区。全省县以下还设有1 602个乡镇级单位。

人口 云南省总人口4 100万人，人口分布的特点是，东部人口的数量、群体规模和密度都远远超过西部。东部和西部的人口密度分别为每平方公里142人和66人。

云南旅游资源

自然旅游资源

植物资源 云南是全国植物种类最多的省份,在全国约3万种高等植物中,云南有274科、2 076属、1.7万多种,占全国总数的62.9%,故云南有“植物王国”“天然花园”“药物宝库”等称誉。

云南是中草药的宝库,全省生长着200多种中草药,其中如三七、天麻、云木香、云茯苓、虫草等质地优良,在传统的药材中享有较高声誉。少数民族药物也是云南的一大特色,各民族都有自己的民间传统草药,种类繁多,是开发民族医药保健旅游的广阔领域。

云南的香料植物在全国也名列前茅,有69个科400余种。云南香料植物的特色:一是辛香调味品种齐全,二是香花类资源众多,三是可以提炼香精的香料植物经济价值高。

云南拥有2100多种观赏植物,其中花卉植物在1500种以上,不少是珍奇种类和特有植物,堪称为珍树、奇花、异草的花卉王国。仅杜鹃花就有300多个品种,茶花也有上百个品种。山茶花、杜鹃花、报春花、龙胆花、百合花、木兰花、兰花、绿绒蒿被誉为云南的八大名花,在国内外颇有名气。花卉栽培和商品鲜切花已成为云南又一新兴的生物优势产业。

动物资源 云南独特的气候和地理环境,为寒、温、热带动物的生存创造了良好的条件,形成了动物种类南北东西交汇的奇特现象,被誉为“动物王国”。

云南拥有脊椎动物1737种,占全国种类的58.9%;国内见于名录的昆虫2.5万种,云南有1万多种。野生珍稀动物有亚洲象、印支虎、滇金丝猴、蜂猴、长臂猿、犀鸟、绿孔雀、熊猴等。

风景名胜 云南的自然景观具备江、河、湖、瀑、泉、山、林、峰、洞多种形态;热带、亚热带、温带、寒带多种气候以及由此而形成的各类动物群体,呈地上地下多种分布形式。云南拥有丽江古城世界文化遗产1处,国家重点风景名胜区10处;石林、大理、西双版纳、三江并流、滇池、丽江玉龙雪山、腾冲地热火山、瑞丽江—大盈江、宜良九乡、建水。省级风景名胜区47处。这些不同级别的风景区覆盖了全省17个地、州、市,面积达1

万多平方公里,数量约占全国已列级风景名胜区总量的9%,占云南国土总面积的2.5%。

云南还建立了总面积192.6万公顷的县级以上自然保护区100个,总面积为8.6万公顷的国家级、省级森林公园22个。

人文旅游资源

文物古迹 云南是人类的发祥地之一,距今170万年前的元谋猿人揭开了中国人类历史的序幕,并将祖国的历史上推了120多万年。除史前文化遗址外,云南还广布着我国各个历史时期的文化遗址,如石寨山文化遗址、剑川文化遗址,“滇”王国文化古迹等。其中分布最广最多的属唐宋时期的南诏国和大理国文化。元、明、清三代文化遗迹也不少。云南有5座国家级历史文化名城:昆明、大理、丽江、建水、巍山;有全国重点文物保护单位24项;省级重点文物保护单位170项。省级历史文化名城6座:腾冲、威信、保山、会泽、石屏、广南。还有州(市)级文物保护单位126项,县(区)级文物保护单位1300项。

少数民族风情 1997年末,云南少数民族人口已达1360万人,仅次于广西居全国第2位。全国55个少数民族中,云南有51个,其中人口超过5000人,并有一定聚居区域的有25个。白、哈尼、傣、傈僳、佤、拉祜、纳西、景颇、布朗、阿昌、普米、怒、德昂、独龙、基诺等15个民族为云南所独有,是少数民族种类最多和独有民族最多的省份。在各兄弟民族中,可以找到人类处在各个不同历史发展阶段的痕迹,因而云南又被称为“人类社会发展的活标本”。在长期的历史发展进程中,各民族在婚姻、丧葬、生育、饮食、居住、服饰、生产劳动、节庆、禁忌等方面,都有自己独特的风俗习惯。各民族的民居建筑也各具特色。

云南省各少数民族主要节日简表

节日名称	民族	时间(农历)	主要活动	地点
扩塔节	拉祜	正月初一	接新水,跳芦竹舞,狩猎	澜沧、孟连
花山节	苗	正月初三	对歌,跳芦笙舞,爬花杆,斗牛	红河、文山
祭山林节	怒	正月初四、初五	杀黑羊祭山神祖先,饮酒歌舞	怒江
目脑节	景颇	正月十五日	跳广场舞,喝团结酒,举行欢庆仪式	德宏
棒棒会 (农具会)	纳西	正月十五日	农具、马匹交易,并有歌舞	丽江
三朵节	纳西	二月初八	赛马,跳“阿哩哩”,野餐	丽江
插花节	彝	二月初八	摘马缨花,插花,跳“左脚”舞	大姚
刀杆节	傈僳	二月初八	上刀杆,跳嘎	怒江、保山
干巴李	瑶	三月初三	酿制糯米酒,聚饮、唱瑶歌或围猎、捕鱼	河口
陇端街 (三月三)	壮	三月间	物资交流,青年男女对歌社交	富宁
三月街	白	三月十五日	赛马,龙舟竞渡,歌舞,物资交流	大理
牛王节	布依	四月初八	吃牛王粑,给牛散食,歌舞	罗平、富源
蝴蝶会	白	四月十五日	蝴蝶泉边歌舞、交流	大理
泼水节	傣	公历4月中旬	泼水,丢包,放高升,赛龙舟	西双版纳、德宏
绕山灵	白	四月二十三日	走村串寨,祭本主,跳霸王鞭、八角鼓舞	大理

节日名称	民族	时间(农历)	主要活动	地点
那尼节	哈尼	五月初一	栽秧完毕的庆贺仪节	红河
转山会	普米	五月初五	转山,鸣枪,绕岩洞,歌舞	宁蒍
绕海会	白	六月十五日	集体绕剑湖一周,参拜本主神,祈祝丰收	剑川
关门节 (奥瓦萨)	傣、布朗、 德昂、佤	八月中旬	以食物、鲜花、腊肉、钱币献佛	西双版纳、德宏、 思茅等地
盘王节	瑶	五月二十九日	祭祖,歌舞	文山、红河
阿昌泼水节	阿昌	闰年六月十八日	泼水,浴佛,拜佛,物资交流	德宏
火把节 (星回节)	彝、白、纳西、 拉祜、哈尼	六月二十四日	点火把欢庆,摔跤,斗牛,歌舞	石林、楚雄、大理 等地
耶苦扎	哈尼	六月	打秋千,跳舞,聚餐	西双版纳
六月年	哈尼	六月二十四日	杀牲祭祖敬神,吃新米饭,扎火把照角落,歌舞,荡秋千	红河各地
尝新节	苗、布朗、 布依、瑶	六月、七月 新谷登场	以稻谷或新米饭为供品祭祖、赛马、斗牛、拔河、跳芦笙舞	滇东、滇南
海波会	纳西、普米	七月十五日	祭山神,青年男女歌舞游乐,结交阿夏活动	宁蒍永宁
女神会	纳西、普米	七月二十五日	祭祀格母女神,游狮子山盛会	宁蒍永宁
骡马会	纳西	七月中旬	牲畜交易,赛马、演戏娱乐	丽江
卡雀哇	独龙	腊月	剽牛祭天,跳锅庄舞,互邀作客	贡山
渔潭会	白	八月十六日	青年男女婚前制办嫁奁的物资交流会	洱源邓川

节日名称	民族	时间(农历)	主要活动	地点
拉木鼓节	佤	腊月	拉木鼓,剥牛,跳舞	西盟、沧源
开门节	傣、布朗、阿昌、德昂、佤等	九月中旬	拜佛,献腊条、鲜花钱帛,放火花,放高升,点孔明灯,娱乐集会	西双版纳、德宏、思茅等地
新年	苗	十月	庆祝夏收,祭祖,唱歌,芦笙舞	滇南各地
葫芦节	拉祜	十月十五日	芦笙舞,物资交流	澜沧
十月年	哈尼	十月	祭祖,通街宴,荡秋千,摔跤,舞蹈	滇南各地
密枝节	彝	十二月前后	男子杀羊到密林祭祀,毕摩诵经,祭祷仪式	弥勒、石林、巍山
阔时节	傈僳	公历12月20日	上刀杆、下火海、跳舞、赛歌等	怒江
特毛且(打铁节)	基诺	十二月或翌年一月	剥牛祭天,举行打铁备耕仪式,敲牛皮大鼓,对歌,跳舞	景洪基诺山
藏历年	藏	藏历正月一日	吃团圆饭,喝青稞酒,背吉祥水,相互拜年,献哈达,跳锅庄,骑马,射箭等	迪庆、丽江

宗教 云南有佛教、道教、伊斯兰教、基督教和天主教5种宗教。境内各种宗教交叉并存,宗教教派齐全,宗教信仰各具特色。

一、佛教。云南的佛教,包括巴利语系、藏语系和汉语系3大部派,是全国唯一的佛教3大部派汇聚并存的地区。

1、巴利语经典系佛教。又称南传上座部佛教。主要分布在西双版纳、德宏、思茅、临沧和保山等地州。为傣、布朗、德昂和阿昌等族及部分佤族群众信仰,对他们的文化精神生活和习俗有着深刻的影响。佛寺(又称缅寺、奘房)除用于举行宗教活动外,住寺僧人还承担传授民族文字的义务。因此,男童到了一定年龄都要出家当小沙弥(小和尚),经过至少7天多则

数月、数年的修行,多数人还俗回家,留下的则逐步升为比丘,成为宗教职业人员。

2、藏语经典系佛教。称藏传佛教,俗称喇嘛教。主要分布在迪庆、丽江和怒江等地州。为藏族和部分纳西族、普米族群众所信仰。

3、汉语经典系佛教。简称大乘佛教,俗称汉传佛教或汉地佛教。

二、伊斯兰教。约在 1253 年前后传入云南。分布在全省,为回族和部分傣族、白族、藏族、壮族群众信仰。长期以来,伊斯兰教与回族的传统习俗及思想文化有着密切的联系。

三、基督教。云南的基督教,最早是由英国传教士麦加底于 1877 年从上海传入。随后、美、英、加拿大和澳大利亚等国传教士相继涌入云南,并在少数民族地区传教。分布在全省,为汉、苗、傈僳、景颇、彝、佤、怒、独龙、拉祜和傣等族的部分群众信仰。

四、天主教。分布在全省,为汉、彝、苗、傈僳和景颇等民族的部分群众信仰。

五、道教。主要分布在昆明、保山、临沧、大理和昭通等地州市,为部分汉族群众信仰。昆明金殿、黑龙潭、西山三清阁、巍山巍宝山、腾冲云峰山、昭通大龙洞和临沧三元观,均为云南道教的著名宫观。

六、原始信仰或原始宗教。如拉祜、景颇、佤、傈僳、怒、独龙等族,崇拜天、地、日、月、山、水、巨石、大树等,认为它们主宰着人们的吉凶安危;许多民族盛行崇拜祖先,彝族把崇拜祖先置于众神之上;白族的本祖崇拜,是集中了自然崇拜和祖先崇拜等多种观念而形成的;纳西族原有的原始宗教同传人的西藏苯教相结合,形成东巴教;傈僳族和怒族的一部分仍以多种动物、植物作为自己的民族图腾,禁止触摸和捕杀。

云 南 交 通

公 路

概述 云南省公路建设始于 1924 年。抗日战争时期修建的滇黔和滇缅公路,是通往内地和连接国外的唯一公路通道。“山间铃响马帮来”就是云南历史上交通运输方式的真实写照。目前,云南省的公路已形成以

昆明为中心(枢纽),国道、省道为骨干,干支相连,城乡相通,辐射全省,连接四川、贵州、广西、西藏和周边国家缅甸、老挝、越南和泰国的公路交通网。

国道 云南的国道有:320国道上海至瑞丽,全长3 774公里,云南境内胜境关—瑞丽1 030公里。108国道北京至昆明全长3 447公里,云南境内螃蟹箐—昆明278公里。213国道兰州至景洪全长2 832公里,云南境内绥江—景洪1 581公里。214国道西宁至景洪全长3 286公里,云南境内隔界河至景洪1 418公里。323国道瑞金至临沧全长2 670公里,云南境内罗村口至临沧928公里。324国道福州至昆明全长2 619公里,云南境内杉木箐至河口574公里。7条国道共计6 081公里,沥青路面占70%。

省道 云南省省道61条,全长8 971公里。主要有昆明至金平那发的昆那公路,全长418公里。昆明至水富的昆水公路,全长660公里。南华至永仁的南永公路,全长168公里。元阳阿土至富宁木央的阿木公路,全长355公里。保山瓦窑至贡山的瓦贡公路,全长325公里。祥云至宁蒍的祥宁公路,全长398公里。丽江至四川渡口的丽渡公路,全长320公里。中甸至四川乡城的中乡公路,全长223公里。砚山平远街至麻栗坡船头的平船公路,全长187公里。

民间运输 云南目前大约还有8万多公里驿道,1 200多座人马吊桥和便桥。传统的民间运输(畜力车、人力车和驮马)仍然是云南一种不可替代的辅助运输方式。

附一：昆明至各地州市县公路里程表

昆明市	安宁	33
	富民	44
	呈贡	18
	晋宁	66
	宜良	54
	嵩明	51
	石林	90
	禄劝	96
	寻甸	89
	东川区	165
昭通地区	巧家	626
	鲁甸	366
	昭通	372
	大关	441
	盐津	519
	水富	618
	永善	567
	绥江	626
	彝良	444
	镇雄	631
	威信	692

曲靖市	沾益	149
	马龙	113
	麒麟	136
	富源	211
	宣威	243
	陆良	123
	师宗	184
	罗平	226
	会泽	251
	禄丰	97
楚雄州	楚雄	160
	牟定	221
	南华	201
	武定	106
	元谋	207
	姚安	247
	大姚	282
	双柏	232
	永仁	268

玉溪	红塔	86
	峨山	116
	新平	199
	元江	235
	易门	98
	澄江	56
	江川	105
	通海	136
保山地区	保山	571
	龙陵	706
	腾冲	739
	昌宁	685
	施甸	634
德宏州	潞西	733
	畹町	809
	瑞丽	827
	陇川	838
	梁河	787
	盈江	842
丽江地区	丽江	527
	永胜	475
	华坪	432
	宁蒗	590