



TA012

《中国自助游》编辑部◎编著

新疆自助游

◎全新资讯！诚品保证！

◎最地道的旅行指南书！

坚持出版前由作者亲自踩线更新



白金
旅游指南
PLATINUM

420景点包含乌鲁木齐及最美新疆风光
详细的哈密吐鲁番伊犁喀什阿克苏攻略



化学工业出版社

新疆

《中国自助游》编辑部◎编著

自助游



化学工业出版社

· 北 京 ·

这是一本专为去新疆自助游的读者量身定做的旅游指南书。书中不仅详细介绍了乌鲁木齐、哈密、吐鲁番、昌吉、五家渠、石河子、伊犁、塔城、阿勒泰、克拉玛依、博尔塔拉、巴音郭楞、阿克苏、喀什、克孜勒苏、和田等地的热门景点和美食购物攻略，还有“天山大赏”“喀纳斯大赏”“吐鲁番大赏”“巴音布鲁克大赏”“自驾车之旅”等主题行程。此外，还有独家奉送的“新疆年度最佳伴手好礼”“新疆年度最佳宾馆酒店”“乌鲁木齐年度最佳美食圈”“新疆年度最佳美食小吃”等实用信息，帮助您轻松玩转新疆。

图书在版编目(CIP)数据

新疆自助游 / 《中国自助游》编辑部编著. — 北京:
化学工业出版社, 2014.1
ISBN 978-7-122-18964-6

I. ①新… II. ①中… III. ①旅游指南-新疆 IV.
①K928.945

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第269539号

责任编辑: 龚风光 周旭
责任校对: 陈静

装帧设计: 旅游圈视觉设计部

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装: 北京方嘉彩色印刷有限责任公司
850mm×1100mm 1/32 印张 10 字数 250千字 2014年2月北京第1版第1次印刷

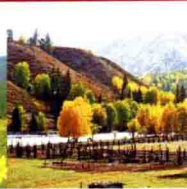
购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 49.80元

版权所有 违者必究

《中国自助游》编辑部

苏褚喻赵张丽王朱芳刘陈谢翟刘刘段娜何王陈杨孙赵李吝王淑李	洲民鹏婧琳萍玥莉英雨泽梅小风天姝仁明怡莹一楠海健灵虎聪罡	朱俊杰江业王张丽刘潘王刘谭张石威姚婷佟高小伟张向谭陈叶孙王梁任安沈	容丰强成慧樑华航桢宇政静艳尧悦洋洋欢云庄威姗姗竹会	许付魏韩于朱刘郭管闵吴郭廖余李周李阮李郑李文程尚任彭郑	王铮彭韩谢郎振刘李谢王杨苗王郭王周汤李庞孙马杨房王明王	铮雁栋群永福宏辉平武鹏丽颖萍钊芳星依昆静罡丽雪轩琦	宋武谢若宋赵海王李志谢林刘吴张崔高贾郭李吴尚杨卞李陈绍万	鑫宁蓉水青菊勇文静文晖琼莎莎铁军鑫川芝妮力光璐华兵龙丽	徐王付馨范贵肖刘李吕林孔李武檀郑刘滑夏刘张向李闫蓬吴	聪坤洁馨阅珍克冉芳濛示婷莉红晓宏明伟云园刚娜丽鹏冰勃为
------------------------------	------------------------------	-----------------------------------	---------------------------	-----------------------------	-----------------------------	---------------------------	------------------------------	-----------------------------	----------------------------	-----------------------------



目录 CONTENTS

●新疆印象 011

美丽新疆 012

新疆历史大事记 016

新疆概况 018

●新疆风情 019

新疆主要少数民族 020

新疆节庆 023

●新疆出发 027

行前准备 028

特色旅行规划 032

特殊人群旅行计划 046

●年度最佳 057

新疆年度最佳伴手好礼 058

新疆年度最佳宾馆酒店 060

乌鲁木齐年度最佳美食圈 063

新疆年度最佳美食小吃 066

●精彩乐游 069

天山大赏 070

喀纳斯大赏 071

吐鲁番大赏 072

伊犁大赏 073

巴音布鲁克大赏 074

自驾车之旅 075

附：新疆公路网 080

乌鲁木齐

083

乌鲁木齐焦点——必游景点

084

阅读乌鲁木齐

085

热门景点

大十字 086

南大寺 086

汗腾格里清真寺 087

塔塔尔清真寺 087

水上乐园 089

乌鲁木齐市儿童公园 089

新疆丝绸之路博物馆 090

新疆地质矿产陈列馆 090

乌鲁木齐文庙 091

八路军驻新疆办事处纪念馆 091

陕西大寺 092

乌鲁木齐人民公园 093

妖魔山公园 093

新疆维吾尔自治区博物馆 093

乌鲁木齐植物园 094

红山公园 094

达坂城风力发电站 095

中国彩棉科技园 096

天山野生动物园 096

米泉瞎熊沟风景区 096

独山子岩画 097

水磨沟风景区 097

南山风景区 098

亚洲大陆地理中心 101

乌拉泊古城	101
丝绸之路生态园	101
一号冰川	102
天山国际滑雪场	102
柴窝堡湖	103
盐湖城旅游景区	104
白水涧古镇	104

购物

国际大巴扎	105
二道桥新巴扎	105
新疆民街	105
大西门	106

美食

库尔感美食城	106
伽穆餐厅	106
新疆第一盘	107
五月花	107
小李子血站大盘鸡	107
沈派西域老回民饭庄	108
五一路夜市	108
17号抓饭王	108
博顿快餐店	108
顺张骨头汤	109
红冠椒麻鸡	109
米拉吉	109
宴艺大剧院	109

哈密

111

哈密焦点——必游景点	112
阅读哈密	113
热门景点	
哈密博物馆	114



红军西路军进疆纪念园	114
哈密回王府	115
哈密回王陵	115
盖斯墓	116
寒气沟	117
边关墩烽燧	117
白杨沟佛寺遗址	117
五堡古墓群	118
哈密魔鬼城	118
怪石山	119
大河唐城	119
巴里坤湖	120
黑沟	120
松树塘	120
巴里坤鸣沙山	121
白石头风景区	121
焕彩沟汉碑	122
拉甫乔克故城	122
天山庙	123
蒸汽火车	123
巴里坤草原	124
卡尔塔里	125

吐鲁番

127

吐鲁番焦点——必游景点	128
阅读吐鲁番	129
热门景点	
吐鲁番博物馆	130
吐鲁番郡王府	130
坎儿井民俗园	131
中国内陆海拔零点	131

额敏和卓报恩塔	133
交河故城	133
艾丁湖	133
阿斯塔那古墓群	134
高昌故城	134
柏孜克里克千佛洞	135
火焰山	135
盘吉尔怪石林	136
吐鲁番葡萄沟	136
托克逊雅丹地貌	137
沙山公园	137
鲁克沁小镇	137
库木塔格沙漠	138
吐峪沟大峡谷	138

昌吉

141

昌吉焦点——必游景点	142
阅读昌吉	143
热门景点	
昌吉古城	144
庙尔沟	144
北庭故城遗址	144
车师故道	145
吉木萨尔千佛洞	145
五彩湾	145
恐龙沟	146
回鹘寺	146
诺敏魔鬼城	147
将军戈壁	148
天山怪坡	148
康家石门子岩画	149



东道海子	149
昌吉北庄子古城	149
天山天池风景区	150
北塔山原始胡杨林	152
博格达峰自然保护区	152

五家渠

155

五家渠焦点——必游景点	156
阅读五家渠	157
热门景点	
军垦公园	158
唐朝路	158
五家渠青格达湖旅游区	159
三台沟原始森林景区	159
一万泉旅游度假区	159
古尔班通古特沙漠	160
阳光展叶生态园	161
驼铃梦坡沙漠公园	161

石河子

163

石河子焦点——必游景点	164
阅读石河子	165
热门景点	
游憩广场	166
艾青诗歌馆	166
新疆兵团军垦博物馆	166
周恩来总理纪念碑	166
北湖旅游风景区	167
石河子巴音山庄	168
石河子南山风景区	168



石河子市屯垦第一连	168
坎苏瓦特五彩河谷	169
石河子市人民公园	169

伊犁

171

伊犁焦点——必游景点	172
------------	-----

阅读伊犁	173
------	-----

热门景点

伊犁哈萨克自治州博物馆	174
伊犁林则徐纪念馆	174
汉家公主纪念馆	175
回族大寺	175
伊犁河	176
汉宾乡果园	177
金顶寺遗址	177
拜吐拉清真寺	178
巩留野核桃自然保护区	178
恰西风景区	178
火龙洞	179
果子沟	179
大、小莫乎尔风景区	180
霍尔果斯口岸	180
库尔德宁风景区	181
巩乃斯草原	182
惠远古城	183
琼博拉森林公园	185
特克斯八卦城	185
通呼萨拉瀑布	185
圣佑庙	186
夏塔峡谷	186

洪那海麻扎	186
唐布拉草原	187
格登山记功碑	187
科培雷特岩画	188
坡姆古城	188
靖远寺	188
雪岭云杉自然保护区	188
海努克故城	189
乌孙山	189

塔城

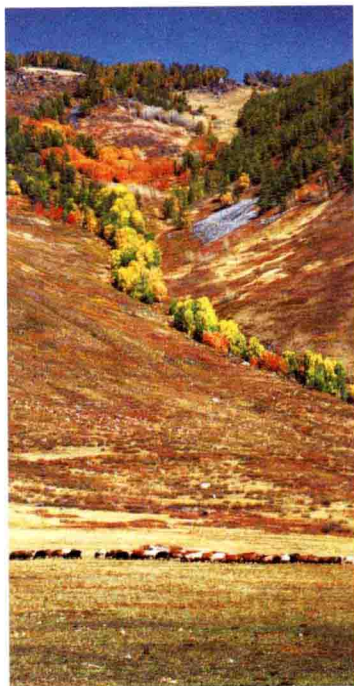
191

塔城焦点——必游景点	192
------------	-----

阅读塔城	193
------	-----

热门景点

塔城红楼	194
巴克图口岸	194
垂钓公园	194
巴克图山	195



库鲁斯台草原	195
瀚海柳浪风景区	195
塔斯提风景区	195
鹿角湾	196
沙湾温泉景区	196
巴尔达库尔岩画群遗址	197
野巴旦杏自然保护区	197
甘家湖荒漠生态公园	198
小白杨哨所	198
阿克乔湖草原	198
突厥石人像	200
九莲泉	200
阿克苏水库	200
乌苏南山温泉	200
玛依塔斯	201
泥火山群	201

阿勒泰

203

阿勒泰焦点——必游景点	204
阅读阿勒泰	205
热门景点	
阿勒泰地区博物馆	206
驼峰景区	206
桦林公园	206
大、小东沟森林风景区	207
乌拉斯特河谷	208
木斯岛雪山	209
吉木乃口岸	209
五指泉	209
切木尔切克陨石群	210
切木尔切克石人及石棺墓群	210
喀纳斯自然景观保护区	210



白沙湖	214
那仁草原	215
乌伦古湖	215
白哈巴村	217
蝴蝶沟	217
三道海子	217
布尔根河狸自然保护区	218
富蕴县大东沟	218
可可托海国家地质公园	218
伊雷木湖	220
禾木蒙古族村落	220
禾木草原	220
友谊峰	221
额尔齐斯河	221

克拉玛依

223

克拉玛依焦点——必游景点	224
阅读克拉玛依	225

热门景点

克拉玛依一号井	226
克拉玛依展览馆	226
克拉玛依文化街	226
九龙潭	227
克拉玛依河	227
黑油山	228
阳光水世界	229
白杨河大峡谷	229
乌尔禾魔鬼城	230
独山子泥火山	231
乔尔玛自然保护区	231

博尔塔拉

233

博尔塔拉焦点——必游景点	234
阅读博尔塔拉	235

热门景点

赛里木湖风景区	237
艾比湖	238

博乐故城	238
博乐市滨河公园	238
博尔塔拉纪念园	239
怪石峪风景区	239
阿拉山口口岸	239
哈日图热格风景区	240
博格达尔温泉	240
新疆北鲎馆	241
天泉	241
阿尔夏提风景区	241
乌拉斯泰石人墓	241
母亲石	241

巴音郭楞

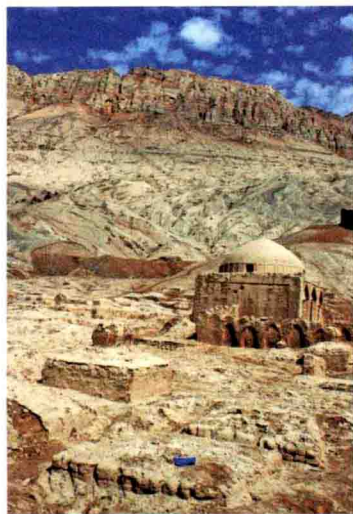
243

巴音郭楞焦点——必游景点	244
--------------	-----

阅读巴音郭楞	245
--------	-----

热门景点

巴音郭楞蒙古自治州博物馆	246
铁门关	246
加曼大清真寺	247
莲花湖	247
孔雀河	247
库尔勒沙伊东香梨园	248



楼兰古城遗址	248
营盘古城	248
瓦石峡古城遗址	249
米兰古城遗址	249
魔鬼谷	250
木孜塔格峰	250
阿尔金山国家级自然保护区	250
托乎拉克庄园	251
巴仑台黄庙	252
来利勒克遗址	252
且末岩画	253
晒经岛风情园	253
天鹅湖自然保护区	253
奎克乌苏石林	254
满汗王府	255
巩乃斯国家森林公园	255
高寺	256
博斯腾湖	257
博格达沁古城	257
巴音布鲁克草原	257
七个星千佛洞	258
罗布人村寨	258
罗布泊	258
和硕金沙滩	258
塔克拉玛干沙漠	259
沙漠胡杨林公园	259

阿克苏

261

阿克苏焦点——必游景点	262
-------------	-----

阅读阿克苏	263
-------	-----

热门景点

阿克苏博物馆	264
阿克苏市世纪广场	264
多浪公园	264
多浪河人家	265
塔里木胡杨岛	265
千鸟湖风景区	266
塔里木河	266
蚌壳化石山	267



原始沙棘林	267
阿克苏温宿大峡谷	267
天山神木园	268
乌什燕泉公园	268
托木尔峰神奇大峡谷	269
乌什喀特古城	269
通古斯巴什古城	269
千泪泉	269
克孜尔杂哈石窟	269
克孜尔千佛洞	270
库车老城	270
克孜尔杂哈峰隧	271
老虎台国际狩猎场	271
埃格麦里央达古城	271
库车清真大寺	272
库车王府	272
盐水沟	272
皮朗古城	273
森木塞姆千佛洞	273
苏巴什佛寺	273
库木吐喇千佛洞	274
库车大峡谷	274
大、小龙池	275

喀什

277

喀什焦点——必游景点	278
阅读喀什	279
热门景点	
喀什老城	280
艾提尕尔清真寺	280
班超纪念公园	281

高台民居	281
玉素甫·哈斯·哈吉甫墓	281
红其拉甫口岸	281
香妃墓	282
公主堡	282
瓦罕古道	283
塔合曼温泉	283
莫尔佛塔	283
阿勒腾麻扎	283
喀什石头城	284
莎车老城	284
阿曼尼莎汗纪念陵	284
莎车王陵	284
泽普金胡杨国家森林公园	285
伯什克拉木果园	285
达瓦昆旅游风景区	285
穆罕默德·喀什噶里麻扎	286
唐王城	286
麦盖提农民画	286
购物	
喀什大巴扎	287
吾斯塘博依巷	287

克孜勒苏

289

克孜勒苏焦点——必游景点	290
阅读克孜勒苏	291
热门景点	
无花果之乡	292
天门	292
苏丹·沙图克麻扎	292
宋喀拉汗王朝王庭遗址	292
三仙洞	293





奥依塔克风景区	293
公格尔峰	293
阿图什大峡谷	293
喀拉库勒湖	295
慕士塔格山	295
玉其塔什草场	295

和田

297

和田焦点——必游景点	298
------------	-----

阅读和田	299
------	-----

热门景点

和田地毯厂	300
艾德莱丝绸手工作坊	300
核桃王公园	300
英尔力克水库	300
于田大清真寺	301
亚门草场	301
买力克阿瓦提古城	301
喀拉墩古城	302
丹丹乌里克遗址	302
策勒小佛寺	302
安迪尔古城遗址	303
尼雅遗址	303
民丰大麻扎	304
吐尔地阿吉庄园	304
鱼湖	304
无花果王	304
皮山大清真寺	305
葡萄长廊	305
桑株岩画	306
慕士山	306

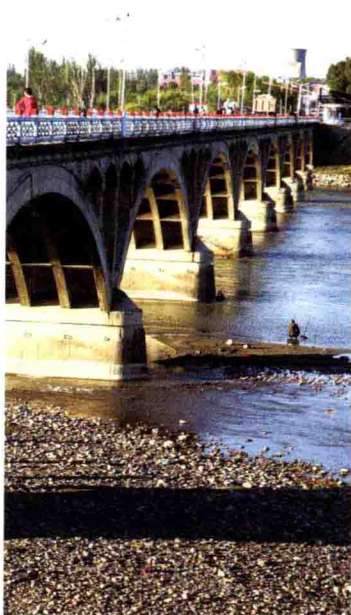
改水纪念碑	306
乌鲁瓦提景区	307
赞木庙遗址	307
麻扎塔格戍堡	307
热瓦克佛寺遗址	308
约特干遗址	308
夏合勒克封建庄园	308
山普拉古墓群	309
达里雅布依	309
葡萄树王	309
圆沙古城	310
库克马日木窟	310
普鲁火山	310
塔里木沙漠公路	310

购物

和田大巴扎	311
于田古街	311

索引

312



新疆

《中国自助游》编辑部◎编著

自助游

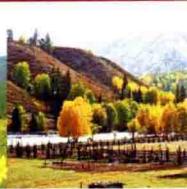


化学工业出版社

· 北 京 ·

XINJIANG





目录 CONTENTS

●新疆印象 011

美丽新疆 012

新疆历史大事记 016

新疆概况 018

●新疆风情 019

新疆主要少数民族 020

新疆节庆 023

●新疆出发 027

行前准备 028

特色旅行规划 032

特殊人群旅行计划 046

●年度最佳 057

新疆年度最佳伴手好礼 058

新疆年度最佳宾馆酒店 060

乌鲁木齐年度最佳美食圈 063

新疆年度最佳美食小吃 066

●精彩乐游 069

天山大赏 070

喀纳斯大赏 071

吐鲁番大赏 072

伊犁大赏 073

巴音布鲁克大赏 074

自驾车之旅 075

附：新疆公路网 080

乌鲁木齐

083

乌鲁木齐焦点——必游景点

084

阅读乌鲁木齐

085

热门景点

大十字 086

南大寺 086

汗腾格里清真寺 087

塔塔尔清真寺 087

水上乐园 089

乌鲁木齐市儿童公园 089

新疆丝绸之路博物馆 090

新疆地质矿产陈列馆 090

乌鲁木齐文庙 091

八路军驻新疆办事处纪念馆 091

陕西大寺 092

乌鲁木齐人民公园 093

妖魔山公园 093

新疆维吾尔自治区博物馆 093

乌鲁木齐植物园 094

红山公园 094

达坂城风力发电站 095

中国彩棉科技园 096

天山野生动物园 096

米泉瞎熊沟风景区 096

独山子岩画 097

水磨沟风景区 097

南山风景区 098

亚洲大陆地理中心 101

乌拉泊古城	101
丝绸之路生态园	101
一号冰川	102
天山国际滑雪场	102
柴窝堡湖	103
盐湖城旅游景区	104
白水涧古镇	104

购物

国际大巴扎	105
二道桥新巴扎	105
新疆民街	105
大西门	106

美食

库尔感美食城	106
伽穆餐厅	106
新疆第一盘	107
五月花	107
小李子血站大盘鸡	107
沈派西域老回民饭庄	108
五一路夜市	108
17号抓饭王	108
博顿快餐店	108
顺张骨头汤	109
红冠椒麻鸡	109
米拉吉	109
宴艺大剧院	109

哈密

111

哈密焦点——必游景点	112
阅读哈密	113
热门景点	
哈密博物馆	114



红军西路军进疆纪念园	114
哈密回王府	115
哈密回王陵	115
盖斯墓	116
寒气沟	117
边关墩烽燧	117
白杨沟佛寺遗址	117
五堡古墓群	118
哈密魔鬼城	118
怪石山	119
大河唐城	119
巴里坤湖	120
黑沟	120
松树塘	120
巴里坤鸣沙山	121
白石头风景区	121
焕彩沟汉碑	122
拉甫乔克故城	122
天山庙	123
蒸汽火车	123
巴里坤草原	124
卡尔塔里	125

吐鲁番

127

吐鲁番焦点——必游景点	128
阅读吐鲁番	129
热门景点	
吐鲁番博物馆	130
吐鲁番郡王府	130
坎儿井民俗园	131
中国内陆海拔零点	131

额敏和卓报恩塔	133
交河故城	133
艾丁湖	133
阿斯塔那古墓群	134
高昌故城	134
柏孜克里克千佛洞	135
火焰山	135
盘吉尔怪石林	136
吐鲁番葡萄沟	136
托克逊雅丹地貌	137
沙山公园	137
鲁克沁小镇	137
库木塔格沙漠	138
吐峪沟大峡谷	138

昌吉

141

昌吉焦点——必游景点	142
阅读昌吉	143
热门景点	
昌吉古城	144
庙尔沟	144
北庭故城遗址	144
车师故道	145
吉木萨尔千佛洞	145
五彩湾	145
恐龙沟	146
回鹘寺	146
诺敏魔鬼城	147
将军戈壁	148
天山怪坡	148
康家石门子岩画	149



东道海子	149
昌吉北庄子古城	149
天山天池风景区	150
北塔山原始胡杨林	152
博格达峰自然保护区	152

五家渠

155

五家渠焦点——必游景点	156
阅读五家渠	157
热门景点	
军垦公园	158
唐朝路	158
五家渠青格达湖旅游区	159
三台沟原始森林景区	159
一万泉旅游度假区	159
古尔班通古特沙漠	160
阳光展叶生态园	161
驼铃梦坡沙漠公园	161

石河子

163

石河子焦点——必游景点	164
阅读石河子	165
热门景点	
游憩广场	166
艾青诗歌馆	166
新疆兵团军垦博物馆	166
周恩来总理纪念碑	166
北湖旅游风景区	167
石河子巴音山庄	168
石河子南山风景区	168