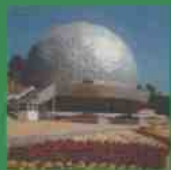
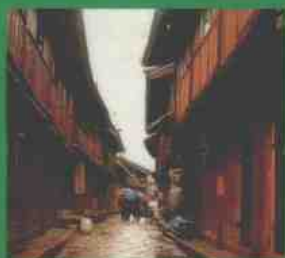
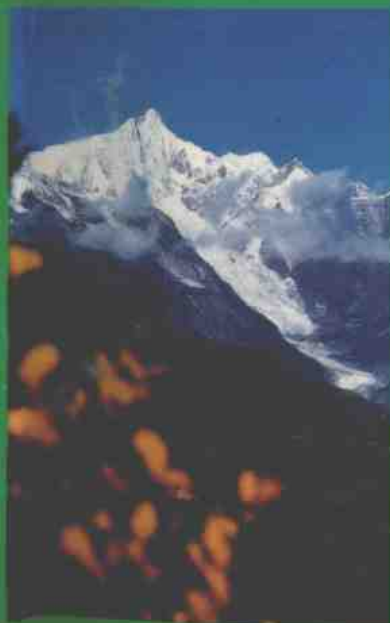


一册在手 游遍云南



云南旅游指南

A GUIDEBOOK TO TRAVELING IN YUNNAN



云南科技出版社

云南旅游指南

云南旅游指南

主 编：胡廷武 王 冲
副主编：杨新书 单沛尧 张金明
策 划：杨新书 陈 琪 颜 东
撰 文：若 人 佑 学

云南科技出版社

图书在版编目(CIP)数据

云南旅游指南 / 《云南旅游指南》编委会编. 昆明:
云南科技出版社, 1999.5 (2002.1重印)

ISBN 7-5416-1255-3

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第30933号

责任编辑: 尧 书 王超超

装帧设计: 张金明

责任校对: 叶水金

摄影(以姓氏笔划为序):

中 俊 吴 平 陆 杰 陈克勤 邵 宇
周成刚 严继光 范希胜 贾 云 金学林
张金明 张有林 郑 海 彭 何 韩晋峰
普中华 蓝道勋

A GUIDEBOOK TO TRAVELING IN YUNNAN

云 南 旅 游 指 南

云南科技出版社组织、编撰

云南科技出版社出版发行(昆明市书林街100号)

昆明雅昌彩色设计制作中心 电脑制作

深圳(宝安)新兴印刷厂 印装

新华书店经销

开本: 889×1194 1/36 印张: 5 字数: 189千

1999年5月第1版 2002年1月第3次印刷

印数: 15001-18000

ISBN 7-5416-1255-3/Z·229 定价: 20.00元

若发现印装错误请向承印厂联系

版权所有 翻印必究

○ 导 读

欢迎您到中国的云南来旅游，当然也欢迎您选择这本书作为在云南旅游的服务指南。

云南位于中国西南部。用众多旅游者的话来说，这里最突出的特点是个性鲜明并且丰富多样。从自然风光的角度看，云南既有低海拔的热谷地带的秀丽风光，又有亚热带温带的秀美景色，还有高海拔雪山森林的雄壮景观。从境内的高山、江河、湖泊，到森林和田园，它们都具备了上述两个特点。同样充满鲜明个性和丰富多样的是，这里悠久而淳朴的文化，这里在世界范围内都已经声名远扬的多种民族文化和风情，当然也会给您留下奇异而美好的印象。

本书的用意在于为您提供了解云南并且有助于旅游行程的服务。全书分为3个主要部分：在第1部分，我们把与各位旅游者有关的云南的主要情况作了一番要览式的提示。在第2部分，则把云南境内目前旅游者比较有兴趣的几个旅游片区作了重点推荐，包括昆明、大理、丽江、迪庆、德宏、西双版纳等。在第3部分，我们以不同的专题为基本线索，将云南境内其他一些旅游地的情况较为扼要地作了介绍。

本书的主要特点是，注重实用性和服务性。考虑到旅游者的不同需求，我们侧重于就各个旅游片区的景点、气候、交通、食宿等方面，向旅游者提供比较完整的服务。此外，对于在各个片区进行旅游活动需要注意的事项，我们通过“特别提示”加以说明。对于书中所列的民航、铁路、公路及旅游景点、宾馆旅馆的票价及房费等以最新公布的为准。

最后，祝愿各位旅游者在云南的行程能够愉快、顺利。谢谢。

目 录

第1部分 云南总览

◆云南概要	(6)
◆云南的气候	(8)
◆云南的资源	(8)
◆云南的历史	(11)
◆云南的行政区划及人口	(12)
◆云南的少数民族	(12)
◆云南的交通	(13)
◆云南常规旅游线路	(16)

第2部分 云南黄金旅游片区要览

一、昆明片区	(18)
◆昆明概要	(20)
◆昆明的交通	(21)
◆昆明主要风景名胜区概览	(30)
◇世界园艺博览园	(30)
◇昆明滇池国家旅游度假区	(32)
◇云南民族村	(32)
◇金殿风景名胜区	(34)
◇石林风景名胜区	(35)
◇大观楼风景名胜区	(37)
◇翠湖公园	(37)
◇西山森林公园	(38)
◇九乡风景名胜区	(40)
◇安宁温泉旅游度假区	(40)
◇阳宗海旅游度假区	(41)
◇筇竹寺	(41)
◇黑龙潭	(42)
◇圆通寺	(42)
◇云南省博物馆	(43)
◇云南民族博物馆	(43)

◆ 昆明的住宿	(43)
◆ 旅行社便览	(47)
◆ 特色餐饮介绍	(49)
◆ 购物介绍	(50)
◆ 其他服务	(52)
二、大理片区	(56)
◆ 大理概要	(58)
◆ 大理的交通	(59)
◆ 大理主要风景名胜区概览	(61)
◇ 大理古城	(62)
◇ 苍 山	(63)
◇ 洱 海	(64)
◇ 蝴蝶泉	(64)
◇ 南诏德化碑	(65)
◇ 崇圣寺三塔	(65)
◇ 石宝山风景区	(65)
◇ 巍宝山	(66)
◇ 巍山古城	(66)
◇ 宾川鸡足山	(66)
◆ 大理的主要民族节日及民俗活动 一览	(67)
◆ 旅游服务	(67)
三、丽江片区	(72)
◆ 丽江概要	(74)
◆ 丽江的气候与自然资源	(74)
◆ 丽江的人口、历史与民族文化	(75)
◆ 丽江的交通	(76)
◆ 丽江主要风景名胜区概览	(77)
◇ 丽江古城	(79)
◇ 玉龙雪山	(80)
◇ 云杉坪	(81)
◇ 泸沽湖	(81)
◇ 虎跳峡	(83)
◇ 长江第一湾及石鼓	(83)
◇ 宝山石城	(84)
◆ 丽江少数民族传统节日 一览	(84)
◆ 旅游服务	(85)

四、迪庆片区	(88)
◆迪庆概要	(90)
◆迪庆的交通	(90)
◆迪庆主要风景名胜区概览	(93)
◇“香格里拉”的由来	(93)
◇碧壤峡谷群	(94)
◇白水台	(94)
◇纳帕海自然保护区	(95)
◇碧塔海自然保护区	(95)
◇卡格博峰	(95)
◇长江第一湾	(96)
◇虎跳峡	(96)
◇葛丹松赞林寺	(96)
◇东竹林寺	(97)
◇中心镇公堂	(97)
◆迪庆少数民族传统节日一览	(97)
◆旅游服务	(98)
五、德宏片区	(102)
◆德宏概要	(102)
◆德宏的交通	(104)
◆德宏主要风景名胜区概览	(105)
◇芒市	(105)
◇瑞丽	(107)
◇瑞丽市畹町经济开发区	(109)
◇姐勒大金塔	(110)
◇姐告	(111)
◇瑞丽江	(111)
◇大盈江	(111)
◆德宏少数民族主要传统节日一览	(112)
◆旅游服务	(112)
◆其他服务	(114)
六、西双版纳片区	(116)
◆西双版纳概要	(116)
◆西双版纳的交通	(120)
◆西双版纳主要风景名胜区概览	(121)
◇黎明之城——景洪	(121)

◇民族风情园	(122)
◇春欢公园	(122)
◇曼阁佛寺	(123)
◇景泰鳄鱼湖	(123)
◇周恩来纪念碑	(124)
◇曼飞龙佛塔	(124)
◇景真八角亭	(126)
◇曼磊佛塔	(126)
◇边镇打洛	(127)
◇澜沧江风情	(127)
◇橄榄坝	(128)
◇勐仑植物园——葫芦岛	(128)
◇翠屏峰热带雨林公园	(129)
◇“空中走廊”与“望天树”	(129)
◇三岔河森林公园	(130)
◇曼典瀑布	(131)
◆境外旅游	(131)
◆西双版纳主要民族节日及民俗活动	(133)
◆旅游服务	(134)
◆其他服务	(137)

第3部分 云南其他旅游片区和线路要览

◆文化考察与民族风情旅游	(140)
◇历史文化名城建水及燕子洞	(140)
◇历史文化名城保山及博南古道风景名胜區	(142)
◇思茅茶马古道风景名胜區	(143)
◇珠江源风景名胜區	(144)
◇云南少数民族其他传统节日活动一览	(144)
◆生态旅游与考古旅游	(145)
◇腾冲火山地热风景名胜區	(145)
◇高黎贡山自然保护区	(146)
◇轿子山风景名胜區	(146)
◇兰坪罗古箐风景名胜區	(147)
◇紫溪山风景名胜區	(147)
◇元谋人遗址	(148)
◇元谋土林	(148)
◇禄丰风景名胜區	(149)

◇陆良彩色沙林	(149)
◆探险探秘旅游	(149)
◇概 览	(149)
◇重要建议	(150)
◆云南其他旅游景点概要	(150)
◇武定狮子山风景名胜区	(150)
◇澄江抚仙湖风景名胜区	(151)
◇通海秀山风景名胜区	(152)
◇泸西阿庐古洞风景名胜区	(152)
◇罗平多依河鲁布革风景名胜区	(153)
◇漫湾哀牢山风景名胜区	(153)
◇丘北普者黑风景名胜区	(154)
◇河口南溪河风景名胜区	(155)
◇玉溪九龙池风景名胜区	(155)
◇大关黄连河风景名胜区	(155)
◇永仁方山风景名胜区	(156)
◆云南其他风景名胜区提示	(156)

第1部分 云南总览

◆ 云南概要

云南位于东经 $97^{\circ}31'$ 至 $106^{\circ}11'$ 、北纬 $21^{\circ}9'$ 至 $29^{\circ}15'$ 之间，全省东西横跨864.9公里，南北纵跨990公里，总面积为39.4万平方公里。东面与贵州、广西为邻；东北面以金沙江为界和四川隔江相望；西北角紧接西藏；西面与缅甸接壤；南部和老挝、越南毗连。云南和上述三个国家的边界线总长为4061公里，有27个县分别与三国相邻，自古以来在经济、文化上相互交往十分密切。

云南为高原山区省份，位于青藏高原南延部分，境内山川壮丽，峡谷纵横。全省地势海拔悬殊很大，位于德钦县境内的梅里雪山主峰卡格博峰，海拔6770米，为全省最高点；最低点是河口县境内的南溪河与元江汇合处，海拔仅有76.4米，高差达6600米，整个地势西北高，东南低。东部平均海拔约2000米，地形为和缓的低山。西部相对高差较大，南部海拔约1500~2000米，北部海拔3000~4000米。全省地势成扇状由西北向东南倾斜。地貌的复杂性和多样性，几乎涵盖

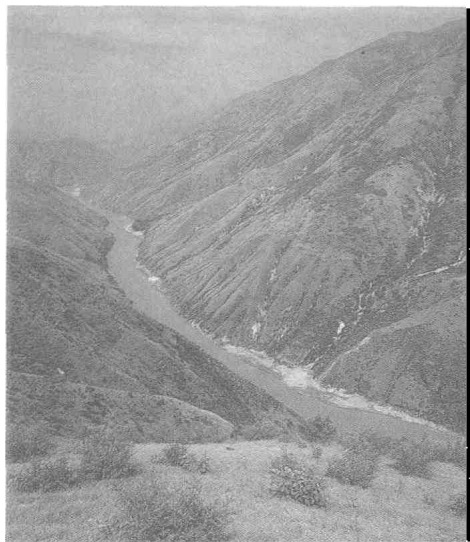




了全国各地的地形特征和全国多种地貌的自然风光。

山脉

全省海拔2500米以上的山峰共有30余座。西部有高黎贡山、怒山、云岭等名山；东部有五莲峰、乌蒙山、梁王山、轿子雪山等名山。



河流

云南的河流多为入海河流的上游，分属于伊洛瓦底江、怒江、澜沧江、金沙江、红河、珠江六大水系。境内主要河流180多条，大小河流600多条，遍布全省。

湖泊

境内较大的湖泊有滇池、洱海、星云湖、抚仙湖、阳宗海、杞麓湖、异龙湖、程海、泸沽湖等。大小湖泊共30余个，总面积1066平方公里，总蓄水量约300亿立方米。

◆ 云南的气候

特殊的地理环境，构成了云南立体地形，同时，也构成了云南的立体气候。高山河谷相间，寒、温、热三带气候并存，人们称之为“一山分四季，十里不同天”。因此林木茂盛，气候温和，雨量充沛。由于地形复杂，受低纬高原特殊地貌的影响，共有南亚热带、中亚热带、北亚热带、南温带、中温带及高原气候区8个气候类型。全省平均温度由北向南递增，平均在5℃~24℃之间；最热的7月平均温度约19℃~22℃，最冷的1月平均温度约6℃~8℃。“四季如春”的气候，主要在海拔1500~2000米的地带。



◆ 云南的资源

植物资源

云南集中了从热带、亚热带、温带至寒带的大部分植物品种，共有274科、2076属、17000

多种,占中国植物总数的近2/3,有“植物王国”的美称。其中:

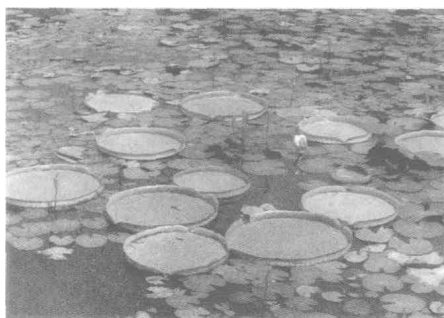
经济作物主要有烟叶、茶叶、甘蔗、橡胶、咖啡、漆树等。

香料植物有八角等400多种。

油料植物有油菜、花生、核桃、向日葵、油桐、油棕等。

药用植物全省生长的约2000多种可入药。主要有冬虫夏草、三七、天麻、当归、箭毒木等。

观赏植物有2100多种,其中花卉植物约1500种。山茶花、杜鹃花、报春花、龙胆花、百合花、木兰花、兰花、绿绒蒿是云南的“八大名花”。



野生动物资源

云南的脊椎动物有1737种,占中国脊椎动物种类的一半以上。在脊椎动物中,兽类有300种,如亚洲象、印度虎、滇金丝猴、野牛、小熊猫等;鸟类有793种,如犀鸟、白尾梢红雉、绿孔雀等;淡水鱼类366种,除常见鱼种外,条鳅、裂腹鱼、双孔鱼、刀鲂等为国内罕见;昆虫约1万多种。

矿产资源

现经探明的矿产约140多种,有92种已探明储量,而且储量较大。其中,金属矿主要有铜、锡、铅、锌、钨、铁、金、银等;非金属矿主要有磷、汞、煤、钾盐、硫磺、大理石等。

水资源

云南水资源的来源主要是雪山融水和雨水,正常年份水资源总量2000多亿立方米。另外还有金沙江、怒江、澜沧江三大水系过境,水量约1900多亿立方米。水能约82.5%蕴藏在金沙江、澜沧江、怒江三大水系。全省水能资源的理论蕴藏量约1000多万千瓦,可开发的装机容量约9000



多万千瓦，年发电量3900多亿度，在中国位居第二。

自然保护区

云南现有国家级自然保护区6个，省级自然保护区43个。保护对象涉及云南各种类型的自然生态群落及珍稀动植物。

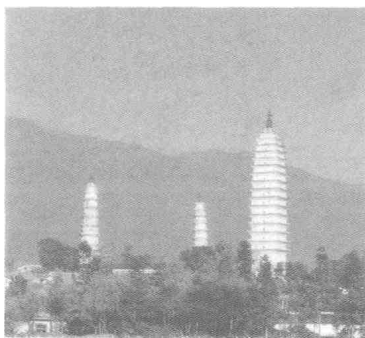
旅游资源

独特的自然环境，众多的少数民族，以及悠久的历史，造就了云南得天独厚的旅游资源。现有国家重点风景名胜区10个，省级风景名胜区48个，面积1万平方公里，覆盖全省16个地、州、市。自然景观涵盖了江、河、湖、瀑、泉、山、林、洞等多种形态；纵跨热带、亚热带、温带、寒带多种气候带及由此形成的各类动植物群体，呈地上地下多种分布。同时，兼有古代历史文化遗存、古生物考古发现、多种民族的风俗民情，且是自然人文景观的融合。以自然景观类别和地域来看，可以分为：

(1) 以昆明为中心的高原湖区。其组成有滇池、阳宗海、抚仙湖、星云湖、杞麓湖及周围的自然景观和人文景观。

(2) 以石林为中心的滇东、滇东南岩溶地貌区。其组成有石林、九乡、阿庐古洞、普者黑、浴仙湖、八宝、燕子洞、白龙洞、珠江源、多依河及与之相融合的民族风情。

(3) 以大理为中心的滇西山水综合区。其组成有苍山、洱海、鸡足山、博南古道、地热、火山、瑞丽江、大盈江、怒江大峡谷及民族风情、历史文化。



(4) 以西双版纳为中心的滇南热带、亚热带雨林区。其组成有西双版纳、思茅、峨山等及与之相融合的民族风情。

(5) 以丽江为中心的滇西北雪山峡谷区。其组成有玉龙雪山、三江并流、泸沽湖、梅里雪山、香格里拉(迪庆风光)及民族风情、历史文化。

(6) 以楚雄为中心的连接中心区、滇西北区的滇西走廊区。其组成包括紫溪山、恐龙山、狮山、方山、土林及民族风情、考古遗址。

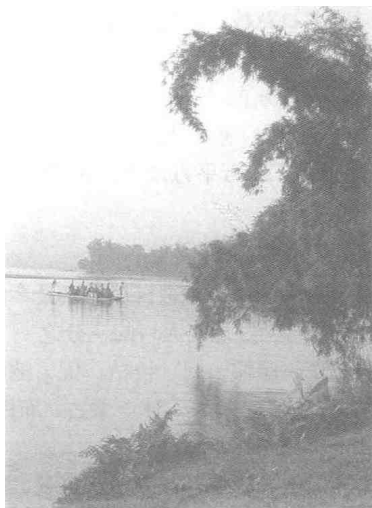
(7) 以瑞丽为中心的滇西边境旅游区。有芒市树包塔、瑞丽国家级口岸、瑞丽江风光、姐勒大金塔、淘宝场、一城两国等。



◆ 云南的历史

云南是中国古人类的发祥地之一。1965年元谋人和元谋人文化遗址的发现,证明早在170万年前,在云南这块土地上,已有原始先民的生存。

10世纪中叶以来全省先后发现的数十处旧石器文化遗址和数百处新石器文化遗址,进一步证明自古以来云南就有众多各民族的先民繁衍生息。“古西南丝绸之路”沟通了云南和东亚地区的商贸、文化往来。滇王国、南诏国、大理国、景陇王国等古王国遗址和护国起义等,写成了云南独具特色的历史。经过秦汉、魏晋南北朝、唐、宋、元至明清三千多年的相互渗透、分化和融合,形成了云南当今汉藏语系藏缅语族、汉藏语系壮侗语族和南亚语系孟高棉语族的各个民族。





战国末楚国庄蹻率兵到云南征服各部落后建立“滇国”，汉武帝为开发“西南夷”曾封其统治者为“滇王”，故云南古代称为“滇”，现简称为“云”。

◆ 云南的行政区划及人口

行政区划：全省共分为6个地区、8个民族自治州、2个省辖市、8个地、州辖市、114个县（其中有28个民族自治县）、6个市辖区。省会昆明。

人口总数：云南人口总数约4100万人。

人口分布：以哀牢山为界，人口分布为东多西少。东部土地面积18.4万平方公里，人口约占全省的66%；西部土地面积21万平方公里，人口约占全省总人口的34%。

◆ 云南的少数民族

云南是中国少数民族种类最多的一个省份。除汉族外，还居住着25个少数民族，占云南人口的三分之一。这些民族分别是：彝、白、哈尼、壮、傣、苗、傈僳、回、拉祜、佤、纳西、瑶、藏、景颇、布依、普米、怒、阿昌、德昂、基诺、水、蒙古、布朗、独龙、满。其分布地区约占全省面积的三分之二。

云南民族多，民族节庆也多。如苗族的“花山节”，纳西族的“三朵



节”、彝族的“火把节”、傈僳族的“刀杆节”、白族的“三月街”、傣族的“泼水节”、景颇族的“目脑纵歌”等。这些节庆，构成了丰富多彩的民族风情，是云南人文景观的重要组成部分。如今，有的民族节日已演化成表演性的旅游节庆活动。

◆ 云南的交通

铁路

铁路随着1965年贵(阳)昆(明)铁路和1970年成(都)昆(明)铁路及1997年南(宁)昆(明)铁路三条线建成通车，与全国铁路并网相连，从根本上改变了云南交通闭塞的状况。此后又相继修通昆(明)玉(溪)线和楚(雄)大(理)线等省内铁路，现有铁路通车里程二千多公里。昆明铁路局管区为准轨线，开远分局管区为窄轨线。

公路

公路全省通车里程98260公里，其中纳入国家通车里程68236公里，高等级公路1200多公里。全省99.23%以上的乡镇和81.31%的办事处、行政村，均已通公路，并形成以昆明市、大理市、曲靖市、开远市为中心的公路网络。全省有国家级公路8条，省级公路69条，约二万多公里，其余为县乡公路。11个地、州市政府、行署的所在地和55个县与昆明连通了柏油路，总长6676公里。通往省外的公路15条，通往邻国的口岸公路也大幅度增加。

水运

全省内河通航里程一千多公里，主要航道有金沙江、澜沧江、滇池、洱海等；主要港口有昆明港、大理港、水富港、景洪港、绥江港，并已开通了水富到上海的直达货运航线和澜沧江——湄公河国际航运线。

航空

经多次改造，昆明巫家坝机场已成为一个重要的国内干线和国际航线西南进出口的航空港。现有昆明、景洪、芒市、保山、昭通、思茅、丽江、大理、迪庆等机场。有

