

藏羚羊
旅行指南



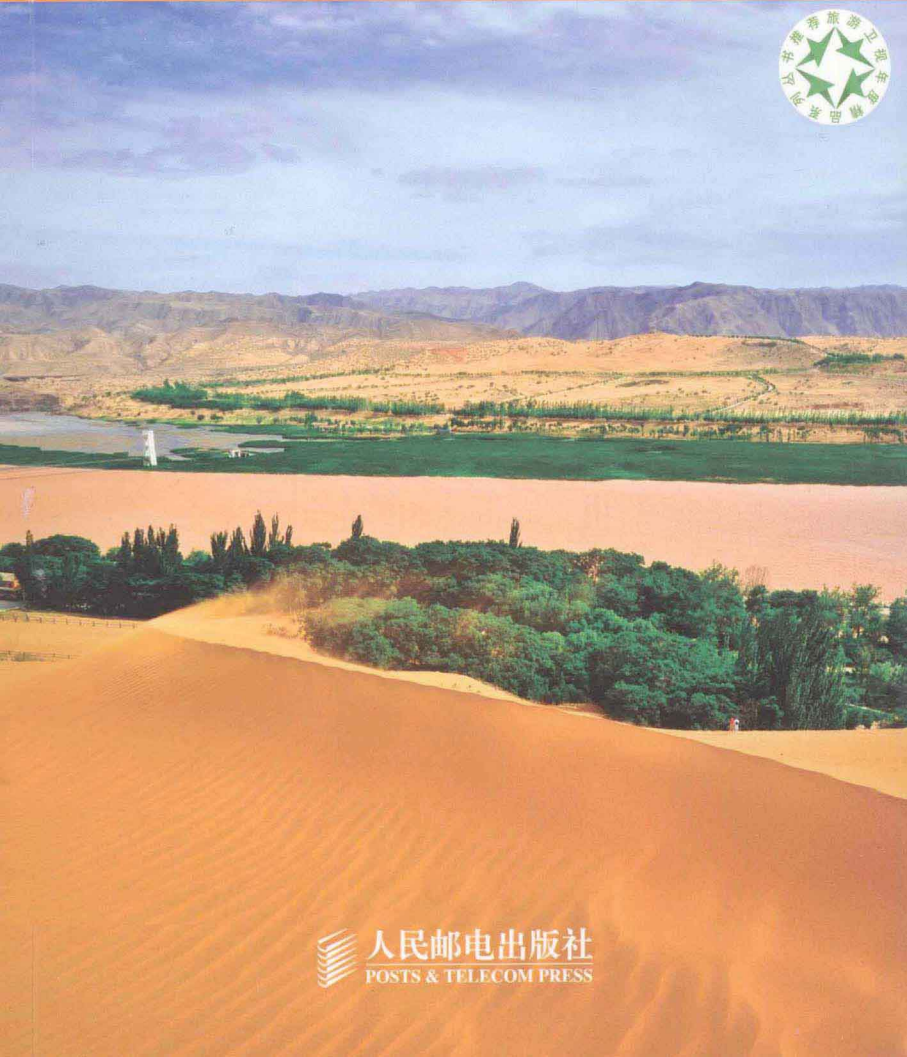
全新
经验
专业
亲身

版本
加入鲜活目的地内容
丰富
的旅行者用心写就
的旅行指南编辑部
诚意打造
路线
13年不变，收集第一手资料

宁夏 自助游

第4版

藏羚羊旅行指南编辑部 编著



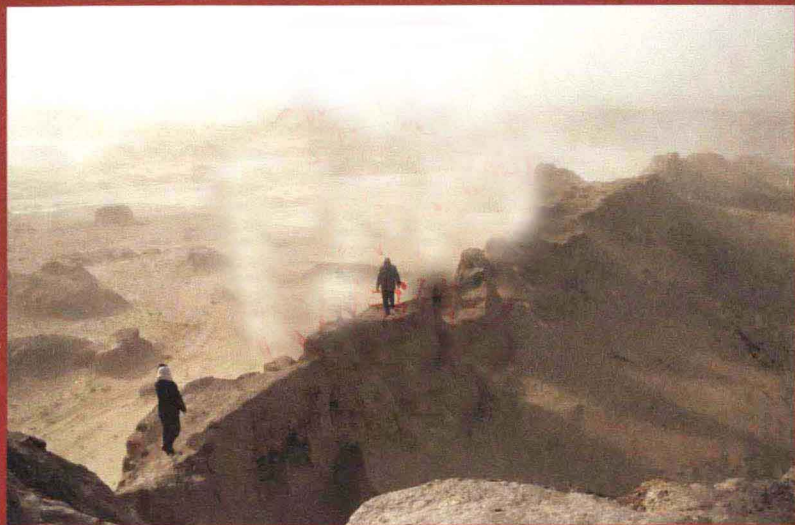
人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

藏羚羊自助游系列

宁夏

(第4版)

自助游



藏羚羊旅行指南编辑部 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

宁夏自助游 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. — 4版

. — 北京: 人民邮电出版社, 2014. 1

(藏羚羊自助游系列)

ISBN 978-7-115-33518-0

I. ①宁… II. ①藏… III. ①旅游指南—宁夏 IV.

①K928.943

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第272018号

内 容 提 要

《宁夏自助游(第4版)》沿用藏羚羊旅行指南12年经典体系,以分区导览的形式全面覆盖宁夏各大景区、景点,并从历史、地理、宗教、民俗和美食等方面深入挖掘宁夏的地域特色。第4版全新绘制所有旅行示意图,对景点、实用信息及图片进行全面更新,并加强了路线规划及专题的实用性和可读性。

◆ 编 著 藏羚羊旅行指南编辑部

责任编辑 张 军

执行编辑 李 新

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本: 850×1100 1/32

印张: 7

2014年1月第4版

字数: 224千字

2014年1月北京第1次印刷

定价: 29.80元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

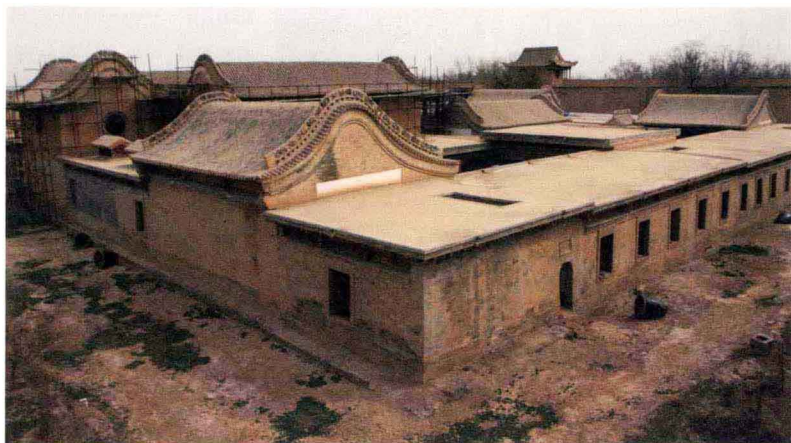
反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

目录

宁夏印象	9	节庆	64	银川市	81
路线推荐	17	艺术	66	必游景点	82
宁夏必游	31	语言	68	路线推荐	87
宁夏美食	47	特产	68	解读银川市	98
摄影推荐	51	名人	73	历史	98
				地理	98
				交通	100
				住宿	103
				餐饮	103
话说宁夏	55	旅行计划	75		
历史	56	最佳旅行季节	76	专题	104
地理	58	预算	77		
气候	58	交通	78	南门广场	106
政区	59	住宿	78	南薰门	106
民族	61	其他信息	78	南关清真大寺	106
宗教	61	旅行装备	79	玉皇阁	108

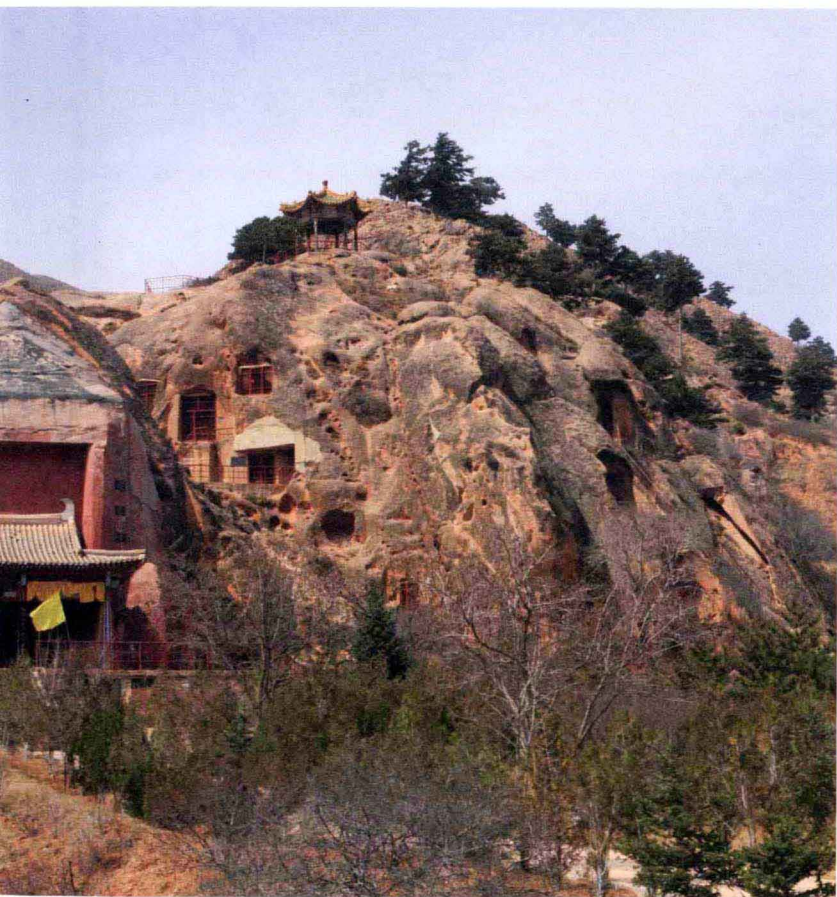




承天寺塔	108	地理	153
海宝塔	111	交通	154
宁夏博物馆	111	住宿	154
宝湖国家城市湿地公园	115	餐饮	155
鸣翠湖	115		
西夏王陵	115	沙湖	156
镇北堡西部影城	121	平罗玉皇阁	158
拜寺口双塔	124	北武当庙	159
贺兰山岩画	124		
滚钟口	128	吴忠市	161
苏峪口国家森林公园	129	必游景点	162
黄沙古渡(月牙湖)	130	路线推荐	165
中华回乡文化园	130	解读吴忠市	166
纳家户清真大寺	133	历史	166
水洞沟	134	地理	166
灵武镇河塔	141	交通	167
灵武恐龙化石遗址	143	住宿	167
三关口明长城	145	餐饮	167
石嘴山市	147	董府	168
必游景点	148	一百零八塔	170
路线推荐	152	青铜峡明长城	171
解读石嘴山市	153	同心清真大寺	173
历史	153		



中卫市	175	中卫高庙	186	餐饮	205
必游景点	176	沙坡头	190	专题	206
路线推荐	178	石空大佛寺	194		
解读中卫市	180	固原市	197	固原博物馆	208
历史	180	必游景点	198	固原秦长城	210
地理	180	路线推荐	200	六盘山国家森林公园	210
交通	181	解读固原市	202	须弥山石窟	212
住宿	182	历史	202	火石寨	216
餐饮	182	地理	202	无量山石窟	220
专题	183	交通	204		
		住宿	205	索引	222



藏羚羊自助游系列

宁夏

(第4版)

自助游

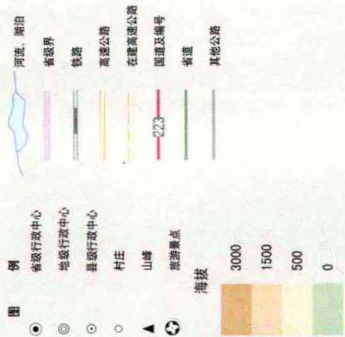


藏羚羊旅行指南编辑部 编著

人民邮电出版社
北京

宁夏旅行交通示意图

贺兰山岩画：堪称西北游牧先民的画廊，具有很高的艺术价值。



西夏王陵：位于贺兰山脚下，堪称宁夏的头号文物古迹。

镇北堡西北影城：《红高粱》、《大话西游》、《新龙门客栈》等影片的取景地。



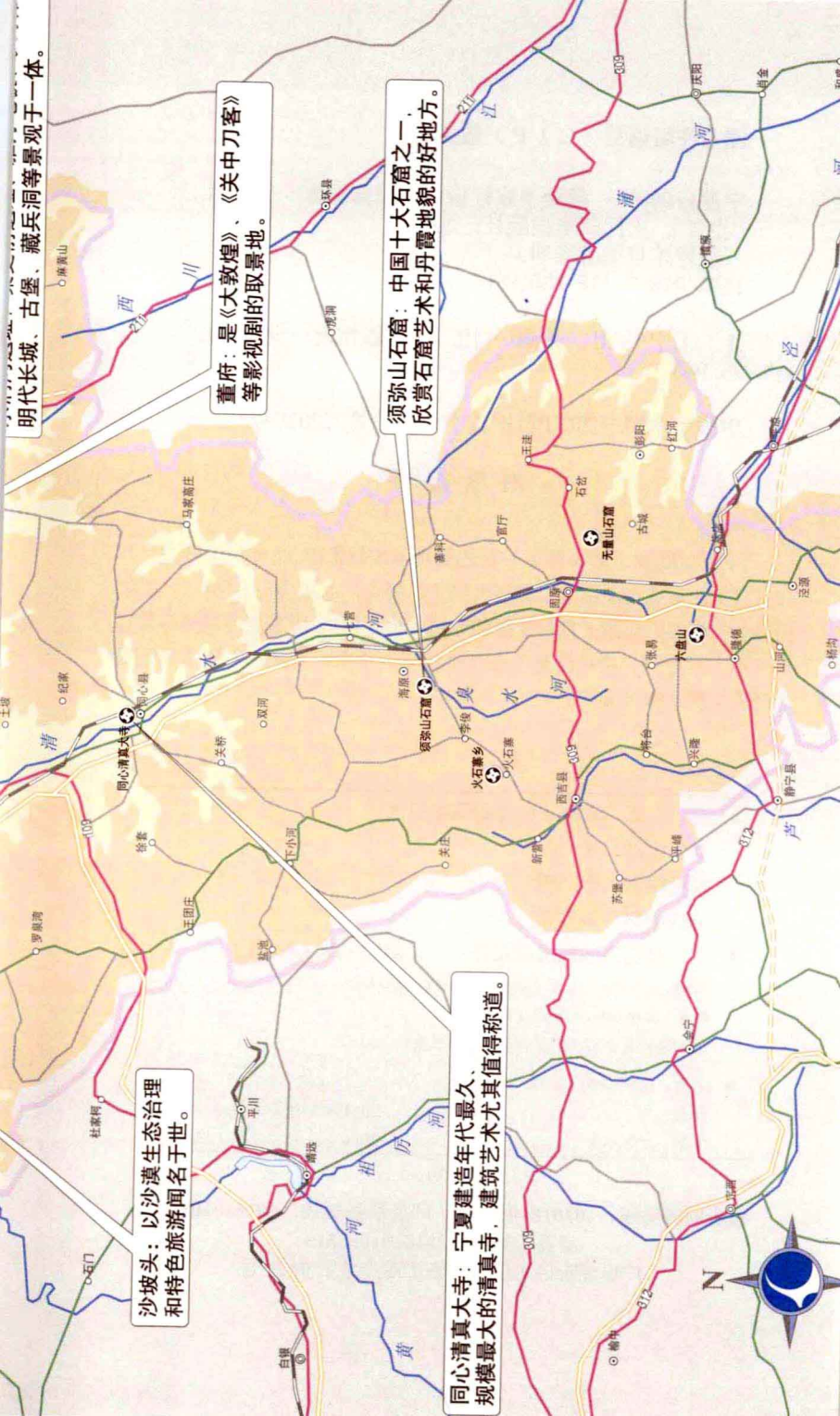
明代长城、古堡、藏兵洞等景观于一体。

沙坡头：以沙漠生态治理
和特色旅游闻名于世。

董府：是《大敦煌》、《关中刀客》
等影视剧的取景地。

须弥山石窟：中国十大石窟之一，
欣赏石窟艺术和丹霞地貌的好地方。

同心清真大寺：宁夏建造年代最久、
规模最大的清真寺，建筑艺术尤其值得称道。



图书在版编目(CIP)数据

宁夏自助游 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. — 4版

. — 北京: 人民邮电出版社, 2014. 1

(藏羚羊自助游系列)

ISBN 978-7-115-33518-0

I. ①宁… II. ①藏… III. ①旅游指南—宁夏 IV.

①K928.943

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第272018号

内 容 提 要

《宁夏自助游(第4版)》沿用藏羚羊旅行指南12年经典体系,以分区导览的形式全面覆盖宁夏各大景区、景点,并从历史、地理、宗教、民俗和美食等方面深入挖掘宁夏的地域特色。第4版全新绘制所有旅行示意图,对景点、实用信息及图片进行全面更新,并加强了路线规划及专题的实用性和可读性。

◆ 编 著 藏羚羊旅行指南编辑部

责任编辑 张 军

执行编辑 李 新

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本: 850×1100 1/32

印张: 7

2014年1月第4版

字数: 224千字

2014年1月北京第1次印刷

定价: 29.80元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

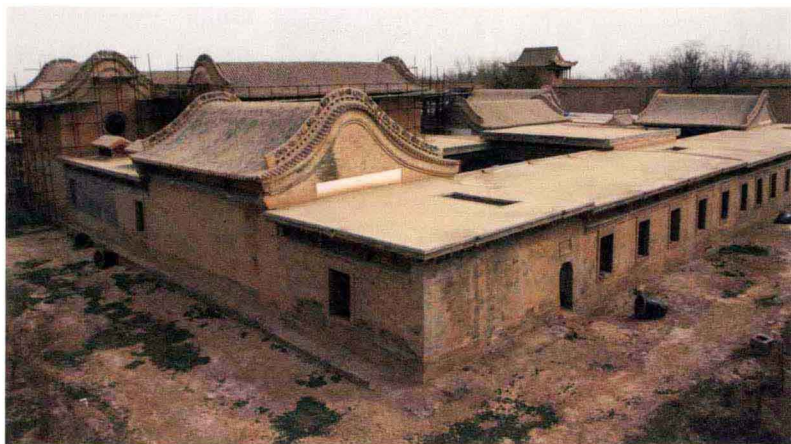
反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

目录

宁夏印象	9	节庆	64	银川市	81
路线推荐	17	艺术	66	必游景点	82
宁夏必游	31	语言	68	路线推荐	87
宁夏美食	47	特产	68	解读银川市	98
摄影推荐	51	名人	73	历史	98
话说宁夏	55	旅行计划	75	地理	98
历史	56	最佳旅行季节	76	交通	100
地理	58	预算	77	住宿	103
气候	58	交通	78	餐饮	103
政区	59	住宿	78	专题	104
民族	61	其他信息	78	南门广场	106
宗教	61	旅行装备	79	南薰门	106
				南关清真大寺	106
				玉皇阁	108

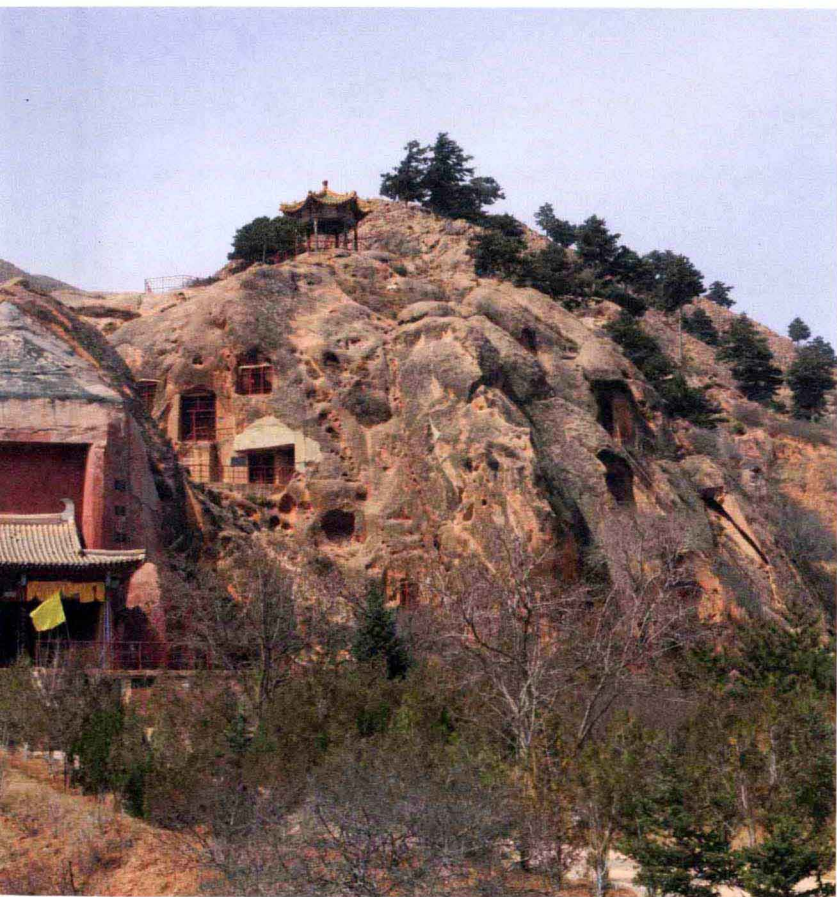




承天寺塔	108	地理	153
海宝塔	111	交通	154
宁夏博物馆	111	住宿	154
宝湖国家城市湿地公园	115	餐饮	155
鸣翠湖	115		
西夏王陵	115	沙湖	156
镇北堡西部影城	121	平罗玉皇阁	158
拜寺口双塔	124	北武当庙	159
贺兰山岩画	124		
滚钟口	128	吴忠市	161
苏峪口国家森林公园	129	必游景点	162
黄沙古渡(月牙湖)	130	路线推荐	165
中华回乡文化园	130	解读吴忠市	166
纳家户清真大寺	133	历史	166
水洞沟	134	地理	166
灵武镇河塔	141	交通	167
灵武恐龙化石遗址	143	住宿	167
三关口明长城	145	餐饮	167
石嘴山市	147	董府	168
必游景点	148	一百零八塔	170
路线推荐	152	青铜峡明长城	171
解读石嘴山市	153	同心清真大寺	173
历史	153		



中卫市	175	中卫高庙	186	餐饮	205
必游景点	176	沙坡头	190	专题	206
路线推荐	178	石空大佛寺	194		
解读中卫市	180	固原市	197	固原博物馆	208
历史	180	必游景点	198	固原秦长城	210
地理	180	路线推荐	200	六盘山国家森林公园	210
交通	181	解读固原市	202	须弥山石窟	212
住宿	182	历史	202	火石寨	216
餐饮	182	地理	202	无量山石窟	220
专题	183	交通	204		
		住宿	205	索引	222



图例



实用信息图例



宁夏印象



1. 塞上江南



在人们的印象中，我国的西北地区总是和黄沙、戈壁联系在一起。唯独宁夏，在这个半干旱地区，有一片肥沃的土地，所以它有着“塞上江南”的美名。这里之所以能够湖泊密布、绿树成荫、稻花飘香，全得益于黄河，因此有“九



曲黄河，唯富一套”的说法。成片的黄沙、黄土丘陵与这片绿色完美结合在一起，形成了“塞上江南”的独特景观。