

最新最完备重庆自助游!



CHONGQING HOW

速度

游

13\14版

《全球攻略》编写组 编著

大赏重庆!

好玩重庆!

重庆
推荐

重庆攻略

增强版

10大
无料主题
迷人之选

速度看重庆!

重庆印象、重庆交通、重庆名片

速度去重庆!

如何前往、旅行常识

速度玩重庆!

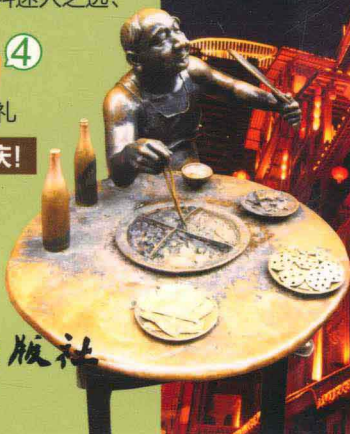
人气好玩热地、无料迷人之选、
魅力平民餐馆

速度买重庆!

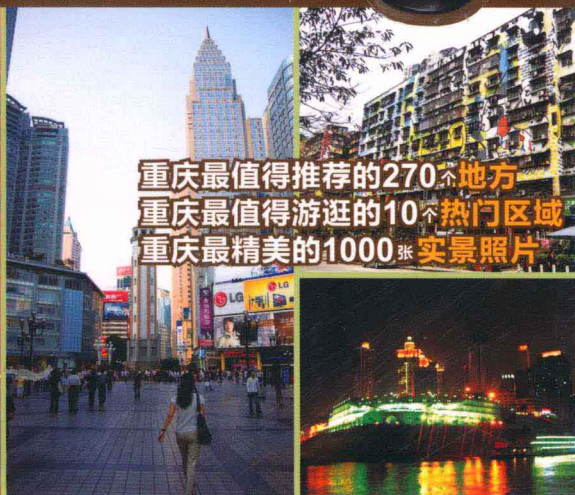
拼、伴手好礼

速度游重庆!

3天2夜
划书



重庆最值得推荐的270个地方
重庆最值得游逛的10个热门区域
重庆最精美的1000张实景照片



中国旅游出版社



CHONGQING HOW

速度

游

大赏重庆! 好玩重庆!



重庆攻略增强版



《全球攻略》编写组 编著



中国旅游出版社



责任编辑：王 颖
装帧设计：城市地标
责任印制：闫立中

图书在版编目(CIP)数据

重庆攻略：增强版 / 《重庆攻略》编写组编著. ——
北京：中国旅游出版社，2013.1
ISBN 978-7-5032-4553-4

I. ①重… II. ①重… III. ①旅游指南—重庆市
IV. ①K928.971.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第245898号

书 名：重庆攻略增强版

编 著：《全球攻略》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：2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

开 本：787毫米×1092毫米 1/16

印 张：13.5

印 数：1-8000册

字 数：200千

定 价：39.8元

ISBN 978-7-5032-4553-4

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



重庆攻略

增强版

CHONGQING HOW





CONTENTS 目录



重庆推荐 001

P
22

渝中区

1. 朝天门广场 024

朝天门 025
重庆历史名人馆 025
朝天门码头 025

2. 洪崖洞 026

吊脚楼 026

3. 重庆罗汉寺 027

大雄宝殿 027

4. 重庆人民解放纪念碑 028

解放碑中央商务区 028
重庆百货大楼 029

5. 三峡博物馆 029

6. 重庆人民大礼堂 030

7. 重庆人民广场 030

8. 若瑟堂 031

9. 中国民主党派历史陈列馆 032

10. 红岩革命纪念馆 033

11. 鹅岭、佛图关公园 034

榕湖绳桥 034
佛图关公园 035

12. 皇冠大扶梯 035

13. 跨江索道 036

14. 抗建堂 036

15. 重庆湖广会馆 037

16. 湖广会馆古文化体验区 038

饭江湖 038
明清客栈 038

17. 巴渝文化会馆 039

18. 桂园 039

19. 重庆大轰炸惨案遗址 040

20. 重庆《新华日报》旧址 040

21. 重庆周公馆 041

22. 枇杷山公园 042

23. 重庆珊瑚公园 042

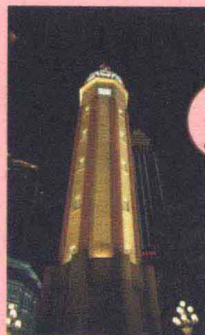
24. 重庆宋庆龄旧居 043

25. 山城步道 044

凯旋路电梯 044

26. 珊瑚坝 045

27. 重庆长江大桥 045





江北区

P
46

1. 金源方特科幻公园 048
2. 朝天门大桥 049
3. 重庆科技馆 049
4. 铁山坪森林公园 050
望江温泉娱乐城 050
僧官寺 051
5. 观音桥步行街 051
6. 鸿恩寺森林公园 052
7. 重庆市石门公园 052
8. 嘉陵广场 053
9. 寸滩港 053

- 白云竹海 068
2. 北泉风景区 069
北温泉 069
3. 老舍旧居 069
4. 张自忠将军陵园 070
5. 金刀峡 071
6. 胜天湖旅游风景区 072
7. 磨滩瀑布 073
8. 北碚金果园生态旅游区 073
9. 美丽乡村嘉年华 073
10. 偏岩古镇 074
武庙 075
九合栈 075
偏岩老街 075

P
54

渝北区

1. 巴渝民俗文化村 056
2. 张关水溶洞 057
3. 鹿山农业观光园 057
4. 碧津公园 058
5. 统景风景区 059
统景峡 059
统景温泉 059
如佛洞 060
6. 动步公园 060
7. 陶然古镇 061
8. 望乡台度假村 061
9. 龙头寺公园 062
重庆龙头寺 062
10. 龙藏古镇 063
11. 双龙湖公园 063
12. 大龙山公园 063

P
76

沙坪坝区

1. 歌乐山森林公园 078
歌乐山观光索道 079
歌乐山生态登山道 079
2. 歌乐山烈士陵园 080
3. 渣滓洞 081
4. 白公馆 082
5. 红岩魂广场 083
红岩魂陈列馆 083
6. 磁器口古镇 084
钟家院 085
宝轮寺 085
老重庆民俗风情餐饮街 086
韩子栋纪念室 086
7. 平顶山公园 086
8. 三峡广场 087
三峡景观园 087

北碚区

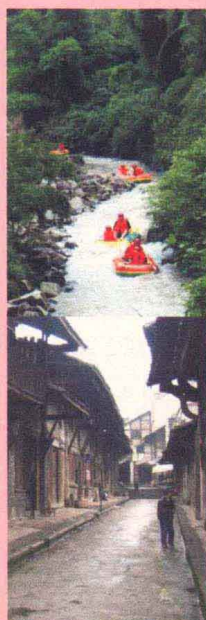
P
64

1. 重庆缙云山国家级自然保护区 066
缙云山 067
石照壁 068
太虚塔 068

大渡口区

P
88

1. 双山公园 090
2. 大渡口森林公园 091
3. 中华美德公园 092

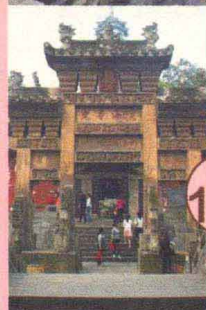


4. 义渡文化主题公园 092
5. 大渡口区步行街 093
6. 南海风情温泉娱乐园 093
7. 金色蛋糕梦幻王国 093

巴南区

P
94

1. 圣灯山森林公园 096
2. 重庆南湖公园 097
南湖渔村 097
3. 东温泉风景区 098
东温泉热洞 098
白沙寺 099
4. 樵坪山风景区 099
樵坪古寨 099
5. 姜家溶洞风景区 100
6. 南温泉风景区 101
南温泉 101
7. 孔公馆 102
8. 巴国天潭度假中心 102
9. 佛影峡生态旅游区 102
10. 丰盛古镇 103
丰盛古镇老街 103
11. 云篆山旅游风景区 104
云篆山 104
12. 桥口坝温泉度假区 105



P
106

九龙坡区

1. 重庆动物园 108
2. 重庆天赐温泉景区 109
天赐温泉 109
3. 杨家坪步行街 110
4. 黄桷坪涂鸦艺术街 111
5. 走马古镇 111
6. 华岩旅游风景区 112
华岩寺 112



7. 重庆市奥林匹克体育中心 113
8. 重庆海兰云天温泉度假区 113
9. 重庆石桥铺 114
10. 九凤山生态旅游度假区 114
百年老梨湾 114
九凤山寨遗址 114
11. 巴国城 115
巴国风情街 115

南岸区

P
116

1. 南滨路 118
重庆南滨公园 119
2. 慈云寺 120
3. 江南体育中心 120
4. 重庆洋人街 121
5. 大佛寺长江大桥 122
6. 重庆大佛寺 122
7. 老君洞 123
8. 南山一棵树观景园 123
9. 南山植物园 124
蔷薇园 124
10. 重庆游乐园 125
11. 黄桷古道 126
12. 重庆南岸老龙洞 126
13. 法国水师兵营旧址 127
14. 涂山寺 128
15. 千佛寺 128
16. 重庆海棠烟雨公园 129
17. 重庆抗战遗址博物馆 129



其他区县

1. 涪滩古镇 132

古瓮城 133

文昌宫 133

二佛寺 133

2. 双龙湖 134

3. 龙多山 134

4. 钓鱼城 135

5. 双江古镇 136

6. 邱少云烈士纪念馆 136

7. 中华龙温泉度假区 136

8. 白鹤湖 137

9. 路孔古镇 137

10. 大足石刻 138

宝顶石刻 139

石篆山石刻 139

北山石刻 140

11. 玉龙山国家森林公园 140

龙水湖 140

12. 茶山竹海国家森林公园 141

13. 松溉古镇 142

14. 重庆野生动物世界 143

15. 卫星湖 143

16. 中央公园 143

17. 石笋山 144

18. 四面山风景名胜区分区 145

19. 聂荣臻元帅陈列馆 146

20. 清溪沟风景区 146

21. 塘河古镇 147

22. 重庆陈独秀故居 148

23. 黑石山 148

24. 大佛寺 149

25. 骆峡山风景区 150

26. 神龙峡 150

27. 东溪古镇 151

28. 万盛石林景区 152

29. 万盛黑山谷 153

30. 楠竹山森林公园 153

31. 石夹沟景区 154



32. 御泉河旅游景区 155

33. 白鹤梁题刻 156

34. 小溪风景区 156

35. 丰都鬼城 157

36. 丰都名山 158

玉皇殿 159

寥阳殿 159

37. 双桂山 159

鹿鸣寺 159

丰都孔庙 160

苏公祠 160

38. 鬼国神宫 160

阴司街 161

黄泉路 161

十八层地狱 162

39. 雪玉洞 162

40. 鬼王石刻 163

41. 南天湖景区 163

牛牵峡 163

南天湖 163

42. 仙女山国家森林公园 164

43. 武隆天生三桥风景区 165

44. 龙水峡地缝 166

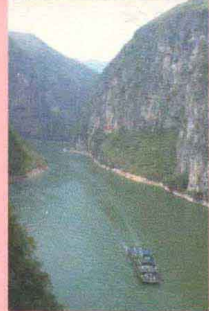
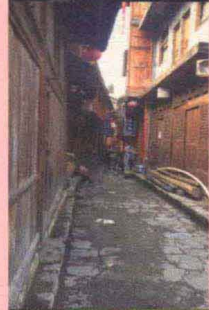
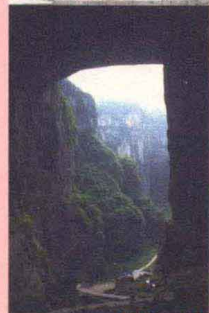
45. 重庆芙蓉洞 167

46. 芙蓉江 168

47. 阿依河旅游景区 169

48. 石磨岩苗寨风景区 169

49. 茂云山国家森林公园摩围山景区 170



茂云山 170

50. 神龙谷景区 170

51. 酉阳桃花源 171

桃花源森林公园 171

大酉洞 172

伏羲洞 172

52. 郁山古镇 172

53. 龙潭古镇 173

54. 龚滩古镇 174

鲤鱼跳龙门 175

桥重桥 175

55. 赵世炎烈士故居 176

56. 大阮营原始森林景区 176

57. 酉水河 177

58. 保安渔洞 178

59. 石堤酉水风光景区 178

60. 石堤古镇 179

61. 妙泉湖 179

62. 白鹤林 180

63. 凤凰山 180

64. 洪安古镇 180

65. 古地道 180

66. 干野草场 181

67. 黄水国家森林公园 182

中国一号水杉母树 183

毕兹卡绿宫 183

黄水湖 184

68. 西沱古镇云梯街 184

69. 石宝寨 185

70. 银杏堂 185

71. 万寿寨 186

72. 牡丹园生态旅游区 186

73. 大垭口森林公园 187

74. 小寨天坑 188

75. 重庆弥陀禅院 189

76. 云阳龙缸国家地质公园 189

77. 青龙瀑布 190

78. 天井峡地缝 190

79. 大宁河风景区 191

白龙过江瀑布 191

80. 白帝城 192

明良殿 193

观星亭 193

81. 汉风神谷景区 194

82. 灵巫洞景区 194

83. 白果原始森林公园 195

84. 宁厂古镇 195

85. 红池坝景区 196

红池坝 196

夏冰洞 197

红池坝草场 197

86. 长江三峡 198

瞿塘峡 199

巫峡 199

87. 巫山小小三峡 200

龙门峡 200

巴雾峡 201

滴翠峡 201

小小三峡 202

天泉飞雨 202

飞云洞 203

88. 神女峰 203



A



CHONGQING HOW

速度

看

重庆!

重庆
推荐

1 重庆印象

♥ 概况

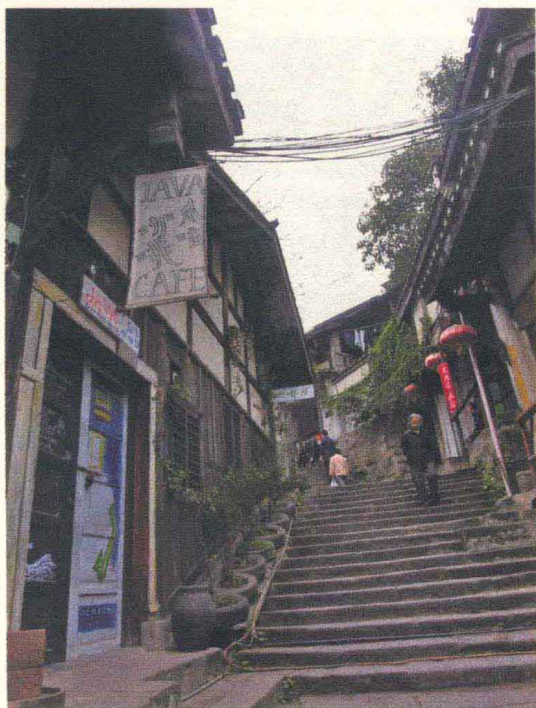
重庆，简称“渝”或“巴”，别称“山城”、“雾都”等，是我国四个直辖市之一。重庆已有3000年的悠久历史，旅游资源丰富，既拥有集山、水、林、泉、瀑、峡、洞等于一体的壮丽自然景色，又拥有熔巴渝文化、民族文化、移民文化、三峡文化、陪都文化、都市文化于一炉的浓郁人文景观。来到重庆，会有两大特点给人留下深刻的印象，一是雾都，二是山城。之所以称重庆为雾都，是因为重庆地处盆地，四周被高山环绕，这样有利于云雾的形成，每当重庆浓雾弥天之际，屋宇遮没，山色尽消，江岸不分，景物不辨，简直是“雾失楼台，月迷津渡”。之所以叫重庆山城，是因为重庆山多，整个城市依山而建，有歌唱道：“山高路不平，好个重庆城。”

♥ 地理

重庆市位于我国内陆西南部、长江上游，四川盆地东南部，东临湖北省和湖南省，南接贵州省，西依北靠四川省，东北部与陕西省相连。重庆的地形以丘陵、低山为主，平均海拔为400米；地势从南北两面向长江河谷倾斜，起伏较大；地质多为“喀斯特地貌”构造，因此重庆多溶洞、温泉、峡谷、关隘。

♥ 气候

重庆属亚热带季风性湿润气候，气候特点可以概括为：冬暖春早，夏热秋凉，四季分明；空气



湿润，降水丰沛；太阳辐射弱，日照时间短；多云雾，少霜雪；光、温、水同季。值得一提的是重庆气候中的巴山夜雨，它很有特色，一般晚上8时以后下，到第二天早晨8时以前停。

♥ 区划

截至2011年年底，重庆市共下辖19个区，其中中心城区有渝中区、江北区、沙坪坝区、九龙坡区、南岸区、大渡口区、北碚区、渝北区、巴南区。下辖15个县，4个少数民族自治县。

♥ 人口与民族

重庆市人口为3303万，有汉族、土家族、苗族、回族、蒙古族、黎族等民族。

A

CHONGQING HOW
速度

看

重庆!

2 重庆交通

♥ 重庆公交车



重庆市公交车很完善，可以说在重庆市主城区内的每个角落，都可以乘公交车到达，大多数公交车采用“一元一票制”，有些较长的公交线路实行了“两元一票制”。重庆市公交车有两个亮点，其一，公交站牌采用公交电子站牌，在许多城市很少见。其二，是可以采用公交IC卡刷卡，在一小时内换乘公交车，可以享受半价优惠。

♥ 重庆出租车

重庆出租车起步价8元，白天每公里收费1.8元，夜间每公里2.25元。目前仅重庆主城区就有1.1万辆出租车，而且这些出租车全部实现电召服务，游客在街头拨打96096电召号码，出租车很快就到身边。



♥ 重庆地铁

目前重庆开通了地铁一号线、二号线、三号线和六号线，乘坐地铁起步价是2元，实行分段计价，全程最高票价4元，如需换乘，最高票价5元。重庆地铁站大都和公交车站相连接，这样给公交与地铁之间换乘的旅客带来了方便。



3 重庆名片

长江三峡



长江三峡是万里长江一段山水壮丽的大峡谷，为我国十大风景名胜之一。它西起重庆奉节县的白帝城，东至湖北宜昌市的南津关，由瞿塘峡、巫峡、西陵峡组成，全长191公里，其中瞿塘峡、巫峡在重庆区内。

A

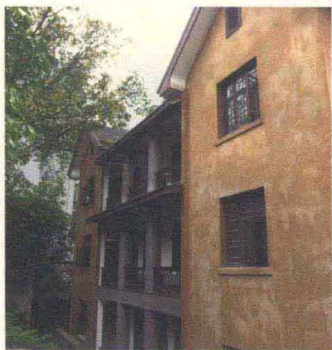
CHONGQING HOW
速度

看重庆!

重庆
推荐

巴渝文化

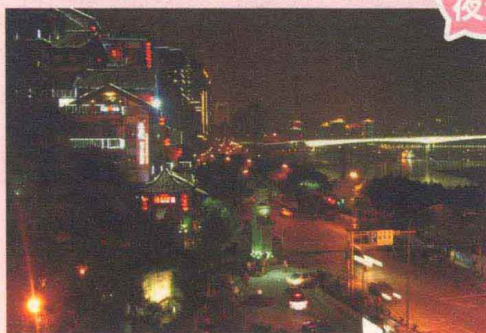
巴渝文化是指巴族和巴国在历史的发展中所形成的地域性文化，它是长江上游富有鲜明个性的民族文化之一。巴渝文化，历史悠久，博大精深，源远流长，是中华灿烂文化的重要组成部分。



巫山云雾茶

巫山云雾茶是重庆极具特色的茶，这种茶生长在以神女峰为代表的巫峡群山环抱之中，云雾缭绕的气候，使云雾茶独具特色。其茶具有汤色绿而清澈、香色浓郁、饮之滋味鲜爽甘醇。

山城夜景



山城夜景可谓重庆的一张城市名片。重庆市区三面临江，一面靠山，依山筑城，建筑层叠耸起，道路盘旋而上，城市风貌十分独特，由此形成绮丽夜景，一直有“不览夜景，未到重庆”之说。

巴山夜雨

巴山夜雨出自唐代诗人李商隐所作七绝《夜雨寄北》：“君问归期未有期，巴山夜雨涨秋池。何当共剪西窗烛，却话巴山夜雨时。”其实，巴山夜雨是重庆及其周边所特有的一种气候。巴山夜雨一般晚8时以后下，到第二天早晨8时以前就会停。巴山夜雨量一般占重庆全年降水量的60%以上。如果你3至6月，或者9至11月到重庆来，很容易会碰上重庆地区的巴山夜雨。

重庆火锅



重庆是火锅的发源地之一，并对火锅这种饮食文化影响较大。2007年3月，重庆市荣获中国烹饪协会授予的“中国火锅之都”称号。重庆火锅从原料、汤料的采用到烹调技法的配合，都与众不同，不拘一格。



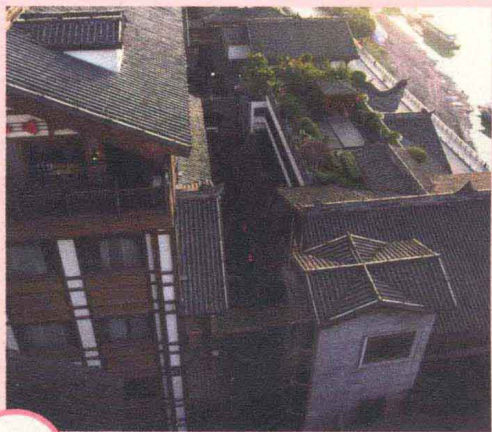
A

CHONGQING HOW
速度看

重庆!

吊脚楼

吊脚楼是重庆地区独有的传统民居，重庆的江边沿山坡处，到处都是几根杉杆撑着的一间间四方方的木楼，这便是吊脚楼。重庆吊脚楼的独到之处在于“背靠高山，面向江水”，正如川中名士李调元的佳句“两头失路穿心店，三面临江吊脚楼”。



神女峰

神女峰是巫山十二峰之中最美丽的一座山峰，由于该山峰像一根巨石突兀于青峰云霞之中，宛若一个亭亭玉立、美丽动人的少女，故名神女峰。

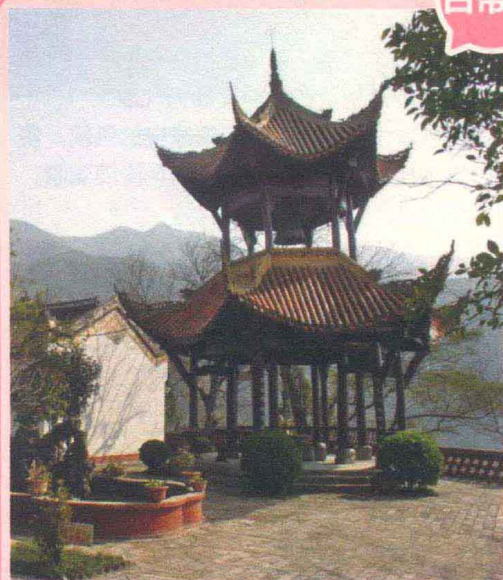


朝天门



朝天门是公元前314年秦将张仪灭亡巴国后修筑巴郡城池时所建，明初戴鼎扩建重庆旧城，按九宫八卦之数造城门17座，其中规模最大的一座城门即为朝天门。

白帝城



白帝城为西汉末年割据蜀地的公孙述所建。白帝城是观“夔门天下雄”的最佳地点，历代著名诗人李白、杜甫、白居易、刘禹锡、苏轼、黄庭坚、范成大、陆游等都曾登白帝，游夔门，并留下大量诗篇，因此白帝城又有“诗城”之美誉。



CHONGQING HOW
速度

去

重庆!



如何前往重庆



飞机

重庆目前有三个机场，分别是重庆江北国际机场、重庆万州五桥机场、重庆黔江舟白机场，一般来重庆，是降临在重庆江北国际机场。重庆江北国际机场开辟有多条航线，可以直飞全国40多个大中城市，如北京、上海、青岛、广州、南昌等。



火车



重庆目前有三个火车站，分别是重庆火车站、重庆火车北站、重庆火车南站，其中重

庆火车站列车班次最多，建议游客来重庆最好在重庆火车站下车，因为重庆火车站旁边有重庆最繁忙的汽车站，这样有利于游客出行。



公路

重庆高速公路建设较早，至2012年年初，重庆已建成高速公路2000千米，如成渝高速公路、重庆机场高速公路、长万高速公路、渝涪高速公路、渝邻高速公路、南渝高速公路、渝武高速公路、渝黔高速公路、忠垫高速公路及重庆内环快速路等。



汽车

选择长途客车来重庆，也是一种不错的选择。目前，重庆市内各区县有直通四川、湖南、贵州等地的专线长途汽车。



轮船

重庆水运发达，因此许多人选择乘轮船去重庆。从武汉、南京、上海等地，顺长江西行可达重庆；从四川宜宾东行也可至重庆。从合川、潼南、南充、广安、遂宁等城市，乘小轮船沿嘉陵江南下，也可达重庆。



在重庆需要注意的旅游生活常识

1. 重庆某些地方海拔较高，昼夜温差大，需备御寒衣物。
2. 由于重庆地势复杂，因此在旅游途中不宜剧烈运动，更不能跑步，并带上常用药品。
3. 重庆有许多少数民族，务必尊重当地少数民族的生活和信仰，避免发生冲突。



常用电话

重庆江北国际机场咨询电话：023-67152335
重庆江北国际机场订票电话：023-62900638
重庆万州五桥机场咨询电话：023-58538520
重庆黔江舟白机场咨询电话：023-79231933
重庆火车站咨询电话：023-61681114
重庆火车北站咨询电话：023-61681111
重庆火车南站咨询电话：023-61649492
重庆轮船咨询电话：023-63793121

C



CHONGQING HOW

速度

玩

重庆!

1

10大
人气好玩
旅游热地

1

朝天门

朝天门是重庆水上门户，它一襟带两江，壁垒三面，气势雄伟。另外，朝天门广场上有很多看点，如重庆公路“零公里”点标志、重庆历史名人馆等。



2

重庆人民解放纪念碑

重庆人民解放纪念碑是全国唯一的一座纪念中华民族抗日战争胜利的纪念碑，因此是抗战胜利和重庆解放的历史见证。



3

三峡博物馆

三峡博物馆是21世纪初重庆的标志性建筑，主体建筑气势宏伟，内涵深邃。三峡博物馆也是重庆文化艺术的宝库，目前拥有各类文物百万余件，堪称文化艺术的宝库。



4

重庆湖广会馆

重庆湖广会馆建于清乾隆年间，坐北朝南，整体建筑依山而建，结构严密，气势宏伟，是我国现存规模最大的古会馆。



5 大足石刻

大足石刻是唐末宋初时期的宗教摩崖石刻，与敦煌莫高窟、大同云冈石窟、洛阳龙门石窟齐名，是中国晚期石窟艺术中的典范。



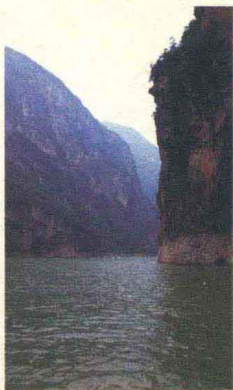
7 白帝城

白帝城为西汉末年割据蜀地的公孙述所建，因此地留下大量诗篇，白帝城又被称为“诗城”。如我们熟知的李白的“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还。两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山”的诗句，就是描写此处的情景。



6 小三峡

小三峡是指龙门峡、巴雾峡、滴翠峡，这三段峡谷全长60公里，被誉为“中华奇观”、“天下绝景”。巫山小三峡把奇特的峡谷风光、自然景观同人文景观融为一体，是长江三峡黄金旅游线上的一颗明珠。



8 武隆天生三桥

武隆天生三桥是指重庆武隆县东南20公里处的旅游区，天龙桥、青龙桥、黑龙桥，三座桥气势磅礴，堪称亚洲最大的天生桥群。景区内林木清秀，植被丰富，景点颇多。



10 芙蓉洞

武隆芙蓉洞被誉为“地下艺术宫殿”和“洞穴科学博物馆”。芙蓉洞洞内钟乳石类型繁多，并构成了千奇百怪的景观，如有玉林琼花、海底龙宫、巨幕飞瀑、珊瑚瑶池、金銮宝殿、雷峰宝塔景观。



9 仙女山国家森林公园

仙女山国家森林公园，是重庆市新兴的特色旅游胜地，它以其江南独特的高山草原、南国罕见的林海雪原、青幽秀美的丛林碧野景观而被誉为“东方瑞士”。

