

● 周菁 编著

Travelⁱⁿ **CHINA** 甘肃之旅



042
01

中国之旅

热线丛书

A Series of Great Destinations in China



BOOK

广东旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL AND TOURISM PRESS

中国旅游出版社

Travel in CHINA

甘肃之旅



中国旅游出版社

中国旅游出版社

BOOK

000000

● 周菁 编著

Travel in **CHINA** 甘肃之旅



中国之旅

热线丛书



A Series of Great Destinations in China

图书在版编目(CIP)数据

甘肃之旅 / 周菁编著. — 广州: 广东旅游出版社, 2003.7
(中国之旅热线丛书)

ISBN 7-80653-265-X

I. 甘... II. 周... III. 旅游指南—甘肃省

IV. K928.942

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 095048 号

责任编辑: 张 懿 唐建福

电脑制作: 蔡 徽

封面设计: 邓传志

责任技编: 顾耀民

摄 影: 周 菁 张国声 等

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮编: 510600)

广东邮电南方彩色印务有限公司印刷

(广州市天河工业园建工路 17 号 邮编: 510630)

广东旅游出版社图书网

(www.travel-publishing.com)

广东旅游网

(www.gdtravel.com)

邮购地址: 广州市东华南路 118 号 B201 室 邮编: 510100

联系人: 王雯 邹亚洲 联系电话: 020-83860700

889 × 1194 毫米 32 开 4 印张 52 千字

2003 年第 1 版第 1 次印刷

印数: 1-8000 册

定价: 18.00 元

- 《黄山之旅》
- 《东北之旅》
- 《丝路之旅》
- 《云南之旅》
- 《广西之旅》
- 《海南之旅》
- 《泰山之旅》
- 《新疆之旅》
- 《江西之旅》
- 《湖南之旅》
- 《福建之旅》
- 《山西之旅》
- 《北京之旅》
- 《四川之旅》
- 《中原之旅》
- 《内蒙古之旅》
- 《河北之旅》
- 《西藏之旅》
- 《陕西之旅》
- 《华东之旅》
- 《三峡之旅》
- 《广东之旅》
- 《贵州之旅》
- 《湖北之旅》
- 《西北之旅》
- 《上海之旅》
- 《江苏之旅》
- 《甘肃之旅》

● 点击甘肃(1)

地形地貌(2) 行政区划(2) 悠久历史(3) 旅游资源(3)
民俗风情(4) 资源物产(4) 旅游资讯(5)

● 平凉——丝路重镇(10)

崆峒山(11) 柳湖(16) 平凉宝塔(17) 龙隐寺(17)
南石窟寺(18) 王母宫石窟(18)

● 金银不换是天水(19)

麦积山风景名胜(21) 伏羲庙(23) 玉泉观(25)
南北宅子(25) 织锦台与回文诗(26) 跑卫泉与晒经寺(26)

● 临夏——回乡 风情浓(27)

红园(28) 蝴蝶楼(29) 东宫馆(29)
南关清真寺(29) 刘家峡水库(30) 炳灵寺石窟(30)

● 夏河——雪域风情 “小西藏”(32)

拉卜楞寺(33) 贡唐宝塔(36) 桑科草原(37)

● 兰州——黄河岸边的金城(39)

甘肃省历史博物馆(41) 五泉山(42) 兰山公园(43)
白塔山(44) 黄河铁桥(44) 水车园(45)
黄河母亲雕塑(46) 雁滩(46) 靖远(48)

● 武威——凉州不凉米粮川(49)

雷台与“马踏飞燕”(50) 罗什塔(51) 文庙(52)
大云寺铜钟(53) 海藏寺(54) 梯山石窟(54) 沙漠公园(55)

● 永昌——罗马远征军后裔居地(58)

永昌钟鼓楼(58) 骊靬遗址和罗马远征军后裔(59)

● 山丹——胭脂山下绿如茵(61)

艾黎捐赠文物陈列馆(61)
山丹军马场(62) 山丹新河驿(62)





● 塞外江南金张掖(64)

大佛寺(65) 万寿寺木塔(67) 镇远楼(68)
马蹄寺石窟群(68) 黑水国城堡遗址(70)
昭武古城遗址(71) 康隆寺国际狩猎场(72)

● 高台——长征壮举留雄风(73)

烈士陵园(74) 骆驼城故址(74) 许三湾城堡故址(75)

● 酒泉——遥忆美酒夜光杯(76)

酒泉公园(78) 钟鼓楼(79) 丁家闸壁画墓(80)
酒泉市博物馆(80) 药王宫古建筑群(80)

● 额济纳旗——神秘的居延古塞(81)

居延海(83) 神秘的黑城(83) 大同城遗址(85)
红城遗址(86) 甲渠侯官遗址(86) 胡杨林(87)
怪树林(88) 巴丹吉林沙漠(89)
酒泉卫星发射中心和东风航天城(90)

● 嘉峪关——戈壁新城(91)

嘉峪关关城(92) 悬臂长城(93) 魏晋壁画墓(94)
长城博物馆(95) 万里长城第一墩(98)
黑山石刻岩画(98) 七一冰川(98)
嘉峪关国际滑翔节(99)

● 安西——世界风库古瓜州(100)

榆林窟(101) 安西博物馆(103) 锁阳城遗址(104)
桥湾古城(105) 人头疙瘩(105)
西路军最后一战纪念碑(106) 星星峡(106)

● 敦煌——飞天的故乡(107)

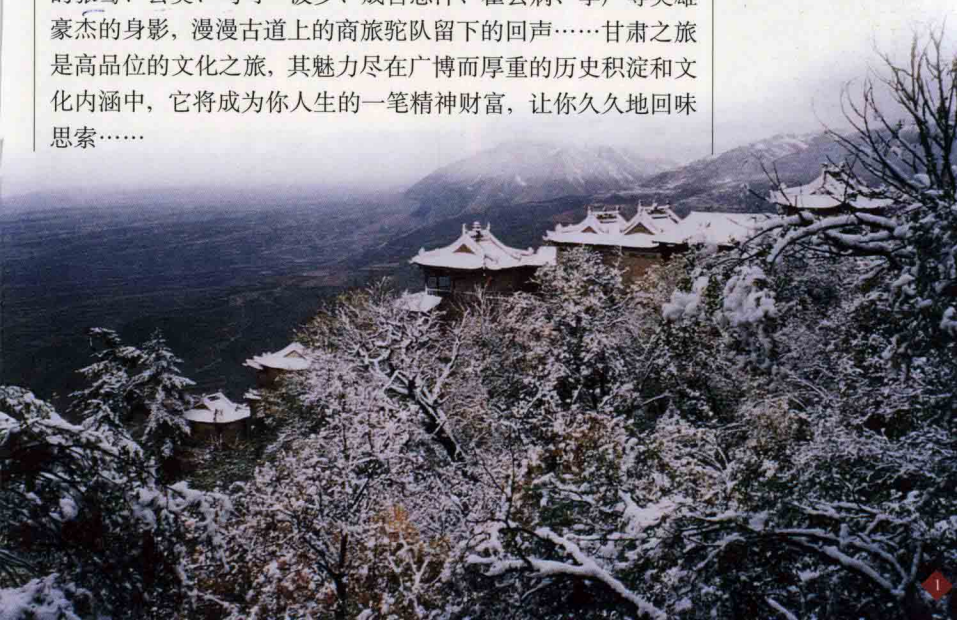
莫高窟(110) 鸣沙山(114) 月牙泉(116)
河仓城(117) 玉门关(118) 汉长城遗址(119)
马圈湾烽燧遗址(119) 阳关故址(119) 渥洼池(120)
西千佛洞(121) 戈壁滩·骆驼草·海市蜃楼·晾房(121)
敦煌其它景点(123)

点击甘肃

打开中国地图往西看，有一块西北至东南方向的狭长地带，由中心腹地向西北边陲斜置于中国版图之上，其形状如一柄可爱的如意，特别吸引你的目光，这就是华夏文明的发祥地之一的甘肃。

没到甘肃之前，一提到甘肃这两个字，多会想到无边的戈壁和漫天的黄沙，而最能把人吸引到甘肃来的是那远在最西端的敦煌莫高宝窟。从陕西进入甘肃，向敦煌行进，你会目不暇接：崆峒山、麦积山石窟、拉卜楞寺、桑科草原、炳灵寺石窟、黄河古渡、古象化石、雷台汉墓—马踏飞燕、罗什塔、骊轩遗址、马蹄寺石窟、酒泉夜光杯、丁家闸壁画墓、嘉峪关、悬臂长城、魏晋壁画墓、锁阳城遗址、莫高窟、鸣沙山—月牙泉、阳关、玉门关、汉长城……穿行于陇原丝路，不仅能领略北之粗犷兼南之秀美的风采，还随时可以感受到在历史的烟尘中隐现的张骞、玄奘、马可·波罗、成吉思汗、霍去病、李广等英雄豪杰的身影，漫漫古道上的商旅驼队留下的回声……甘肃之旅是高品位的文化之旅，其魅力尽在广博而厚重的历史积淀和文化内涵中，它将成为你人生的一笔精神财富，让你久久地回味无穷……

崆峒山雪景





夏河拉卜楞寺外景



金色的胡杨林

地形地貌

甘肃省地处黄河上游，位于我国的西北地区，是青藏高原、内蒙古高原和黄土高原的交会之地，海拔一般在1000~3000米之间。它东接陕西，南邻四川，西连青海、新疆，北与宁夏、内蒙古和蒙古人民共和国接壤；山地和高原约占全省土地面积的70%以上，西北部是大片沙漠和戈壁，约占全省土地面积的15%。甘肃地域狭长，东西长达1655公里，而南北最宽处才530公里，最窄处仅有25公里，总面积约45.4万平方公里。全省有陇南山地、陇中黄土高原、甘南高原、河西走廊、祁连山脉、北山山地六大地形区。因居于陕甘交界处的陇山之西，故称陇右或陇西，简称“甘”或“陇”。

行政区划

甘肃省辖兰州市、天水市、白银市、金昌市、嘉峪关市、庆阳地区、平凉地区、陇南地区、定西地区、武威地区、张掖地区、酒泉地区、临夏回族自治州、甘南藏族自治州等14个地、州、市，86个县，总人口2284.9万，省会为兰州市。



悠久历史

甘肃古属雍州、梁州；春秋时属秦和西戎；秦置陇西郡，西部属月氏；汉为凉州；唐代曾在此设置过陇右道；元属甘肃和陕西行省，取甘州（张掖）、肃州（酒泉）之首字得名甘肃；清置甘肃省。早在20万年前，就有人类的祖先在这里繁衍生息。人文始祖伏羲氏在这里诞生；黄帝生于上邦（天水）轩辕谷，并年令行天下；炎帝生于岐水，在渭河上游“始制耒耜，教民务农”；周人和秦人的祖先亦发端于甘肃，并创造了中国原始的农牧业文明。

由于特殊的历史地理位置，甘肃是古代民族战争的主战场。汉武帝开通丝绸之路后，张骞出使西域、玄奘西天取经、成吉思汗南征北战、马可·波罗游历探险都经过这里，它又成为古代东西方政治、经济、文化联系与交流的桥梁，在甘肃境内蜿蜒1600余公里的古丝绸之路，曾是古代连接东西的纽带，它载满了中西友好往来、人类文明发展的不朽历史。

旅游资源

甘肃省海拔多在千米以上，地形复杂，因此造成境内既有雪峰皑皑、瀚海茫茫的边塞风光，也有群山竞秀、碧水荡漾的江南景色；既有“风吹草低见牛羊”的辽阔草原，也有荒山连绵的干旱地区和渠道纵横的鱼米之乡；有葱郁繁茂的次生森林，更有黄河江泉、秀美山川；丝绸之路是全省旅游的主题，灿烂的古代文明和悠久的历史给甘肃留下了无数珍宝：古道、长城、雄关、佛寺、石窟、城堡、烽燧，还有比比皆是古丝路遗迹等等，无不闻名中外。甘肃省有武威、张掖、敦煌、天水4个国家级历史文化名城和麦积山、崆峒山、鸣沙山—月牙泉3个国家重点风景名胜区，还有14个国家级重点文物保护单位。你可能想不到，西游记中描绘的场景，许多在甘肃都可以找到：唐僧取经的晾经台、悟空三调芭蕉扇的牛魔王洞、猪八戒招亲的高老庄、沙和尚出世的流沙河……



莫高窟内西魏时期的壁画





转经的信徒

陇剧

甘肃特有的地方戏，是由陇东道情转变而来。因这种戏剧的乐器中有“鱼鼓”，当地又称之为“鱼鼓道情”。陇东道情发源于庆阳、环县一带。约100多年前，由民间艺人赶着毛驴，驮着锣鼓乐器，用皮影艺术表演。后经系统地挖掘、收集、修改、改造，于1959年搬上舞台，并正式更名为陇剧。

40多年来，陇剧在保持陇东道情独特风格的基础上，吸收秦腔、越剧、黄梅戏等剧之长，从音乐、唱腔、表演等方面作了大胆的创新，形成了节奏明快、曲调婉转动听、表演细腻优美、服饰飘逸素雅、布景柔和协调、富有民间色彩的独特风格。

民俗风情

甘肃生活着汉、回、藏、东乡、裕固、蒙古、哈萨克、保安、撒拉、满、土、维吾尔等45个民族，其中的东乡、裕固、保安族为甘肃独有。悠久的历史与多民族的文化融合，形成了甘肃既独特又丰富的民俗风情。天水地区农历正月十五的点灯盏，正月十六日的伏羲庙会，农历五月十三日的伏羲文化节；临夏规模宏大的花儿会，东乡族、保安族的婚礼、饮食等习俗；甘南藏区的浪山节、采花节；拉卜楞寺独特隆重的法会和众多的节庆，使甘南、临夏两州成为荟萃甘肃民俗的黄金地域。肃南裕固族风情、肃北蒙古族风情、阿克塞风俗、天祝藏区风情等别有特色。陇东崆峒山、王母宫山以及公刘庙、菩萨山的庙会……更有唢呐、剪纸、社火、戏曲等传统原汁原味的展现。蕴藏丰厚历史文化底蕴的多彩民俗风情，使陇原之旅独具魅力。

资源物产

甘肃是我国著名的有色金属大省之一，已探明矿产有66种，其中镍、钴、铂族金属和硒的储量居全国首位，还有铜、铅、锌等储量丰富。这里有国家保护的金丝猴、大熊猫等珍稀动物30多种。甘肃盛产瓜果，有兰州白兰瓜、醉瓜、冬果梨，天水花牛苹果、安西白兰瓜等。白兰瓜白似玉，黄如金，甘如蜜，畅

销国际市场。具有“瓜子之王”美称的兰州黑瓜子，不仅营养丰富，还有润肺、利尿、暖胃、灭菌的功效，是甘肃有名的特产。甘南素有“千年药乡”之称，岷县当归、文县党参、礼县宣水大黄、河西沙生甘草、“沙漠人参”肉苁蓉等都久负盛名，还有兰州百合、陇东黄花菜、陇原花椒等都是甘肃特产。名酒有徽县陇南春。传统手工艺名品有酒泉夜光杯、雕刻葫芦、保安腰刀、铜奔马、洮砚、天水雕漆等。

旅游资讯

交通

甘肃有西北最大的铁路枢纽，陇海、兰新、兰青、包兰四大铁路汇聚兰州，通往各地。作者认为进出甘肃选择铁路更快更方便，坐飞机则是最快也是最昂贵的选择。

甘肃的公路的路况很不错，比如张掖到酒泉路段，黑色路面上，总是能看见修路工在不断维修、清扫路面，公路上特别干净。但通往乡、镇的路较差，比如高台县到骆驼城、许三湾的路就极差，颠得厉害，尘土也特别大。作者个人的经验是：区内交通选择乘长途汽车比较好，汽车不用进出站，又方便观赏沿途景色及风俗民情，只是发车的时间不那么准时。为了节省费用，到旅游景点可乘坐专线车或公共汽车，实在不便时再包车。包车费用较高，但可以节省时间，如果同行的人多，费用多人均摊，也就不多了，所以，多人同行包车还是很划算的，可以做首选。如果是单独旅行者，可酌情慎重与其他旅游者合租车辆，以减少费用。最佳旅游季节：5~10月。

住宿

甘肃各大城市和旅游城市宾馆饭店林立，住宿十分方便，各个档次的游客都能找到满意的住处。甘肃各地的小宾馆是招待所的价钱，两人或三人间每人15~20元，公用卫生间，房间里有地毯、电视等设备，管理比较正规，服务态度也不错，是自助旅游者的首选。大宾馆普通间比小宾馆和同等条件的招待所价格贵不太多，管理比较正规。交通宾馆（或车站附近的宾馆、旅店、招待所）上下车特别方便，但相对杂乱，缺乏安全感。个体旅店态度热情，容易讲价，但管理不那么正规，寝具一般做不到“一客一换”。

皮影戏

甘肃古老的地方综合表演戏种，与木偶戏有同工异曲之妙。皮影戏主要流行在陇东、陇南一带。它用白色幕布和幕后灯光，由演员在幕后操纵各式各样的皮制人，并配之以乐器，按所演剧目，伴之以唱腔、道白，把剧中人物有声有色地表现在幕本上，给人以形神兼备的美感。

皮影戏的表演艺术讲究，演员既演唱，又挑线，一台戏只需七八人即可。演员通过皮影的跑场、翻转、武打、提袍、甩袖、吹胡、摇翅等舞台动作和唱腔、道白，将各种人物故事表演得淋漓尽致、扣人心弦，具有强烈的艺术感染力。



藏族小饭店

饮食

甘肃面食较多，味道大多不错。但常吃米饭的人，吃多了面可能会上火，可根据自己的身体状况换着吃。也许是因为甘肃盛产花椒，菜里不仅放辣椒还放很多花椒，甘肃到处都有各色砂锅，很诱人，可就是辣，你告诉老板别放辣的，可吃的时候还是辣，原来在煮汤的时候就放了很多的花椒。矿泉水或纯净水之类的水有时有点真伪难辨，还不如到旅店喝不花钱的水。多吃些水果不仅能解渴祛火，还可补充各种维生素，甘肃盛产瓜果，可尽情品尝。具有“瓜子之王”美称的兰州黑瓜子，不仅营养丰富，还有润肺、利尿、暖胃等功效，放几样在包里随时品尝，会为你的旅行增加无穷的乐趣。

旅行路线

东线：平凉—天水

南线：临夏—夏河—永靖

中部：兰州—靖远

西线：武威—永昌—山丹—张掖—临泽—高台—酒泉—（额济纳旗）—嘉峪关—安西—敦煌

主要景点

东线：麦积山石窟、伏羲庙、玉泉观、南北宅子。

南线：蝴蝶楼、红园、南关清真寺；桑科草原、拉卜楞寺、贡唐宝塔；刘家峡水电站、炳灵寺石窟。

中部：甘肃省博物馆、黄河铁桥、白塔山、五泉山、黄河母亲雕塑；法泉寺石窟、靖远钟鼓楼。

西线：雷台、罗什塔、文庙；骊靬遗址、永昌钟鼓楼；艾黎捐赠文物陈列馆、山丹军马场、山丹新河驿；大佛寺、万寿寺木塔、马蹄寺石窟、黑水国城堡遗址、昭武古城；烈士陵园、骆驼城遗址、许三湾遗址；鼓楼、酒泉公园、丁家闸壁画墓、药王宫古建筑群；居延海、黑城、大同城、红城、甲渠侯官遗址、胡杨林、怪树林、巴丹吉林沙漠（甘蒙交界）；嘉峪关城楼、悬臂长城、魏晋壁画墓、嘉峪关长城博物馆；锁阳城城堡遗址、榆林窟、桥湾遗址、人头疙瘩、星星峡；莫高窟、鸣沙山、月牙泉、玉门关遗址、阳关遗址、河仓城、汉长城、渥洼池等。

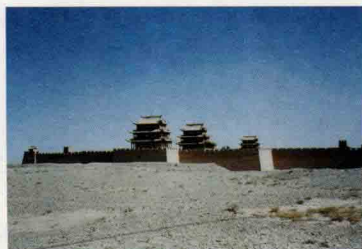


藏族妇女

收获季节

主要旅行社

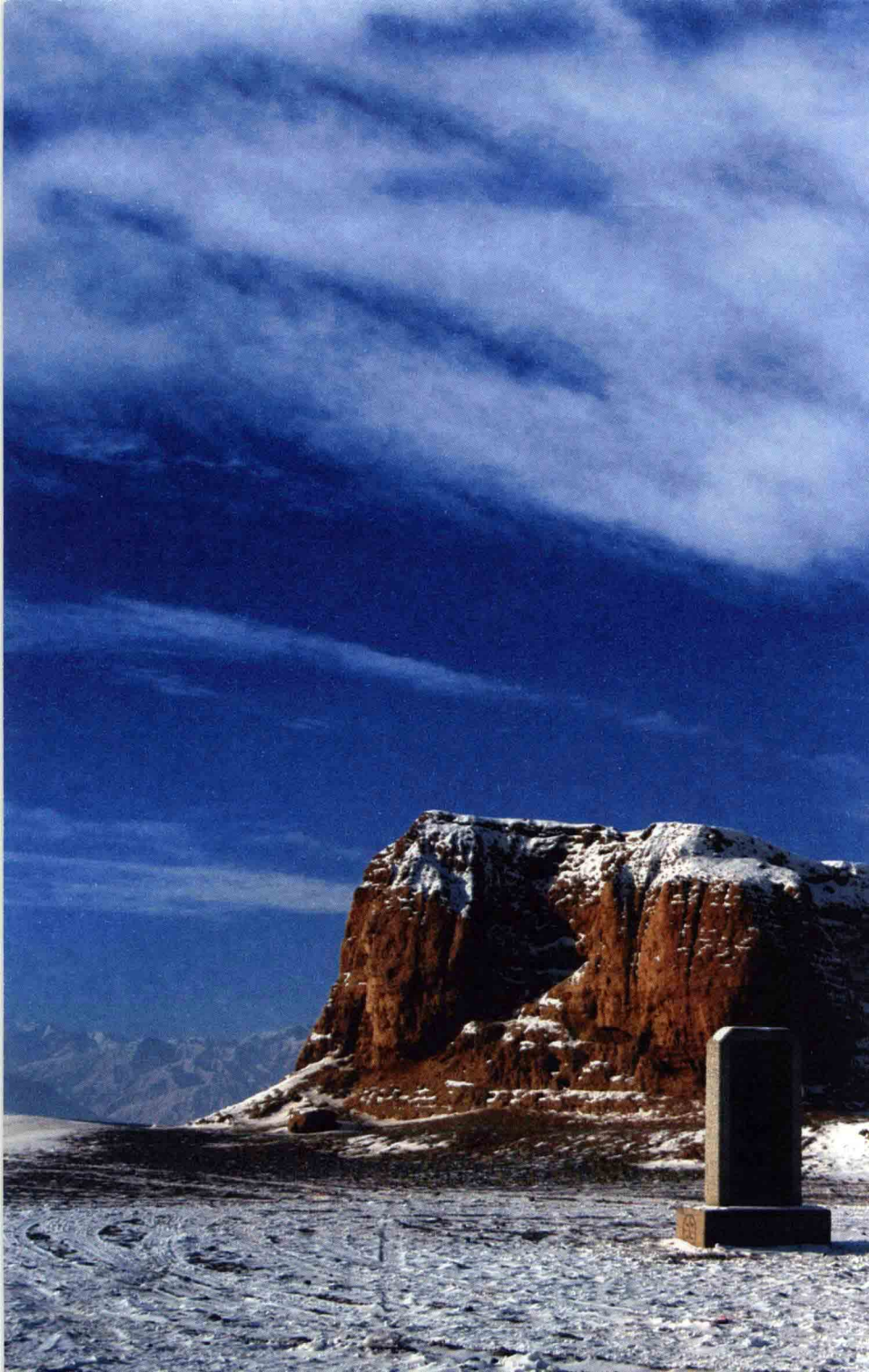
名 称	地 址	电 话
甘肃海外旅游总公司	兰州市农民巷 10 号	0931-8821502
甘肃省中国国际旅行社	兰州市农民巷 10 号	0931-8861333
甘肃丝绸之路国际旅行社	兰州市农民巷 10 号	0931-8827098
甘肃省中国青年旅行社	兰州市民主西路 198 号	0931-8489094
甘肃省职工国际旅行社	兰州市东郊巷 26 号	0931-8829889
甘肃国际体育旅行社	兰州市小沟头 17 号	0931-8419530
甘肃省中国旅行社	兰州市东岗西路 434 号	0931-8414436
甘肃光大国际旅行社	兰州市农民巷 10 号	0931-8410953
甘肃康辉国际旅行社	兰州市小稍门外 280 号 22 楼 D 座	0931-8813133
甘肃金城旅行社	兰州市农民巷 10 号	0931-8884283
甘肃妇女旅行社	兰州市皋兰路 66 号	0931-8855445
甘肃华夏旅游有限公司	兰州市东岗西路 427 号	0931-8845130
甘肃电力陇顺旅行社	兰州市西津西路 708 号	0931-2350004
甘肃西部旅行社	兰州市东岗西路 434 号	0931-8416321
甘肃森林沙漠旅行社	兰州市滨河中路 111 号	0931-2352823
甘肃新世纪旅行社	兰州市皋兰路 76 号统办 3 号楼	0931-8884526
甘肃电力宏达旅行社	兰州市西津东路 376 号	0931-8861761
甘肃华欧旅行社	兰州市白银路 122 号	0931-8434100
甘肃太阳旅行社	兰州市皋兰路 68 号	0931-8839427
甘肃邮电旅行社	兰州市平凉路 387 号	0931-8881511
甘肃天龙旅行社	兰州市民主西路 9 号	0931-8412719
甘肃五洲旅行社	兰州市酒泉路 180 号	0931-8485505
甘肃美桥旅行社	兰州市皋兰路 33 号 (虹云宾馆)	0931-8820988
甘肃兰神旅行社	兰州市白银路 47 号	0931-8123042
甘肃中兴旅行社	兰州市东岗西路 449 号	0931-8841618
甘肃金帆旅行社	兰州市科技街 1 号	0931-8849465
甘肃环球旅行社	兰州市白银路 47-48 号新闻大厦 1008 室	0931-8154833
甘肃兴通电信旅行社	兰州市平凉路 397 号邮电管理局院内	0931-8788518
甘肃运通旅行社	兰州市安西路 168 号 316 房	0931-2320306
甘肃新华旅行社	兰州市邸家庄 37 号	0931-8125533
甘肃万通旅行社	兰州市城关区庆阳路 258 号	0931-8472204
甘肃大地旅行社	兰州市平凉路 367 号	0931-8859080
西北师大教育旅行社	兰州市安宁东路 95 号	0931-7670082
敦煌旅游集团	兰州市皋兰路 68 号	0931-8860818

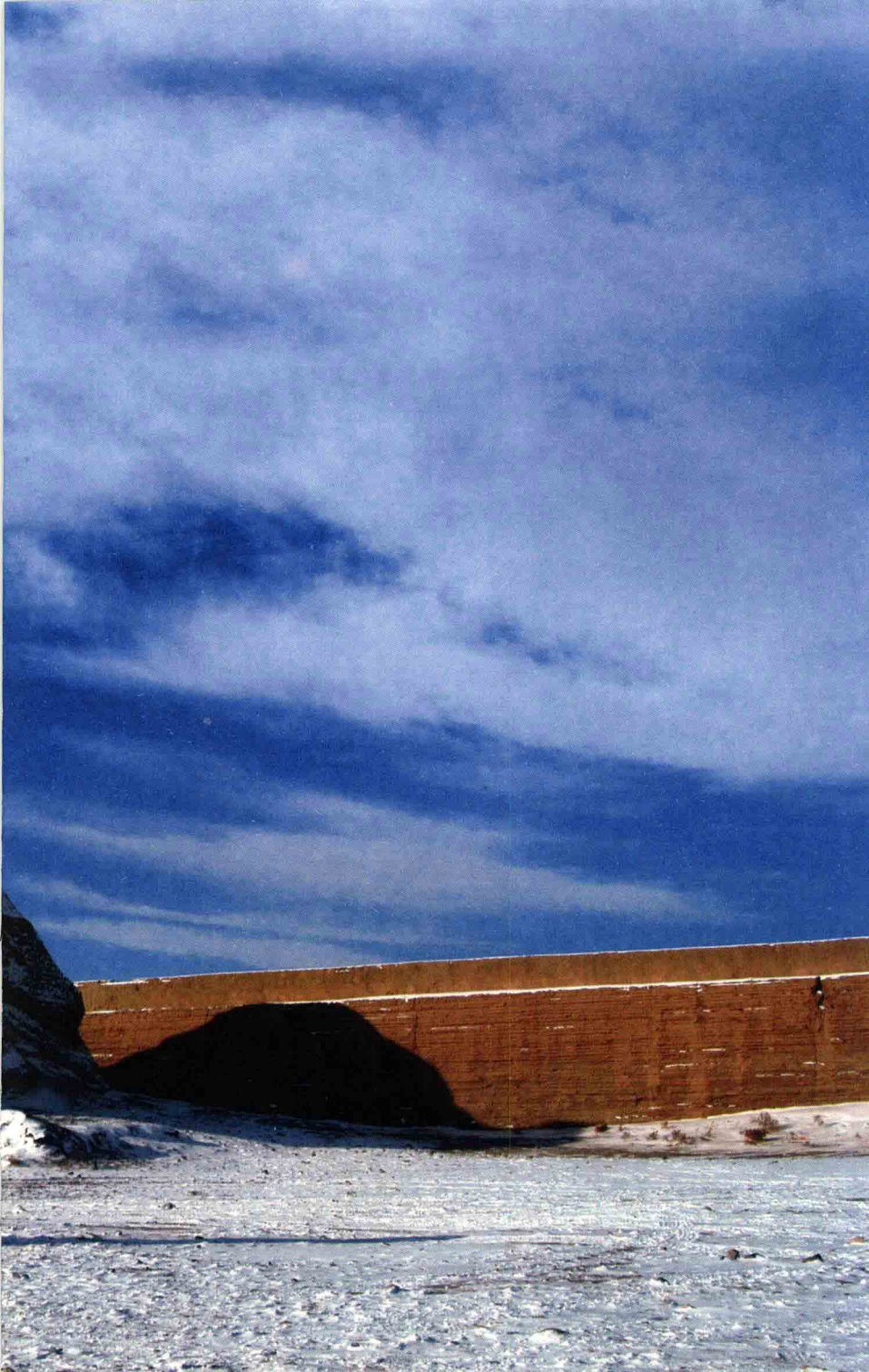


嘉峪关



兰州市容





平凉——丝路重镇



平凉火车站前的城雕

行程参考

平凉的景点若都走到，大约需2~3天时间。崆峒山一定要去，最少一天。其它景点可根据自己的时间和兴趣做适当的选择。

食宿

平凉宾馆（二星）

地址：西大街84号

电话：0933-8212921

平凉春华楼餐馆

地址：新民路1号

电话：0933-8212873

平凉风味小吃

泾川罐罐馍、静宁锅盔、砂子馍、静宁烧鸡、银线吊葫芦等。

平凉地区位于甘肃东部，地处陇东高原，居六盘山东麓，泾河上游，西南临天水，东北连庆阳，西北与宁夏紧邻，东南同陕西接壤，平均海拔1873米，土地肥沃，气候温和，是陕甘宁三省区交会的“金三角”。

古城平凉历史悠久，早在新石器时代，这里已有人类定居，境内已先后发现130余处仰韶、齐家文化遗址。平凉为古“丝绸之路”东段北线重镇，是古长安西进北上的要冲，又因依六盘三关之险，所以历来是兵家必争之地。秦永兴二年（公元358年）秦苻坚欲进攻前凉，于高平镇设平凉郡，取平定凉国之意，平凉由此而得名。夏赫连定曾继皇帝位于平凉，北周武帝建德元年（公元572年）于今市境的西半部设平凉县，是平凉县建制的开始，距今1420余年。1949年平凉解放，设立平凉县，1950年曾另设平凉市，以后又几经撤并，于1983年恢复平凉市。建国以来，平凉市一直为地区行署所在地，市辖20个乡、一个镇、三个街道办事处、



崆峒山是平凉名胜之首