



FOLLOW ME

《亲历者》编辑部 编著 ★ 逐年修订 ★ 全新第2版

北京

16区一线探访 + 13篇专家级解读 + 18幅手绘图解 + N多实用攻略

深·度·游

慢旅行的倡导者



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



FOLLOW ME

《亲历者》编辑部 编著 ★ 逐年修订 ★ 全新第2版

北京

深度游



慢·旅·行·的·倡·导·者

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

北京深度游 Follow Me/《亲历者》编辑部编著. —2版. —北京: 中国铁道出版社, 2019.2

(亲历者)

ISBN 978-7-113-25113-0

I. ①北… II. ①亲… III. ①旅游指南—北京 IV. ①K928.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 255921 号

书 名: 北京深度游Follow Me (第2版)

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 杨 旭

版式设计: 东至亿美

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市西城区右安门西街8号)

印 刷: 中煤 (北京) 印务有限公司

版 次: 2015年1月第1版 2019年2月第2版 2019年2月第1次印刷

开 本: 660 mm × 980 mm 1/16 印张: 14 字数: 280 千

书 号: ISBN 978-7-113-25113-0

定 价: 49.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659

如何使用本书

景区

精选北京36个最热门的目的地，囊括北京的旅游精华。

微印象

精选微信、微博、旅游网站上旅行者对景区做出的真实点评，让读者对景区有一个初步的认识，确定旅游目的地。

基本信息

内容涉及门票价格、景区开放时间、最佳旅游季节、进入景区的各种交通方式等实用信息，有助于读者更好地为行程做准备。

景区星级

从美丽、浪漫、休闲、人文、特色、刺激6个方面对景区进行星级评定并进行综合打分，大致反映了景区的总体水平，让读者对景区有一个更全面的认识。

二维码

扫描书中收录的二维码，方便读者及时获取景区更多、更新资讯。

景区示意图

详细标明了景区的出入口、游览线路、景点分布、景区配套设施等，极具参考价值，大部分为手工绘制，实用又耐看。

子景点

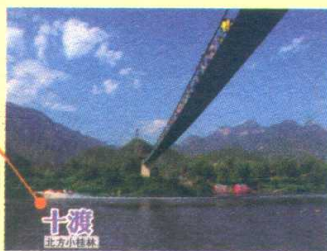
景区重点景点详细介绍，并配有实用攻略、小贴士、网友点评等丰富的资讯。

图片

选取景区的代表性图片，图文结合，使版面更加美观，使读者对景区有更加真实、直观的认识，阅读更轻松。

景区概述

用简洁、精练的语言向读者介绍整个景区的大致情况，让读者对景区有一个整体认识。



攻略

丰富、实用的景区信息，包含住宿、美食、购物、娱乐、景区内部交通、旅游注意事项等，囊括旅游的方方面面。

行程推荐

向读者推荐合理、实用的景区游览线路和日程安排，使整个旅游行程更加科学、从容。

爱上

四幅精美大片，让读者行前“纸上游北京”，对北京有个直观、感性印象。

读懂

以图文的形式，对北京的人文地理进行梳理，以帮助读者对北京有一个较系统的认识。

自驾

向读者推荐了4条自驾旅游北京的经典线路，方便读者更合理地安排行程。

图说

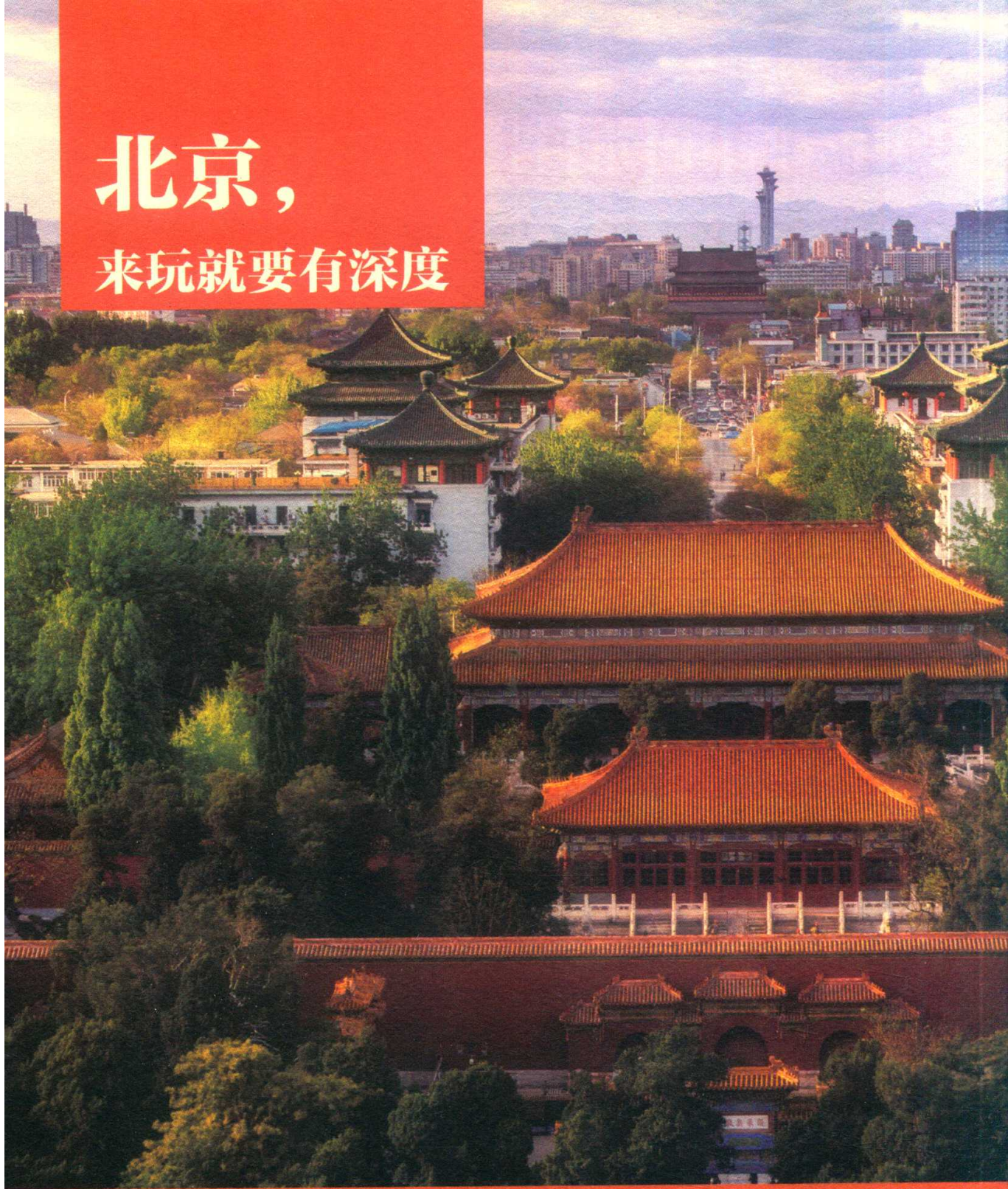
以专题的形式介绍一些旅游主题，方便读者更深入地了解、体验北京。



速读北京



北京， 来玩就要有深度

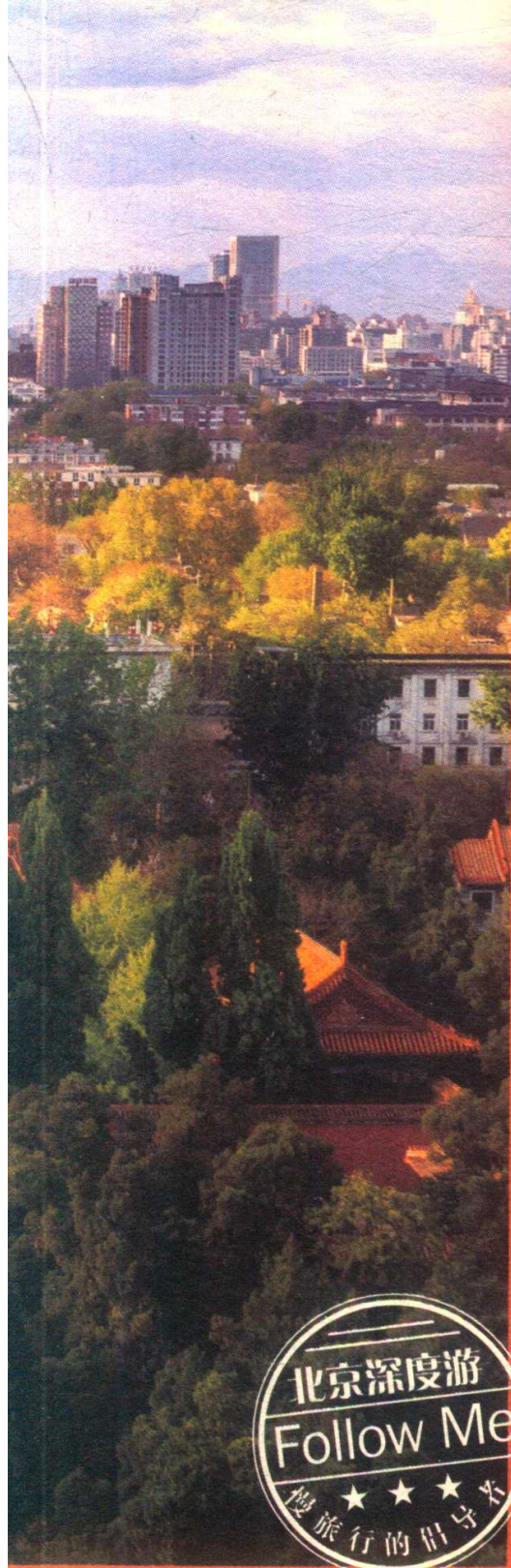


国际大都市

多个朝代选择定都北京，这样的历史沉淀，给予了它扎实的文化底蕴。这里现代与古代互不打扰，老城文艺古朴，新城现代大气。如今的北京已经越来越具有“国际范儿”，清晨遛鸟、胡同聊天已经不再是北京生活的全部，他乡寻梦的创业者，来自世界各地的职场人，还有夜店里尽情挥洒热情的人群，都为如今的北京增添了不一样的风采。

不夜之城

高楼林立的中关村，纵横交错的高架桥，白天的北京充满疲惫和忙碌。而北京的夜色，则完全是不同的景象。夜里的北京是三里屯的繁华，是后海的酒吧，是簋街的宵夜，是微醺的风，是街道上依旧川流不息的车流。当你在喧哗热闹的道路酒吧中自由放松之后，才发现，新的一天又要开始了。



北京是首批国家历史文化名城和世界上拥有世界文化遗产数最多的城市。早在七十万年前，北京周口店地区就出现了原始人群部落“北京人”，三千多年的历史孕育了故宫、天坛、八达岭长城、颐和园等众多名胜古迹。公元前1045年，北京成为蓟、燕等诸侯国的都城。公元938年以来，北京先后成为辽陪都、金中都、元大都、明、清国都。1949年10月1日成为中华人民共和国首都。

印象中的北京，是大大的军棉袄，酸甜的葫芦串子，热乎的铜锅羊肉，还有叼着烟枪提着鸟笼在胡同里晃悠的老大爷；是春日樱花满园的玉渊潭，夏日荷花铺满的后海，秋日一地金黄的钓鱼台国宾馆，冬日白雪皑皑的故宫；是夜晚灯火辉煌的CBD，潮流时尚的三里屯，号称“宇宙中心”的五道口，文艺自由的798……

而如今的北京最重要的关键词是“包容”。这里是一个无论新旧、无论名气、无论身份、无论籍贯、无论出处、无论来路、无论年纪的地方。走在人潮汹涌的甬道，头顶上笼着砖红色的翘檐棚顶，身边千年的历史长卷徐徐展开，恍惚间时光交错岁月斑驳，宛若置身异世；再等到周围安静下来的时候，北京恍惚中就又变成了北平，静谧而威严，千百年的历史在一瞥中，就看见惊鸿踪影。

如此一生，当来北京。

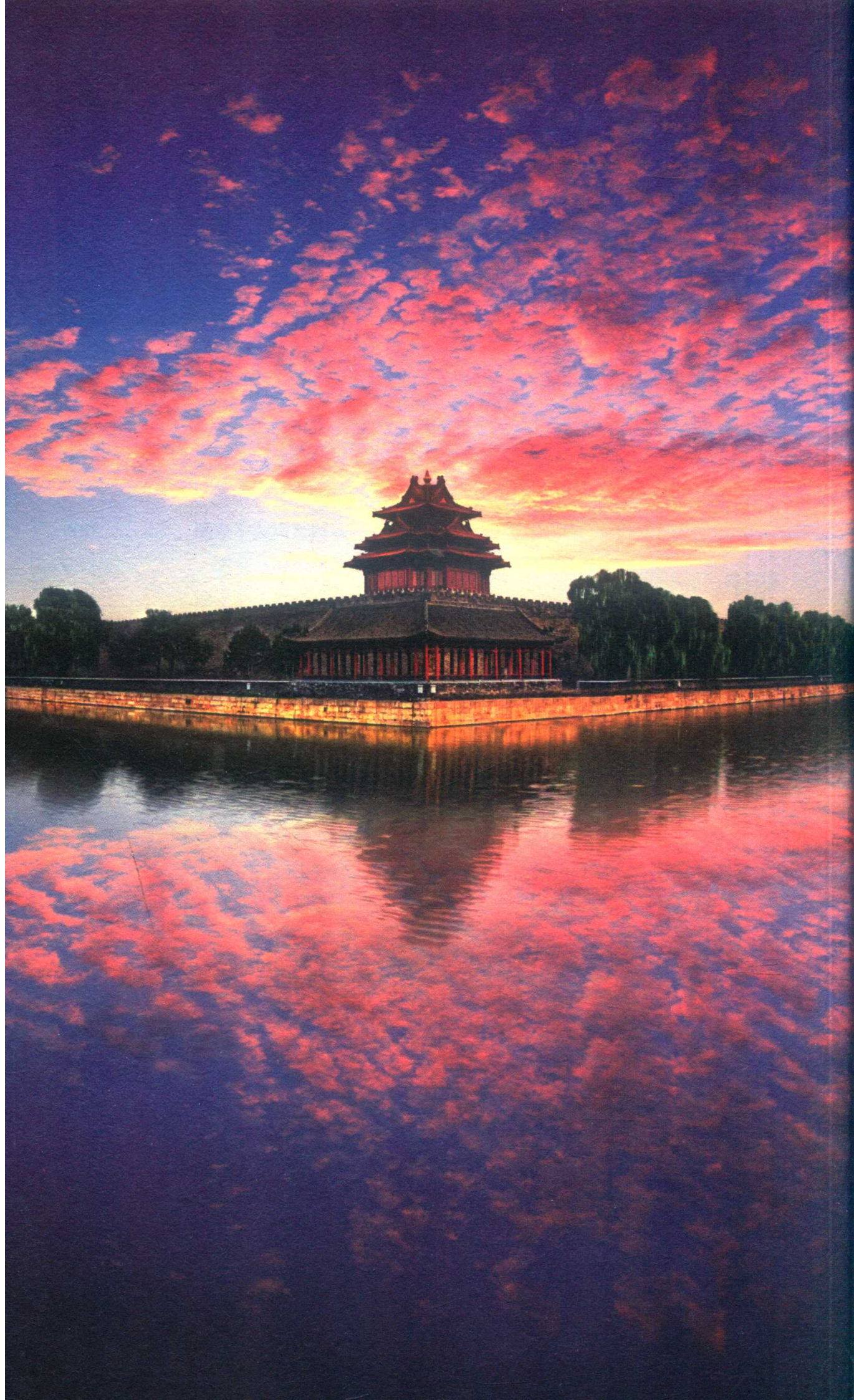


历史拾遗

长久的历史积淀给北京留下了众多惊艳的历史遗址。北京是全球拥有世界遗产最多（7处）的城市，对外开放的旅游景点达200多处，有世界上最大的皇宫紫禁城、祭天神庙天坛、皇家园林北海公园、颐和园和圆明园，还有八达岭长城、慕田峪长城以及世界上最大的四合院恭王府等名胜古迹。

琳琅美食

北京的风味小吃历史悠久、品种繁多、用料讲究、制作精细，堪称有口皆碑，这些小吃都在庙会或沿街集市上叫卖，人们无意中就会碰到，老北京形象地称之为“碰头食”。京味小吃的代表有豆汁儿、豆面酥糖、酸梅汤、茶汤、小窝头、茯苓夹饼、果脯蜜饯、冰糖葫芦、艾窝窝、豌豆黄、驴打滚、灌肠、爆肚、炒肝等。



目录 contents

你好，北京.....001

速读北京 002-033

爱上北京

- ▶ 帝都烟华今犹在.....004
- ▶ 不到长城非好汉.....006
- ▶ 老北京的文艺气息.....008
- ▶ 三里屯的时尚范儿.....010

读懂北京

- ▶ 六朝古都：见证我国悠久历史...012
- ▶ 天安门：中华人民共和国的象征...013
- ▶ 四合院和胡同：了解北京的窗口...014
- ▶ 长城：漫漫雄关真如铁.....015
- ▶ 中关村：中国的“硅谷”.....016
- ▶ 奥体公园：2008奥运的余音....017
- ▶ 高校林立：浓浓书墨香.....018
- ▶ CBD：北京现代文明的缩影...019

自驾北京

- ▶ 北京首行四日经典之旅.....020
- ▶ 古北水镇二日自驾游.....021
- ▶ 北京文艺休闲三日之旅.....022
- ▶ 北京历史文化六日深度之旅.....023

图说北京

- ▶ 品尝北京美味.....024
- ▶ 欣赏艺术演出.....026
- ▶ 感受摩登气息.....028
- ▶ 遇见新奇物产.....030
- ▶ 领略恢弘建筑.....032

PART 1 034-087

老城区

- 故宫.....036
- 天安门广场及周边.....041
- 王府井.....048
- 雍和宫及周边.....052
- 北海公园.....058
- 什刹海周边.....063
- 南锣鼓巷.....069
- 天坛公园.....074
- 东四周边.....080
- 中国儿童中心.....086

PART 2 088-129

新城区

- 奥林匹克公园及周边.....090
- 北京CBD.....096
- 三里屯及周边.....099
- 798艺术区.....104
- 北京欢乐谷及周边.....110
- 颐和园.....114
- 香山公园.....120
- 卢沟桥文化旅游区.....126

PART 3 130-179

北部郊区

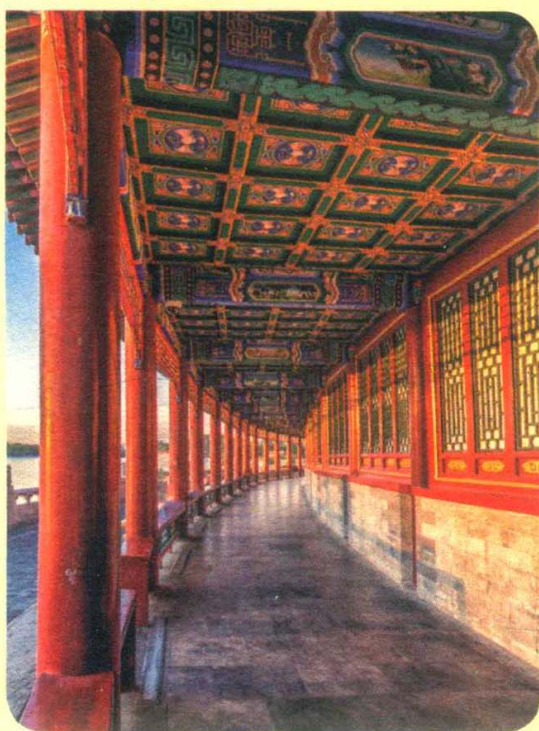
- 长城.....132

龙庆峡.....	138
十三陵.....	143
小汤山温泉.....	148
喇叭沟门.....	152
雁栖湖.....	157
古北水镇.....	161
密云水库周边.....	166
南山滑雪场.....	172
平谷百里桃花走廊.....	175

PART 4 180-216

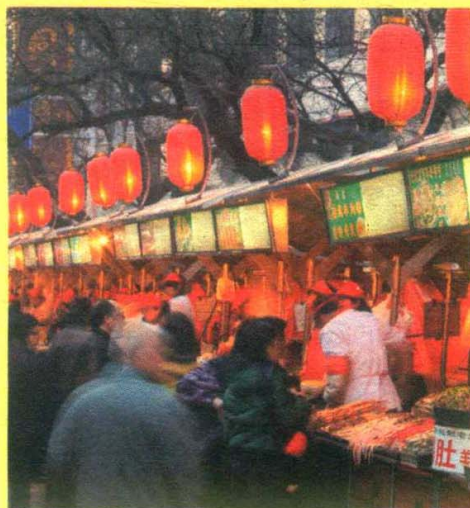
南部郊区

十渡.....	182
石花洞.....	187
周口店北京人遗址.....	190
潭柘寺.....	193
妙峰山.....	199
庞各庄.....	205
北京野生动物园.....	209
宋庄艺术区.....	212



示意图目录

故宫示意图.....	037
天安门广场示意图.....	042
雍和宫示意图.....	053
雍和宫周边示意图.....	055
北海公园示意图.....	059
什刹海周边示意图.....	065
天坛示意图.....	075
奥林匹克公园示意图.....	091
颐和园示意图.....	115
香山公园示意图.....	122
卢沟桥景区示意图.....	127
八达岭长城示意图.....	133
十三陵示意图.....	144
喇叭沟门示意图.....	153
十渡示意图.....	183
潭柘寺示意图.....	194
宋庄艺术区示意图.....	213





你好，北京

有着太久的历史
也承载着太多的使命

是四合院上空嗡嗡的鸽哨
是长安街上的车水马龙

是天安门广场上的游人如织
是胡同口带红袖箍的大妈



速读 北京

爱上北京



帝都烟华今犹在
不到长城非好汉
老北京的文艺气息
三里屯的时尚范儿

读懂北京



六朝古都：见证我国悠久历史
天安门：中华人民共和国的象征
四合院和胡同：了解北京的窗口
长城：漫漫雄关真如铁
中关村：中国的“硅谷”
奥体公园：2008奥运的余音
高校林立：浓浓书墨香
CBD：北京现代文明的缩影

自驾北京



北京首行四日经典之旅
古北水镇二日自驾游
北京文艺休闲三日之旅
北京历史文化六日深度之旅

图说北京

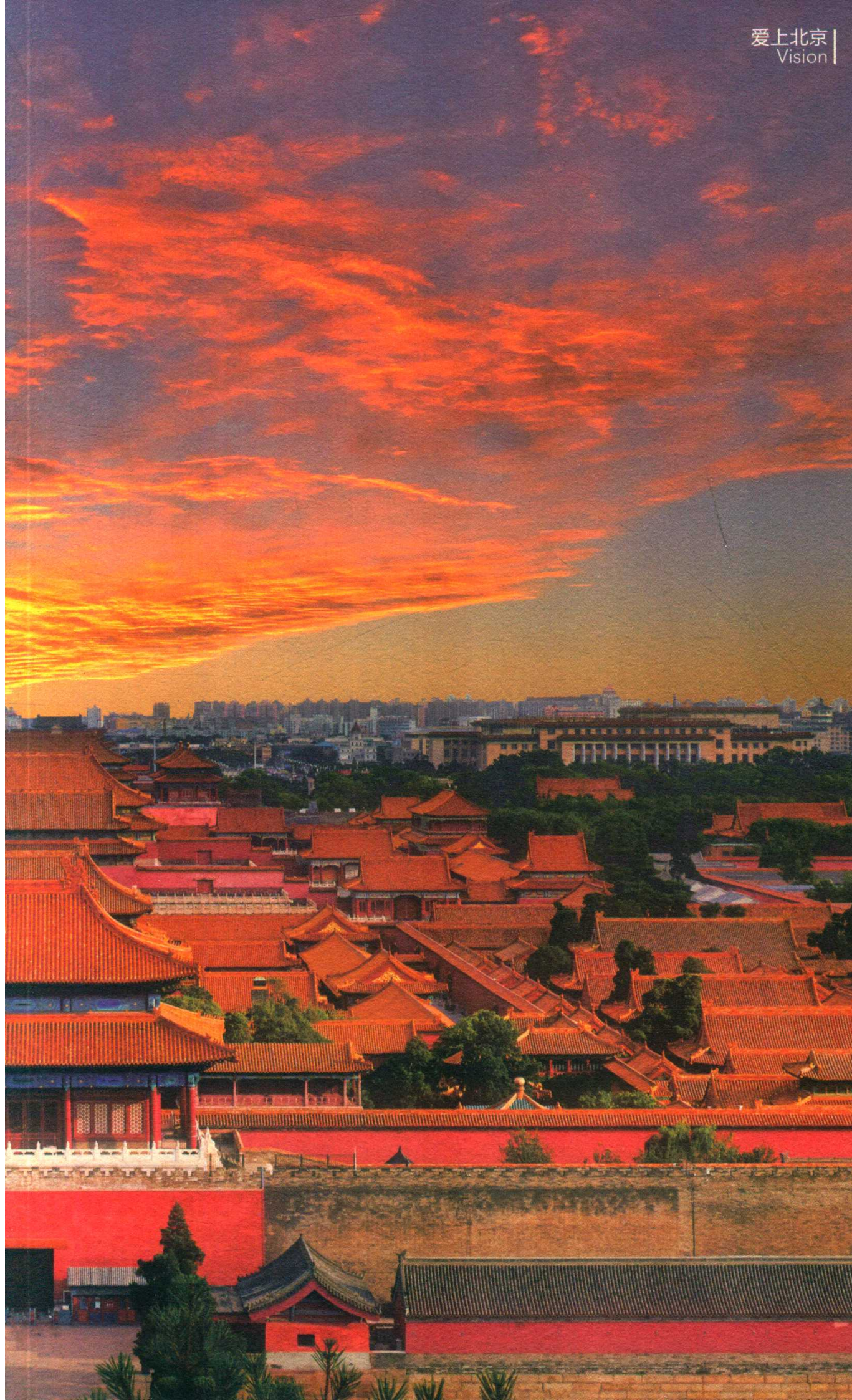


品尝北京美味
欣赏艺术演出
感受摩登气息
遇见新奇物产
领略恢弘建筑

帝都烟华 今犹在

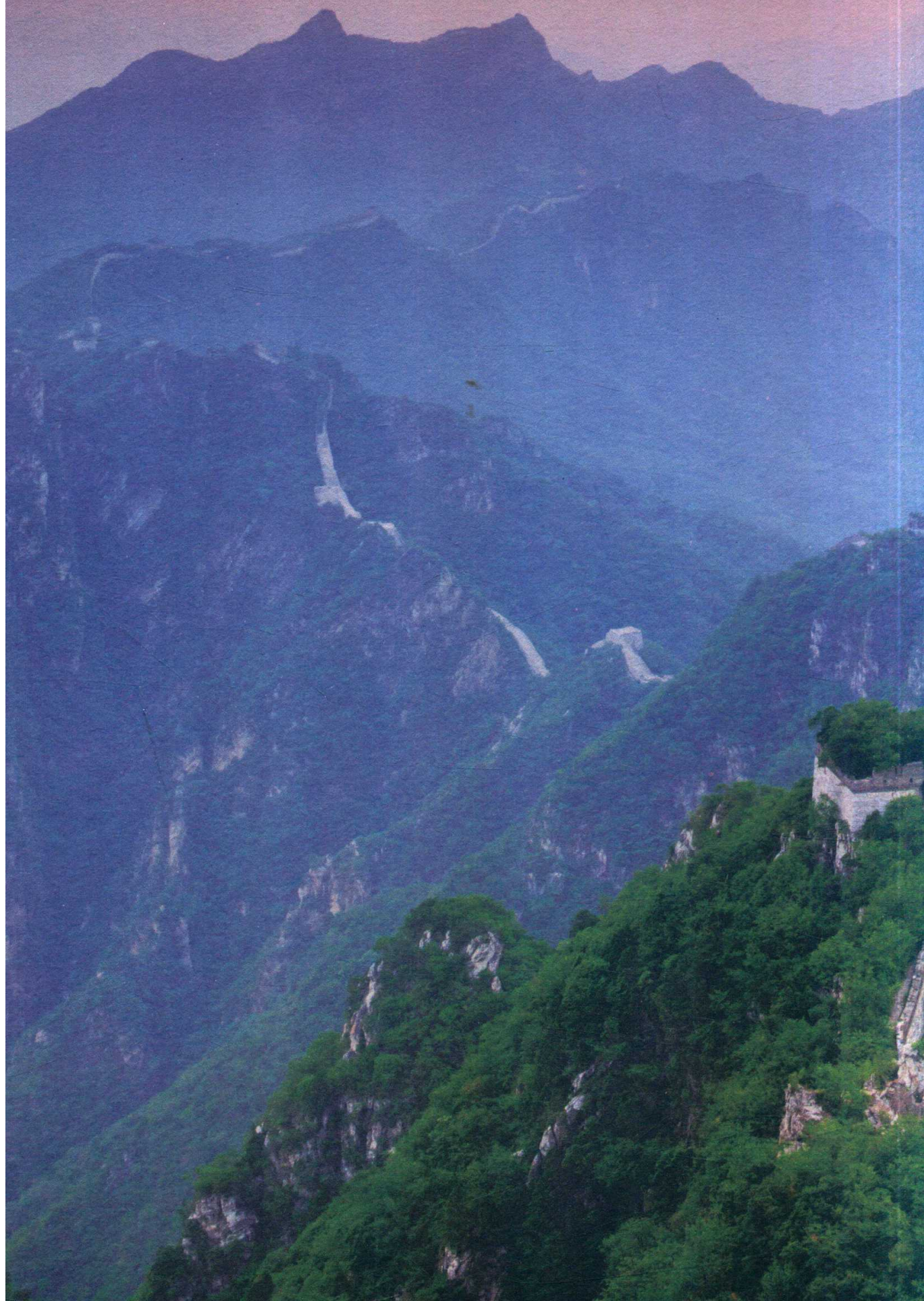
六朝古都并非虚名，北京可以说是全中国城市中最具“大气”与“霸气”的，不管是故宫、天坛，还是颐和园、十三陵，哪个说起来不是气魄非凡？走在繁华的大街上，看着那些流光溢彩的摩天大楼与古香古色的老建筑，昔日繁华之都依旧，感觉自己是走进了时光隧道。

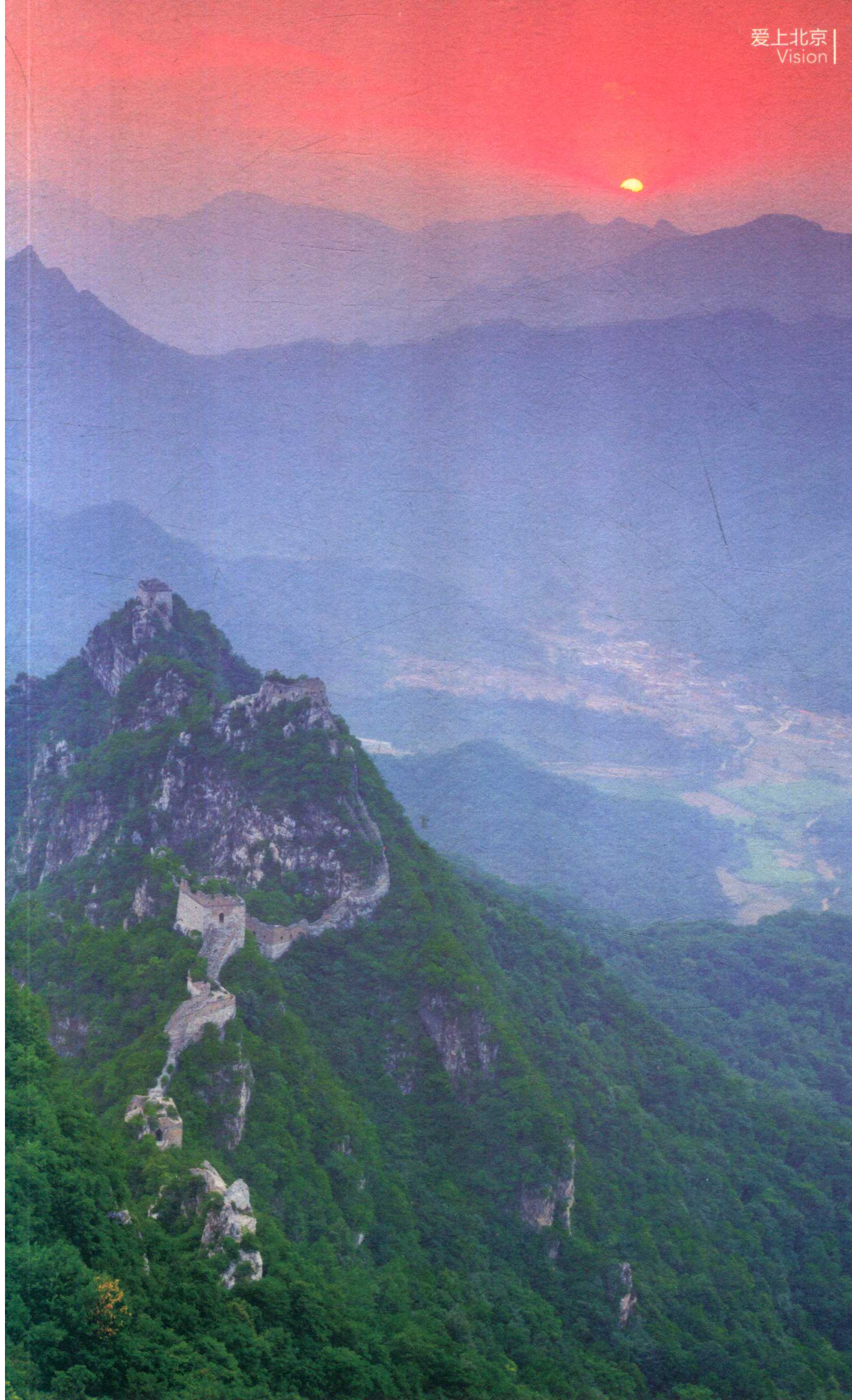




不到长城 非好汉

“不到长城非好汉”的感慨让世人知道了长城。站在长城上，不论是春花秋月、夏云冬雪，还是长城内外苍茫的燕山、连天的衰草，都有一股浓重的思古幽情。它传承着龙的精神，闪耀着炎黄子孙的智慧。





老北京的文艺气息

很多人都深爱着北京这座城市，爱它的都市快节奏，爱它的时尚感，爱它的庄严和凝重，更爱它那浓厚的文艺气息。找个闲暇的日子漫步于什刹海、烟袋斜街、南锣鼓巷，或躲在一隅静坐闲聊，或坐在街边静听流浪歌手慵懒的歌声，或悠悠地在迷宫般的巷中闲逛，沉浸在文艺气息中，令人不忍离去。

