

青年
旅游
手册

中国青年出版社

青年旅游手册

郑平 刘道远
姚蓉儿 古月 编

中国青年出版社



青年旅游手册

郑 平 刘道远
姚蓉儿 古 月 编

*

中国青年出版社出版

中国青年出版社印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

*

787×1168 1/32 15.5印张 2插图 360千字

1981年10月北京第1版 1981年10月北京第1次印刷

印数1—90,000册 定价1.40元



封面设计：邓中和

题头画：许彦博

插图：徐中益

孙凤娣

胡基明

刘 滨

陈明赋

游守武

赵小沫 陈晋荣

周道银 平 原

晓 岩 韩 琳

陈勤卓 刘景山

励忠发 舒均欢

淑 华 叶 池

沈云瑞 周建明

邓中和 徐 冰

谢延波 潘赤峰

陆杰夫 丁钟颖

叶大英 胡 光

目 录

前 言	1
旅游常识	7
旅游的准备	7
订计划(7) 查阅资料(7) 备好用品(8)	
乘车、坐船的常识	8
火车(8) 轮船(10) 汽车(10)	
徒步与骑自行车旅游	10
旅游与登山	11
旅游摄影知识	12
光圈与速度的关系(12) 准确曝光(12) 掌握景深(13) 取景构图(13) 人与景的关系(13) 光效的表现(13) 对准焦距(14) 稳按快门(14)	
旅游中的安全与卫生	14
交通安全(14) 游泳安全(14) 财物安全(14) 旅游卫生(15)	
文明旅游	16
遵守公共秩序(16) 保护文物古迹(17) 讲礼貌(17)	
旅游结婚	18

风景·名胜·古迹

北 京	21
天安门(23) 天安门广场(24) 人民大会堂(24) 中山公园(25)	
劳动人民文化宫(27) 故宫(27) 景山(32) 北海·团城(33) 鼓楼和钟楼(36)	
天坛(37) 雍和宫(40) 孔庙和国子监(40) 北京动物园·紫竹院公园·陶然亭公园·玉渊潭公园(41)	
妙应寺白塔·觉生寺大钟·西黄寺·广济寺·法源寺·白云观·五塔寺·天宁寺砖塔·牛街清真寺(44)	
颐和园(47) 圆明园遗址(51) 汤山温泉(52)	
香山公园(52) 碧云寺(54) 卧佛寺·樱桃沟花园(55) 西山八大	

处(56) 明十三陵·景泰陵(59) 地下宫殿——定陵(61) 十三陵
水库·沟崖(62) 居庸关·八达岭(63) 密云水库(64) 戒台寺
(66) 潭柘寺(66) 芦沟桥(68) 周口店北京猿人遗址(69) 上
方山·云水洞·石经山(70)

天 津.....73

水上公园(73) 蓟县独乐寺(74) 蓟县盘山(75)

河 北.....79

石家庄.....79

井陉苍岩山(79) 赵州桥(80) 正定隆兴寺(81)

邯郸.....82

赵王城遗址(83) 丛台(83) 吕祖祠(84) 响堂石窟(85)

清陵.....86

清东陵(86) 清西陵(88)

承德.....90

避暑山庄(90) 外八庙(92) 棒槌山·罗汉山(94) 滦平“八达岭”
(95)

秦皇岛.....95

秦皇岛港(95) 天下第一关(96) 老龙头(97) 孟姜女庙(98) 三
道关·悬阳洞(98) 石河·燕塞湖(99) 北戴河(99)

保定古莲池(101) 定县了敌塔(101) 白洋淀(102) 沧州铁狮子(102)
景县塔(103)

山 西..... 104

太原..... 104

晋祠(104) 吕祖庙(107) 崇善寺(107) 双塔寺(108) 交城玄中寺(108)
杏花村(109) 平遥双林寺(109)

大同..... 110

云岗石窟(110) 华严寺(111) 善化寺(112) 九龙壁(112) 应县木
塔(113) 五岳·恒山·悬空寺(114)

五台山(115) 娘子关(117) 绵山(118) 洪洞老槐树(118) 洪洞广胜
寺(119) 尧都临汾(120) 夏县西荫庄(121) 解州关帝庙(121) 芮城永
乐宫(121) 壶口·龙门(122)

内 蒙 古	124
呼和浩特.....	124
五塔寺召(124) 昭君墓(125)	
包头.....	125
五当召(126) 成吉思汗陵(126)	
百灵庙(127) 草原古城元上都(128) 那达慕大会(129)	
辽 宁	130
沈阳.....	130
沈阳故宫(131) 北陵(132) 东陵(133) 千山(134) 汤岗子温泉(136)	
大连.....	136
星海·老虎滩·傅家庄·夏家河子公园(137) 海上泛舟(138) 蛇岛·老铁山(138)	
兴城古城(139)	
吉 林	140
长春.....	140
吉林.....	141
北山公园(141) 龙潭山(141) 江城树挂(141) 松花湖(142)	
长白山.....	142
白头山火山·天池(143) 长白瀑布(144) 长白温泉(144) 长白山林海(144)	
黑 龙 江	146
哈尔滨(附松花江).....	146
松花江(147) 斯大林公园(147) 太阳岛公园(147) 儿童公园(147) “哈尔滨之夏”音乐会·冰灯(148)	
镜泊湖.....	148
镜泊湖风景区(148) 吊水楼瀑布(149) 地下森林(149) 渤海上京龙泉府遗址(150)	
五大连池火山群(151) 扎龙自然保护区(152)	
上 海	154
豫园(154) 龙华寺·龙华塔(155) 玉佛寺(156)	

江 苏.....	157
南京.....	157
中山陵(157) 灵谷寺(158) 明孝陵(159) 玄武湖(160) 莫愁湖(160) 栖霞山(161) 六朝石雕(161) 燕子矶与沿山十二洞(162) 雨花台(162) 明故宫(162) 石头城(163) 天王府(163) 鸡鸣寺·台城(164) 白鹭洲(164) 十里秦淮(164) 堂子街太平天国壁画(165) 朝天宫(165) 瞻园(165) 南京长江大桥(166)	
镇江.....	166
金山(166) 北固山(167) 焦山(168)	
无锡(附太湖).....	168
太湖(169) 锡惠公园(170) 蠡园·梅园(172) 鼋头渚(172)	
苏州.....	173
沧浪亭(174) 狮子林(174) 拙政园(176) 留园(176) 西园(177) 网师园·怡园(178) 虎丘(178) 寒山寺(179) 灵岩山·馆娃宫遗址(180) 天平山(180) 京杭大运河(180)	
扬州.....	181
瘦西湖(182) 大明寺·平山堂·鉴真纪念堂(183) 个园·小盘谷·何园(184) 文峰塔·瓜洲渡(184) 史公祠(185) 普哈丁墓(185) 江都抽水机站(185)	
宜兴.....	186
善卷洞(186) 张公洞(187) 灵谷洞(187)	
连云港.....	187
云台山·花果山(187) 海清寺·阿育王塔(189) 古代岩画遗迹(189)	
徐州.....	189
云龙山(189) 云龙湖(190) 土山汉墓·马戏台(191) 淮海战役烈士纪念馆·馆(191)	
浙 江.....	192
杭州.....	192
西湖(193) 柳浪闻莺(194) 三潭印月(194) 白堤·断桥(195) 苏堤(195) 孤山·中山公园·西泠印社·平湖秋月(195) 宝石山·保俶塔(197) 葛岭·初阳台(197) 岳坟·岳庙(198) 黄龙洞·紫云洞(198) 杭州植物园·玉泉(199) 灵隐寺(200) 飞来峰·韬光(200) 花港观鱼(201) 龙井(202) 吴山(202) 玉皇山·八卦田·凤凰山	

(203) 南屏晚钟·雷峰夕照(203) 虎跑泉(204) 烟霞三洞(204) 六和塔·钱江桥(204) 钱江潮(205)	
绍兴·····	205
鲁迅故居·三味书屋·鲁迅纪念馆(206) 秋瑾纪念室(206) 沈园(206) 东湖(207) 禹陵·禹庙(207) 兰亭(208)	
宁波·····	208
天一阁(208) 月湖(209) 保国寺(209) 天童寺(209) 阿育王寺(210)	
普陀山·····	210
新安江·····	212
新安江水库·新安江水电站·白沙大桥(212) 梅城·梅城双塔(213) 七里泷·子陵钓台(213) 瑶琳洞(214)	
莫干山·····	214
荫山洞·华厅(215) 剑池(215) 天桥(216) 芦花荡·观日台(216)	
金华·····	217
双龙洞·冰壶洞·朝真洞(217) 方岩(218)	
雁荡山·····	219
灵峰·灵峰寺(220) 观音洞(221) 北斗洞·将军洞·东石梁洞(221) 三折瀑(221) 铁城嶂(221) 灵岩寺(221) 天柱峰·展旗峰·南天门(222) 龙鼻洞·天窗洞·莲花洞(222) 大龙湫·小龙湫(222) 龙湫背(223) 一帆峰(223) 能仁寺(223) 筋竹涧(223) 雁湖冈(223) 显胜门(224)	
西施故里(224)	
安 徽·····	225
合肥·····	225
教弩台(225) 逍遥津(226) 包公祠(226)	
黄山·····	227
温泉(228) 人字瀑(229) 文殊院(229) 慈光阁·鲤鱼背·天都峰(229) 北海宾馆·莲花峰·光明顶·狮子林(230) 云谷寺·九龙瀑(231) 松谷庵(231)	
九华山·····	232
九华街·化城寺·旂檀林·月身殿·百岁宫(233) 天台山·凤凰松·闵	

采石矶·太白楼(235) 芜湖(236) 滁县琅琊山·醉翁亭(236)

福 建..... 238

福州..... 238

三山(238) 鼓山(239) 马尾(240)

厦门..... 240

鼓浪屿(240) 中山公园·万石山公园(241) 厦门长堤(241) 南普陀寺(242) 集美(242)

泉州..... 242

开元寺(242) 清净寺(243) 洛阳桥·五里桥(243)

武夷山..... 244

武夷九曲(245) 武夷山自然保护区(247) 将乐县玉华洞(247)

江 西..... 249

南昌..... 249

九江(附鄱阳湖)..... 250

甘棠湖·能仁寺·浪井(251) 鄱阳湖(251) 石钟山(252)

庐山..... 253

牯岭街(255) 花径(255) 仙人洞(255) 大天池(256) 庐山博物馆(256) 芦林湖(257) 三宝树(257) 庐山植物园(257) 含鄱口(258) 五老峰·三叠泉(258) 东林寺(258) 白鹿洞书院(259) 观音桥(260) 秀峰·开先瀑(260)

赣江(261) 井冈山(262)

山 东..... 263

济南..... 263

趵突泉(263) 珍珠泉(265) 黑虎泉(265) 五龙潭(265) 大明湖(266) 千佛山(267)

青岛..... 268

栈桥·小青岛(269) 鲁迅公园·水族馆(269) 海滨浴场·海滨疗养区(269) 崂山(270)

泰山..... 271

岱庙(272) 王母池(273) 红门宫(273) 斗母宫(274) 经石峪(274)

柏洞(274) 中天门(274) 五松亭(274) 南天门(274) 碧霞祠(275)	
摩崖碑(275) 天柱峰(276) 爱身崖(276) 长寿桥·黑龙潭(276) 灵岩寺(276)	
曲阜.....	277
孔庙(277) 孔府(279) 孔林(280)	
邹县孟庙(281) 梁山·梁山泊(281) 淄博蒲松龄故居(282) 山旺化石产地(283) 蓬莱县蓬莱阁·水城(283) 烟台(284)	
河 南.....	286
郑州.....	286
密县打虎亭汉墓(286) 登封观星台(287)	
开封.....	288
铁塔(289) 龙亭(289) 相国寺(290) 禹王台·繁塔·玉皇阁(290)	
洛阳.....	291
白马寺(292) 龙门石窟(293) 白居易墓(294) 王城公园·洛阳牡丹(294) 隋唐含嘉仓(295) 关林(296) 巩县宋陵(296) 巩县杜甫故里(296)	
嵩山.....	297
中岳庙(297) 嵩阳书院(298) 嵩岳塔·嵩岳寺(298) 少林寺·塔林(299)	
辉县百泉(300) 安阳殷墟(301) 安阳文峰塔(301) 汤阳岳飞庙(301) 浚县大伾山和浮丘山(302) 林县红旗渠(303) 三门峡水利枢纽工程(303) 南阳张衡墓·卧龙岗(304) 信阳鸡公山(304)	
湖 北.....	306
武汉.....	306
东湖(307) 伯牙琴台(309) 武汉长江大桥(310)	
襄樊.....	310
古隆中(310) 米公祠·绿影壁(311) 丹江口水利枢纽工程(312)	
武当山.....	312
蒲圻赤壁之战故址(315) 通山李自成墓(315) 鄂城西山(315) 黄冈东坡赤壁(316) 江陵(316) 葛洲坝水利枢纽工程(317) 宜昌三游洞(318)	

秭归屈原故里(319) 兴山明妃村昭君故里(320) 神农架(320)

湖南	322
长沙	322
岳麓山·爱晚亭(323) 橘子洲(324) 马王堆汉墓(324)	
岳阳(附洞庭湖)	324
岳阳楼(324) 洞庭湖(325) 君山(326)	
衡山	326
南岳庙(327) 忠烈祠·半山亭(328) 磨镜台(328) 南天门(328) 祝融峰(328)	
桃源县桃花源(328) 汨罗屈子祠(329) 宁远九嶷山(330) 金鞭岩自然保护区(331)	
广东	332
广州	332
花市(332) 白云山(333) 黄花岗·烈士陵园(333) 越秀公园(333) 荔湾湖公园(334) 流花湖公园(334) 晓港公园·东山湖公园·东郊公园(334) 罗岗(335) 六榕寺·光孝寺·海幢寺(335) 三元里·虎门(336) 佛山·祖庙(336) 南海西樵山(337)	
新会	338
圭峰山(338) 崖门(339) 小鸟天堂(339)	
肇庆	339
星湖(340) 鼎湖山(341) 羚羊峡(341)	
丛化	342
温泉风景区(342) 香粉瀑·飞虹瀑·百丈飞涛(342)	
清远飞来峡(343) 坪石金鸡岭(344) 汕头(344) 潮安凤凰塔·湘子桥(345) 惠州西湖·东坡井(345) 湛江湖光岩(346) 阳春凌霄岩(346) 崖县天涯海角(347) 陵水南湾猴岛(347)	
广西	349
南宁	349
伊岭岩(349)	
桂林	350
独秀峰(350) 象鼻山(351) 浚波山(352) 叠彩山(352) 七星公园(353) 芦笛岩(355) 南溪山(356) 漓江(357) 阳朔(358) 灵川青狮湖(359)	

十
乙
十
乙
十
乙
十
乙
十
乙
十
乙
十
乙

灵渠(360)	
柳州.....	361
马鞍山·鱼峰山(361) 柳侯祠(362)	
宁明花山崖壁画(363) 桂平金田村(363) 三江马胖鼓楼(363) 隆林冷水山瀑布(364) 花坪自然保护区(364)	
四 川.....	366
成都.....	366
杜甫草堂(366) 武侯祠(367) 望江楼公园(368) 王建墓(369) 文殊院(370) 青羊宫·花会(370) 都江堰(371) 青城山(373) 宝光寺(374) 邛崃文君井(375) 眉山三苏祠(376)	
重庆.....	376
北温泉公园(376) 缙云山(377) 南温泉公园(377) 红岩革命纪念馆(378) 大足石刻(378) 自贡化石产地(379)	
峨眉山.....	380
天然的自然博物馆(380) 报国寺(381) 伏虎寺·纯阳殿·清音阁(381) 洪椿坪(382) 仙峰寺·洗象池(382) 金顶·佛光(382) 万年寺(382)	
长江三峡.....	383
奉节白帝城(383) 瞿塘峡(384) 巫峡·巫山十二峰(385) 西陵峡(386)	
涪陵石鱼(388) 忠县石宝寨(388) 云阳张飞庙(388) 江油李白故居(390) 蜀道风景线(390) 乐山(391) 兴文石林溶洞(392) 卧龙·九寨沟·王朗自然保护区(394)	
贵 州.....	396
贵阳.....	396
黔灵山(396) 花溪公园(396)	
黄果树瀑布(396) 修文阳明洞(397) 威宁草海(398) 遵义会议纪念馆(398)	
云 南.....	399
昆明.....	399
滇池(400) 大观楼公园(400) 圆通山(401) 翠湖公园(401) 五华山(401) 黑龙潭(401) 金殿(402) 筇竹寺(402) 西山(402) 太华寺·	

华亭寺(402) 三清阁·龙门(402) 安宁温泉(403)	
路南石林·····	404
大理·····	405
苍山(406) 洱海(406) 三塔寺(406) 蛇骨塔(407) 蝴蝶泉(407) 大理	
三月街(408) 剑川石钟山石窟(408)	
丽江·····	408
玉龙雪山(408) 金沙江(408) 虎跳峡(409) 玉泉(409) 五凤楼	
(409)	
腾冲·····	409
腾冲火山群(409) 硫磺塘·黄瓜箐·澡塘河(410) 叠水瀑布(411)	
西双版纳·····	411
热带植物园(411) 勐真佛塔(412) 大勐龙佛塔(412) 泼水节(412)	
西 藏·····	414
拉萨·····	414
布达拉宫(414) 大昭寺(415) 罗布林卡(416)	
日喀则扎什伦布寺(416) 穷结藏王墓(416) 羊八井地热区(416) 珠穆	
朗玛峰(417)	
陕 西·····	419
西安·····	419
丰镐·长安·西安古城(420) 大雁塔(421) 小雁塔(422) 钟楼(423) 西	
安碑林(423) 昭陵六骏(425) 西安半坡博物馆(426) 翠华山(427) 骊山	
·华清池(427) 秦始皇陵(429) 秦始皇兵马俑博物馆(429)	
华山·····	430
汉唐古墓·····	433
茂陵(433) 霍去病墓(433) 昭陵(434) 乾陵(435) 唐章怀太子墓·永泰	
公主墓(436) 杨贵妃墓(436)	
耀县药王山(437) 黄陵(437) 延安(438) 米脂李自成行宫(439) 兴教寺	
·华严寺·大兴善寺·香积寺·草堂寺(439) 太白山(440) 武侯墓(441)	
甘 肃·····	442
兰州·····	442
五泉山(442) 白塔山(443) 雁滩(444) 兴隆山(444)	

丝绸之路·····	445
敦煌·····	446
敦煌故城(446) 鸣沙山·月牙泉(446) 敦煌莫高窟(447) 阳关与玉门关(449) 黄水坝(449)	
刘家峡水利枢纽工程(449) 炳灵寺石窟(450) 武威文庙·大云寺(451)	
民勤沙生植物园(452) 酒泉(452) 嘉峪关(453) 麦积山石窟(454)	
青 海·····	455
西宁·····	455
塔尔寺(455)	
青海湖·鸟岛(457) 察尔汗盐湖(458) 倒淌河·日月山·公主庙(459)	
宁 夏·····	460
银川·····	460
海宝塔(461) 承天寺塔(461) 西夏陵墓(461)	
须弥山石窟(462) 秦汉古渠(463)	
新 疆·····	464
乌鲁木齐·····	464
天池·博格达峰(464)	
吐鲁番·····	466
火焰山(466) 高昌故城(467) 交河故城(467) 伯孜克里克千佛洞(468)	
吐峪沟千佛洞(468) 高昌、交河古代墓葬群(468)	
哈密回王坟·天山庙(469) 楼兰故城(469) 拜城克孜尔千佛洞(470) 喀什香妃墓(471)	
台 湾·····	473
台北·····	473
阳明山(473) 北投(473) 野柳(473)	
日月潭·····	474
阿里山·····	474
台南·····	475
赤嵌楼(475) 安平古堡·亿载金城(475) 关仔岭(476)	

高雄..... 477

莲池潭(477) 半屏山(477)

花莲..... 478

鲁谷幽峡(478) 舞鹤石柱(478) 清水断崖(478)

云林北港朝天宫(479) 苗栗狮头山(479)

后记..... 481

附:全国铁路略图