



巅峰
旅行图
LVTU WENHUA



2014

第五版

地图游综合系列

全新升级

开创地图与自助资讯完美结合的经典读本

中国自助游

地图版

比地图册更多地图 比自助游更多资讯
比图文书更多图片 比GPS更精彩导航

《中国自助游》(地图版)编写组 编著



精选景点1925处

景点地图1790幅

交通图城区图352幅

分段线路图107条

精美图片2583张

中国旅游出版社

☆ 开创地图与自助资讯完美结合的经典读本 ☆

比地图册更多的地图 比自助游更多的资讯
比图文书更多的图片 比 GPS 更精彩的导航

中国自助游

2014(第五版) (地图版)

编著/《中国自助游》(地图版)编写组



中国旅游出版社

责任编辑：谭 燕

责任印制：闫立中

图书在版编目(CIP)数据

2014 中国自助游：地图版 / 《中国自助游：地图版》编写组编著. —北京：中国旅游出版社，2013.9

ISBN 978-7-5032-4796-5

I. ①2… II. ①中… III. ①旅游指南—中国 IV. ①K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 210077 号

审图号：GS (2010) 1165 号

书 名：2014 中国自助游（地图版）

作 者：《中国自助游》（地图版）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

发行部电话：010-85166503

排 版：北京巅峰旅图文化传播中心

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京新魏印刷厂

版 次：2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

开 本：889 毫米 × 1194 毫米 1/32

印 张：42

字 数：1200 千

定 价：49.80 元

I S B N 978-7-5032-4796-5

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

《中国自助游》(地图版)快速导读.....	封二、扉一
关于本书——《中国自助游》(地图版) 2	如何使用本书地图..... 22
关于“地图游”..... 16	本书地图诠释..... 26
如何使用本书..... 20	

西 南

西藏..... 29

南线：朝圣之旅 雪域风光 / 49	昌都地区..... 73
拉萨市..... 50	强巴林寺—卡若遗址—然乌湖—查杰玛大殿—孜 珠寺—来古冰川—仁措湖
布达拉宫—药王山—大昭寺—罗布林卡—念青唐 古拉山—甘丹寺—哲蚌寺—乃琼寺—色拉寺—八廓街 (也叫八角街)—宗角禄康公园	西线：朝拜神山圣湖 / 76
江孜县..... 58	普兰县..... 77
白居寺—宗山抗英遗址—帕拉庄园—桑顶寺—羊 卓雍错	冈仁波齐峰—玛旁雍错
日喀则地区..... 61	阿里地区..... 80
扎什伦布寺—夏鲁寺—萨迦寺—珠穆朗玛峰—绒 布寺—绒布冰川—珠峰大本营	阿里草原—班公错—古格王朝遗址—托林寺—札 达土林
北线：与天湖的亲密接触 / 67	东南线：雪域高原的江南风光 / 83
当雄县..... 68	林芝地区..... 84
羊八井—纳木错	巴松错—尼洋河—墨脱—南迦巴瓦峰—汗密瀑 布—雅鲁藏布大峡谷——巨柏保护区—鲁朗林海
那曲地区..... 70	山南地区..... 87
卓玛峡谷—桑丹康桑雪山—申扎自然保护区—麦 莫洛洞—比如骷髅墙—冲钦卡多草原—羌塘自然保护区	雍布拉克—昌珠寺—敏珠林寺—拉加里王宫遗 址—藏王墓—青朴修行地

云南..... 89

南线：七彩云南 孔雀王国 / 95	丽江市..... 118
昆明市..... 96	玉龙雪山—虎跳峡—长江第一湾—大研古城—木 府—白沙明清建筑群和白沙壁画—老君山—宝山古石 城—泸沽湖
翠湖公园—云南陆军讲武堂—云南省博物馆—滇 池—西山森林公园—云南民族村—世博园—金殿名胜 区—大观公园—黑龙潭公园—东、西寺塔—金马碧鸡 坊—创库艺术区—轿子雪山—抚仙湖—筇竹寺—石林 风景区—九乡风景区—东川红土地—安宁温泉	香格里拉县..... 126
元阳县..... 106	松赞林寺—碧塔海—属都湖—白水台—哈巴 雪山—千湖山—碧壤峡谷—碧沽天池—纳帕海— 镇公堂—赤土仙人洞
元阳梯田—元阳箐口哈尼族民俗村	
西双版纳傣族自治州..... 108	
西双版纳原始森林公园—民族风情园—野象谷— 西双版纳热带植物园—曼旦村—曼飞龙佛塔—打洛独 树成林—曼典瀑布—澜沧江—曼听公园—基诺山—橄 榄坝—景真八角亭	
西北线：风花雪月 人间天堂 / 113	
大理白族自治州..... 114	
大理古城—苍山、洱海—双廊—鸡足山风景区— 石宝山风景区—巍宝山风景区	



德钦县.....131
梅里雪山—飞来寺—明永冰川—雨崩村—东竹林寺—茨中天主教堂—三江并流风景区—白茫雪山

西南线：元谋访古 傣家晚浴 /134

楚雄市.....135
黑井古镇—元谋土林—元谋猿人化石遗址—彝族十月太阳历文化园—护法明公德运碑摩崖—禄丰恐龙化石遗址—禄丰恐龙博物馆—元谋人陈列馆

腾冲县.....138
腾冲火山群—腾冲热海—云峰山—和顺乡

贵州.....147

东线：寻访梦中古城 /153

贵阳市.....154
甲秀楼—黔灵公园—达德书院—文昌阁—仙人洞—花溪风景区—红枫湖风景区—镇山村—青岩古镇—天河潭风景区—高坡苗族乡—香纸沟—息烽温泉—息烽集中营—阳明洞—南江大峡谷—香火岩

黔东南苗族侗族自治州.....162
凯里博物馆—香炉山—下司古镇—朗德上寨—雷公山—西江千户苗寨—车江侗寨—岜沙苗寨—高增小黄—增冲鼓楼—五榕山—占里—溁阳河风景名胜—杉木河漂流—镇远古镇

铜仁市.....168
九龙洞—梵净山自然保护区

西线：溶洞探秘 飞瀑寻幽 /172

毕节市.....173

四川.....191

成都近郊线：天府之国清雅秀 /197

成都市.....198
武侯祠—杜甫草堂—青羊宫—望江楼—金沙遗址—永陵—宝光寺



瑞丽市.....140
瑞丽江—姐告—姐勒金塔

东线：珠江源头 油菜花海 /141

曲靖市.....142
珠江源—油菜花海—九龙瀑布群—多依河风景区

西线：徒步独龙江峡谷 /144

南线：徒步穿越怒江大峡谷 /145

怒江大峡谷—秋那桶—怒江高黎贡山自然保护区—怒江第一湾—石月亮

织金洞—九洞天—威宁草海—百里杜鹃

安顺市.....176
安顺文庙—云山屯—黄果树风景区—龙宫风景区—天星桥景区—马岭河峡谷风景区—安龙招提风景区

南线：流动的山水 韵动的自然 /181

黔南布依族苗族自治州.....182
剑江—斗篷山—荔波樟江风景名胜—瑶麓瑶寨—茂兰喀斯特森林自然保护区

北线：重走长征路 /185

遵义市.....186
遵义会议会址—娄山关—茅台风景区—凤凰山

赤水市.....189
赤水风景区—赤水十丈洞瀑布群

都江堰市.....203
都江堰—青城山—龙池国家森林公园

大邑县.....206
西岭雪山—西岭雪山滑雪场—大邑刘氏地主庄园—朝阳湖—汶川地震博物馆

北线：美丽的高山草场和九寨沟天堂 /209

理县.....210
米亚罗—红色走廊—桃坪羌寨—古尔沟温泉—毕棚沟—危关—孟屯河谷风景区

若尔盖县.....213
花湖—格尔登寺—九曲黄河第一湾—热尔大坝

松潘县.....215
松潘古城—黄龙—扎嘎瀑布—牟尼沟—雪宝顶山

九寨沟县.....218
九寨沟—神仙池—甘海子—达古冰川

西北线：寻康巴汉 访美人谷 /221

四姑娘山.....222
双桥沟—长坪沟—卧龙自然保护区—海子沟

丹巴县.....224

八美石林—塔公草原—塔公寺—甲居藏寨

西线：梦中的香格里拉 /226

雅安市.....227

蒙山碧峰峡—上里古镇

康定县.....229

二郎山森林公园—泸定桥—磨西古镇—贡嘎山—海螺沟—跑马山—田河湾—二道桥温泉度假区—木格措—新都桥风景区—莲花海—郭达山—朋布西古碉

稻城县.....234

海子山自然保护区—红草地—傍河与色拉—冲古草坪—亚丁自然保护区

东南线：荡漾竹海碧波 /236

自贡市.....237

恐龙博物馆

宜宾市.....238

李庄古镇—西部大峡谷—蜀南竹海—石海洞乡—珙县悬棺—夕佳山古民居群—龙华古镇

东北线：险关寻古 /242

江油市.....243

重庆.....257

市区游：“陪都”文化 山城美景 /263

解放碑—红岩村革命纪念馆—歌乐山烈士陵园—朝天门—重庆市人民大礼堂—重庆中国三峡博物馆—山城夜景—南山风景区—南温泉

西北线：温泉故里 石刻之乡 /267

重庆—缙云山—北温泉公园—天府溶洞群—偏岩镇—统景风景区—大足石刻—路孔古镇

报恩寺—李白故里—李白纪念馆—小寨子沟

广元市.....245

剑门关—阆中古城—昭化古城

西南线：女儿国的神秘之旅 /247

西昌市.....248

邛海—螺髻山—二滩风景区—泸山—西昌卫星发射中心—泸沽湖—木里王国

南线：金顶佛光朝圣之旅 /251

乐山市.....252

眉山—苏祠—乐山大佛—黑竹沟

峨眉山市.....255

峨眉山—瓦屋山



东线：白帝彩云三峡游 /271

重庆—石宝寨—丰都鬼城—青龙瀑布—白帝城—张飞庙

南线：石林飞瀑 溶洞奇石 /273

重庆—磁器口古镇—仙渡溶洞—万盛石林—金佛山—四面山—松溉古镇—武隆天坑三桥—龚滩古镇—西水河

西 北

新疆.....277

北线：北疆仙境之旅 /283

乌鲁木齐市.....284

菊花台—二道桥—天山天池风景名胜—后峡—天山—号冰川—水磨沟—白杨沟—南山牧场—新疆维吾尔自治区博物馆—五彩湾

克拉玛依市.....289

黑油山公园—魔鬼城—白杨河大峡谷—玛纳斯古城—艾里克湖—泥火山

阿勒泰地区.....292

布尔根河狸自然保护区—阿尔泰山—蝴蝶沟—乌伦古湖—喀纳斯湖

西南线：寻访西域古国 /296

阿克苏地区.....297

大小龙池—天山大峡谷—阿艾石窟—克孜尔千佛洞—盐水池—苏巴什故城—龟兹古

城遗址

喀什地区.....300

艾提尔清真寺—香妃墓—棋盘千佛洞—喀拉库里湖—慕士塔格冰山—红其拉甫山口

和田地区.....303

和田大巴扎—塔克拉玛干沙漠—尼雅遗址—赞木庙—和田三棵树—唐代兰城镇遗址—阿拉勒巴格佛寺—玛利克瓦特故城遗址—热瓦克佛寺遗址

巴音郭楞蒙古自治州.....306

巴音布鲁克天鹅湖—巴音布鲁克大草原—米兰故城—楼兰故城

东线：走丝绸之路 品火洲葡萄 /308

吐鲁番地区.....309

火焰山—葡萄沟—库姆塔格沙漠—交河故城—高昌故城—苏公塔—库木塔格沙漠—坎儿井民俗园



青海.....319

东线：寻觅湟水文明 /325

西宁市.....326

人民公园—西宁植物园—南山公园—东关清真大寺—马步芳公馆—北禅寺—老爷山—坎布拉国家森林公园—塔尔寺

循化撒拉族自治县.....331

骆驼泉—孟达天池—街子清真大寺—瞿昙寺—卡约文化遗址

西线：穿越青藏线 /333

青海湖.....334

日月山—倒淌河—二郎剑景区—鸟岛—金银滩草原

格尔木市.....336

甘肃.....345

西线：沿着丝绸之路走进历史 /351

兰州市.....352

甘肃省博物馆—五泉山公园—白塔山公园—黄河铁桥—兴隆山—水车博览园—吐鲁沟国家森林公园—鲁土司衙门—石佛沟

武威市.....357

罗什寺塔—武威文庙—雷台汉墓—海藏寺—天梯山石窟—天祝小三峡

张掖市.....360

镇远楼—大佛寺—木塔寺—山丹军马场—马蹄寺石窟群—金塔寺—张掖丹霞地貌—祁连山

酒泉市.....363

钟鼓楼—药王宫古建群—西汉酒泉胜迹—东晋壁画墓—锁阳城—丁家闸壁画墓—中国酒泉卫星发射中心

嘉峪关市.....365

嘉峪关—万里长城第一墩—悬壁长城—黑山摩崖石刻—新城魏晋墓—七一冰川—嘉峪关滑翔基地

宁夏.....387

东线：塞上江南行 /393

银川市.....394

南关清真寺—钟鼓楼—承天寺—华夏西部影视城—西夏王陵—贺兰山—海宝塔—沙湖

青铜峡市.....400

哈密地区.....312

哈密王陵—巴里坤草原—怪石山—白石头—庙尔沟—哈密魔鬼城—艾斯克霞尔古堡—松树塘

西线：醉人的塞外江南 /315

伊犁哈萨克自治州.....316

果子沟—伊犁河—赛里木湖—那拉提草原—怪石岭风景区—艾比湖湿地自然保护区—阿拉山口口岸—唐布拉克草原—霍尔果斯口岸—伊犁四大麻扎

察尔汗盐湖—万丈盐桥—胡杨林—野牛沟岩画—茶卡盐湖—诺木洪遗址—昆仑山口—五道梁—可鲁克湖和托素湖—哈拉湖—唐古拉山口—沱沱河—不冻泉

西南线：重走唐蕃古 /341

共和县.....342

龙羊峡水库—贵德温泉

兴海县.....343

玛多县.....343

花石峡—黄河源头第一桥—长江源头—黄河源头—澜沧江源头

玉树县.....344

玉树草原—文成公主庙

敦煌市.....368

敦煌莫高窟—鸣沙山和月牙泉—玉门关—敦煌古城—寿昌故城—阳关

南线：草原风光 藏传名寺 /372

临夏回族自治州.....373

东宫馆—红园—松鸣岩—刘家峡—炳灵寺石窟—古动物化石博物馆

合作市.....376

拉卜楞寺—则岔、尕斯海风景区—郎木寺—安多合作米拉日巴佛阁

东线：崆峒山秀色 /379

平凉市.....380

崆峒山—古灵台—龙隐寺—云崖寺国家森林公园—南石窟寺—北石窟寺

天水市.....383

伏羲庙—玉泉观—麦积山石窟—麦积山—卦台山—甘谷大像山—李广墓—水帘洞石窟群

青銅峡—百零八塔—青銅峽水庫區—沙坡頭—石空寺石窟—中衛高廟—黃河水車

固原市.....403

須彌山石窟—天都山石窟—六盤山風景區—同心清真寺

陕西.....405

西南线：汉唐盛世之旅 /412

西安市.....413

钟楼、鼓楼—小雁塔—大雁塔—陕西历史博物馆—
临潼博物馆—骊山—秦始皇陵—兵马俑—华清池

咸阳市.....420

茂陵—杨贵妃墓—乾陵—大佛寺石窟—昭陵—长陵

宝鸡市.....424

炎帝陵—法门寺—太白山—五丈原风景名胜区—
天台山风景名胜区—钓鱼台风景名胜区—大散关—宝鸡青铜器博物馆—金台观—龙门洞

汉中市.....429

古汉台—张良庙—朱鹮自然保护区—佛坪大熊猫自然保护区—张骞墓—褒斜古栈道—蔡伦墓—灵崖寺—千子观

东北线：陕北高原之行 /433

渭南市.....434

华山风景名胜区—古潼关—洛川湿地—司马迁祠—龙门—魏长城遗址—党家村民居

铜川市.....437

药王山—玉华宫—耀州窑博物馆

延安市.....439

枣园革命旧址—清凉山—宝塔山—黄帝陵—壶口瀑布—洛川会议旧址—南泥湾风景区—安塞民间艺术馆—王家湾毛泽东旧居—钟山石窟—洛川民俗博物馆—子长烈士纪念馆

榆林市.....445

红石峡—镇北台—蒙恬墓—杨家沟革命旧址—李自成行宫—明长城—白云山—红碱淖—榆林老城

华北

北京.....449

北京名胜游：天坛—天安门广场—明城墙遗址公园—市观象台—故宫—什刹海—钟鼓楼—皇城根遗址公园—月坛—元大都城垣遗址公园—圆明园—颐和园—卢沟桥

北京休闲游：朝阳公园—石景山游乐园—中华世纪坛—中山公园—北京世界公园—八大处—香山—北京植物园—北京动物园—北海—北京欢乐谷

香灯佛影游：雍和宫—碧云寺—五塔寺—法源寺—法海寺—大觉寺—白云观—白塔寺—大钟寺—报国寺

北京文化游：北京大学—清华大学—中国国家博物馆—国家大剧院—中国人民革命军事博物馆—北京天文馆—首都博物馆—国子监—中国美术馆—鲁迅故居—老舍故居

奥运场馆游：国家体育场“鸟巢”—国家游泳中心“水立方”—北京奥林匹克篮球馆—顺义奥林匹克

水上公园

北线：登长城 览塞外景 /474

北京市区—十三陵—八达岭长城—康西草原—龙庆峡—奶河漂流风景区—古崖居—延庆民俗旅游

南线：西山寻幽 /479

北京市区—周口店北京人遗址—上方山—云居寺—十渡景区—百花山

东线：涉碧水 觅桃源 /482

北京市区—雁栖湖—红螺寺—慕田峪长城—箭扣长城—青龙峡—云蒙山国家森林公园—黑龙潭—京都第一瀑—白龙潭风景区—司马台长城

西线：亲近自然的魅力之旅 /488

北京市区—戒台寺—潭柘寺—妙峰山风景名胜区—潭柘寺—双龙泉—龙门涧—灵山

天津.....491

天津古迹旅游线路：清真大寺—天后宫—古文化街—五大道洋楼群—吕祖堂—文庙—望海楼教堂—西开教堂—大悲禅院—广东会馆

天津名人故居旅游线路：李叔同故居—梁启超故居—张学良故居—溥仪故居—霍元甲故居—周恩来邓颖超纪念馆

天津其他旅游线路：水上公园—天津广播电视台

东线：盘山怀古之旅 /500

独乐寺—白塔寺—盘山—黄崖关长城

周边：大沽海上月 /502

大沽口炮台—潮音寺—塘沽洋货市场

内蒙古.....503

西线：大漠风光 古城留芳 /509

呼和浩特市.....510

大召寺—席力图召—金剛座舍利宝塔—内蒙古自治区博物院—昭君墓—内蒙古赛马场—清真大寺—哈素海—辉腾锡勒草原—岱海—蛮汉山—万部华严经塔—乌素图召



包头市.....516

五当召—美岱召—梅力更召—昭君岛

鄂尔多斯市.....519

响沙湾—成吉思汗陵—准格尔召

阿拉善盟.....521

延福寺—南寺—乌兰泰盐池—巴丹吉林沙漠—黑城遗址—怪树林—绿城遗址群—达西敖包—月亮湖—七道桥胡杨林—居延海—汉甲渠候官遗址

北线：感受国门雄伟 体验草原温柔 /524**乌兰浩特市**.....525

成吉思汗庙—阿尔山国家森林公园—阿尔山滑雪场—阿尔山温泉

呼伦贝尔市.....527

呼伦贝尔大草原—呼和诺尔草原—白音呼硕草

河北.....541**南线：燕赵访古行 /548****石家庄市**.....549

隆兴寺—荣国府—五岳寨风景区—毗卢寺—西柏坡中共中央旧址—苍岩山风景区—石头村—柏林禅寺—赵州桥—抱犊寨景区—崆山白云洞—嶂石岩

邯郸市.....556

丛台公园—学步桥—赵王城遗址—磁州窑遗址—峰峰古地道—大名府古城—朱家庄园—响堂山石窟

北线：寻古觅踪 /559**保定市**.....560

直隶总督署—古莲花池—光园—白洋淀—满城汉墓—野三坡—狼牙山—涿州影视城—清西陵

西北线：塞北休闲游 /565**张家口市**.....566**山西**.....585**北线：北岳名山游 /592****太原市**.....593

迎泽公园—崇善寺—双塔寺—天龙山石窟—晋祠—孔祥熙宅院—山西省博物院

忻州市.....598

五台山—南禅寺—塔院寺—佛光寺—南山寺—雁

原—凤凰山庄—呼伦湖—满洲里国门—黑山头古城—莫尔道嘎国家森林公园—嘎仙洞—侵华日军北山要塞遗址—海拉尔万人坑—西山国家森林公园

东线：碧草连天草原游 /532**锡林浩特市**.....533

贝子庙—锡林郭勒大草原—贡宝拉格草原—元上都遗址—阿斯哈图石林—乌珠穆沁草原—平顶山

赤峰市.....536

勃隆克沙漠旅游区—乌兰布通旅游区—红山国家森林公园—辽中京遗址—达里诺尔湖

通辽市.....539

奈曼王府—莫力庙水库—珠日河草原旅游区—大青沟

清远楼—大镜门—小五台山自然保护区—天漠—鸡鸣山—黄帝城—翠云山滑雪场—塞北滑雪场—张北坝上草原—朝阳观**东北线：世界遗产旅游 /571****唐山市**.....572

清东陵—遵化汤泉—景忠山风景区

承德市.....574

避暑山庄—普陀宗乘之庙—棒槌山—普宁寺—雾灵山—金山岭长城—京北第一草原—木兰围场

东线：看海玩海踏海游 /579**秦皇岛市**.....580

老龙头—孟姜女庙—山海关—燕塞湖—秦皇岛野生动物园—北戴河—中海滩—南戴河—黄金海岸—翡翠岛—鸽子窝公园—碣石山—乐亭三岛

门关—阎锡山故居—边靖楼—代县文庙—芦芽山

大同市.....601

九龙壁—上、下华严寺—云冈石窟—恒山—悬空寺—净土寺—应县木塔—玉宁寺

南线：走遍晋商大院 /605**晋中市**.....606

乔家大院—曹家大院—渠家大院—平遥古城—双林寺—王家大院—太谷白塔—常家庄园—绵山

临汾市.....610

霍州署—师家大院—大槐树—苏三监狱—上、下广胜寺—东岳庙—丁村民居—壶口瀑布—尧庙

运城市.....614

解州关帝庙—五老峰风景名胜—普救寺—运城盐池—永乐宫—飞云楼—鹳雀楼—万固寺—后土祠



山东 617

南线：山、水、圣贤行 / 623

济南市 624

大明湖—趵突泉公园—五龙潭公园—四门塔—千佛山—跑马岭野生动物世界—灵岩寺

泰安市 631

泰山—岱庙—经石峪—中天门—十八盘—南天门—天街—碧霞祠—玉皇顶—日观峰—天烛峰—傲徕峰—灵岩

曲阜市 634

孔庙—孔府—孔林—孔子六艺城—周公庙—尼山—少昊陵—颜庙—孟庙、孟府、孟林—峄山—微山湖

东线：齐鲁文化 黄海风光 / 639

淄博市 640

淄博中国陶瓷馆—中国古车博物馆—蒲松龄纪念馆—原山国家森林公园—博山开元溶洞—聊斋园—周村古商城

潍坊市 644

十笏园—潍坊风筝博物馆—杨家埠民间艺术大观园—金宝乐园、生态家园—沂山国家森林公园—青州博物馆—云门山—驼山

蓬莱市 648

蓬莱阁—古船博物馆—戚继光祠堂—长岛旅游景区

烟台市 650

金沙灘—芝罘岛—毓璜顶公园—牟氏庄园—烟台山—崆峒岛—昆崙山

威海市 653

中央电视台威海影视文化城—环翠楼公园—刘公岛国家森林公园—成山头—荣成天鹅湖—赤山法华院

青岛市 657

小青岛—栈桥—八大关别墅群—第一海水浴场—第二海水浴场—崂山—北九水—明霞洞

东 北

黑龙江 663

北线：寻找极光奇景 / 669

哈尔滨市 670

圣·索菲亚广场—文庙—中央大街—哈尔滨游乐园—冰雪大世界—兆麟公园—太阳岛—东北虎林园—上京会宁府遗址—松峰山自然保护区—玉泉国际狩猎场—玉泉滑雪场—亚布力滑雪旅游度假区

齐齐哈尔市 678

大乘寺—卜奎清真寺—龙沙公园—扎龙自然保护区—明月岛风景区

漠河县 681

北极村—神州北极点—大兴安岭火灾纪念馆—漠河仙人洞—十八站旧石器时代遗址—十八站鄂伦春族乡—胭脂沟

东北线：探索自然秘密 / 683

大庆市 684

大庆石油科技博物馆—大庆油田乐园—景园公园—铁人王进喜纪念馆—大庆国家森林公园—连环湖温泉景区—杜草草原

黑河市 687

黑河口岸—龙珠远东国际滑雪场—大黑河岛—嘎琿古城—沾河漂流

五大连池市 689

黑龙山—药泉山

伊春 690

五营森林公园—恐龙博物馆—汤旺河石林

南线：体验冰雪诱惑 / 691

牡丹江市 692

双峰雪乡—牡丹峰—镜泊湖—渤海国遗址—地下熔岩洞—东宁要塞遗址—地下森林—绥芬河边贸城—吊水楼瀑布

吉林 695

东南线：雾凇天池放光芒 / 701

长春市 702

伪满八大部—伪满皇宫博物院—长春电影城—南湖公园—吊水壶风景旅游区—净月潭—长春世界雕塑公园

吉林市 708

吉林雾凇—北山公园—松花湖—龙潭山公园—陨石雨陈列馆—拉法山—吉林文庙—北大湖滑雪场—官马溶洞—兴光朝鲜族民俗村—阿拉底朝鲜族村—蛟河红叶谷



延边朝鲜族自治州.....712

长白山—长白山天池—长白山瀑布—长白山温泉
群—六顶山—红旗村—敖东城遗址—帽儿山—图们江—
图们江国家森林公园—琿春东北虎保护区—防川村

南线：去高句丽古城探秘 /717

松原市.....718

哈拉毛都—查干湖—大布苏湖—狼牙坝—向海白

辽宁.....725

南线：浪漫海滨游 /731

沈阳市.....732

沈阳故宫—北陵公园—九一八事变博物馆—怪坡
风景区—福陵—张氏帅府

大连市.....738

金石滩景区—老虎滩海洋公园—旅顺口景区—
抗美援朝纪念馆—星海公园—圣亚海洋世界—白云山
景区—大连自然博物馆—吴姑古城—仙人洞—安波温
泉—老帽山—长兴岛—俄罗斯风情街

丹东市.....744

大孤山—大鹿岛—凤凰山—鸭绿江风景区—鸭绿
江断桥—虎山长城—天桥沟—青山沟—白石砬子

东线：水洞观奇景 国门畅快游 /747

然保护区—草原运河

四平市.....720

四平战役纪念馆和英雄纪念碑—山门风景区—伊
通火山群—叶赫古城—辉发古城

通化市.....722

五女峰国家森林公园—三角龙湾国家森林公园—
集安鸭绿江国境旅游区—罗通山—高句丽王城、王陵
及贵族墓葬

鞍山市.....748

玉佛苑风景区—千山—药山—白云山森林公园—
东山城市森林公园—析木石棚—汤沟子温泉

本溪市.....752

本溪水洞—观音阁水库—望天洞—五女山—关门
山—广济寺—铁刹山—永陵—辽阳白塔

西线：海岛寻梦 沙滩逐波 /755

锦州市.....756

崇兴寺双塔—医巫闾山—辽沈战役纪念馆—观音
洞—盘锦红海滩

葫芦岛市.....759

笔架山—兴城古城—兴城海滨风景区—菊花岛—
九门口长城

中

河南.....763

西线：中原名胜之旅 /769

郑州市.....770

河南省博物院—大河村遗址—黄河游览区—打虎
亭汉墓—轩辕丘—石窟寺—康百万庄园—北宋皇陵—
二七纪念馆—中岳庙—少林寺

洛阳市.....777

关林—白马寺—汉魏故城—龙门石窟—香山寺—
白园—古墓博物馆—洛阳牡丹—花果山—重渡沟—千



唐志斋—王铎书法馆—龙马负图寺

三门峡市.....782

仰韶文化遗址—秦赵会盟台—亚武山风景区—函
谷关—魏国墓地、博物馆—陕州风景区

东南线：豫东古城游 /784

开封市.....785

包公祠—开封府—大相国寺—龙亭公园—宋都御
街—禹王台—清明上河园—铁塔公园—朱仙镇—山陕
甘会馆

商丘市.....789

商丘古城—木兰祠—梁园—阼伯台—庄子故里

西北线：秀美云台山 激情小浪底 /791

焦作市.....792

红石峡—云台山—白松岭—青天河

济源市.....794

五龙口—黄河小浪底—王屋山—九里沟

北线：殷墟古城寻根 /796

新乡市.....797

比干庙—百泉景区—石门景区—郭亮景区—八里沟

安阳市.....799

殷墟博物院—岳飞庙—美里城遗址—灵泉寺石

窟—红旗渠·林虑山风景名胜—太行山大峡谷—文峰塔

西南线：游清山秀水 访名胜古迹 / 803

平顶山市.....804

湖北.....809

中线：荆州楚河游 / 815

武汉市.....816

晴川阁—古琴台—归元禅寺—龟山—武汉长江大桥—黄鹤楼—湖北省博物馆—东湖景区

荆州市.....822

荆州博物馆—荆州古城墙—楚纪南故城—洪湖

宜昌市.....824

滨江公园—葛洲坝—南津关—三游洞—长江三峡—瞿塘峡—巫峡—西陵峡—中华鲟鱼馆

西北线：楚地新游 武当修身 / 829

钟祥市.....830

明显陵—黄仙洞

襄阳市.....832

真武道观—古隆中—米公祠—夫人城—水镜庄

十堰市.....835

武当山

西线：拜访屈原故里 探寻野人秘踪 / 837

秭归县.....838

湖南.....857

西线：山水如画 古镇如诗 / 863

长沙市.....864

岳麓山—橘子洲—开福寺—长沙世界之窗—湖南省博物馆—天心公园—马王堆汉墓—浏阳河漂流—花明楼—大围山国家森林公园

益阳市.....871

白鹿寺—沅江风景带

常德市.....872

桃花源—花岩溪

张家界市.....873

黄龙洞—索溪峪风景区—张家界国家森林公园—天子山—茅岩河风景区—九天洞—天门山国家森林公园

湘西土家族苗族自治州.....878

猛洞河风景区—芙蓉镇—德夯苗寨—凤凰古城—黄丝桥古城—南方长城—舒家塘—边城（茶峒）

怀化市.....882

抗日受降纪念馆—龙津风雨桥—天后宫—芷江侗族自治县—洪江古城—皇都侗族文化村—芋头侗寨

南线：香火南岳 瑶族风情 / 885

衡阳市.....886

石人山—石漫滩国家森林公园—昭平湖—三苏坟—风穴寺

南阳市.....806

武侯祠—内乡县衙—宝天曼国家地质公园—鹤河漂流—西峡恐龙遗迹园

凤凰山风景区—九畹溪峡谷观光风景区—屈原祠—九畹溪漂流—昭君故里—泗溪风景区—链子崖景区

神农架林区.....841

神农架风景区—房县温泉—风景垭

西南线：奇洞探幽 古寨寻奇 / 844

恩施土家族苗族自治州.....845

连珠塔—清江漂流—恩施土司城—恩施大峡谷—龙麟宫—星斗山自然保护区—梭布垭石林—舍米湖摆手堂

利川市.....849

腾龙洞—天下第一杉—鱼木寨—大水井古建筑群—唐崖土司城

东线：赤壁怀古 洪湖采莲 / 852

咸宁市.....853

三国赤壁—星星竹海—九宫山—太乙洞

黄石市.....855

东方山—西塞山—黄石国家矿山公园—磁湖

衡山—南岳大庙

永州市.....888

朝阳岩—柳子庙—浯溪碑林—九嶷山国家森林公园—萍岛—舜皇山国家森林公园—上甘棠村—千家峒

北线：跟随伟人的脚步 / 892

株洲市.....893

渌江书院—大京风景区—炎帝陵—云阳国家森林公园



湘潭市.....895
韶山—毛泽东故居—滴水洞—彭德怀故居、纪念馆

江西.....901

东北线：秀美乡村行 / 907

南昌市.....908
滕王阁—梅岭—八一南昌起义纪念馆—八一南昌起义总指挥部旧址—八大山人纪念馆—佑民寺—百花洲—厚田沙漠—鄱阳湖

景德镇市.....914
湖田古窑遗址—景德镇陶瓷馆—陶瓷历史博览区—龙珠阁—雕塑瓷厂—瑶里古镇

婺源.....917
婺源博物馆—秋口镇李坑村—清华彩虹桥—鸳鸯湖—汪口俞氏宗祠—晓起古生态村—思溪—江岭风景区—庆源村

西北线：观鄱阳候鸟 看庐山飞瀑 / 920

九江市.....921

岳阳市.....897
岳阳楼—洞庭湖—君山—慈氏塔—金鹗书院—汨罗江—屈原祠—杜甫墓—平江起义旧址

琵琶亭—浔阳楼—甘棠湖—庐山

东线：仙山神旅 古镇新游 / 925

鹰潭市.....926
龟峰—上清古镇—龙虎山—三清山

南线：革命圣地 英雄摇篮 / 930

吉安市.....931
青原山—白鹭洲—井冈山—茨坪—五指峰—黄洋界哨口—龙潭—三湾改编旧址—十里杜鹃景区—笔架山—芦家洲村

赣州市.....935
通天岩—宋城墙—古浮桥—瑞金中央革命根据地纪念馆—长征第一山—汉仙岩—长征第一渡

华东

上海.....939

上海市区北线：上海科技馆—金茂大厦—上海国际会议中心—鲁迅故居—东方明珠塔—丁香花园—蒋介石故居—蔡元培故居

上海市区南线：南京路—宋庆龄故居—外滩—上海博物馆—周公馆—上海世博会场地、中国馆—中共一大会址纪念馆—孙中山故居—老城隍庙—豫园

上海周边南线：烟雨江南 梦里水乡 / 950

上海市区—曲水园—万寿塔—佘山—朱家角—淀山湖—练塘古镇—大观园—金泽古镇—枫泾古镇—万

安石桥

上海周边中线：幽幽古镇情 / 954

上海市区—罗店镇—南翔古镇—南翔双塔—嘉定古城—古猗园—秋霞圃—汇龙潭公园

上海周边北线：江口明珠 / 956

上海市区—吴淞炮台—崇明岛—崇明岛候鸟观赏区—金鳌山公园—东平国家森林公园—唐一丈壁—南汇嘴公园

江苏.....959

西北线：碧海连天 重归大汉 / 965

南京市.....966
中华门—夫子庙—白鹭洲公园—鼓楼—鸡鸣寺—玄武湖—南京长江大桥—乌衣巷—秦淮河—南京大

屠杀纪念馆—莫愁湖—梅花山—总统府旧址—紫金山天文台—灵谷寺—雨花台风景名胜—紫霞湖—中山陵—明孝陵—栖霞山—钟山风景区—珍珠泉—燕子矶—南京博物院

淮安市.....977

清晏园—镇淮楼—周恩来故居—周恩来纪念馆—铁山寺国家森林公园—明祖陵—洪泽湖风景区

连云港市.....980

苏马湾海滨浴场—花果山—连湾—连岛

徐州市.....983

云龙山—龟山汉墓—淮海战役烈士纪念馆和纪念馆—狮子山楚王陵—汉兵马俑博物馆—沛县汉城

东南线：拜访名村 亲近自然 / 985

扬州市.....986



何园—文昌阁—一个园—瘦西湖—大明寺—琼花观—东关街—扬州双博物馆—扬州古运河

镇江市.....989

南郊—西津古渡街—金山—北固山—焦山—茅山

常州市.....993

天宁寺—红梅公园—文笔塔—舣舟亭—中华恐龙园—春秋淹城遗址

无锡市.....996

吴文化公园—寄畅园与锡惠公园—东林书院—灵山大佛—梅园—鼋头渚公园—蠡园—无锡影视城

安徽..... 1015

东南线：庐阳新貌 黄山风光 /1021

合肥市..... 1022

包公祠—逍遥津—教弩台—蜀山风景区—李鸿章故居

黄山市..... 1027

黄山风景区—屯溪老街—戴东原墓—程氏三宅—花山谜窟—皖南古村落—齐云山—潜口—呈坎—歙县古城—渔梁—南屏—关麓

北线：名人故里 古迹新游 /1034

淮南市..... 1035

寿县古城—八公山—淮南王墓—焦岗湖

蚌埠市..... 1038

龙子湖—凤阳明皇陵—白乳泉—龙兴寺—荆涂山

亳州市..... 1041

浙江..... 1057

东线：天一生水 海天佛国 /1063

杭州市..... 1064

西湖景区—飞来峰与灵隐寺—孤山—六和塔—宋城—清河坊—天目溪漂流—大奇山—严子陵钓台—梅城古镇—富春江—新安江风景区—千岛湖

宁波市..... 1073

天一阁—保国寺—天童寺—河姆渡遗址—阿育王寺—宁波城隍庙

舟山市..... 1077

桃花岛—普陀山—嵊泗列岛—定海古城—朱家尖

东南线：名城秀水 古村滩林 /1081

绍兴市..... 1082

鲁迅纪念馆—兰亭—东湖—大禹陵—五泄—西施故里—八字桥—安昌古镇

台州市..... 1085

戚继光纪念馆—天台山

温州市..... 1087

雁荡山—楠溪江—泰顺廊桥

西南线：金腿飘香 畲族风情 /1091

金华市..... 1092

东北线：江南园林大观 /1000

苏州市..... 1001

拙政园—留园—沧浪亭—虎丘—枫桥与寒山寺—东洞庭山—西洞庭山—木渎—周庄—同里—虞山—尚湖—沙家浜—华西村—网师园—环秀山庄

南通市..... 1010

狼山风景区—南通博物苑—水绘园—濠河风景区

盐城市..... 1012

新四军纪念馆—麋鹿自然保护区—丹顶鹤自然保护区—郑板桥故居—大纵湖—东沙岛

华祖庵—花戏楼—曹操宗族墓群—曹操地下运兵道—亳州老街—万佛塔

南线：名山名水 名湖名洞 /1043

合肥巢湖市..... 1044

中庙—姥山岛—银屏山—三河古镇

芜湖市..... 1047

镜湖—赭山公园—方特欢乐世界

宣城市..... 1050

敬亭山—扬子鳄自然保护区—太极洞—胡氏宗祠

池州市..... 1052

齐山—杏花村—九华山

安庆市..... 1054

迎江寺—升金湖—浮山景区—振风塔—小孤山—天柱山

卢宅—双龙洞—太平天国侍王府—义乌小商品市场—横店影视城—灵栖洞—郭洞村

丽水市..... 1095

仙都风景区—东西岩—南明山—景宁畲乡—江南畲族文化村

北线：千年古镇 钱江观潮 /1098

湖州市..... 1099

南浔—莫干山—飞英塔—太湖乐园—安吉竹博园—藏龙百瀑

嘉兴市..... 1102

南湖—九龍山风景区—绮园—南北湖—钱江观潮—西塘—乌镇



福建..... 1107

北线：碧水丹山游 / 1113

福州市..... 1114

西禅寺—金山寺—开元寺—鼓山—涌泉寺—三坊七巷—林则徐纪念馆—青云山—福州十八重溪—闽侯天

龙将军山—龙台山生态园—旗山国家森林公园—棋磐寨

南平市..... 1122

闽清白岩山—吉祥寺塔—茫荡山风景区—万木林—凤凰山—汉城遗址—武夷山风景区

宁德市..... 1128

太姥山风景区—霍童古镇—支提山

南线：侨乡寻根行 / 1129

泉州市..... 1130

开元寺—清源山—洛阳桥—崇武古城—天后宫—

承天寺—清静寺—草庵寺摩尼教遗址

厦门市..... 1135

鼓浪屿—集美学校—厦门大学—南普陀寺—万石山—胡里山炮台

漳州市..... 1140

南山寺—漳州滨海火山地质公园—六鳌岩画—东山岛—田螺坑土楼群

中线：闽中生态游 / 1144

三明市..... 1145

玉华洞—金湖

龙岩市..... 1147

龙腔洞—梅花山—永定土楼—冠豸山—安贞堡—桃源洞—上杭国家森林公园

华 南

广东..... 1153

北线：粤北清凉游 / 1159

广州市..... 1160

六榕寺—长隆欢乐世界—石室圣心大教堂—白云山—越秀公园—光孝寺—华南植物园—陈家祠—黄埔军校旧址—从化温泉—西汉南越王墓博物馆—中山纪念堂—沙面岛—西关老屋—黄花岗七十二烈士陵园

肇庆市..... 1168

鼎湖山—庆云寺—七星岩—龙母祖庙—披云楼

清远市..... 1172

飞来峡风景区—北江—清新温矿泉旅游度假区—连州地下河

韶关市..... 1175

丹霞山—南华寺—英西峰林走廊—梅关—乳源—南岭国家森林公园—乳源大峡谷—南水狩猎场—云门寺—必背瑶寨风景—九泷十八滩—金鸡岭—龙华山温泉度假村—三影塔—钟鼓岩—双峰寨—锦江风景区—阳元山

东北线：开放的窗口 古老的文化 / 1181

深圳市..... 1182

锦绣中华—中华民俗文化村—欢乐谷—南头古城—世界之窗—小梅沙海滨旅游中心—大梅沙金海岸—沙头角中英街—深圳野生动物园—龙岗客家民居—大亚

湾核电站—香蜜湖度假村

惠州市..... 1188

惠州西湖—大亚湾游乐场—罗浮山

河源市..... 1191

桂山风景区—万绿湖—苏家围—亚洲第一高喷泉

梅州市..... 1194

人镜庐—千佛铁塔—阴那山、灵光寺—培远堂（丘逢甲故居）—联芳楼—叶剑英元帅故居及纪念馆—雁南飞

西线：沙滩逐浪 海中畅游 / 1196

珠海市..... 1197

外伶仃岛—圆明新园—珠海渔女—淇澳岛—珠海国际赛车场

阳江市..... 1200

海陵岛—凌霄岩风景名胜—大角湾—马尾岛

茂名市..... 1202

中国第一滩—放鸡岛—高州冼太庙—天马山

湛江市..... 1204

湖光岩—南亚热带植物园—东海岛—雷州古城—碗洲灯塔

东线：潮汕文化行 / 1208

东莞市..... 1209

可园—虎门海战博物馆—威远炮台—袁崇焕纪念馆—罗浮山

汕头市..... 1212

南澳岛—妈屿岛—红海湾遮浪半岛旅游区—礐石风景区

潮州市..... 1215

湘子桥—开元寺—潮州西湖—桑浦山—道韵楼



广西 1217

北线：山水风光 民族风情 /1223

南宁市 1224
青秀山—广西民族文物苑—南宁动物园—广西药用植物园—扬美古镇—伊岭岩—桂平西山

柳州市 1230
都乐岩—大瑶山—丰鱼岩—白莲洞—程阳风雨桥—贝江

龙胜族自治县 1235
龙脊梯田—龙胜温泉—银水侗寨—金竹壮寨—花坪国家自然保护区

资源县 1238
八角寨—宝鼎瀑布—猫儿山—资江漂流

桂林市 1241
叠彩山—芦笛公园—灵渠—漓江—独秀峰、靖江王城—七星公园—榕湖、杉湖—恭城文庙、武庙

阳朔县 1246
阳朔西街—月亮山—遇龙河漂流—兴坪渔村—冠

海南 1267

东线：诱人的椰风海韵 /1273

海口市 1274
五公祠—秀英古炮台—海瑞墓园—假日海滩—热带海洋世界—海口老街区—海口万绿园—火山口公园—海南热带野生动植物园—琼台书院—印象·海南岛

文昌市 1278
东郊椰林—铜鼓岭—宋氏祖居—高隆湾

琼海市 1280
万泉河—博鳌—白石岭

万宁市 1282
东山岭—大花角—兴隆温泉—大洲岛—石梅湾—东南亚风情村

陵水黎族自治县 1284
南湾猴岛—吊罗山—香水湾—土福湾

三亚市 1286
亚龙湾—鹿回头山顶公园—西岛—南山—大小洞天—落笔洞—天涯海角—大东海—崖州古城—蜈支洲岛—南田温泉—三亚湾—天涯热带海洋动物园

中线：醉人的黎寨苗村 /1292

屯昌县 1293
齐公山—卧龙山—木色旅游度假区—枫木鹿场—洪斗坡白鹭鸟乐园—新兴三峡峡端祖居—银岭

五指山市 1295
五指山—太平山瀑布—黎苗风情村—七仙岭温泉—黎母山

西线：迷人的热带雨林 /1298

儋州市 1299
东坡书院—龙门激浪—洋浦半岛—鹭鸶天堂—热

岩—穿岩古榕—刘三姐歌圩

贺州市 1251
浮山—黄姚古镇—姑婆山国家森林公园

西线：德天瀑布 乐业天坑 /1253

崇左市 1254
龙虎山自然保护区—崇左斜塔—洋渡风景区—德天瀑布—通灵大峡谷—左江石景林—花山—友谊关—小连城

百色市 1258
通灵大峡谷—大明山—澄碧湖—大明山—古龙山峡谷漂流风景区—三江口—天生桥风景区—乐业大石围—金伦洞—巴马

南线：碧海青天 天然氧吧 /1262

北海市 1263
银滩—红树林—涠洲岛—斜阳岛—星岛湖—侨港—海滩公园

作两院植物园—临高角

昌江黎族自治县 1301
坝王岭—棋子湾—昌化岭自然保护区—昌化古城—斧头山自然保护区—热带滨海沙漠

东方市 1303
鱼鳞洲—大田坡鹿自然保护区—汉马伏波井—俄贤岭—尖峰岭国家森林公园

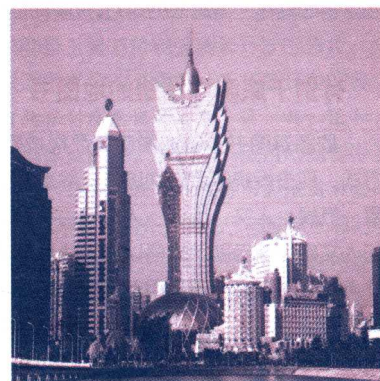
南线：动人的南海风情 /1305

西沙 1305
永兴岛—七连屿—东岛—石岛

香港、澳门、台湾（略）

地图分类快速索引 1307

景点快速索引 1319



☆ 开创地图与自助资讯完美结合的经典读本 ☆

比地图册更多的地图 比自助游更多的资讯

比图文书更多的图片 比 GPS 更精彩的导航

中国自助游

2014(第五版) (地图版)

编著/《中国自助游》(地图版)编写组



中国旅游出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com