

伊春攻略

YICHUN HOW

FREE
伊春及周边
景点示意图

最值得推荐的66个地方

超级便利 资讯翔实
伊春最新最全自助游

人气热荐

资深玩家规划人气必玩景点
独家推出8条最IN特色线路

最地道

最原始的森林冰雪游
最地道东北特色美食抢鲜尝
绝对不可错过特色手信帮你淘



《伊春攻略》编写组 编著



伊春攻略 YICHUN HOW

最值得推荐的66个地方

《伊春攻略》编写组 编著



中国旅游出版社

责任编辑:王 颖

装帧设计:盛景园图文设计工作室

责任印制:闫立中

主 编:黄茂祝 达 雅

副 主 编:黄晓燕

编 辑:辛衍成 王爱民 汪旭东 白如雪

文 字:达 雅 刘晓燕 桔 猪

图 片 提 供:杨 光 马 静 李绍军 李卫东 赵天华 孙德会

李文庄 梁 子 周 浩 CFP 全景视觉 迷 糊

木 拿 雅 楠 黄 橙 李绍军 张恩普 赵天华

冰城馨子 伊春市旅游局

地 图:咳 嗽

图书在版编目(CIP)数据

伊春攻略 / 《伊春攻略》编写组编著. — 北京 :

中国旅游出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5032-4245-8

I. ①伊… II. ①伊… III. ①旅游指南—伊春市

IV. ①K928.935.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第170815号

书 名:伊春攻略

编 著:《伊春攻略》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:2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

开 本:889毫米×1194毫米 1/32

印 张:7

印 数:1-10500册

字 数:250千

定 价:35.00元

ISBN 978-7-5032-4245-8

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

特色旅行 008

健康养生	8
红松天堂	10
地质大观园	11
漂流水上	13
生态假期	14
界江风情	15
冰雪梦幻	16

游玩秘诀线路 020

踏青	20
消暑	21
赏秋	23
玩冬	24
秋季摄影线路——艳美五花山	25
冬季摄影线路——冰雪仙境	26
自驾路线——2日自驾游	27

鲜食美味 029

优品淘宝 032

完美下榻 036

如何去伊春 038

从伊春出发 040

森林 Forest

绿色仙境的画卷

五营国家森林公园——触碰最美的红松	44
带岭凉水自然保护区——聆听自然的远古之声	49
丰林自然保护区——雾漫如烟红松林	51
溪水国家森林公园——幽雅的山水图画	53
兴安国家森林公园——享受生态城市的呼吸	56
日月峡国家森林公园——大峡谷上的日月同辉	58
朗乡林中园——艳绝不过五花山	60
小兴安岭植物园——浓缩的植物博物馆	63

2

Geology

地质 Geology

地球的神秘力量

嘉荫恐龙国家地质公园——侏罗纪时代的遗迹	68
汤旺河国家公园——女娲补天的遗落	72
桃山悬羊峰——呼兰河的发源地	77
嘉荫茅兰沟——猫狼出没的北方“九寨”	79
红星火山地质公园——火山石与杜鹃的海洋	83
朗乡石林——横空出世的山峰	86
嘉荫乌拉嘎国家矿山公园——金矿的旧日秘密	88
南岔仙翁山——边境北国的小黄山	92

3

River

河流 River

“漂漂”欲仙过夏天

金山屯大丰河——小兴安岭第一漂	98
美溪金沙河——水上惊险二小时	100
依吉密河漂流——幽深静谧的水上之旅	102
丰林河漂流——人在画中游	104
巴兰河源头漂流——闯入秀色间	105
汤旺河漂流——小小竹排水中游	106
永翠河漂流——与秋沙鸭的亲密接触	108
界江与岛屿——梦游散落珍珠的大江	110

4

Wild

湿地与动物 Wild

自然界的生命创造

乌伊岭湿地——冻土上的观鸟胜地	116
新青国家湿地公园——白头鹤之乡	118
中华秋沙鸭自然保护区——鸟类的活化石	122

翠北湿地——刺激的沼泽地带	124
大平台湿地——桃花与湿地的两重天	126
桃山国际狩猎场——冒险的游戏	128
金山鹿苑——群鹿嬉游的山谷	130
梅花河狩猎场——追踪密林中的动物们	132

History

历史 History

探秘文化的遗存

小兴安岭恐龙博物馆——解读史前地球演化	136
四块石抗联遗址——东北抗联根据地	139
大砬子遗址——与史前人类的对话	140
横山古墓群遗址——林海深处的辽金文明	141
东正教堂——背井离乡的俄罗斯侨民	142
东北抗日联军第三、六军军政干部学校遗址——荒原水畔的战马嘶鸣	143

生态 Regimen

乐活的养生家园

美溪回龙湾度假村——天地间的山水之乐	146
梅花河山庄度假村——伐木人小镇上的有机美食	150
透龙山庄——养眼的青山丛林	152
峰岩山寨生态度假村——金水湖畔的不冻泉	154
玉兔仙潭——消暑康体的休闲浴场	156
太平岛度假村——大江上的养心岛屿	158

Park

乐园 Park

大山里的奇妙乐章

林都木雕园——林木之魂	162
-------------	-----

8

Ice and Snow

俄罗斯风情园——怒放的小红莓	164
乌拉嘎鄂伦春民族村——来自山上的猎手	166
铁力朝鲜民族风情园——载歌载舞的世界	169

冰雪 Ice and Snow

玉树琼林的世界

库尔滨河雾凇——此景只应天上有	172
嘉荫——冰雪风情城	176
伊春水上公园——冰世界的乐园	178
日月峡滑雪场——雪野上的单板疯狂	180
梅花山滑雪场——隔绝尘世的琉璃界	183
翠峦名人滑雪场——遗落在滑雪乐园	185
金山滑雪场——慢坡上的合家欢	186
带岭大箐山——雾凇与风车的守护	187

9

Line Top 10

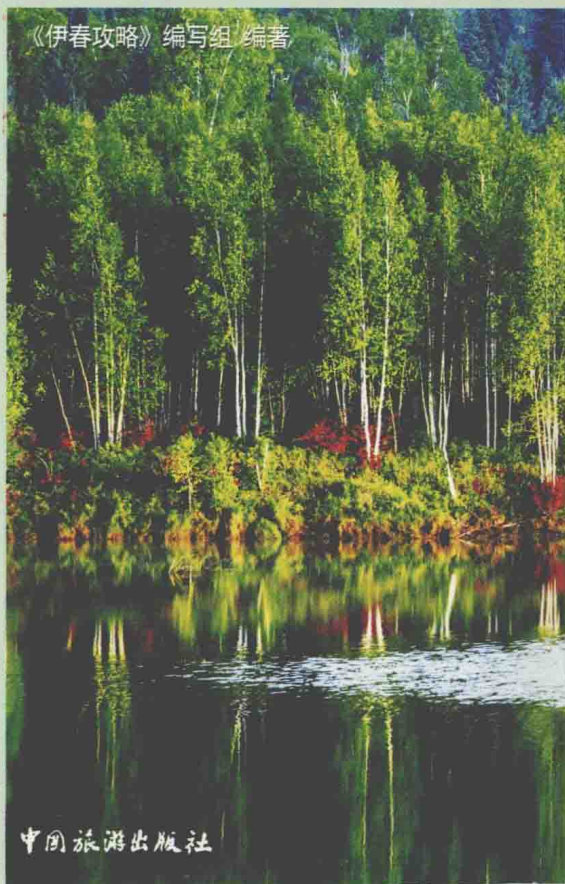
Line TOP 10 伊春周边的10大旅游地

俄罗斯边界游——来自梦中“喀秋莎”的呼唤	192
黑河“闯关东”影视基地	
——揭开尘封的历史	196
五大连池——打开的火山教科书	198
扎龙国家级自然保护区——丹顶鹤沉醉的乐园	202
漠河北极村——神秘莫测的极光	204
黑瞎子岛——迎接最早的朝阳	206
珍宝岛——接受心灵的洗礼	208
兴凯湖——烟波浩渺的绿宝石	210
长白山——直上人间第一峰	214
哈尔滨建筑之旅——砖石之间的城市表情	220

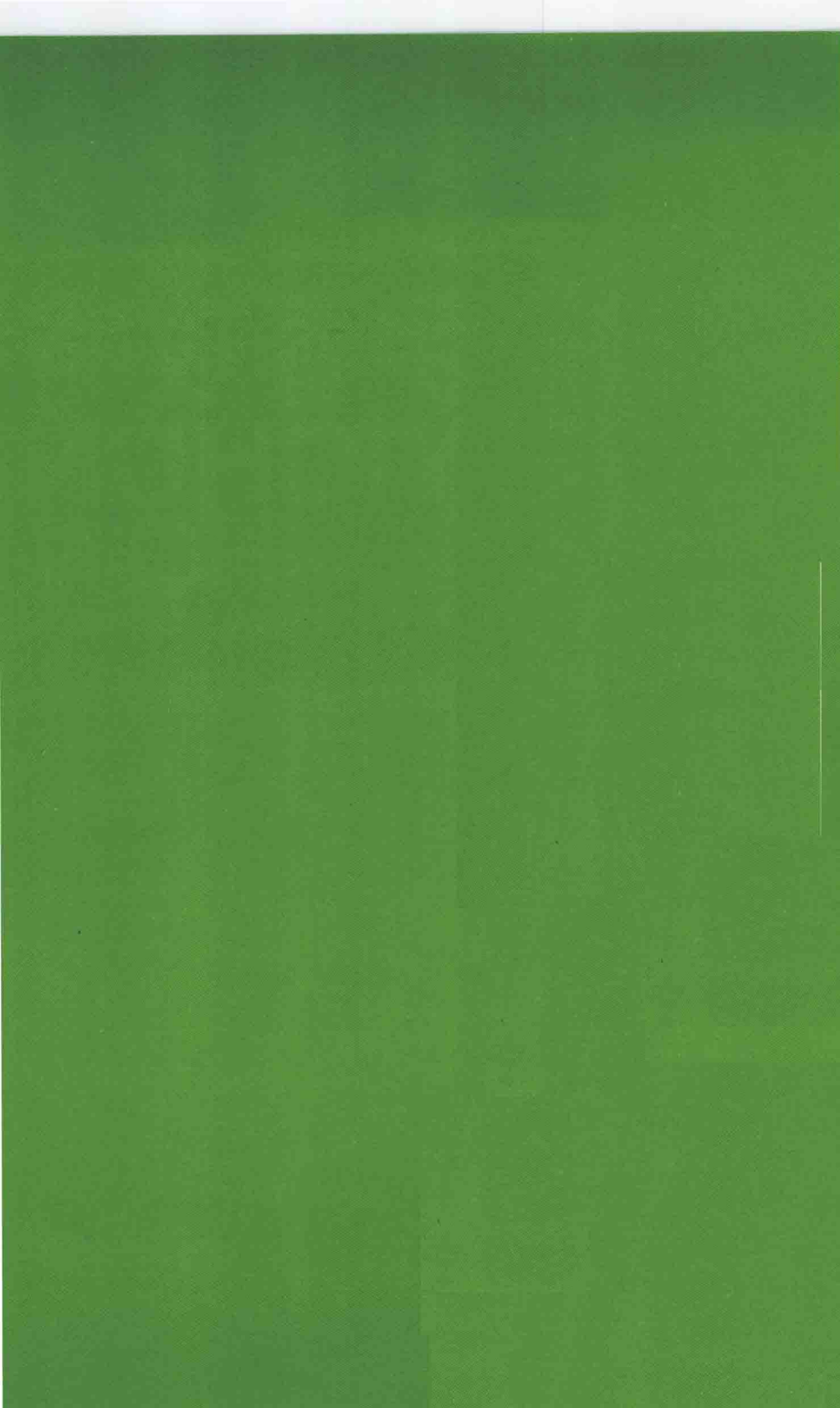
伊春攻略 YICHUN HOW

最值得推荐的66个地方

《伊春攻略》编写组 编著



中国旅游出版社



特色旅行 008

健康养生	8
红松天堂	10
地质大观园	11
漂流水上	13
生态假期	14
界江风情	15
冰雪梦幻	16

游玩秘诀线路 020

踏青	20
消暑	21
赏秋	23
玩冬	24
秋季摄影线路——艳美五花山	25
冬季摄影线路——冰雪仙境	26
自驾路线——2日自驾游	27

鲜食美味 029

优品淘宝 032

完美下榻 036

如何去伊春 038

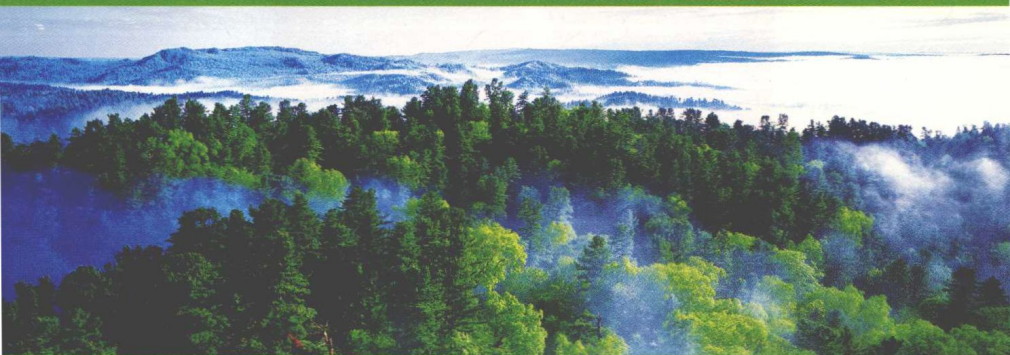
从伊春出发 040

森林 Forest

绿色仙境的画卷

五营国家森林公园——触碰最美的红松	44
带岭凉水自然保护区——聆听自然的远古之声	49
丰林自然保护区——雾漫如烟红松林	51
溪水国家森林公园——幽雅的山水图画	53
兴安国家森林公园——享受生态城市的呼吸	56
日月峡国家森林公园——大峡谷上的日月同辉	58
朗乡林园——艳绝不过五花山	60
小兴安岭植物园——浓缩的植物博物馆	63

YICHUN HOW 伊春攻略



2

Geology

地质
Geology

地球的神秘力量

嘉荫恐龙国家地质公园——侏罗纪时代的遗迹	68
汤旺河国家公园——女娲补天的遗落	72
桃山悬羊峰——呼兰河的发源地	77
嘉荫茅兰沟——猫狼出没的北方“九寨”	79
红星火山地质公园——火山石与杜鹃的海洋	83
朗乡石林——横空出世的山峰	86
嘉荫乌拉嘎国家矿山公园——金矿的旧日秘密	88
南岔仙翁山——边境北国的小黄山	92

3

River

河流
River

“漂漂”欲仙过夏天

金山屯大丰河——小兴安岭第一漂	98
美溪金沙河——水上惊险二小时	100
依吉密河漂流——幽深静谧的水上之旅	102
丰林河漂流——人在画中游	104
巴兰河源头漂流——闯入秀色间	105
汤旺河漂流——小小竹排水中游	106
永翠河漂流——与秋沙鸭的亲密接触	108
界江与岛屿——梦游散落珍珠的大江	110

4

Wild

湿地与动物
Wild

自然界的生命创造

乌伊岭湿地——冻土上的观鸟胜地	116
新青国家湿地公园——白头鹤之乡	118
中华秋沙鸭自然保护区——鸟类的活化石	122

翠北湿地——刺激的沼泽地带	124
大平台湿地——桃花与湿地的两重天	126
桃山国际狩猎场——冒险的游戏	128
金山鹿苑——群鹿嬉游的山谷	130
梅花河狩猎场——追踪密林中的动物们	132

History

历史 History

探秘文化的遗存

小兴安岭恐龙博物馆——解读史前地球演化	136
四块石抗联遗址——东北抗联根据地	139
大砬子遗址——与史前人类的对话	140
横山古墓群遗址——林海深处的辽金文明	141
东正教堂——背井离乡的俄罗斯侨民	142
东北抗日联军第三、六军军政干部学校遗址——荒原水畔的战马嘶鸣	143

生态 Regimen

乐活的养生家园

美溪回龙湾度假村——天地间的山水之乐	146
梅花河山庄度假村——伐木人小镇上的有机美食	150
透龙山庄——养眼的青山丛林	152
峰岩山寨生态度假村——金水湖畔的不冻泉	154
玉兔仙潭——消暑康体的休闲浴场	156
太平岛度假村——大江上的养心岛屿	158

Park

乐园 Park

大山里的奇妙乐章

林都木雕园——林木之魂	162
-------------	-----

8

Ice and Snow

俄罗斯风情园——怒放的小红莓	164
乌拉嘎鄂伦春民族村——来自山上的猎手	166
铁力朝鲜民族风情园——载歌载舞的世界	169

冰雪 Ice and Snow

玉树琼林的世界

库尔滨河雾凇——此景只应天上有	172
嘉荫——冰雪风情城	176
伊春水上公园——冰世界的乐园	178
日月峡滑雪场——雪野上的单板疯狂	180
梅花山滑雪场——隔绝尘世的琉璃界	183
翠峦名人滑雪场——遗落在滑雪乐园	185
金山滑雪场——慢坡上的合家欢	186
带岭大箐山——雾凇与风车的守护	187

9

Line Top 10

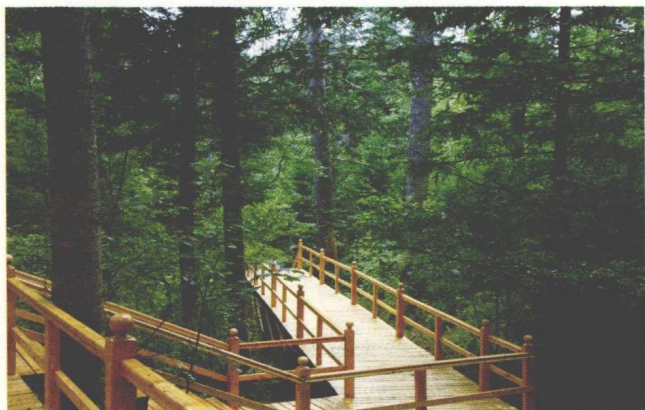
Line TOP 10 伊春周边的10大旅游地

俄罗斯边界游——来自梦中“喀秋莎”的呼唤	192
黑河“闯关东”影视基地	
——揭开尘封的历史	196
五大连池——打开的火山教科书	198
扎龙国家级自然保护区——丹顶鹤沉醉的乐园	202
漠河北极村——神秘莫测的极光	204
黑瞎子岛——迎接最早的朝阳	206
珍宝岛——接受心灵的洗礼	208
兴凯湖——烟波浩渺的绿宝石	210
长白山——直上人间第一峰	214
哈尔滨建筑之旅——砖石之间的城市表情	220

Part 1 >>> 特色旅行

1. 特色旅行 健康养生

西班牙诗人希梅内斯曾在他的诗里展示给我们这样一种意境：“上面是鸟的歌声、下面是水的歌声、从上到下打开了我的心灵。水摇曳着花朵、鸟摇曳着星星、从下到上拨动着我的心灵。”伊春是这样一座城市，小兴安岭的山林给予了伊春最丰满的财富。作为全国最大的森林城市，伊春空气清新、水质洁净、环境静谧，是世界城市中的一块净土。与国内同类城市相比，伊春森林覆盖率最高，达86.5%，其森林每年可吸收二氧化碳1475.96万吨，生成氧气1029.55万吨，每



立方厘米所含负氧离子达到27000个。在伊春小居数日，无论你来自哪里、去往何方，都无法忘记在伊春的呼吸，是如此清润舒畅；更无法忘记伊春目之所及的绿色，所到之处的有机美食。

看点

①伊春城市中心：

伊春市中心城区很小，3条主要的道路贯穿整个小城。在伊春脚步不需要匆匆，也不需要赶路，清晨你可以去水上公园健身、晚上到水坝小路上散步，或者去兴安公园爬山，去小兴安岭植物园慢跑……最主要的还是在这里，你务必要放松身心，深深呼吸这里的空气，将自己的身心内外“清洗”一番。伊春这座人与自然和谐共处的城市，曾和巴黎、柏林等共同获得了“世界十佳和谐城市”称号，也是唯一获此殊荣的中国城市。



②五营国家森林公园、上甘岭溪水国家森林公园：

森林既是人类的原始故乡，人类颐养身心的地方，又是人类治疗疾病的医药宝库。漫步于森林浴场中，呼吸含丰富负氧离子的清新空气，负氧离子会为你排毒祛病。森林中富含的负氧离子和植物芳香气，对人类健康



养生的价值极高。负氧离子也被称为“空气维生素”，也可叫长寿素，具有保持人体生物电场的平衡、稳定植物神经系统、活化细胞、激活机体抗病能力、净化血液、促进新陈代谢、改善心机功能和睡眠、消除疲劳等保健作用。欧洲、美国、日本等很早就盛行在森林中修建疗养所，接纳病人治疗和开展相关研究，开辟了“森林生态养生学”。身处小兴安岭腹地的伊春，森林浴场随处可见，五营国家森林公园、上甘岭溪水国家森林公园等等，足以满足你探寻森林浴场的愿望。

③回龙湾度假村：

回归大自然、康体养生，是近些年来很多人都追求的度假目的。在伊春，其实无须步出城市，即可放慢你一贯紧张的脚步。若有数天时间，建议到回龙湾度假村小住数日，不仅可以与溪水清泉做伴，更可以每日



散步于山野森林，或者去美溪金沙河漂流，融进大自然的山水中，时而水面寂静无比、时而穿行于巨石波涛之中，是安逸休闲假期中的激情补充。

④梅花河山庄度假村：

在伊春的山林之内，生长着很多无污染而且十分珍贵的中草药、食用菌、山野果等资源。近几年，伊春各大餐厅也纷纷将这些天然宝物，按照春夏秋冬四季分明的特点，以“绿”、“精”、“特”、“养”、“好”为原则，以精湛的厨艺烹饪出小兴安岭山珍菜品。即便是最简单的一道蘸酱菜，那种纯净而毫无污染的纯绿色食品的味道会令你无法忘记，回味无穷。伊春最著名的有机美食菜品出自梅花

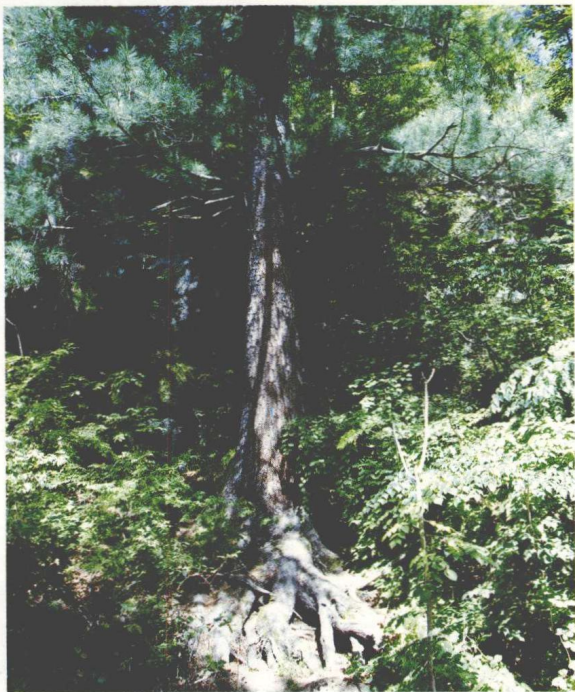


河山庄生态园，所有菜品的食材都是山庄自己亲自种植采摘，完全有机无公害。

2. 特色旅行 红松天堂

作为我国最大的林区之一，伊春是一个迥迥无比的天然森林氧吧，红松所组成的原始森林，四季都具有看点。

伊春丰富的林木资源，使对植物有特殊情感的人找到一种心灵上的归宿和依托。百年红松俊秀挺拔，触摸它们，你会感到来自森林的呼吸。走在松软的松针落叶上，在苍莽的丛林中徒步探险，看看未经雕饰的红松原始森林之美，伊春的美好会浸入骨髓，伴随你的一生。



看点

①五营国家森林公园：

深入了小兴安岭腹地，脚下松厚绵软的松针、扑鼻而来的松木香气、遮天蔽日的原始林木，处处可以领略到小兴安岭最独特、最原始的红松风貌。



②带岭凉水自然保护区：

经过安详淳朴的带岭凉水小镇，才能走入凉水保护区。带岭是四面环山的小镇，若有闲情逸致，在此住上一段时间，你会感到上天赋予这座小镇的恩赐。保护区内分布着国家重点保护的紅松。在小兴安岭原生植被几乎消耗殆尽的今天，保护好这片原始森林更具有重要的现实意义和深远的历史意义。

③桃山原始森林：

呼兰河发源地，大片大片红松的原始森林，树龄在350年左右。这些高耸入云的庞然

