

ZHONG GUO

ZUI ZHI DE QU DE 360 GE DI FANG

中国最值得去的 360个地方

欣赏万千风景



提高人文素养



探究文明起源

畅游中国各地

丽江古城 布达拉宫 龙门石窟
凤凰古城 客家围屋 阳朔西街
外滩 周庄 乌镇 永定土楼
北京故宫 八达岭长城 平遥古城
应县木塔 秦始皇陵 半坡遗址
敦煌莫高窟 高昌故城
大三巴牌坊 台北故宫博物院



领略华夏民俗文化



苍山洱海 九寨沟 纳木错 武当山
七星岩 漓江 天涯海角 西湖 九华山
鼓浪屿 婺源 大明湖 香山
北戴河 呼伦贝尔草原 壶口瀑布 青海湖
贺兰山 天池 喀纳斯湖 长白山
五大连池 日月潭

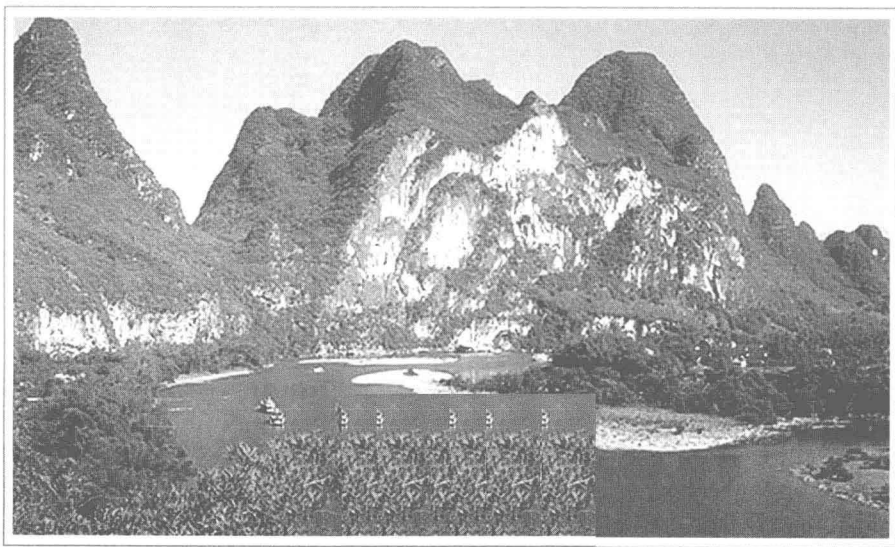
荟萃中国自然胜景

西苑出版社

荟萃**中国自然胜景** ● 领略**华夏民俗文化**

中国最值得去的 360个地方

畅游**中国各地** 欣赏**万千风景** 探究**文明起源** 提高**人文素养**



肖瑶 田静 编著

西苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国最值得去的360个地方 / 肖瑶, 田静编著. --
北京: 西苑出版社, 2010.6
ISBN 978-7-80210-767-0

I. ①中… II. ①肖… ②田… III. ①旅游指南—中国 IV. ①K928.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第114503号

中国最值得去的360个地方

编 著 肖瑶 田静

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路15号

邮政编码: 100143

电 话: 010-88624971

传 真: 010-88637120

网 址 www.xycbs.com

E-mail: xycbs8@126.com

印 刷 北京中创彩色印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm×1000mm 1/16

字 数 260千字

印 张 14

版 次 2010年9月第1版

印 次 2010年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-80210-767-0

定 价 26.80元

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题, 本社邮购部负责调换)

版权所有 翻印必究

前言

QIANYAN

古人云：“读万卷书，行万里路。”要求知，首先要“读万卷书”，获得满腹经纶，再“行万里路”，亲历躬行，知识水平就会飞跃到一个更高的层次。随着时代的变迁，“行万里路”被赋予了更多的时代内涵，成为一种时尚、潮流以及现代精神需求。

应广大读者要求，我们精心编写了这本《中国最值得去的360个地方》，全面系统地介绍了中国各省、自治区、直辖市和特别行政区的著名景区、景点，并精选了百余幅精美图片，将神州大地多姿多彩的秀丽风光——呈现。瑰丽神奇的山水胜景、巧夺天工的现代建筑、历史悠久的文明古迹、独具特色的民俗风情……充分显示了中国自然资源的宝贵与文化遗产的丰富。

在这里，您可以跟随我们的脚步，捕捉自己喜欢的美景，体验美妙绝伦的旅行乐趣。行走在中国西南的边陲，您可以欣赏美妙的边境风光，领略独特的少数民族风情；在港澳台地区旅行，您在感受绚丽多姿的都市风光之余，定会叹服于其高度发达的物质文明；乘上穿越黄河壶口瀑布的快艇，您所体验到的不仅是挑战自然的刺激，更多的是充实自我的愉悦……还有那神秘莫测的乌尔禾魔鬼城、气吞山河的万里长城、气势磅礴的秦始皇陵兵马俑……无不令人心驰神往。

在有限的篇幅内，我们以省级行政单位为经，以旅游景点为纬，用简洁的文字概述了各个省区的地理位置、著名景点、世界之最、民俗风情、特色美食、采购特产、最佳旅行期等等，并用温馨的旅游提示提醒您避免旅途上可能遇到的麻烦和遗憾。娓娓道来的文字，既充满对自然世界的美好认知，又不乏理性或激情的描述。那些看似简单的文化遗存、平凡的山水景观，通过独特的框架和视角，被一一勾勒出生动的形象，令读者在心醉之余，产生背起行囊、亲临其境的欲望。

旅游是一种躯体的历练，也是一种精神的享受，更是一种调节现代快节奏生活的润滑剂。随着交通工具的日益便捷和通讯手段的日益完善，旅游已变得简单轻松、趣味盎然。相信在这位出色的“导游”——《中国最值得去的360个地方》的引导下，您的旅途定会多出一份快乐与收获。

编 者

目录

西南最美地

童话世界——云南

- 云南概况 2
- 地理位置/著名景点/世界遗产/民族节日/
特色美食/采购特产/最佳旅行期
- 云南最值得去的18个地方 3
- 滇池/石林/昆明世博园/大观楼/九乡/苍
山/洱海/大理古城/崇圣寺三塔/丽江古城
/腾冲火山公园/高黎贡山/抚仙湖/罗平油
菜花海/西山森林公园/元阳梯田/建水/芒
令独树成林

七彩世界——贵州

- 贵州概况 12
- 地理位置/著名景点/世界之最/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期
- 贵州最值得去的9个地方 13
- 黔灵公园/甲秀楼/黄果树大瀑布/龙宫/平
坝天龙屯堡/十丈洞/赤水丹霞/梵净山/荔
波樟江

三峡明珠——重庆

- 重庆概况 19
- 地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期
- 重庆最值得去的6个地方 19
- 大足石刻/巫山小三峡/瞿塘峡/巫峡/丰都
鬼城/武隆芙蓉洞

天府之国——四川

- 四川概况 23
- 地理位置/著名景点/世界遗产/民族概况/
特色美食/采购特产/最佳旅行期
- 四川最值得去的13个地方 24
- 武侯祠/青城山/西岭雪山/九寨沟/黄龙景

区/米亚罗/四姑娘山/若尔盖湿地/海螺沟
/西昌卫星发射基地/人悬棺/乐山大佛/峨
眉山

高原圣域——西藏

- 西藏概况 30
- 地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期
- 西藏最值得去的11个地方 30
- 布达拉宫/大昭寺/哲蚌寺/南迦巴瓦峰/冈
仁波齐/玛旁雍错/纳木错/羌塘草原/桑耶
寺/茶马古道/扎什伦布寺

中南最美地

黄帝故里——河南

- 河南概况 36
- 地理位置/著名景点/世界遗产/节日会展/
特色美食/采购特产/最佳旅行期
- 河南最值得去的11个地方 37
- 黄河游览区/嵩山·少林寺/龙门石窟/白
马寺/关林/国色牡丹园/龙亭公园/大相国
寺/禹王台/包公祠/王屋山

荆楚明珠——湖北

- 湖北概况 41
- 地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期
- 湖北最值得去的15个地方 41
- 东湖/黄鹤楼/古琴台/木兰天池/武当山/
荆州古城墙/万寿园/赤壁古战场/九宫山/
三峡/腾龙洞/恩施土司城/鱼木寨/神农顶
/香溪源

潇湘奇葩——湖南

- 湖南概况 49

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

湖南最值得去的13个地方 49

岳麓山/橘子洲/马王堆汉墓/武陵源/天门
山/岳阳楼/洞庭湖/君山/汨罗江/张谷英
村/衡山/常德桃花源/凤凰古城

南国宝地——广东

广东概况 57

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

广东最值得去的5个地方 57

越秀公园/白云山/丹霞山/肇庆七星岩/梅
县客家围屋

歌舞海洋——广西

广西概况 61

地理位置/著名景点/世界之最/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

广西最值得去的14个地方 61

青秀山/漓江景区/伏波山/阳朔世外桃源/
阳朔西街/荔浦/资江—八角寨/龙胜龙脊
梯田/北海银滩/涠洲岛/靖西通灵大峡谷/
德天瀑布/归龙斜塔/友谊关

天涯海角——海南

海南概况 70

地理位置/著名景点/海南珍奇/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

海南最值得去的9个地方 70

五公祠/海瑞陵园/马鞍岭火山口/大东海/
落笔洞/天涯海角/鹿回头公园/五指山/西
沙群岛

华东最胜地

东方明珠——上海

上海概况 76

地理位置/著名景点/特色商业街/旅游节
庆/特色美食/采购特产/最佳旅行期

上海最值得去的6个地方 77

东方明珠广播电视塔/豫园/外滩/朱家角/
龙华寺/鲁迅公园

园林之都——江苏

江苏概况 81

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

江苏最值得去的19个地方 81

中山陵/明孝陵/玄武湖/雨花台/秦淮河/
拙政园/狮子林/沧浪亭/留园/虎丘山/寒
山寺/周庄/同里/扬州瘦西湖/金山/北固
山/太湖/惠山/徐州黄楼

人间天堂——浙江

浙江概况 91

地理位置/著名景点/民间造型艺术类别/民
俗风情/特色美食/采购特产/最佳旅行期

浙江最值得去的15个地方 91

西湖/灵隐寺/飞来峰/天目山/富春江—千
岛湖景区/乌镇/西塘/南湖/南浔/兰亭/禹
陵/沈园/普陀山/桃花岛/雁荡山

江淮明珠——安徽

安徽概况 99

地理位置/著名景点/世界遗产/文化艺术/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

安徽最值得去的10个地方 99

徽园/黄山/歙县棠樾牌坊群/斗山街/黟县
西递/南屏/宏村/关麓/天柱山/九华山

八闽大地——福建

福建概况 105

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

福建最值得去的12个地方 105

三坊七巷/鼓山/鼓浪屿/南普陀寺/泉州开
元寺/洛阳桥/清源山/泉州天后宫/漳州土
楼/永定土楼/冠豸山/武夷山

革命圣地——江西

江西概况 111

地理位置/著名景点/世界遗产/江西珍奇/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

江西最值得去的6个地方 111

滕王阁/鄱阳湖/庐山/婺源/三清山/龙虎山

圣人故里——山东

山东概况 115

地理位置/著名景点/世界遗产/节日会展/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

山东最值得去的11个地方 115

趵突泉/大明湖/栈桥/崂山/青岛八大关/
蓬莱阁/水泊梁山/孟庙/芝罘岛/成山头/
泰山

华北最美地

华夏心脏——北京

北京概况 122

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

北京最值得去的18个地方 124

天安门广场/故宫/景山公园/北海公园/天坛/雍和宫/国子监/什刹海/大栅栏/琉璃厂/中华世纪坛/王府井步行街/北京的胡同和四合院/香山公园/颐和园/圆明园/八达岭长城/慕田峪长城/十三陵

滨海之城——天津

天津概况 133

地理位置/著名景点/天津之眼/民间艺术/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

天津最值得去的8个地方 133

天津广播电视塔/古文化街/石家大院/大沽口炮台/盘山/文庙/独乐寺/黄崖关长城

燕赵大地——河北

河北概况 138

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

河北最值得去的10个地方 139

赵州桥/北戴河/山海关/老龙头/燕塞湖/
避暑山庄/外八庙/棒锤山/坝上草原/野三坡

三晋沃土——山西

山西概况 144

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

山西最值得去的13个地方 145

晋祠/纯阳宫/平遥古城/日升昌票号/镇国寺/乔家大院/王家大院/恒山/悬空寺/云冈石窟/应县木塔/五台山/雁门关

草原之家——内蒙古

内蒙古概况 152

地理位置/著名景点/亚洲之最/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

内蒙古最值得去的12个地方 153

昭君墓/白音呼硕/金剛座舍利宝塔/达里诺尔/呼和诺尔草原/上都遗址/东额其响沙/辉腾锡勒草原/成吉思汗陵/五当召/呼伦贝尔大草原/呼伦湖

西北最美地

三秦故地——陕西

山西概况 160

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

山西最值得去的12个地方 161

大雁塔/小雁塔/钟楼和鼓楼/西安古城墙/秦始皇陵/秦陵兵马俑/华清池/半坡遗址/黄河壶口瀑布/华山/榆林城/法门寺

大漠绿洲——甘肃

甘肃概况 167

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/
特色美食/采购特产/最佳旅行期

甘肃最值得去的12个地方 168

刘家峡/崆峒山/嘉峪关城楼/敦煌莫高窟/鸣沙山和月牙泉/玉门关故址/阳关/白塔

山/麦积山石窟/大佛寺/伏羲庙/拉卜楞寺 雪域明珠——青海

海南概况 174

地理位置/著名景点/世界之最/民俗风情/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

青海最值得去的7个地方 175

青海湖/倒淌河/日月山/瞿昙寺/黄河之源

/昆仑山/金银滩草原

塞外江南——宁夏

宁夏概况 178

地理位置/著名景点/宁夏五宝/民俗风情/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

宁夏最值得去的8个地方 178

西夏王陵/贺兰山/青铜峡108塔/南关清真

寺/海宝塔/拜寺口双塔/沙湖/沙坡头

西域奇境——新疆

新疆概况 182

地理位置/著名景点/十大湖泊/民俗风情/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

新疆最值得去的15个地方 183

天池/中国一号冰川/五彩湾/高昌故城/柏

孜克里克千佛洞/火焰山/坎儿井/艾提尕

清真寺/石头城/喀纳斯湖/罗布泊/楼兰古

城/轮台胡杨林/赛里木湖/乌尔禾魔鬼城

东北最美地

北国明珠——辽宁

辽宁概况 190

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

辽宁最值得去的9个地方 191

沈阳故宫/棒槌岛/金石滩/凤凰山/笔架山

/本溪水洞/千山/昭陵/兴城古城

白山淞水——吉林

吉林概况 196

地理位置/著名景点/世界遗产/民俗风情/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

吉林最值得去的5个地方 196

净月潭/伪满皇宫和八大部/长春世界雕塑

公园/吉林雾凇/长白山

冰雪天地——黑龙江

黑龙江概况 199

地理位置/著名景点/世界地质公园/节庆

活动/特色美食/采购特产/最佳旅行期

黑龙江最值得去的7个地方 200

圣索菲亚教堂/林海雪原/地下森林/太阳

岛/镜泊湖/五大连池/乌苏里江

港澳台最美地

动感之都——香港

香港概况 204

地理位置/著名景点/世界之最/盛事节庆/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

香港最值得去的9个地方 204

太平山/青马大桥/铜锣湾/香港动植物公

园/尖沙咀/香港会议展览中心/兰桂坊/浅

水湾/宝莲寺

东方赌城——澳门

澳门概况 208

地理位置/著名景点/世界遗产/盛事节庆/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

澳门最值得去的6个地方 208

大三巴牌坊/妈祖阁/松山炮台/黑沙海滩/

仔岛/澳大桥

祖国宝岛——台湾

台湾概况 211

地理位置/著名景点/世界之最/民俗风情/

特色美食/采购特产/最佳旅行期

台湾最值得去的6个地方 212

台湾故宫博物院/日月潭/阿里山/玉山公

园/鹅銮鼻公园/指南宫

西南最美地

天堂在哪里？在远离都市喧嚣的丽江古城，还是在美丽的童话世界九寨沟，抑或藏传佛教圣域——美丽的日光之城的拉萨，还是其它洞天福地？其实，这里都是天堂。天堂在我们心中，只要你觉得安宁与祥和，心情满足与快慰。所以放慢脚步，细细体会、欣赏，西南疆域的这57处美地都可以是你的天堂。



童话世界——云南

云南概况

► 地理位置

云南简称滇、云，位于中国西南部，北回归线横贯南部，东与广西壮族自治区和贵州省毗邻，北以金沙江为界与四川省隔江相望，西北陲与西藏自治区相连，西部与缅甸相邻，南部和东南部分别与老挝、越南接壤。

► 著名景点

昆明 官渡古镇、滇池风景区、金马碧鸡坊、云南民族博物馆、昆明世博园、云南民族村、筇竹罗汉、金殿天门古道、昆明世博园名花艺石园、路南石林、九乡、大观楼、大理古国留宝幢等。

楚雄 禄丰风景名胜、太阳历文化园、楚雄古树名花、禄丰世界恐龙谷、石羊古镇、彝人古镇等。

德宏 德宏民族风情游览区、芒市民族文化宫、梁河南甸土司衙门、芒令独树成林、瑞丽边贸街、盈江明代古关等。

丽江 束河古镇、泸沽湖风景区、丽江古城、木府、玉龙雪山风景区、白沙古镇、小凉山彝族风情、巨甸古镇、梓里古镇等。

怒江 碧罗雪山、独龙江河谷、泸水、怒江大峡谷、三江并流、坎桶村、怒江第一湾及桃花岛、石门摩崖石刻、贡当神山、丙中洛茶马驿道等。

普河 澜沧江第一漂、石镜古道、墨

江北回归线标志园、小橄榄坝景区、普洱风光、天壁山城郊休闲公园等。

玉溪 九龙池、通海秀山、象鼻温泉度假村、玉溪溶洞、李家山青铜器博物馆、帽天山自然保护区等。

保山 古西南丝绸之路遗迹、腾冲火山群、腾冲热海、金鸡古镇、汉庄城址、保山龙光台上观飞瀑等。

大理 南诏风情岛、天龙八部影视城、大理崇圣寺三塔、大理古城、大理云景、南诏太和城遗址、南诏文化城、苍山景区、洱海景区、南诏大理国王宫等。

红河 建水燕子洞、元阳箐口哈尼民俗村、南古碉堡、元阳梯田、郑氏宗祠、腊玛古猿化石产地、普洱民居、孤山洞遗址、屏边苗族风光、甲寅文星阁、菌子山等。

临沧 沧源崖画、临沧大雪山、广允缅寺、南滚和自然保护区、耿马南汀河、茶文化风景园等。

曲靖 金钟山、彩色沙林、罗平油菜花海、珠江源、大海草山、滇南胜境坊、石龙古寺、大响水、来宾龙洞、宛水公园等。

旅游提示

1. 云南每天早晚温差大(12~15℃)，请注意着装，预防感冒；
2. 云南地处云贵高原，室外紫外线照射较强，注意防晒，带好防晒用品；
3. 丽江、香格里拉、德钦等地海拔较高，注意休息，以防出现高山反应；
4. 在海拔2800米以上地区不要走太快，否则会有缺氧的感觉；
5. 随身携带带品：短袖T恤、外套、防晒品、雨具等。

文山 广南莲城、栗坡大王岩壁画、文山柳井溶洞群、老君山风景名胜、坝美村、都龙古镇、仙人洞旧石器时代遗址等。

西双版纳 春欢公园、景洪、空中走廊、孔雀湖、勐仑热带植物园、曼斗民俗活动村、曼景兰傣寨、勐海游览区、热带雨林自然保护区、野象谷、西双版纳傣族园、西双版纳澜沧江、西双版纳原始森林公园、西双版纳神话园等。

香格里拉 白茫雪山、碧塔海、戈登遗址、澜沧江峡谷、木土司城堡、虎跳峡、独龙河谷、依拉草原、千湖山等。

昭通 黄连河瀑布群、盐津豆沙关、观斗山、袁滋题记摩崖石刻、霍承嗣墓壁画、昭通孟孝琚碑、西部大峡谷温泉旅游区等。

► 世界遗产

丽江古城、云南“三江并流”景观。

► 民族节日

彝族火把节，多在农历六月二十四或二十五日举行，节期三天；傣族泼水节，多在农历清明前后十天举行，节期三至四天；白族三月街，农历三月十五日举行，节期六天；苗族花山节，农历正月初二举行，节期六天；拉祜族的葫芦节，农历十月十五举行，节期三天。

► 特色美食

过桥米线、气锅鸡、鸡枞、烧竹荪、香草烧鸡、大救驾、烧豆腐、白族酸辣鱼、腌酸鱼、酸笋煮鸡、油炸青苔等，其过桥米线用料考究、制作精细、吃法特殊、营养丰富，深受食者喜爱。

► 采购特产

普洱茶、冬虫夏草、昭通天麻、傣味火烧干巴、越南水果脆片、袋装干野生食用菌等。

► 最佳旅行期

春夏季。

云南最值得去的18个地方

► 滇池

滇池位于云南省昆明市的西南方，距昆明市约20公里，古名滇南泽，又称昆明湖，是云南省最大的高原湖泊，也是我国第六大淡水湖。

滇池为地震断层陷落型的湖泊，其外形似一弯新月。湖面的海拔高度为1886米，面积约250平方公里，素有“五百里滇池”之称。滇池东南北三面有盘龙江等20余条河流汇入，湖水由西面海口流出，经普渡河而入金沙江。

滇池水域，群山环抱，河流纵横，良田万顷，风光秀丽，享有“高原江南”、“高原明珠”的赞誉。滇池周围风景名胜众多，云南民族村、云南民族博物馆、西山华亭寺、太华寺、三清阁、龙门、筇竹寺、大观楼、晋宁盘龙寺、郑和公园等景点组成了总面积达700多平方公里的滇池风景区。

滇池是我国首批批准建立的12个国家级旅游度假区之一。

► 石林

石林位于昆明东南郊80余公里处，是

云南独具魅力的风景名胜，也是世界闻名的喀斯特地区之一，被誉为“天下第一奇观”。

石林分布面积300余平方公里。据科学鉴定，二亿七千万年前这里是一片汪洋大海，海底逐渐形成石灰岩沉积区。经过地壳的运动，海底上升形成大陆。后经大自然长期的雨蚀和风化，约在200万年前即形成这千百万座拔地而起的石峰、石柱、石笋、石芽，远望犹如一片莽莽森林，故得名“石林”。

石林的主要游览区，旧称李子箐石林，面积约12平方公里。进入景区内，但见石柱、石壁、石峰千姿百态，争奇竞丽。有的石柱高达40~50米，乍一看，正如一首佚名的打油诗所云：“远看大石头，近看石头大。石头果然大，果然大石头。”

石林的魅力不仅仅在于自然景观，

还在于独具特色的石林撒尼土著风情。石林撒尼人，是彝族的一个支系，以勤劳、勇敢、热情著称，2000多年来，世代生活在这里，创造出以“阿诗玛”为代表的彝族文化。除了《阿诗玛》，还有撒尼歌曲《远方的客人请您留下来》和每年农历六月二十四日的传统彝族火把节，这些均是石林吸引海内外游客前来游览的文化因素。

昆明世博园

昆明世界园艺博览园（简称世博园）是1999年昆明世界园艺博览会会址，园区整体规划依山就势、错落有致，集全国各省、区、市地方特色和95个国家风格迥异的园林园艺精品、庭院建筑和科技成就于一园，体现了“人与自然，和谐发展”的时代主题，是具有“云南特色、中国气派、世界一流”的园林园艺精品大观园。

石林是一片莽莽的石头森林，具有无穷的魅力。



园区包括五大场馆：国际馆、中国馆、人与自然馆、科技馆和大温室；七大专题展园：树木园、竹园、盆景园、药草园、茶园、蔬菜瓜果园和会后新建的名花艺石园；三大室外展区：国际室外展区、中国室外展区和企业室外展区。共培育移栽了各种类植物2551种，200多万株(丛)，其中珍稀濒危植物112种，创历届高级别世界园艺博览会的最好水平。同时还创下了占地面积、建设速度、展示植物种类、园林精品、连体温室、竹类植物种类、柏科植物移栽、断崖塑石等8项“世界吉尼斯之最”。

作为世界上唯一完整保留的世博会会址，世博园凭借全世界规模最大、最具原创性的园林园艺大观园独有的历史文化和景观价值，已经成为具有世界性、民族性、园艺性、高品位性、唯一性、不可模仿性、价值可持续性的会址文化遗产。

► 大观楼

大观楼位于昆明市区西部，距市中心约6公里，是三重檐琉璃戗角木结构建筑。清康熙三十五年(1696年)始建二层楼宇。乾隆年间，孙髯翁撰写长联，由名士陆树堂书写刊刻，大观楼因长联而成中国名楼。道光八年(1828年)修葺大观楼，增建为三层。咸丰三年(1853年)咸丰帝题“拔浪千层”匾，咸丰七年(1857年)长联与楼毁于兵燹。同治五年(1866年)重建，复遭大水，光绪九年(1883年)再修。光绪十四年(1888年)赵藩重以楷书刊刻长联。1983年大观楼公布为云南省重点文物保护单位。

大观楼里牌匾楹联佳作颇多，其中最为人称道的是由清代名士孙髯翁所作的

一副180字长联，此长联垂挂于大观楼临水一面的门柱两侧，号称“古今第一长联”。

► 九乡

九乡风景名胜区位于昆明市宜良县九乡彝族回族乡境内，距昆明市区90公里，距宜良县城47公里，是云南新兴的以溶洞景观为主体，融洞外自然风光、人文景观、民族风情为一体的综合性风景名胜区，拥有上百座大、小溶洞，为国内规模最大、数量最多、溶洞景观最奇特的洞穴群落体系。

九乡风景区是国家重点风景名胜区分、国家AAAA级旅游区和国际洞穴协会会员。

据国内外洞穴专家考证，九乡溶洞群发育于6亿年前古老的震旦纪浅海沉积和灰白色含硅质条带的白云岩中，这是一个非稳定断裂的、溶蚀与侵蚀叠加的岩溶洞穴系统。

九乡风景区内植被覆盖率高，植物种类较多。云南松、华山松等针叶林和砾木、樟木等阔叶林混生，郁郁葱葱。九乡溶洞里有世界珍稀鱼种元眼金钱鲃，有古人类穴居遗址，有创作于秦汉时代的彝族先民崖刻，还有少数民族的猎神节、祭白龙、祭密枝、送火神、情歌对唱、摔跤、跳大三弦、民族戏乐、霸王鞭、泡缸酒、刺绣纺织等丰富多彩的民俗。

九乡风景名胜区将建成六大景区：叠虹桥景区、三脚洞景区、大沙坝景区、明月湖景区（即柴石滩水库）、阿路龙景区和马蹄河景区。现在已开发的景点有：荫翠峡、惊魂峡、古河穿洞、雄狮厅、仙人洞、雌雄双瀑、林荫寨和蝙蝠洞等。

► 苍山

苍山，又名点苍山，古时称为熊苍山、玷苍山，是云岭山脉南端的主峰，由19座山峰由北而南组成，东临洱海，西望黑惠江，北起洱源邓川，南至下关天生桥，长约50公里，如一道绿色屏障，雄峙于洱海西岸。

苍山十九峰，从北至南依次是：云弄、沧浪、五台、莲花、白云、鹤云、三阳、兰峰、雪人、应乐、观音、中和、龙泉、玉局、马龙、圣应、佛顶、马耳、斜阳。前人为了便于人们记忆，编有苍山十九峰诗：“云弄沧浪洱水西，五台莲花白云迷，鹤云共舞三阳上，兰峰之后雪人居。应乐观音中和峙，龙泉玉局马龙随，圣应佛顶兼马耳，斜阳十九永不移。”

苍山十九峰，两峰夹一溪，一共是十八溪。十八溪由北向南依次为：霞移、万花、阳溪、芒涌、锦溪、灵泉、白石、双鸳、隐仙、梅溪、桃溪、中溪、绿玉、龙溪、清碧、莫残、葶溟、阳南。十八溪风景处处不同。为了便于人们记忆，前人同样留有苍山十八溪诗：“霞移万花与阳溪，芒涌锦溪灵泉齐，白石双鸳隐仙至，梅桃二处并中溪，绿玉龙溪清碧间，莫残葶溟阳南居。”

苍山景色向以雪、云、泉、石闻名于世。在这雪、云、泉、石中，最神奇的是云。云有“望夫云”和“玉带云”。所谓“玉带云”，是指每当夏末秋初，雨后初晴，苍山十九峰半山间往往会出现白云朵朵，时而像柔纱轻拖，时而似细浪拍岸。所谓“望夫云”是指每当冬春时节，在气流不稳定的情况下，碧蓝的天空突然会出现一团灰白色的云，这云从远处看就像是

一个披纱的少女。传说这少女是位白族姑娘的化身，她想借风吹开海水，探望被害变成石骡子沉在海底的情人，所以叫“望夫云”。

► 洱海

洱海古名昆明池、洱河、叶榆泽等，因其形似人耳，故又名洱海。洱海是云南省著名的高原湖泊，海拔1972米，从空中往下看，洱海宛如一轮新月，静静地卧在苍山和大理坝子之间。

洱海共有金梭岛、玉几岛、赤文岛三岛；青莎鼻洲、大鹤洲、鸳鸯洲、马濂洲四洲；太湖、莲花湖、星湖、神湖、渚湖五湖；莲花曲、大鹤曲、潘矾曲、凤翼曲、罗荃曲、牛角曲、波曲、高菖曲、鹤翥曲九曲。

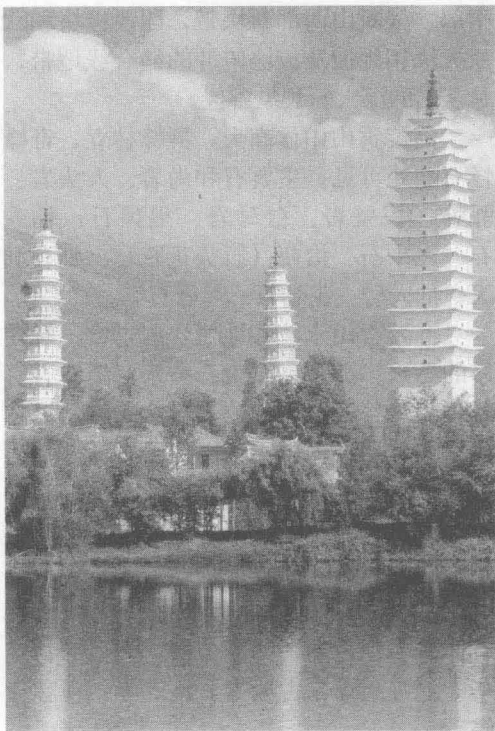
洱海还有四大名阁和“洱海八景”。四大名阁即：天镜阁、珠海阁、浩然阁、水月阁。“洱海八景”即：山海大观、三岛烟云、海镜开天、岚霭普陀、沧波滟舟、四阁风涛、海水秋色、洱海月映。

洱海是大理的主要风景资源，也是白族祖先最主要的发祥地。迄今为止，在洱海及其周围的山坡台地上发现的新石器时代遗址共达30多处。

位于洱海西侧的白族渔村是洱海一道亮丽的风景线，这里生活着一群勤劳善良的白族同胞，拍摄于20世纪50年代的著名电影《五朵金花》反映的正是这里人民的生活。

► 大理古城

大理古城简称榆城，位于风光秀丽的苍山脚下，距大理市下关13公里，东临洱海，西枕苍山，是我国首批历史文化名城



绿树掩映下的崇圣寺三塔，一派庄严的气氛。

之一。

大理古城始建于明洪武十五年（1382年），古城雄伟壮阔，方圆12里，墙高7.5米，厚6米；东西南北各有一城门，上有城楼，分别叫做：通海、苍山、承恩、安远；城的四角还有角楼，也各有名称：颖川、西平、孔明、长卿。城墙的外墙为砖，上列矩磬，下环城沟。城内市井俨然，布局呈棋盘状，从南到北有5条街，从东到西有8条巷。

大理古城内流淌着清澈的溪水，且到处可见花草，素有“家家流水，户户养花”之说。

城中有一条贯穿南北的大街，街边有各种专卖大理石制品、扎染、草编等名产品的店铺和风味十足的白族饮食店。

► 崇圣寺三塔

崇圣寺三塔在大理城西北崇圣寺，距大理城1.5公里，背靠苍山，面临洱海。三塔由一大二小三座佛塔组成，呈鼎立之态，是苍洱胜景之一。

千寻塔是三塔中最大的塔，位于南北两座小塔前方中间，所以又称中塔。塔的全名为“法界通灵明道乘塔”，建于唐代南诏保和时期（824~839年）。塔高69.13米，塔心中空，在古代有井字形楼梯可以供人攀登。通体自上而下有两重塔基、塔身。塔身每层正面中央开券龕，龕内有白色大理石佛像一尊。塔顶四角各有一只铜铸的金鹏鸟，传说用以镇压洱海中的龙妖水怪。塔下有黔国公沐氏楷书“山海大观”四个大字。

大塔后面有南北两座小塔，都比千寻塔矮，均高43米。这对塔是实心砖塔。每层分别雕券龕、佛像、莲花等。塔身外面涂抹一层白色泥皮，塔顶有伞形铜铃和三只铜葫芦。它们的建筑时代晚于千寻塔，大约在五代时期。

► 丽江古城

丽江古城又名大研镇，坐落在丽江坝中部，它是中国历史文化名城中唯一没有城墙的古城。古城地处云贵高原，海拔2400余米，全城面积达3.8平方公里，始建于宋末元初（13世纪后期）。现有居民六千多户，其中，纳西族人占绝大多数。他们中有30%的人仍在从事以铜银器制作、皮毛皮革、纺织、酿造业为主的传统手工业和商业活动。

丽江古城内的街道依山傍水修建，以红色角砾岩铺就，雨季不会泥泞、旱季

也不会飞灰，石上花纹图案自然雅致，与整个城市环境相得益彰。古街、古桥、木府、福国寺五凤楼、白沙民居建筑群、束河民居建筑群，构成了丽江古城内的景致。

► 腾冲火山公园

闻名中外的腾冲火山国家地质公园，位于云南省西南部的腾冲县和梁河县境内，横断山系的高黎贡山西侧，为我国最典型的第四纪新生代火山，是中国四大火山群之一。

公园内有97座火山体，其中喷口保存完好且很具观赏特色的有22座，包括大空山、小空山、黑空山、城子楼山、大团山、小团山、长坡山、打鹰山火山等。由于地质结构特殊，火山锥、火山溶洞、熔岩台地、火山蛋、火山口湖、堰塞瀑布、柱状节理等星罗棋布，呈现一派“十山九无头”的奇异地貌景观，形成我国最富有力魅力的自然景观之一。

腾冲火山群是我国最年轻的火山群之一，其规模和完整性居全国之首，它记载着大自然运动的神秘历史，被誉为“火山地质博物馆”。站在大空山顶，北面的黑空山，南面的小空山及周围的火山群，将随游人的视野无限展开，大面积势若奔腾的熔岩流凝成的石山以及巧夺天工的火山溶洞，幽静神秘，千姿百态。如今，借大自然造化之功兴建的腾冲火山群国家公园已成为越来越多的海内外游客的必游之所。

► 高黎贡山

高黎贡山国家级自然保护区位于云南省保山市，地处怒江大峡谷，属青藏高原

南部，横断山西部断块带，印澳板块和欧亚板块相碰撞及板块俯冲的缝合线地带，是著名的深大断裂纵谷区。

高黎贡山山体高大，群峰林立，奇峰怪石随处可见。主要有和尚岩、人头岩、驼峰、板壁岩、白马岩、猩猩石、仙人石、飞来石、梅瓶（石头花瓶）、别有洞天、仙人居、花卷石、鸡冠石等。

高黎贡山水流和地热资源丰富，有众多的叠水、瀑布和温泉。叠水、瀑布有百花岭阴阳谷三级瀑、美人瀑、高脚岩瀑布群、大坝河口瀑布、芒岗河瀑布、寸家河三叠水瀑布、芒宽三叠水、天台山一线瀑等。温泉有百花岭阴阳谷温泉、金场河温泉、摆洛塘变色温泉等。

高黎贡山在当地历来是一座神山，有许多名刹古寺，如斋公房，天台寺、宝华寺、丹阳寺、古城寺、诸佛寺、观音寺等。

高黎贡山是动植物的天堂，这里生活、生长着众多的野生动植物。其中的大树“杜鹃王”堪称一绝。

大树“杜鹃王”位于腾冲县以北的界头乡大塘村，在千峰叠翠的高黎贡山半山腰。由于它是世界上800多种杜鹃花中树型最大、花朵最大，枝干最粗的杜鹃品种，所以被科学家们称为“大树杜鹃王”。

早在60多年前，大树“杜鹃王”就展示在英国皇家博物馆里，当时轰动了世界植物学界，那段大树杜鹃的圆盘标本，就取自腾冲县界头大塘的原始森林中，制取标本的大树杜鹃树龄为280年，树高25米，直径87厘米。直至20世纪70年代结束，世界上还没有任何人发现比它更高更粗的杜鹃。