

走遍中国 内蒙古

以文化引导旅行
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

第三版

踩线作者全线更新
27幅详细权威地图
250余幅精美彩图

DISCOVER
CHINA

中国旅游出版社

走遍中国 内蒙古

以文化引导旅行
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

中国旅游出版社

项目策划: 王 颖
责任编辑: 梁 媛 吴慧慧
文字作者: 刘凤玖 舒 泥 巴 特 刘书润 周玉林
布仁巴雅尔
图片作者: 巴 戈 于 怀 滕卫华 刘凤玖 全景图片
汉华易美 达志影像/shutterstock 图文天下
封面设计: 何 睦
内文设计:  zhongmei 正美
www.zhongmei.com
地图绘制: ANYFOTO
责任印制: 闫立中

图书在版编目 (CIP) 数据

内蒙古 / 《走遍中国》编辑部编著. -- 3版. -- 北
京: 中国旅游出版社, 2014.1
(走遍中国)
ISBN 978-7-5032-4892-4

I. ①内… II. ①走… III. ①旅游指南 - 内蒙古
IV. ①K928.926

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第312951号

审图号: GS (2008) 674

书 名: 内蒙古

编 著: 《走遍中国》编辑部

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

发行部电话: 010-85166503

排 版: 北京中文天地文化艺术有限公司

印 刷: 北京金吉士印刷有限责任公司

版 次: 2008年1月第1版 2014年1月第3版第1次印刷

开 本: 889mm × 1194mm 1/32

印 张: 10

字 数: 360千

定 价: 49.8元

I S B N 978-7-5032-4892-4

版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

目录

TRAVEL AROUND

走遍中国·内蒙古 Inner Mongolia

CONTENTS

本书导读 / 2

烈马柔情的土地 / 2

内蒙古档案

地理 / 6

历史 / 12

大事记 / 21

少数民族 / 23

内蒙古解读

大地为母，草原游牧文化 / 28

红山文化：中华文明的序曲 / 34

马背上的民族 / 38

一代天骄，成吉思汗 / 42

史诗《江格尔》 / 48

草原音乐四宝 / 52

那达慕，强者的游戏 / 56

乳肉食品造就的强悍民族 / 61

朴素而神奇的蒙古医学 / 64

内蒙古——最丰富多彩的生态旅游基地 / 68

内蒙古经典

内蒙古必访焦点 / 74

去内蒙古一定要尝试的事 / 78

内蒙古特色主题线路 / 80

内蒙古特色节庆 / 88

内蒙古最值得推荐的美食 / 92

准备出发

旅行与季节 / 96

到达离开 / 99

住在内蒙古 / 101

吃在内蒙古 / 102

预算 / 104

入乡随俗 / 105

呼和浩特及乌兰察布地区

前世今生 / 111

旅行与季节 / 111

焦点 / 112

行程推荐 / 113

预算 / 113

呼和浩特

内蒙古博物院 / 114

大召 / 115

席力图召 / 117

五塔寺 / 118

清真大寺 / 119

伊斯兰风情街 / 119

将军衙署 / 120

公主府 / 121

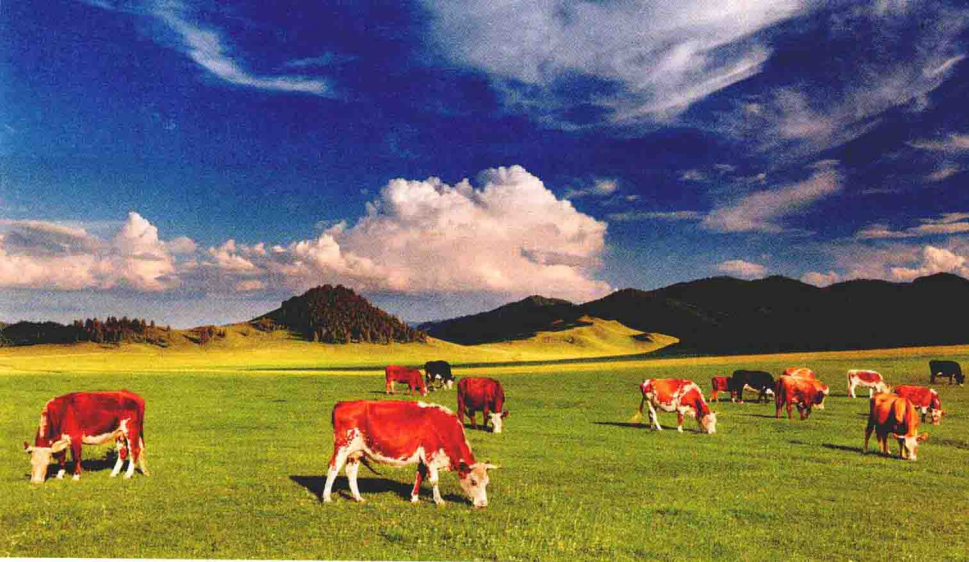
万部华严经塔（白塔） / 121

昭君墓 / 122

蒙古风情园 / 122

喇嘛洞召 / 122





乌素图召 / 123
乌素图国家森林公园 / 124
大青山野生动物园 / 124
哈达门高原牧场 / 124
希拉穆仁草原 / 125

乌兰察布

哈素海 / 126
九龙湾 / 126
二龙什台国家森林公园 / 127
玫瑰营镇天主教堂 / 127
乌兰察布岩画 / 128
凉城岱海旅游区 / 128
辉腾锡勒草原 / 128
黄花沟 / 129
格根塔拉草原 / 129

实用资讯

交通 / 130
住宿 / 132
餐饮 / 133
娱乐 / 135

包头与鄂尔多斯地区

前世今生 / 139
旅行与季节 / 140
焦点 / 140

行程推荐 / 141
预算 / 141

包头

赛汗塔拉生态园 / 142
北方兵器城 / 142
花苑 / 143
南海公园 / 143
黄河大桥 / 144
五当召 / 144
美岱召 / 146
梅力更风景区 / 147
哈撒儿旅游景区 / 147
和林格尔土城子遗址 / 148

鄂尔多斯

鄂尔多斯博物馆 / 149
康巴什新区 / 149
成吉思汗陵 / 150
统万城 / 151
准格尔召 / 152
鄂尔多斯世珍园 / 153
库布齐神光响沙旅游区 / 153
响沙湾 / 153
恩格贝 / 154
七星湖沙漠 / 155

TRAVEL AROUND 走遍中国·内蒙古 Inner Mongolia

CONTENTS

实用资讯

交通 / 156

住宿 / 158

餐饮 / 159

呼伦贝尔地区

前世今生 / 163

旅行与季节 / 164

焦点 / 164

行程推荐 / 165

预算 / 166

呼伦贝尔

呼伦贝尔民族博物馆 / 167

成吉思汗广场 / 167

呼伦贝尔副都统衙门 / 168

海拉尔国家森林公园 / 168

一塔两寺 / 169

世界反法西斯战争海拉尔纪念园 / 169

金帐汗蒙古部落 / 170

呼和诺尔 / 171

巴彦呼硕草原 / 171

鄂温克博物馆 / 172

红花岗基森林公园 / 173

呼伦湖 / 173

满洲里国门与互市贸易区 / 174

套娃广场 / 175

俄罗斯风情一条街 / 175

北湖公园 / 176

苏联红军烈士陵园 / 176

黑山头口岸 / 176

黑山头古城 / 176

根河湿地 / 177

恩和 / 178

室韦 / 178

临江屯 / 179

莫尔道嘎国家森林公园 / 179

鄂伦春博物馆 / 182

嘎仙洞 / 183

敖鲁古雅鄂温克族乡 / 183

伊克莎玛国家森林公园 / 184

牙克石凤凰山庄 / 184

扎兰屯 / 184

实用资讯

交通 / 186

住宿 / 187

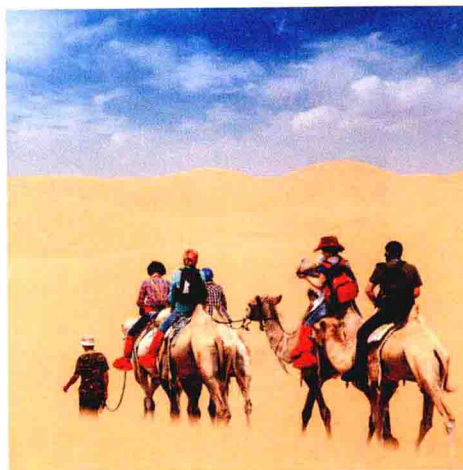
餐饮 / 188

娱乐 / 189

兴安盟与通辽地区

前世今生 / 193

旅行与季节 / 194



焦点 / 194
行程推荐 / 195
预算 / 196

兴安盟

成吉思汗庙 / 197
“五一”会址 / 197
乌兰夫办公旧址 / 198
阿尔山国家森林公园 / 198
好森沟景区 / 201
玫瑰峰 / 202
哈拉哈河漂流 / 202
中国温泉博物馆 / 203
金江沟温泉 / 203
五里泉 / 204
阿尔山滑雪场 / 204

通辽

科尔沁博物馆 / 206

西拉木伦公园 / 206
大乐林寺 / 207
珠日河草原 / 207
扎鲁特山地草原 / 208
莫力庙水库 / 209
大青沟 / 209
博王府 / 211
福缘寺 / 211
兴源寺 / 211
奈曼王府 / 212
舍力虎旅游区 / 212
柴河月亮小镇 / 213

实用资讯

交通 / 214
住宿 / 215
餐饮 / 216
购物 / 217



TRAVEL AROUND

走遍中国·内蒙古 Inner Mongolia

CONTENTS

赤峰地区

前世今生 / 221

旅行与季节 / 222

焦点 / 222

行程推荐 / 224

预算 / 224

赤峰

红山国家森林公园 / 225

赤峰市博物馆 / 225

克什克腾世界地质公园博物馆 / 226

贡格尔草原 / 227

达里诺尔自然保护区 / 227

白音敖包沙地云杉 / 229

阿斯哈图冰石林 / 229

黄岗梁国家森林公园 / 230

西拉木伦大峡谷 / 230

浑善达克沙地 / 231

青山国家地质公园 / 231

热水塘温泉 / 232

乌兰布统古战场 / 232

荟福寺 / 233

巴林右旗博物馆 / 234

巴林奇石馆 / 234

辽庆陵 / 234

辽庆州白塔 / 235

六味神泉 / 235

集通铁路大板机务段 / 236

赛罕乌拉自然保护区 / 236

辽上京博物馆 / 237

辽上京遗址 / 237

林东双塔 / 237

召庙北五台 / 237

辽祖师城与辽祖陵 / 238



梵宗寺 / 238
勃隆克沙漠旅游区 / 239
玉龙沙湖旅游区 / 239
灵悦寺 / 240
喀喇沁亲王府 / 240
福会寺 / 240
辽中京遗址 / 241
大明塔 / 241

实用资讯

交通 / 242
住宿 / 242
餐饮 / 243

锡林郭勒地区

前世今生 / 247
旅行与季节 / 248
焦点 / 248
行程推荐 / 249
预算 / 250

锡林郭勒

贝子庙 / 251
额尔敦敖包公园 / 251
蒙元文化博物馆 / 252
锡林郭勒大草原 / 253
希日塔拉草原度假村 / 253
锡林九曲 / 254
乌珠穆沁草原 / 254
阿尔善圣泉 / 255
平顶山 / 255
忽必烈广场 / 256
元上都遗址 / 256
金莲川草原 / 256
浑善达克沙地 / 257

汇宗寺 / 257
山西会馆 / 257
多伦湖 / 258
滦源湖景区 / 259
二连浩特国门 / 259
恐龙博物馆 / 259
二连白垩纪恐龙地质公园 / 260
伊林驿站遗迹博物馆 / 260
洪格尔岩画群 / 260

实用资讯

交通 / 261
住宿 / 262
餐饮 / 262

巴彦淖尔与乌海地区

前世今生 / 267
旅行与季节 / 268



TRAVEL AROUND

走遍中国·内蒙古 Inner Mongolia

CONTENTS

焦点 / 268

行程推荐 / 269

预算 / 269

巴彦淖尔

河套文化博物院 / 270

乌梁素海 / 270

乌拉山国家森林公园 / 271

玛瑙湖 / 272

内蒙古酒文化博物馆 / 272

鸡鹿塞古城 / 272

阴山岩画 / 273

阿贵庙 / 274

甘其毛道口岸 / 275

乌兰布和沙漠 / 275

乌海

乌海植物园 / 276

蒙古族家具博物馆 / 277

乌海胡杨岛 / 277

金沙湾 / 278

甘德尔山奇峡谷 / 278

桌子山岩画 / 278

迪雅庙 / 278

实用资讯

交通 / 279

住宿 / 280

餐饮 / 281

阿拉善地区

前世今生 / 285

旅行与季节 / 285

焦点 / 286

行程推荐 / 287

预算 / 288

阿拉善

阿拉善博物馆 / 289

定远营古城 / 289

广宗寺（南寺） / 289

福因寺（北寺） / 290



贺兰山自然风景区 / 291

天鹅湖 / 291

月亮湖 / 292

通湖草原旅游区 / 293

巴丹吉林沙漠 / 293

额济纳博物馆 / 295

塔王府 / 296

额济纳胡杨林 / 296

黑城遗址 / 298

绿城遗址群 / 299

红城 / 299

怪树林 / 300

五塔 / 301

大同城 / 301

甲渠侯官遗址 / 301

神树 / 301

达西敖包 / 302

居延海 / 302

居延文化遗址旅游区 / 302

策克口岸 / 303

东风航天城 / 304

实用资讯

交通 / 305

住宿 / 306

餐饮 / 306

地图目录

呼和浩特及乌兰察布地区旅行交通
示意图 / 111

呼和浩特市城区示意图 / 115

大召附近景点示意图 / 116

包头与鄂尔多斯地区旅行交通
示意图 / 139

包头市城区示意图 / 143



鄂尔多斯市城区示意图 / 149

成吉思汗陵平面示意图 / 150

呼伦贝尔旅行交通示意图 / 163

呼伦贝尔市城区示意图 / 167

世界反法西斯战争海拉尔纪念馆
景点示意图 / 169

莫尔道嘎国家森林公园景点
示意图 / 180

兴安盟与通辽地区旅行交通
示意图 / 193

乌兰浩特市城区示意图 / 197

通辽市城区示意图 / 207

通辽市周边景点示意图 / 208

大青沟景点示意图 / 210

赤峰地区旅行交通示意图 / 221

赤峰市城区示意图 / 225

克什克腾周边景点示意图 / 226

锡林郭勒地区旅行交通示意图 / 247

锡林浩特市城区示意图 / 252

巴彦淖尔与乌海地区旅行交通
示意图 / 267

阿贵庙景点示意图 / 274

乌海市城区示意图 / 276

阿拉善地区旅行交通示意图 / 285

达拉呼布镇城区示意图 / 296

天阔云低，芳草连天，在这“北方的天堂”
里还有悠远的草原文化。



烈马柔情的土地

在很多人的眼里，内蒙古是一片遥远而神奇的土地，它的名字总是和金戈铁马的想象联系在一起。但这种感觉对北方人来说不十分准确，内蒙古并不遥远，它甚至地近京城，最近的草原离北京只需要 4 小时车程。但正是这个原因，那些发生在草原上的往事，曾经多次令北京地动山摇。它也真的很神奇，至今人们对它仍然充满误解。



内蒙古的山是温柔的山岭，既不高耸入云，也不突兀险峻。除了偶有嶙峋的怪石外，大部分的山，曲线柔和、气势磅礴。内蒙古大部分土地属于温带半干旱、干旱地区，降雨量小，天空明朗，阳光普照。

有些地方，如呼伦贝尔，土地平旷，视野开阔，一望无际；而有些地方，像锡林郭勒，有起伏的山峦，低低地、缓缓地隆起，又缓缓地、远远地沉降下去，形成一种博大之美，这博大的风景之间偶尔闪过一个洁白的蒙古包，一群羊或一群牛悠然地吃草；或有一个湖泊，或只能算是一汪水，映着碧蓝的天，风吹动时全是细碎的银色的涟漪；或者有一条河，九曲回肠，缓缓地绕行在草原上，以细弱的清流，滋养辽阔的土地。

草原上生活着一个神奇的、庄重而沉默寡言的民族，这就是在世界文明史上曾经留下浓墨重彩的一笔的蒙古民族。内蒙古人并不像很多人理解的那样非常豪放，很多人腼腆而温和，像内蒙古起伏的山一样宽宏而博大，像内蒙古流淌的河水一样，不善言谈，却不停止它跋涉的脚步。

内蒙古作为一个自治区成立于1947

年。在此之前，它是清朝的盟旗。再往前推，它是蒙古帝国的一部分。再向前，许多游牧民族曾经在这个舞台上策马挥鞭。“秦时明月汉时关”，中原各朝代与游牧民族的恩怨分合构成了半部中国史。它出武将，出能臣，出明君，也出乱臣贼子和昏聩无能的皇帝。

与此同时，游牧民族又有自己独立的历史，匈奴的冒顿单于用他的鸣镝射穿历史，建立强盛的帝国；默棘连可汗为他的弟弟阏特勤雕刻的石碑是一部传世的突厥文学，也是突厥人的英雄史诗；成吉思汗从草原深处走来，在历史舞台上熠熠生辉，他又向草原深处走去，背后留下一个世界的奇迹。

每个清晨，当炊烟从蒙古包升起时，女主人弯着腰为家务忙碌，男主人跨上马，拿起套马杆去照看畜群，草原上一片安详。狗跑过蒙古包前面的空地，刚睡醒的羊群懵懂地东张西望，牛和马已经醒来，走过羊群的身边，与它们共享草场。大堆的牛粪散落在草原上，是高质量的燃料。

这样的画面在内蒙古也已处在生态和人文孤岛上，但是成吉思汗的背影仍在这些蒙古族牧民中间若隐若现。





走遍中国·内蒙古

INNER MONGOLIA ARCHIVES 内蒙古档案

地理 / 6

历史 / 12

大事记 / 21

少数民族 / 23

走遍中国·内蒙古

INNER MONGOLIA ARCHIVES

内蒙古档案



地理

总面积达 118.3 万平方公里的内蒙古，地理环境并不像人们想象的那样，只有大草原，但是草原是内蒙古最具代表性的地貌，也是蒙古族游牧文化的根。

内蒙古自治区是一片狭长的高原，它从东北向西南一路斜贯下去，当南部春暖花开、青草铺地之时，北部仍然千里冰封。南北直线距离 1700 多公里，东西直线距离则有 2400 公里以上。太阳从它的最东边升起两小时后，西边才能看见第一缕曙光。内蒙古拥有占我国领土总面积 1/8 的广阔土地，仅次于新疆和西藏，是我国第三大省级行政区域。它东南西与黑龙江、山西、宁夏等 9 省区毗邻，北与蒙古国、俄罗斯接壤，国境线长达 4200 公里。草原、山脉、沙漠、

河流、湖泊，是这片高原最主要的自然风光，所有的美由它们构成。

草原

草原是人们对于内蒙古的一个既定概念。只要提到内蒙古，人们首先联想到的就是草原，就是那些歌唱草原和草原生活的歌曲，和那里以草原为生的蒙古族人。但人们往往对草原并不了解，或者绝大多数人在看到大片的草地时就误以为那就是草原。从地理学的角度来说，以年平均降水量 500 毫米为干湿地