

藏羚羊
旅行指南

四川深度 摄影之旅

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

达人深入踩线
专业摄影视角
实用旅行指南
完美视觉展示

无深度
不旅行
无主题
不摄影



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

四川深度摄影之旅



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING



内 容 简 介

本书内容以旅游摄影为主题，在介绍游玩四川精华路线的同时，还介绍了如何途中拍摄出高质量的照片。书中详细地介绍了四川美景，也展示了四川的历史文化、人文风情、特产美食、四季时令等，并为读者提供了可靠的吃、住、行、游、购、娱乐等相关实用信息，是您游走四川的上佳读物。

本书适合旅游爱好者阅读参考。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

四川深度摄影之旅 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. — 北京: 电子工业出版社, 2014.9

ISBN 978-7-121-23611-2

I. ①四… II. ①藏… III. ①旅游指南—四川省 IV. ①K928.971

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第135235号

责任编辑: 田 蕾

特约编辑: 田学清

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

装 订: 三河市鹏成印业有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱

邮编: 100036

开 本: 720×1000 1/16

印张: 18 字数: 460.8千字

版 次: 2014年9月第1版

印 次: 2014年9月第1次印刷

定 价: 69.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。



不同题材的摄影技巧及器材选择..... 15

摄影专题	16		
山	16	寺庙	17
自然景观	17	水	18

你应该知道的四川..... 19

地图上的四川	22	四川的交通	26
地理地貌	22	进出通道	26
政区及热点旅游地区	23	省内交通	28
四川的时令	24	特产与美食.....	30
气候.....	24	特产	30
四季出行.....	24	美食	30

跟着摄影师出发..... 31

出发前的准备.....	32		
旅行装备.....	32	摄影装备	34



影像四川 37

山水与民族.....	38	四川奇特的民俗	40
四川壮美的地貌	38		
四川多彩的民族	39		

沉浸在麻辣诱惑中的成都 41

全景成都.....	43	宽窄巷子	65
成都信息.....	44	人民公园	69
交通.....	44	武侯祠	70
住宿.....	47	南郊公园	71
餐饮.....	48	锦里	72
茶馆.....	53	成都古蜀文化摄影之旅.....	74
成都怀古摄影线路.....	54	品味古迹往日的幽韵.....	74
品味古城昨日的风韵.....	54	四川省博物馆.....	77
浣花溪公园	57	金沙遗址.....	78
杜甫草堂	58	金沙遗址博物馆.....	79
百花潭公园	59	成都古镇摄影之旅.....	80
青华路	60	品味古镇昔日的风采.....	80
青羊宫	63	黄龙溪古镇	83
文化公园	64	洛带古镇	87
琴台故里	65	平乐古镇	90

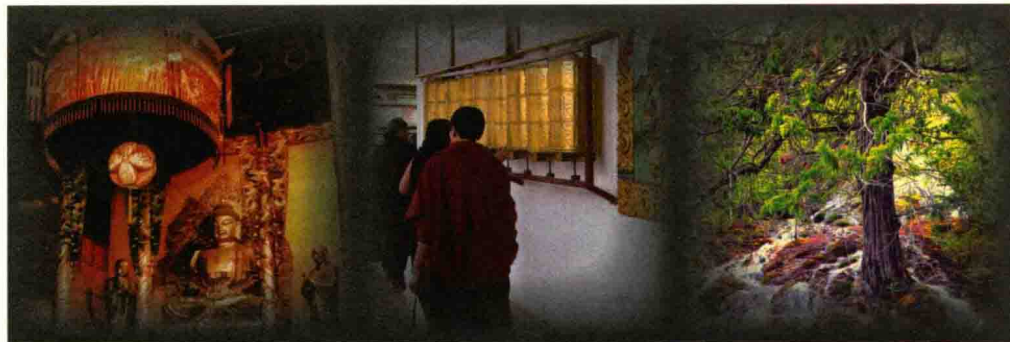


追寻着佛光圣山的印记..... 91

川中摄影经典线路.....	94	峨眉山.....	110
乐山.....	104	交通	110
交通.....	104	住宿	111
住宿.....	104	美食	112
餐饮.....	105	特产	113
乐山大佛景区.....	106	娱乐	113
		峨眉山景区.....	116

蜀南竹海的诱惑..... 123

自贡.....	129	宜宾.....	132
交通.....	129	交通.....	132
住宿.....	129	住宿.....	132
美食.....	129	美食.....	133
西秦会馆.....	130	蜀南竹海.....	134
自贡恐龙博物馆.....	131	李庄.....	134





探访凉山彝风..... 135

- | | | | |
|---------------|-----|--------------|-----|
| 风景川南..... | 138 | 住宿..... | 148 |
| 川南摄影经典线路..... | 138 | 红格温泉..... | 149 |
| 西昌..... | 142 | | |
| 交通..... | 142 | 元谋县..... | 150 |
| 住宿..... | 142 | 交通..... | 150 |
| 美食..... | 143 | 住宿..... | 150 |
| 购物..... | 143 | 元谋士林..... | 151 |
| 火把广场..... | 144 | | |
| 邛海泸山景区..... | 144 | 昆明..... | 152 |
| 螺髻山..... | 145 | 交通..... | 152 |
| | | 住宿..... | 153 |
| 盐源县..... | 146 | 美食..... | 154 |
| 交通..... | 146 | 石林..... | 155 |
| 住宿..... | 146 | 翠湖公园..... | 155 |
| 泸沽湖..... | 147 | 大观楼..... | 156 |
| | | 金马碧鸡坊..... | 156 |
| 攀枝花..... | 148 | 世界园艺博览园..... | 156 |
| 交通..... | 148 | | |

追寻朝圣者的脚步..... 157

- | | | | |
|-----------------|-----|-------------|-----|
| 风景川西..... | 159 | 跑马山风景区..... | 164 |
| 寻找传说中的香格里拉..... | 159 | 水井子..... | 164 |
| | | 二道桥温泉..... | 165 |
| 康定县..... | 162 | 公主桥..... | 165 |
| 交通..... | 162 | 南无寺..... | 166 |
| 住宿..... | 163 | 金刚寺..... | 167 |
| 美食..... | 163 | 安觉寺..... | 167 |

康定情歌（木格措）风景区·····	168	香格里拉县·····	178
塔公寺·····	169	交通·····	178
莲花海·····	169	住宿·····	178
		美食·····	178
新都桥·····	170	松赞林寺·····	179
交通·····	170	普达措国家森林公园·····	179
住宿·····	170	独克宗古城·····	180
		飞来寺·····	180
理塘县·····	172	梅里雪山·····	181
交通·····	172	虎跳峡·····	181
住宿·····	172		
长青春科尔寺·····	173	丽江·····	182
格聂风景区·····	173	交通·····	182
		住宿·····	183
乡城县·····	174	美食·····	183
交通·····	174	大研古镇·····	184
住宿·····	174	丽江木府·····	184
桑披岭寺·····	175	黑龙潭公园·····	184
		四方街·····	185
得荣县·····	176	束河古镇·····	185
交通·····	176	玉龙雪山·····	185
住宿·····	176	拉市海·····	185





追寻着玛尼石的足迹—— 朝圣摄影之旅·····	186	德格县·····	200
八美镇·····	190	交通·····	200
交通·····	190	住宿·····	200
住宿·····	190	德格印经院·····	201
八美石林·····	191	昌都县·····	202
惠远寺·····	191	交通·····	202
炉霍县·····	192	住宿·····	202
交通·····	192	然乌湖·····	203
住宿·····	192	林芝·····	204
甘孜县·····	194	交通·····	204
交通·····	194	住宿·····	204
住宿·····	194	鲁朗·····	205
甘孜寺·····	195	巴松措·····	205
马尼干戈乡·····	196	雅鲁藏布江大峡谷·····	205
交通·····	196	拉萨·····	206
住宿·····	196	交通·····	206
新路海（玉隆拉措风景区）·····	197	住宿·····	206
石渠县·····	198	美食·····	207
交通·····	198	布达拉宫·····	208
住宿·····	198	大昭寺·····	208
色须寺·····	199	罗布林卡·····	209
		西藏博物馆·····	209

沿着朝圣者的脚步—— 亚丁雪山摄影之旅·····	210
稻城县·····	214
交通·····	214
住宿·····	214
美食·····	215
桑堆小镇·····	216
著杰寺（直共寺）·····	216
蚌普寺（奔波寺）·····	217
贡嘎朗吉岭寺·····	217
傍河与色拉·····	217

亚丁村·····	218
交通·····	218
住宿·····	218
亚丁自然保护区·····	219
洛绒牛场·····	220
牛奶海·····	220
仙乃日雪山·····	221
夏诺多吉神山·····	221
冲古寺·····	222
珍珠海·····	222

藏羌故里探秘 ····· 223

风景川北·····	226
川北摄影经典线路·····	226
汶川县·····	232
交通·····	232
住宿·····	232
萝卜寨·····	233
松潘县·····	234
交通·····	234
住宿·····	234
松州古城·····	235

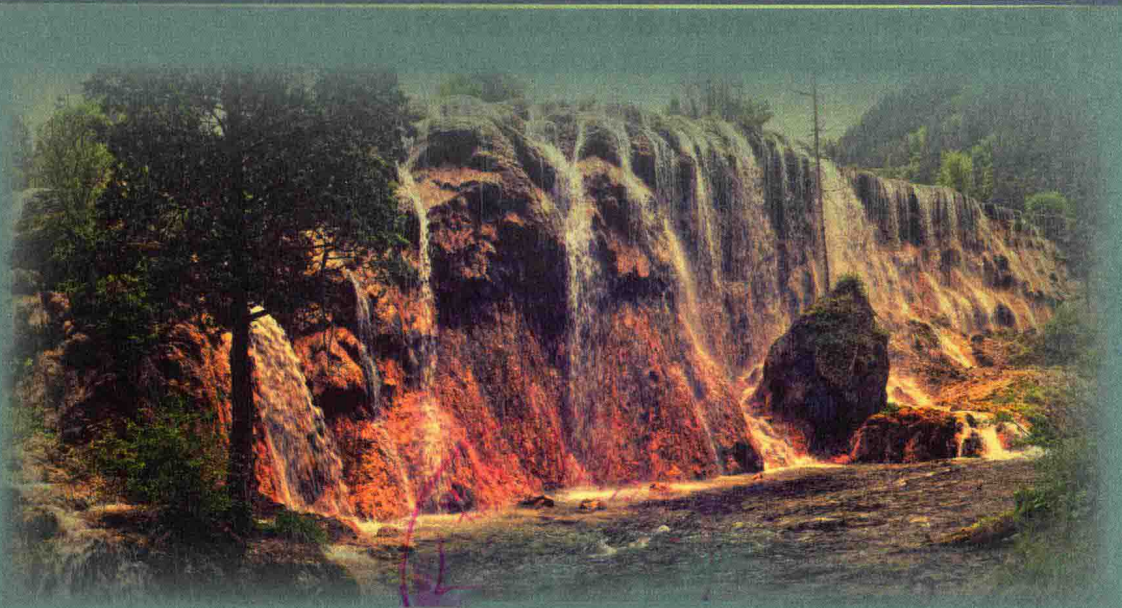
九寨沟县·····	236
交通·····	236
住宿·····	236
九寨沟·····	238
若尔盖县·····	242
交通·····	242
住宿·····	242
达扎寺·····	243
黄河九曲第一湾·····	244
花湖·····	245
热尔大草原·····	246



郎木寺镇.....	248	广元	266
交通.....	248	交通.....	266
住宿.....	248	住宿.....	266
美食.....	248	皇泽寺.....	267
郎木寺.....	249	昭化古城.....	268
合作.....	250	剑阁县.....	270
交通.....	250	交通.....	270
住宿.....	250	住宿.....	270
米拉日巴九层佛阁.....	251	剑门关风景区.....	271
拉卜楞寺.....	251	 	
 		汉中.....	272
兰州.....	252	交通.....	272
交通.....	252	住宿.....	272
住宿.....	252	古汉台·汉中博物馆.....	273
美食.....	253	拜将台.....	273
白塔山公园.....	254	 	
黄河风情线.....	255	西安.....	274
五泉山公园.....	256	交通.....	274
甘南路酒吧街.....	256	住宿.....	274
甘肃省博物馆.....	257	美食.....	275
 		西安城墙.....	276
领略蜀道的鬼斧神工.....	258	碑林博物馆.....	276
 		陕西历史博物馆.....	277
阆中	264	大雁塔·大慈恩寺.....	277
交通.....	264	大雁塔北广场.....	278
住宿.....	264	小雁塔·荐福寺.....	278
美食.....	264	兵马俑博物馆.....	279
阆中古城.....	265	 	
 		索引.....	282

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

四川深度摄影之旅



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING



内 容 简 介

本书内容以旅游摄影为主题，在介绍游玩四川精华路线的同时，还介绍了如何途中拍摄出高质量的照片。书中详细地介绍了四川美景，也展示了四川的历史文化、人文风情、特产美食、四季时令等，并为读者提供了可靠的吃、住、行、游、购、娱乐等相关实用信息，是您游走四川的上佳读物。

本书适合旅游爱好者阅读参考。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

四川深度摄影之旅 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. — 北京: 电子工业出版社, 2014.9

ISBN 978-7-121-23611-2

I. ①四… II. ①藏… III. ①旅游指南—四川省 IV. ①K928.971

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第135235号

责任编辑: 田 蕾

特约编辑: 田学清

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

装 订: 三河市鹏成印业有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱

邮编: 100036

开 本: 720×1000 1/16

印张: 18 字数: 460.8千字

版 次: 2014年9月第1版

印 次: 2014年9月第1次印刷

定 价: 69.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。

编辑手记

四川是一个说起来就让人浮想联翩、充满向往的地方。这片土地上有太多的自然景色可看，有太多的人文风情可以体验，更有太多的美食可以品尝。说到四川的美景，种类丰富到令人咂舌的程度，雪山、草原、湖泊、古镇、藏传寺庙等，应有尽有，每一处都有自己的特色。更加难得的是这些地方随便说出几个，在国内都有很高的知名度，如九寨沟、稻城、亚丁、峨眉山、乐山大佛、阿坝等。

来四川的第一站通常选在成都，这座以休闲闻名的城市，是中国著名的休闲城市之一，最适合“慢游”。逛逛有故事的宽窄巷子，尝尝遍地的成都小吃，去大熊猫培育基地看看憨态可掬的国宝，去九眼桥小酌一杯“蓉城夜色”。

九寨沟这座形成于第四纪古冰川时期的山水奇观，现保存着大量第四纪古冰川遗迹。春天妩媚、仲夏绚丽、深秋浓艳、隆冬神奇，四季美景各具神韵。

“九寨归来不看水”是对这里的最佳阐释。

稻城—亚丁，许多人相信就是传说中香格里拉的真正所在。詹姆斯·希尔顿的《消失的地平线》，引发了人们对香格里拉秘境的多少遐想：那神圣的雪山、幽深的峡谷、宁静的湖泊、如茵的草原、成群的牛羊、辉煌的庙宇和虔诚的人们。

阿坝，一个绝世美景的集合地，囊括了九寨沟，涵盖红原、若尔盖和阿坝3个县的川西北大草原，黄河九曲第一湾，以及米亚罗、卡龙沟、奶子沟等盛名在外的景点景区。对于摄影爱好者来说，这里必去。除了大名鼎鼎的九寨沟之外，其他地方也都是摄影师们钟爱的地方。

四川就是有如此多而丰富的景观，每一个地方都有着独特的魅力，等着你带上心爱的相机，踏上去往四川的行程，游走在这青山绿水之间、雪山草甸之上、古镇藏寨之中，将这里的山水、人文记录在快门之中，存储在记忆的行囊中。由于四川的美景甚多，很难一次看遍，尤其是从摄影角度而言。但每次来到四川都会使人有不同的感受、不一样的收获，这就是在四川行摄的特色！

我想，这些珍贵的记忆即便是在多年后重温，我们仍会感叹于大自然的鬼斧神工，感慨蜀地文化之灿烂。

2014年5月



不同题材的摄影技巧及器材选择..... 15

摄影专题	16		
山	16	寺庙	17
自然景观	17	水	18

你应该知道的四川..... 19

地图上的四川	22	四川的交通	26
地理地貌	22	进出通道	26
政区及热点旅游地区	23	省内交通	28
四川的时令	24	特产与美食.....	30
气候.....	24	特产	30
四季出行.....	24	美食	30

跟着摄影师出发..... 31

出发前的准备.....	32		
旅行装备.....	32	摄影装备	34