



隆重推荐

— “书”网罗美食娱乐游玩情报，权威超值！



亲历

亲闻

亲拍



全云南 吃喝玩乐

QUANYUNNAN
CHIHewanLE

《玩乐疯》编辑部◎编著

情报书

QINGBAOSHU



吃喝玩乐的惯了，每天
天啃窝窝头？受不了。

想吃吗



70个美食尝鲜特报

想喝吗

30家酒吧

想玩吗

60个热门游玩去处大搜寻

想乐吗

15处夜生活最丰富的娱乐场所

超 HOT 七位亲历达人指路

超 COOL 省钱玩家小撇步



哈哈，独乐乐不如众乐乐，
101个超经典“玩乐疯”
笑话，请你FB乐翻天!!!

怎么了呢？

不知道去哪玩啊！

从“情报书”找啊！

内附超大云南玩乐地图！

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



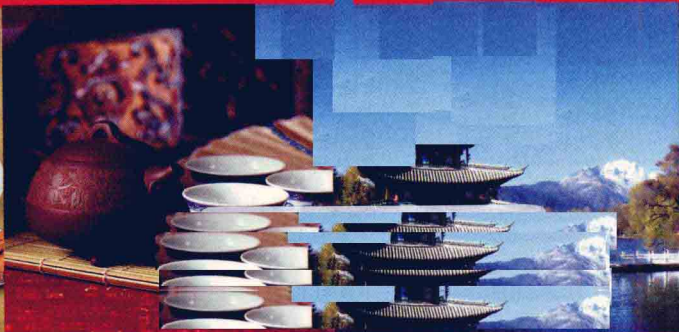
全云南

超**HOT**玩乐疯
超**IN**小资族
8天7夜全攻略

吃喝玩乐 情报书

QUANYUNNAN CHIHEWANLE QINGBAOSHU

《玩乐疯》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

2010年·北京

图书在版编目(CIP)数据

全云南吃喝玩乐情报书/《玩乐疯》编辑部编著. —北京: 中国铁道出版社, 2010.5

(玩乐疯)

ISBN 978-7-113-11223-3

I. ①全… II. ①玩… III. ①旅游指南—云南省 IV. ①K928.974

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第052065号

书 名: 全云南吃喝玩乐情报书
作 者: 《玩乐疯》编辑部 编著

责任编辑: 石建英
编辑助理: 聂浩智
版式设计: 张一哲 刘 琼 吕广海
责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市宣武区右安门西街8号 邮码: 100054)
印 刷: 北京精彩雅恒印刷有限公司
版 次: 2010年5月第1版 2010年5月第1次印刷
开 本: 889mm×1194mm 1/24 印张: 12 插页: 1 字数: 350千字
书 号: ISBN 978-7-113-11223-3
定 价: 36.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道出版社的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电: (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 63549504 路电: (021) 73187



RUHE SHIYONG BENSHU

金云廣收銀行情概況

一分钟读懂昆明

YIFENZHONG DUDONG KUNMING

一分钟熟悉昆明交通

YIFENZHONG SHUXI KUNMING JIAOTONG

◆ 飞越

如果要买机票，可以在北京路的机票代办点购买。

◆ 火车

昆明北站有窄軌鐵路，客運主要是通往越南河內，每周有兩班（周五和周六）。25、64、78路公交车可到北站。

◆ 长途汽车

昆明多条高速和国道在此交会，交通极为便利。

利。从昆明到云南各地都有长途汽车可到。

◆ 市内交通

昆明市公共汽车线路较多，比较快捷，堵车现象较少。公交车大多一元制，无人售票，前门上，后门下车。

◆ 市内交

昆明的出租车起价8元3千米,此后1.8元/千米,22:00以后较贵,起价9.6元,2.4元/千米。



5119 [BIBLIOGRAPHY](#)

本书为读者推荐了各条经典旅游线路。

经典旅游线路上每个景点的
简单介绍。

本书为读者提供的旅游目的地信息,主要包括地理、历史、人文、交通等方面。

各类旅游目的地信息的介绍，让读者在一分钟内就对旅游地有基本的了解。

全云南吃喝玩乐情报书

畅游昆明的经典线路

CHANGYUN KUNMING DE JINGDIAN XIANLU

金殿风景区—世界园艺博览园—圆通寺—翠湖公园

◎在昆明这个四季如春、鲜花竞相开放的城市，看园艺博览园的珍稀植物，游览我国现存最大的纯铜铸殿，现有“城中第五”之称的翠湖，即可休闲又可满足摄影的视觉，实为一个不错的假期。

Step 1



金殿风景区

金殿景区内的自然风光非常优美。树林中小径而过，阳光透过苍翠的树木，在地上洒下斑驳影子，加上偶尔的鸟鸣，深得道家文化之精粹，也很适合修身养性。

Stop2

世界园艺博览会

世界园艺博览会是爱好园艺之人的最佳去处。到这里，你可以欣赏世界著名的盆景，看鲜花盛开的五色花柱，如乘坐好伙伴，可以到玫瑰园中享受一下。

Stop 3

圆通寺是昆明最古老的佛教寺院之一，这里青山叠翠，还有水榭长廊等建筑，真是闹中求静，别有洞天，成为了修身养性的好去处。寺内的建筑都很美，雕刻也非常精致。



选择云南的4大理由



XUANZE YUNNAN DE 4DA LIYOU



理由1 在昆明度

罗马假日

昆明天气好，是名副其实的春城，不论什么时候来，都能感受春天的温暖。而这里碧蓝碧蓝的天空、大朵大朵的云团，看看都是一种幸福。

从旅游景点来看，昆明有怪石林立的石林，溶洞聚集的九乡，云南的第一大湖泊滇池，昆明城中的“美玉”翠湖等著名的自然景观；还有融20多个少数民族为一体的云南民族村；因古往今来第一长联而跻身于江南四大名楼之一的大观楼等人文景观。每年10月~次年4月，几万只海鸥飞临昆明翠湖，让昆明的旅游增加了一个重要的内容——赏鸟喂海鸥。

“过桥米线”是昆明重要的一张名片，凡到昆明的游人都会慕名品尝一番的。而一碗米线，除了有过桥的，还有几十种吃法，卤的、炒的、煮的、小锅的、大锅的……价格可以从两元一碗到上百元一碗。昆明的野生菌有几十种，鲜香清美的味道，以天然无污染高营养的身家，吸引了都市的饮食男女。

在昆明购物，不说时尚的衣饰、种类多样的工艺品，单是四季不败且价格便宜的鲜花，就已经让很多人都按耐不住了。昆明的花市很多，大型的有斗南村鲜花批发市场、尚义街鲜花石化、昆明佳盟花市等。花的品种也多，除了香水玫瑰、康乃馨、勿忘我、香水百合等常见的品种外，还有红掌、玉簪、洋兰、蝴蝶兰、紫罗兰等珍稀品种。因此，到昆明旅游，带上一把鲜花回家也成为了一个重要的内容，如果担心鲜花的携带不便，你也可以购买一些干花，其色彩、造型都新奇别致，插成一个艺术花篮也很漂亮。





理由2 在大理体验

风花雪月的浪漫

没有来过大理的人，对大理的了解大都源于两个出处，一是金庸的小说《天龙八部》中所介绍的大理国；二是《五朵金花》中一曲唱遍大江南北的“蝴蝶泉边来相会”。

其实，大理不论从文化还是自然景观来讲，都还不止这些，这里苍山如屏、洱海如镜、蝴蝶泉深幽，加上“风、花、雪、月”四大奇景，就是一幅优美的画卷。

大理是白族的主要聚居地，这里保存着古朴而浓郁的白族风情。到了这里，你就可以了解白族的生活习俗，品尝别具一格的白族风味食品，选购富有特色的白族民间工艺品，还可以参加传统的大理白族三月街、朝花节等庆典活动。

因为大理的美景和多姿多彩的白族风情，吸引了来自国外的自助游客，他们在城内的护国路下，开酒吧、咖啡厅、西餐厅，形成了一条有名且很有特色的“洋人街”，让少数民族风情浓郁的大理也充斥着“洋味”。

然而，很多人喜欢大理，不仅因为这里的风光，白族的风情；而是因为这里悠闲的时光。在这里，你的脚步会不由自主地放慢3倍。这不是矫情，而是它本来的生活节奏就是如此缓慢，让人能寻找到那一份久违的宁静。



理由3 在丽江

感受宁静的时光

丽江是一个让人来了就不想走的地方，这里的玉龙雪山气势磅礴、玲珑秀丽；泸沽湖美丽原始，泸沽湖畔最后的女儿国——摩梭人的生活习惯，吸引了一大批人来探究；还有湿地候鸟群聚的拉市海，三江并流的虎跳峡，谜一般神奇的宝山石头城；加上从唐宋流传至今的东巴文化，音乐的活化石——纳西古乐，这些足以深深吸引着游人探访。

丽江的时光是悠闲的。在这里的日子，白天可以坐在客栈的庭院里看书、晒太阳打发时光；或者喝茶、喝咖啡，与一帮朋友闲聊；你也可以悠闲地迈着步子，在清得透明的小溪边，听汨汨的流水的声音；在四顾无人的小店里，看艺术家专注地在木头上雕刻；看小店内的客人讨价还价……正因为如此，丽江对于想逃离都市喧哗的人而言，是梦中的田园。

不过，对于迷恋夜生活的人而言，丽江就是一座都市。古城内的大街小巷，随便找找就能找到很有特色的酒吧。到了晚上，这里就成为了最热闹的地方，青年男女都喜欢在这里坐坐，她们围着酒吧里的火塘或者吧台，讲述自己的故事，交换自己的旅游心得；也可以到露台吹吹风，仰望天上的星辰。而在这里的酒吧，很容易发生一段爱情故事，因此，丽江成为了艳遇频率最高的地方。

丽江是纳西族的聚集地，每年的东巴会、三月会、三朵节等是纳西族的传统节日。到了这时，整个丽江就是欢乐的海洋。

选择云南的4大理由



XUANZE YUNNAN DE 4DA LIYOU



理由4 在香格里拉访最后的



香格里拉不是一般的旅游胜地，她集美丽、神奇、瑰伟于一体，融风光、民族、文化于一炉，同时拥有雪山、峡谷、江河、草甸、湖泊、民居、寺庙、田畴等多姿多彩的自然风光、人文景观和多门多类的野生动植物资源以及多种多样的民族文化积淀。在这里走一走，就能看到雪山之神奇、峡谷之深幽、江河之丰富和高原湖泊与湿地草甸之秀美。

香格里拉还有“天然高山花园”、“高山动植物王国”的美称。这里的普达措、哈巴雪山的等自然保护区内不仅有高山栎、白桦、云南栎、长苞冷杉、白雪杜鹃、白刺花等植物，虫草、麝香、贝母等高山药材，还有猕猴、棕熊、赤狐、小熊猫、血雉、重唇鱼等动物。到这里游玩，就能与自然为伴，与动物为邻。

香格里拉的雪山，是人们朝圣之所，更是人们沟通天地人神的桥梁。梅里雪山，是藏传佛教的朝觐圣地，位居藏区八大神山之首，俗称“雪山之神”。每到重大的节日，转山的人络绎不绝，形成非常壮观的场面。

香格里拉是藏民的聚集地，藏族的锅庄舞、弦子舞、情舞、热巴舞让人目不暇接，迎佛节、丹巴日古节、欢乐香巴拉、赛马节、格冬节等节日让人们趋之若鹜，完全迷失在这藏族的风情中。

这就是昆明、大理、丽江、香格里拉，自然风光迤逦、文人景观精彩、少数民族的节日丰富、时光悠闲，让人一去就将心永远留在这片神秘的土地上。

《全云南吃喝玩乐情报书》一书，全面地介绍了昆明、大理、丽江、香格里拉这4个地方的吃喝玩乐，让在行程中的人能充分了解这些地方的景点、吃喝玩乐信息。

全书分为4个部分，也就是把昆明、大理、丽江、香格里拉这4个城市的餐厅、酒吧、景点进行详细介绍，还加入一些非常有情调的客栈。全书的所有资讯都是资深的驴友、吃喝玩乐“专家”们提供的准确信息，如各个景点的门票、交通、地址；所有的攻略都是“专家”们的亲身体验，如各个餐馆的特色菜，各个酒吧的特色推荐，各个景点的游玩攻略，让钟情于吃喝玩乐的小资们吃得开心、玩得放心。

全书还穿插300多幅图片，让人未闻其声就先见其影，在心中描绘这些地方的精彩。

如果在昆明这些地方，或者正准备前往这里，建议带上《全云南吃喝玩乐情报书》，不仅指引你准确行走，也能让你的旅途充满激情与欢乐。

作者团队 ZUOZHE TUANDUI



▶ 亲历者1：美食达人

美食达人，男，24岁，出身餐饮世家，多年来品遍各地美食，吃遍各地菜系，有美食狂人之称，网名叫“有思想的嘴”。他是情报书系列中，专门收集美食资料和拍摄图片的亲历者。他将以“美食达人”的身份教你如何前往这个餐馆，如何在这个餐馆点菜，如何了解这个餐馆的特色等。



▶ 亲历者2：旅游达人

旅游达人，男，28岁，资深驴友，因为其擅长发现不知名的美景，方位感很强，所以圈内人呢称“GPS”。他主要负责旅游信息的收集与风景图片的拍摄，他将以“旅游亲历者”的身份告诉读者：在这些城市中，怎么去那些景点，到了如何玩，住哪里。



▶ 亲历者3：逛街淘宝达人

逛街淘宝达人，女，23岁，典型的80后，年轻时尚，MSN上叫“买的就是你”。她主要负责介绍最有趣味的逛街地，最有特色的精品店，最值得血拼的购物圈。她将以亲历、亲闻的方式告诉读者，哪里有价廉物美的东西，哪里有款式新颖的物品。



▶ 亲历者4：泡吧达人

泡吧达人，男，25岁，曾在酒吧中做了几年的服务员。他辞职后仍然长期浸染于酒吧，对酒吧的各种门路、规则相当熟悉，对各种洋酒颇有研究。在这次的丛书编写中，他主要收集各地酒吧的信息，并以资深玩家的身份教会你如何玩转各个城市的酒吧，如何在这些酒吧中释放激情。



▶ 亲历者5：品茶达人

品茶达人，女，25岁，职业经理人。因为工作缘故，经常飞到全国各地的茶馆中与客户洽谈业务，对各地茶馆风格都有深入的了解。这次她主要负责编写各地茶馆的信息与图片的拍摄。有了茶馆达人的权威介绍，你将对各个城市的茶馆、各种饮茶文化有更深入的认识。



▶ 亲历者6：运动健身达人

运动健身达人，男，29岁，毕业于某知名体校，曾当过健身教练，平时热衷于运动和旅游。他主要负责本系列书中所有健身房、瑜伽馆、游泳馆以及运动有关的场所等内容的编写，以业内人士的角度告诉读者如何玩，如何练。



▶ 亲历者7：娱乐达人

娱乐达人，女，27岁，是这个作者群中最爱K歌的人，其朋友送“麦霸”称号。电影也是她的最爱，每出一部大片，她都会第一时间找到最佳的影院观看。她这次主要编写“娱乐情报”，提供各娱乐场所图片，尽可能全面地给读者们提供各个城市最有趣味、最具风情的娱乐地，供读者消遣放松。



目录 CONTENTS



导 读

8天7夜玩转云南/1

旅游驿站：昆明	1
旅游驿站：大理	3
旅游驿站：丽江	4
旅游驿站：香格里拉	5

昆 明

一分钟读懂昆明/7

一分钟掌握昆明历史	7
一分钟了解昆明地理	8
一分钟游览昆明风景	9
一分钟逛遍昆明花市	10
一分钟熟悉昆明交通	11

畅游昆明的经典线路/13

西山森林公园—云南民族村—海埂公园	13
金殿风景区—世界园艺博览园—圆通寺—翠湖公园	14
昆明—石林—九乡	15

◎昆明吃喝玩乐TOP10/17

最值得一尝的昆明美味TOP10	17
昆明最佳玩乐之地TOP10	19



Part1 昆明美食情报

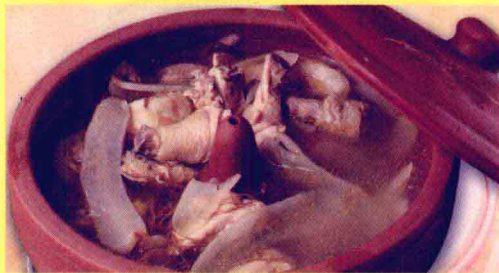


云南菜/24

A. 1910火车站	24
B. 一颗印昆明老房子	25
C. 得意居	25
D. 傣家竹楼	26
E. 昆明1240	27
F. 葛若春	27
G. 老滇缅320傣味餐吧	28

云南小吃/29

A. 建新园	29
B. 桥香园	30
C. 端仕小锅	30
D. 福照楼	31
E. 凤鸢小吃	32
F. 金傣园	32
G. 祥云小吃城	33





目录 CONTENTS

★云南过桥米线.....34

贵州菜/35

- A. 园林餐厅35
- B. 雅致小菜馆36
- C. 燕氏小厨36
- D. 凯里酸汤37

川菜/38

- A. 大蓉和38
- B. 学成饭店39
- C. 外婆桥39
- D. 老房子40
- E. 十里桃源41

火锅店/42

- A. 大滇园42
- B. 香圣客43
- C. 季季红43
- D. 滚锅牛肉44
- E. 麻辣太少45



三市街/46

- A. 总厨·制造46
- B. 同仁靓菜房47
- C. 鱼游天下47
- D. 老东粥皇48

翠湖周边/49

- A. 翠湖192349
- B. 金太阳50
- C. 石屏会馆50
- D. 红豆园51

关上野山菌一条街/52

- A. 原林野山菌52
- B. 野菌园53
- C. 滇菌王53
- D. 南华山菌54



最知名的旅游景点/58

- A. 云南民族村58
- B. 圆通寺59
- C. 金殿59
- D. 世界园艺博览园60
- E. 昆明植物园61
- F. 金马碧鸡坊61
- G. 大观楼62

不可不看的水风光/63

- A. 云南石林63



- B. 九乡风景区 64
- C. 翠湖公园 65
- D. 滇池 66
- E. 黑龙潭 66
- F. 轿子雪山 67

Part 3 昆明逛街淘宝情报



丰富多样的逛街地 / 70

- A. 南屏时尚购物步行街 70
- B. 尚义街鲜花市场 71
- C. 斗南村鲜花批发市场 71
- D. 景星花鸟市场 72
- E. 云南古玩城 73

Part 4 昆明酒吧情报



最有人气的酒吧 / 78

- A. 黑森林 78
- B. 渔夫酒吧 79
- C. 戴维营NICE慢摇酒吧 79
- D. 音乐虫子酒吧 80
- E. 驼峰客栈 80
- F. 骆驼酒吧 81



Part 5 昆明娱乐情报



人气最旺的KTV影院 / 84

- A. 星光灿烂KTV 84
- B. 大明星KTV 84
- C. 钱柜KTV 85
- D. 好乐迪量贩KTV 86
- E. 温莎KTV 86
- F. 东风电影院 87
- G. 人民电影院 87



Part 6 昆明茶馆情报



最有情调的茶馆 / 90

- A. 一壶春茶楼 90
- B. 水清人和茶室 91
- C. 吉人茶宴楼 91
- D. 竹里馆 92
- E. 香茗水榭 92
- F. 中甸酥油茶馆 93
- G. 紫云茶庄 93
- H. 圣地淘沙 94
- ★减肥茶一茶普洱 95





目录 CONTENTS

Part 7 昆明休闲健身情报

最独特的运动生活/98

- A. 五华游泳馆 98
- B. 西南游泳馆 98
- C. 新迎游泳馆 99
- D. 霸王保龄球馆 100
- E. 万宾樱花保龄球 100
- F. 乡村高尔夫 101
- G. 春城湖畔高尔夫 101

最高雅的休闲生活/102

- A. 超越健身房 102
- B. 早晨健康会所 103
- C. 金海马健身俱乐部 103
- D. 伽岚悠季莲花瑜伽 104
- E. 悠季瑜伽 104
- F. 禅悦瑜伽会所 105
- G. 橄榄树温泉 105
- H. 滇池春天温泉 106



- I. 鹤鸣洲温泉养生会所 106
- J. 柏联SPA温泉 107

大理

一分钟读懂大理/109

- 一分钟掌握大理历史 109
- 一分钟了解大理地理 110
- 一分钟游览大理风景 111
- 一分钟领略大理风花雪月 112
- 一分钟熟悉大理交通 113

畅游大理的经典线路/115

- 大理古城—崇圣寺三塔—三塔倒影公园—洋人街 115
- 喜洲古镇—周城—蝴蝶泉 116
- 苍山—洱海 117
- 沙溪古镇—石宝山 118

◎大理吃喝玩乐TOP10/119

- 最值得去的大理品玩TOP10 119



大理美食情报

大理美食/124

- A. 梅子井酒家 124
- B. 杏花村 125
- C. 麒麟饭庄 125
- D. 新星比萨房 126
- E. 竹园 127



Part 2 大理旅游情报



大理的著名景点/130

- A. 大理古城 130
- B. 崇圣寺三塔 131
- C. 蝴蝶泉 131
- D. 鸡足山 132
- E. 苍山 133
- F. 洱海 133
- G. 喜洲古镇 134
- H. 沙溪古镇 135
- I. 周城 136
- J. 《天龙八部》影视城 136

不能错过的盛大节日/137

- A. 大理三月街 137
- B. 白族火把节 138
- C. 剑川石宝山歌会 138
- D. 绕三灵 139

Part 3 大理逛街淘宝情报



丰富多样的逛街地/124

- A. 洋人街 142

- B. 博爱路 143
- C. 人民路 144
- E. 复兴路 144

Part 4 大理酒吧情报



大理人气最高的酒吧/148

- A. 法国红 148
- B. 唐朝酒吧 149
- C. 老木屋 149
- D. 懒人书吧 150
- E. 鸟吧 150
- F. 五十碗小酒店 151
- G. 坏猴子 152
- H. 阳光和酒 152

Part 5 大理客栈情报



最受欢迎的客栈/156

- A. 海地·生活 156
- B. 水云驿栈 157
- C. 相思旅舍 157
- D. 水云间 158
- E. 海月楼客栈 158
- F. 晴天客栈 159
- G. 小小客栈 160
- H. 多情雍措客栈 160

最有情调的客栈/161

- A. 风情大理 161
- B. 苍岳别院 162



目录 CONTENTS

C. 聆海沐月	162
D. 沧海一粟	163
E. 桃源人家	163
F. 水时光客栈	164
G. 海天一客栈	165
H. 天涯驿栈	165
I. 清心庭院	166
J. 风月山水	167

丽江

一分钟读懂丽江/169

一分钟掌握丽江历史	169
一分钟了解丽江地理	170
一分钟游览丽江风景	172
一分钟熟悉丽江交通	173

畅游丽江的经典线路/175

木府—万古楼—四方街—黑龙潭—纳西古乐宫	175
丽江—束河古镇—玉水寨景区—玉龙雪山—宝山石 头城	177
丽江—长江第一湾—虎跳峡	178

◎丽江吃喝玩乐TOP10/179

最值得一去的丽江品玩TOP10	179
-----------------------	-----



丽江美食情报



丽江餐厅/184

A. 小平家乡菜馆	184
B. 妈妈付	185

C. 阿妈意纳西饮食院	185
D. 唠叨坊私房菜	186
E. 龙记斑鱼庄	187
F. 钰洁腊排骨	188
G. 壹餐厅	189

Part 2 丽江旅游情报



最经典的名胜/192

A. 丽江古城	192
B. 白沙古镇	193
★音乐化石——纳西古乐	194
C. 束河古镇	195
D. 玉水寨风景区	196
E. 宝山石头城	197

不可不看的水风光/198

A. 黑龙潭	198
B. 玉龙雪山	199
C. 拉市海	200
D. 东巴谷	201
E. 泸沽湖	201
F. 虎跳峡	203





Part 3 丽江逛街淘宝情报

丰富多样的逛街地/206

- A. 四方街 206
- B. 东巴纸坊 207
- C. 古灵精怪 207
- D. 丽江柴虫 208
- E. 东巴作坊 208
- F. 瓢艺 209

Part 4 丽江酒吧情报

人气最高的丽江酒吧/212

- A. 布拉格咖啡馆 212
- B. 樱花屋 213
- C. 小吧黎酒吧 213
- D. 古树吧 214
- E. 伦勃朗 214
- F. 王公摄郎酒馆 215
- G. 自游公社 216
- H. 尼雅画廊 216
- I. 西藏屋 217

Part 5 丽江客栈情报

最受欢迎的客栈/220

- A. 李家院 220
- B. 枕水人家驿站 221
- C. 808客栈 221
- D. 摄狼部落 222
- E. 小巷深深客栈 222
- F. 茶马斗金 223

最有情调的客栈/224

- A. 瓮古客栈 224
- B. 时光漫步客栈 225
- C. 我行我宿 225
- D. 梅府大院 226
- E. 乐居雅国客栈 226
- F. 一米阳光客栈 227

香格里拉

一分钟读懂香格里拉/229

- 一分钟掌握香格里拉历史 229
- 一分钟了解香格里拉地理 230
- 一分钟游览香格里拉风景 231
- 一分钟熟悉香格里拉交通 233

畅游香格里拉的经典线路/235

- 纳帕海—梅里雪山—明永冰川—雨崩村 235
- 松赞林寺—碧让大峡谷—普达措国家公园 237
- 天生桥温泉—白水台—哈巴村—哈巴雪山 238

◎香格里拉吃喝玩乐TOP10/239

- 最值得一去的香格里拉品玩TOP10 239

云南

目录 CONTENTS



Part 1 香格里拉旅游情报



最美的自然风光/244

- A. 纳帕海 244
- B. 碧让峡谷 245
- C. 雨崩村 246
- D. 明永冰川 246
- E. 哈巴雪山 247
- F. 天生桥温泉 248

最具民族特色的风景/249

- A. 白水台 249
- B. 梅里雪山 250
- C. 普达措国家公园 250
- D. 属都湖 251
- E. 松赞林寺 252

不能错过的盛大节日/253

- A. 迎佛节 253
- B. 丹巴日古节 254
- C. 欢乐香巴拉 254
- D. 默朗钦波法会 255
- E. 赛马节 255



Part 2 香格里拉酒吧情报



最有人气的酒吧/258

- A. 乌鸦酒吧 258
- B. 季候鸟酒吧 259
- C. 藏棋院 259
- D. 南卡名典 260

- E. 阿纳作坊 260
- F. 圣地艺术空间 261



Part 3 香格里拉客栈情报



最受欢迎的客栈/264

- A. 玛吉之家 264
- B. 皮匠坡老客栈 265
- C. 融聚客栈 265
- D. 昆仑客栈 266
- E. 龙行客栈 266
- F. 土司庄园 267

附录

- 附录A 昆明酒店宾馆名录 268
- 附录B 昆明旅游应急电话 269
- 附录C 大理、丽江、香格里拉旅游应急电话 269

