

重庆攻略

重庆最值得推荐的69个地方

玩转重庆
自由行全攻略

《重庆攻略》编写组 编著

经典之行/老城旧址/古迹庙观/最美古镇/地道美食/酒吧咖啡/周边山水

超级便利 资讯翔实

最新最完备重庆自助游

2011-2012最新玩全版

玩家 特别策划！ 最地道 川渝风情！

3天2夜重庆自由行
重庆环游最IN线路

地道重庆美食抢鲜尝！
特色购物与淘宝地图
夜晚慵懒泡吧地图



吃喝玩乐好去处大搜罗

主题玩法 12 × 特别推荐 46 × 必尝美食馆 20

人气热荐 HOT!

FREE

重庆周边景点示意图
重庆吃喝玩全地图



解放碑、朝天门、洪崖洞、两江、南山一棵树、磁器口古镇、大足石刻、长江三峡、巫山小三峡、旧城门、十八梯、白象街、重庆抗战遗迹博物馆、渣滓洞、白公馆、曾家岩50号、桂园、红岩村、孔公馆、林园、重庆大学、湖广会馆、人民大礼堂、三峡博物馆、罗汉寺、慈云寺、华岩寺、双桂堂、瑟瑟堂、老君洞、佛图关与鹅岭、钓鱼城古战场、兴古古镇、谦锋古镇、丰盛古镇、龙潭古镇、偏岩古镇、跑马古镇、中山古镇、塘河古镇、走马古镇、松溉古镇、九重天旋转风味厅、外婆桥、顺风123、小天鹅食府、渝风堂、南居居、老四川菜馆、翠云水煮鱼、齐齐哈尔鱼火锅、老城门洞火锅馆、德庄、坎下老灶火锅、朝天门码头、得意世界南滨路、欣赏一条街、直港大道、石桥铺、三峡广场、缙云山、北温泉、南温泉、统景温泉、金刀峡、四面山、青龙瀑布、芙蓉洞、金佛山

责任编辑：王颖
装帧设计：正美书籍设计部
责任印制：闫立中
示意图制作：咳嗽

《重庆攻略》编写组：

文字：张娜 厉宁 了然 金颖 冯欣 陈琳 刘轩 马丽丽 高原 安安
图片：cfp 图片社 全景图片 张娜 金燕 小黑 冯欣 王甚 王岩 王蕊
李媛 厉宁

图书在版编目(CIP)数据

重庆攻略 / 《重庆攻略》编写组编著. --2 版. --
北京: 中国旅游出版社, 2011.1
ISBN 978-7-5032-4021-8

I . ①重… II . ①重… III . ①旅游指南—重庆市
IV . ① K928.971.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 173712 号

书 名：重庆攻略
编 著：《重庆攻略》编写组
出版发行：中国旅游出版社
(北京建国门内大街甲 9 号 邮编：100005)
<http://www.cttp.net.cn> Email:cttp@cnta.gov.cn
发行部电话：010-85166507 85166517
经 销：全国各地新华书店
印 刷：北京翔利印刷有限公司
版 次：2011 年 1 月第 2 版 2011 年 1 月第 3 次印刷
开 本：889 毫米×1194 毫米 1/32
印 张：7.25
印 数：13001~19000 册
字 数：250 千
定 价：35 元

ISBN 978-7-5032-4021-8

版权所有翻印必究
如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

HOW
城市攻略

超级便利 资讯翔实 最新最完备重庆自助游

重庆攻略

重庆最值得推荐的69个地方

CHONGQING HOW

《重庆攻略》编写组 编著



中国旅游出版社

重庆主题线路自由行 /006

地道重庆美食抢鲜尝 /012

重庆最火爆的 11 条食街 /014

1 Special 经典之行

水墨如画的山城

- 解放碑 · 重庆美女的时尚高地 /018
- 朝天门 · 倾听两江的古老声音 /024
- 洪崖洞 · 吊脚楼的新时光 /028
- 两江 · 最迷人的山城夜色 /032
- 南山一棵树 · 在后花园里看夜景 /034
- 磁器口古镇 · 江岸老街上的集市 /038
- 大足石刻 · 隐匿深山的精彩雕镂 /042
- 长江三峡 · 山水画廊的峡谷柔情 /050
- 巫山小三峡 · “漂漂”欲仙过夏天 /056

2

Old Building

老城 · 旧址 Old Building

城市的似水流年

旧城门 · 砖墙记载的过往	/062
十八梯 · 上上下下的岁月	/066
白象街 · 时光埋葬的繁华	/068
重庆抗战遗迹博物馆 · 隐藏在黄山的历史	/070
渣滓洞 · 白公馆 · 雾都的悼念	/073
曾家岩 50 号 · 小楼内的春秋	/076
桂园 · 一段过往的风云	/078
红岩村 · 红色故事的传奇	/080
孔公馆 · 昨日的繁华旧梦	/084
林园 · 超然世外的片段	/088
重庆大学 · 满溢书香的校园	/091

3

Ancient Site

古迹 · 庙观 Ancient Site

镌刻尘世的光阴

湖广会馆 · 大院深宅的前尘	/096
人民大礼堂 · 半个世纪的光辉	/100
三峡博物馆 · 举杯往事的共醉	/102
罗汉寺 · 红尘闹市的佛堂	/104
慈云寺 · 山城的菩提气质	/106
华岩寺 · 闪耀凡尘的光芒	/108
双桂堂 · 竹海桂花的净地	/110
若瑟堂 · 温暖淡定的神台	/114
老君洞 · 南山上的闲云	/116
佛图关与鹅岭 · 朦胧夜雨话巴山	/118
钓鱼城古战场 · 上帝折鞭的半岛	/120

4

Old Town

古镇 Old Town

悠闲古朴的小城

龙兴古镇 · 荡漾在心的恬静	/126
涞滩古镇 · 最美古镇的岁月	/128
丰盛古镇 · 静谧悠远的山寨	/130
龙潭古镇 · 时光穿梭的石板街	/134
偏岩古镇 · 石桥竹楼的幽雅	/138
路孔古镇 · 武林小镇的绝学	/140
中山古镇 · 手工艺的老时光	/144
塘河古镇 · 青山绿水的温柔	/148
走马古镇 · 小城大事的人生	/150
松溉古镇 · 十里老街的沉静	/152

5

Restaurants

美食 Restaurants

盘点吃喝的江湖

九重天旋转风味厅 · 渝中半岛的观景台	/156
外婆桥 · 古朴温馨的美味	/158
顺风 123 · 食神的风情万种	/160
小天鹅食府 · 在城市的阳台上	/162
渝风堂 · 尊贵的家常菜	/164
陶然居 · 新川菜的大雅之堂	/166
老四川菜馆 · 像灯影牛肉一样牛	/168
翠云水煮鱼 · 水煮鱼的故乡	/170
齐齐鳝鱼火锅 · 红红火火的饕餮	/172
老城门洞火锅馆 · 过去岁月的怀念	/174
德庄 · 新派的时尚火锅	/176
坎下老灶火锅 · 临江门的老滋味	/178

6

Fashion

时尚 Fashion

白天黑夜的醇香

朝天门码头 · 水岸江畔的时光	/182
得意世界 · 消磨午夜的娱乐场	/184
南滨路 · 优雅与美酒同行	/187
欧式一条街 · 梦幻音乐的共享	/192
直港大道 · 活色生香的生活	/195
石桥铺 · 繁华的小外滩	/198
三峡广场 · 沙坪坝的小资天堂	/202

Landscape

7

周边山水 Landscape

风景与温泉的倾城

缙云山 · 山水碧如黛	/208
北温泉 · 竹林葱茏	/212
南温泉 · 悅意华清池	/214
统景温泉 · 温情博物馆	/216
金刀峡 · 奇险第一峡	/218
四面山 · 瀑布传奇	/220
青龙瀑布 · 亚洲第一瀑	/224
芙蓉洞 · 玲珑仙境	/226
金佛山 · 富有之山	/228

HOT!

重庆主题 线路自由行

| 1 | 重庆精华

行程：一日

● 8:00 朝天门广场

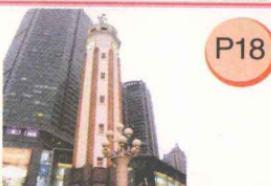
去朝天门一定要早，俯瞰两江，看晨风吹醒朝天门前停歇的帆船，听汽笛声声催动街上重庆人的脚步，这是体验重庆原味生活最直接的地方。



P24

● 9:00 解放碑打望美女

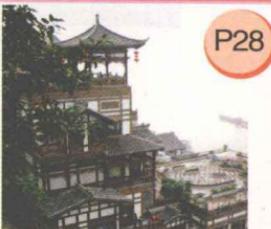
解放碑是重庆的地标，也是重庆最时尚的地方。



P18

● 11:00 洪崖洞

世界上最大的都市悬崖城，是根据重庆过去的吊脚楼改建的。高低错落的吊脚楼内，凭栏而望，是嘉陵江的滔滔江水。洪崖洞里不只有重庆过去的民俗展示，更是重庆的美食天堂。



P28

午餐推荐：洪崖洞会聚了很多重庆的小吃，会让你眼花缭乱。



P34

如何前往：先乘到南坪的车，在南坪公交枢纽站再坐384路区间车到南山公园。

● 14:00 南山的黄桷古道、老君洞

重庆标志性的地点，在晚餐后去一棵树观景台看夜景。



P188

晚餐推荐：泉水一条街吃泉水鸡。

● 21:00 香榭里1902

这里是原法国水师兵营，是南滨路最浪漫的地方，可以远望江景，听汽笛声声。

2 | 老洋房与旧建筑

行程：一日

● 8: 00 渣滓洞·白公馆

这里因为小说《红岩》而震撼了几代人，更因为惨绝人寰的“11·27”大屠杀而闻名于世。这是一段已经过去了50多年的历史，但重庆人却依然记着，每年的11月27日都自发组织来此凭吊，纪念那些在临近重庆解放仅数小时之前，牺牲在敌人枪口下的革命烈士。



P73



如何前往：从渣滓洞·白公馆到红岩村，可乘坐上清寺、牛角沱方向的公交车。

P80

● 13: 00 红岩村

抗日战争时期，中共中央南方局和八路军驻渝办事处设于红岩村。周恩来、董必武、叶剑英、博古、吴玉章、王若飞、邓颖超等领导人曾在此生活、工作，历时8年。1945年8月28日，毛泽东曾亲临重庆，与国民党谈判，在红岩村度过了41个日夜。



如何前往：红岩村到大礼堂，乘坐解放碑、朝天门方向的公交车，如261、262、215、104路等。

P100

● 15: 00 人民大礼堂、桂园与曾家岩50号

1951年6月动工，1954年4月落成。日落时分的大礼堂是鸽子归巢的时候，也是这个庄严肃穆的地方最温柔的时光。

自三峡博物馆旁边的轻轨穿到中山四路上，即可到曾家岩50号——周恩来与南方局工作过的地方，桂园是重庆谈判期间，毛泽东曾居住过的地方。



如何前往：大礼堂到重庆大学，可乘坐261路车。

P91

● 18: 00 重庆大学

创办于1929年，至今保存着不少20世纪30年代的老建筑。李四光、马寅初、何鲁、冯简、柯召、吴宓、吴冠中等一大批著名学者曾在这里工作。傍晚时分的风雨操场和休憩园地是重庆大学最美的地方。



● 8:00 罗汉寺

罗汉寺始建于北宋治平年间，后由隆法和尚重修庙宇并仿新都宝光寺建罗汉堂，泥塑五百阿罗汉，于是改名罗汉寺。在罗汉寺，你可以在梅影掩映的罗汉殿前过厅里喝茶，也可以到说法堂听经。但最好是在清晨到罗汉寺烧第一炷香，为家人点一盏长寿灯祈祷平安。



P104

如何前往：自罗汉寺到湖广会馆、东水门，可搭乘公交车或出租车，5元可到。

● 10:00 湖广会馆、东水门

坐落在嘉陵江边，沿途是滨江道的优美的景色。湖广会馆是为了纪念历史上几次大的移民迁徙而修建的。在领略历史古迹的同时，广东公所的戏台在14:00多有木偶戏表演，深受孩子们的喜爱；而湖广会馆每天2场戏曲、茶艺及杂技表演，更受青睐，常常引得观众鼓掌叫好；齐安公所更是把人物、场景按原来的样子做成了蜡像，让参观的人感同身受。东水门紧邻湖广会馆，在清代的重庆城中曾扮演过非常重要的角色，是重庆十七门中尚存的为数不多的老城门之一。



P96

如何前往：从湖广会馆到华岩寺可乘702路到石桥铺，换乘开往中梁山的203、222、876路公交车。

午餐推荐：望龙门巴将军火锅，一定不要错过这里的鲜鸭肠、鲜毛肚、腰片。

● 15:30 华岩寺

华岩寺被誉为“巴山灵境”，“川东第一名刹”，傍晚到华岩，会遇到法师们在上晚课，在空灵、悠扬的佛乐伴奏声中，全体法师和一些信徒起立合唱《三宝歌》，庄严高远的诵唱震撼人心。



P108

4 | 最美的古镇

行程：一日

● 7:00 磁器口古镇

磁器口是重庆风烟画卷中的“清明上河图”。

除了看景点之外，建议在古镇的茶楼里坐坐，有时还可以听到川戏，不要着急回到市区。此外，古镇上还开了一家国际青年旅舍，靠近码头，装修和情调都不错，也可以选择在这里住宿。



P38



如何前往：可从市区乘204、567、404、133、211、215、237、467、843、209、318、800、805等路公交车到沙坪坝。磁器口距沙坪坝4公里左右，乘坐出租车5元即可达，或转乘202、220路到磁器口古镇。



午餐推荐：古镇上的毛血旺和鸡杂非常著名，不容错过。此外麻花遍地都是，喜欢的人可以吃一吃。



特别提示：适合一天出行的古镇还有丰盛古镇，这是一个“养在深闺人未识”的古镇，虽被评为重庆首批历史文化名镇之一，但仍显得古朴、清幽，丝毫没有商业和旅游开发的现代气息。而龙兴古镇距离重庆市区36公里，文化遗产非常丰富。自江北区红旗河沟长途汽车站有直达龙兴古镇的汽车。

如果你的时间比较多，可以前往偏岩古镇、中山古镇、塘河古镇，在古镇上住宿一夜，享受巴渝的山间夜色，古镇上寥落的灯火，听古镇边的溪水与蛙声，确实可以成为一次难忘之旅。

5 | 世界文化遗产

行程：一日

● 大足石刻

大足石刻的精华与博大使人感到震撼，如果你只钟情于著名的代表性石刻艺术，并不想去周边其他景点的话，一天之内就可以往返重庆以及宝顶、北山游览。如果对其他的石刻也感兴趣，或者想去附近的龙水湖看看风景，那也不妨在大足县多待两三天。去大足，最好买些书籍，对大足石刻的历史以及雕刻精髓有所了解，并携带好相机，在参观时才能有所收获。

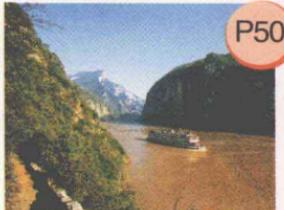


P42

6 | 长江三峡

行程：三日

从三峡博物馆到长江三峡；人民大礼堂一侧的三峡博物馆内展示的是三峡的过去与未来，而自朝天门乘轻舟出发，体味的是三峡的风骨与柔情，何况一路上你还可以去到张飞庙、丰都鬼城、石宝寨、白帝城，领略瞿塘峡、夔门、巫峡的峡谷风采，这几乎是三峡最精彩的一段行程。



P50

7 | 南山与南温泉

行程：一日

● 8: 00 南山

南山的黄桷古道、老君洞都是重庆标志性的地点。



午餐推荐：泉水鸡一条街上的泉水鸡自然不容错过。



P34

● 15: 00 南温泉

可以欣赏南温泉的美丽景色，并可以自己携带泳装在温泉游泳池里游泳、泡温泉，舒适而惬意。



P214

● 18: 00 返回重庆市区

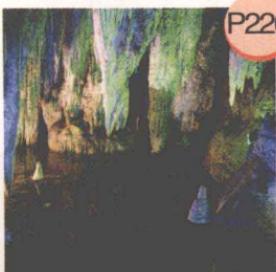
8 | 芙蓉洞

行程：一日



如何前往：在朝天门汽车站乘坐长途汽车 3 小时抵达武隆，然后从武隆县羊角镇到芙蓉洞很近，往来车辆也很方便。可以坐班车，也可以包车。单程顶多 3 个半小时，可以一天往返。

芙蓉洞被评为中国最美六大旅游洞穴之一，它不仅是中国国家重点风景名胜区、中国国家地质公园，也是中国唯一作为“洞穴”申报“世界自然遗产”的提名地。其与美国的“猛犸洞”、法国的“克拉斯洞”并称世界三大洞穴。因为芙蓉洞距离重庆 3 个多小时的路程，所以可以安排为一天出行，可以 7: 00 自重庆出发，10: 30 左右抵达芙蓉洞，而后开始游览。就餐在景区解决。18: 00 之前可返回市区。



P226

第一天：钓鱼城与缙云山

● 7:00 钓鱼城

自重庆市区出发，从重庆主城区到合川钓鱼城仅单程汽车交通就需要2个多小时，中途路过北碚。



午餐推荐：六娃河水鱼：位于合川区瑞山西路3号；除了河水鸡外，还经营河水鱼，味道很不错。人均50元。大名鼎鼎的刘一手毛肚火锅城（合川店）位于合川区星锦城都市花园左侧4号，电话：023-85186161。

● 14:30 缙云山

自钓鱼城离开后，返回到北碚，下午可到缙云山，它雄峙在北碚区嘉陵江温塘峡畔，素有“小峨眉”之称。



晚餐推荐：缙云山公园内的餐厅价格比较贵，但附近有很多农家乐，价格都不贵。夜晚住宿在农家乐。如果时间充裕，也可以去泡北温泉。

第二天：北温泉、金刀峡

● 7:00 北温泉

在重庆著名的5个温泉中，北温泉水质纯净，温度适宜，园内更有着满目的苍翠，在鲜花盛开雀鸟争鸣的时候泡泡温泉，是逃离都市生活的最佳去处之一。



● 9:00 金刀峡

北碚搭乘去往金刀峡的车，峡谷距离北碚很近，也是一种探险的选择，这里是典型的喀斯特地貌，并有着堪称全国之最的十里峡谷栈道。

傍晚选择住在金刀峡或者是返回重庆市区。



HOT!

地道重庆美食抢鲜尝

● 火锅

在重庆吃火锅，首先会被它的“排场”吓倒。百多张桌一字排开，数百人一起烫火锅屡见不鲜，百多只火锅热腾腾冒着水汽，红油、鸳鸯、三鲜、怪味，各式的锅底；鱼头、泥鳅、嫩笋、毛肚、鸭血、猪脑、螺肉，300多种菜品。这种热闹和畅快、包容和个性，正像重庆人的性格一样。重庆的知名火锅有许多，秦妈、刘一手、巴将军、骑龙、奇火锅……



P176

● 酸辣粉

是重庆城乡广为流传的传统小吃，由于价廉物美，长期以来一直深受人们的喜爱。酸辣粉的口味很开胃，主要有三种口味：牛肉、炸酱、肥肠。品尝酸辣粉推荐去八一路好吃街。



P20

● 毛血旺

传说毛血旺的名称来源于其创始人姓毛，因为经营不善倒闭了，但好吃的毛血旺却被流传下来。重庆的毛血旺中一般添加的是鸭血、鸭肠、泥鳅、午餐肉、鸭肚、猪心、豆芽等。极其便宜，小餐馆一般10元左右，一个人要一份吃不完。而且吃毛血旺的地点非常重要，只有在磁器口才可吃到最正宗的毛血旺。



P41

● 辣子鸡

最好吃的辣子鸡集中在歌乐山上的农家乐里，据说歌乐山是辣子鸡的发源地，香辣的干辣椒加上鲜嫩的子鸡，旺火上爆炒就生出了色香味俱全的美味。在歌乐山的辣子鸡一条街上，一般20元内就能品尝到非常正宗的辣子鸡，十分物美价廉。最近几年歌乐山南山一带又由辣子鸡引申出了“花椒鸡”“芋儿鸡”，本人比较喜欢花椒鸡，因为有刚从山上采摘下来的花椒的清香，微麻，不算辣，更适合外地游客。



P75

● 水煮鱼

水煮鱼其实是重庆的一道江湖菜，现在在重庆大大小小的餐馆里都能吃到，红色的调料汤水加上白色的鱼肉，好看的同时也异常鲜美。除了大名鼎鼎的翠云之外，最值得去吃水煮鱼的地方，当数南滨路和石门大桥江边的渔船，这些渔船做的水煮鱼最新鲜，味道也更鲜美，价格在10~30元不等。



P170

● 抄手

老重庆的抄手推荐“龙抄手”，现在在各区都有分店，店里有海鲜抄手、红油抄手、海味抄手、金钩抄手等，一般5~8元一两，一两个抄手，还可以点一些重庆的名小吃，店里还有套餐、水饺、牛肉面卖，选择面很广。街头的抄手近几年流行“老麻”，只有几种类型：老麻、中麻、微麻。是根据麻辣的程度分的，一般一碗5元左右。说是微麻，但对外地人来说还是有一定的挑战性，如果要品尝的话，得有心理准备。



● 鸡杂

鸡杂源自贵州，当年是唱着土家山歌走进重庆城的土家人带来的。如今在重庆遍地开花，热腾腾、油亮亮的一锅鸡杂端上桌——红艳艳的泡椒、黄澄澄的炸土豆、绿油油的香菜叶，粉嫩嫩的泡萝卜，用文火边煮边吃，口味麻辣兼备，醇香可口。像沙坪坝的三妹鸡杂、杨家坪的小鸡火锅磁器口的古镇鸡杂，都是非常不错的小店，人均20~30元，两个人要个小锅，四个人要个中锅也就足够了。



P41

HOT!

重庆

最火爆的11条食街

● 八一“好吃街”

“好吃一条街”是八一路（新中国成立前为保安路）的中段，仅205米长。“好吃街”的名头由来已久，抗战时期，各地在此躲避战乱的百姓在异乡重操旧业以谋生路，杭州的小汤圆、无锡的“陆稿荐”卤肉、武汉的“四象村”小吃、长沙的手工米粉都纷纷摆上街头；重庆的麻辣火锅、王鸭子、卤白鹅、黄凉粉也是各显神通。



● 南滨路

南滨路紧靠长江南岸，汇集了极旺的人气，这里云集了大江南北各地菜系，最为食客乐道的是，当初几乎重庆各地的江湖菜都能在这里品尝到，曾经有“江湖菜一条街”之称。陶然居、外婆桥、顺风123、老院·老店等值得推荐，南滨路已成为重庆的品牌街。



● 洪崖洞盛宴美食街

是洪崖洞里一座古香浓郁的内街，两江汇流的壮阔景观，在此一览无余。在盛宴美食街中融入来自世界各地的精品餐厅及菜肴，如泰国蕉叶、俏江南、上海的小南国、香港桃源燕鲍翅等。此外还有星巴克咖啡馆、哈根达斯专卖店、小天鹅自营投资的私房菜馆等时尚餐饮。



● 北滨路

有着誓与南滨路一争高下的雄心，是后起之秀，有“美食文化天地”和“动感风情酒吧街”。在旖旎夜色中，也是一处就餐和泡吧的好地方，但酒吧缺少南滨路的人气。



● 高新区南方花园

南方花园属重庆兴旺较早的一条美食街，在结构上南方花园餐饮又可分为两块儿：一是科园四路，一是科园三街。是中低档的大众消费，餐饮规模大都较小，种类多为火锅、特色中餐，知名的餐饮有陶然居、德庄、来福楼、西蜀人家，等等。



● 杨家坪直港大道

直港大道地处九龙坡区经济中心杨家坪，与南岸遥遥相望。直港大道两旁聚集了大小餐馆百余家，以川菜、火锅为主，也有广东菜、西餐和方便实惠的东北水饺等。著名的餐厅有菜香源、秦妈、醉和春、武陵山珍等。



P195

● 欧式一条街

酒吧、咖啡屋、西餐厅，当然也少不了重庆人的火锅、烧烤和一切带有麻辣味道的餐厅出现。



P192

● 三峡广场

是沙坪坝区的重点形象工程，也是沙坪坝区的商贸中心，它将淹没的三峡风光浓缩于广场之上，让人时刻都能感受到三峡之美。三峡广场周边的餐饮业特点与其他美食街不同，比较分散，但每个单店规模较大，档次也较高，知名的如陶然居沙坪坝旗舰店、东方菜根香、小天鹅美人美时尚火锅、苏大姐、秦妈、德庄等。



P202

● 凤天美食休闲大道

是沙坪坝新区打造的餐饮娱乐一条街，虽还没有形成较大的规模，但已有一些有远见的餐饮经营者抢先入驻其中了，全场约2公里，集中了阿兴记大饭店、老四川大酒店、小洞天大酒店、北海道休闲浴足、喜悦饭店、巴味堂、刘一手火锅、龙湖鸭肠王、武陵山珍、毛哥老鸭汤等众多知名商家。大道距离三峡广场仅几分钟车程。



P36

● 加州美食一条街

为江北餐饮界的新宠，中餐、火锅、西餐，从川菜、重庆菜到粤菜及各种地方菜品，高中低档皆备。金和府风味食府、一罐飘香、巴味堂、毋米粥火锅是这里人气最旺的餐厅。

