

北斗图书
DIPPER PUBLICATION

北斗旅游图书系列

自助走 *Self-travelling Guide* 中国

自助旅游走遍天下



中国轻工业出版社

北斗图书
DIPPER PUBLICATION

自助

2004

走中国

《自助走中国》编写组编



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

自助走中国.2003/《自助走中国》编写组编. —北京:
中国轻工业出版社, 2003.9
ISBN 7-5019-4081-9

I. 自… II. 自… III. 旅游指南—中国
IV. K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 075896 号

责任编辑: 林 媛
责任终审: 孟寿萱
版式设计: 苏小华

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)
印 刷: 华北石油华星印刷厂 (河北廊坊, 邮编: 065000)
经 销: 各地新华书店
版 次: 2003 年 9 月第 1 版 2004 年 1 月第 2 次印刷
开 本: 880 × 1230 1/32 印张: 21.5
字 数: 1025 千字 插页: 32
书 号: ISBN 7-5019-4081-9/K · 016 定价: 34.00 元
审图号: GS (2003) 198 号

读者服务部电话 (咨询): 010-88390691 88390105 传真: 88390106
(邮购): 010-65241695 85111729 传真: 85111730
发行电话: 010-65128898
网 址: <http://www.chlip.com.cn>
Email: club@chlip.com.cn
如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换
30536S5X101HBW

前言



这是一册兼具实用性与时效性的旅游向导。在本书的写作与编撰过程中，未接受任何形式的资助，同时也摒弃任何夸大其词或空洞的推介性语言，而力求客观、平实地向读者展示每一地每一景最真实的一面，而更深的内涵、更多的理解则留待读者在游历时去发掘，因为对美的欣赏、对历史的思考见仁见智，我们相信每一位读者的慧眼，而不希望以我们的一管之窥禁锢甚至误导了读者的思维。本书的特点概括起来主要有以下几个方面。

取景广泛新颖。精心选取 162 个旅游城市与地区，1524 个旅游景区景点，兼顾经典的名胜古迹与新近开辟的旅游处女地，兼顾大众化的旅游休闲与个性化的旅行生活，同时倡导健康、闲适、经济、环保的旅游形式。

地图生动直观。精心选配 354 幅地图，其中包括省区图 34 幅、旅游城市图 100 余幅、交通图 50 余幅以及详尽的景区景点图近 200 幅。在地图的设计与制作形式上，则力求简洁直观，剔除与旅游无关的大量繁复注记、线划，保证读者在使用时无需任何预备知识便能一目了然，为读者的旅行全程指路。而且，所有地图均由国家测绘局权威审定。

资讯翔实准确。精心提供 3000 余条旅游资讯、1000 余条旅行提示，其中绝大多数是每位作者采集的第一手资料，因而更具实用性与时效性，附带推荐的行程安排也更具可操作性，1000 余条旅行提示则为读者提供细致入微的贴身关怀。鉴于形势的发展变化以及旅游市场的季节性变化，编辑部特地在本书付印之前，又将电话号码、门票价格以及交通与食宿价格等变化较快的内容作了新一番核实与更新，更在门票价格中分别提供了淡、旺季价格，为读者提供更广泛的选择。毕竟，详尽计划、避开高峰、远离拥堵才是更经济、更惬意的旅行。

作者阵容强大。精心组织包括红狼、晴帆、高高、王威、韦爱君、萧萧兮、荷锄翁、芳草儿、河源、天玑、天枢等 10 余位作者参与了本书的编写工作，他们都是双脚走天下的重量级游家，对旅行有着独到的见解与独钟的激情。他们将自己的亲眼所见呈现给读者，即使只是坐拥与神游，也定是不可多得的享受。

社会的发展一日千里，旅游业的发展也是日新月异。尽管我们倾尽全力，犹感鞭长莫及。尤其是资讯等内容更需要随时更新，所以唯恐赶不上变化。如若由此给读者带来旅途中的不便，那将是我们最大的不安，也恳请诸位读者海涵。鉴此，对于书中的不足之处，诚望读者不吝赐教。更欢迎广大读者将自己的第一手材料以及在旅途中最鲜活的感受随时告诉我们，我们将在再版时予以补充和更新，以便与更多的读者共享。

【准确信息】

所有信息的采集与更新截止到2003年8月，并于付印前再次核实。

【经典全接触】

触摸经典使您以最快的速度欣赏每一个旅游城市的精髓与灵魂所在。

【经典与个性的完美结合】

囊括经典的名胜古迹与个性化的旅游去处，同时因地制宜提供个性化的旅行方式，使您无论何时何地都能自取所需。

湘西地区

区号：0743
邮编：410000
长途：8321315
旅游：8823683

气候
湘西平均气温15.8—16.9℃，降雨集中在4—6月。夏季不算太热，冬季不算太冷，一年四季皆可游览。

语言
湘西话类似于四川话，说慢些能够听懂。用普通话与当地年轻人交流通常没有什么问题。

经典
厌倦了都市的钢筋水泥，湖南的吊脚楼、青石板小道总让您有一种返璞归真的感觉。凤凰古城，因沈从文的小说《边城》而名扬四海，还有古朴的芙蓉镇，充满刺激的神秘漂流，令人流连忘返。

游逛湘西

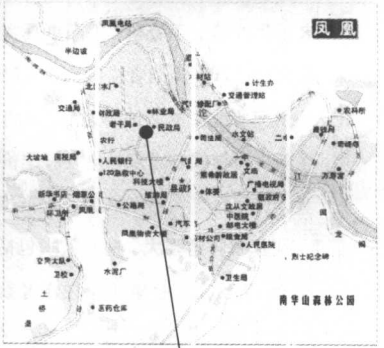
凤凰
凤凰是湘西土家族苗族自治州凤凰县的县城。曾被新西兰作家路易·艾黎称作“中国最美丽的小城”之一的凤凰古城坐落在沱江河畔，群山环绕，险峻雄奇。碧绿的江水从古老的城墙下蜿蜒而过，翠绿的南华山侧映江心。凤凰的美还在于它孕育了一代又一代富有灵气的凤凰人，著名作家沈从文、著名画家黄永玉……可谓山青水秀，人杰地灵。凤凰古城分为古城景区、南华山景区、沙湾景区、奇梁洞景区、黄丝桥城、南方长城等六大景区。其中古城景区集中了凤凰大多数的古老建筑，是凤凰的核心游览区，值得细细品味。

从吉首或怀化或贵州铜仁汽车前往
凤凰 3220364 凤凰 3220364
民居客栈，乡情浓郁，整洁舒适。

江坡客栈 / 3222620 / 约15—30元 / 同沙江人家客栈 / 3224556 / 20元 / 同沙湾客栈 / 3260462 / 20—40元 / 同



凤凰古城



凤凰

南华山森林公园

【实用准确的地图】

精心设计制作的397幅地图，为您提供交通线路、景区景点分布以及景点内的详细旅游路线，为您的旅行全程指路。而且，所有地图都经过国家测绘局权威审定。

【周全的旅行提示】

大量的旅行提示都来自作者、编辑及细心的旅行者在旅途中的亲历，它将保证您的旅途不走弯路。

【详尽的交通】

从航空、铁路、公路、轮船到自驾车线路及景区内交通应有尽有。

【实用落宿指南】

交通便利、特色鲜明、价格适当的实用落宿指南为不同自助旅行者提供不同层次的信息。

【大快朵颐】

推荐的地方美食与特色食街、食肆是您找到也享受得起的。

【购物行家】

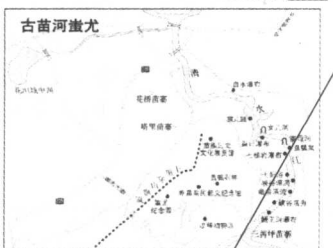
特色旅游纪念品、土特产品以及特色购物街市与购物经验，保证您在购物时不枉花一分钱。

【市井风情】

展示每个旅游城市寻常街巷间别样的市井风情。

没有到景区的直达车，交通不是很方便。景区面积55平方公里，主要包括古苗河、蚩尤山和崇山三大部分。古苗河大峡谷长达3.5公里，区内有白水河、蚩尤峡等20米以上的河流瀑布6处，另有溶洞景点上百处。沿着河道上用木板铺设的栈道而行，景点基本都能见到。

1. 由于本峡谷水势湍急，舟常湍急，必须扶稳船前行。
2. 夏天时，如有凉亭，也可在河上划船。
3. 景区内没有到景区的直达车，票价：元/人。在终点下车，然后顺着大路步行20分钟便是古苗河码头，码头有几个工作人员，他们都会带游客去游道的起点，游完后，都会带游客，送游客上车，车费来回为6元/人，都有人接送，并不需要等待。
也可包城中部的车，是湘西政府大道，单程：15-20元/车，20分钟左右就到了。



信息e站

进出湘西

湘西境内以山区为主，整个湘西州的交通不算方便。州内通火车的县城很少，吉首作为首府，是其中之一。就州内的交通而言，吉首是最为便捷的，是湘西各景点之间的主要驿站。

铁路

吉首有铁路直接通往怀化、张家界、长沙、北京、广州等大小城市。

公路

作为自治州首府，吉首与州内各县之间均有公路连接。但山区公路曲折难行，吉首附近的矮寨公路更是以九拐十八弯出名。

落宿湘西

吉首市政府招待所/豪华标准间128元/双人房，中央空调，有热水。

吃喝湘西

湘西菜长于制作各种山珍野味、烟熏腊肉和各种腌肉。代表菜肴：酸辣板栗烧菜心、湘西腊肉、炒山鸡等。

土家火锅别具风味，乾州鸭子火锅、龙山芋艿辣子鸡火锅是当地出名的火锅。糯米粑粑、油粑粑、糖粑粑是湘西土家、苗家最常见的街头小吃。

购物湘西

苗族的剪纸、银饰，土家的织锦，凤凰的蜡染、蓝印花布是湘西有名的工艺品，且多手工制作，古色古香。

湘西枞菌、湘西野生猕猴桃、古丈毛尖、古丈板栗、龙山大头菜等是湘西有名的土产。

导游手册

吉首城内电影院前有一条街叫“好吃街”（当地最为好吃），各种小吃摊点云集，菜量可口，价格便宜。

在凤凰，晚间从县城邮电局到东门大街上有很多小摊，多为苗族、瑶族小吃，味道包管棒。

游程自述

湘西一日游

D1 吉首—凤凰—大龙溪瀑布

D2 凤凰—保靖—三村

【精明游家】

大量的行程推荐保证您通过时间、费用、线路的精打细算，而使每一次旅行都物超所值。而且，亲身的体验与贴心的提示更使您在今后的旅行中成为精明的游家。

目 录

西南地区

西藏自治区-----1

拉萨-----3

布达拉宫 药王山 大昭寺 八角街
小昭寺 罗布林卡 哲蚌寺 色拉寺
甘丹寺 纳木错 羊卓雍错 羊八井温泉

日喀则及南线-----7

扎什伦布寺 班禅新宫 夏鲁寺 萨迦寺
宗山抗英城堡 白居寺 绒布寺
樟木口岸自然保护区 珠穆朗玛峰
曲典尼玛尼姑庵 曲典尼玛观相湖

阿里-----11

狮泉河镇 古格王国遗址 札达土林
托林寺 圣湖—玛旁雍错
神山—冈仁波齐峰 班公错

林芝-----14

八一镇 巨柏林 错高湖 布久喇嘛林寺
鲁朗镇 墨脱

山南-----16

昌珠寺 藏王墓 桑耶寺 雍布拉克

云南省-----18

昆明-----19

翠湖公园 闻一多旧居 云南陆军讲武堂
金马碧鸡坊 世界园艺博览园 滇池
海埂公园 大观楼公园 西山
云南民族村 金殿 石林 九乡 普者黑
建水古城 阿庐古洞 罗平 抚仙湖

大理-----26

大理古城 崇圣寺三塔 洱海
南诏风情岛 蝴蝶泉 周城 喜洲
巍山古城 宾川鸡足山 沙溪 茈碧湖

丽江-----31

大研古城 黑龙潭(丽江博物馆) 木府
玉泉公园 白沙古镇 白沙壁画
束河古村 万古楼 牦牛坪 云杉坪
玉龙雪山 泸沽湖 虎跳峡 长江第一湾

石鼓镇

西双版纳-----37

景洪 周总理纪念碑 春欢公园
泼水节观礼台 野象谷 曼飞龙白塔
橄榄坝 勐仑热带植物园 澜沧江
景真八角亭 景洪—打洛 景洪—勐腊

德宏州·瑞丽-----41

瑞丽江—大盈江 姐告 腾冲地热火山
榕树王

香格里拉—迪庆-----43

碧塔海 纳帕海保护区 白水台 硕都海
碧让峡谷 鸡公石 噶丹松赞林寺
梅里雪山 尼汝 东竹林寺 三江并流

怒江-----46

六库与怒江 片马 丙中洛 独龙江

贵州省-----48

贵阳-----49

甲秀楼 黔灵山 花溪 青岩古镇
天河潭 红枫湖

安顺·黔西-----53

黄果树瀑布 天星桥 龙宫 安龙招堤
织金洞 马岭河峡谷 花江大峡谷
泥凼石林 草海 梭筛湖
云山屯—屯堡文化 安顺文庙 九洞天

黔东南-----56

清水河 镇远古城 青龙洞 梵净山
飞云崖 杉木河漂流 云台山 渔洞溶洞
凯里 舟溪芦笙堂 麻塘侗寨 岜沙苗寨
朗德上寨 西江千户苗寨 肇兴
剑河温泉 地坪风雨桥 隆里古城

黔南-----60

荔波樟江 茂兰森林 洒金谷 都匀剑江
福泉石林 仙人桥 雪花洞 独秀峰
奎文阁 斗篷山

黔北·遵义-----63

遵义会议会址 赤水 四洞沟瀑布群

桫欏自然保护区 竹海 内安 唐夜郎城址
娄山关 杨桠墓 茅台镇 童仙溪

四川省-----86

成都-----67

杜甫草堂 武侯祠 青羊宫 望江楼
文殊院 永陵 大慈寺 三星堆博物馆
青城山 都江堰 三江生态风景区
卧龙自然保护区 四姑娘山 碧峰峡
郫县望丛祠 大邑刘氏庄园 平乐古镇
柳江古镇(曾家大院和老街) 西岭雪山
洛带古镇 上里古镇

稻城-----74

亚丁自然保护区·亚丁村
仙乃日·央迈勇·夏诺多吉 傍河与色拉
桑堆镇 海子山

九寨沟·黄龙-----77

九寨沟 黄龙 牟尼沟
松潘古城(松州古城) 卡龙沟 打古冰川
松坪沟 雁门沟西羌大峡谷 红原草原
米亚罗·古尔沟·桃坪羌寨

峨眉山·乐山-----80

峨眉山风景区 三苏祠 夹江千佛岩
瓦屋山 天颐温泉乡都 乐山大佛
大佛寺 乌尤寺 五通桥

康定-----83

海螺沟 贡嘎山 泸定桥 木格措
二郎山 跑马山 康定温泉 塔公草原
八美石林 丹巴党岭 丹巴美人谷
上里古镇 墨尔多山

古蜀道-----87

皇泽寺 明月峡栈道 千佛崖 翠云廊
剑门关 李白纪念馆 阆中古城
郪江古镇 昭化古城 猿王洞

西昌-----89

邛海 螺髻山 西昌士林 西昌发射基地
乌斯河大峡谷 二滩

川东南-----91

石海洞乡 夕佳山民俗博物馆 宜宾古城
樊人悬棺 蜀南竹海
神秘的岩居及村寨—互爱村

李庄古镇 云顶寨古镇 恐龙博物馆
盐业博物馆 荣县大佛

重庆市-----94

重庆-----95

歌乐山(白公馆、渣滓洞) 解放碑 朝天门
缙云山 南温泉 磁器口
重庆市人民礼堂 重庆市博物馆
枇杷山公园 鹅岭公园

重庆周边-----99

大足石刻 北温泉 万盛石林 金佛山
偏岩古镇 金刀峡 涪滩古镇 路孔古镇
中山古镇 龚滩古镇 诺水河 四面山
合川钓鱼城 乌江千里画廊

三峡-----102

瞿塘峡 白帝城 张飞庙 巫峡 神女峰
小三峡 大昌古镇 西陵峡 地缝天坑
秭归 昭君故里 三峡大坝 灯影峡
葛洲坝 古黄陵庙 丰都鬼城

西北地区

新疆维吾尔自治区-----105

乌鲁木齐-----107

红山公园 陕西大寺 汗腾格里清真寺
水磨沟 南山牧场 照壁山 天山天池
亚洲地理中心 天山一号冰川
柴窝堡大盐湖 坎苏互特五彩山谷

吐鲁番-----111

苏公塔 中国内陆海拔零点 葡萄沟
坎儿井 火焰山 阿斯塔那古墓
高昌故城 交河故城 柏孜克里克千佛洞
艾丁湖 吐峪沟麻扎

哈密-----114

哈密王墓 庙儿沟 白石头 拉甫乔克古城
巴里坤湖和怪石山 魔鬼城 巴里坤草原

伊犁-----116

伊犁河 林则徐纪念馆 果子沟 赛里木湖
霍尔果斯口岸 伊犁四大麻扎 惠远城
火龙洞 唐布拉克草原 夏塔旅游区

克拉玛依-----119

黑油山公园 魔鬼城 白杨河大峡谷

阿勒泰-----120

桦林公园 五指泉 喀纳斯 乌伦古湖
阿拉善温泉 蝴蝶沟 扎斯卡拉尕依夏牧场
小东沟 汗德尕特乡岩画
切木克切克古墓葬群

库车-----123

龟兹古城遗址 库车大寺 克孜尔尕哈土塔
克孜尔尕哈千佛洞 昭怙厘大寺
克孜尔千佛洞 大小龙池

库尔勒-----125

铁门关 英下乡民族风情园 博斯腾湖
包尔图野生动物园 巴音布鲁克草原
天鹅湖 塔里木河游览区 罗布泊
楼兰古城

喀什-----128

艾提尕尔清真寺 香妃墓
玉素甫·哈斯·哈吉甫陵墓 喀什大巴扎
罕诺依城 伯什克拉木果园 石头城
乔格里峰和慕士塔格峰 卡拉库里湖
红其拉甫口岸

青海省-----131

西宁-----132

东关清真大寺 北禅寺 塔尔寺 瞿昙寺
老爷山花儿会 骆驼泉
孟达林区自然保护区 互助土族自治县
同仁 龙羊峡水电站 坎布拉森林公园

青海湖-----136

鸟岛 海心山 日月山 倒淌河 茶卡盐湖
金银滩草原 西海镇 西海郡故城

三江源-----139

察尔汗盐湖 长江源 黄河源
扎陵湖与鄂陵湖 冬给错纳湖 年宝玉则
结古镇 隆宝滩黑颈鹤自然保护区
星宿海 唐古拉山口 沱沱河

宁夏回族自治区-----142

银川-----143

承天寺塔 海宝塔 南关清真大寺
玉皇阁 钟鼓楼 西夏王陵 拜寺口双塔
贺兰山滚钟口 华夏西部影视城
贺兰山岩画 沙湖 纳家户清真寺

宁夏南线-----147

青铜峡水库和108塔 中宁石空寺石窟
沙坡头 中卫高庙 同心清真寺
固原须弥山石窟 固原泾河源风景区

陕西省-----150

西安-----151

陕西省历史博物馆 西安城墙 碑林
大雁塔 小雁塔 钟鼓楼 半坡遗址博物馆
青龙寺 秦始皇陵·兵马俑博物馆 骊山
三原城隍庙 华清池 水陆庵 草堂寺

华山-----157

东峰 南峰 西峰 北峰 中峰 玉泉院
西岳庙

咸阳-----159

乾陵 咸阳博物馆 茂陵 昭陵
杨贵妃墓 阳陵 彬县大佛寺

宝鸡-----161

法门寺 磻溪钓鱼台 宝鸡天台山
神农祠 金台观 太白山 凤翔东湖
炎帝陵 五丈原

汉中-----164

古汉台—汉中市博物馆 拜将台
定军山—武侯墓 武侯祠 褒斜栈道
马超祠墓 佛坪自然保护区
洋县朱鹮保护区 长青自然保护区
紫柏山张良庙 张骞墓
汉中天台山森林公园

陕北-----167

凤凰山革命旧址 王家坪革命旧址 枣园
杨家岭革命旧址 清凉山 宝塔山
李自成行宫 安塞民间文化艺术馆 白云山
壶口瀑布 铜川药王山 韩城党家村
黄河龙门 司马迁墓祠 红石峡 红碱淖
黄帝陵 榆林长城·榆林古城 统万城遗址

甘肃省-----172

甘南-----173

拉卜楞寺 贡唐宝塔 桑科草原 郎木寺
米拉日巴佛阁 黄河首曲

天水-----176

伏羲庙 麦积山石窟

麦积山国家森林公园 石门山 崆峒山

兰州-----179

黄河外滩 黄河铁桥 白塔山 五泉山
甘肃省博物馆 兴隆山 刘家峡 炳灵寺石窟

张掖-----182

大佛寺 鼓楼 木塔寺 马蹄寺 山丹军马场
武威雷台汉墓

嘉峪关·酒泉-----184

嘉峪关城 长城第一墩 嘉峪关长城博物馆
悬壁长城 黑山石刻 魏晋墓壁画 酒泉
七一冰川 酒泉卫星发射中心

敦煌-----187

莫高窟 鸣沙山·月牙泉
沙洲城遗址与白马塔
仿宋沙洲古城和湟洼池 西千佛洞
玉门关故址 阳关故址 雅丹地质公园
安西榆林窟

华东地区

上海市-----190

上海-----191

外滩 东方明珠 金茂大厦 南浦大桥
浦江观光隧道 世纪大道 浦江游览
豫园·城隍庙 上海大剧院 上海博物馆
上海动物园 大洋海底世界 石库门
新天地 淀山湖 练塘镇 金泽镇
上海野生动物园 佘山 朱家角 嘉定古城
枫泾镇 南翔镇 上海老街 福州路文化街
东台路古玩街 华亭路服饰街 多伦路

江苏省-----205

南京-----206

中山陵 明孝陵 灵谷寺 紫金山天文台
秦淮河畔 玄武湖 莫愁湖
侵华日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆
中华门 雨花台 总统府旧址 栖霞山
燕子矶

苏州-----211

苏州城 虎丘 拙政园 沧浪亭 留园
网师园 狮子林 寒山寺—枫桥景区
苏州乐园 周庄 同里 木渎 甪直

扬州-----216

瘦西湖公园 大明寺 何园 高寺
扬州八怪纪念馆 十里文昌

无锡-----219

蠡园 灵山大佛 鼋头渚 锡惠公园
东林书院 梅园 吴文化民俗村 宜兴
江阴 徐霞客故居

镇江-----223

金山 焦山 北固山 宋元古街 茅山
宝华山

浙江省-----226

杭州-----227

西湖 千岛湖 萧山 临安 双溪竹海

绍兴-----232

鲁迅纪念馆 鲁迅故居 咸亨酒店
青藤书屋 沈园 东湖 鉴湖 大禹陵
会稽山 兰亭 香林 柯岩云骨
柯桥古纤道 吼山 五泄 安昌古镇

宁波-----236

保国寺 天一阁 天封塔 月湖 雪窦山
阿育王寺 天童寺 东钱湖 前童古镇
普陀山 浙东大峡谷

嘉兴-----241

南湖(鸳鸯湖) 双魁巷 子城 国界桥
望吴楼 范蠡湖 曝书亭 垒石弄
吴镇纪念馆 海盐 绮园 海宁观潮

乌镇-----244

水阁 水乡夜色 逢源双桥 桥里桥
林家铺子 廊棚 老街和河岸 茶馆 香市

西塘-----247

廊棚 桥 宅弄 种福堂 薛宅 圣堂
倪宅 西园 醉园

南浔-----249

嘉业堂 小莲庄 张石铭巨宅 张静江故居
百间楼 颖园 通津桥 广惠桥 适园石塔

金华-----251

金华山 太平天国侍王府 琅峰山
天宁寺(承天寺) 汤溪城隍庙 卢宅建筑群
诸葛八卦村

温州	254
江心屿 瑶溪 泽雅 楠溪江 雁荡山 泰顺桥乡	
安徽省	258
合肥	259
包公祠·包公墓 逍遥津 教弩台 寿县 琅琊山	
黄山	261
黄山 屯溪老街 程氏三宅 绩溪 泾县 齐云山	
黟县	266
宏村 西递 南屏	
歙县	268
许国石坊 陶行知纪念馆 樵楼 太平桥—太白楼 斗山街 棠樾牌坊群 渔梁古镇	
九华山	270
九华街景区 甘露寺景区 天台景区 花台景区	
马鞍山	272
采石矶公园 太白楼 广济寺 濮塘 青山 朱然墓	
天柱山	274
天柱山 桐城文庙 小孤山	
福建省	278
福州	277
鼓山 于山 乌山 西湖 三坊七巷 开元寺 西禅寺 林则徐纪念馆 闽江金山塔 马尾 太姥山 鸳鸯溪 湄洲岛	
厦门	281
鼓浪屿 环岛路 胡里山炮台 厦门大学 南普陀寺 黄厝 集美 海底世界	
泉州	285
清源山 清净寺 开元寺 天后宫 洛阳桥 泉州海外交通史博物馆 后城旅游文化街 状元街 崇武古城 惠安	
武夷山	288
武夷山 大王峰 九曲溪 一线天 水帘洞 山北 金湖	

龙岩	291
永定土楼 长汀 漳州土楼 李氏大宗祠 冠豸山 梅花山自然保护区 桃源洞—鳞隐石林 龙硿洞	
江西省	294
南昌	295
八一南昌起义纪念馆 八一南昌起义纪念馆 江西革命烈士纪念馆 青云谱道院(八大山人纪念馆) 朱德故居 百花洲 滕王阁 观音亭(水观音亭) 孺子亭 绳金塔 佑民寺 蜚英塔 鄱阳湖 龙虎山	
庐山	300
五老峰 含鄱口 三叠泉 锦绣谷 仙人洞 龙首崖 芦林湖 美庐别墅 植物园 庐山会议会址 秀峰 白鹿洞书院	
婺源	304
彩虹桥 鸳鸯湖 上下晓起 文公山 理坑 思溪 婺源博物馆 阳春古戏台 龙天宝塔 延村 虎滩漂流 汪口俞氏宗祠 灵岩洞 李坑	
景德镇	307
景德镇陶瓷历史博物馆 古陶瓷博览区 祥集弄明代民宅 三间庙 龙珠阁 红塔 白虎湾古瓷窑遗址 洪源仙境 湖田古瓷窑址 三清山	
井冈山	310
井冈山 吉州古窑址 白鹭洲 青原山	
山东省	312
济南	313
千佛山 大明湖 趵突泉 五峰山 大佛寺 四门塔 齐长城遗址	
曲阜	316
孔庙 孔林 孔府 孔子六艺城 颜庙 孟庙 寿丘	
泰山	319
泰山 灵岩寺 大汶口遗址	
烟台	322
烟台山公园 芝罘岛 西炮台 养马岛 牟氏庄园 蓬莱阁 长岛 月牙湾 九丈崖	

砣矶岛彩石回廊 万鸟岛 蛇岛
明珠海水浴场 庙岛天后宫 渔家乐

威海-----326

刘公岛 环翠楼 槎山 成山头 石岛
天鹅湖 花斑彩石

青岛-----329

栈桥 小青岛 海产博物馆 海军博物馆
八大关 东海路·五四广场 天主教堂
第一海水浴场 崂山 琅琊台 田横岛

沂蒙-----334

熊耳山双龙大裂谷 抱犊崮 峰城万亩石榴园
墨子国际研究中心 蒙山国家森林公园
龟蒙顶 台儿庄大战纪念馆 塔山森林公园
孟良崮 沂南汉墓博物馆
银雀山汉墓竹简博物馆 华东革命烈士陵园
浮来山 五莲山

东营-----337

黄河入海口 海水浴场 孤东海堤

中南地区

广东省-----338

广州-----339

越秀山(观音山) 白云山 光孝寺 六榕寺
西汉南越王墓博物馆 华南植物园 沙面
陈家祠 黄埔军校旧址 中山纪念堂
三元里抗英纪念碑 黄花岗七十二烈士陵园
西关大屋 番禺莲花山旅游区
番禺香江野生动物园 余荫山房 丹霞山
从化温泉(流溪河温泉) 神岗钟楼村
佛山祖庙 东华里 梁园 飞来峡
连山壮族瑶族自治县 清晖园 南沙天后宫

深圳-----347

锦绣中华 中华民俗文化村 世界之窗
欢乐干线 欢乐谷 小梅沙海滨旅游区
中英街 香蜜湖 仙湖植物园
坪山墟客家村 明思克航母 蛇口水上世界
青青世界 光明华侨畜牧场 深港之窗
深圳海洋世界

珠海-----352

渔女雕像和情侣路漫游 九洲城 圆明新园
珠海国际赛车场 淇澳岛 外伶仃岛
白藤湖度假村 荷包岛 桂山岛 金海滩

飞沙滩 澳门环岛游

肇庆-----356

星湖(七星岩、鼎湖山) 端州古城墙·披云楼
梅庵 府学宫 阅江楼 羚羊峡 怀集燕子岩
龙母祖庙 三排瑶寨 南岗瑶寨

东莞-----359

鸦片战争博物馆 虎门大桥 威远炮台
可园 黄旗山

粤东-----361

潮州八景 韩文公祠 南澳岛 许驸马府
从熙公祠 黄公祠 缙美楼 道韵楼
西塘庭园 陈慈黉故居 方耀故居 罗浮山
梅县华侨围屋 普宁温泉

广西壮族自治区-----364

南宁-----365

广西区博物馆 民族文物苑 南湖
白龙公园(人民公园) 广西药用植物园
青秀山风景区(泰青山) 扬美古镇
大新德天瀑布 伊岭岩 桂平西山(思灵山)
友谊关 宁明花山 良凤江国家森林公园
灵水 大明山 昆仑关

桂林-----370

漓江 象鼻山 伏波山 独秀峰
七星岩(栖霞洞) 榕湖和杉湖 芦笛岩
靖江王陵 漓江民俗风情园 叠彩山 大圩
冠岩 阳朔 西街 兴坪 月亮山 桂林九滩
黄姚古镇 荔浦丰鱼岩 金秀大瑶山

桂北-----375

龙脊梯田 银子洞寨 岩门漂流 资江八角寨
资江漂流 侗族风雨桥 马胖鼓楼 灵渠
猫儿山

北海-----377

银滩 海滩公园 北海水产馆 英罗红树林
合浦星岛湖 涠洲岛 十万大山

海南省-----380

海口-----381

西海岸带状公园 海口老城区 万绿园
五公祠 海底村庄 东寨港红树林
火山口公园 琼台书院 东山湖野生动物园

三亚-----384



亚龙湾 鹿回头 天涯海角 大东海
西岛(西玳瑁岛) 蜈支洲岛 南山寺

海南东线-----387

东郊椰林 文昌孔庙 铜鼓岭 博鳌
南丽湖 官塘温泉度假区 白石岭
万泉河 东山岭 兴隆温泉 兴隆热带植物园
大洲岛 神州半岛 南湾猴岛 吊罗山 香水湾

海南西线-----389

尖峰岭 雅龙小桂林 霸王岭 棋子湾
儋州华南热带植物园 东坡书院 蓝洋温泉
洋浦经济开发区 临高角 百仞滩 松涛水库

海南中线-----391

七仙岭 中华民族文化村 毛岸苗村
番茅黎寨 五指山 百花岭风景区
红坎瀑布 隕石坑 黎母山森林公园
卧龙山 木色旅游度假区 枫木鹿场
太平山 毛公山 水满村

西沙群岛-----393

西沙群岛 永兴岛 石岛 七连屿 东岛

湖南省-----396

长沙-----397

马王堆 橘子洲 开福寺 天心阁
湖南省博物馆 岳麓山 韶山 崔山
虎形山乡瑶族山寨

岳阳-----401

岳阳楼—洞庭湖 汨罗屈子祠 桃花源秦人村

衡山-----403

衡山 方广寺 富厚堂

张家界-----406

武陵源 九天洞 杨家界 茅岩河漂流

湘西-----409

凤凰 黄丝桥古城 中国南长城 德夯苗寨
老司城 猛洞河 永顺不二门
天下第一大桥 芙蓉镇 小沙江瑶寨
古苗河蚩尤风景区

湖北省-----412

武汉-----413

东湖 湖北省博物馆 黄鹤楼 归元寺
武昌起义军政府旧址 古琴台
武汉长江大桥 汉口原租界风貌区

赤壁 梁子湖(岛)生态旅游度假区
木兰生态旅游区 大洪山 九官山

宜昌-----418

葛洲坝水利枢纽工程 三峡大坝 天然塔
荆州古城 屈原庙 玉泉山

恩施-----421

鱼木寨 清江 腾龙洞 星斗山自然保护区

神农架-----422

燕天景区 松柏风景区 神农顶景区
木鱼景区

武当山-----424

武当山 南岩 古隆中

河南省-----426

郑州-----427

黄河游览区 城隍庙 商城遗址
河南省博物院 大河村遗址 二七纪念塔
嵩山及少林寺 打虎亭汉墓 轩辕故里
汤泉池

洛阳-----430

龙门石窟 关林 狄公祠 白马寺
古墓博物馆 王城公园 王屋山 五龙口
秦赵会盟台 仰韶文化遗址 白云观
广化寺 王铎书法馆 高龙中岳庙
龙马负图寺 汉光武帝陵

开封-----434

大相国寺 龙亭 清明上河园 铁塔 繁塔
禹王台 朱仙镇 延庆观玉皇阁 商丘

安阳-----437

殷墟 文峰塔 袁陵 羑里城遗址
红旗渠 郭亮村

三门峡-----439

三门峡 三门峡大坝 虢国墓地
宝轮寺塔(蛤蟆塔) 函谷关

华北地区

北京市-----440

北京-----441

天安门与天安门广场 中山公园(社稷坛)
太庙(劳动人民文化宫) 故宫 景山公园
北海公园 天坛 雍和宫 孔庙 国子监
什刹海 恭王府 中央电视台 中华世纪坛

白云观 西单文化广场 动物园与海洋馆 香山公园 中华民族园 北京植物园 八大处公园 颐和园 圆明园 世界公园 卢沟桥 皇城根遗址公园 石景山游乐园 地坛 胡同与四合院 四合院中名人故居 京城水上游 庙会 科技旅游 戏楼会馆 北京夜生活 龙庆峡 古崖居遗址 周口店猿人遗址博物馆 爨底下村 灵水 司马台长城 慕田峪长城 云居寺·石经山 八达岭长城 十三陵 箭扣长城	464
天津市	465
天津	465
天塔 海河风景线 天津古文化街 南市食品街 新洋市场 (俗称“洋货市场”) 大沽口炮台 石家大院 塘沽海滨 五大道洋楼 盘山 黄崖关长城 独乐寺	470
河北省	471
石家庄	471
毗卢寺 隆兴寺 安济桥 抱犊寨 苍岩山 嶂石岩 西柏坡 天桂山 五岳寨	474
保定	476
直隶总督府 古莲花池 满城汉墓 清西陵 大慈阁 定州开元塔 白洋淀 冉庄地道战遗址	476
秦皇岛	479
山海关 老龙头 黄金海岸 北戴河海滨 南戴河 翡翠岛 碣石山 孟姜女庙 野生动物园	479
张家口	481
宣化古城 赐儿山 辽墓壁画 水母宫 大境门长城 鸡鸣驿 中都草原 滑雪场	481
承德	484
避暑山庄 棒锤山 外八庙 木兰围场 雾灵山	484
山西省	485
太原	485
晋祠 太原文庙 (山西省博物馆) 天龙山石窟 双塔寺 崇善寺 纯阳宫 净因寺 多福寺 北武当山 庞泉沟 玄中寺 宁武 卦山 太谷孔祥熙宅园 中国煤炭博物馆 太谷无边寺白塔	490
大同	

云冈石窟 华严寺 昊天寺·大同火山群 九龙壁 善化寺 大同长城与边墙五堡 应县木塔 恒山·悬空寺	493
平遥	497
平遥古城 日昇昌票号 清虚观 双林寺 镇国寺 王家大院 绵山 渠家大院 乔家大院 曹家大院 常家庄园	497
五台山	501
五台山 阎锡山故居 娘子关 雁门关 赵杲观 大寨	503
临汾	505
壶口瀑布 洪洞大槐树 尧庙 小西天 苏三监狱 广胜寺	505
运城	505
解州关帝庙 普救寺 芮城永乐宫 黄河永济蒲津渡遗址 五老峰风景区 王官岭风景区 盐池	505
内蒙古自治区	506
包头	509
五当召 美岱召 百灵庙 昆都仑召 成吉思汗陵 响沙湾	513
呼和浩特	515
大召 (伊克召) 五塔寺 席力图召 昭君墓 万部华严经塔 希拉穆仁草原 辉腾锡勒草原 灰腾梁 哈素海	515
赤峰	517
达里诺尔湖 勃隆克沙漠旅游区 贡格尔草原 克什克腾温泉 阿斯哈图冰石林 大青沟自然保护区 玉龙景区 辽上京遗址 真寂寺石窟	517
锡林郭勒	520
贝子庙 元上都遗址 平顶山 二连浩特市	520
呼伦贝尔	
白音呼硕草原 呼伦湖 金帐汗蒙古部落 呼和诺尔草原 北山地下军事工事遗址 凤凰山庄 喇嘛山风景区 原林镇 满洲里 国门 中俄互市贸易区 莫尔道嘎国家森林公园 嘎仙洞 阿尔山	
阿拉善盟	
延福寺 天鹅湖 北寺 南寺 黑城遗址	

MPG81/02

甲渠侯官遗址群
二道桥至八道桥的胡杨沙漠风光 怪树林
红城 策克口岸 居延海
召烧沟岩画博物馆 狼山阿贵庙

东北地区

辽宁省-----523

沈阳-----524

沈阳故宫 九·一八事变博物馆 福陵 昭陵
沈阳怪坡 鞍山千山 医巫间山 本溪水洞
辽阳汉墓壁画 渤海月牙湾 清永陵

大连-----528

大连广场 大连夜景 棒棰岛 白玉山
旅顺日俄监狱 老铁山·蛇岛 旅顺口(军港)
虎滩乐园 圣亚海洋世界 极地海洋动物馆
庄河冰峪沟 金石滩

丹东-----533

鸭绿江 五龙山 凤凰山 虎山长城
九连城 大孤山 青山沟 大鹿岛 五女山

兴城-----536

宁远卫城 文庙 兴城温泉 首山 菊花岛
碣石官 笔架山

吉林省-----538

长春-----539

“八大部”与伪满皇宫 长春电影城
般若寺 卡伦湖度假村 净月潭旅游区
吊水壶风景区 农安黄龙府 农安辽塔

吉林-----542

雾凇 龙潭山 高句丽山城 吉林陨石
松花湖 北山 阿拉底朝鲜族村

集安-----545

集安博物馆 洞沟古墓群 王陵
好太王碑 将金坟 舞踊墓 国内城遗址
丸都山城 国东大穴 五女峰国家森林公园
云峰大坝 国境大桥

长白山-----548

黑龙江省-----551

哈尔滨-----552

太阳岛 兆麟公园冰灯会 冰雪大世界
中央大街 东北虎林园 圣·索菲亚教堂
亚布力滑雪旅游度假区 二龙山滑雪场

玉泉滑雪场 龙珠滑雪场 乌吉密滑雪场

牡丹江-----557

镜泊湖 渤海国遗址 吊水楼瀑布
地下森林 雪乡大海林 兴凯湖

齐齐哈尔-----560

扎龙自然保护区 齐齐哈尔卜奎清真寺
连环湖水禽狩猎场

漠河-----561

洛古河村 胭脂沟

五大连池-----562

五大连池 沾河

港澳台地区

香港特别行政区-----563

香港-----564

海洋公园 宋城 太平山顶 太空馆
海港城 香港科学馆 庙街夜市

澳门特别行政区-----566

澳门-----567

妈祖阁 黑沙海水浴场 大三巴牌坊
孙中山纪念馆

台湾省-----569

台北-----570

中山博物馆 阿里山 日月潭 石门游览区
龙山寺 台北孔庙 十分寮 阳明山

附录

旅游小知识-----571

中国世界遗产名录-----	571
国家重点风景名胜区名录-----	572
国家AAAA级旅游区(点)名单-----	573
国家AAA级旅游区(点)名单-----	576
国家AA级旅游区(点)名单-----	577
国家A级旅游区(点)名单-----	581
中国历史文化名城-----	582
国家地质公园一览表-----	582
中国重要湿地名录-----	584
国家森林公园名单-----	585
中国野生动物园-----	587
全国重点文物保护单位-----	589
中国当代部分旅游节庆表-----	596
中国需要办理边防证的地区-----	598

地图索引-----599



西藏自治区 简称藏，全区平均海拔4000米以上，是世界上面积最大、海拔最高的高原，素有“世界屋脊”之称。在古代这里为羌、戎之地。松赞干布完成了西藏统一大业，建了吐蕃王朝。唐宋时称西藏为吐蕃，元称吐蕃或西蕃，明称乌斯藏，清始称西藏。全区90%以上人为藏族，其余有汉及门巴、珞巴、蒙古、纳西、怒、独龙等族。藏族多信仰藏传佛教，少数信仰苯教和天主教。西藏自然风光绚丽，历史文化悠久，宗教信仰影响深远，民族风俗习惯独特。西藏的风光是无法用语言、图片、影像等等交流媒介转述的，只有亲身驻足这片神奇的高原，它超凡的神圣和庄严才能给你带来真切的心灵震撼和激荡。

西藏主要城镇海拔高度(米)

安多4800	那曲4507
萨噶4500	狮泉河4255
定日4300	日土4295
当雄4200	江孜4040
日喀则3836	拉萨3658
泽当3500	昌都3240
林芝3000	波密2600
樟木2100	

西藏旅游注意事项

1. 在寺庙内不可触摸佛像、经书等，要注意顺时针方向行进、转经筒也须顺时针方向转动。
2. 寺庙殿外摄影不受限制，但是殿内要付费的，寺庙名气越大，收费越高。
3. 在藏区偶见披挂红黄绿布标志的牛羊，那是敬神祭品，千万不可驱赶。
4. 经常面带微笑，与藏族同胞见面道一声“扎西德勒”比较礼貌。
5. 注意冷暖变化防止感冒。
6. 租车最好与司机直接谈好，事先一切讲明白，否则容易被宰。
7. 去阿里地区最好在日喀则和拉萨找车，相对拉萨要便宜一些。
8. 尊重少数民族信仰和理解他们的生活习惯。
9. 随身携带一些糖果纸笔送给小朋友，最好不要施舍钱财。
10. 最重要的是注意环保。

进出西藏

2010年铁路修通以前只能靠飞机和公路进藏，不过也正是因为这种不方便的交通方式才使得西藏之旅让游人更加神往。

航空

西藏有两个机场，一个是拉萨机场在南山地区贡嘎县境内，与成都、北京、重庆、西安、尼泊尔加德满都有直接航班，另一个机场就是昌都地区的邦达机场，此机场主要与成都和拉萨通航，拉萨—成都的航班在此停落。

公路

进藏的公路有青藏、新藏、川藏、滇藏四条公路和一条中尼国际公路。

青藏公路（西宁—格尔木—拉萨），全长1907千米，格尔木至拉萨约1100千米。全为等级黑色路面，全线平均海拔在4000米以上，横贯昆仑山和唐古拉山。是进藏线路中最容易的一条，推荐一般游客及自驾车选择此线，长途客车单程在24至36小时。

川藏公路（成都—拉萨），全长2330千米，无长途车。

滇藏公路（下关—芒康），全长800千米，无长途车。川藏公路和滇藏公路在雨季经常出现塌方事故，且道路危险。

新藏公路（叶城—普兰）公路，全长1455千米，是世界上海拔最高的公路，途中翻越5000米以上大山5座，其中最高的界山达坂，海拔高达6035米。无长途客车，不建议普通旅客前往。

中尼公路（拉萨—樟木友谊桥—加德满都），全长900千米，是陆路进出尼泊尔的首选道路。



交通工具

长途客车：西藏长途客车的运营不确定因素很多，必须提前到长途车站核实班次和出发时间。班车途中抛锚误点的情况时有发生，所以乘坐长途车最好携带一定量的饮水和食品。

租车：多人合租一辆车，尽管费用略高，但沿途停车方便且节省旅途时间。若是人数较少，可以在自助者经常出没的旅馆贴条征集合租者。租车费用参考，普通型进口越野车3.00~3.50元/千米（西藏以丰田陆地巡洋舰62居多），豪华型进口越野车3.50~4.00元/千米。

自驾车：青藏公路一般的轿车就可以跑，但其他几条线路就非吉普车不可了，另外须注意西藏大多数加油站的汽油标号低。

搭车：最省钱也最不确定的旅行方式。短途搭车当地行价是10~20元/百千米·人。通常在兵站、司机常宿旅馆、桥梁渡口等地容易搭上车。

