



藏羚羊自助游

情

侣

★特立独行之自助旅游手册

自助游

qing lǚ zì zhu yóu



 中国旅游出版社

情侣自助游



编著

赵宇 程远东

中国旅游出版社



藏羚羊自助游

www.chiru.com.cn

责任编辑：潘笑竹

责任印刷：闫立中

图书在版编目 (CIP) 数据

情侣自助游/赵宇, 程远东编著. - 北京: 中国旅游出版社, 2006. 1

ISBN 7-5032-2700-1

I. 情… II. ①赵… ②程… III. 旅游指南-中国
IV. K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 108496 号

书 名：情侣自助游

编 著：赵 宇 程远东

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 E-mail: cttp@ cnta. gov. cn

发行部电话：010-85166507 85166517

排 版：北京中文天地文化艺术有限公司

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京盛通彩色印刷有限公司

版 次：2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

开 本：880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张：10.25

印 数：1-10000 册

字 数：200 千字

定 价：33.00 元

I S B N 7-5032-2700-1/K·936

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

心和爱一起遨游

赵宇 / 杨敏 / 程远东

“很久以前就想出去走走，带着她，和我们的爱情。可是在收拾好行囊，准备出发的时候却犹豫了，因为不晓得要往哪里走。如果，有本书，上面写的都是我们向往的地方，带上它，只要搭一辆长途列车，我们就可以这样一站一站地走下去……”

某天，在一个有暖暖阳光的冬日上午，在熙熙攘攘的地铁上，我听到了如上的文字，一种作为旅游编辑的愧疚油然而生，做了这么久，自以为已经圆满，可是还是在不经意间忽略了他们——在这个拥挤的城市相爱的恋人们。他们的理想始终简单而单纯，仅仅是牵着手，一直走，可是我们居然连行走的方向都忘了给他们。于是，在一个又一个的冬日上午过去后，方向在恍恍惚惚的地铁光影里越来越茫然，渐行渐远的理想逐渐淡出了生活，他们于是忘记了当初是怎样的坚定，怎样的坚持，甚至，连理想曾经存在过都被忘记了。

思绪不间断地在纸上跳跃，我们循着那些古老土地上的爱情足迹，将方向轨道定然地铺展开，沿着思绪展望舒畅下去，希望那些都市之外，摇曳着脉脉爱情的阳光，能绽放爱人们的心情；希望，爱情因为曾经走过，而变得永恒。

►地图制作 咳嗽

►版式制作 赵永 马静 吴思洋

内文图例



高速公路



铁路



国道及标号



其他道路



徒步线路



轮渡



索道



城墙



主要街道



次要街道



运河



河流、湖泊



绿地



建筑物



沙漠



首都



省级行政中心



地级行政中心



县级行政中心



其他定居点



政公



安局



行院



局吧



场



场



场



站



站



站



站



处



点



园



处



间



馆



厅



屋



号



迹



峰



点



向



梁



礁



指



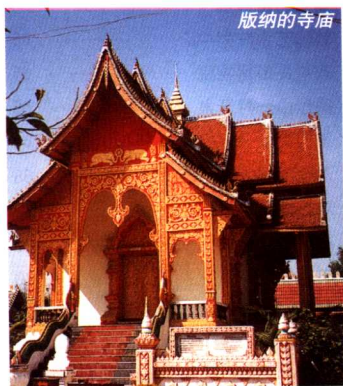
北



针



目录



西南地区 1

滇西北 3

大理：蝴蝶泉边的情歌 4

大理古城 5

苍山洱海 5

蝴蝶泉公园 5

崇圣寺三塔 6

喜洲白族民居 6

洱源西湖白族水乡 7

石宝山风景区 7

沙溪古镇 8

丽江：慵懒时光里的慵懒爱情 9

丽江古城 10

木府大院 10

束河古镇 10

云杉坪 10

牦牛坪风景区 11

拉市海 11

虎跳峡 12

香格里拉：带着爱情去朝圣 15

纳帕海 16

噶丹松赞林寺 16

碧塔海 16

白水台 16

梅里雪山 17

茨中教堂 17

明永冰川 18

雨崩神瀑 18

实用信息 19

西双版纳 25

西双版纳：有一个美丽的地方 26

春欢公园 27

民族风情园 27

橄榄坝 27

热带植物园 28

罗梭江漂流 30

野象谷 30

望天树 30

实用信息 32

川南古镇 35

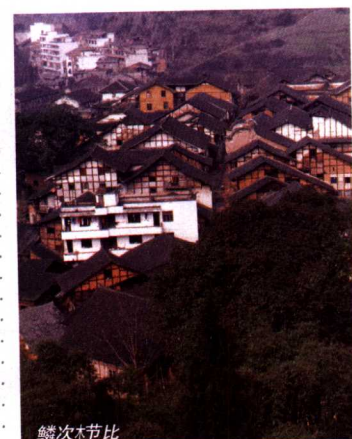
川西古镇——烟雨渺渺 爱意缠绵 36

云顶古镇 37

隆昌石牌坊 37

李庄古镇 37

龙华古镇 38



佛宝国家森林公园	39	西千佛洞	63
福宝古镇	39	仿宋古沙州	63
尧坝古镇	40	莫高窟藏经洞	64
实用信息	41	敦煌艺术陈列中心	66
拉萨	45	敦煌民俗博物院	66
拉萨：高原上的爱情绝唱	46	鸣沙山一月牙泉	66
大昭寺	47	玉门关	68
布达拉宫	47	河仓古城	68
色拉寺	49	雅丹魔鬼城	69
罗布林卡	49	阳关和渥洼池	69
哲蚌寺	49	实用信息	70
八廓街	49	喀纳斯	73
羊卓雍错和桑丁寺	50	喀纳斯：秋天里的童话	74
江孜城堡抗英遗址	52	乌鲁木齐一禾木	75
白居寺	52	转场	75
扎布伦布寺	53	禾木	77
实用信息	54	白桦林	77
西北地区	59	土桑拿	77
敦煌	61	喀纳斯	78
敦煌地区：让亘古见证爱情	62	白哈巴	79
榆林窟	63	布尔津	80
锁阳城	63	乌尔禾	80
		魔鬼城	80



二道桥市场	81
实用信息	82

华东地区 85

上海 87

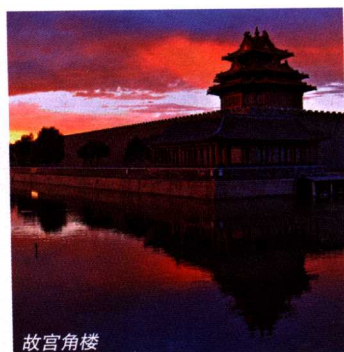
上海：寻着旧梦来却有新天地 ...	88
区内交通	89
步行上海	91
外滩	93
外滩观光隧道	93
金茂大厦	93
东方明珠	94
石库门	94
城隍庙	96
豫园	96
上海文庙	96
轮渡	97
朱家角古镇	97
实用信息	97

青岛 103

青岛：海上后花园	104
区内交通	105
栈桥	105
小青岛	105
八大关	106
信号山公园	106
名人故居	107
教堂	107
崂山	107
海滨浴场	109
实用信息	110

江南水乡 113

苏州：古典园林里的爱情传说 ...	114
拙政园	115
狮子林	116
留园	117
沧浪亭	117



故宫角楼

网师园	118
环秀山庄	118
虎丘	119
寒山寺，枫桥	119
盘门	119
西塘	120
杭州：水光潋滟西湖寻梦	121
西湖	122
灵隐—飞来峰	123
满陇桂雨	124
龙井问茶	124
九溪十八洞	124
六和塔	125
虎跑梦泉	125
清河坊街	125
绍兴：那一场风花雪月的事	126
鲁迅故居	127
青藤书屋	127
沈园	127
绍兴的桥	128
柯岩景区	128
鲁镇	128
古纤道	128
兰亭	128
安昌	130
实用信息	131

黄山—婺源 139

潭柘寺	186
实用信息	187
额济纳旗	191
额济纳：激情燃烧的胡杨林	192
额济纳博物馆	193
黑城遗址	193
绿城遗址	193
五塔	195
大同城	195
怪树林	196
甲渠侯官遗址	196
神树	197
居延海	197
策克口岸	198
额济纳森林	199
塔王府	199
八道桥沙漠风光	200
东风航天城	201
实用信息	202
晋中	205
晋中：大院里的两情相悦	206
榆次常家庄园	207
太谷无边寺	207
太谷孔祥熙宅园	207
太古三多堂	208
祁县乔家大院	209
祁县古城	209
平遥古城	210
双林寺	212
镇国寺	212
王家大院	213
实用信息	214
华中地区	217
湘西	219
湘西地区：边城、沅江、吊脚楼	220
凤凰	221

王村（芙蓉村）	227
老司城	227
不二门风景	227
茶洞	228
洪安	229
矮寨	229
德夯	229
实用信息	231

东北地区 233

哈尔滨—吉林 235

哈尔滨：在教堂上空回响的《婚礼进行曲》	236
建筑艺术博物馆	237
冰灯游园会	240
雪雕大世界	240
森林小火车之旅	241
双峰林场	241
镜泊湖	242
吉林：洁白的冰雪胜景	244
吉林雾凇	245
雾凇岛	245
实用信息	247



大连	251
大连：渤海湾畔的蓝色音符	252
大连广场	253
大连老建筑	254
大连的有轨电车	254
老虎滩海洋公园	254
金石滩公园	256
傅家庄景区	256
星海湾海水浴场	256
棒槌岛	257
庄河冰峪沟	257
旅顺	257
实用信息	258

华南地区 261

阳朔	263
阳朔：西街酒吧里的小资情调	264
西街	265
骑行阳朔	266
徒步阳朔	267
阳朔漂流	268
阳朔攀岩	269
实用信息	270

海口—三亚 273

海口—三亚：在椰风中陪你慢慢地走	274
海口西海岸带状公园	275
海口老城区	277

海口东寨港红树林	277
亚龙湾	279
天涯海角	280
南山	281
大小洞天	282
西岛	284
实用信息	285

其他地区 289

香港 291

香港：令人眩目的东方之珠	292
香港会议展览中心	293
太平山顶	293
海洋公园	293
浅水湾	295
跑马地赛场	295
维多利亚公园	296
庙街夜市	296
大屿山	296
长洲岛	298
香港仔	299
南丫岛	299
实用信息	300

附录 309

藏羚羊自助游合作国际青年旅舍	310
我们的经销商	311



婺源



地图目录

滇西北地区旅行交通示意图	6	北京城区示意图	174
西双版纳地区旅行交通示意图 ...	28	额济纳地区旅行交通示意图	194
川南地区旅行交通示意图	38	晋中地区旅行交通示意图	208
拉萨周边地区旅行交通示意图 ...	48	凤凰地区旅行交通示意图	222
敦煌地区旅行交通示意图	64	湘西地区旅行交通示意图	226
喀纳斯地区旅行交通示意图	76	哈尔滨、吉林地区旅行交通示意图	238
上海城区示意图	90	大连城区示意图	255
青岛城区示意图	106	阳朔地区旅行交通示意图	266
苏州、杭州地区旅行交通示意图	116	琼东地区旅行交通示意图	276
黄山、婺源地区旅行交通示意图	142	香港中心地区城区示意图	294
厦门城区示意图	162	港岛及周边地区旅行交通示意图	299
鼓浪屿景点示意图	164		

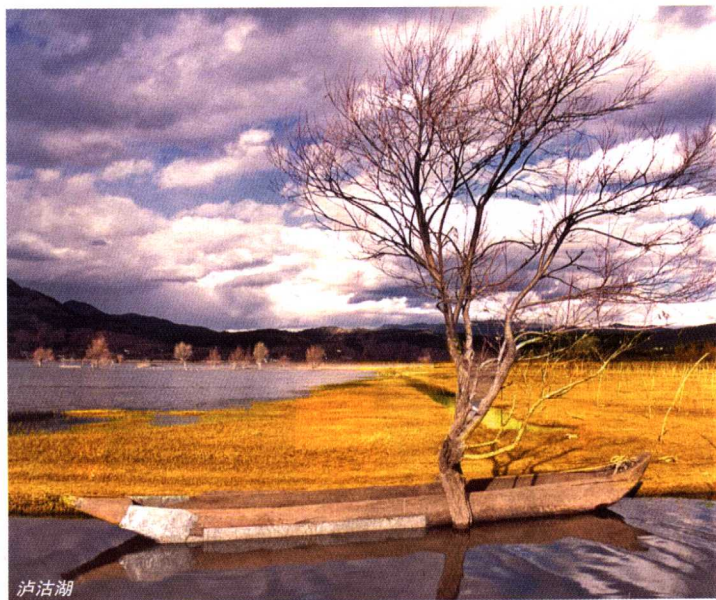
西南地区

爱情随着海拔升华

01

滇西北

从风花雪月的大理，到小桥流水的丽江，再到宁静致远的香格里拉，我们一步步接近天际，我们的心也靠得更近。



大理蝴蝶泉边的情歌

“下关的风，上关的花，苍山的雪，洱海的月”，与“风花雪月”联系在一起的大理，给了我们太多曼妙的联想，而大理的确是一个充满柔情的地方。

农历三月，天气晴好的时候，玉局峰上会出现一种絮状白色云团，不离不散，于是有了“望夫云”的凄美传说：妻子对出海未归的丈夫苦苦守望。“望夫云”是对忠贞爱情的赞美，而蝴蝶泉也因为金花阿鹏的爱情，成了**有情人终成眷属**的一个代名词，每年的三月三，蝴蝶泉也自然成了情侣们幽会的地方。

美丽的传说永远只会是秀山丽水的一个背景，也只是旅途中浪漫的点缀，还是上路吧，经历属于自己记忆的那份美好。

与大理有关

年均气温 $12.2^{\circ}\text{C} \sim 18.9^{\circ}\text{C}$ 之间的大理四季不是十分分明，雨季也较为集中在5~10月。“大理三月好风光”说的就是农历三月是大理一年中风景最好的时节。但从这里开始往北，气温在逐渐地降低。

巍峨三塔



大理古城

“文献之邦”的古都，依苍山而建，面洱海而居。

大理古城保存着较为完整的白族风格为主的民居建筑群，是全国首批历史文化名城之一。

古城南北仍保留着完整的城楼，巍峨的南门有一块上书“文献之邦”的匾。棋盘式街道，南北东西走向交错，石板路面，青瓦坡顶的民居。民居、商店、寺庙、书院和教堂建筑分布古城内，构成一座有着悠久历史，又具有白族特色的古城池。

苍山洱海

苍山有十九峰，十八溪。清碧溪是苍山十九峰、十八溪中最美的一景，足以让苍山不负国家级风景名胜区的盛名。清碧溪由上中下三个潭组成，潭与潭之间的落差又形成了叠水瀑布，清澈的泉水中透出碧玉般的碎石，上潭的水瀑飞流而下，在水面上溅出白色的水花。

古城内有两条上苍山的索道：

苍山索道，往返60元，线路为从古城到中和寺，从中和寺登苍山；清碧溪索道，往返80元。

情侣提示：建议乘索道上，然后徒步下山。有爱人相伴，周遭的自然风光和人文景观就更值得细细体味了。

洱海中有数座小岛，岛上多建寺庙，也有村庄散落其间。如果参加旅行社苍洱一日游，主要包括洱海公园、州博物馆、观音阁、小普陀、蝴蝶泉、三塔和大理古城等，船上还举行“三道茶”白族歌舞表演。收费分别在100~120元之间，其中包含了船费、三道茶的收费，一顿午餐和陆路交通，以及门票费用。

情侣提示：古城内有很多索道票代售点，想乘坐缆车上苍山的情侣们可以在此买票。古城里有很多私人的小船拉客，但最好乘坐航运公司的游轮，价格和线路都有保障。

蝴蝶泉公园

20世纪60年代左右，由于大量农药的使用，生态环境的破坏，蝴

爱情关键词：蝴蝶泉

在大理周城村北1千米处，苍山云弄峰下有一泓清亮的泉水，泉池面积50平方米，泉水如珍珠般涌动，清澈见底；泉边还有一株合欢树，茂盛的枝叶在泉池上形成一个华盖。

每年农历四月十五前后是蝴蝶产卵交尾季节，蝴蝶会在泉池上咬尾而成一个彩球，十分美丽。对于这个美丽的现象，当地有一个传说：古时有一对相爱的男女，因受到领主的迫害而双双投泉而死，死后化成一对彩蝶，每逢这一天无数彩蝶就集合在一起，为了凭吊这对爱人。当地的白族青年男女也会集在泉边对歌、谈情说爱。

20世纪50年代的电影《五朵金花》中，贯穿整部电影的背景，就是这眼蝴蝶泉。金花和阿鹏就是在蝴蝶泉边相遇、定情，然后寻找，直到来年再聚蝴蝶泉边，并结为伉俪。

蝶咬尾成团的奇观成了一个传说。蝴蝶泉只剩下一泓清泉和那株古老的合欢树。

蝴蝶泉距大理市区40千米，可乘旅行专线车或到丽江方向客运班车，票价5~8元。游洱海的船一般都在蝴蝶泉边靠岸，从岸边步行约30分钟左右就可以到达。**门票：**32元

崇圣寺三塔

它是南诏的象征。三塔是南诏时期一组颇具规模的佛教寺庙中的一个部分，寺庙已毁，现在留下了三塔供游人观赏。主塔又名千寻塔，为密檐式方形空心砖塔，为唐代的典型塔式之一。正东砌照壁，

镌有“永镇山川”4字。

三塔位于古城西北2千米处，从大理古城步行、骑自行车或乘小马车到三塔均很方便。也可从下关乘到丽江、剑川、蝴蝶泉的班车到三塔公园大门下车。**门票：**52元(三塔公园)，5元(三塔倒影公园)

情侣提示：如果只是想拍张纪念照，可到三塔公园旁的大路上，能找到合适的角度。

喜洲白族民居

喜洲镇的白族民居是目前大理州保存得最多也是最完整的，想要最全面地了解白族民居“三坊一照壁”、“四合五天井”的特色，这里是

滇西北地区旅行交通示意图

