

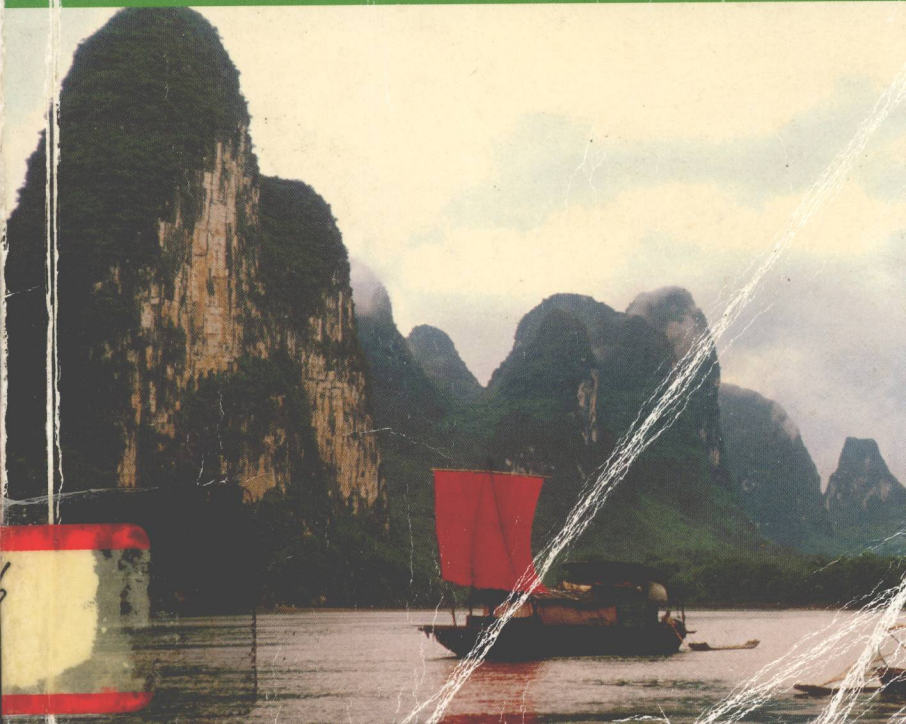


藏羚羊自助游



广东 广西

www.chiru.com.cn





藏羚羊自助游

刘力翔 树树等

广东广西



总编辑 徐惟诚 社长 田胜立

图书在版编目 (CIP) 数据

审图号 GS (2004) 092 号

广东 广西/曹凤英、树树等编. —北京: 中国大百科全书出版社, 2004. 1
(藏羚羊自助游)

ISBN 7-5000-7018-7

I. 广... II. 曹... III. ①旅游指南—广东省 ②旅游指南—广西
IV. K928.96

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 125832 号

策划编辑: 常汝先 许丽君

责任编辑: 赵 焱

责任印制: 乌 灵

中国大百科全书出版社出版发行

(北京阜成门北大街 17 号 邮政编码: 100037 电话: 88390695)

<http://www.ecph.com.cn>

北京振兴华印刷有限公司

新华书店经销

*

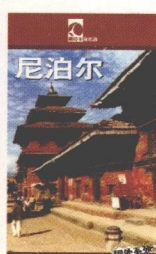
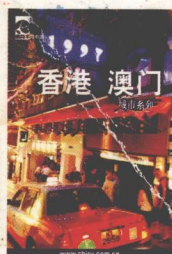
开本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/32 印张: 10.5 字数: 220 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1—8000 册 定价: 26.00 元

2004 年《藏羚羊自助游》出版日历

系列名称	书名	定价 元	2004 年 出版日期
分省系列	《海南》	22	2 月
	《江苏浙江》	22	4 月
	《贵州》	22	2 月
	《湖南湖北》	22	4 月
	《四川重庆》	31	5 月
	《青海》	22	5 月
	《甘肃宁夏》	24	6 月
	《福建江西》	22	7 月
	《山西》	22	7 月
国外系列	《尼泊尔山地》	28	9 月
	《越南、柬埔寨、老挝》	28	9 月
	《瑞士》	28	9 月
户外系列	《摄影师发现的中国》	36	4 月
	《中国自驾车》	36	7 月
	《四川户外》	36	8 月
城市系列	《杭州》	18	4 月
	《大连》	18	8 月
	《桂林》	18	8 月
	《香港、澳门》	25	9 月



2003年《藏羚羊自助游》已出版书目



《山东》
3月出版
定价：25元



《安徽》
3月出版
定价：26元



《陕西》
3月出版
定价：24元



《内蒙古》
4月出版
定价：28元



《云南》修订版
6月出版
定价：22元



《新疆》修订版
7月出版
定价：25元



《西藏》修订版
9月出版
定价：28元



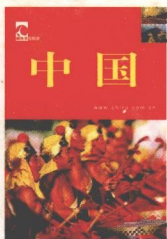
《东北》
11月出版
定价：28元



《西北中国》
3月出版
定价：38元



《西南中国》
3月出版
定价：38元



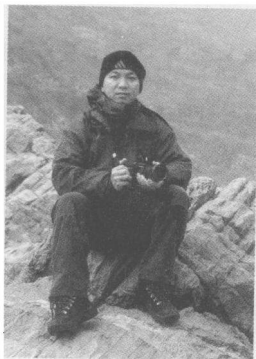
《中国》
7月出版
定价：55元

作者 **吕亮才** ▶ 网名自游猫的他常说：“行走是一种存在方式。”但现实中的存在方式却多数是上班下班、吃饭睡觉上网。去过的地方很多，没去过的更多，所以会继续“自游”。因为越来越觉得自己大概这辈子都成不了旅行家、摄影家或作家了，所以只想在旅途中简单地开心和感动着。很喜欢一句话：随缘而不随俗，随意而不随便。



珠江三角洲部分的作者

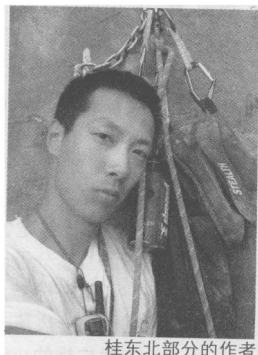
作者 **刘力翔** ▶ 自从1992年背上背包，第一次从广州出发到华东，就爱上了旅游。出去走走，拍拍照片，是生活中非常重要而且觉得是最能体现生活质量的组成部分。新疆，西藏，云南走下来，留下的记忆让自己总是想再去。在城市里可能是个很挑剔的家伙，可是一旦在路上，那就变得非常的随便。一天一顿饭，一星期不洗澡也是乐趣。在自由的蓝天下，自然的怀抱里的感觉，其价值是无法用城市的物质生活比拟的。



粤西部分的作者

作者 **树树** ▶ 本名李树，2000年6月的一天，下班后在西单文化广场第一次接触到了攀岩，从此便一发而不可收拾，爱上了攀岩，改变了人生轨迹。2001年2月，辞掉了工作，来到阳朔，开了一家叫“哈纳斯”的酒吧，赖以谋生。2002年，创建“北线攀岩俱乐部”，推广攀岩运动。

树树目前还是国家级攀岩裁判员、教练员，经常在国内的攀岩比赛中担任裁判工作。



桂东北部分的作者

作者 **曹凤英** ▶ 生于70年代，网名纳木错。1996年开始了第一次长途旅行生涯，自此一发不可收拾，到过的地方也就不一一表述了，世界之大，没去过的地方还多不胜数呢。

最快乐的时光是在路上的时候，最热爱的事情是站在于与峰线平行的山麓欣赏雪峰的宏伟。

窃以为，自助游是一种自我身心的磨练，拥有一颗平常心，感受人性中最真的一面！



粤北粤东部分的作者

作者 **陈莉** ▶ 网名小爱、钟爱。70年代出生，成长于海南岛的一个小农场，在那里度过了儿童时代，86年回到广州。学过室内设计及英语语言文学，但最喜欢的当然是由心纵我的自助旅游。先后去过泰顺、木兰围场、稻城、中甸、丽江、阳朔、三峡等地。2001年加入广州天地行旅游酒吧，成为股东之一。现居北京。



粤北粤东部分的作者

作者 **张虹** ▶ 一个从小就被误作外省人的地道广州人（祖上六辈皆为广州人），在广州晃荡20年后，一心向外跑，甚至为赶火车扛着65升大背包上考场，在广袤的大西南散尽大学积蓄的一分一毫后，将成为一个新新小待业，刚嚷着要好好找工作，一扭头又准备赴滇黔了，因而被定性为中毒太深，无可救药的游荡分子。

有一分赖皮，三分聪明，五分倔强，七分热情，十分懒惰，人称永远在线广播的小喇叭是也。

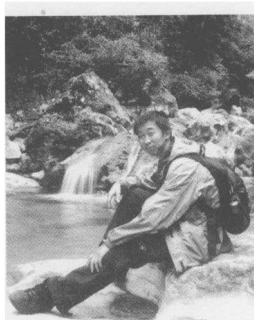


珠江三角洲部分的作者

作者 **边走边看** ▶

别号丁丁。最初的驴行开始于1994年，开始多少有些被逼的成份，主要是当时没啥钱，所以出行总想着如何省钱，也就有了峨眉山为偷门票爬陡崖；张家界里的三天全程徒步，一天只吃一餐；三峡游船买最底层的票，然后拿着席子在甲板上睡。以后出去多了，也就真正的喜欢上这种旅行方式。

喜欢跟朋友一起出游的感觉，喜欢用时间换取新空间的感觉，喜欢清晨在陌生的街头看陌生人听陌生话语的感觉。所以驴行于我，是一种感觉，感觉对了，风景也就美了。



南宁桂西部分的作者

特约编辑 **刘德安** ▶

更多人称呼他“蚂蚁，蚂蚁”。这个名字来自他深爱的张楚的一首歌。17岁第一次离开家门时是背着画板，现在背着的是派格。

作者 **感谢** ▶

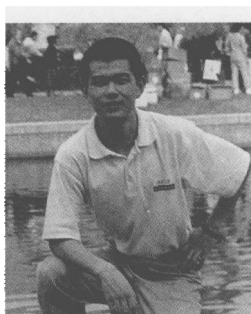
广东部分

感谢与天共渺、hikinger、兵、白玉、忍、陈哥、楚楚、后主、川藏悲情等朋友在景点选择和推荐方面的帮助。与天共渺和野猪提供观音山的部分登山资料；与天共渺提供手绘的观音山登山地图；野狼提供很多自驾车路线资料；大嘴和狂热分子提供羚羊峡部分资料；小丸子提供肇庆部分资料；一高一矮、艳阳天提供南昆山（天堂顶）穿越资料；宁朗，提供了河北港的详细信息；西言，解答了不少关于开平的问题；小雨，找来在书店买不到的新版开平地图；小鱼；香港的stephen or 提供了珠江三角部分图片；

广西部分

感谢广西老莫提供桂西、南宁章节许多文字；宋兵提供花山的详细资料；岳涛提供阳朔骑单车线路；

第一版作者 **石可**► 男，祖籍甘肃临洮，1978年出生于青海西宁，在西北长大。石可还是一个业余戏剧演员和导演、诗歌和小说写作发烧者、业余民谣歌手。



第一版特约编辑 **张瑾**► 女，1974年生于山西省太谷县，1991年入复旦大学法律系，1996年进入出版行业。喜欢走路，害怕游泳，爱吃西红柿鸡蛋面，深爱西北文化。

感谢► 感谢广西网友小田、大田，广西的朋友卓辉、李强、布鲁狼、王伟江、董宇凌。

► 我们的团队

张瑾是项目总协调人兼主编。从团队组建时开始，负责各环节总体协调及沟通，并担任第一辑的《广西》《海南》的后期特约编辑，第二辑《西藏》、第三辑《山西》的特约编辑，并作为《西藏》分册第二版的特约编辑。

赵宇作为《云南》分册的优秀作者，于2002年6月加入编辑团队，负责第四辑《河南河北》及《中国》一书的特约编辑，并与刘波一同作为《云南》分册第二版的特约编辑。与刘德安一同更新《新疆》《广东广西》分册。

孙石是《甘肃宁夏》的作者，2003年4月加入“藏羚羊”团队，负责丛书的市场推广工作。

高宏松是第一辑《四川重庆》《甘肃宁夏》，第二辑《新疆》《青海》，第三辑《湖南湖北》《贵州》的特约编辑，该辑《四川重庆》一书中的重庆部分由她亲自采线并撰写。另外她还是《西北中国》的特约编辑。

伍红是第三辑《陕西》《福建江西》《西南中国》的特约编辑。

马骏是我们的编辑顾问，同时还负责第一辑的《江苏浙江》《云南》的编辑工作。

另外我们得到很多专业人士的关怀与帮助，在此一并表示真诚的谢意。他们是：著名旅行家宋小南、青年登山家曹俊、青年摄影师赵嘉、自助户外运动早期倡导者王寅浩（咳嗽）、保险专家武力、攀岩专家徐晓明，还有与天共渺、川藏悲情、布鲁狼、北工大登山队队长陈颜等。

► 我们的联系方式

<http://www.chiru.com.cn>

<http://www.gdtravel.com>

特约编辑：010-65281840

bianji@chiru.com.cn

市 场：010-65281840

shichang@chiru.com.cn

发 行：010-65281840

faxing@chiru.com.cn

010-88390628, 68315603 fxfive@ecph.com.cn

注：“chiru”为藏羚羊英文专有名词

► 地图制作 咳嗽、赵永

► 封面图片 imaginechina

► 版式制作 赵永

给自助旅行者

独自去远方，去寻找梦想——倡导自助旅行

近年来，在中国广袤无垠的大地上，尤其是那些以前人们很少涉足的偏远省份和山区，开始出现这样一群人，他们独自或三五成群地来到这里，背上十几公斤重的旅行包，他们完全不同于那些传统意义上的旅游者，他们通常年轻，友善，好奇，吃苦耐劳，为了环保随身带着垃圾袋。他们边走边看，边走边问，他们直接与当地人接触，捕捉那些在他们眼里陌生的，新鲜的，美好的事物，他们被称为“自助旅行者”。

自助旅行是一种很有新意的生活方式，甚至是价值观。对自助旅行者来说，它是一个自我实现和完成梦想的过程。用自己的眼睛去发现，用自己的眼睛去寻找，“旅行不是旅行本身，它是一个人的梦想”。以年轻人为主体的自助旅行行为，正在慢慢被人们所接受。

我想去，但我需要帮助——《藏羚羊自助游》的由来

在西方，自助旅行几乎是每一个年轻人的必修课，它不光是一种体味生命意义的方式，更是成长的必须，各地都有专门为自助旅行的年轻人设立的服务机构，旅行工具书更是品种繁多，信息详尽。而受各种条件和文化背景所限，中国的自助旅行服务体系还刚刚起步，阻碍人们自己出门旅游的主要原因之一是信息的匮乏。人们对实现一次自助旅行计划所需要的信息帮助非常迫切。网络和俱乐部已经在某种程度上起到一些作用，但一本完整和实用的工具书始终未能面市。

基于这样的现状和基础，2000年底，我们开始探讨和酝酿为中国的自助旅行者提供一系列旅行工具书的可能性。这个过程不可谓不艰难，我们发现要将一项仍未成型的東西系列化和标准化是一件非常非常艰难的事情，所有能够寻找到的资料几乎都是个性化的，而能够提供稿件的作者也往往风格迥异。

艰辛只为小小的梦想——团队让我们成功

经过将近一个月的思考、争论，终于在2001年1月初，我们《藏羚羊自助游》工作团队正式组建。同时一个工作计划雏形开始形成。编辑、作者、顾问是内容完善不可或缺的因素。作者都是中国资深的自助旅行者，在春节前后的一个多月里，他们重新走过自己熟悉的地方，在全国各地的偏远地域，负责亲自采集最新的一手信息。编辑则在后方就内文结构和所有所需的信息细节进行标准化研究。顾问都是随叫随到地帮助解决各种问题。不得不承认这是极具挑战性的工作。在艰难的工作进展中我们越来越体会到，团队精神是完成目标的惟一保障。

支撑我们的，是大家心目中的共同梦想：作为自助旅行者中的一员，我们的工作能够对像我们一样的朋友有所帮助。

变梦想为现实——如何成为一个合格的自助旅行者

自助旅行者的特征已经很清楚了，但在每一个具体的自助旅行计划中，还是要有很多应该注意的地方。

一个合格的自助旅行者首先要身体健康，我们建议那些准备上路的朋友首先要确认自己的健康状况，在旅途中生病可能是最大的危险了。然后，认真计划你的旅途，做一些必要的信息搜集和分析，根据自己的情况选择具体方式，例如找人搭伴，经费预算，路线安排，装备安排等。一切准备好以后，你就可以背起行囊上路了。本书大部分介绍的目的地大部分是一些未开发的地区，民风纯朴，你一般会得到很热情的招待，在路上重要的原则是保持尊重的心，当然还有很重要的一点也别忘了——注意安全。

其实，只要你怀着一颗热爱自然的心，拥有不怕困难、乐观执着的精神，不用花很多钱，也用不着吃很多苦，更不必有多么强壮的身体，只要一路细致安排，精心打算，就能体会外出旅行的无穷乐趣。

众人拾柴火焰高——坚决反对盗版

说到这里，我们不得不谈到版权的问题。在这套丛书出版之

前，自助旅行出版市场面临这样的现状：一些已经出版的自助旅行书籍，未经作者允许擅自采用网上作品，使许多作品的版权受到严重侵害。我们都很清楚，网上自助旅行的攻略是背包客们出于互相帮助的目的撰写的，盗版不仅严重违背自助旅行的原则，也破坏了出版业的健康环境。

对于这个问题，我们郑重向广大读者承诺：《藏羚羊自助游》的所有文字图片均来自合法渠道，希望读者朋友共同监督。

之所以把这套丛书起名为“藏羚羊”，是因为自助旅行者都像藏羚羊一样热爱自由与生命的奔放。那是我们的理想，在高原和山间自由地栖息、奔跑，用自己的心灵去贴近自然。

关于内容更新

由于我们提供的各种实用信息时效性强，我们的手册将定期更新，欢迎任何自助旅行爱好者提供新的旅途信息，您只需按照本书提供的方式与我们联系。一经采用，我们将给您相应报酬。

正文目录

广东

精彩广东	2
话说广东	4
历史	3
民族	4
地理	3
宗教	4
气候	3
人文	4
出行指南	7
最佳旅行季节	7
装备表	10
到达与离开	7
预算	11
区内交通	7
安全	11
住宿	7
环保	12
餐饮	8
边防证	12
特产	9
语言	12
实用信息	14
邮政通信	14
商业设施	14
银行和 ATM	14
生活设施	14
医疗设施	14
粤北地区	15
精彩粤北	15
清远	32
话说粤北	16
观音山	35
出行指南	18
英西峰林走廊	37
丹霞山	22
煌川三峡、连州地下河	39
碎石	24
连南瑶排、梯田	40
九泷十八滩	25
肇庆	42
金鸡岭	25
七星岩	46
云髻山保护区	26
鼎湖山	46
青云山	27
燕岩风景区	47
南岭国家森林公园、石坑崆	28
羚羊峡	48
粤北大峡谷	29
德庆悦城龙母祖庙	48
芭寨	30
封开小桂林	50
梅岭古道	31

正文目录	珠江三角洲	51		
	精彩珠江三角洲	51	坪山墟客家村	77
	话说珠江三角洲	52	珠海	78
▲ 广州市	53	珠海市区景点	83	
沙面	60	东澳岛	84	
白云山	61	淇澳岛	85	
陈家祠	62	开平碉楼	86	
步行街	62	申报世界文化遗产的碉楼	90	
商业骑楼	63	其他碉楼	92	
西关大屋	64	江门市	93	
西洋建筑	64	梁启超故居	94	
从化神岗钟楼村	65	小鸟天堂	94	
番禺新垦向日葵、		台山市	94	
广州南极十九冲	66	台山上、下川岛	95	
增城坑背村	68	台山黑沙湾	96	
深圳市	69	鹤山古劳水乡	96	
东冲—西冲徒步	74	中山市	97	
南澳	77	孙中山故居	98	
华侨城景区	77			
粤西地区	100			
精彩粤西	100	阳江和茂名	113	
话说粤西	100	阳江风筝节	115	
湛江市市区景点	104	海陵岛、海陵大堤	115	
湖光岩	104	大角湾	116	
东海岛省级旅游		马尾半岛	116	
度假区(龙海天)	105	十里银滩	117	
硇洲岛、硇洲灯塔	107	河北港	117	
雷州古城	108	阳西沙扒、青洲岛沙扒	118	
雷祖祠	109	青洲岛	119	
雷州老街	110	月亮湾	119	
邦塘村	110	茂名电白海滩	121	
廉江高桥万亩红树林	111			
粤东地区	123			
精彩粤东	123			

正文目录

话说粤东	124	汕尾红海湾遮浪角	136
惠州	125	南澳岛	138
南昆山(天堂顶)穿越	128	陆丰(鱼加后)门海滩	139
大亚湾	129	河源和梅州	140
惠阳澳码头、大甲岛	130	河源苏家围	145
惠东平海古城	132	河源万绿湖风景区	146
惠东巽寮湾	133	梅州客家围屋	148
潮汕	133	梅州阴那山(灵光寺)	148

广西

精彩广西	152
话说广西	154

历史	154	民族	155
地理	154	宗教	156
气候	154	人文	156

出行指南	158		
最佳旅行季节	158	预算	162
到达与离开	158	安全	162
区内交通	158	环保	162
住宿	159	出境、边防证	162
餐饮	159	语言	162
装备	160		

实用信息	164
------------	-----

邮政通信	164	医疗设施	164
银行和ATM	164	生活设施	164

桂东北地区	165		
精彩桂东北	165	阳朔漂流	181
话说桂东北	166	阳朔攀岩	181
阳朔	167	月亮山	182
西街	173	大榕树	184
骑行阳朔	176	金猫洞	185
徒步阳朔	177	酒瓶山	185
石头城徒步	180	中指峰	186

正文目录

抱石	186	程阳风雨桥	209
攀岩俱乐部	186	程阳八寨	210
桂林	188	马胖鼓楼	211
七星公园	192	柳州	212
象鼻山	192	柳州市内景点	215
芦笛岩	192	金秀圣堂山	216
正阳步行街	192	忻城土司衙门	217
龙脊梯田	193	融水	218
兴安灵渠	197	融水贝江	218
猫儿山	197	元宝山	219
资源	201	贺州	220
五排河漂流	203	贺街	221
八角寨	204	黄姚古镇	222
宝鼎瀑布	204	姑婆山	222
三江	205		
桂东南地区	224		
精彩桂东南	224	玉林	234
话说梧州	225	桂平	237
出行指南	227	桂平大藤峡	237
梧州市内景点	232	金田起义旧址	240
真武阁	233	谢鲁山庄风景区	241
黄华河	234		
南宁地区	242		
精彩南宁	242	侨港	261
话说南宁	243	红树林	262
南宁	244	合浦星岛湖	263
南宁市区景点	247	防城港	263
凭祥友谊关	248	上思十万大山	265
去越南	249	鸡笼隘	266
宁明花山崖壁画	249	荫街隘	266
德天瀑布	252	扶隆古道(或粤桂古道)	267
北海	254	东兴京族三岛	268
涠洲岛	260	跨国旅游	268
银滩	261		