

最新最完备云南自助游!

大赏云南!

好玩云南!

云南
推荐



YUNNAN HOW
速度

游

13 14 版

《全球攻略》编写组 编著



10大
无料主题
迷人之选

速度看云南!

云南印象、云南交通、云南名片

速度去云南!

如何前往、旅行常识

速度玩云南!

人气好玩热地、无料迷人之选、
魅力平民餐馆

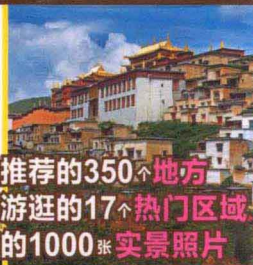
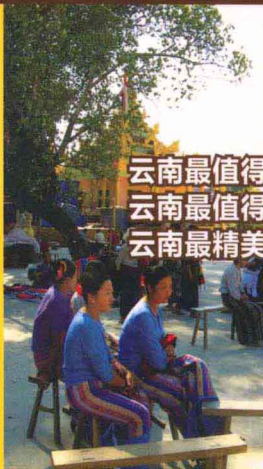
速度买云南!

购物瞎拼、伴手好礼

速度游云南!

天6夜、5天4夜、
天2夜旅行计划书

云南攻略



云南最值得推荐的350个地方
云南最值得游逛的17个热门区域
云南最精美的1000张实景照片



中国旅游出版

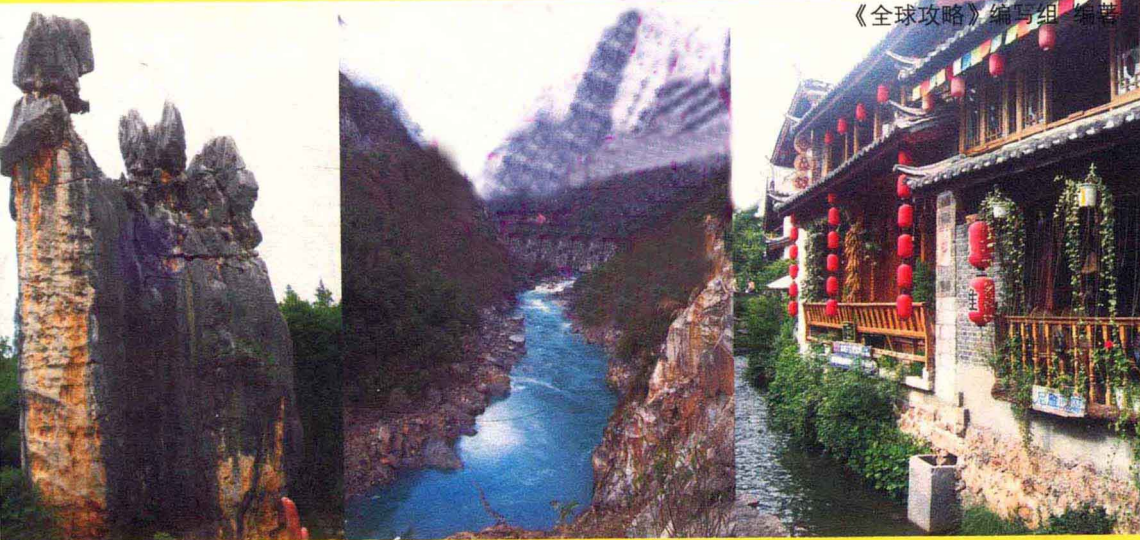
大赏云南! 好玩云南

YUNNAN HOW

速度

游

云南攻略



《全球攻略》编写组 编著

中国旅游出版社



责任编辑：王 颖
内文排版：城市地标
责任印制：闫立中

图书在版编目（C I P）数据

云南攻略 / 《全球攻略》编写组编著. -- 北京 :
中国旅游出版社, 2013.1

(全球攻略)

ISBN 978-7-5032-4546-6

I. ①云… II. ①全… III. ①旅游指南—云南省
IV. ①K928.974

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第234640号

书 名：云南攻略

编 著：《全球攻略》编写组

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

营销中心电话:010-85166503

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京金吉士印刷有限责任公司

版 次：2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

开 本：787毫米×1092毫米 1/16

印 张：17

印 数：1-10000册

字 数：250千

定 价：49.80元

ISBN 978-7-5032-4546-6

版权所有 翻印必究

如发现质量问题，请直接与营销中心联系调换

CONTENTS 目录

云南推荐 001

P
30

昆明市

1. 昙华寺公园 032
2. 世界园艺博览园 033
3. 野鸭湖 034
4. 云南民族博物馆 035
5. 云南民族村 035
6. 滇池 036
 - 海埂公园 037
 - 白鱼口 037
 - 郑和公园 037
7. 西山森林公园 038
 - 华亭寺 038
 - 聂耳墓 038
 - 太华寺 039
 - 三清阁 039
8. 昆明盘龙江 040
9. 钟灵山国家森林公园 040
 - 钟林寺 040
10. 昆明近日楼 041
11. 昆明民族团结广场 041
12. 筇竹寺 042
13. 郊野公园 043
14. 昆明景星花鸟市场 044
15. 昆明西华园 044
16. 黑龙潭公园 045
17. 昆明动物博物馆 045
18. 圆通寺 046
19. 一颗印民居 046
20. 大观公园 047
21. 云南陆军讲武堂 048

22. 昆明东寺塔和西寺塔 049
23. 宝海公园 050
24. 金刚塔 050
25. 昆明植物园 051
26. 金马碧鸡坊 052
27. 昆明关上公园 053
28. 翠湖 053
29. 真庆文化广场 054
 - 真庆观 054
 - 都雷府 054
 - 盐隆祠 054
30. 云南古玩城 055
31. 金殿名胜区 055

P
56

昆明市周边

1. 安宁曹溪寺 058
2. 玉龙湾风景区 059
3. 昆明青龙峡 059
4. 安宁温泉 060
5. 法华寺石窟 060
6. 安宁文庙 061
7. 石林 061
8. 月湖 062
9. 圭山国家森林公园 062
10. 奇风洞 063
11. 轿子雪山 063
12. 芝云洞 064
13. 岩泉风景名胜 064
14. 小白龙森林公园 064
15. 九乡风景区 065



惊魂峡 065

三脚洞 065

16. 禄劝秘乐谷丹霞旅游区 066

秘乐谷 066

17. 阳宗海 066

阳宗海海滨游乐场 067

18. 斗南花市 067

19. 清水海 068

20. 石板河旅游景区 068

21. 小江 069

22. 长湖 069



昭通市

P
70

1. 望海楼 072

2. 清官亭公园 073

3. 大山包生态旅游区 074

4. 豆沙关风景名胜區 075

5. 大龙洞 075

6. 袁滋题记摩崖石刻 076

7. 跳墩河 076

8. 小山峡风景区 077

9. 小草坝风景区 077

10. 码口溶洞群 078

11. 天星国家森林公园 078

12. 天台山溶洞 079

13. 观斗山 079

观斗山寺庙 079

14. 莲花洞 080

15. 扎西会址 080

16. 铜锣坝国家森林公园 081

17. 孟孝琚碑 081

18. 砚池山水库 082

19. 拖姑清真寺 082

20. 昭通药山 083

21. 黄连河风景区 084

22. 西部大峡谷温泉 085

23. 罗炳辉将军纪念馆 085

P
86

曲靖市

1. 麒麟公园 088

2. 花山湖 089

3. 会泽大地缝 089

4. 马龙天生桥 090

5. 沾益海峰湿地 090

6. 天坑 091

7. 九龙瀑布 091

8. 鲁布革小三峡 092

9. 胜境关 092

10. 会泽以礼河 093

11. 陆良彩色沙林 093

P
94

文山壮族苗族自治州

1. 老君山风景名胜區 096

2. 硝厂瀑布 097

3. 西华公园 097

4. 六郎洞 097

5. 丘北普者黑风景区 098

普者黑湖 099

6. 猴爬岩大峡谷 099

7. 坝美村 100

8. 三腊瀑布 101

9. 广南八宝景区 102

广南莲湖 103

美岩溶湖 103

10. 都龙边境集市 103

11. 浴仙湖 104

12. 麻栗坡烈士陵园 104

13. 峰岩洞村 105

14. 驮娘江景区 105



P
106

红河哈尼族彝族自治州

- 1.南湖公园 108
- 2.泸江公园 109
- 3.秀山寺 109
- 4.朝阳楼 110
- 5.建水朱家花园 111
- 6.建水文庙 111
- 7.建水燕子洞 112
- 8.建水燃灯寺 112
- 9.团山民居 113
- 10.学政考棚 113
- 11.双龙桥 114
- 12.个旧金湖 115
- 13.焕文公园 115
- 14.阿庐古洞风景区 116
- 玉笋河 117
- 15.锦屏山风景区 117
- 16.花鱼洞国家森林公园 117

玉溪市

P
118

- 1.聂耳故居 120
- 2.抚仙湖 121
- 3.星云湖 121
- 4.元江世界第一高桥 122
- 5.杞麓湖 122
- 6.通海秀山 123
- 普光寺 123
- 7.帽天山国家地质公园 124
- 8.哀牢山 124
- 9.锦屏山景区 125
- 10.龙马溶洞 125
- 11.映月潭休闲文化中心 125

P
126

西双版纳傣族自治州

- 1.孔雀湖 128
- 2.西双版纳热带植物园 129
- 3.西双版纳原始森林公园 130
- 4.野象谷 131
- 5.贝叶文化村 131
- 6.曼阁佛寺 132
- 7.曼听公园 132
- 8.橄榄坝 133
- 9.西双版纳傣族园 134
- 10.曼典瀑布 134
- 11.景真八角亭 135
- 12.勐景来傣寨 135
- 13.独树成林 136
- 14.打洛小镇 136
- 15.雨林谷 137
- 16.望天树热带雨林主题公园 137

普洱市

P
138

- 1.中华普洱茶博览苑 140
- 2.梅子湖公园 141
- 3.莱阳河国家森林公园 141
- 4.洗马河公园 142
- 5.倒生根公园 142
- 6.上允角文化旅游村 143
- 7.娜允古镇 143
- 8.孟连金塔 144
- 9.勐马瀑布 144
- 10.墨江北回归线标志园 145
- 11.墨江文庙 145
- 12.双胞胎 146
- 13.无量山自然保护区 146
- 14.哀牢山—漫湾风景名胜区分区 147
- 15.普洱民族团结园 147
- 16.江城 148



17. 阿佤山云海 148

阿佤山天池 148

18. 勐梭龙潭 149

19. 贺井塔 149

20. 茶马古道风景区 150

21. 迁糯佛寺 150

22. 芒玉峡谷 151

23. 糯福教堂 151

24. 御笔山公园 151

P
152

楚雄彝族自治州

1. 紫溪山风景区 154

2. 元谋土林 155

3. 武定狮子山 156

4. 永仁方山 156

5. 太阳历公园 157

6. 虎跳滩土林 158

7. 姚安路军民总官府旧址 158

8. 姚安龙华寺 159

9. 德丰寺 159

10. 大姚白塔 159

11. 石羊古镇 160

石羊孔庙 160

12. 世界恐龙谷景区 161



P
162

临沧市

1. 临沧茶文化风情园 164

2. 临沧西门公园 165

3. 子孙庙 165

4. 五老山森林公园 165

5. 凤山公园 166

6. 羊槽古生物化石遗址 166

7. 翁丁佤族村落 166

8. 南伞跨国溶洞 167

9. 临沧青龙桥 167

10. 沧源崖画谷 167

11. 南滚河自然保护区 168

12. 沧源佤山风景名胜区 168

13. 广允缅寺 169

14. 耿马南汀河风景名胜区 169

15. 耿马白马广场 170

16. 同护佛寺 170

17. 景戈白塔 171

18. 云县大朝山—干海子风景区 171

19. 石佛洞遗址 172

20. 甘东公园 172

21. 永德大雪山风景区 173

22. 双江万亩原生古茶树群 173

P
174

德宏傣族景颇族自治州

1. 中缅友谊街 176

2. 畹町国家森林公园 177

3. 畹町桥 177

4. 姐告口岸 178

5. 姐勒金塔 178

6. 畹町生态园 179

7. 大等喊傣家村寨 179

喊萨奘寺 179

8. 树包塔 180

9. 德宏芒市菩提寺 180

10. 勐巴娜西珍奇园 181

11. 芒市三仙洞 181

12. 瑞丽江 182

13. 允燕佛塔 182

14. 榕树王 183

15. 凯棒亚湖游览区 183

16. 南甸宣抚司署 184

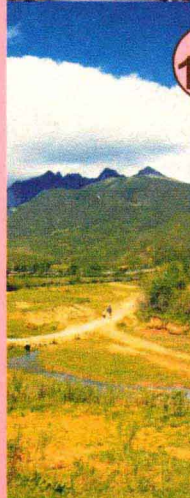
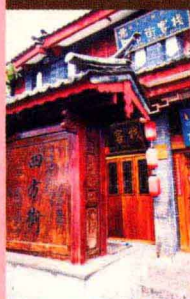
17. 景罕玉兔佛塔 184

18. 虎跳石与落水洞 185



P
186

保山市



1. 怪龙潭 188
2. 金鸡古镇 189
3. 宝莲寺 189
4. 滇西抗日阵亡将士纪念碑 189
5. 卧佛寺 190
6. 诸葛亮遗址 190
7. 腾越文化广场 190
8. 梨花坞 191
9. 云峰山 191
10. 阐化楼 192
11. 龙王塘公园 192
12. 保山玉佛寺 192
13. 腾冲北海湿地保护区 193
14. 来凤公园 193
15. 高黎贡山 194
 - 古道古堡 194
 - 火山地热 195
16. 玉皇阁 195
17. 松山战役遗址 195
18. 槟榔江 196
19. 和顺图书馆 196
20. 和顺古镇 197
21. 元龙阁 197

P
198

大理白族自治州

1. 大理洋人街 200
2. 大理白族自治州博物馆 201
3. 大理周城 201
4. 天龙八部影视城 202
5. 崇圣寺三塔 203
6. 南诏太和城 204
 - 南诏德化碑 204
7. 喜洲白族民居建筑群 204
8. 苍山洱海 205
 - 大理南诏风情岛 206

- 蝴蝶泉 206
- 天龙洞 207
- 清碧溪 207
- 玉几岛 208

9. 元世祖平云南碑 208
10. 苍山神祠 209
11. 银都水乡 209
12. 巍山古城 210
13. 鸡足山 211
14. 千狮山 211
15. 巍宝山 212
16. 寺登街 213
17. 剑川石宝山 213

P
214

丽江市

1. 丽江古城 216
 - 四方街 217
 - 万古楼 218
 - 嵌雪楼 218
 - 木府 219
2. 黑龙潭公园 219
3. 丽江五凤楼 220
4. 束河古镇 220
 - 青龙桥 221
5. 玉水寨 221
6. 观音峡 222
7. 长江第一湾 222
8. 拉市海 223
9. 丽江户外乐园 224
10. 北岳庙 224
11. 千龟山 225
12. 文笔山旅游景区 225
13. 丽江指云寺 226
14. 玉龙雪山 226
 - 甘海子 227
 - 云杉坪 227
 - 牦牛坪 228
 - 文海 228
15. 丽江虎跳峡 229



- 16.九十九龙潭 229
- 17.丽江博物馆 230
- 18.泸沽湖 230
- 19.小落水村 231

P
232

怒江傈僳族自治州



- 1.片马抗英纪念馆及纪念碑 234
- 2.怒江听命湖 235
- 3.六库大桥 235
- 4.碧罗雪山 236
- 5.兰坪罗古箐风景名胜区 236
- 6.丙中洛村 237
- 7.福贡高山湖 237
- 8.新生桥森林公园 238
- 9.怒江大峡谷 238

福贡石月亮 239



- 10.金鸡寺 239
- 11.怒江石门关 240
- 12.怒江溜索 240
- 13.独龙江河谷 241
- 14.普化寺 242
- 15.石门摩崖石刻 243
- 16.怒江第一湾 243



迪庆藏族自治州

P
244

- 1.茶马古道金色大厅 246
- 2.松赞林寺 247
- 3.香格里拉镇公堂 247
- 4.香格里拉大峡谷 248
- 5.纳帕海 249
- 6.梅里雪山 250
- 7.干湖山 251
- 8.五凤山 251
- 9.属都海 252



A



YUNNAN HOW

速度

看

云南!

云南
推荐

1

云南印象

♥概况



云南地处我国西南边陲，独特的地理环境和气候，形成了丰富的动物、植物、矿产等资源，常被人们冠以“动物王国”、“植物王国”、“香料王国”、“药材之乡”、“花木之乡”、“有色金属王国”的美称。

云南风光秀丽，旅游资源极其丰富，例如气势磅礴的虎跳峡、突兀壮观的玉龙雪山、平和闲适的丽江古城、美丽富饶的西双版纳等，都是我国旅游的黄金之地。

云南也是我国少数民族聚居的省份之一，在云南这块富饶的土地上，生活着彝、白、哈尼、傣、傈僳、拉祜、佤、纳西、景颇等少数民族，勤劳智慧的各族人民，在云南大地上创造了灿烂绚丽的文化，像纳西族的东巴文化、大理白族文化、彝族的贝玛（毕摩）文化、傣族的贝叶文化等，这些文化成了云南，乃至我国文化中的瑰宝。

近年，云南凭借其优美的自然风景、丰富的人文景观和淳朴的民俗风情，每年吸引无数的游客亲身到云南，感受它独特的魅力。

♥地理

云南省地处我国西南边陲，东部与贵州省、广西壮族自治区为邻，北部同四川省相连，西北紧依西藏自治区，西部同缅甸接壤，南同老挝、越南毗连。

云南地形、地势极为复杂，大体上，西北部是高山深谷的横断山区，东部和南部是云贵高原，在起伏纵横的高原之上，断陷盆地星罗棋布，从总体上看，整个云南西北高、东南低。

正是云南这独特的地理环境，成就了云南遍地是宝藏、处处是风景的奇观，云南不愧被誉为我国西南的一颗明珠。

♥气候

云南受南孟加拉高压气流影响而形成高原季风气候，全省大部分地区呈现冬暖夏凉、四季如春的特征，其中云南省会昆明更是被誉为“春城”，一年四季如春，正是云南气候特征的写照。

但是云南地处低纬度高原，加之地理位置特殊，地形地貌复杂，致使云南气候类型丰富多样，有北热带、南亚热带、中亚热带、北亚热带、南温带、中温带和高原气候共7个气候类型。

大体上看，云南的气候有三大特点，其一，气候的区域差异和垂直变化十分明显；其二，年温差小，日温差大；其三，降水充沛，干湿分明，但分布不均。

♥区划

截至2012年1月1日，云南省共有16个地级行政区划单位，其中，8个地级市，分别是昆明市、曲靖市、玉溪市、保山市、昭通市、丽江市、普洱市、临沧市，省会是昆明市；8个自治州，分别是楚雄彝族自治州、红河哈尼族彝族自

治州、文山壮族苗族自治州、西双版纳傣族自治州、大理白族自治州、德宏傣族景颇族自治州、怒江傈僳族自治州、迪庆藏族自治州；另外，还有129个县级行政区划单位，其中有13个市辖区、11个县级市、76个县、29个自治县。

♥ 人口与民族

根据第六次全国人口普查的结果表明，云南总人口为4596.6万，其中汉族人口为3062.9万，占总人口的66.63%；各少数民族人口为1533.7万，占总人口的33.37%；而居住在城镇的人口为1618.0万，占总人口的35.20%；居住在乡村的人口为2978.6万，占总人口的64.80%。

云南是全国少数民族数目最多的省份，全国55个少数民族中，在云南有一定聚居区域的少数民族有25个，而其中白、哈尼、傣、傈僳、佤、拉祜、纳西、景颇、布朗、阿昌、普米、怒、德昂、独龙、基诺15个少数民族为云南所特有，因此云南也是我国特有民族最多的省份。大体上看，云南各少数民族分布呈“大杂居、小聚居”的特点。

2 云南交通

♥ 航空

云南省的航空运输业比较发达，目前拥有民用机场12个，在建3个，数量位居全国各省区第一位，尤其是新昆明国际机场（昆明长水国际机场）将成为继北京、广州、上海之后中国第四个国家门户机场，也是我国唯一一座面向东南亚、



南亚和联结欧亚的门户枢纽机场。云南开辟了多条国际和国内的航空路线，例如昆明

国际机场，开通曼谷、新加坡、吉隆坡、河内、胡志明市、仰光、清迈、万象、首尔、大阪、迪拜等地的国际航线；同时，云南通往国内各大中城市的航线达100余条；其中丽江机场开通丽江至昆明、西双版纳、北京、上海、广州、成都、深圳、贵阳等国内航线；西双版纳机场开辟了至大理、丽江、上海、天津、成都、重庆等国内航线，都是云南人流量较大、线路繁忙的航线。

♥ 铁路

云南铁路历史悠久，100多年前，云南就有了第一条铁路——滇越铁路，这是当时我国第一条国际铁路。云南省也是目前我国唯一一个准轨（准轨指标准的铁路轨道，为1435毫米）和米轨（米轨指铁路宽度为1000毫米的轨道）并存的省份。虽然云南在我国近代史上较早拥有了铁路，但由于云南地形复杂、地质条件恶劣等因素，铁路运输并不十分发达，至2012年，云南境内铁路里程近2300公里，仅占全国铁路运营里程的4%左右。不过随着云南经济的发展，尤其是旅游业的需要，云南铁路建设迎来黄金时期，云南正积极勾画“八入滇四出境”的铁路运输格局，届时云南铁路将四通八达，成为交通运输的中坚力量。

♥ 公路

在云南出行的主要方式就是公路交通，云南公路业较为发达，公路总里程达20万公里，居全国前列。云南公路以昆明为中心呈辐射状，通过7条国道、61条省道把省内及国内外各大中城市连接在一起。

经过云南省的国道分别是：

一、108国道：北京—太原—西安—成都—西昌—永仁—元谋—武定—禄劝—富民—昆明

二、213国道：兰州—成都—乐山—绥江—大关—昭通—寻甸—嵩明—昆明—呈贡—晋宁—玉溪—峨

山-元江-墨江-宁洱-普洱-景洪-勐腊-磨憨

三、214国道: 西宁-玉树-昌都-德钦-香格里拉-剑川-大理-弥渡-南涧-云县-临沧-双江-澜沧-勐海-景洪

四、320国道: 上海-杭州-南昌-长沙-贵阳-富源-沾益-曲靖-马龙-嵩明-昆明-安宁-楚雄-南华-祥云-大理-永平-保山-龙陵-潞西-畹町-瑞丽

五、323国道: 瑞金-韶关-贺州-柳州-河池-百色-富宁-砚山-开远-建水-石屏-元江-墨江-宁洱-景谷-临沧

六、324国道: 福州-广州-南宁-百色-兴义-罗平-师宗-石林-宜良-昆明

七、326国道: 秀山-遵义-毕节-宣威-沾益-曲靖-陆良-石林-弥勒-开远-蒙自-屏边-河口

♥ 昆明公交车

昆明市公共交通十分发达, 3000多辆公交车, 160多条线路几乎覆盖了昆明市的所有地方。昆明绝大部分公交车实行无人售票制, 前门上车, 后门下车, 票价1元。一般公交车早班车在6: 00-6: 30, 末班车在22: 00-22: 30。

♥ 昆明出租车

昆明市内的出租车有两种: 一种是桑塔纳、捷达, 起步价8元, 3公里后每公里1.8元。另一种是夏利车, 起步价7元, 3公里后每公里1.6元。所有出租车行驶超过10公里要加收50%的费用, 晚上10点以后所有出租车起价为9.6元, 3公里以后每公里2.4元。

♥ 昆明地铁

昆明2012年6月刚刚开通地铁6号线, 始末站分别是东部汽车站、长水机场中心, 全长18千米, 发车时间为06:30-21:30, 实行分段计价。

3 云南名片

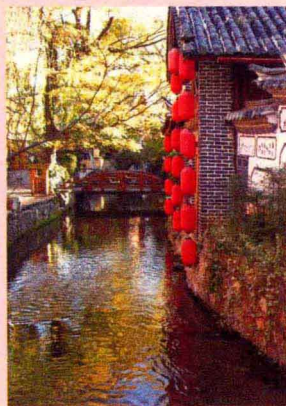
过桥米线

“过桥米线”是云南特有美食, 已有百余年历史, 云南米线汤烫味美, 肉片鲜嫩, 口味清香, 别具风味, 深受各族人民群众的喜爱, 现在早已风靡全国。关于云南米线还有一段美丽的传说, 据说从前有个秀才苦读赶考, 其妻每天都要过一座桥为他送饭, 为避饭凉, 其妻就将汤内倒入热油以保温, 丈夫知道后感动不已, 一边吃米线, 一边称其为过桥米线, 并以过桥米线为题吟诗作赋, 歌颂两人爱情故事, 从此云南过桥米线声名鹊起, 流传至今。



丽江古城

丽江古城, 又名大研镇, 坐落在美丽的云南省丽江市。丽江古城历史悠久, 古朴自然, 兼有水乡之容、山城之貌, 它作为少数民族城市, 从城市布局到建筑艺术融汇汉、白、彝、藏各民族精华, 是一座具有综合价值的历史文化名城, 与四川阆中、山西平遥、安徽歙县并称为“保存最为完好的四大古城”。丽江古城作为珍贵的文化遗产, 是我国乃至世界的瑰宝。



A

YUNNAN HOW
速度

看云南!

香格里拉

香格里拉，位于云南省西北部的滇、川、藏“大三角”区域，是国家“三江并流”风景名胜的一颗明珠，是一片人间少有的完美保留自然生态和民族传统文化的净土，

素有“高山大花园”之美誉。香格里拉是云南自然景观、人文景观的富集区域，也是国家八大黄金旅游热地之一。香格里拉的主要景区有碧塔海、洋塘曲、牦牛船、松赞林寺、白水台、纳帕海、依拉草原、梅里雪山、白茫雪山、小中甸花海、藏民家访、香格里拉大峡谷、萨马阁自然保护区、达摩祖师洞、普达措国家森林公园等，这些风景名胜使香格里拉成为人们心中“伊甸园”、“世外桃源”、“乌托邦”的代名词。



西双版纳

苍山洱海



西双版纳，位于云南省西南端，是云南省下辖的一个傣族自治州。西双版纳，古代傣语，意思是“理想而神奇的乐土”，西双版纳以神奇的热带雨林自然景观和少数民族风情而闻名天下，是我国的热点旅游地之一。西双版纳作为我国唯一的热带雨林自然保护区，林木参天蔽日，珍禽异兽比比皆是，奇木异葩随处可见，西双版纳仿佛是人间仙境。

苍山洱海，山水相依，自古以来就是旅游者所向往的地方，明代著名文人这样描绘苍山洱海：“山则苍龙垒翠，海则半月掩蓝”，“一望点苍，不觉神爽飞越”。苍山，又名点苍山，景色向来以雪、云、泉著称，特别是经夏不消的苍山雪，是久负盛名的大理“风花雪月”四景之最；点苍山的云，变幻多姿，时而淡如青烟，时而浓似泼墨，令人遐想；点苍山的泉泻于19峰之间，它不但滋润着山麓的土地，也点缀了苍山的风光。洱海，是一个风光明媚的高原湖泊，呈狭长形，形状酷似人耳，故名

洱海，洱海南北长40公里，面积约240平方公里，是仅次于滇池的云南第二大湖；在风平浪静的日子里泛舟洱海，仿佛人在画中游。



普洱茶，因主要产于普洱市，故得名，普洱茶历史悠久，早在3000多年前人们便开始种植，在漫长的岁月里，形成了独特的茶叶加工技艺。普洱茶外形色泽褐红，香气独特陈香，滋味醇厚回甘，尤其是普洱茶“越陈越香”的特点，被公认为是普洱茶区别于其他茶类的最大特点。现在普洱茶已经风靡全国，名扬天下，品普洱茶成了一种时尚，也成了茶艺文化。

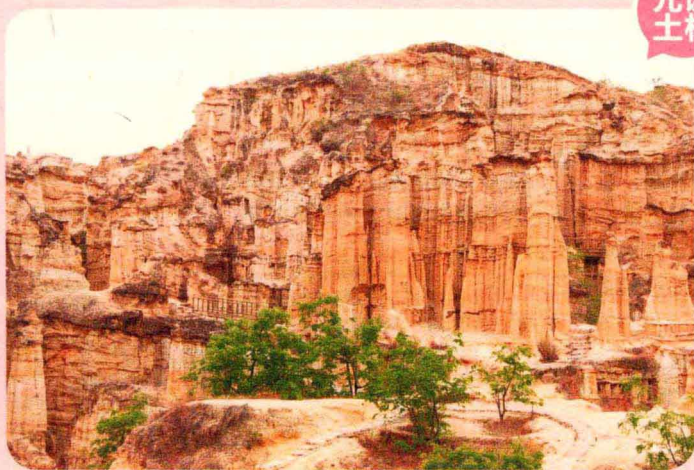


普洱茶

建水
紫陶

建水紫陶是云南省建水县的民间传统工艺品，它是用建水近郊五色陶土制作成型，经过书画、雕刻、填刮、烧炼、磨光等工序，陶器色泽深紫，花纹雪白，叩声如磬，非常珍贵，为我国四大名陶之一，与江苏宜兴陶、广东石湾陶、四川荣昌陶并驾齐名，尤其是在上海世博会上，建水紫陶大放异彩。

元谋土林，是一种土状堆积物塑造的、成群的柱状地形，因远望如林而得名，元谋土林的每根“林柱”均有独特的造型，形成了风姿各异的土林奇观，这些林柱，有的像古城堡，有的像殿宇，有的像宝塔，有的像巨剑冲天，有的像刀脊横地，有的像展翅欲飞的雄鹰，有的像奔驰的骏马，真可谓鬼斧神工，令人叹为观止。

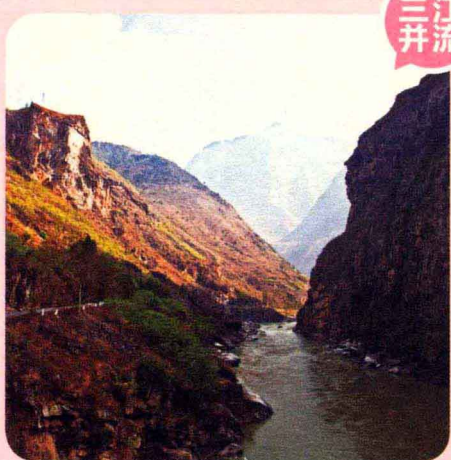


A

YUNNAN HOW
速度

看云南!

三江并流



三江并流是指金沙江、澜沧江和怒江三条发源于青藏高原的大江在云南省内自北向南穿越担当力卡山、高黎贡山、怒山和云岭形成了世界上罕见的“江水并流而不交汇”的奇特景观。三江并流以雄、险、秀、奇、幽、奥、旷等著称，被誉为“世界生物基因库”，一直是科学家、探险家和旅游者的向往之地。

滇池

滇池，古代也称为滇南泽，湖体略呈弓形，南北长39公里，东西最宽为13公里，湖面海拔1886米，面积330平方公里，是云南省第一大湖。滇池风光秀美，古往今来，无数文人墨客挥毫吟咏，赞美滇池，素有“高原明珠”之誉，历史上就是人们旅游观光和避暑的胜地，现在更是旅游、娱乐、度假的理想场所。



腾冲“大救驾”是腾冲的一种风味小吃，也是云南特有的名菜之一，“大救驾”是用饵烹制而成，色泽鲜美，味道清爽，可谓色、香、味俱全。传说南明永历皇帝朱由榔从京城逃到了滇西一带，在饥渴交加的时候，一户农家，做了一大盘炒饵块款待了他。永历皇帝在饭饱之余，回味炒饵块的滋味时，不禁感慨道：“救了朕的驾。”从此，腾冲炒饵块得了一个“大救驾”的美称，“大救驾”也就不胫而走。



腾冲“大救驾”



4

云南奇闻异趣

♥ 云南十八怪

云南由于其独特的地理风貌、气候状况及风情民俗，产生了许多不同于其他地方的奇异现象，被称为“云南十八怪”，广泛在民间流传，一听到这些怪事，人们自然而然就想到了云南，这些奇闻怪事似乎成了云南的专有名词。

1 鸡蛋用草串着卖

云南老乡们为了便于买主携带所购买的鸡蛋，又不被碰坏，便以竹篾或麦草贴着蛋壳编，每个隔开，十个为一串，然后拿到街上卖。

2 摘下斗笠当锅盖

云南竹林较多，许多用具都以竹子为原料，而锅盖就形似于斗笠，只是顶略小一点，便于抓拿，而且用此做锅盖，透气保温，做出来的饭更加清香。

3 三只蚊子一盘菜

云南的许多地区，终年蚊蝇不绝，特别是野地与牲畜圈里的蚊子个头都比较大，故夸张地说三只蚊子一盘菜。

4

火筒能当水烟袋

云南当地人抽烟所用的烟袋很像吹火筒，只不过吹火筒是往外吹，而它是往里吸，烟气经过水过滤，可以降低焦油的浓度，味道更加清凉香醇。

5

糌粑被叫作饵块

云南产大米，把大米蒸熟舂打后，揉制成长条形的半成品，可炒吃、煮吃、蒸着吃，颜色白如雪，当地人称饵块。

6

背着娃娃谈恋爱

云南少数民族期盼人丁兴旺，结婚数日媳妇便回娘家了，等有了娃娃再回婆家与丈夫相聚，开始谈恋爱。

7

四季服装同穿戴

云南地区气候多变，夏天不热，冬天不寒，但白天和晚上的温差较大，可以说是冷热瞬变，在街上四季服饰随处可见，长的、短的、厚的、薄的，颜色艳丽，绚丽多姿。

8 蚂蚱能做下酒菜

云南许多地区的人都有吃虫的爱好，变害虫为佳肴，化昆虫为美味，所以蚂蚱、蝗虫等，都因为油煎之后，焦脆鲜香，而成了美味的下酒菜。

9 姑娘被叫作老太

云南有些地区口音娘娘不分，喊姑娘其实就是指姑与娘，而把姑姑与娘娘喊为老太，所以你问姑娘他说老太，喊老太也就是人们所称的小姨。

10 和尚可以谈恋爱

云南与几个信奉佛教的国家接壤，而佛教国家的男子上寺庙当和尚就像内地上学读书或服兵役一样，到时还可以还俗结婚生子，受其影响，云南有些和尚也开始谈恋爱。

11 老太爬山比猴快

云南多高山深谷，当地的妇女们从小到老都勤劳无比，爬山越岭、种地砍柴都习以为常，因此练就了一身矫健的身板与脚劲，七八十岁的老太登山往往如履平地。

12 新鞋后面补一块

云南少数民族妇女在绣花鞋后面，用布巧做鞋曳，上面绣花精心点缀，既美观又有挡灰挡泥的实用价值。

13 火车没有汽车快

云南有许多高山峡谷，所以云南的铁路坡度很大、弯道较多，使得火车的速度特慢，形成了火车没有汽车快的现象。

14 娃娃全由男人带

云南的妇女们历来勤劳，所以很多外面的活都由她们来干，而男子们相对来说却比较清闲，大多都待在家里带孩子。

15 花生蚕豆数着卖

以前云南人，喜欢以物易物，耻言商品交易，故花生、蚕豆等物品都数堆卖，人心就是秤一杆。

16 这边下雨那边晒

云南地理位置特殊，形成了十里不同天的气候，有时同一座山的两面都不同，一面艳阳高照，一面倾盆大雨。

17 四只竹鼠一麻袋

云南竹林很多，有繁茂的竹笋，食竹笋的鼠多肥硕，夸张地说四只竹鼠就能装一麻袋。

18 脚趾常年都在外

云南到处崇山峻岭，行路较不方便，爬山跑路多了会有较多的脚汗，于是就做成浅口浅帮鞋，露出脚趾，能够感到凉爽，不出汗。