



相约在中国大陆最南端
LET'S MEET AT MOST SOUTHERN END OF CHINESE MAINLAND

中国优秀旅游城市

湛江旅游

锦囊

精心推荐
实用本

中国画报出版社



丛书版权页附件

图书在版编目(CIP)数据

湛江旅游锦囊 / 郝亮 主编. — 北京: 中国画报出版社, 2007.7

(设计家精粹丛书之五)

ISBN 7-80024-566-8

I. 湛… II. 郝… III. 旅游文化作品集—中国—当代 IV. I573.78

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第744779号

书 名: 湛江旅游锦囊

主 编: 郝亮

出 版: 中国画报出版社

发 行: 中国画报出版社 发行部

地 址: 北京市海淀区车公庄西路33号(邮编: 100082)

经 销: 全国新华书店

丛书策划: 鹿耀世

责任编辑: 李 刚

封面摄影: 何均发

装帧设计: 叶启宇 陈东阳

组稿统筹: 蔡丽云

印 刷: 茂名市红旗印刷实业有限公司

开 本: 13 × 21cm

印 张: 6

印 数: 0001-5000册

版 次: 2007年7月第1版第1次印刷

书 号: ISBN 7-80024-566-8/I.868

定 价: 22.50元

(本书如有印装错误, 请与承印厂调换)

版权所有, 翻版必究



前言

美丽浪漫的滨海明珠湛江

湛江市位于中国大陆最南端，地处粤、桂、琼三省（区）的交汇处。全市面积1.3万平方公里，人口710多万人，现辖五县（市）四区。湛江作为我国首批对外开放的14个沿海城市之一，拥有粤西地区唯一的国家级经济技术开发区及五个省级经济开发试验区。湛江地属热带和亚热带季风气候，终年受海洋气候影响，冬无严寒，夏无酷暑。

湛江市素称“天南重地，海北名邦”，海岸线长达1556公里，是世界第一大港鹿特丹港的3倍。其深水良港条件得天独厚，现已建成的湛江港是粤西环北部湾地区唯一的，也是最大的国家级枢纽港，有万吨级泊位以至5万吨泊位20多个，拥有全国第一座30万吨级岸上油码头。

湛江是粤西地区的中心城市，担负着承东启西、沟通南北、连接海内外的重要交通职责。湛江拥有海港、铁路、公路、航空、管道等综合运输体系，是全国海上运输枢纽港，全国45个公路枢纽城市之一和广东4大铁路枢纽之一。

湛江市风光旖旎，每年增加的绿化面积达50万平方米，每年有两个公园落成，是中国优秀旅游城市、国家园林城市、全国环境保护重点城市及国家级生态示范城市。湛江四季水果飘香，树翠花艳，海洋资源极其丰富，肥美的海鲜种类繁多，水产品产量连续多年居广东之首，海产珍珠产量占全国的2/3。不仅如此，湛江还拥有我国大陆面积最大、品种最多的红树林国家级自然保护区，我国大陆近海保存最为完好、面积最大的珊瑚自然繁殖区以及全国唯一而且规模最大的火山湖和火山群，许多旅游名胜都是依火山傍碧海而形成。

因此，编制一本实用性较强的《湛江旅游锦囊》，从游、乐、购、食、住、行等方面全方位地给您提供便利是我们的心愿。由于时间仓促、涉及的资料面较广，该书的疏漏之处在所难免，恳请读者批评指正。

最后，热情欢迎您到中国大陆的最南端湛江来，尽情感受浪漫的亚热带海滨风情吧，尽情享受新鲜肥美的海鲜大餐吧，愿您能在本书的陪伴下拥有一个美妙的假期！



P7

湖光镜月

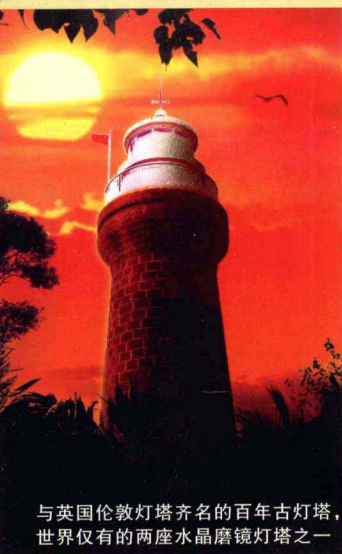
探索世界第二，中国唯一的玛珥湖世界地质公园湖光岩九大谜团



一寸河山一寸金，寸土寸金皆不让

P25

寸金浩气

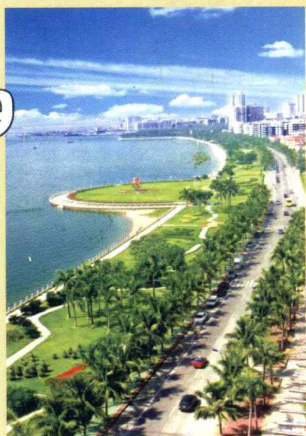


与英国伦敦灯塔齐名的百年古灯塔，
世界仅有的两座水晶磨镜灯塔之一

P19

长廊观海

游金海岸，感受独特南亚热带风光



P23

硇洲古韵

湛江八景

相约在中国大陆最南端
——湛江

八景畅享游！

7、湖光镜月（湖光岩）

世界地质公园、世界仅有的两个玛珥湖之一

13、东海旭日（东海岛）

中国第一长滩、东方一绝东海岛人龙舞

18、湛江经济技术开发区

19、长廊观海（观海长廊）

独具南亚热带海滨城市风情、欢乐酒吧一条街

23、硇洲古韵（硇洲岛）

世界仅存的两座水晶磨镜灯塔之一、
鲍鱼、龙虾闻名世界

25、寸金浩气（寸金公园）

一寸河山一寸金，寸土寸金皆不让

27、港湾揽胜（湛江港湾）

跨海长虹海湾大桥、南方明珠忙碌的湛江港

31、南三听涛（南三岛）

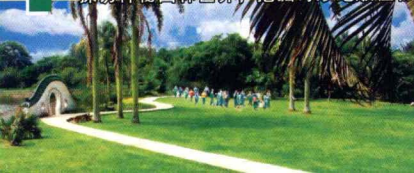
中国第七大岛、远离都市喧嚣，尽享悠闲浪漫

33、南亚热带植物园（南亚热带植物园）

猪笼草、见血封喉等奇花异草让您惊叹连连，
应接不暇

P33 南亚热带植物园

探访神秘园林世界，挖掘奇妙绝版植物

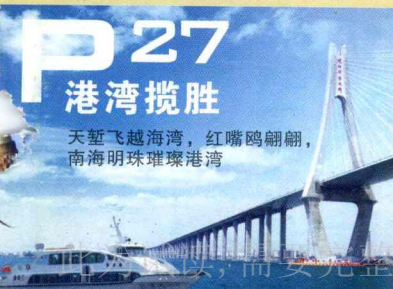


市区八大 自然生态公园

- 1、海滨公园
- 2、渔港公园
- 3、绿塘河湿地公司
- 4、三岭山森林公园
- 5、南桥公园 北桥公园
- 6、霞湖公园 海田公园



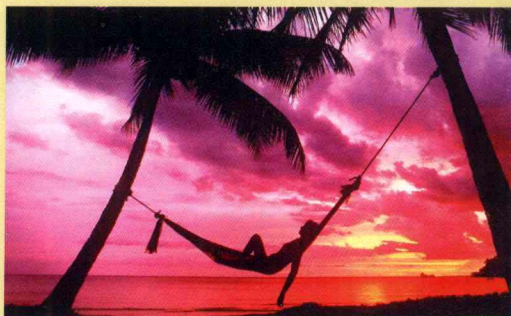
- 63、游湛江必吃美食
- 67、湛江特产手信指引
- 69、品种丰富的水果
- 71、市内各大购物广场
带给您全方位的购物乐趣
- 73、湛江一日游攻略
湛江不眠夜
为您介绍湛江最具特色的酒吧、
夜总会、娱乐城，彻底放松心情
- 74、南珠之乡
- 75、各大旅行社及宾馆酒店一览表
给您的旅途加一份舒适，
多一份温馨
- 77、湛江公交线路
- 81、湛江对外交通



天堑飞越海湾，红嘴鸥翩翩，
南海明珠璀璨港湾

目录

CONTENTS



P31 南三听涛

聆听浪花起舞，海风拂动，遐思无限

- 37、东坡园啖荔枝
“日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人”。
- 39、金鹿园
华南地区最大的养鹿园
- 40、红树林、杨桃沟
- 41、吴川吉兆湾
一处巨石嶙峋、海浪拍岸让视觉听觉
得到最高享受的地方。
- 45、鹤地银湖
广东省三大水库之一，
面积140多平方公里，号称“人工海”
- 47、领略雷城文化、感受古老风情雷州古城
47 雷州西湖 雷州三元塔
48 散布民间的兵马俑(石狗)
49 雷祖祠
50 高山寺 天宁寺
51 南合武当 天后宫 伏波祠
东岳庙 邦塘古村
52 调风九龙山自然风景区
53 乌石天成台 龙门瀑布
54 流沙珍珠(购选珍珠小知识)
- 55、中国大陆最南端徐闻
55 最南端“灯楼角”
56 角尾珊瑚礁自然保护区
57 白沙湾
59 红树林
60 粤海铁路轮渡码头
- 61、十五项首批非物质文化遗产



海滨公园



12线、2线、30线 (全程2元)



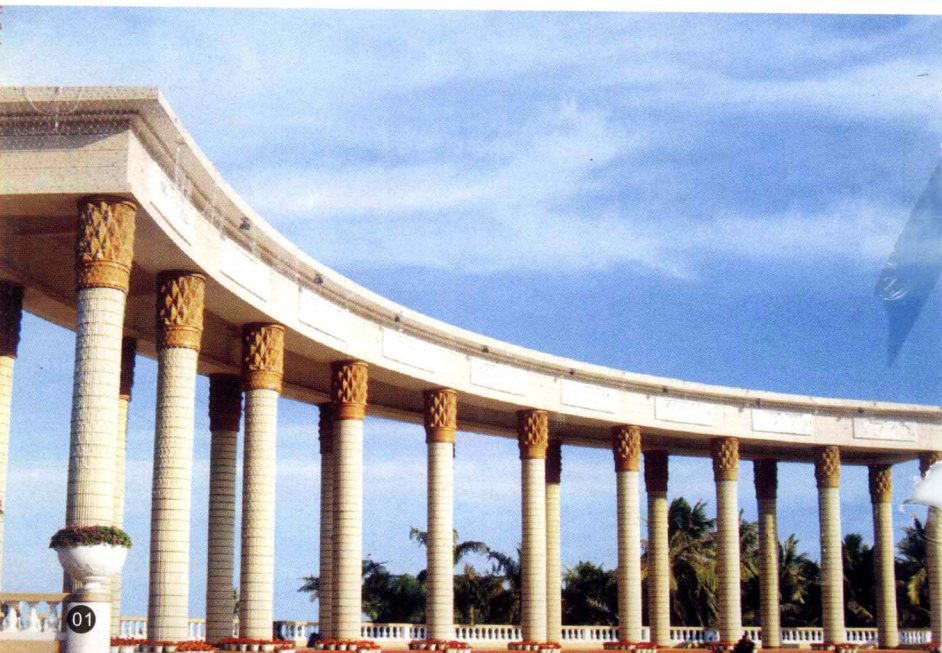
开放时间：全日



门票：免费



海滨公园具有浓厚的南亚热带海洋风光。其大门采用独特的欧式建筑风格，时代广场用马赛克拼成了一幅世界地图，颇具特色。园内有月亮岛、月亮湖、热带雨林、榕树寻幽、绿地迷宫、桂花园、乐寿山庄、白宝山公馆等景区，还有细白的沙滩、湛蓝的海水、挺拔的椰树，吸引了众多市民和游客来此散步、游玩、聚会。



渔港公园以“渔民、渔港、渔船、渔家”为设计主题，展现了雷州半岛渔民的劳作生活，并用棕榈科植物和乡土植物营造出了浓郁的雷州半岛本土风情，沿着鹅卵石铺就的小道漫步，随处可见从渔港收集来的各式渔船。公园中心的渔人之家门口两边各放置了一尊雷州代表文物石狗，并设有渔船展览馆，再现了湛江渔港、渔船的悠久历史。中心景区用原木构架、椰树和渔网打造了渔家拉网场景，还有戏沙池、拉索木桥、中心湖等设施、景点。

顺着中心湖探寻，有一条清澈小溪，水草、芦苇摇曳掩映着，脱了鞋光脚站在溪涧石头上，清凉的溪水潺潺流淌，感受回归大自然的清新与宁静。



 渔港公园	 2线、22、30线（全程2元）
 开放时间：全日	 门票：免费

“海之恋”雕塑位于渔港公园的前广场，着力表现了渔民们在晨雾中推船出海的情景，后广场是北斗七星音乐喷泉。喷泉广场设计安放了北斗七星激光地灯与北极星激光地灯，生动描绘出了渔民出海打渔时利用北斗七星定位导航的场景。喷泉在夜色与灯光照射下挥洒、璀璨，成为了湛江夜景中又一抹亮丽的色彩。沙滩上的木栈道和观光码头一直延伸到了防浪堤外，游人们或在码头上吹吹海风，看看海浪，或在沙滩上放放风筝，捉捉小蟹，乐趣无穷。





FASHION TOUR
IN ZHANJIANG

绿塘湿地公园

绿塘河湿地公园总面积32公顷，连接人民大道与海滨大道，形成了3.3公里长的城市生态绿廊。

公园建设以保护生态为原则，保护原有水体，公园内的湿地面积达10多公顷。园林设计因势构景，保护原生态湿地植物群落，生态设计软质水岸配置多样植物景观，植物品种达160多种。藕香、锄月、飞霞、花溪、草渡等景点不烦人事之工，自得天然之趣，营造出“水清、草野、花香、石幽”的生态园林之境。

公园的落成，构建了城区一条绿色通风廊道，一条保护城市生物多样性的生态栖息地，成为市民认识自然、亲近自然、聆听自然的佳境，是一处人境合一的休闲地带。



湿地公园



2、10、11、12、13、
22、30、31线



开放时间：全日



门票：无



三岭山森林公园
位于湛江市西南
面3公里处，面积达
11081亩，已被评为
广东省森林公园，目前
正在创建国家森林公园。

三岭山森林公园依山傍水，树木葱郁，绿草如茵，被誉为湛江的“市肺”。园内的赤溪湖人工水库集水面积5850平

方米，它与如龙盘踞的沙谷沟壑咬嵌交映，绵延交错，形成了独特的如画美景。

园内设有生态园、盆景园、农家院等人文生态景观，游人可尽赏各类奇形异状的各种瓜果植物，还可以在园内打鸡瓮、烧烤、野炊、钓鱼，游人们尽可在三岭山森林公园里亲近自然，尽享森林野趣。



鹤首葫芦

酸瓜



野炊、烧烤区



生态园



桃缘



钓鱼岛

赤溪湖



三岭山森林公园



开放时间：全日



霞山区30线公交（1元/全程）



门票：5元/人



FASHION TOUR IN ZHANJIANG

南桥公园、北桥公园

南桥公园是以植物造景为主的生态公园，园中不乏溪涧、瀑布、湖泊，并用斜拉索桥将南苑与北苑连接，颇具热带风情。园内桃花潭水清见底，水帘神秘浪漫，树林小道曲径通幽，处处洋溢着大自然的清香。



南桥公园



1线、2线、11线、12线、13线、22线
下车往西行数百米（全程2元）



开放时间：全日



门票：免费



北桥公园的跃式广场用标志性雕塑“河之恋”与英文“River”的开头字母“R”造型表现了湛江的两条河流在此相遇相恋，广场上的结构亭远望如白帆飞扬，雾喷泉广场上则用石板拼成了一幅市区地图。园内设有嬉水池、水帘小道等水景，还有门球场、旱冰场以及有小涌泉围绕的趣味健身步道等，令人游乐其中，忘忧不返。



北桥公园



2、11、12、13、22线（全程2元）



开放时间：全日



门票：免费

美丽的滨河风光



FASHION TOUR
IN ZHANJIANG

海田公园、霞湖公园

海田公园位于市区广州至湛江出入口主干道海田路西侧，它是外地游客由公路进入湛江所见到的第一个休闲公园。公园建造以植物造景为主，种植了黄槿、蒲葵、狐尾椰等近百种树木，并用黄榕、福建茶、小叶龙船花组成了色彩多变、层次分明的色带，贯穿了公园的休闲游憩区和观赏景观区。华灯初上，海田公园的雕塑广场便开放了音乐灯光喷泉，游人、市民们在鸟语花香里散步、玩乐。



海田公园



2、10、22线（全程2元）



开放时间：全日



门票：免费



霞湖公园位于霞山区人民大道南，是旺区中的一个公园，园中景致怡人，其中三孔桥倒映湖中，白色遮阳蓬耸立岸边，林荫小道中棋台遍布，老人、小孩在这散步、下棋、玩耍，其乐悠悠。园内有大型水上游乐园、钓鱼台、乘凉亭，是城市居民休闲娱乐的“后花园”，悠闲又自在。



霞湖公园



1、2、11、13、22线（全程2元）



开放时间：全日



门票：免费



霞湖公园



**FASHION TOUR
IN ZHANJIANG**

观光游

玛珥湖度假村
Recreational Center
of Maar Lake



东大门
East Entrance



博士林
Doctor Forest

温泉
Hot spring

桂花园
Sweet Osmanthus Park

桃花园
Peach Park



百市林
Baishi Forest

将军林
General Forest



烧烤区
Barbecue Spot

白玉兰林
Magnolia Forest



岩狮洞
Cave of
Crag Lion



白牛仙女塑像
Statue of White Cattle
And Fairy Maiden



白衣庵
Baiyi Temple



流娘河
Loach River



龙鱼壁神龟池
Dragon Fish Wall
and God Tortoise Pool

西大门
West Entrance



火山地质遗迹
Traces of Volcano Geology



火山博物馆
volcano museum
of huguanyan maar

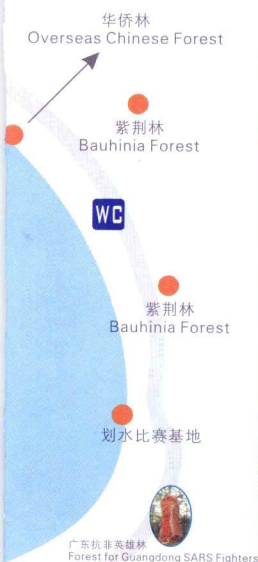
国家体委训练基地
Training Base Under the Nepcs



雷州古院
Leizhou Old yard



湛江疏港大道



原始雨林区径
Primitive Rainforest Spot Road



湖光岩旅游指南

Guide of Touring Huguang Yan

- | | |
|---|--|
| 1 情人桥
Lover Bridge | 15 郭沫若题诗纪念碑
Guo Mo-Ruo's Poem Memorial |
| 2 龙鱼神龟滩
Dragon Fish and God Tortoise Beach | 16 诗廊
Poem Gallery |
| 3 董必武题诗纪念碑
Dong Bi-Wu's Poem Memorial | 17 七星洞
Seven Star Cave |
| 4 水杉林
Dawn Redwood Forest | 18 镜湖斋馆
Vegetarian Restaurant of Mimer Lake |
| 5 千年墙
Millennium Wall | 19 云天门
Cloud Sky Door |
| 6 高空气负离子区
High Air Anion District | 20 云天亭
Cloud Sky Kiosk |
| 7 神蛙
God Frog | 21 望湖亭
Watching Lake Kiosk |
| 8 九龙爬壁
Nine Dragons Climbing the Wall | 22 原始雨林区
Primitive Rainforest Spot |
| 9 革命烈士墓
Cemetery for Revolutionaries | 23 火山渣
Volcano Dregs |
| 10 足底按摩路
The nark neading Road | 24 椰林
Coconut Palms |
| 11 坚贞榕
Loyal Banyan | 25 玛珥湖餐厅
Maar Lake Restaurant |
| 12 千年神龟
The million-year-old God Tortoise | 26 射箭场
Archery Field |
| 13 南山门
Southern Mountain Door | 27 泥鰍河
Loach River |
| 14 李纲题词
An Inscription by Li Gang | 28 许愿树
Praying Tree |

紧急救援电话EMERGENCY CALL : 0759-2800354

旅游投诉电话TOURIST COMPLAINING TEL: 0759-2800400

旅游咨询电话TOURIST CONSULTATION TEL: 0759-2803218

● 景点
Scenery

 中餐
Chinese restaurant

 停车场
Parking Lot

 游客中心
Tourist Center

 卫生间
Toilet

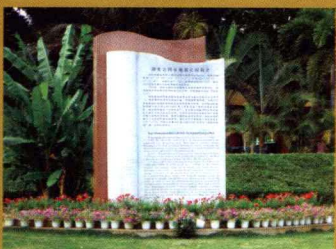
 游客医疗室
Infirmary

 电话亭
Telephone

 邮政
Postal service

 票务中心
Tickets

 残疾人设施
Facilities for disabled person



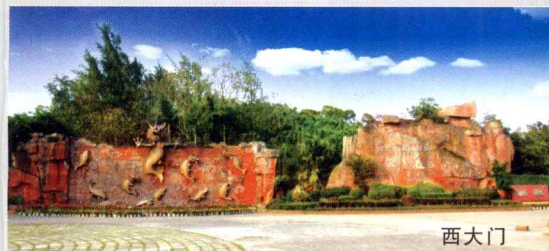
湖光岩玛珥湖，是距今14-16万年前平地火山爆炸，冷却下沉形成了深坑，再经由地下水渗积成的湖。湖光岩玛珥湖因得到四周火山锥的保护，长期沉积形成了湖底沉积层，是一部十几万年地球演变留下的“天然年鉴”。湖水清澈如镜，湖面达2.6平方公里，湖水深446米，其中火山泥沉积物420米，水深20多米，湖边比湖心水面高30厘米，湖水终年旱不枯，涝不溢，湖边林木成荫却无树叶落入湖中，湖中鱼虾成群却没有蛇、蛙、蚂蟥，种种奇景奇事给古老的湖光岩更添神秘，湖光岩的九大谜吸引了许多游人来此研究寻秘。千百年来，佛教僧侣，文人墨客，都留下了诸如楞严寺，白衣庵，摩崖石刻等许多珍贵的历史文化遗迹。



中德姐妹玛珥湖

- ① 德国艾菲尔地区玛珥湖
Maar Lake in Eifel Region ,Germany
- ② 中国湛江湖光岩玛珥湖
Huguang Maar Lake of Zhanjiang ,China





西大门



火山壁



火山博物馆

博物馆位于西大门约100米处，博物馆通过动感的火山模型、精炼的文字说明、丰富的标本和图片，详细介绍了火山的地理地质常识和地球生物的演变过程以及雷州半岛的火山地质内涵，引导游客走进湖光岩国家地质公园的火山生态健康之旅。



九曲桥

九曲桥，顾名思义，是指桥共分成九曲，曲折迂回。“九”是数字中最大的单数，古有“九九归一”和“九五之尊”之说，均是对“九”这个充满吉祥、尊贵的数字集中的概括。相传恋人们牵手走过湖光岩园内的九曲桥，便能长长久久永不分开，情侣们都相约来此，留下美好的回忆，约定终生。



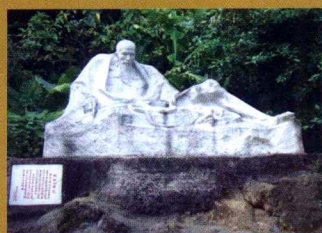
放生台

神秘的湖光岩历来是佛家善民们放生之圣地，每年四月初八浴佛日，僧侣善民们便来到湖边放生，放生的鱼或龟总是来回游动才肯离去，好像在多谢善心的人们。



【湖光岩之世界九大谜】

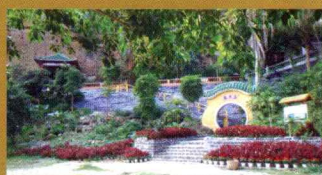
- ★ 谜之一：湖面落叶无影无踪。玛洱湖畔林木密茂，每天都有大量枯枝败叶落入湖中，但既不浮又不沉，无影无踪；
- ★ 谜之二：青蛙、蚂蝗、蛇绝迹。2.3平方公里的湖里鱼虾成群，却没有青蛙、蚂蝗和蛇的踪影；
- ★ 谜之三：神龟、龙鱼常露身影。自1998年5月28日国防大学将军班60多位学员首次发现湖光岩传说中4米多长的龙鱼和近2米宽的大龟遨游湖中央的奇观后，又相继有许多游客亲眼击了湖中有大龟、大鱼出没，大龟还救过溺水者，当地人称为“神龟”；
- ★ 谜之四：湖区气温冬暖夏凉。夏天气温比湖区外低3度，湖光岩青山绿水，湖溪衍生了密度高空气负离子区，负离子密度达105688个/cm，堪称“天然氧吧”；
- ★ 谜之五：湖心水位比湖边低30厘米。科学人员监测发现，湖心水位比湖边要低30厘米；
- ★ 谜之六：湖水自动保持平衡，旱不涸涝不溢，但湖水也曾无端高涨。据载，1948年农历八月，湖光岩地区没有下过雨，农历十五晚，湖水突然高涨数丈，淹没庵寺，僧尼纷纷跑到山顶避难，三天后湖水复原位；
- ★ 谜之七：神奇湖水可治病。当地不少村民反映，在湖里游泳、不但皮肤变白，还可治皮肤顽疾，用湖水煮饭可降血压。据说，当地的村民生下的小孩第一口要喝湖光岩的水以防疾病；
- ★ 谜之八：软骨罗非鱼和铁骨鲤鱼。湖里的罗非鱼骨头是软的，而鲤鱼骨头特别硬，把鱼移到别的池塘养殖后，与一般家鱼无异；
- ★ 谜之九：原始雨林区爬山不觉累，在热带雨林区爬山特别轻松，好像有一股浮力在推动。



雕塑——《蛇仙》



岩狮洞



白衣庵



楞岩寺



民俗风情



环湖观光

小贴士

环湖观光车：
全程10元，可上下车四次。



雕塑——《蛇仙》

很久以前，湖光山水相连，山碧水清，松林掩映，修竹滴翠，山有还阳草，水可治杂病，每年迎来远近客人成千上万观光游览，但时有蛇虫伤人。岩洞住着一位黄姓老人，吃斋信佛修道，其出神入化驯服蛇虫，之后，众人皆可尽览圣境，人们称他是蛇神仙。



岩狮洞

岩狮洞是以天然岩洞打造的神鬼迷宫。洞里有十八层地狱等各种塑像，配合声音制造的惊悚场面，让游客感受湖光岩的神秘传说。



白衣庵

白衣庵与楞严寺隔湖相望，它原是湖西雌狮岭崖壁上的一孔石窟，相传为宋代一位白衣女尼的修行处，故而历来只有清一色的小尼姑。石窟外面的新佛堂是香港游客于1992年捐建的，据说她到白衣庵拜过观音大士之后，竟然事事如意。



楞岩寺

楞岩寺是建于隋代末年的中国唯一一个以天然火山岩洞为佛教大雄宝殿的寺庙，距今已有1400多年，善男信女们纷纷到此许愿祈福，香火不断。



民俗风情

民俗风情村用歌舞表演、村庄民居向您展示了少数民族的风土人情。游人们可以与少数民族的兄弟姐妹们载歌载舞，一起玩游戏，其乐融融，感受别样风情。



湖光岩



3线、6线、9线（全程3.5元）



开放时间：全日



门票：50元/人



雷州古院

雷州古院

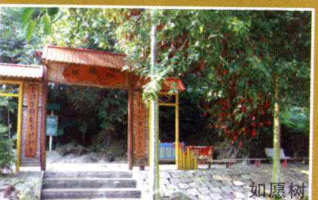
雷州古院是一个融合了雷州半岛风土人情及民俗文化的人文景观。院内建有雷州特色的古民居建筑，有雷州先民发明的一系列农具，形象再现了先民们生产劳动、生活起居的场景。游客们可以踩踩水车、推推石磨，喂鱼撒谷，亲身感受浓郁的古代生活风味。



索桥

索桥

是湖光岩内的人造娱乐设施，桥面用木板拼成，游人靠着绳索和自身的平衡力渡过小桥，锻炼游人的探险能力，让您仿佛来到了原始森林中探寻神秘。



如愿树

如愿树

相传此树可以让祈祷者如遂心愿，许多善男信女们纷纷来此把美好的心愿、祝福写成信，用绳子系好往树上抛，若能抛上树干不掉落，则心愿必能达成。游人们来湖光岩都会试上一试，遂不遂愿就看你心诚不诚了。



千年神龟

千年神龟

曾有掉入湖中的落水者，奇迹般仿若踩到了平地，被送回了湖边而得救，人们都说是千年神龟显灵了。而科学研究者和当地居民也确实见过神龟出游，这使得湖光岩更为神秘。光绪年间放养的金龟据人们所见，已有八仙桌大小，至于此龟是否彼龟，就无从得知了。

白牛仙女塑像

相传这里曾是宁、托两村，宁村有母子相依为命，不幸儿子打柴摔死了，老妈妈哭得死去活来，在梦中，看见有一头小白牛来代她儿子耕种，从此，地里便自动长出粮食。有一年大旱，白牛便悄悄将食物衔到老妈妈家。村民发现了白牛，竟宰掉分给各户充饥。老妈妈知道后，伤心痛哭，把牛肉扔了回去。说来奇怪，牛肉却腾空飞向村外，老妈妈跌跌撞撞追上去，天上又落下一根竹枝给她。追到村外桑田边，牛肉忽然不见了，紧接着雷电骤起，随之天崩地陷，村庄变成了江泽。老妈妈情急之下，把竹枝插入田中，雷电顿时停息，洪水也渐渐退去，留下了一片清丽湖山，这就是今天的湖光岩。人们铸造了白牛仙女塑像来纪念白牛。

