



东南佛国 爱情圣地

State of Buddhism in the Southeast and Holy Land of Love

鄞州自驾游

YINZHOU Self-driving Tour



宁波市鄞州区风景旅游管理局

NINGBO YINZHOU SCENERY & TOURISM ADMINISTRATION BUREAU

前言 PERFACE

当您打开中国地图，在东海之滨宁波，找到一个酷似“蝴蝶”状的区域版图时，那就是鄞州。

当您驾着爱车，沿着杭州湾跨海大桥南下，听着优美而经典的“梁祝”乐曲时，那您就到鄞州啦。

当您的车轮印入鄞州这片古老、现代、浪漫的土地时，您会发现，这里就是您向往的“世外桃源”。

“鄞”之地名源于夏朝，秦始皇25年置县，历代兼为州、府、路、道的治所，海上丝路从这里起航，北宋名相王安石在这里一展治国抱负，闻名遐迩的“宁波帮”从这里走向世界各地。改革开放以来，鄞州坚持以工业提升经济实力，以商务提升城区活力，以和谐提升社会合力，综合实力名列全国前茅。

鄞州兼山水之胜，融佛教文化、梁祝爱情、人文遗产、休闲度假为一体。这里有1700多年的“东南佛国”天童禅寺，藏有释迦牟尼真身舍利的佛教“中华五峰”之一阿育王寺，中国首批森林公园天童国家森林公园，我国目前唯一的爱情主题公园、国家AAAA级旅游区梁祝文化园，省级风景名胜区、国家AAAA级旅游区五龙潭景区，全国重点文物保护单位、中国四大古水利工程之一唐代它山堰，素有“都市里的农庄”之称的全国农业示范点天宫庄园，“中国进士第一村”走马塘古村，“浙东第一漂”四明山大峡谷李家坑漂流，还有“西湖风韵、太湖气魄”之美誉的东钱湖景区，等等……

朋友们，现在就发动您的爱车，沿着我们为您量身定制的“GPS”，一起品味鄞州，Happy鄞州……

 本手册距离为景点与鄞州区人民政府的距离。



目录

CONTENTS



01	前言
03	鄞州概况 悠游鄞州
05	◆ 五龙潭风景区
07	◆ 梁祝文化园
09	◆ 天童风景名胜区
13	◆ 阿育王寺
15	◆ 天宫庄园
19	◆ 南头渔村
21	◆ 浅水湾农庄
23	◆ 走马塘村
25	◆ 它山堰
27	◆ 百梁桥
28	◆ 四明山革命烈士陵园
29	◆ 四明山大峡谷 (李家坑)漂流
30	◆ 四〇一洞天
31	◆ 杖锡山
32	◆ 茅镬古树群、杖锡摩崖石刻群
34	◆ 雪香漂流
35	◆ 金峨谷
36	◆ 金峨寺
37	◆ 酒埕岩仙人寨景区
38	◆ 港城农业示范园
39	◆ 东钱湖
41	◆ 雅戈尔动物园、南宋石刻公园
42	◆ 小普陀、福泉山
43	◆ 启新高尔夫俱乐部、陶公岛
	文博鄞州
44	◆ 宁波 (鄞州) 博物馆
45	◆ 华茂堂美术馆
46	◆ 紫林坊艺术馆
	◆ 宁波服装博物馆
	◆ 宁波朱金漆木雕艺术馆
	◆ 鄞州滨海博物馆
	◆ 鄞州居家博物院
	◆ 宁波金银彩绣艺术馆
52	购物鄞州
56	乐活鄞州
60	行在鄞州
61	住在鄞州
63	安全提醒
66	旅游资讯
	旅游交通示意图



鄞州概况

YINZHOU INTRODUCTION

[历史渊源]

鄞州区历史悠久。早在新石器时代的母系氏族公社时期，境内就有原始人类居住。1973年冬在蜃蛟乡三联村卢家桥发现的原始公社遗址，距今已有5000年的历史。



约在原始社会末期，至迟在夏朝初，“鄞”已成为确定的地名，鄞由“堇”和“邑”（阝）两字合成。鄞县春秋时属越国，战国时属楚。秦灭楚后，于公元前222年置鄞、鄞、句章三县。汉袭秦制，仍置三县。东晋时刘裕戍句章，筑句章新城于小溪镇（今鄞江镇）。隋初三县合一，总称句章县。唐时改为鄞县。五年初改为鄞县，从此鄞县名称沿袭至今。宁波市区过去一直为鄞县县治，原称明州，明朝时为避讳，改名为宁波。解放后宁波析出置市，鄞县先后为宁波专区（地区）及宁波市辖。2002年4月19日经国务院批准“撤县设区”而设立为宁波市鄞州区。



[经济概况]

2011年，鄞州区生产总值945.4亿元，比上年增长10.0%。全区人均GDP达到115696元（按年平均汇率折合17913美元）。

[行政区划]

鄞州区下辖全区共有17个镇、1个乡、6个街道办事处，431个行政村、71个社区、22个城镇居委会。户籍总人口82.2万。

[地理气候]

鄞州区地处浙江东部沿海，疆域在东经 $121^{\circ}08'$ — $121^{\circ}54'$ ，北纬 $29^{\circ}37'$ — $29^{\circ}57'$ 之间。西北与西部与余姚接壤，南部紧邻奉化，东南临象山港与象山隔水相望。东西向最大长度74公里，南北最大宽度32.3公里，版图轮廓呈蝴蝶状。全区总面积1346平方公里，区界周长269公里，其中有海岸线25.66公里。

鄞州区属亚热带季风性湿润气候，因濒临东海又带有海洋性气候特征。本地四季分明，3—4月为春季，5—8月为夏季，9—11月为秋季，12—2月为冬季。



推荐指数 ★★★★★

FIVE DRAGON POOLS 五龙潭风景区

国家AAAA级旅游区

- 📍 龙潭飞瀑50元 青云天瀑50元
联票90元 观光车：10元/人
- ☎ 0574—87893576
- 📍 638路，661-1路，616路
- 🕒 开放时间：夏令：7：30—16：30
冬令：8：00—16：00
- 🏠 鄞州区龙观乡
- 📏 38公里

五龙潭风景区位于鄞州区西南面龙观乡境内，面积16.17平方公里。五龙潭风景区属山地型旅游区，区内群山环抱，峰峦挺拔，悬崖耸立，溪谷幽深，地形变化丰富。以山奇水秀谷幽、山乡风情浓郁为特色，集游览观光、休闲度假、礼佛朝圣、山地健身功能于一体，可满足游客回归自然山水、品味山村风光，感知浙东地方文化，享受休闲世界的需求。景区具有浓烈的华夏“龙崇拜”民俗文化特色，欲在国内树立“龙的传人”游龙潭、观龙俗、祭龙祖的品牌形象。



自驾路线



① 宁波出发:

路线: 市区环城西路→雅戈尔大道→34省道→荷梁线→鄞江镇→龙观乡→五龙潭

② 上海出发:

路线: 杭州湾跨海大桥→绕城高速→甬金高速→洞桥出口下→鄞江镇→龙观乡→五龙潭

③ 杭州出发:

路线: 杭甬高速→绕城高速→甬金高速→洞桥出口下→鄞江镇→龙观乡→五龙潭

④ 温州出发:

路线: 甬台温高速→绕城高速→甬金高速→洞桥出口下→鄞江镇→龙观乡→五龙潭

青云峡漂流

五龙潭青云峡漂流位于鄞州区龙观乡五龙潭景区内, 全程2.6公里, 落差120米。分为猛士漂和勇士漂, 沿线有过龙门、飞流直下、出水芙蓉、龙腾虎跃等景点, 漂流既有急流险滩, 又有波澜不惊、风景如画的河面, 整个行程有张有弛, 给人以时而惊险时而平静悠然的丰富体验。

¥ 138元
☎ 0574—87893576
📍 638路
📍 鄞州区龙观乡



LIANGZHU CULTURE PARK

梁祝文化园

国家AAAA级旅游区

- ☎ 0574—88447238 88054238
- 📍 238路
- 🕒 开放时间：夏令：7：30—16：30
冬令：8：00—16：00
- 🏠 鄞州区高桥镇
- 🚗 15公里



梁祝文化园以东晋梁山伯墓、梁山伯庙为古遗址基础，以经典的梁祝故事为情节线索，以极富性感的魅力营造的一座大型的爱情主题文化园。景致幽雅，建筑古朴，花木盎然，流水潺潺。它濒临宁波母亲河余姚江畔，与河姆渡文化遗址隔江相望，是一处集旅游度假、观光休闲、活动娱乐、业态参与、文人墨客的荟萃胜景。建有梁山伯庙、梁祝读书院、祝家庄、蝶恋园、梁山伯古墓、夫妻桥、凤凰山和化蝶音乐广场等景点。



自驾路线



①宁波出发：

路线：(a)市区中山西路→中山立交桥→望春路→梁祝文化园

路线：(b)市区中山西路→通途路西→梁祝大道→梁祝文化园

②上海出发：杭州湾跨海大桥→杭甬高速→大隐出口下→59省道(甬梁线)高桥方向→通途路西→梁祝文化园

③杭州出发：杭甬高速→大隐出口下→59省道
(甬梁线)高桥方向→通途路西→梁祝文化园

旅游景点

梁祝文化园 LIANGZHU CULTURE PARK



推荐指数 ★★★★★

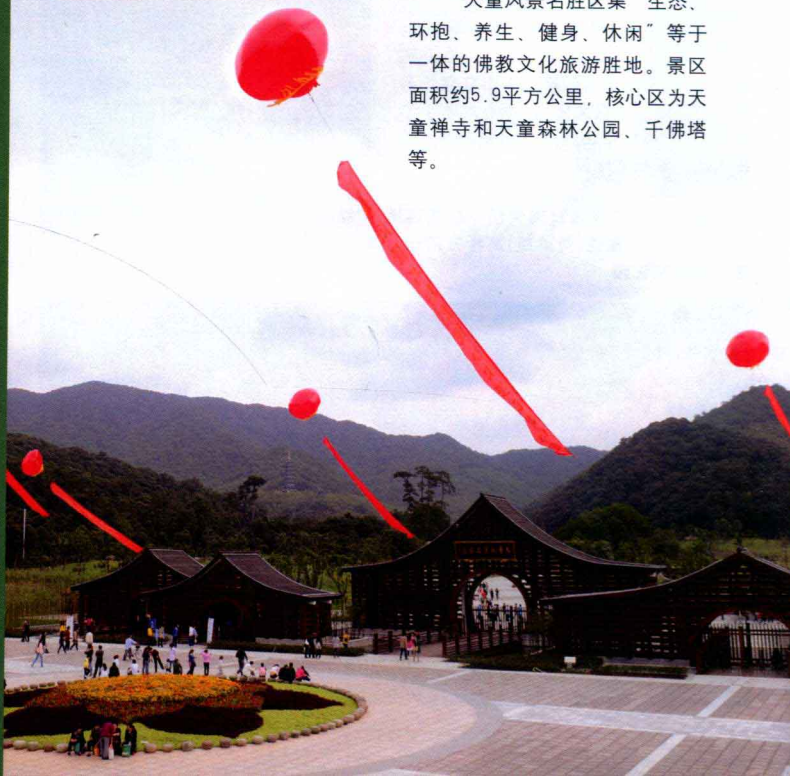
天童风景名胜名勝區

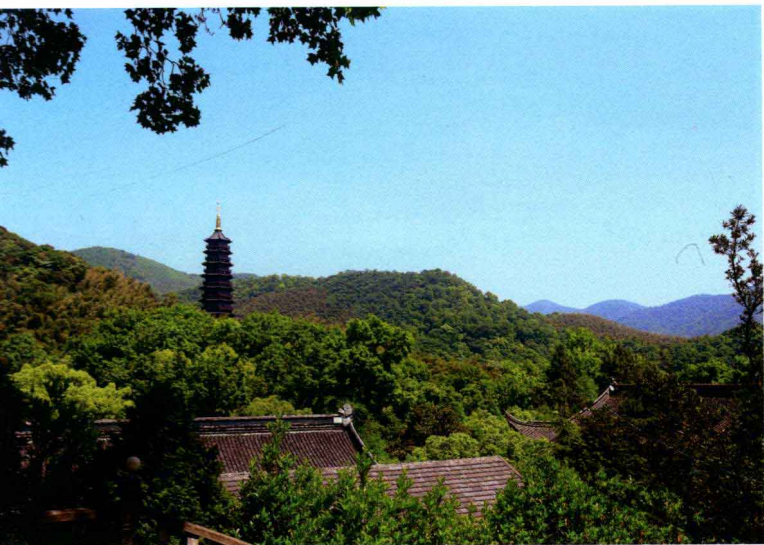
赵林和



- ¥ 50元 (不含天童寺门票)
- ☎ 0574-88336999
- 📍 362路
- 🕒 开放时间: 8:00—16:30
- 🏠 鄞州区东吴镇
- 🚗 28公里

天童风景名胜名勝區集“生态、环抱、养生、健身、休闲”等于一体的佛教文化旅游胜地。景区面积约5.9平方公里，核心区为天童禅寺和天童森林公园、千佛塔等。





自驾路线

① 宁波出发：

路线：市区→鄞县大道向东→天童景区

② 沪杭出发：转入杭甬高速→沙溪出口下→宝瞻公路→天童景区

③ 温州出发：甬台温高速→转入杭甬高速→沙溪出口下→宝瞻公路→天童景区

天童森林公园

国家级森林公园

天童森林公园位于天童风景名胜区内，是我国最早命名的三大森林公园之一。公园以寺庙、森林、奇石、怪洞、云海、晚霞著称，形成古刹、丛林两大特色，既是游览胜地，也是植物生态学的科普教育基地。森林公园以优美的自然景观和历史人文古迹结合，形成了天童三关十景。三关，即万松关、铁蛇关、清关。十景为深径回松、凤岗修竹、玲珑天凿、太白云生、清关喷雪、双池印景、西涧分钟、东谷秋红、平台铺月、南山晚翠。



- ¥ 10元
☎ 0574-88480068
🕒 开放时间: 8:30—16:30



天童寺

全国重点文物保护单位

山外青山翠满峰，丛林禅院九州同。
楼堂仙阁难相数，广厦千间是天童。

天童禅寺以“东南佛国”著称于世，开创于西晋永康元年，至今已有1700余年历史。自义兴祖师开山以来，经历代相承，终于成为巍巍卓立，雄尊秀蔚，千楹万础，规模宏大的禅宗十方丛林。全寺占地面积7.64万余平方米，建筑面积达3.88万余平方米。有殿、堂、楼、阁、轩、寮、居30余个计999间。寺院规模之大，建筑之精美，为国内罕见。

编号: 271022
古树名木 人人保护
鄞县人民政府

推荐指数 ★★★★★

TEMPLE OF KING AYU 阿育王寺

全国重点文物保护单位

- ¥ 10元
- ☎ 0574-88383421
- 📍 155、782、556、557、558路
- 🕒 开放时间: 5: 30—17: 30
- 🏠 鄞州区五乡镇
- 🚗 23公里

阿育王寺位于宁波市区东 20 公里，始建于西晋太康三年（公元 282 年），是我国禅宗名刹“中华五山”之一，素有“六殊胜八吉祥地”之称。寺内珍藏着一座名闻天下的佛祖舍利宝塔，在中外佛教史上享有盛誉，是国内现存的唯一以印度阿育王命名的千年古刹。

阿育王寺建筑规模恢宏，占地 8 万平方米，有殿、堂、楼阁、轩等 600 多间，建筑面积 24000 平方米。寺依山而筑，整个建筑中轴对称布局，中轴线上依次有山门、天王

殿、大雄宝殿、舍利殿、法堂、藏经楼等，建筑结构简单古朴、庄重，集建筑、园林、绘画艺术之大成。阿育王寺在中国佛教史，中国佛教交流史，中日文化交流史上有重要地位。744 年鉴真东渡期间曾在阿育王寺修整。



自驾路线



旅游景点

阿育王寺 TEMPLE OF KING AYU

阿育王寺素食馆

阿育王寺素食馆，是目前浙江省内最大的佛膳馆，可以同时容纳800人就餐。“享佛膳、听佛音、悟佛禅”，让每一个来到素食馆的旅客，能品味到佛教素食的真味，同时又能沐浴佛光，得到心灵的洗礼。

订餐电话：0574-89007758

① 宁波出发：

路线：市区宁穿公路→邱隘镇→五乡镇→阿育王寺

② 沪杭出发：转入杭甬高速→沙溪出口下→阿育王寺

③ 温州出发：甬台温高速→转入杭甬高速→沙溪出口下→阿育王寺



HEAVEN VILLAGE

天宫庄园

国家AAAA级旅游区
全国农业旅游示范点
全国五星级休闲农业
乡村旅游示范园区

¥ 成人45元，儿童25元（采摘费另收）
☎ 0574-88343006
📍 131路、177路、354路、
111路、639路
🕒 开放时间：7:30—16:30
🏠 鄞州区下应街道湾底村
🚗 5公里

位于鄞州区下应街道湾底村，总面积1600亩，以生态农庄为特色，集新农村展示、文化旅游、亲子游乐于一体的“都市里的村庄、城市中的花园”。

庄园以农业产业化为特色，包括40多万平方米采摘桑果基地、12000平方米的植物世界、天宫酒厂（桑果深加工基地），以及葡萄园、草莓园、盆景园、梨园、牡丹园、蓝莓园、组培楼、科普长廊等高品质绿色观赏基地，形成了一、二、三产业同步发展的新农村模式。



[特别推荐]

●天宫庄园植物世界

占地面积12000平方米，主要包括迎宾区、亚热带水果区、热带水果区、热带雨林区、现代农业区、沙生植物区、精品花卉展销区等七大区域。各区域分别展示了不同气候带上千种典型的植物景观。



庄园深入挖掘宁波古村的传统文化，占地6000平方米的西江古村完整保留了古村落群、老戏台、老店铺、水街等江南特色建筑，宁波市非物质文化遗产展示中心、宁波市服装博物馆亦座落于此。此外，庄园还设置了宁波市首个少儿职场体验项目——占地10000多平方米的天宫城堡、烧烤、垂钓、网球、乒乓球、游乐城等游乐设施，其中游乐城包括摩天环车、空中漫步、挑战者枪战碰碰船、欢乐旅行、充气城堡、汽炮战城等机动游乐项目以及游船、真人CS镭战、丛林攀爬等多种参与性项目。天宫庄园既有惊险、刺激的游乐项目，也有悠闲轻松老少皆宜的休闲活动。

