



给力呈献 ▶ 旅行全攻略



购书
有好礼

云南 旅行 Let's Go

亲历者旅行指南
亲历 亲闻 亲拍

有什么哟？

16市州，旅游资源全覆盖
337景点，畅游无极限
26页解读，深度了解目的地
9专题，无限拓展旅游思维
精美拉页，速读全省亮点

玩什么哟？

秘境，香格里拉追寻不止
古城，令人沉醉的丽江阳光
民俗，25个民族各具风情
边境，毗邻三国，版纳雨林美
山水，梯田，红土，石林，溶洞



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

《亲历者》编辑部◎编著



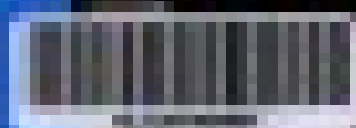
NAME	DATE
SCORE	
GRADE	
TEACHER	
SCHOOL	



100

二五南

Let's Go



图书在版编目 (C I P) 数据

云南旅行Let's Go / 《亲历者》编辑部编著. —北京: 中国铁道出版社, 2012.5

(亲历者)

ISBN 978-7-113-13903-2

I. ①云… II. ①亲… III. ①旅游指南—云南省
IV. ①K928.974

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第238298号

书 名: 云南旅行 Let's Go

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 姜建国

版式设计: 东至亿美

责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮编: 100054)

印 刷: 北京精彩雅恒印刷有限公司

版 次: 2012年6月第1版 2012年6月第1次印刷

开 本: 889mm×1194mm 1/32 印张: 20 字数: 896 千字

书 号: ISBN 978-7-113-13903-2

定 价: 49.80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

超厚珍藏版



驴妈妈旅游网

旅游书架

云南

Let's Go

旅行

亲历者旅行指南

亲历

亲闻

亲拍

《亲历者》编辑部◎编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

前言

这本书的目的是让您的旅行变得更轻松和有趣。

在行囊中，您或许不需要厚厚的一本攻略。但如果一本书既能提供有效的旅行攻略，还能打发偶尔枯燥的旅途，你一定不能错过。《亲历者旅行指南丛书》就是为你的旅行准备的一道既可充饥又能刺激味蕾的点心。

我们竭力给您展示一个**全面**的指南。①翻开书的第一个拉页，您便可迅速把握一个地方的精彩。②虽然有详有略，但没有一座城市被忘却。③本书提供的景点数量亦非常全面……

我们努力给您提供一个**生动**的阅读本。①每个区域的解读板块，景点的解说板块，有丰富的故事让阅读变得更有意思。②精华景点会用大量精彩图文来展示。③丰富而精美的图片更令您赏心悦目……

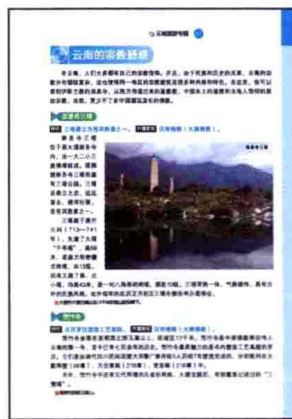
我们认真给您提供一个**便查**的手册。①丰富的旅游地图便于您规划旅程。②四层旅游区域划分便于您设计线路。③每个城市都可以通过色眉的色块被快速找出。④书后的索引亦非常利于您查阅……

如何使用本书

解读板块
从地理、历史、文化三方面深入解读全省及各城市，让阅读更轻松，让旅游更深入。



旅游专题板块
通过丰富的主题旅游专题，让读者能根据主题，迅速找到旅游目的地。

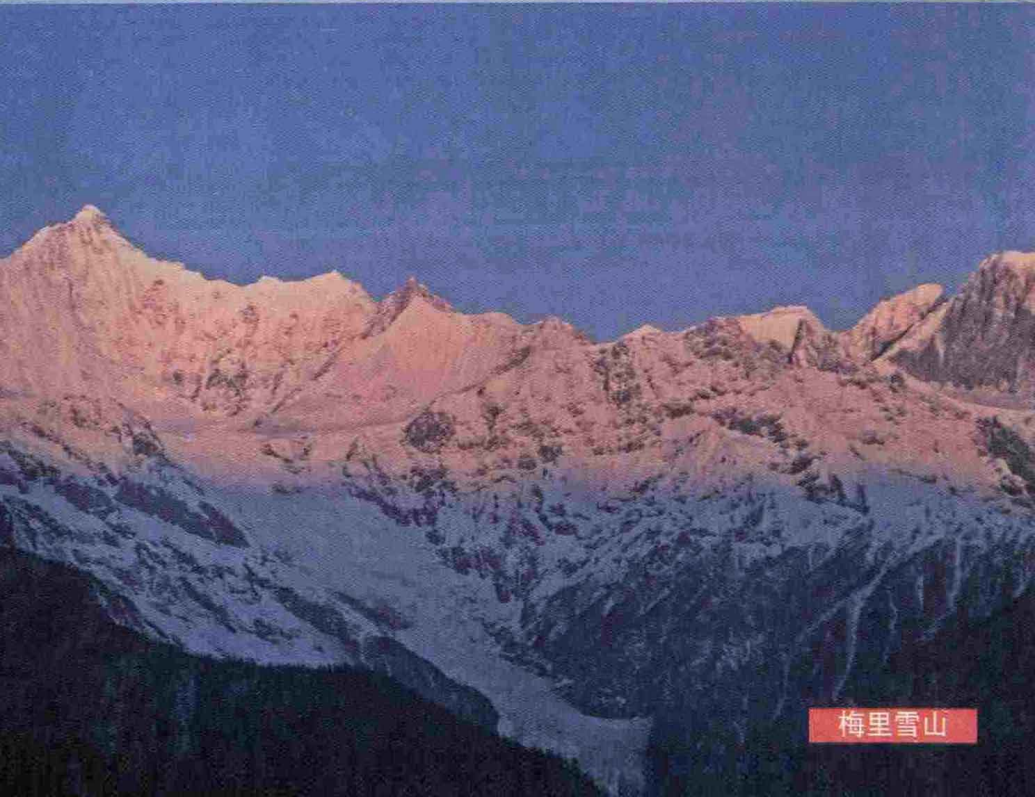


城市资讯板块
提供丰富的住宿、美食、购物、娱乐资讯，让您的旅途更有意思。



云南石林





梅里雪山

元阳梯田





泸沽湖

东川红土地







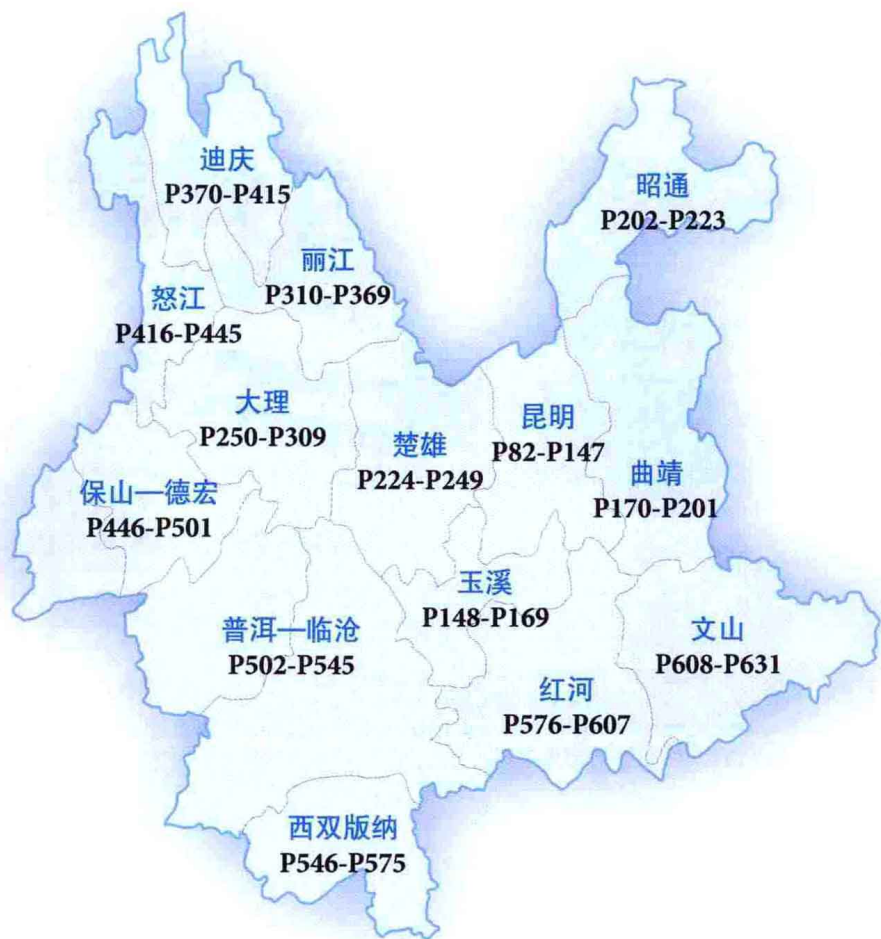
分区导览

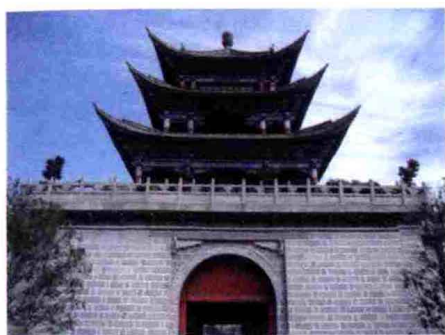
解读云南

P18-P43

云南旅游专题

P44-P81





目录

CONTENTS

解读云南

面积和区划 / 人口和民族

地理..... 20

地形/气候/云贵高原, 大地骨架/横断山脉, 高耸脊梁/三江并流, 脉络纵横/云南的自然景观

历史..... 25

历史大事记/云南元谋人/南诏大理——一半历史, 一半神话/金戈铁马怒水寒, 元跨革囊渡金沙/平西王吴三桂在云南的日子/徐霞客云游天下, 钟情七彩云南/云南陆军讲武堂, 百年风雷激荡/血战滇西, 那段逝去的悲壮历史/近现代云南, 高喊着和平的呼声/云南历史名人/云南的人文景观

文化..... 36

茶马古道, 蹄印依稀/《云南映象》, 如梦如幻/云南十八怪, 确实有些怪/云南美食, 过桥米线/百宝神丹, 云南白药/东方小夜曲, 小河淌水/云南的文化景观

云南旅游专题

..... 44

云南的少数民族/云南的珍稀物种/云南的古镇古村/云南的宗教景观/云南多样的喀斯特地貌/云南神秘的原生态景观/云南最佳温泉池/云南最佳摄影地/云南徒步热线

昆明

亮点和线路推荐..... 84

必游景点/必逛街道/线路推荐

解读昆明..... 86

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息..... 92

● 翠湖周边 97

翠湖公园/圆通寺/云南陆军讲武堂旧址/云南省博物馆/金马碧鸡坊/东寺塔·西寺塔/真庆观古建筑群

● 金殿周边 104

金殿公园/世界园艺博览园/黑龙潭公园/昆明植物园/云南野生动物园/昙华寺/官渡古镇

● 滇池风景区 111

海埂公园/大观楼公园/西山森林公园/云南民族村/云南民族博物馆/郑和公园/盘龙寺/斗南花卉市场

● 石林风景区 121

月湖村/李子箐石林/乃古石林/芝云洞/大叠水瀑布/奇风洞

● 宜良旅游区 129

九乡风景区/岩泉寺公园/阳宗海

● 安宁旅游区 132

安宁温泉/曹溪寺/安宁文庙/法华寺石窟/玉

龙湾公园/青龙峡

● 东川旅游区 136

东川红土地/蒋家沟泥石流/轿子雪山

● 更多昆明景点 141

钟灵山国家森林公园/石龙坝水电站/白沙河休闲公园/石寨山古墓群

旅游资讯 144

住宿/就餐/购物/娱乐



玉溪

亮点和线路推荐 150

必游景点/线路推荐

解读玉溪 151

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息 157

● 玉溪市景区 158

玉溪红塔/红塔工业区/映月潭休闲文化中心/汇龙生态园/白龙潭公园/龙马溶洞/九龙池/聂耳公园

● 抚仙湖周边 161

抚仙湖/星云湖/孤山岛/更多抚仙湖周边景点

● 更多玉溪景点 165

哀牢山自然保护区/更多景点

旅游资讯 168

住宿/就餐/购物/娱乐



曲靖

亮点和线路推荐 172

必游景点/线路推荐

解读曲靖 173

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息 179

● 曲靖市区景点 182

爨宝子碑/段氏与三十七部会盟碑/八塔台墓群/更多曲靖市区景点

● 罗平旅游区 185

多依河/金鸡峰丛/鲁布革三峡/罗平花海/九龙瀑布群

● 陆良旅游区 190

彩色沙林/爨龙颜碑/千佛塔

● 会泽旅游区 192

会泽古镇/娜姑古镇/会泽会馆/更多会泽景点

● 更多曲靖景点 196

天生洞/珠江源/彩云洞/胜境关/南丹山风景区

旅游资讯 199

住宿/就餐/购物



昭通

亮点和线路推荐 204

必游景点/线路推荐

解读昭通 205

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息 211

● 昭通北部旅游区 213

豆沙关风景区/黄连河景区

● 昭通东部旅游区 215

罗炳辉将军纪念馆/小草坝/天台山溶洞

● 昭通南部旅游区 217

霍承嗣墓壁画/清官亭公园/孟孝琚碑/大山包自然保护区/更多昭通南部景点

旅游资讯 221

住宿/就餐/购物

楚雄

亮点和线路推荐..... 226

必游景点/线路推荐

解读楚雄.....227

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息..... 233

● 楚雄市区景点 235

彝人古镇/紫溪山森林公园/更多楚雄市区景点

● 元谋—禄丰旅游区 238

元谋土林/元谋人遗址/黑井古镇/武定狮子山

● 楚雄西北部 244

永仁方山/咪依噜风情谷

住宿..... 246

就餐.....247

购物..... 249

大理

亮点和线路推荐..... 252

必游景点/必逛街道/线路推荐

解读大理..... 254

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息..... 263

● 大理古城 266

洋人街/三月街/元世祖平云南碑/三塔公园·崇圣寺三塔/三塔倒影公园/天龙八部影视城/更多大理古城景点

● 苍山风景区273

感通寺/玉带云游路/宝林寺/中和寺/太和城遗址/清碧溪/大理南诏文化城/蝴蝶泉公园/

喜洲古镇/周城白族村/花甸坝

● 洱海风景区 281

小普陀/南诏风情岛/双廊

● 北部高原水乡旅游区 285

石宝山/沙溪古镇/满贤林千狮山/茈碧湖/梨园村/海西海/鸟吊山/九气台温泉/清源洞/云鹤楼

● 东部佛教旅游区 293

鸡足山/水目山/天峰山/祥云古城/南诏铁柱/天生桥

● 南诏文化旅游区 298

巍山古城/巍宝山/鸟道雄关/东莲花村/清华洞/南涧土林

● 澜沧江旅游区 303

云龙吊桥/石门关/宝台山国家森林公园/永国寺/诺邓古村/云龙天池

旅游资讯.....307

住宿/就餐/购物/娱乐

丽江

亮点和线路推荐..... 312

必游景点/必逛街道/线路推荐

解读丽江..... 314

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化



交通和旅游信息..... 321

● 丽江古城 326

四方街/万古楼/木府/三眼井/黑龙潭公园/
东巴文化博物馆/更多丽江古城景点

● 丽江古城周边 334

拉市海/文笔山·文峰寺/束河古镇/龙泉寺/
白沙古镇/虎跳峡/石鼓镇/老君山/黎明/更
多丽江古城周边景点

● 大玉龙景区 344

玉龙雪山/东巴万神园/东巴谷/洛克故居/玉
水寨

● 泸沽湖 353

格姆女神山/里格村/尼赛村/杨二车娜姆庄
园/草海/扎美寺/小落水村

● 更多丽江景点 360

灵源箐/程海/六德碑林/宝山石头城

旅游资讯..... 363

住宿/就餐/购物/娱乐

迪庆

亮点和线路推荐..... 372

必游景点/线路推荐

解读迪庆..... 373

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息..... 379

● 214国道沿线 383

十二栏杆/哈巴雪山/碧沽天池/白马雪山/东
竹林寺

● 香格里拉县城周边 387

镇公堂/松赞林寺/纳帕海/天生桥温泉/依拉
草原/大宝寺/石卡雪山

● 普达措周边 393

普达措国家公园/霞给村/碧塔海/白水台

● 香格里拉大峡谷附近 397

香格里拉大峡谷/赤土仙人洞/尼汝

● 梅里雪山风景区 400

卡瓦格博峰/飞来寺/明永冰川/雨崩村

● 三江并流之金沙江旅游区 ... 407

三江并流/鸡公石/萨马贡自然保护区/达摩
祖师洞/戈登遗址/香格里拉滇金丝猴国家
公园/生生洞石刻弥勒像

● 三江并流之澜沧江旅游区 ... 412

茨中天主教堂/寿国寺

旅游资讯..... 414

住宿/就餐/购物

怒江

亮点和线路推荐..... 418

必游景点/线路推荐

解读怒江..... 419

面积和区划/人口和民族/地理/历史/文化

交通和旅游信息..... 425

● 六库周边 427

六库风光/高黎贡山自然保护区/听命湖/片
马口岸/登埂澡塘

● 福贡周边 432

干地衣比湖/怒江大峡谷/碧罗雪山/腊乌岩
瀑布/罗古箐/石月亮

● 贡山周边 436

石门摩崖石刻/迪麻洛峡谷·迪麻洛村/独
龙河谷/丙中洛/秋那桶/怒江第一湾/白汉洛
教堂/嘎娃嘎普/龙普

旅游资讯..... 443

住宿/就餐/购物