



NEW
2018

《亲历者》编辑部 编著

彩色畅销版

畅游中国 说走就走

◎ 国内自助旅行经典指南 ◎

CHINA 中国自助游

—— 亲历 亲闻 亲拍 ——

全域旅游 200+目的地, 不仅仅有收费景点

专题图解 20+文化专题, 读懂才会更好玩

体验之旅 地道玩法·特色节庆·当地美食

发现精彩 我们帮你海选出你要的景点

► 400+经典旅游线路 ► 50+景区手绘图 ► 1600+精美图片

► 季节+人群+主题+区域=去哪玩就这么选 ◀

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

2018

彩色畅销版



CHINA 中国自助游

《亲历者》编辑部 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

中国自助游: 彩色畅销版 /《亲历者》编辑部编著. —北京: 中国铁道出版社, 2018.1 (2018.5重印)

ISBN 978-7-113-23321-1

I. ①中… II. ①亲… III. ①旅游指南 - 中国 IV. ① K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 149665 号

书 名: 中国自助游: 彩色畅销版
作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 杨 旭

装帧设计:  知路

责任印制: 赵星辰

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

印 刷: 中煤 (北京) 印务有限公司

版 次: 2018 年 1 月第 1 版 2018 年 5 月第 2 次印刷

开 本: 889mm × 1194mm 1/32 印张: 20 字数: 1100 千

书 号: ISBN 978-7-113-23321-1

定 价: 56.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部调换。

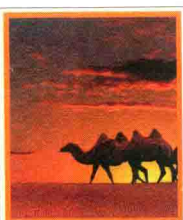
电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659

分区导览图

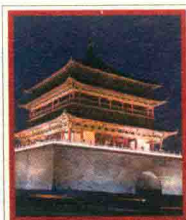
KEY TO THE MAP PAGES

根据地图上的颜色迅速找到目的地



G 西北丝路大漠旅游带

见 478-547 页



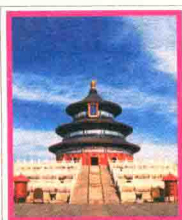
B 中原华夏文明旅游带

见 094-157 页



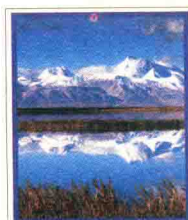
I 东北林海雪原旅游带

见 582-633 页



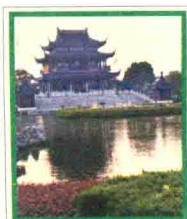
A 华北皇家风貌旅游带

见 036-093 页



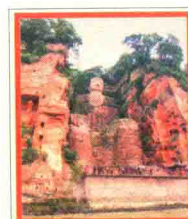
H 青藏神山圣湖旅游带

见 548-581 页



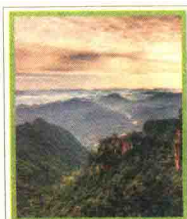
C 华东水乡都市旅游带

见 158-225 页



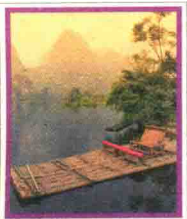
F 西南奇山民俗旅游带

见 374-477 页



D 华中湖山古韵旅游带

见 226-291 页



E 东南亚雨林旅游带

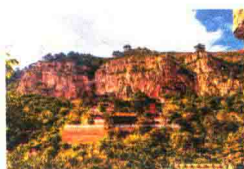
见 292-373 页

本图来源于国家测绘地理信息局

审图号: GS (2016) 1575 号

目录

CONTENTS



我们从旅途中获取什么 008

我们如何选择目的地 010

古镇怀日 / 海滨度假 / 实景演出 / 寻找古建 / 最美公路 / 摄影之旅 / 民俗节庆 / 亲子游 / 赏花游 / 避暑游 / 赏秋游 / 冰雪游



A 华北 皇家风貌旅游带

北京 038

天安门周边 / 天坛周边 / 什刹海周边 / 雍和宫周边 / 奥林匹克公园 / 颐和园周边 / 卢沟桥周边 / 昌平—延庆旅游区 / 怀柔—密云旅游区 / 门头沟—房山旅游区

天津 053

五大道 / 海河风景线 / 天津市区其他景点 / 天津郊区景点

石家庄 059

石家庄市市区景点 / 石家庄郊县景点 / 平山旅游区
冀南

秦皇岛 063

山海关旅游区 / 北戴河旅游区 / 秦皇岛其他景点
唐山

承德 067

避暑山庄及周围寺庙 / 木兰围场风景区 / 承德其他景点

张家口 071

张家口市区景点 / 张家口郊县景点

保定 074

保定市市区景点 / 白洋淀景区 / 京西百渡景区
廊坊

济南 077

天下第一泉景区 / 济南其他景点
泰山 / 淄博—潍坊

曲阜 082

三孔风景区 / 曲阜市景点
曲阜往西 / 曲阜往南 / 曲阜往东

青岛 087

青岛海滨景区 / 崂山风景区 / 青岛其他景点
日照

烟台 091

蓬莱阁风景区 / 烟台市景点
威海



B 中原 华夏文明旅游带

太原 096

太原市景点
吕梁 / 晋中 / 忻州

大同 106

大同市景点 / 恒山风景区
朔州

临汾 109

临汾市景点
运城

长治 112

长治市景点
晋城

安阳 115

安阳市景点 / 林州
鹤壁—濮阳

郑州 119

嵩山风景区
郑州市区景点 / 郑州郊县景点
开封 / 焦作

洛阳 126

洛阳市区景点 / 洛阳郊县景点
三门峡 / 济源

南阳 131

南阳市区景点 / 伏牛山老界岭—恐龙遗址园 / 南阳郊县景点
平顶山

信阳 135

信阳市区景点 / 信阳郊县景点
驻马店

西安 138

西安市区景点 / 西安郊县景点
咸阳 / 渭南—铜川 / 商洛

延安 148

延安市区景点 / 延安郊县景点
榆林

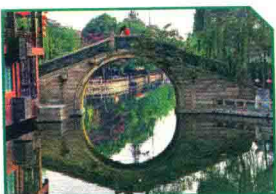
汉中 152

汉中市区景点 / 汉中郊县景点
安康

宝鸡 155

宝鸡市区景点 / 宝鸡郊县景点





C 华东 水乡都市旅游带

上海 160

上海市区景点 / 上海郊区景点

南京 167

钟山风景区

南京市市区景点 / 南京郊区景点

苏州 172

苏州园林 / 苏州古镇 / 苏州市区其他景点 / 常熟旅游区

无锡 179

无锡市景点 / 宜兴旅游区

常州—南通

扬州 183

扬州市区景点 / 扬州郊县景点

泰州 / 镇江

苏北 188

连云港市景点 / 徐州市景点 / 宿迁市景点 / 盐城市景点 / 淮安市景点

杭州 192

西湖 / 杭州市区景点 / 杭州郊县景点

绍兴 / 嘉兴—湖州



宁波 200

宁波市市区景点 / 宁波郊县景点

舟山

温州 204

雁荡山风景区 / 温州市景点

台州

金华 207

金华市市区景点 / 金华郊县景点 / 东阳

丽水 / 衢州

合肥 211

合肥市市区景点 / 合肥郊县景点

六安 / 安庆 / 滁州 / 皖北

芜湖 216

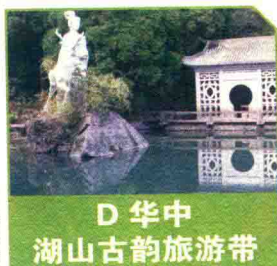
芜湖市景点

马鞍山—铜陵 / 宣城

徽州 219

黄山风景区

徽州古村落 / 九华山 / 徽州其他景点



D 华中 湖山古韵旅游带

武汉 228

东湖风景区

木兰文化生态旅游区 / 武汉市市区景点

孝感 / 鄂东

十堰 234

武当山

十堰市景点

神农架 / 襄阳

宜昌 240

三峡大坝风景区 / 三峡人家风景区 / 宜昌市区景点 / 宜昌郊县景点

恩施 246

恩施大峡谷 / 神农溪 / 恩施市区景点 / 恩施郊县景点

荆州 249

荆州市区景点 / 荆州郊县景点

荆州往北

长沙 252

韶山风景区 / 长沙市区景点 / 长沙郊县景点

长沙往南

岳阳 256

岳阳楼 / 岳阳市区景点 / 岳阳郊县景点

张家界 260

武陵源

张家界市区景点 / 张家界郊县景点

常德

湘西 266

凤凰古城

凤凰旅游区 / 湘西其他景点

怀化

衡阳 271

衡山风景区 / 衡阳市区景点 / 衡阳郊县景点

邵阳—永州 / 郴州

南昌 276

南昌市区景点 / 南昌郊县景点

新余—萍乡 / 庐山风景区 / 九江 / 宜春

上饶 282

三清山

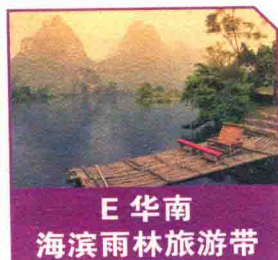
上饶市景点 / 婺源旅游区

龙虎山 / 景德镇

赣州 288

赣州市市区景点 / 赣州郊县景点

吉安 / 井冈山景区



E 华南 海滨雨林旅游带

福州 294

福州市景点

莆田 / 宁德

厦门 297

鼓浪屿

厦门市景点

泉州 / 漳州

南平 302

武夷山风景区 / 南平市景点

三明

龙岩 305

永定土楼 / 龙岩市景点

广州 309

广州市区景点 / 广州郊区景点
中山—珠海 / 佛山—江门 / 肇庆—云浮

潮汕 315

汕头市景点 / 潮州市景点 / 汕尾市景点

梅州 318

梅县旅游区 / 梅州其他景点
河源

深圳 321

华侨城旅游度假区
深圳市区景点 / 深圳郊区景点
东莞 / 惠州

韶关 328

丹霞山风景区
韶关市景点
清远

湛江 333

湛江市景点
阳江 / 茂名

南宁 336

南宁市区景点 / 南宁郊县景点
桂东南 / 崇左

桂林 340

漓江景区
桂林市景点 / 阳朔旅游区 / 桂林其他景点
贺州 / 柳州



百色 347

百色市区景点 / 百色郊县景点
巴马

北部湾 349

北海市景点 / 钦州市景点 / 防城港市景点

海口 352

海口市景点
五指山 / 海南西线

三亚 356

南山文化旅游区 / 蜈支洲岛 / 三亚其他景点
陵水—保亭

香港 361

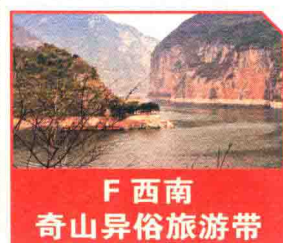
太平山景区 / 香港岛景区 / 九龙景区 / 大屿山景区 / 香港其他景点

澳门 364

澳门历史城区 / 澳门其他景点

台湾 366

台北市景点 / 台北周边景点 / 高雄市区景点 / 高雄周边景点 / 台中旅游区



F 西南 奇山异俗旅游带

重庆 376

重庆市区景点 / 重庆近郊景点 / 重庆西南部 / 武隆及其周边 / 万州及其周边

成都 385

都江堰—青城山
成都市区景点 / 成都郊县景点
成都往东 / 成都往北 / 乐山 / 雅安

宜宾 396

宜宾市区景点 / 宜宾郊县景点
宜宾周边

南充 401

阆中古城 / 南充市景点
广安 / 广元 / 巴中 / 达州

凉山 407

西昌市景点 / 凉山其他景点
攀枝花

阿坝 411

九寨沟
黄龙 / 四姑娘山 / 松潘旅游区 / 红原—若尔盖旅游区 / 汶川—理县旅游区 / 马尔康—黑水旅游区

甘孜 419

贡嘎山风景区 / 康定旅游区 / 稻城旅游区 / 甘孜其他景点

贵阳 424

贵阳市区景点 / 贵阳郊县景点
毕节

安顺 428

黄果树风景区
龙宫风景区 / 安顺市景点
安顺往南

遵义 432

遵义市区景点 / 赤水丹霞 / 遵义郊县景点
铜仁

黔东南 437

凯里旅游区 / 镇远旅游区 / 黔东南郊县景点

黔南 441

剑江风景区 / 樟江风景区 / 黔南其他景点

昆明 445

石林 / 昆明市景点 / 昆明郊县景点
玉溪—楚雄 / 曲靖

红河 453

元阳梯田
建水旅游区 / 红河其他景点
文山

大理 457

大理古城 / 苍山—洱海风景区 / 大理郊县景点
保山—德宏

丽江 464

玉龙雪山 / 泸沽湖
丽江古城 / 丽江郊县景点
怒江 / 迪庆

西双版纳 474

景洪市区景点 / 西双版纳其他景点
普洱



G 西北 丝路大漠旅游带

兰州 480

兰州市区景点 / 兰州郊县景点
兰州周边景点

甘南 485

本地游 碌曲旅游区 / 夏河旅游区 / 甘南其他景点

天水 489

本地游 麦积山风景区 / 天水旅游区
周边游 陇南

平凉 493

本地游 崆峒山风景区 / 平凉市景点
周边游 庆阳—固原

河西走廊 496

本地游 莫高窟 / 鸣沙山—月牙泉 / 武威市景点 / 张掖市景点 / 酒泉市景点 / 嘉峪关市景点 / 敦煌市景点

银川 504

本地游 银川市景点
周边游 石嘴山 / 中卫

呼和浩特 508

本地游 呼和浩特市景点
周边游 乌兰察布 / 包头

鄂尔多斯 514

本地游 鄂尔多斯市景点

阿拉善 517

本地游 额济纳旗景点 / 阿拉善左旗景点 / 阿拉善右旗景点

乌鲁木齐 521

本地游 天山天池旅游区 / 乌鲁木齐市景点 / 乌鲁木齐郊县景点

新疆 525

本地游 哈密旅游区 / 吐鲁番市景点 / 吐鲁番郊县景点 / 新疆其他景点

北疆 532

本地游 喀纳斯景区 / 阿勒泰旅游区 / 克拉玛依周边景点

伊犁 537

本地游 伊犁旅游区
周边游 博尔塔拉

新疆 541

本地游 喀什旅游区 / 克孜勒苏旅游区 / 阿克苏旅游区 / 巴音郭楞旅游区



西宁 550

本地游 西宁市区景点 / 西宁郊县景点
周边游 海东旅游区 / 青海湖旅游区 / 青海湖周边景点

唐蕃古道 556

本地游 果洛旅游区 / 玉树旅游区

青藏铁路 559

本地游 青海湖—格尔木沿线 / 那曲旅游区

拉萨 563

本地游 拉萨市区景点 / 拉萨郊县景点
周边游 山南

日喀则 570

特写 珠峰自然保护区
本地游 日喀则市景点

川藏公路 573

本地游 林芝旅游区 / 昌都旅游区

阿里 577

本地游 冈仁波齐 / 玛旁雍错 / 阿里其他景点



沈阳 584

本地游 沈阳故宫 / 棋盘山景区 / 沈阳其他景点

周边游 抚顺 / 本溪 / 辽阳 / 鞍山—盘锦

大连 590

本地游 大连市景点
周边游 营口

丹东 595

本地游 丹东市区景点 / 丹东郊县景点

锦州 598

本地游 锦州市景点
周边游 锦州周边景点 / 葫芦岛

长春 601

本地游 长春市景点
周边游 长春周边景点

吉林 605

本地游 吉林市区景点 / 吉林郊县景点

延边 607

本地游 六鼎山风景区 / 防川风景区 / 延边其他景点

长白山 609

本地游 长白山风景区
周边游 白山旅游区 / 通化

哈尔滨 612

本地游 哈尔滨市区景点 / 哈尔滨郊县景点
周边游 齐齐哈尔 / 大庆

黑河 617

特写 五大连池风景区
本地游 黑河市景点
周边游 大兴安岭

牡丹江 620

本地游 镜泊湖风景区 / 牡丹江市区景点 / 牡丹江郊县景点

三江平原 623

本地游 佳木斯周边景点 / 鸡西周边景点 / 伊春周边景点

呼伦贝尔 626

本地游 海拉尔旅游区 / 满洲里旅游区 / 额尔古纳旅游区

锡林郭勒 630

本地游 阿尔山—柴河旅游区 / 锡林浩特旅游区
周边游 赤峰 / 通辽

附录 634



示意图目录

MAPS CONTENTS



什刹海景区示意图	040	神农架景区示意图	236	滇池西山风景区示意图	446
雍和宫景区示意图	042	武陵源景区示意图	262	抚仙湖景区示意图	450
颐和园景区示意图	044	凤凰古城景区示意图	267	元阳梯田景区示意图	454
避暑山庄景区示意图	068	庐山风景区示意图	278	苍山洱海景区示意图	458
泰山景区示意图	078	三清山景区示意图	284	丽江古城景区示意图	464
青岛南部海滨景区示意图	088	厦门环岛路示意图	298	玉龙雪山景区示意图	467
晋祠景区示意图	097	鼓浪屿景区示意图	299	泸沽湖景区示意图	468
五台山景区示意图	103	永定土楼示意图	306	拉卜楞寺景区示意图	486
嵩山景区示意图	120	长隆旅游度假区示意图	310	嘉峪关旅游区示意图	501
西安古城墙景区示意图	140	深圳华侨城示意图	323	五堡魔鬼城景区示意图	526
华山景区示意图	144	丹霞山风景名胜示意图	331	喀纳斯景区示意图	533
上海外滩景区示意图	161	漓江景区示意图	341	青海湖景区示意图	553
南京路步行街景区示意图	161	亚龙湾景区示意图	358	布达拉宫景区示意图	563
夫子庙—秦淮河景区示意图	167	武隆天生三桥景区示意图	380	珠峰自然保护区示意图	571
钟山风景区示意图	169	三峡景区示意图	382	神山圣湖示意图	580
西湖景区示意图	193	青城山景区示意图	387	金石滩景区示意图	591
普陀山风景区示意图	202	峨眉山景区示意图	391	长白山景区示意图	610
黄山景区示意图	222	九寨沟景区示意图	412	五大连池景区示意图	618
东湖景区示意图	229	黄果树瀑布景区示意图	429		
武当山景区示意图	235	石林景区示意图	445		

专题目录

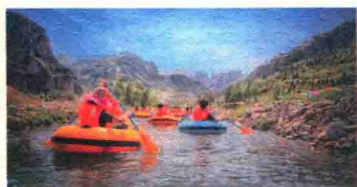
TOPIC CONTENTS



北京的长城	048	徽派建筑	220	傣族	477
孔子	083	长江三峡	241	敦煌莫高窟九层楼	497
山西四合院	100	端午节	258	蒙古包	511
清明上河图	123	福建土楼	307	楼兰文化	545
窑洞	150	广州骑楼	330	可可西里	562
石库门	163	壮族服饰	344	转山	581
江南园林	173	大熊猫	388		
乌篷船	197	侗族鼓楼	444		

20**18**

彩色畅销版



CHINA 中国自助游

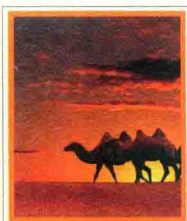
《亲历者》编辑部 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

分区导览图

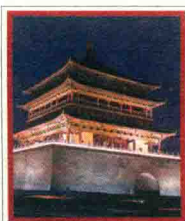
KEY TO THE MAP PAGES

根据地图上的颜色迅速找到目的地



G 西北丝路大漠旅游带

见 478-547 页



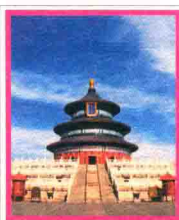
B 中原华夏文明旅游带

见 094-157 页



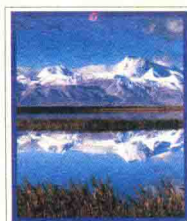
I 东北林海雪原旅游带

见 582-633 页



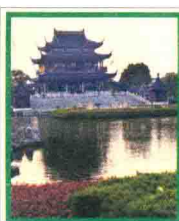
A 华北皇家风貌旅游带

见 036-093 页



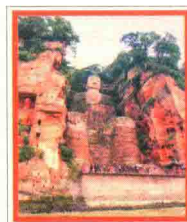
H 青藏神山圣湖旅游带

见 548-581 页



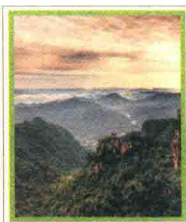
C 华东水乡都市旅游带

见 158-225 页



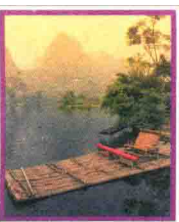
F 西南奇山异俗旅游带

见 874-977 页



D 华中湖山古韵旅游带

见 226-291 页



E 南海雨林旅游带

见 292-373 页



本图来源于国家测绘地理信息局

审图号: GS (2016) 1575 号

目录

CONTENTS



我们从旅途中获取什么 008

我们如何选择目的地 010

古镇怀旧 / 海滨度假 / 实景演出 / 寻找古建 / 最美公路 / 摄影之旅 / 民俗节庆 / 亲子游 / 赏花游 / 避暑游 / 赏秋游 / 冰雪游



A 华北 皇家风貌旅游带

北京 038

天安门周边 / 天坛周边 / 什刹海周边 / 雍和宫周边 / 奥林匹克公园 / 颐和园周边 / 卢沟桥周边 / 昌平—延庆旅游区 / 怀柔—密云旅游区 / 门头沟—房山旅游区

天津 053

五大道 / 海河风景线 / 天津市区其他景点 / 天津郊区景点

石家庄 059

石家庄市景区 / 石家庄郊县景点 / 平山旅游区 / 冀南

秦皇岛 063

山海关旅游区 / 北戴河旅游区 / 秦皇岛其他景点 / 唐山

承德 067

避暑山庄及周围寺庙 / 木兰围场风景区 / 承德其他景点

张家口 071

张家口市区景点 / 张家口郊县景点

保定 074

保定市景区 / 白洋淀景区 / 京西百渡景区 / 廊坊

济南 077

天下第一泉景区 / 济南其他景点 / 泰山 / 淄博—潍坊

曲阜 082

三孔风景区 / 曲阜市景点 / 曲阜往西 / 曲阜往南 / 曲阜往东

青岛 087

青岛海滨景区 / 崂山风景区 / 青岛其他景点 / 日照

烟台 091

蓬莱阁风景区 / 烟台市景点 / 威海



B 中原 华夏文明旅游带

太原 096

太原市景点 / 吕梁 / 晋中 / 忻州

大同 106

大同市景点 / 恒山风景区 / 朔州

临汾 109

临汾市景点 / 运城

长治 112

长治市景点 / 晋城

安阳 115

安阳市景点 / 林州 / 鹤壁—濮阳

郑州 119

嵩山风景区 / 郑州市区景点 / 郑州郊县景点 / 开封 / 焦作

洛阳 126

洛阳市区景点 / 洛阳郊县景点 / 三门峡 / 济源

南阳 131

南阳市区景点 / 伏牛山老界岭—恐龙遗址园 / 南阳郊县景点 / 平顶山

信阳 135

信阳市区景点 / 信阳郊县景点 / 驻马店

西安 138

西安市区景点 / 西安郊县景点 / 咸阳 / 渭南—铜川 / 商洛

延安 148

延安市区景点 / 延安郊县景点 / 榆林

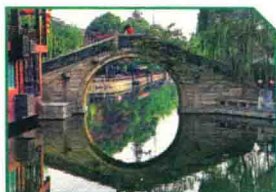
汉中 152

汉中市区景点 / 汉中郊县景点 / 安康

宝鸡 155

宝鸡市区景点 / 宝鸡郊县景点





C 华东 水乡都市旅游带

上海 160

上海市区景点 / 上海郊区景点

南京 167

钟山风景区
南京市市区景点 / 南京郊区景点

苏州 172

苏州园林 / 苏州古镇 / 苏州市区其他景点 / 常熟旅游区

无锡 179

无锡市景点 / 宜兴旅游区
常州—南通

扬州 183

扬州市区景点 / 扬州郊县景点
泰州 / 镇江

苏北 188

连云港市景点 / 徐州市景点 / 宿迁市景点 / 盐城市景点 / 淮安市景点

杭州 192

西湖 / 杭州市区景点 / 杭州郊县景点
绍兴 / 嘉兴—湖州



宁波 200

宁波市市区景点 / 宁波郊县景点
舟山

温州 204

雁荡山风景区 / 温州市景点
台州

金华 207

金华市市区景点 / 金华郊县景点 / 东阳

丽水 / 衢州

合肥 211

合肥市市区景点 / 合肥郊县景点
六安 / 安庆 / 滁州 / 皖北

芜湖 216

芜湖市景点
马鞍山—铜陵 / 宣城

徽州 219

黄山风景区
徽州古村落 / 九华山 / 徽州其他景点



D 华中 湖山古韵旅游带

武汉 228

东湖风景区
木兰文化生态旅游区 / 武汉市市区景点
孝感 / 鄂东

十堰 234

武当山
十堰市景点
神农架 / 襄阳

宜昌 240

三峡大坝风景区 / 三峡人家风景区 / 宜昌市区景点 / 宜昌郊县景点

恩施 246

恩施大峡谷 / 神农溪 / 恩施市区景点 / 恩施郊县景点

荆州 249

荆州市区景点 / 荆州郊县景点
荆州往北

长沙 252

韶山风景区 / 长沙市区景点 / 长沙郊县景点

长沙往南

岳阳 256

岳阳楼 / 岳阳市区景点 / 岳阳郊县景点

张家界 260

武陵源
张家界市区景点 / 张家界郊县景点
常德

湘西 266

凤凰古城
凤凰旅游区 / 湘西其他景点
怀化

衡阳 271

衡山风景区 / 衡阳市区景点 / 衡阳郊县景点
邵阳—永州 / 郴州

南昌 276

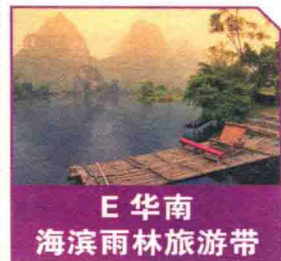
南昌市区景点 / 南昌郊县景点
新余—萍乡 / 庐山风景区 / 九江 / 宜春

上饶 282

三清山
上饶市景点 / 婺源旅游区
龙虎山 / 景德镇

赣州 288

赣州市市区景点 / 赣州郊县景点
吉安 / 井冈山景区



E 华南 海滨雨林旅游带

福州 294

福州市景点
莆田 / 宁德

厦门 297

鼓浪屿
厦门市景点
泉州 / 漳州

南平 302

武夷山风景区 / 南平市景点
三明

龙岩 305

永定土楼 / 龙岩市景点

广州 309

广州市区景点 / 广州郊区景点
中山—珠海 / 佛山—江门 / 肇庆—云浮

潮汕 315

汕头市景点 / 潮州市景点 / 汕尾市景点

梅州 318

梅县旅游区 / 梅州其他景点
河源

深圳 321

华侨城旅游度假区
深圳市区景点 / 深圳郊区景点
东莞 / 惠州

韶关 328

丹霞山风景区
韶关市景点
清远

湛江 333

湛江市景点
阳江 / 茂名

南宁 336

南宁市区景点 / 南宁郊县景点
桂东南 / 崇左

桂林 340

漓江景区
桂林市景点 / 阳朔旅游区 / 桂林其他景点
贺州 / 柳州



百色 347

百色市区景点 / 百色郊县景点
巴马

北部湾 349

北海市景点 / 钦州市景点 / 防城港市景点

海口 352

海口市景点
五指山 / 海南西线

三亚 356

南山文化旅游区 / 蜈支洲岛 / 三亚其他景点
陵水—保亭

香港 361

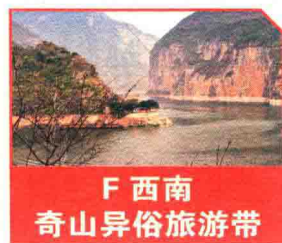
太平山景区 / 香港岛景区 / 九龙景区 / 大屿山景区 / 香港其他景点

澳门 364

澳门历史城区 / 澳门其他景点

台湾 366

台北市景点 / 台北周边景点 / 高雄市景点 / 高雄周边景点 / 台中旅游区



F 西南 奇山异俗旅游带

重庆 376

重庆市市区景点 / 重庆近郊景点 / 重庆西南部 / 武隆及其周边 / 万州及其周边

成都 385

都江堰—青城山
成都市区景点 / 成都郊县景点
成都往东 / 成都往北 / 乐山 / 雅安

宜宾 396

宜宾市区景点 / 宜宾郊县景点
宜宾周边

南充 401

阆中古城 / 南充市景点
广安 / 广元 / 巴中 / 达州

凉山 407

西昌市景点 / 凉山其他景点
攀枝花

阿坝 411

九寨沟
黄龙 / 四姑娘山 / 松潘旅游区 / 红原—若尔盖旅游区 / 汶川—理县旅游区 / 马尔康—黑水旅游区

甘孜 419

贡嘎山风景区 / 康定旅游区 / 稻城旅游区 / 甘孜其他景点

贵阳 424

贵阳市区景点 / 贵阳郊县景点
毕节

安顺 428

黄果树风景区
龙宫风景区 / 安顺市景点
安顺往南

遵义 432

遵义市区景点 / 赤水丹霞 / 遵义郊县景点
铜仁

黔东南 437

凯里旅游区 / 镇远旅游区 / 黔东南郊县景点

黔南 441

剑江风景区 / 樟江风景区 / 黔南其他景点

昆明 445

石林 / 昆明市市区景点 / 昆明郊县景点
玉溪—楚雄 / 曲靖

红河 453

元阳梯田
建水旅游区 / 红河其他景点
文山

大理 457

大理古城 / 苍山—洱海风景区 / 大理郊县景点
保山—德宏

丽江 464

玉龙雪山 / 泸沽湖
丽江古城 / 丽江郊县景点
怒江 / 迪庆

西双版纳 474

景洪市区景点 / 西双版纳其他景点
普洱



G 西北 丝路大漠旅游带

兰州 480

兰州市区景点 / 兰州郊县景点
兰州周边景点

甘南 485

绿曲旅游区 / 夏河旅游区 / 甘南其他景点

天水 489

麦积山风景区 / 天水旅游区
战南

平凉 493

崆峒山风景区 / 平凉市景点
庆阳—固原

河西走廊 496

莫高窟 / 鸣沙山—月牙泉 / 武威市景点 / 张掖市景点 / 酒泉市景点 / 嘉峪关市景点 / 敦煌市景点

银川 504

银川市景点
石嘴山 / 中卫

呼和浩特 508

呼和浩特市景点
乌兰察布 / 包头

鄂尔多斯 514

鄂尔多斯市景点

阿拉善 517

额济纳旗景点 / 阿拉善左旗景点 / 阿拉善右旗景点

乌鲁木齐 521

天山天池旅游区 / 乌鲁木齐市景点 / 乌鲁木齐郊县景点

东疆 525

哈密旅游区 / 吐鲁番市区景点 / 吐鲁番郊县景点 / 东疆其他景点

北疆 532

喀纳斯景区 / 阿勒泰旅游区 / 克拉玛依周边景点

伊犁 537

伊犁旅游区
博尔塔拉

新疆 541

喀什旅游区 / 克孜勒苏旅游区 / 阿克苏旅游区 / 巴音郭楞旅游区



西宁 550

西宁市区景点 / 西宁郊县景点
海东旅游区 / 青海湖旅游区 / 青海湖周边景点

唐蕃古道 556

果洛旅游区 / 玉树旅游区

青藏铁路 559

青海湖—格尔木沿线 / 那曲旅游区

拉萨 563

拉萨市区景点 / 拉萨郊县景点
山南

日喀则 570

珠峰自然保护区
日喀则市景点

川藏公路 573

林芝旅游区 / 昌都旅游区

阿里 577

冈仁波齐 / 玛旁雍错 / 阿里其他景点



沈阳 584

沈阳故宫 / 棋盘山景区 / 沈阳其他景点

抚顺 / 本溪 / 辽阳 / 鞍山—盘锦

大连 590

大连市景点
营口

丹东 595

丹东市区景点 / 丹东郊县景点

锦州 598

锦州市景点
锦州周边景点 / 葫芦岛

长春 601

长春市景点
长春周边景点

吉林 605

吉林市区景点 / 吉林郊县景点

延边 607

六鼎山风景区 / 防川风景区 / 延边其他景点

长白山 609

长白山风景区
白山旅游区 / 通化

哈尔滨 612

哈尔滨市市区景点 / 哈尔滨郊县景点
齐齐哈尔 / 大庆

黑河 617

五大连池风景区
黑河市景点
大兴安岭

牡丹江 620

镜泊湖风景区 / 牡丹江市区景点 / 牡丹江郊县景点

三江平原 623

佳木斯周边景点 / 鸡西周边景点 / 伊春周边景点

呼伦贝尔 626

海拉尔旅游区 / 满洲里旅游区 / 额尔古纳旅游区

锡林郭勒 630

阿尔山—柴河旅游区 / 锡林浩特旅游区
赤峰 / 通辽

附录 634



示意图目录

MAPS CONTENTS



什刹海景区示意图	040	神农架景区示意图	236	滇池西山风景区示意图	446
雍和宫景区示意图	042	武陵源景区示意图	262	抚仙湖景区示意图	450
颐和园景区示意图	044	凤凰古城景区示意图	267	元阳梯田景区示意图	454
避暑山庄景区示意图	068	庐山风景区示意图	278	苍山洱海景区示意图	458
泰山景区示意图	078	三清山景区示意图	284	丽江古城景区示意图	464
青岛南部海滨景区示意图	088	厦门环岛路示意图	298	玉龙雪山景区示意图	467
晋祠景区示意图	097	鼓浪屿景区示意图	299	泸沽湖景区示意图	468
五台山景区示意图	103	永定土楼示意图	306	拉卜楞寺景区示意图	486
嵩山景区示意图	120	长隆旅游度假区示意图	310	嘉峪关旅游区示意图	501
西安古城墙景区示意图	140	深圳华侨城示意图	323	五堡魔鬼城景区示意图	526
华山景区示意图	144	丹霞山风景名胜示意图	331	喀纳斯景区示意图	533
上海外滩景区示意图	161	漓江景区示意图	341	青海湖景区示意图	553
南京路步行街景区示意图	161	亚龙湾景区示意图	358	布达拉宫景区示意图	563
夫子庙—秦淮河景区示意图	167	武隆天生三桥景区示意图	380	珠峰自然保护区示意图	571
钟山风景区示意图	169	三峡景区示意图	382	神山圣湖示意图	580
西湖景区示意图	193	青城山景区示意图	387	金石滩景区示意图	591
普陀山风景区示意图	202	峨眉山景区示意图	391	长白山景区示意图	610
黄山景区示意图	222	九寨沟景区示意图	412	五大连池景区示意图	618
东湖景区示意图	229	黄果树瀑布景区示意图	429		
武当山景区示意图	235	石林景区示意图	445		

专题目录

TOPIC CONTENTS



北京的长城	048	徽派建筑	220	傣族	477
孔子	083	长江三峡	241	敦煌莫高窟九层楼	497
山西四合院	100	端午节	258	蒙古包	511
清明上河图	123	福建土楼	307	楼兰文化	545
窑洞	150	广州骑楼	330	可可西里	562
石库门	163	壮族服饰	344	转山	581
江南园林	173	大熊猫	388		
乌篷船	197	侗族鼓楼	444		

我们从旅途中获取什么

北岛说：“一个人的行走范围，就是他的世界。”

生命就是一场旅行，人的一生都是在旅途里，直到终结。

行走，忙碌，看看周围的风光，低头继续赶路。

也许在你看来，旅行不过是随便走走，看看风景，拍拍照片。

可那些人、那些景，看过就成了回忆，

印在脑海，深入内心，难以磨灭。

不一样的世界，不一样的境界



你不去走走，你会以为看到的就是这个世界。“面朝大海，春暖花开”。有多少人总是在心里念叨着这句诗，却从没看过大海的模样。旅行会让你意识到自己的无知，不再沉迷于自己的小世界，它教会你成长，成为与以往不同的自己，一个更好的自己。

体验，是最好的老师



你去爬雪山，你去戈壁滩穿越荒漠，你出海看海豚，你露营等流星。你走过各地，体会异域风情的文化，尝试特色服饰的惊喜，品尝不同食材的碰撞。你在旅行，你在体验，这些经历为你开启了一个全新世界，无关炫耀，无关浮夸，只为人生画上了彩色的一笔。