

蚂蜂窝旅游攻略 中国系列
www.mafengwo.cn

额济纳旗



大漠胡杨舞秋风



额济纳旗速览 Introducing Ejinaqi

在祖国的版图上，长城以北，黄河以西，有一片辽阔无垠的草原和沙漠。这里天高气爽，草长莺飞，大漠金沙，驼壮羊肥，遍地是资源宝藏。贺兰山麓林木葱茏，弱水河畔胡杨茂盛，巴丹吉林沙漠神秘壮阔，居延海水阔鱼肥，海森楚鲁奇诡嶙峋，茫茫草原繁花点点，人工绿洲小麦扬波，城镇面貌日新月异……这就是神奇美丽阿拉善。

额济纳旗地处祖国北疆，位于内蒙古自治区最西端，简称额旗。东与阿拉善右旗毗邻，西南与甘肃省酒泉市交界，北与蒙古国接壤，国境线全长 507.147 公里。相对中心城市达来呼布镇和东风镇。达来呼布镇距自治区首府呼和浩特市 1398 公里，距阿拉善盟府所在地巴彦浩特 640 公里，距甘肃省酒泉市 396 公里。

额济纳旗，是一个具有悠久历史和文化底蕴厚重的各民族聚居区，还是一个旅游资源非常丰富的地方。居延，这个璀璨夺目的名字，自古就以交通要道著称。戈壁绿洲、瀚海沙漠、古郡重镇、关市口岸、居延汉简、黑城文书……这一切构成了额济纳地区丰富多彩、威武雄壮的历史画卷，以其独特的历史文化和地理风貌引人注目，成为旅游探秘者的朝圣之地。



目录 Catalogue

- 02 额济纳旗速览 / 最佳旅行时间
- 03 亮点 / 景点
- 06 住宿 / 餐饮
- 07 购物 / 线路推荐 / 外部交通
- 08 内部交通
- 09 旅行路上

最佳旅行时间 阿拉善干旱少雨，风大沙多，冬寒夏热，四季气候特征明显，昼夜温差大。有时会有沙尘天气，出行时应注意天气变化，多做准备。

每年的秋季是到阿拉善旅游的最好时间，跟随骆驼队走进沙漠，可以欣赏到沙漠绿洲、神奇喷泉，如果幸运的话，还能看到神秘的海市蜃楼。秋季也是看胡杨林的季节，金黄色的树叶火一样燃烧天地。

阿拉善春季多发沙尘暴，冬季过于寒冷，不适宜旅游。

消费指南 购买景点门票时，需要注意“套票”和“单一门票”的区别，因为阿拉善盟旅游局禁止景点向游客强行兜售联票、套票。不要接受“黑导”和“陪游”的服务，以保障自己的合法权益。

摄影 早晚沙漠腹地庙子海及诺尔图周围拍摄，此时段沙纹光影、线条层次和色彩丰富，湖中倒影清晰。二道桥及四道桥的胡杨林景色最美，二道桥早晚可拍胡杨倒影，黑水城拍日落光影效果好，古居延海可拍日出。

致谢

封面提供: 粉墨是梦

图文提供: 寻路 冉冉浮生 艾安密 UFO 玩玩沙 大陆 Li_koala 神仙行踪不定 大陆 粉墨是梦、leliaw

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识产权; 未经本公司明确书面许可, 任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。



亮点 Highlights

★额济纳胡杨林风景区

这是一个神奇的树种，它的生长总是和凤凰与鲜血紧密相连……

这是一个多变的树种，春夏为绿色，深秋为黄色，冬天为红色……

这是一个坚强的树种，活着三千年不死、死后三千年不倒、倒后三千年不朽。

★巴丹吉林沙漠

这是我国第三、世界第四大沙漠，其中西北部还有1万多平方公里的沙漠至今没有人类的足迹。海拔高度在1200-1700米之间，沙山相对高度可达500多米，堪称“沙漠珠穆玛峰”。

★居延海

相传，道教创始人老子在居延海修炼成仙。每逢盛夏，远山迷茫，平沙漠漠，芳草萋萋，驼羊徜徉，牧歌悠扬。晚眺居延，一派“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的壮观景色，让人久久不忍离去。

景点 Sights

额济纳胡杨林景区

额济纳旗境内现有胡杨林45万亩，是世界上仅存的三大成片胡杨林之一。每年深秋，是观赏胡杨林的最好季节，额济纳河沿岸一片金黄，号称摄影和旅游爱好者的天堂。

额济纳河岸是胡杨的王国，这里绿树浓荫，掩映牧羊羊群，曲折绵延数十万亩，生机横发，成为大漠里的桃源盛境。胡杨林是居延绿洲的主体，是生态的基本条件。没有胡杨林，就没有绿洲；没有绿洲，这片“地热、多沙、冬大寒”的漠土就不会有人类的生存发展。胡杨林同这里的生命息息相关，倍受人们的珍爱。

夏季，这些树龄有二、三百年的胡杨树树冠圆簇，绿云翻滚；而秋天，胡杨林一片金黄，绚烂耀眼。每年九月底到十月中旬的金色秋天，是胡杨树魅力尽展的最美季节，一夜寒露会骤然把整片的胡杨树全部染黄。在短短的几天之内，绿色的胡杨叶全部变成纯粹的金黄，在湛蓝的天空下和苍茫的沙漠中，宛如阳光一般明媚灿烂。而当寒风乍起，一树的绚烂又落成满地金黄。这时也是旅行、摄影的黄金季节。每年十月上旬，阿拉善盟会在额济纳旗举办“胡杨节”。这里也是电影《英雄》的拍摄场地之一，两个红衣美女在漫天飞叶中决斗的那场戏，胡杨林的炫目甚至盖过了明星的风采。

神奇壮观的胡杨树就生长在额济纳旗达来呼布镇方圆50公里的范围之内，分布在由黑水、白水汇聚的额济纳河流域，密集林区主要在额济纳河分叉的河洲地区，是最吸引人的去处在二道桥、四道桥、八道桥，这是以额济纳河上的八道桥为名划分的，每道桥都有胡杨环抱着。额济纳旗的胡杨林这个地处偏僻的内蒙古西部边陲，和敦煌的雅丹地貌、九寨沟的箭竹海一起，成为旅行者和摄影人向往的天堂。

费用：参考价位300元/天

到达交通：此处不通航班与火车，只能依靠汽车走公路。包车比较方便



神仙

看胡杨的为9月底到10月中，都能看到黄叶子，但最佳时间一般在10月5日至10月15日间。太早叶子还没有黄透；晚了会起风刮落树叶。需要注意的是每年叶子变黄的时间都不太一样，一般来说如果雨水充足树叶就会黄得快。所以最好事先给当地旅游部门打电话了解一下胡杨节的日期（一般是10月8日左右），那时是颜色最好的时间。从一道桥到八道桥的树叶不会同时都黄，在10月10日到15日可以去可以看到成片的落叶，别有一番美景，还可以避开胡杨节人多的高峰。

怪树

怪树林在额济纳旗达来呼布镇西南28公里处，是一片东西宽、南北长的辽阔地带。这里枯死的胡杨“陈尸”遍野，呈现出古老的原始风貌。冥冥之中，渗透出一股狰狞恐怖的气氛，令人毛骨悚然。这就是神秘的“怪树林”。

苍凉的“怪树林”，据说是黑将军及众将士不死的灵魂所在。相传，当年黑城有一个守将名哈拉巴特尔（即黑将军），此人英勇善战，威名远扬。后来，有大兵进犯功城，来兵把河水截断，黑将军在既无援兵，又无饮水的困境中，率兵突围。出战前，黑将军将70多车金银财宝和一顶镇城之宝—西夏皇冠全部投入城内的枯井中。为了不使亲情骨肉遭受入侵者蹂躏，黑将军把自己的一双儿女推倒井里，封土填埋。黑将军带领士卒冲出城外，一路拼杀，最后战死在离城西不远的怪树林。

怪树林实际是大片胡杨树枯死而形成的。胡杨是一种奇特的树种，生命力极强。近代以来，由于人类的不合理开发，极大的破坏了胡杨赖以生存的生态环境、特别是额济纳河断流，沿河两岸的大片胡杨林因缺水而枯死。胡杨特有的耐腐特性，使大片枯死的胡杨树干依然直立在戈壁荒漠之上，形成形态怪异的悲凉景观。

费用：现与黑城是通票，80元/人

神树

在额济纳567万亩的天然胡杨林中，生长着一棵被当地人称为“神树”的胡杨树。这棵“神树”位于额济纳旗达来呼布镇以北25公里处。神树高23米，主干直径2.07米，需6人手拉手才能围住，堪称额济纳胡杨树之王。按照当地蒙古民族习俗和原始宗教，神树被赋予神秘的色彩，是当地老百姓祭祀苍天神灵的附载物。每到冬末初春，远近牧人便虔诚地来到“神



树”前诵经祈祷，祈求风调雨顺，草畜兴旺。在这棵千年“神树”周围30米内，又分生长出5棵粗壮的胡杨树，牧人们把它们叫做“母子树”，远远望去颇为壮观。

神树作为额济纳胡杨林最为典型的景观，已经成为胡杨林的标志和形象。凡到额济纳旗观赏胡杨奇景的中外游客都要到神树之下一睹其壮观、奇秀的尊容。

费用：10元

黑城遗址

黑城位于内蒙古自治区阿拉善盟额济纳旗政府所在地达赖库布镇东南约30公里处，蒙古语称为哈拉浩特，在西夏称为“威福军”，传说是西夏的古都黑水城，是居延文化的一部分，现为自治区重点文物保护单位。黑城因水源枯竭在14世纪中期成为沙海中的孤城遗址，其位居丝绸之路的北线——居延北线附近，有极高的考古价值。

黑城地区是西夏在西部地区重要的农牧业基地和边防要塞，是元代河西走廊通往岭北行省的驿道要站，也是西夏、元代在黑水流域沙漠中的一片大面积绿洲。黑城古城垣每边长约240米，元朝时城垣扩展为南北284米，东西435米，东西两面各有一门，墙高9米，总官府就建在城西门大街，现尚遗留有南墙及南门遗址。城内西南方，现仍保存一座外形较完整的古教堂，其中礼拜堂为穹庐式，顶、壁样式与今伊斯兰教礼拜堂相同。西北角城墙上有一座覆钵式塔，残高12米，远在10公里以外的荒漠上就可看到。城外临近大土塔不远的地方，还有两组土塔群仅余残塔基。黑城的重要价值不仅在它的外观，还在于它内部所埋藏的珍贵文物。考古专家曾在其中发掘出许多有价值的文物。

费用：现与怪树林是通票，80元/人



li koala 黑城遗址的晚霞



li koala 黑城遗址

居延海

因匈奴居延部落而得名，意为天池。远古时期，居延海就是我国西北最大的湖泊之一。受弱水补给量的影响，居延海水面变化多端，是一个神奇的“游移湖”。相传，道教创始人老子在居延海修炼成仙。每逢盛夏，远山迷茫，平沙漠漠，芳草萋萋，驼羊徜徉，牧歌悠扬。晚眺居延，一派“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的壮观景色，让人久久不忍离去。

居延海现称苏古渣尔，位于达来呼布镇东北约50公里。是古弱水的归宿地，史前就是西北最大的湖泊之一。相传道家之始老子化胡成仙即此。又传居延海恒心隐隐有紫色。对此，《张掖县志古迹篇》中也曾将居延海立为流沙仙踪以耀其辉。史料还记载匈奴民族曾把居延海称为“天池”还加以供奉祭祀。汉代曾居延泽，魏晋称为西海，唐后通称为居延海。元代分为哈班、哈巴、喇失三海子。因上游河道无水，现今居延海已逐渐干涸。

费用：30元

巴丹吉林沙漠

巴丹吉林沙漠被评为中国最美五大沙漠之首。是我国第三、世界第四大沙漠，有世界最高的沙山，堪称“沙漠珠穆朗玛峰”；还有世界面积最大的鸣沙区。现为国家级沙漠地质公园。

在巴丹吉林沙漠内，沙山沙丘、风蚀洼地、剥蚀山丘、湖泊盆地交错分布，并以流动沙丘为主。奇峰、鸣沙、湖泊、神泉、寺庙是巴丹吉林“五绝”。

受风力作用，沙丘呈现沧海巨浪、巍巍古塔之奇观。宝日陶勒盖的鸣沙山高达200多米，峰峦陡峭，沙脊如刀，沙子下滑时的轰鸣声可响彻数公里，有“世界鸣沙王国”之美称。

沙漠内还有一百多个星罗棋布的沙漠湖泊，多以咸水湖为主，最深的可达6米以上，湖畔芦苇丛生，水鸟嬉戏。此外，在沙漠中还有多处泉水涌出，音德日图的泉水最为著名，被誉为“神泉”。该泉处于湖心，涌于石上，在不到3平方米的小岛上有108个泉眼，泉水甘冽爽口，水质极佳。

著名的苏敏吉林庙是阿拉善最古老最有名的历史人文景观之一，该庙建于1755年，建筑分上下两层，面积近300平方米，相传修庙的一砖一瓦、一石一木都是靠人工运进的。在沙漠东部和西南边沿，茫茫戈壁一望无际，形状怪异的风化石林、风蚀蘑菇石、蜂窝石、风蚀石柱、大峡谷等地貌令人叹为观止。

在沙丘的背风处，在沙丘的底部、湖岸边、泉水旁，生长着许多沙漠植物和沙漠动物，是沙漠中的另一道风景。

费用：巴丹吉林沙漠景区整体目前暂不收取门票，景区内的巴丹湖门票50元。

到达交通：

1、可乘兰新铁路线上的火车在甘肃省金昌（河西堡）火车站下车，然后乘车沿河西堡至雅布赖的河—雅黑色公路前行140公里，先到阿拉善右旗额肯呼格镇，再换乘当地旅行社越野车前往巴丹吉林沙漠。阿拉善右旗驻地额肯呼都格镇有专业的地接旅行社，有车队、驼队，可带游客进入沙漠腹地。

2、由内蒙古阿拉善盟左旗（巴彦浩特）乘中巴前往右旗，后换乘当地的吉普车，才能进入沙漠腹地。如果散客前往巴丹吉林沙漠，租车时建议尽量凑齐人数租两辆车，这样在沙漠里万一坏车的话，还有一辆可代步或救援。进沙漠之前最好能拉上一些新鲜蔬菜和水果。沙漠中手机一般都没有信号，但是沙漠里有无线切入电话，可与外界联系。



行踪不定

东风航天城

东风航天城位于阿拉善盟额济纳旗政府所在地达来库布镇南边约 150 公里处。

东风航天城就是酒泉卫星发射中心，总装备部的第二十试验训练基地，因“神五”、“神六”的成功发射而名闻天下。

江泽民总书记亲笔题名的我国第一座航天城——东风航天城的成就有：用国产燃料发射我国第一枚弹道导弹；成功发射我国第一枚核武器；成功发射了我国第一颗人造卫星；成功地发射了我国第一枚远程运载火箭；成功地进行了我国第一枚第一箭三星发射试验……等等。“神舟”一号到六号飞船发射圆满成功，更为航天城的辉煌添上了一笔。

腾格里沙漠

腾格里沙漠是中国第 4 大沙漠。位于阿拉善地区东南部，介于北纬 $37^{\circ} 30' \sim 40^{\circ}$ ，东经 $102^{\circ} 20' \sim 106^{\circ}$ 。面积约 4.27 万平方公里。行政区划主要属阿拉善左旗，西部和东南边缘分别属于甘肃民勤、武威和宁夏的中卫县。沙漠包括北部的南吉岭和南部的腾格里两部分，习惯统称腾格里沙漠。

沙漠内大小湖盆多达 422 个。多为无明水的草湖，面积在 1 ~ 100 平方公里间。呈带状分布，水源主要来自周围山地潜水。湖盆内植被类型以沼泽、草甸及盐生等为主，是沙漠内部的主要牧场。

山地大部为流沙淹没或被沙丘分割的零散孤山残丘，如阿拉古山、青山、头道山、二道山、三道山、四道山、图兰泰山等。沙漠内部的平地主要分布在东南部的查拉湖与通湖之间。

沙漠中的湖盆边缘已有小面积开垦。人口密度较巴丹吉林沙漠大。沙漠腹部有查汗布鲁格、图兰泰、伊克尔等乡，居民点分布在较大的湖盆外围。沙漠边缘有通湖、头道湖、温都尔图和孟根等居民点，此外还有一些固沙林场。沙坡头附近为国家自然保护区，面积达 1.27 万公顷。沙漠中有“鸣泉”，可预报地震。

沙漠内部无固定道路，因沙丘较小而居民点较多，东西通道常直穿沙漠而过。包兰铁路穿过沙漠东南缘。沙漠内部的查汗池、红盐池和屯池等盛产食盐。居民以蒙古族为主，经营畜牧业，定居放牧。

腾格里沙漠月亮湖

月亮湖位于中国内蒙古阿拉善盟境内腾格里沙漠腹地，距银川机场、火车站 130 公里左右。它是距离国内各大城市半径最短的沙漠探险营地，是现代都市人寻求彻底放松身心的最佳地点。月亮湖有三个独特之处：

1、形状酷似中国地图：站在高处沙丘一看，一幅完整的中国地图展现在眼前，芦苇的分布更是将各省区一一标明。

2、湖水天然药浴配方：面积三平方公里的湖水，富含钾盐、锰盐、少量砷硝、天然苏打、天然碱、氧化铁及其它微量元素，与国际保健机构推荐药浴配方极其相似。湖水极具生物净化能力，能迅速改善、恢复自然原生态本色。

3、千万年黑沙滩：长达一公里，宽近百米的天然浴场沙滩。推开其表层，下面是厚达十多米的纯黑沙泥，其质地远超死海的黑泥，更是天然泥疗宝物。

景区水、电、通讯设施齐备，有黑色油路直达景区接待站。

住宿

A、蒙古包：传统蒙古包，360 元 / 顶 / 天（可宿 6 人，不含空调和卫视） 空调蒙古包，480 元 / 顶 / 天（可宿 6 人，含空调和卫视） B、会所：标准准双人间，680 元 / 天，豪华套间：1880 元 / 天 C、生态宾馆：景观标准间 980 元 / 天，景观复式房 1280 元 / 天 D、别墅：复式房 1180 元 / 天，两间套 2680 元 / 天，四间套 4680 元 / 天

费用：80 元 / 人（另需坐越野车进沙漠，4 人一车，720 元 / 车，180 元 / 人） 到达交通：距银川机场、火车站 130 公里左右。也可乘火车到银川火车站，再转乘银川到腾格里景区的汽车。

腾格里沙漠天鹅湖

天鹅湖位于内蒙古自治区阿拉善盟阿拉善左旗（巴彦浩特镇）古淖尔苏木西南 12 公里处，地处腾格里沙漠东部边缘，与月亮湖南北相距 35 公里左右，与旗政府所在地巴彦浩特镇东西同样相距 35 公里左右，三者形成一个钝角等腰三角形。湖面呈带状，面积约 3.2 平方公里，湖边布满沙枣树，湖水清澈、明净、水域广阔，湖边有一公里长百米宽的黑泥区，蒙古包区到处是马莲草。湖的四周即是浩瀚的沙漠，沙丘起伏，沙涛滚滚，景象奇伟壮观，令人心旷神怡。天鹅湖和月亮湖一大一小，是腾格里 190 多个湖泊中一对出众的姐妹花，她们相互衬托，各具魅力，吸引了大批游客。

每年 3 月和 9 月各种候鸟在此停留，有白天鹅、野鸭等百余种。每年 3 月底至 4 月初，湖面栖息的天鹅较多。平常湖面上则多为野鸭、灰鹤。天鹅湖畔，千万株蓝色马兰花绕湖怒放，而马兰花外是近两千株沙枣树围成的绿色屏障，5 月沙枣花开，满湖清香。

旅游区内建有蒙古包，错落有致地散落在沙枣林里。蒙古包内有卫星电视、电话，但景区内无移动信号。游客可以在蒙古包内就餐、住宿，充分领略民族风情。晚上还会根据游客的要求举办篝火晚会。游客可参与滑沙、沙滩排球、足球、骑骆驼、骑马、卡丁车、划船、水上汽艇等娱乐项目。

沙漠观景贴士

- 1、沙漠旅游宜在夏秋季；春季多发沙尘暴，冬季过于寒冷。
- 2、旅游必备饮用水、方便食品、及感冒药、肠、胃药品。



- 3、沙漠中昼夜温差很大，要备有太阳镜、防晒霜、防晒的长袖服装，以及防寒服。
- 4、若在沙漠中露营，要准备睡袋及防潮垫。
- 5、沙漠中如果遇到沙尘暴，绝对不能躲在背风坡；如果有骆驼同行，可将骆驼牵到迎风坡，躲在骆驼身后。
- 6、多带消毒纸巾，一路卫生状况不是很好。而且沙漠风沙大，要准备塑料袋来保护相机。
- 7、沙漠旅游中，请尽量将可降解的垃圾烧掉或掩埋，带走不可降解的垃圾，保护环境。

住宿 Sleep

额济纳旗地域偏远，交通不便，所以食宿条件较差，但对一般的旅行者和摄影人还是能满足基本需求的。在额旗有很多国营的旅馆，如长途车站内的交通旅馆，新华书店旁的新华旅馆，公路局开的路通旅馆，电信局的长信旅馆，邮局旁边邮政宾馆，军营边上的额旗宾馆等，根据条件不同从十几元到一百元左右不等。还有不少私营旅馆，价位双人间 50 元左右，但一般没有沐浴设施，可以到邮政宾馆去洗淋浴。胡杨节期间，达来库布镇的宾馆接待能力不足，但会有不少当地人家来接待游人，路边有主动询问和拉客的，可以先看房子再决定，价格便宜，条件一般，主人可帮助联系车辆。另外，在怪树林边上也有蒙古包可以住宿，住蒙古包时需要自己带睡袋。

阿拉善盟境内的城镇上旅游服务业逐步发展，各类宾馆和招待所可基本满足不同层次游客的需要。

阿拉善盟宾馆

位于巴彦浩特新区新世纪广场北面，二星级；参考房价套间 588，标间 268。

阿左旗龙信酒店

位于巴彦浩特花园街，三星级；参考房价套间 328，标间 188。

额济纳旗宾馆

位于额济纳旗达来库布镇团结路，三星级；参考房价套间 688，标间 368。

福乐康家庭旅馆

干净的床铺，每天消毒；安宁的小院，安全宁静；24 小时热水，随时淋浴；电脑公用，免费上网，联系租车，供应瓜果……

联系人：老白、小段

地址：额济纳旗广场北路北 15 号

费用：胡杨节期间 100 元 / 位 其余时间 50 元 / 位

电话：0483-6523310,13948030288,15334830288

其他联系方式：E-mail:bjx19700727@qq.com

餐饮 Eat

阿拉善与宁夏、蒙古接壤，居民中多蒙古族、回族、藏族同胞，因此形成了以蒙古族饮食为主的独特饮食文化。阿拉善的传统美食继承了蒙古族饮食的特色，以肉食、乳食、粮食为主，烤全羊、手抓肉、奶茶、奶皮子等传统蒙古族美食都可以在这里品尝到，在吸收并融汇了各民族美食的特色后，阿拉善地区形成了自己清香细腻、味道鲜美的饮食风格。

特色美食

奶酪

奶酪，俗称“酪蛋子”，是蒙古族居民十分喜爱的一种奶食品。奶酪分生奶酪和熟奶酪致两种。食奶酪的方法很多，或泡在奶茶中食用，或如吃干粮一样细嚼慢咽，越嚼越能品尝出其中的滋味。



奶酒

当您在额济纳草原，作为尊贵的客人，应邀参加重大的节日活动，礼仪小姐唱着动人的祝酒歌，给你敬献上银碗装满的美酒时，您不要犹豫更无需自愧酒量的不足，您一定要将这千杯万盏也不醉人的美酒饮下。因为，这就是草原是最享有盛名的奶酒，这就是就是装潢蒙古民族情深似海的奶酒。酿制奶酒的历史由来已久，也是蒙古族的拿手技艺。它醇香浓烈，营养丰富，饮之兴奋不易醉，可谓酒中之绝品。

手扒肉

手扒肉是蒙古族居民喜爱的传统风味食品，更是待客的上好食品。食用手扒肉时，不用筷子用蒙古刀割、刮、剔、手抓着吃。牧民十分珍惜劳动成果因此一定要把骨头上的肉刮下吃净。羊的后座部位有胛板骨，牧民把胛板骨上的肉称为“掀板肉”。上手扒肉的时候主人特意将“掀板”放在最上面。通此习俗的人是绝不会随意动“掀板”的。因为蒙古族人认为“掀板”是最好的肉，要大家分享，通常是由年长者或由主人指定最尊贵的客人来分。无论有多少人，每人都应分得一份，以示吉利。

烤全羊

烤全羊是蒙古民族的餐中之尊，是宴席上的一道最讲究的传统名菜，其形色、味俱佳，具有浓郁的民族风味。只有在隆重的宴会或祭奠时，才能品尝到烤全羊这道蒙古族饮食膳食文化的代表大菜。

食用烤全羊的程序相当讲究，先上酥脆的皮，再上鲜嫩的脂肪肉块，最后才上连着瘦肉的肋骨。食用烤全羊，必须佐以合页饼、葱段、酱、醋、蒜末等调味品，使其更浓更香，别有风味。



购物 Shopping

阿拉善盟地域辽阔、物产丰富，这里有生长在贺兰山的野生蘑菇等各种野味，也有来自大漠的苁蓉、锁阳、驼绒等特产，长期的风蚀形成的奇石造型各异，赋予人无尽的遐想，是人们争相收藏的珍品，各民族传统的手工艺品美观大方，集艺术性和实用性为一体，是旅游购物的上佳之选。

巴彦浩特自古以来就是产自雪山大漠的各种土特产品的集散地，是阿拉善地区重要的商业中心。市区内商业繁荣，购物场所众多，龙信商城、驼旺购物中心、开元商厦、新华购物市场能现代化的大型购物商场中商品种类众多，品质优良。在吉兰泰路、新华街的苁蓉产品专卖店、阿拉善奇石馆等旅游购物商店，可以买到各种优质的土特产品。

特产

奇石

阿拉善戈壁奇石主要分布于阿拉善左旗北部，由距今 8000 万至 1 亿年前火山喷发的岩浆冷却而成，经长期的地质作用，形成了千奇百怪、绚丽多彩的奇石。特点是质地坚硬，造型多样，色泽斑斓，凝聚了戈壁的坦荡雄沉以及豪放壮美的西部神韵，具有极高的观赏、经济和收藏价值。另外还有石雕工艺品、天然水晶眼镜、天然宝玉石首饰、贺兰山砚石等。

锁阳

锁阳又名不老药，野生于沙漠戈壁，零下 20 摄氏度生长最宜，生长之处不积雪、地不冻。锁阳属肉质寄生草本，寄生于白刺的根上。先秦就有文字记载，汉代始入药，为历代名医名案所珍重。能够促进人体细胞再生和新陈代谢，增强免疫调节能力，具有明显的防癌、抗病毒和延缓衰老用。

肉苁蓉

肉苁蓉是阿拉善珍贵中药材，别名大芸、肉松蓉、纵蓉、地精、金笋等，具有补肾壮阳、填精益髓、润燥滑肠的功能，为滋补上品，有沙漠人参之称。肉苁蓉做为中药材在我国使用已有近 2000 年的历史，古代医书中多有记载。肉苁蓉药材通常呈扁圆柱形，体重质硬，表面棕褐色或灰褐色，气微，味甜微苦，阿拉善盟的肉苁蓉，尤以树贵产的肉质肥厚、油性足、鳞片清晰为肉苁蓉优质品。

驼、羊绒

阿拉善白山羊绒的细度、光度、白度三项指标均居世界同类产品之首，被视为绒中极品，曾获意大利“柴格那”奖。阿拉善双峰驼生长在高温 60 度、低温零下 40 度的极端环境中，造就了其绒毛特殊的精良品质，具有吸湿防潮、阻燃、消音、抗静电的功能，被称为“安全纤维”、卓越的“温度调节器”。在历史上，阿拉善驼绒被赐名为“王府驼毛”，定为朝廷贡品。1988 年，阿拉善驼绒又意大利荣获“国际阿米卡驼毛奖”。

马头琴

马头琴是蒙古民族的代表性乐器，音色纯朴、浑厚，琴体也是造型独特的艺术品。琴杆顶端，是一个高傲昂起的马头，细长的琴杆插着梯形共鸣琴箱，两弦分立于马头两侧，琴体犹如一匹骏马，琴弦与琴体分离，犹如牧人手中的马鞭。至今，马头琴的制造仍由老艺人手工精雕细刻，常常供不应求。日本等外国游客，将演奏用马头琴，视为珍贵的民族工艺品购买。

蒙古刀

蒙古刀是牧民随身携带的生产、生活工具，也是男子佩带的一种装饰品。刀身用优质钢打制，刀柄刀鞘有钢制、银制、木制、牛角制、骨质制多种，

表面有精美花纹，有的还填烧珐琅、镶嵌宝石，并配有兽骨或象牙筷子和红缨穗。蒙古刀是蒙古人赠送尊贵朋友最珍贵的礼品。

线路推荐 Tours

额济纳旗三日精华游

线路特色：体验阿拉善的沙漠、山岩与寺庙。

D1

早乘车赴巴丹吉林沙漠，进入巴丹吉林沙漠后可游览湖泊、世界最高沙山、鸣沙区、巴丹吉林庙等景点。不必急于一天内走完，第二天亦有时间继续游览。晚上在沙漠露营，宿帐篷。在沙漠中必要的话可能需租用骆驼驮运食品及物品。

D2

在巴丹吉林沙漠观沙漠日出，继续游览景点。午后乘车赴曼德拉山岩画景点，游览后乘车去雅布赖镇，宿镇上。

D3

早餐后乘车赴南寺旅游区，游玩一天后下午即可返程。

额济纳旗两日游

线路特色：绚烂的胡杨林让人心驰神往，同时还可游览古城遗址与航天城。

D1

早抵额济纳旗，游览神树、额济纳胡杨林景区、怪树林、黑城遗址等景点。因这几个景点相距不远，所以游览顺序可随意调整。晚宿额济纳旗。

D2

乘车赴东风航天城，参观烈士陵园、发射架、展览馆、地下军事工地等，下午返回额济纳旗。

外部交通 Getting there

飞机

飞机不能直接到额济纳，只能先到周边城市，再转乘长途汽车前往额济纳。酒泉市、嘉峪关、银川都有机场，但航班稳定且比较多的就是嘉峪关和银川。从酒泉去额济纳的话，虽然路途比较近，但沿途的风景没有从银川到额济纳的漂亮。境内有军用机场（鼎新机场）1 处，航线为专线，直飞北京，约 1600 公里，但是普通市民想要登机需要介绍信。

每周 3 个班次，分别为周二、四、六往返。专为部队服务。

方式：

1. 飞往银川，乘车往阿拉善盟右旗，在沙漠入口租越野车或骆驼进入沙漠腹地。出沙漠后可经酒泉东风航天城进入额济纳旗达来呼布镇，再租车前往一道桥至八道桥观赏和拍摄胡杨林，并去往怪树林、黑水城遗址、古居延海等景点。（提醒：行前需打听经东风航天城的路有否封路禁行。



2. 银川到阿拉善左旗班车全程约 2 小时，票价为 30 元；银川包车到左旗约 240 元。

3. 坐火车至酒泉再转乘车进入。

火车

2010 年 11 月 24 日，当从内蒙古自治区首府呼和浩特至额济纳旗的 4661 次旅客列车开行时，很多向往苍天般的阿拉善的心开始惊喜，这条连通“中国秘境”与世界的通道，让更多人有了去亲近那片神奇土地的机会，而以“胡杨”秀美远扬的额济纳也将接纳更多的来自世界各地的祝福。

长途汽车

银川没有直达额济纳的班车，只能先到阿拉善左旗，再转车到额济纳。酒泉和乌海市每天都有直达额济纳的班车。

从银川到阿拉善左旗的班车半个小时一趟，全程 40 分钟，车票 20 元 / 人；也可以包车前往阿拉善左旗，价格和班车差不多，大约 100 元 / 辆，而且能节省一天时间，当天晚上赶到额济纳旗。阿拉善左旗到额济纳班车每天三趟，从早上 8:00—8:30 发车，全程 8-9 个小时，车票 100 元 / 人。在乌力吉会停车，有小兵上来检查身份证，似乎只有外省人的证件需要登记，附近有小饭馆，可以解决午饭，羊肉面 5 元 / 碗，味道不错。

始发站	终点站	里程 (Km)	票价 (元)
额济纳旗	临河	785	130
额济纳旗	巴音	637	115
额济纳旗	右旗	480	86
额济纳旗	乌海	730	130
额济纳旗	酒泉	396	70
额济纳旗	策克口岸	80	15
额济纳旗	生活区	60	11

额济纳汽车票价参考表

额济纳旗汽车站

额济纳旗汽车站位于内蒙古自治区额济纳旗旗府达来呼布镇。

班车通往内蒙古自治区阿拉善盟左旗巴彦浩特镇，酒泉等地。

额济纳旗班车时刻表

发往临河：7:00 (九月、十月单号发车)

发往巴音：7:00、7:10、7:20

发往右旗：7:10

发往乌海：7:30

发往酒泉：7:30、11:00

内部交通 Getting around

额旗的旗府叫做达来呼布，简称达镇，镇子不大，基本上也就三条街，靠走路就能逛遍。交通工具有小面和夏利车，价格没准，司机一般张口就要 10 元，但都可以还价，从镇子到二道桥给 5 元就可以了。其实从镇子去二道桥步行也可以，大概 20 分钟，不算太远，还能看风景。

去达镇周围的景点，如黑城、怪树林等，没有班车只能包车，现在进口越野车要 550-600 元 / 天，普通越野车 450 元 / 天，吉普 350 元 / 天，包车费用逐年增长。

自驾

从呼和浩特出发

线路 1：呼和浩特→包头→临河→乌海→阿拉善左旗→乌力吉→苏宏图→额济纳旗，全程共 1400 公里。

线路 2：从呼和浩特出发，走京藏高速，到磴口下高速，经陕坝，到乌力吉 (大约有六十公里土路)，然后直达额济纳旗，全程共 1048 公里。

线路 3：从呼和浩特出发，进入京藏高速公路路段；然后从京藏进入临乌高速路段，行驶大约 40 多公里，转入磴口立交，再转入磴额线；沿磴额线、哈吉线行驶，然后进入五乌线；沿五乌线行驶 50 公里左右，进入 S312；然后继续行驶 500 公里左右，到达额济纳旗。全程共 1070 公里。

如果自驾车进入额济纳旗，除了检查汽车各种状况外，要准备新的轮胎，路面大部分为沙石路，爆胎事故时有发生。最好请有经验的司机驾车。

汽车租赁

各旗、府至主要旅游景区 (点) 公里数：

巴彦浩特镇至南寺 30 公里，北寺 25 公里，月亮湖 69 公里，通湖草原旅游区 195 公里，天鹅湖 40 公里，吉兰泰盐湖 113 公里；

额肯呼都格镇至马由井大沙漠度假村 3.51 公里，曼德拉山岩画 200 公里，红墩子峡谷 60 公里，海森楚鲁怪石林 220 公里，巴丹吉林沙漠探险旅游区 44 公里，巴丹湖 93 公里。

达来库布镇至黑城 25 公里，怪树林 15 公里，东风基地 150 公里，王爷庙 2 公里，胡杨林 1 公里，神树 20 公里，绿城 45 公里，策克口岸 63 公里，红城 15 公里；

巴彦浩特镇至达来库布镇 640 公里，额肯呼都格镇 510 公里；

额肯呼都格镇至达来库布镇 480 公里。

其他

沙漠里的交通除了开车以外，还可以骑骆驼，参考价位 200 元 / 峰 / 天。



旅行路上 Travel on the road

推荐阅读：我的家在高原上

作者：席慕容

出版社：上海文艺出版社

出版年：2000-02-01

席慕容生活在蒙族家庭，小时候常常听大人讲边疆的故事。长大以后，故乡变成了她精神的依托，也增添了她的作品中的浪漫色彩：沙浪的驼影、长河的落日、大漠的孤烟……《我的家在高原上》是作者第一次见到原乡之后，逐渐累积而成的收获，文字加上摄影，描绘出了作者那心中梦土的美丽与丰饶。

席慕容，蒙古族人，全名是穆伦·席连勃，意即大江河；“慕容”是“穆伦”的谐译。1943年农历10月15日生于四川重庆城郊金刚坡，祖籍内蒙古察哈尔盟明安旗，1949年迁至香港，后随家飘落台湾，1956年入台北师范艺术科，1964年到比利时布鲁塞尔皇家艺术学院进修，入油画高级班。1970年以穆伦为笔名，在《联合副刊》发表作品。七月回台湾，任教新竹师专美术科。其后数年间应邀参加多次省级及国际性之美展。并以萧瑞、漠蓉、穆伦·席连勃等笔名投稿，作品多为散文。1989年九月前往父亲及先母的家乡，初见蒙古高原。

十四岁起致力于绘画，至今仍视之为主要职业。写诗，只是作为累了一天之后的休息。她写诗，为的是“纪念一段远去的岁月，纪念那个只曾在我心中存在过的小小世界”。一个“真”字熔铸于诗中而又个性鲜明。在她的诗中，充满着一种对人情、爱情、乡情的悟性和理解。主要著作：七里香[诗]、无怨的青春[诗]、三弦[小品]、有一首歌[散文]、同心集[散文]、写给幸福[散文]、江山有待[散文]等。

您可以在这里添加一些其他重要信息



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>

