

这个地方，散发着周秦文化的遗风古韵
这个有着五千年文明、弥漫着青铜气息
捧一抔黄土，望一望逝去的年代，

炎帝故里宝鸡行



■ 天台飞瀑



▲ 茵香河宝鸡炎帝影视基地 ▼ 炎帝陵



■ 姜太公钓鱼台

喜欢历史的游客，一定要去一次宝鸡，因为这里是炎帝的故里，中国文明的发迹之地，名胜古迹众多，可溯源追宗，捧一抔黄土，望一望逝去的年代，知道自己的根基所在。

宝鸡位于陕西八百里平川的西部，古称陈仓，远古时期，姜、姬二氏族先后生息、繁衍、壮大、昌盛于此；包括后来的周王朝和一统天下的秦王朝，均发端于此。因此，宝鸡在历史上有龙脉之地一说。现可瞻仰的遗址有周原遗址，北首岭新石器文化遗址、九成宫遗址，另有姜太公钓鱼台、诸葛亮殉职的五丈原、周公庙、天台山等，还有著名的法门寺。

周原遗址位于岐山、扶风交界处，是古周人早期都城岐邑所在地，东西长达70公里，南北宽约20公里，出土了大量珍贵的青铜器、陶器、甲骨文等，现当地建有博物馆，馆内收藏有出土的万余件珍贵文物。北首岭遗址在金陵河西岸的台地之上，南北长300米，东西宽200米，面积约6万平方米，距今7000多年，是一处保存较好，内涵丰富的仰韶文化村落遗址。九成宫为唐朝第一离宫，在宝鸡麟游县新城区，始建于隋文帝开皇十三年（公元593年）二月，竣工于隋开皇十五年（公元595年）三月，开始名叫“仁寿宫”，是文帝的离宫。唐太宗贞观五年（公元631年）修复扩建，更名为“九成宫”，由魏征撰写、欧阳询手书的《九成宫醴泉铭》石碑，文物价值很高。

钓鱼台位处宝鸡东南40公里磻溪河上，因姜子牙在此隐居十载而得名。唐贞观年间，“太公兵家者流，始令磻溪立庙”，并植

柏四株，至今犹存。至清乾隆年间有庙宇17处，著名的有太公庙、文王庙、山门口、三清庙等。钓鱼台建筑风格典雅、区内自然景观秀丽，特别是绵延10余公里的石番溪峡谷，奇石云集，碧潭相连，小桥幽径，栈道悬空，竹林葱郁，瀑布如练，鸟飞鱼跃，山花烂漫，集奇、险、幽、秀为一体。谷内一山巅，形如一座巨大的姜太公石雕，身着道袍，后背文卷，长须飘胸，踌躇满志，一副仙风道骨的形象。五丈原风景名胜胜区位于岐山县境内，三国时期，诸葛亮屯兵五丈原与司马懿对阵，后因积劳成疾病死五丈原，现留有诸葛亮祠庙。周公庙在岐山凤凰山南麓，即《诗经》记载的“凤凰鸣矣，于彼高岗”处，唐武德元年（618）建，距今已有近1400年的历史，庙区内除所存的数座古建筑，还有众多碑石和参天的古树，其中一株龙爪槐，植于明代，有480多年树龄。

天台山位于宝鸡市南，秦岭山脉北麓，面积133平方公里，平均海拔在1500米左右，自然风光优美。相传炎帝出生于此，在山上采尝百草而中毒而死，安葬于此。天台山自然景观具有峻峰、幽谷、翠绿、碧水四大特色，展现了秦岭山脉雄伟博大的气魄。法门寺位于扶风县城北十公里的法门镇，始建于东汉末年，发迹于北魏，兴起于隋，鼎盛于唐，被誉为“皇家寺庙”，因安置释迦牟尼佛指骨舍利而成为举国仰望的佛教圣地。

【旅游提示】

■ 交通 上海到宝鸡，有飞机与火车班次。宝鸡汽车站有发往岐山、凤翔、扶风、眉县等景点的中巴。需要注意的是，宝鸡以东的交通旅游线路有北线、南线和西宝高速之分；北线经过凤翔、岐山和扶风三县，沿线主要景点有秦公墓、东湖、六营彩绘泥塑民俗村、周公庙、北郭臊子面民俗村、法门寺；南线经过宝鸡县和眉县，沿线主要景点有姜子牙钓鱼台、五丈原诸葛亮庙和

太白山森林公园。
■ 住宿 有二三星级宾馆，价格100多元；为安全起见，建议不要入住火车站、长途汽车站附近的招待所。
■ 美食 以面食为主，有岐山臊子面、宝鸡擀面皮、凤翔豆腐宴、豆花泡馍、肉夹馍、面皮夹馍、饅饅、凤翔腊驴肉、扶风鹿糕、蜂蜜粽子等。
■ 特产 西凤酒、太白酒、宝鸡辣椒、眉县猕猴桃等。秀秀

初秋，崇明岛摘桃



◀ 游客可在桃林摘桃

▲ 果园中部景观

金风送爽，这个季节去崇明岛最好，桃梨飘香，可去尝一口鲜，这是秋天的味道。一年一度的崇明瑞华黄桃节日前开幕，邀你去品尝。

瑞华是崇明岛上最大的一片果园地，位于岛西北部，占地1500余亩，东连东平国家森林公园、前卫村农家乐，西邻明珠湖、西沙湿地，具有水清、气洁、土净的生态优势。果园分东西两园，东园种植葡萄、梨、猕猴桃等，西区以黄桃为主，目前正是黄桃挂枝成熟时，桃香四溢。这里的黄桃品种分早桃和晚桃，在整个九月，游客均能在此摘桃吃桃。除此之外，瑞华果园中部有许多景点，如雅致飘逸的趣果亭、思贤亭、姜鱼台、拓意园、垂钓区等，另有华东

地区最长的科普长廊，达1.2公里长，还有体能训练中心、儿童乐园等，你可在果园小住，过一个清闲的假日。

交通：公交出行——轨交1号线汶水路站下，转申崇班3线，崇明南门转南跃线至果园；轨交6线巨峰路站下，转申崇6号线崇明南门下，转南跃线至果园。轮渡出行——轨交3号线宝杨路站下，转9路公交（就在轻轨站下直达），宝杨路码头坐船，崇明南门港下，转南跃线公交车至果园；轨交1线彭浦新村（共富新村）下，转彭石线公交车至石洞口码头坐船，崇明南门港下，转南跃线公交至果园。自驾车——上内环—中环（翔殷路隧道方向）—五洲大道隧桥入口—长江隧桥—陈海公路—崇明南门—港东公路—北沿公路向西—果园；上内环—中环（翔殷路隧道方向）—五洲大道—长江隧桥—陈海公路到底—北沿公路向东—果园。明月

贵阳桃源河享受魔幻漂流

桃源河被称为魔幻漂流河，在贵阳46公里的修文县六屯乡处，之所以有魔幻之称，除了自然生态一流，漂流穿越峡谷，还要经过一个魔幻洞，洞内五彩斑斓，全程有惊无险。

桃源河周边16平方公里，植被繁茂，景色奇绝，幽林、奇峰、峭壁、飞泉、怪石，如一片世外桃源。桃源河蜿蜒贯穿其间，河水清澈见底，其中有三道响梯大瀑布，宽43米，落差40米，气势恢宏，瀑声响彻云天；又有珍珠滩、犀牛潭，风情万种。河流段中的古生物化石群，再现亿万年前海洋生物画面；河缝地下奇观魔幻洞，堪称喀斯特地貌一绝，洞中装饰了彩灯。桃源河漂流段长5公里，落差170余米，河水时而湍急，时而平缓，此起彼伏；景区的峡谷冲浪堪称一绝——在峡谷河道中修建大型造浪池，模拟海浪波涛，一浪接一浪，趣味无穷，被誉为“黔中第一浪”。当地用的是皮舟漂，漂到中段时，旁边的山崖上有水流倾泻而下，形成万丈飞瀑。漂流途中也经过一些水体较浅处，可打打水仗，或在浅滩处拾鹅卵石、贝壳，或登岸悬崖采山花、野果。最刺激的是皮舟顺着水流进入魔幻洞，洞中闪烁着五彩斑斓的灯光，忽明忽暗，湍急的水流冲着皮舟在蛇形蜿蜒的洞中急速而过。游毕，返起点，3公里路，可走也可乘车，一路风光秀丽，可欣赏各种罕见的植物，还能俯视急流险滩中漂流的情景。



■ 万丈飞瀑



■ 桃源河景区

【旅游提示】

■ 交通 上海南站每天有6列火车始发贵阳，宿贵阳站对面宾馆，第3天公交65路、2路、1路车去金阳客运站，转车到扎佐镇，再转去桃源河的车，也可租车前往，约16公里到景区。
■ 门票 观光20元/人，漂流140元/人（含门票、漂流、返程电瓶车），冲浪80元/人次。
■ 住宿 贵阳火车站标间80元起，站西200米标间50元起；景区内客房标间60元/人，野外帐篷200多元一顶；可住300多人。
■ 小吃 扎佐蹄膀火锅、萝卜干、香油龙火腿、拌折耳根、泡椒板筋、肠旺面、夺夺粉、糖麻圆、鸳鸯酥等（火车车次、门票、住宿价格，仅供参考）。赵胜