

提供全国精华景点的详尽攻略，致力于解决旅游者的三大困惑

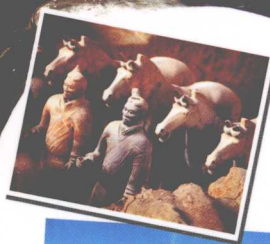
中国自助游

ZHONGGUO
ZIZHUYOU

江 洲 主编



精华版



- 508个精华景点
- 472条经典旅游短线
- 82幅实用地图
- 400余幅图片



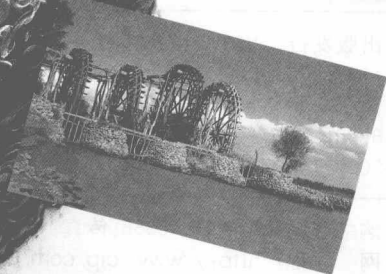
化学工业出版社

中国自助游

ZHONGGUO
ZIZHUYOU

江洲 主编

精华版



化学工业出版社

· 北京 ·

本书对全国近 500 个精华景点进行了深度描述。在介绍这些景点的时候,不仅提供了详细的交通、位置、门票、电话等旅游信息,还深入地介绍了这些景点的历史渊源与游玩攻略。

简明、精要、准确是本书最大的特点,在推荐和介绍某一景点的时候,书中力争以最简短的文字提供最实用的信息,从而为读者的出行带来切实的帮助。此外,本书还设计了数百条旅游短线,使景点有机排序,为旅行者提供了最佳的行程方案。书中的百余幅地图与正文匹配,使游程更易于规划。

本书语言严谨,规划科学,介绍客观,信息全面,不仅适合于远途旅行的游客,也适合于放在家里,随时查阅各地旅游景点与信息,堪称“一书在手,走遍华夏”。

图书在版编目(CIP)数据

中国自助游(精华版)/江洲主编. —北京:化学工业出版社, 2009. 7

ISBN 978-7-122-05012-0

I. 中… II. 江… III. 旅游指南—中国 IV. K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 033857 号

责任编辑:郭燕春

装帧设计:尹琳琳

责任校对:宋 玮

出版发行:化学工业出版社

(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装:北京画中画印刷有限公司

889mm×1194mm 1/32 印张 16½ 彩插 8 字数 1494 千字

2009 年 8 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686)

售后服务:010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 36.00 元

版权所有 违者必究

旅游风：国家旅游线路

2009年3月，中国国家旅游局推出了一套全新的“国家旅游线路”的概念，并发布了首批12条国家旅游线路名单。

推出国家旅游线路的目的是形成若干具有统一、清晰、明确形象的国家旅游线路品牌，并作为中国国家旅游总体形象的有力支撑，引导海内外游客旅游流向，培育新的旅游消费热点。国家旅游线路评选的原则是典型性强、知名度大、交通通达、跨越多省。

◆“丝绸之路”国家旅游线。以丝路文化和景观为核心。跨越豫、陕、甘、宁、青、新六省区。

◆“香格里拉”国家旅游线。以川滇藏民族文化和特色景观为内涵。线路从昆明经大理、丽江至迪庆，并辐射至四川甘孜及西藏。

◆“长江三峡”国家旅游线。以峡谷、平湖、大坝、历史文化、地域文化为主要吸引物。线路跨越重庆和湖北。

◆“青藏铁路”国家旅游线。以青藏铁路为依托形成的通往雪域高原的旅游线路。东起青海西宁，西至西藏拉萨，并延伸至西藏其他地区。

◆“万里长城”国家旅游线。以长城文化和景观为核心。东起山海关、西至嘉峪关，跨越东西多个省市区。

◆“京杭大运河”国家旅游线。以京杭大运河历史遗存为内涵。北起北京通州，南至杭州，跨越京、津、冀、鲁、苏、浙六省市。

◆“红军长征”国家旅游线。该线从江西瑞金出发，经湖南、贵州、四川，到陕西延安，是我国贯穿东西、连接南北、重点在西部的红色旅游线。

◆“松花江一鸭绿江”国家旅游线。以林海雪原、白山黑水、民族文化、边疆风情为内涵。线路贯穿东北三省。

◆“黄河文明”国家旅游线。以黄河文明为纽带的历史文化旅游区。旅游等中原地区。

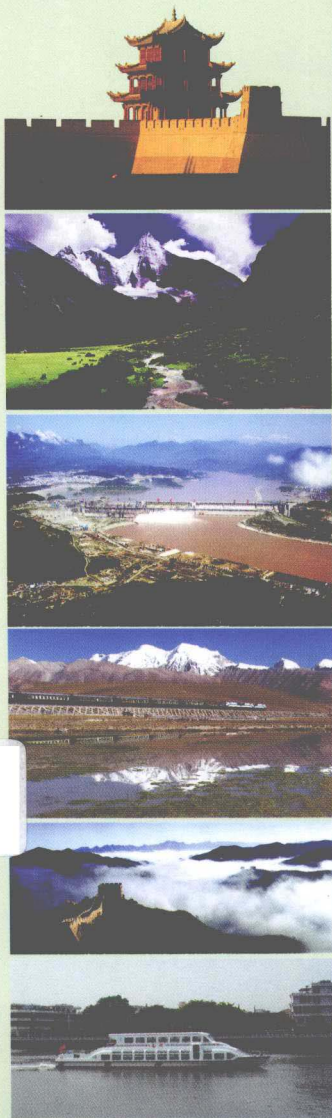
◆“长江中下游”

旅游、山水观光为特

湘、赣、皖、苏、沪等地。

◆“京西沪桂广”国家旅游线。是条“经典中国”旅游线。包括北京、西安、上海、桂林、广州等五个著名旅游城市。

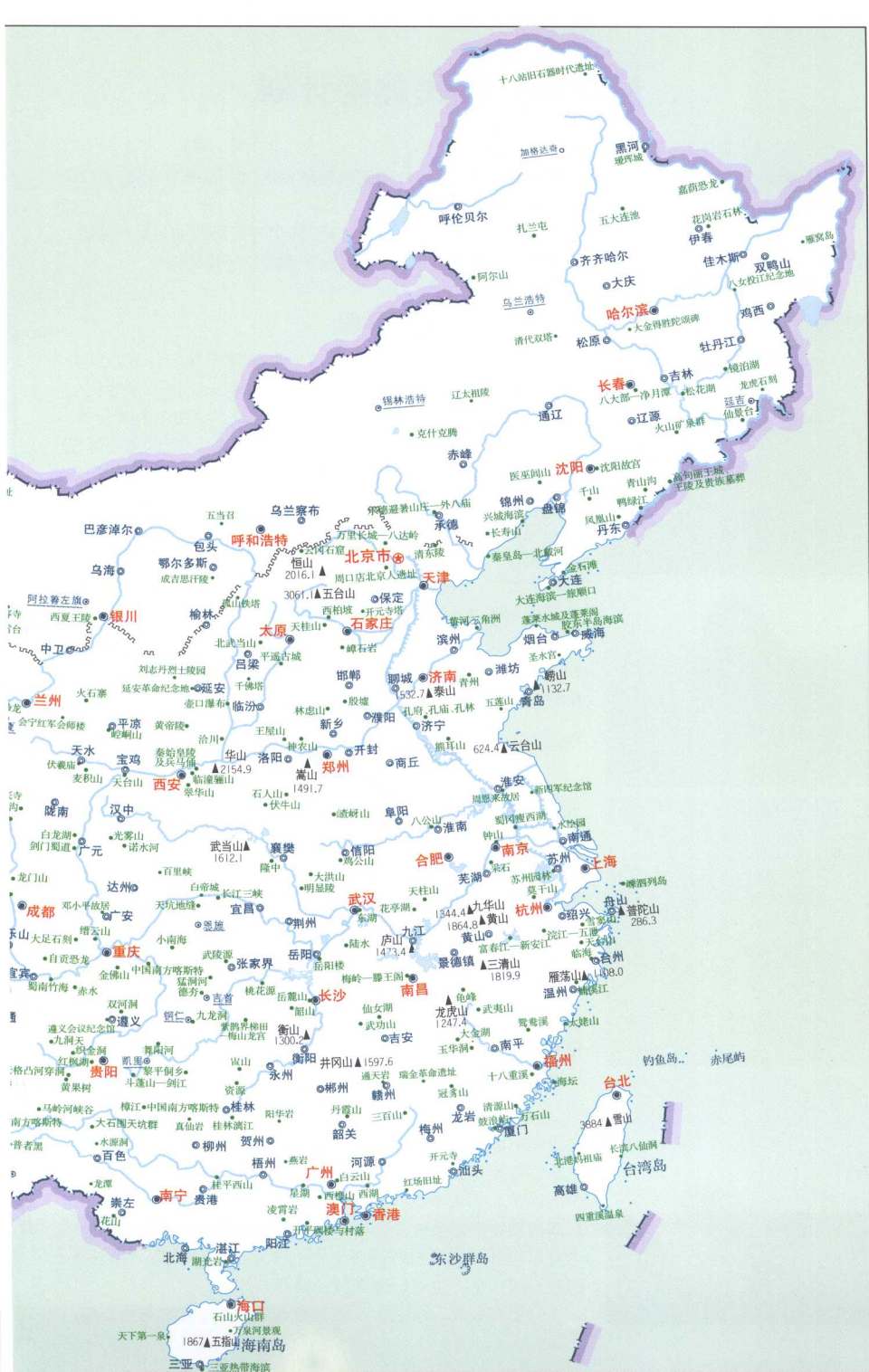
◆“滨海度假”国家旅游线。该线路突出中国滨海度假旅游品牌，引导居民休闲度假。包括大连、烟台、威海、青岛、日照、连云港、福州、泉州、厦门、深圳、珠海、海口、三亚、北海等地。



中国精华旅游景点分布图

(地图数据提供: 国家测绘局地图技术审查中心)

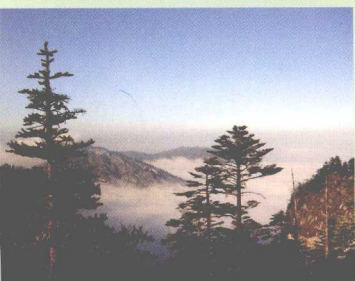




旅游风：国民休闲计划

2008年11月，国家旅游局有关负责人表示，为拉动国内旅游市场，将于2009年推行“国民休闲计划”，促使国内旅游市场获得更大提升。

“国民休闲计划”将进一步落实带薪休假制度，采取具体措施倡导奖励旅游、福利旅游、修学旅游、银发旅游等，引导国民休闲旅游沿着正常、安全、持续的方向发展。



休闲生活——带薪休假

休闲是全面小康的应有之义。实施国民休闲计划，既有利于推进全面小康和现代化建设，也有利于更好地保障民生权利。当前，休闲消费已步入大众化阶段。如每年的黄金周，全国居民出游动辄上亿人次。我国的休闲时间已达到中等发达国家水平，全年公休达到115天，劳动者额外再享有5~15天的带薪休假，这为国民休闲提供了充足的闲暇。

每逢周末和假日，城郊和乡村游人如织，休闲度假设施满载运营。黄金周和集中休假的弊端日渐凸显。随着带薪休假制度的推广，人们的旅游将会变得更加舒适。带薪休假是国民休闲计划的基本内容之一，它不仅为公众增加了休闲的时间，更为公众提高了休闲的质量。带薪休假避开旅游高峰，不用担心景点人满为患，更不用担心返程车票，各项旅游消费价格也更实惠。

郊游——短途休闲

郊游，不必花很多时间，两三天足矣，不必去很远，五百里足矣。一家老小，或邀三五好友，离开都市，到山里，到海边，呼吸新鲜空气，放松绷紧的神经。

郊游完全是一种放松式的旅游，不必去名山大川观光，也不用赶时间东奔西跑。你可以在湖畔静静地发呆，也可以在山间石板上下棋；你可以在夜晚围着篝火狂欢，也可以在卡丁车上肆意；你可以尽情享受温泉带来的慵懒，也可以大胆体验农家的采摘乐趣。

只要你喜欢，走出去，你就能享受到一个轻松惬意的短假。

度假——深度放松

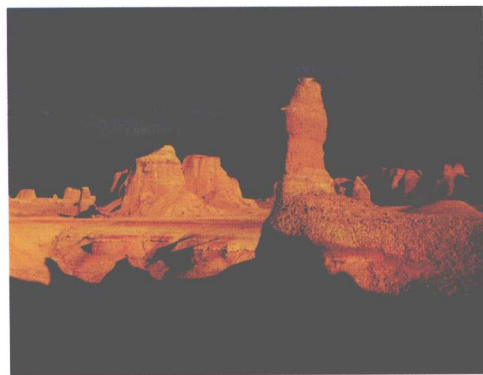
如果你有一个7天甚至更长的假期，那就用它来远行吧。不一定要跑很多地方，也不一定需要很好的装备，带上行李，带上相机，外加一颗平静而向往的心，就可以出发了。

度假不是在海景房里睡大觉，度假的真谛在于享受旅行中的细节。你可以选择海滨的度假村小住几日，也可以选择孤寂的古镇慢慢品味；你可以走进田头和村寨体验异乡习俗，也可以用驿站式的旅程感受生活的多彩；你可以为一张日出照片而起大早，也可以因满枝佳果而开怀吃。

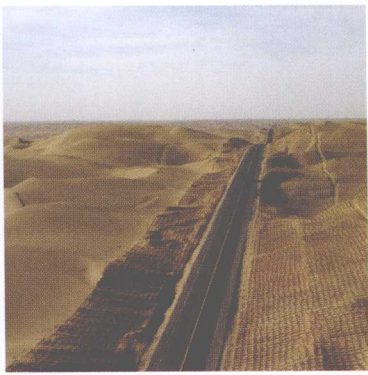
只要有心情，走出去，你就能收获到一个丰富多彩的长假。



广东丹霞山，典型的丹霞地貌，世界地质公园。



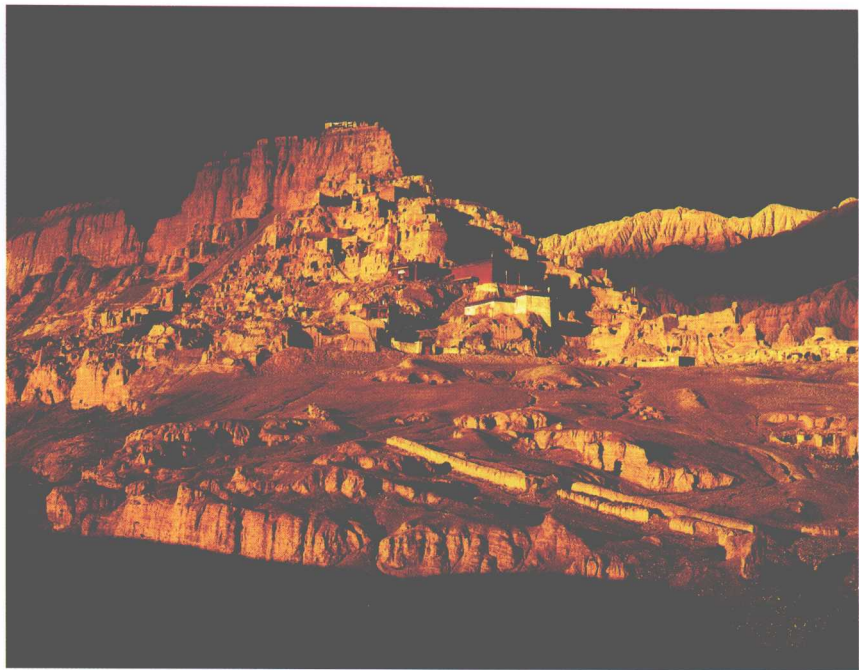
新疆克拉玛依魔鬼城，壮观的雅丹地貌。



新疆塔克拉玛干沙漠深处的公路。



四川黄龙，色彩丰富的钙华彩池群被誉为“人间瑶池”。



▲ 西藏扎达士林，夕阳下的士林和古格王国遗址。



▲ 云南石林，喀斯特地貌的典范，世界自然遗产。



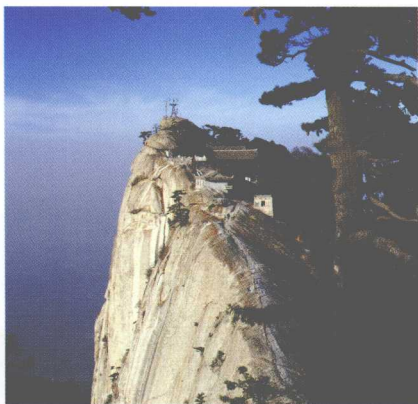
▲ 吉林长白山，名山秀水完美融合。



▲ 云南泸沽湖，湖光山色和摩梭风情令人沉醉。



▲ 西藏羊卓雍错，群峰之中的蓝宝石。



▲ 陕西华山，险峻的西岳。



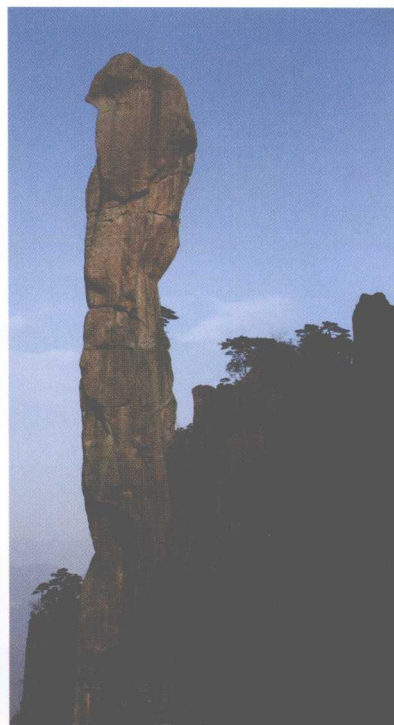
▲ 新疆喀纳斯湖，峡谷中的秀丽湖泊。



▲ 江西三清山，天下第一仙峰。



▲ 山西五台山，山色可餐，圣地宜拜。



▲ 江西三清山，巨石“巨蟒出山”。



▲ 海南三亚海滨，度假天堂。

▲ 山东青岛海滨，亚洲最大的沙滩浴场。





▲ 河北北戴河海滨，夕阳无限好。



▲ 上海横沙岛，天使海滩度假村。



▲ 广东南澳岛，美丽的度假村。

▲ 香港浅水湾，风光明媚，水清沙幼，闻名中外。





▲ 天津滨海航母主题公园，军迷的乐园。



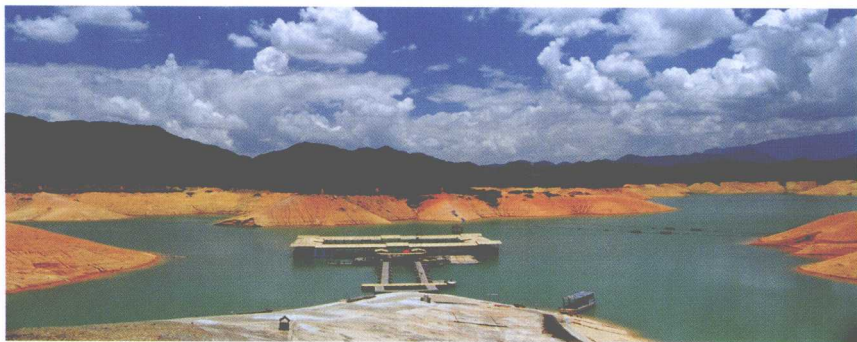
▲ 北京国家体育场，俗称“鸟巢”。

▲ 湖北武汉植物园，公园一角的小花。



▲ 广东长隆欢乐世界，5A级旅游景区。





广东万绿湖，水域壮美、水质纯美、水色秀美、水性恬美。



广东清远温泉，度假休闲的好去处。

香港海洋公园，世界最大的海洋公园之一。





北京故宫角楼。

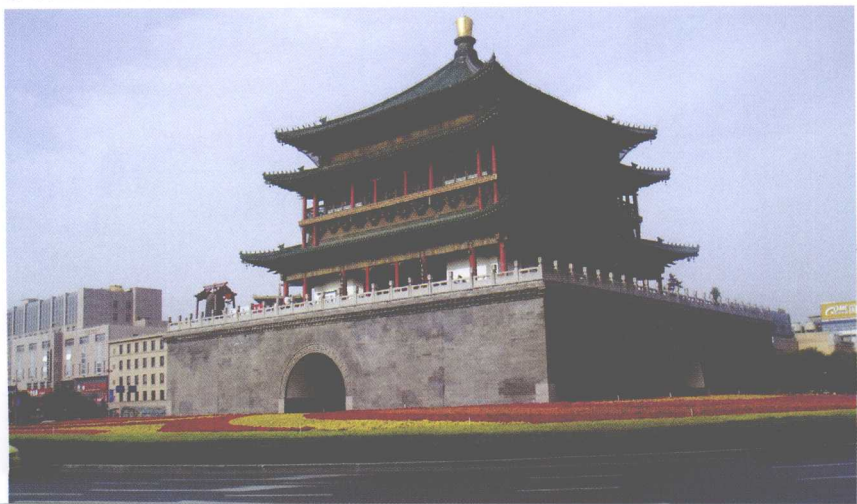


天津五大道洋楼。

云南大理，独具民族风格的白族民居。



陕西西安鼓楼，我国现存的最大的鼓楼。





▲ 浙江乌镇，保存完整的江南水乡，水阁林立，乌篷穿梭。



▲ 上海朱家角古镇，小桥，流水，人家。

▲ 四川大邑安仁古镇，气派的刘氏庄园。

