



长颈鹿
旅行指南

TA034

《中国自助游》编辑部◎编著

辽宁自助游

- 全新资讯！诚品保证！
- 最地道的旅行指南书！

坚持出版前由作者亲自踩线更新



白金
旅游指南

PLATINUM

238景点包含大连全攻略及最美金石滩
详细的沈阳鞍山抚顺锦州铁岭旅行攻略



化学工业出版社

辽宁

自助游

《中国自助游》编辑部◎编著



化学工业出版社

· 北 京 ·

这是一本专为去辽宁自助游的读者量身定做的旅游指南书。书中不仅详细介绍沈阳、大连、鞍山、抚顺、锦州、铁岭、葫芦岛等地的热门景点和美食购物攻略，还有“滨海大道之旅”“满族文化之旅”“名山之旅”“红色爱国之旅”等主题行程。此外，还有独家奉送的“辽宁年度最佳风味小吃”“辽宁年度最佳伴手好礼”“辽宁年度最佳美食餐厅”等实用信息，帮助您轻松玩转辽宁。

图书在版编目(CIP)数据

辽宁自助游 / 《中国自助游》编辑部编著. — 北京 :
化学工业出版社, 2014. 11
ISBN 978-7-122-21896-4

I. ①辽… II. ①中… III. ①旅游指南-辽宁省 IV.
①K928.931

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第225197号

责任编辑：龚风光 谢蓉蓉
责任校对：陈 静

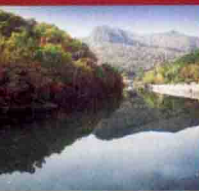
装帧设计：旅游圈视觉设计部

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）
印 装：北京方嘉彩色印刷有限责任公司
850mm×1100mm 1/32 印张 9 字数 250千字 2015年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899
网 址：<http://www.cip.com.cn>
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.80元

版权所有 违者必究



目录 CONTENTS

●辽宁印象 007

美丽辽宁 008

辽宁历史大事记 013

辽宁概况 018

●辽宁风情 019

特色节日 020

文化艺术 024

●辽宁出发 027

行前准备 028

特色旅行规划 031

●年度最佳 043

辽宁年度最佳风味小吃 044

辽宁年度最佳伴手好礼 048

辽宁年度最佳美食餐厅 051

●精彩乐游 055

滨海大道之旅 056

满族文化之旅 058

名山之旅 068

红色爱国之旅 072



沈阳

075

沈阳焦点——必游景点 076

阅读沈阳 077

热门景点

太清宫 078

清真南寺 080

辽宁省博物馆 080

长安寺 081

沈阳故宫 083

兴隆大家庭室内公园 087

张氏帅府 088

南关天主教堂 090

慈恩寺 092

万柳塘公园 093

般若寺 093

“九·一八”历史博物馆 094

万泉公园 096

周恩来少年读书旧址 097

辽宁广播电视塔 097

东北解放纪念碑 099

太平寺 100

实胜寺 101

中共满洲省委旧址 101

北陵公园 102

抗美援朝烈士陵园 103

新乐遗址 104

沈阳铁路陈列馆 106

无垢净光舍利塔 107

沈飞航空博览园 109

郑家洼子遗址	109
永安桥	109
北塔碑林	110
福陵森林公园	110
沈阳植物园	111
棋盘山风景区	113
关东影视城	115
沈阳冰川动物乐园	116
石台子山城遗址	116
陨石山国家森林公园	117
沈阳怪坡风景区	118
沈阳国家森林公园	119
东北亚滑雪场	119
沈阳三农博览园	120
辽滨塔	121
卧龙湖	121
叶茂台辽墓群	123
购物	
中街步行街	124
五爱市场	124
美食	
老边饺子	125
李连贵熏肉大饼	126
马家烧卖	126
老山记海城馅饼大酒店	126
乡间好味	127
赵记老铺王府	127

大连

129

大连焦点——必游景点	130
阅读大连	131
热门景点	
中山广场	132
大连世贸大厦	133
大连观光塔	133
日本风情一条街	135
大连植物园	135
中山美术馆	136



大连女子骑警基地	136
海之韵公园	137
棒棰岛	137
大连老虎滩海洋公园	138
大连森林动物园	139
英雄纪念公园	141
俄罗斯风情一条街	141
星海广场	142
大连现代博物馆	143
星海公园	144
圣亚海洋世界	145
大连自然博物馆	147
黑石礁公园	147
金石滩国家旅游度假区	148
发现王国主题公园	150
大黑山风景区	152
冰峪旅游度假区	152
长山群岛国家海岛森林公园	153
大长山岛风景区	154
大连世界和平公园	154
东鸡冠山景区	155
旅顺日俄监狱旧址博物馆	155
旅顺博物馆	156
军港公园	157
旅顺火车站	158
购物	
青泥洼桥	160
天津街步行购物一条街	160
美食	
山东路特色美食一条街	160
旅大印象餐厅	161

天天渔港	161
船歌鱼水饺	161
龙虾港	161

鞍山

163

鞍山焦点——必游景点	164
------------	-----

阅读鞍山	165
------	-----

热门景点

玉佛苑	166
二一九公园	167
东山风景区	168
千山风景名胜區	168
汤岗子温泉旅游度假区	170
九龙川自然保护区	170
牛庄古城	171
海城金塔	172
龙泉湖风景区	172
药山风景名胜區	173
龙潭湾	174
卧鹿山石庙	175
清凉山风景区	175
少帅陵旅游风景区	176

购物

中国玉雕会展中心	177
西柳服装市场	177

美食

高晓山风味馅饼城	177
云友米线	177

抚顺

179

抚顺焦点——必游景点	180
------------	-----

阅读抚顺	181
------	-----

热门景点

高尔山公园	182
抚顺战犯管理所旧址陈列馆	182
平顶山惨案纪念馆	183
西露天矿参观台	184

雷锋纪念馆	185
热高乐园	186
皇家海洋主题乐园	187
萨尔浒风景区	189
红河谷国家森林公园	190
赫图阿拉城	192
清永陵	194
猴石森林公园	196
三块石国家森林公园	197

锦州

199

锦州焦点——必游景点	200
------------	-----

阅读锦州	201
------	-----

热门景点

北普陀山风景区	202
锦州古塔公园	202
锦州市博物馆	203
辽沈战役纪念馆	204
笔架山风景区	206
凌河公园	207
岩井寺风景区	207
宜州化石馆	208
奉国寺	208
万佛堂石窟	210
大芦花风景区	211
医巫闾山风景名胜區	212
青岩寺	214
北镇庙	215
崇兴寺双塔	215

铁岭

217

铁岭焦点——必游景点	218
------------	-----

阅读铁岭	219
------	-----

热门景点

龙首山风景区	220
银冈书院	221
铁岭白塔	221

莲花湖国家城市湿地公园	222
调兵山风景区	223
铁煤蒸汽机车博物馆	225
象牙山风景区	226
清河旅游度假区	228
城子山风景区	228
冰砬山国家森林公园	229

葫芦岛

231

葫芦岛焦点——必游景点	232
-------------	-----

阅读葫芦岛	233
-------	-----

热门景点

龙湾海滨风景区	234
葫芦山庄	235
人文纪念公园	237
莲花山圣水寺	237
虹螺山风景区	239
灵山风景名胜區	240
兴城古城	241
兴城温泉	242
兴城海滨风景区	243
觉华岛	244
天龙寺海滨度假区	245
前卫斜塔	245
前所古城	246
止锚湾	246
朱梅墓园	248
九门口长城	249
小河口长城	250
白狼山	252
龙潭大峡谷	253

辽宁其他

255

辽宁其他焦点——必游景点	256
--------------	-----

阅读辽宁其他	257
--------	-----

热门景点

本溪水洞风景名胜區	258
-----------	-----

关门山国家森林公园	258
大雅河漂流景区	260
桓仁五女山风景区	261
桓仁望天洞	263
抗美援朝纪念馆	264
五龙山风景区	265
鸭绿江风景区	266
凤凰山国家风景名胜區	268
虎山长城	269
天华山风景名胜區	270
青山沟国家级风景名胜區	271
西炮台公园	272
望儿山	273
山海广场	274
海州露天矿国家矿山公园	275
海棠山风景区	276
查海遗址博物馆	276
十家子玛瑙城	277
辽阳曹雪芹纪念馆	277
白塔公园	278
苇海鼎翔旅游度假区	279
红海滩风景区	280
朝阳南北二塔	281

索引

282



辽宁

自助游

《中国自助游》编辑部◎编著

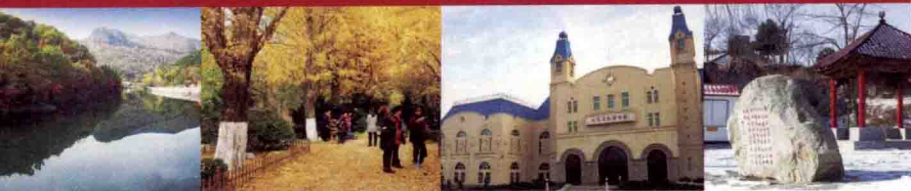


化学工业出版社

· 北 京 ·

LIAONING





目录 CONTENTS

● 辽宁印象 007

美丽辽宁 008

辽宁历史大事记 013

辽宁概况 018

● 辽宁风情 019

特色节日 020

文化艺术 024

● 辽宁出发 027

行前准备 028

特色旅行规划 031

● 年度最佳 043

辽宁年度最佳风味小吃 044

辽宁年度最佳伴手好礼 048

辽宁年度最佳美食餐厅 051

● 精彩乐游 055

滨海大道之旅 056

满族文化之旅 058

名山之旅 068

红色爱国之旅 072



沈阳

075

沈阳焦点——必游景点 076

阅读沈阳 077

热门景点

太清宫 078

清真南寺 080

辽宁省博物馆 080

长安寺 081

沈阳故宫 083

兴隆大家庭室内公园 087

张氏帅府 088

南关天主教堂 090

慈恩寺 092

万柳塘公园 093

般若寺 093

“九·一八”历史博物馆 094

万泉公园 096

周恩来少年读书旧址 097

辽宁广播电视塔 097

东北解放纪念碑 099

太平寺 100

实胜寺 101

中共满洲省委旧址 101

北陵公园 102

抗美援朝烈士陵园 103

新乐遗址 104

沈阳铁路陈列馆 106

无垢净光舍利塔 107

沈飞航空博览园 109

郑家洼子遗址	109
永安桥	109
北塔碑林	110
福陵森林公园	110
沈阳植物园	111
棋盘山风景区	113
关东影视城	115
沈阳冰川动物乐园	116
石台子山城遗址	116
陨石山国家森林公园	117
沈阳怪坡风景区	118
沈阳国家森林公园	119
东北亚滑雪场	119
沈阳三农博览园	120
辽滨塔	121
卧龙湖	121
叶茂台辽墓群	123
购物	
中街步行街	124
五爱市场	124
美食	
老边饺子	125
李连贵熏肉大饼	126
马家烧卖	126
老山记海城馅饼大酒店	126
乡间好味	127
赵记老铺王府	127

大连

129

大连焦点——必游景点	130
阅读大连	131
热门景点	
中山广场	132
大连世贸大厦	133
大连观光塔	133
日本风情一条街	135
大连植物园	135
中山美术馆	136



大连女子骑警基地	136
海之韵公园	137
棒棰岛	137
大连老虎滩海洋公园	138
大连森林动物园	139
英雄纪念公园	141
俄罗斯风情一条街	141
星海广场	142
大连现代博物馆	143
星海公园	144
圣亚海洋世界	145
大连自然博物馆	147
黑石礁公园	147
金石滩国家旅游度假区	148
发现王国主题公园	150
大黑山风景区	152
冰峪旅游度假区	152
长山群岛国家海岛森林公园	153
大长山岛风景区	154
大连世界和平公园	154
东鸡冠山景区	155
旅顺日俄监狱旧址博物馆	155
旅顺博物馆	156
军港公园	157
旅顺火车站	158
购物	
青泥洼桥	160
天津街步行购物一条街	160
美食	
山东路特色美食一条街	160
旅大印象餐厅	161

天天渔港	161
船歌鱼水饺	161
龙虾港	161

鞍山

163

鞍山焦点——必游景点	164
------------	-----

阅读鞍山	165
------	-----

热门景点

玉佛苑	166
二一九公园	167
东山风景区	168
千山风景名胜区	168
汤岗子温泉旅游度假区	170
九龙川自然保护区	170
牛庄古城	171
海城金塔	172
龙泉湖风景区	172
药山风景名胜区	173
龙潭湾	174
卧鹿山石庙	175
清凉山风景区	175
少帅陵旅游风景区	176

购物

中国玉雕会展中心	177
西柳服装市场	177

美食

高晓山风味馅饼城	177
云友米线	177

抚顺

179

抚顺焦点——必游景点	180
------------	-----

阅读抚顺	181
------	-----

热门景点

高尔山公园	182
抚顺战犯管理所旧址陈列馆	182
平顶山惨案纪念馆	183
西露天矿参观台	184

雷锋纪念馆	185
热高乐园	186
皇家海洋主题乐园	187
萨尔浒风景区	189
红河谷国家森林公园	190
赫图阿拉城	192
清永陵	194
猴石森林公园	196
三块石国家森林公园	197

锦州

199

锦州焦点——必游景点	200
------------	-----

阅读锦州	201
------	-----

热门景点

北普陀山风景区	202
锦州古塔公园	202
锦州市博物馆	203
辽沈战役纪念馆	204
笔架山风景区	206
凌河公园	207
岩井寺风景区	207
宜州化石馆	208
奉国寺	208
万佛堂石窟	210
大芦花风景区	211
医巫闾山风景名胜	212
青岩寺	214
北镇庙	215
崇兴寺双塔	215

铁岭

217

铁岭焦点——必游景点	218
------------	-----

阅读铁岭	219
------	-----

热门景点

龙首山风景区	220
银冈书院	221
铁岭白塔	221

莲花湖国家城市湿地公园	222
调兵山风景区	223
铁煤蒸汽机车博物馆	225
象牙山风景区	226
清河旅游度假区	228
城子山风景区	228
冰砬山国家森林公园	229

葫芦岛

231

葫芦岛焦点——必游景点	232
-------------	-----

阅读葫芦岛	233
-------	-----

热门景点

龙湾海滨风景区	234
葫芦山庄	235
人文纪念公园	237
莲花山圣水寺	237
虹螺山风景区	239
灵山风景名胜區	240
兴城古城	241
兴城温泉	242
兴城海滨风景区	243
觉华岛	244
天龙寺海滨度假区	245
前卫斜塔	245
前所古城	246
止锚湾	246
朱梅墓园	248
九门口长城	249
小河口长城	250
白狼山	252
龙潭大峡谷	253

辽宁其他

255

辽宁其他焦点——必游景点	256
--------------	-----

阅读辽宁其他	257
--------	-----

热门景点

本溪水洞风景名胜區	258
-----------	-----

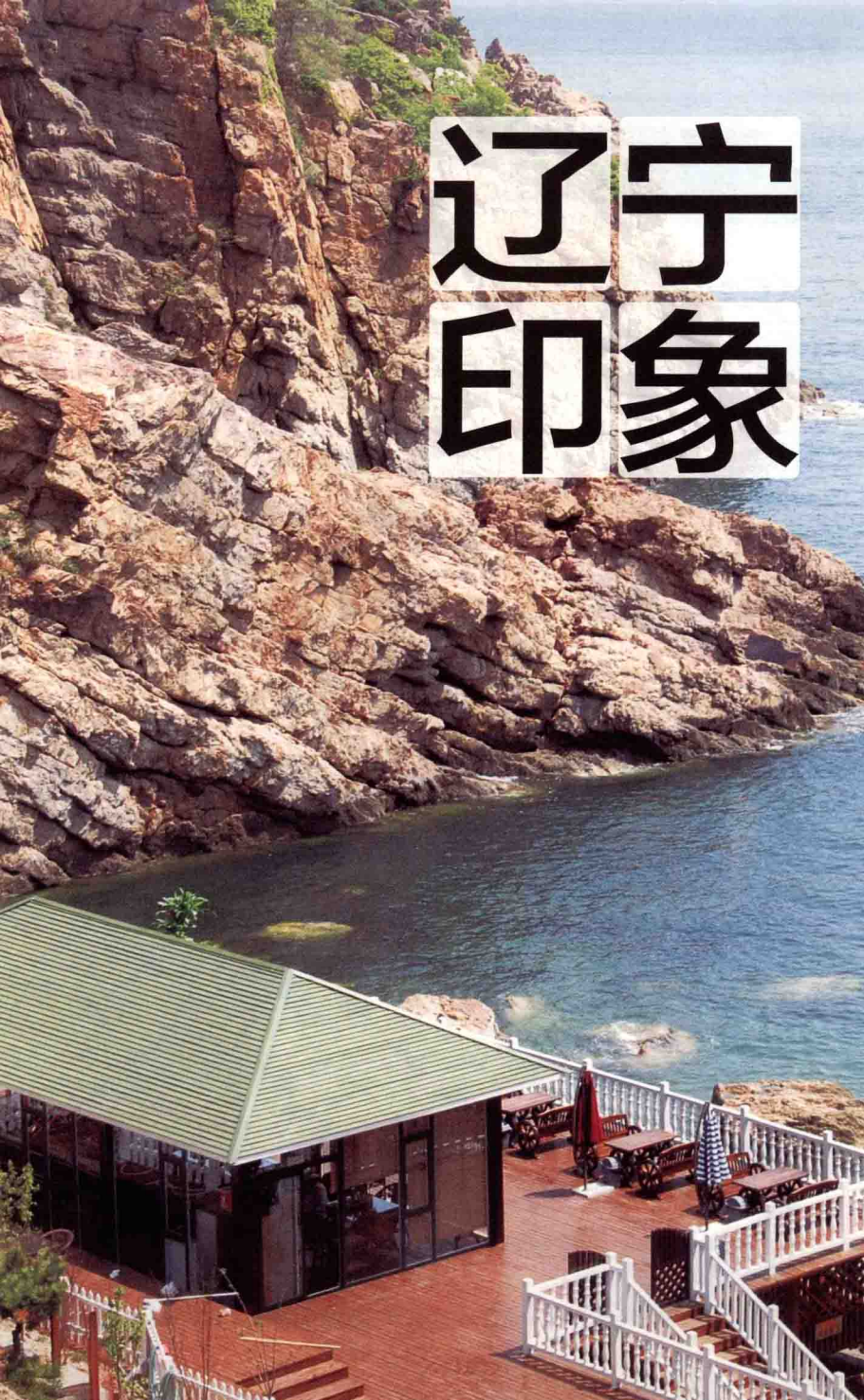
关门山国家森林公园	258
大雅河漂流景区	260
桓仁五女山风景区	261
桓仁望天洞	263
抗美援朝纪念馆	264
五龙山风景区	265
鸭绿江风景区	266
凤凰山国家风景名胜區	268
虎山长城	269
天华山风景名胜區	270
青山沟国家级风景名胜區	271
西炮台公园	272
望儿山	273
山海广场	274
海州露天矿国家矿山公园	275
海棠山风景区	276
查海遗址博物馆	276
十家子玛瑙城	277
辽阳曹雪芹纪念馆	277
白塔公园	278
苇海鼎翔旅游度假区	279
红海滩风景区	280
朝阳南北二塔	281

索引

282



辽宁 印象



美丽辽宁

1 沈阳故宫

沈阳故宫位于沈阳市沈河区明清旧城中心，由后金第一代汗努尔哈赤始建于1625年，是清朝的开创者努尔哈赤及皇太极创建并使用的宫殿。如今是中国现存的较完整的两大宫殿建筑群之一，仅次于北京故宫。1926年以后，其建筑群陆续辟作博物馆（现称沈阳故宫博物院）。沈阳故宫承袭了中国古代建筑的传统，融合了汉族、满族、蒙古族的建筑艺术，具有很高的历史和艺术价值。

沈阳故宫包括建筑90余所，共300余间，由东路、中路、西路三大部分组成。东路是努尔哈赤时期建造的大政殿和十王亭，仿照八旗行军帐殿（大幄次）的布局。中路的特点是“宫高殿低”，居住部分位于高台之上，俯瞰理政的正殿区域，这是来源于满族人喜居于台岗之上的生活习惯。主要建筑包括清太宗时期建的大中阙、大清门、崇政殿、凤凰楼、清宁宫、关雎宫、衍庆宫和启福宫等。西路以及中路的東西二宫则是完全的汉式建筑。整座皇宫楼阁林立，殿宇高耸，雕梁画栋，富丽大气。金龙蟠柱的大政殿、崇政殿，排如雁行的十王亭、万字炕口袋房的清宁宫，古朴典雅的文溯阁，以及凤凰楼等高台建筑，在中国宫殿建筑史上绝无仅有；那极富满族情调的“宫高殿低”的建筑风格更是“别无分号”。以其独特的历史、地理条件和浓郁的满族特色迥异于北京故宫。

沈阳故宫不仅是古代皇宫建筑群，更以丰富的珍贵收藏而闻名海内外。博物馆所陈列的多半是旧皇宫遗留下来的宫廷文物，陈列的艺术品也很丰富，陶瓷、雕刻、织绣、漆器等工艺品也不少，定会让您大开眼界。





2 清朝三陵

辽宁省是满族的聚居地和清朝的发源地，满族就是在这里崛起后一统天下，因此也遗留下了不少清朝皇陵。其中清永陵就是清王朝的祖陵，原名“兴京陵”，始建于1598年，1659年改称“永陵”。其形制、布局、造型、工艺等方面都与清朝其他皇陵不大相同，具有很高的历史价值，与沈阳福陵、昭陵并称为“关外三陵”。如今的清永陵以其悠久的历史渊源、独特的满族建筑风格与奇丽的自然环境，每年都吸引着无数中外游客前来参观游览，已成为抚顺最重要的景点之一。

建成于1651年的清昭陵是清太宗皇太极和孝端文皇后的陵寝。1927年的奉天省政府将清昭陵辟为公园，因其位于市区北部，故得名北陵公园。清昭陵是清初“关外三陵”中规模最大、气势最宏伟的一座。陵墓四周护以围墙，极似一座小城。整座陵墓楼台殿阁，黄瓦红墙，绿树掩映，壮丽辉煌。现北陵公园已成为沈阳市最大的公园，总占地330万平方米。整个公园被参天古松所环抱，宽阔的湖面轻舟荡漾，河岸垂柳披绿，构成山、水、楼、林一体的中国园林风貌，成为沈阳的又一大旅游热点。

福陵是清太祖努尔哈赤和孝慈高皇后的陵墓，坐落在沈阳东郊的天柱山上，故又称东陵。始建于1629年，后又经康熙、乾隆时期两次增建。其规模宏伟，气势威严，兼具我国古典建筑的传统和满族风格，是中国古建筑群中的精美杰作。1929年奉天省政府将清福陵开辟为公园，因地处市区的东部而得名东陵公园。每逢节日还推出大型清朝皇帝祭祀表演，再现当年康熙东巡祭祖盛况。

③ 遗址遗迹

辽宁历史悠久，历代遗留下来的文化遗址众多，其中最早的新乐遗址于1973年首次被发掘，是一处距今约7200年前的原始社会新石器时代早期的一处母系氏族制社会部落遗址。其占地面积17.8万平方米，布局与半坡文化相似。1984年在遗址的基础上设立了“新乐遗址博物馆”，博物馆内现藏有新乐遗址出土的新石器时代遗物近万件。郑家洼子遗址位于细河北岸一个名为郑家洼子的村庄，经考证为春秋至战国时期的遗址。此遗址展示了沈阳青铜文化的面貌，对研究中国



青铜文化提供了重要的依据。位于止锚湾海滨的碣石秦汉遗址群距山海关15千米，遗址群范围南北长达4千米，是当年秦始皇东巡时所建的行宫遗址，与始皇陵、阿房宫并列为秦代三大工程，曾被评为全国十大考古发现之一。城子山山城始建于西汉中早期，距今已有近2000余年历史。隋唐朝时期被高句丽人所占据，成为高句丽抵御隋唐大军征讨的一处主要山城。如今保存下来的山城遗址规模宏大，保存比较完整。整个山城居高临下，道路崎岖，很有一夫当关、万夫莫开的气势。五女山山城是公元前37年，北夫余国王子朱蒙到桓仁境内的浑江流域建立了高句丽政权三年后在五女山上建造的开国都城，史称乾升骨城。山城规模宏大，体系完备，且保存较为完整，可与雅典卫城相媲美，因此被称为当今世界东方唯一的卫城。

