

# 伊犁



草原花海，塞外江南



## 目录 Catalogue

- 02 伊犁速览 / 特别推荐
- 03 地图
- 04 亮点 / 景点
- 09 住宿
- 10 餐饮
- 11 购物
- 12 娱乐 / 线路推荐 / 节庆
- 13 宗教 & 文化 / 实用信息 / 外部交通
- 15 内部交通 / 旅行路上

## 伊犁速览 Introducing YILI

“不到新疆不知中国之大，不到伊犁不知新疆之美”。伊犁哈萨克自治州位于新疆的西北部，与哈萨克斯坦接壤，州首府为伊宁市，边境线长 2000 多公里。

伊犁历史上是古丝路北道要冲，今天是向西开放的门户，素有“塞外江南”、“瓜果之乡”的美称。这里雨水相对充沛、天气温润，被称为“瀚海湿岛”，草地、森林的植被覆盖率达 67.7%。这里有著名的巩乃斯草原、唐布拉草原、那拉提草原、昭苏草原；有乾隆皇帝御书的格登山记功德碑和伊犁将军府、惠远钟鼓楼、林则徐纪念馆；有草原明珠赛里木湖；每年 6 月份这里还能看到大片的薰衣草田。

**Flyasabird** 这里有灿烂的阳光和苍茫的天空，蓝天白云低垂在一眼望不到边的草原，似乎心里承受的重可以就此放下；这里有安静的湖水、五色的花海、翠绿辽阔草原牧场，静得怡人，绿得深邃，让你感受生命的顽强；这里有美味的烤串、大盘鸡、椒麻鸡、馕坑肉、手抓饭、馕饼、烤包子，可口的乌苏啤和卡瓦斯，团聚而食的氛围让你可以不去顾及贪婪的吃相；这里有超乎可爱的大眼睛孩子，有包裹头纱的神秘女人，有像买买提的大叔，仿佛置身另一个国度，他们没有传说的敌意，他们的微笑让你忘掉戒备……。



**粉红的小豹子** 赛里木湖

## 特别推荐 Special

### 伊犁河婚礼

漫步在黄昏的伊犁河畔（见第 5 页），欣赏着夕阳中的伊犁河大桥，也许你会有幸遇到一对在此举行婚礼的新人，走入其中，送上你最诚挚的祝福，与他们一起分享这幸福的时刻！婚礼过程中，亲朋好友会围聚一团，载歌载舞，你既可以远远地欣赏，也可以参与其中。

### 在花海中迷失

紫色的是农四师（见第 5 页）的薰衣草，不用去普罗旺斯，在这里就能感受浪漫；黄色的是昭苏（见第 7 页）的油菜花，忘记婺源灵秀，这里是一望无际的黄色花海；红色的是唐布拉（见第 8 页）的罌粟，在草原上在山谷中，被她的魅力所沉醉；五颜六色的是夏特草原（见第 7 页）的野花，小小的花朵漫山遍野，这就是生命的力量！

**最佳旅行时间** 伊犁的最佳旅游时间是每年的 6-10 月，此时伊犁风光秀丽，瓜果飘香，游客不仅可以欣赏到美丽的自然风光，还可以尽情享受各类新鲜的时令瓜果。3 月底 4 月初及清明前后是新源杏花盛开之季，6 月中旬是薰衣草盛开的时候，当地会举行盛大的薰衣草节；7 月昭苏的油菜花也会相继开放。

**穿衣指数** 新疆早晚温差较大，7-9 月平均气温在 23°C 左右，最低气温是 16°C 左右，最高气温在 30°C 左右。到了九月底温度就下降得很快了，过了 10 月温度就降到零下了，一直到来年 4、5 月份温度才会回到零上。要根据旅游的时间不同带合适的衣服，但是无论何时去还是建议带稍微厚一点、保暖的衣服。

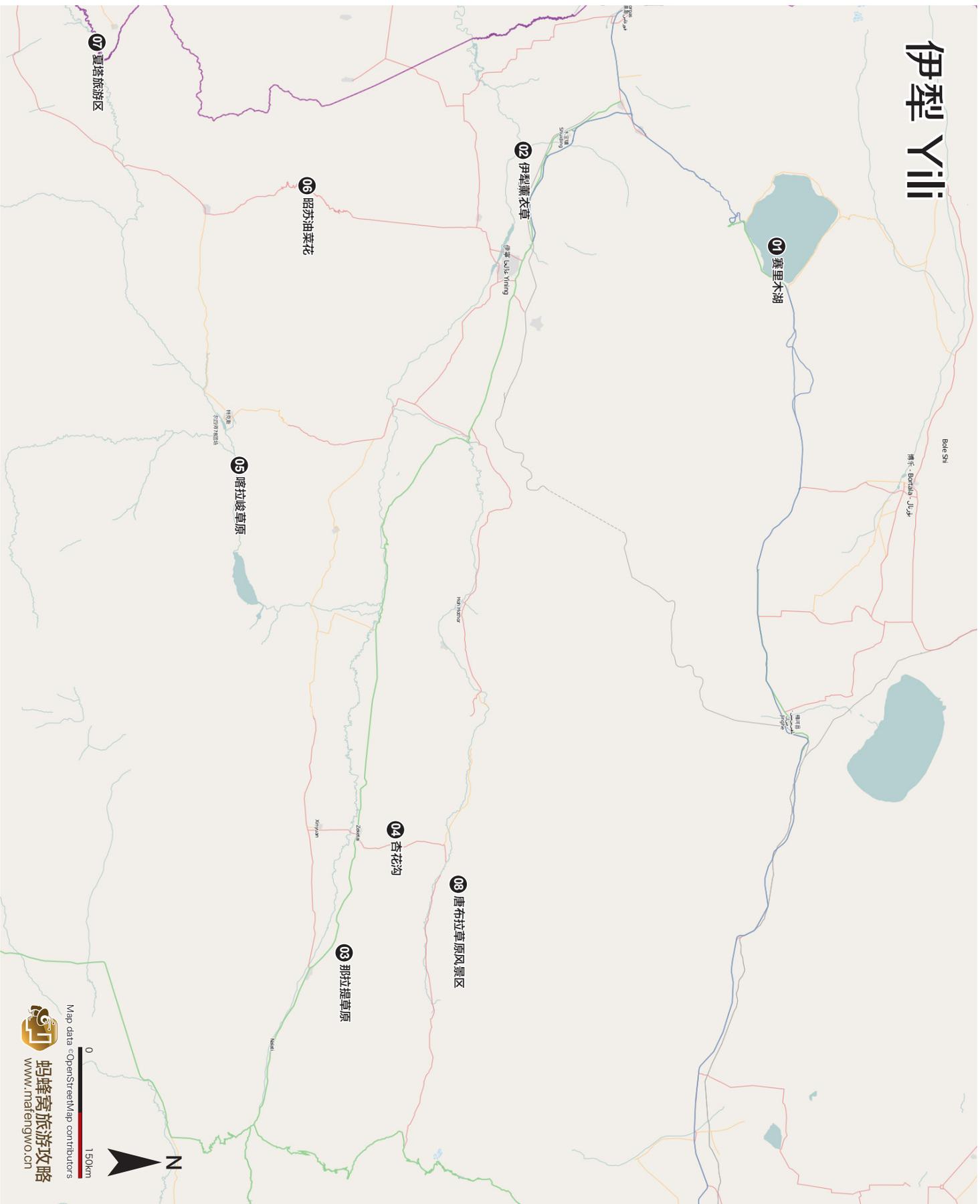
**消费指数** 在伊犁游玩吃住以及门票都不是很贵，最主要的开销是交通费用。在伊犁游玩 2-3 天，除去往返乌鲁木齐的交通费，1000-1500 元应该能满足所有需要。

### 致谢

封面提供: 寰宇周天

图文提供: Flyasabird 粉红的小豹子 sarah 一直在路上 寰宇周天 梦一去三年 Siya Soloist 大猫 娜吉娅 阿公阿婆随兴而至 向你们学习 三角龙 查金花 no1 像空气一样自由 吴星妍 彭\_大仙 雪山伊莲 小鸟 湖里的海 巫师的眼泪 吃茶去 大小

# 伊犁 Yili



## 景点

- 01 赛里木湖
- 02 伊犁薰衣草
- 03 那拉提草原
- 04 杏花沟
- 05 喀拉峻草原
- 06 昭苏油菜花
- 07 夏塔旅游区
- 08 唐布拉草原风景区



Map data © OpenStreetMap contributors  
蚂蜂窝旅游攻略  
www.mafengwo.cn



## 亮点 Highlights

### ★ 薰衣草园

每年6月这里就成了紫色的海洋，空气中弥漫着浪漫的气息。不过薰衣草花期很短，观赏的时间只有一个星期，盛开之后就会被收割。如果你有幸见到薰衣草花海，那就让自己尽情的欣赏吧；如果你错过了，也不要失望，这里有最纯正的薰衣草精油，买一瓶弥补自己的遗憾。

### ★ 赛里木湖（见第4页）

每年5月到6月底是她最美的时候，草原上鲜花盛开，她就如一颗纯洁明珠，镶嵌在伊犁草原之上。走近赛里木你会为之倾倒，自在的牛羊，牧民的炊烟和满山的小花。你可以在草原上策马奔腾，在湖边静坐发呆，在帐篷里大快朵颐。7月底到8月初，这里还会举行盛大的那达慕大会，是草原上人们欢聚的盛会。冬季的赛里木湖又是另一番景象——没有了帐篷，没有了牛羊，全部披上了一身银妆，你又置身于童话世界中。

## 景点 Sights

伊犁被称为塞上江南，因为气候原因这里的水草丰美，草原无数。春夏之际伊犁又是鲜花的海洋，除去最有名的薰衣草，单昭苏的油菜花，唐布拉克的红花，赛里木、那拉提、夏特五颜六色的野花也会让你惊叹不已。伊犁会给你展示新疆秀美温柔的一面。

### 果子沟

有“伊犁第一景”之称，它位于霍城县城东北的40km处，是312国道乌鲁木齐——伊犁公路的必经通道，它的北端出沟口便是著名的赛里木湖。果子沟全长28km，山势高峻，遍布高大的银杉。顾名思义果子沟也是大自然赋予的天然宝库，野果不计其数，尤以野苹果、野杏子为多，药材资源也很丰富。自春至秋野花烂漫，果香馥郁。



**sarah 一直在路上** 是不是有点不像在中国，像在瑞士？新疆之美不亚于瑞士

地址：伊犁霍城县城东北的40km处

费用：免费

到达交通：从乌鲁木齐去伊犁的车都会经过果子沟；想徒步的游客可以在塔勒奇达坂下车，步行几个小时，再到山口拦车去伊犁；从伊犁可以乘班车到芦草沟，这里离果子沟很近。

**寰宇周天** 这条以野果众多且分布广泛而得名的深沟绝不仅仅是丝路北道上的黄金通道，更是一条风景宜人的美丽峡谷。

### 01 赛里木湖

赛里木是哈萨克语，意为“祝愿”，俗称“三台海子”。该湖位于博乐市西南约90km处，距伊宁市130km，海拔2073m，湖泊略呈卵圆形，东西长20km，南北宽30km，面积454平方公里，最深处86m。赛里木湖是一个冷水湖（夏天在湖里洗手会感到水冷得有些刺骨），湖水平静湛蓝，湖四周一片寂静，只能听到掠过草原和山坡的风声和偶尔才有的牛羊叫声，湖畔的草原是优良的夏季牧场，每年7月底至8月初，当地的蒙古族和哈萨克族牧民会在这里举行那达慕盛会。

10月底牧民会迁出这里，冬季这里银装素裹景色也非常美丽。



梦一去三年 赛湖美妙海岸线

### 赛湖的传说

在很久很久以前，在还没有赛里木湖的时候，这里是一个盛开鲜花的美丽草原。草原上，有一位叫切丹的姑娘与叫做雪得克的蒙古族青年男子彼此深深相爱，可是凶恶的魔鬼贪婪切丹姑娘的美色，将切丹抓入魔宫，切丹誓死不从，伺机逃出魔宫，在魔鬼们追赶下，切丹被迫跳进一个深潭。当雪得克勇拼后赶来相救时发现切丹已经死去，万分悲痛中也跳入潭中殉情而死，刹时，潭里涌出滚滚涛水，于是，这对恋人的真诚至爱和悲痛泪水，化成了赛里木湖。

地址：博尔塔拉蒙古自治州博乐市

费用：60元

联系方式：0991-8831902

到达交通：从乌鲁木齐到伊宁市的班车会经过赛里木湖，坐在车里就能望见这个群山环抱的蓝色湖泊，司机会应游客的要求在此停车，让游客走到湖边去游览一下；此外，博乐市和伊宁市都有专线旅游车可达。

最好包车前往并在赛湖边的蒙古包里住宿一晚，这样才能真正体会赛湖的美丽。

**Siya** 乌市过来一路开了大概8个小时，虽然一路上已经感受到雪山、戈壁和那种一望无际的震撼，但这里的宁静清澈还是触动我了，湖水很清冷。

**Soloist** 从石河子到赛里木湖大约5小时左右的车程，去过了羊湖，纳木错，原本对赛里木湖没有抱太大的希望，可是到达赛里木湖后，还是被震撼了，太美了，真的太美了。赛里木湖60的门票，硬被墨迹墨迹磨成了40元，到达后直奔住宿地点，1个蒙古包150元，11个人全部塞进去。



## 霍尔果斯口岸

到伊犁旅行，应挤时间到霍尔果斯口岸走一趟，霍尔果斯位于距伊宁市42km的霍城县境内，在中国与哈萨克斯坦的边境上，它是新疆与中亚各国通商的重要口岸，与红其拉甫、阿拉山口并列为新疆的三大口岸。

近年来，许多旅游者都从霍尔果斯出入境，这里的边贸也发展得较活跃，不时可以看到有大货车从边境大门开进开出。夕阳西下时分，站在霍尔果斯边防站大门口眺望哈萨克斯坦那边，惟见大地苍凉，远树迷蒙，天地一片寂静，感觉很不错。

地址：伊犁哈萨克自治州霍城县

费用：30元

开放时间：0:00-23:30

联系方式：0999-63909788

到达交通：先从伊宁市内坐车到霍城县，霍城有专门到霍尔果斯的中巴车

进霍尔果斯时车主会为乘客代办出入口岸所需的边防证。也可以在霍城县办理，办理手续费2元，还可以在霍尔果斯口岸办边防证，不收费，当场可取，但要提供身份证。

**大猫** 今天站在霍尔果斯口岸边境上，凝视写着“中国”两字的324号界碑，深深的感到这是中国的土地，那样坚实有力！我要深深地祝福你我的祖国，“中国加油”！

## 02 伊犁薰衣草

伊犁的薰衣草主要分布在伊犁河谷农四师的65团、70团、71团、73团和67团、68团和霍城县三宫乡。其中65团和三宫乡是国家命名的“中国薰衣草之乡”，上万亩薰衣草田汇成一片紫色海洋。

每年6月中旬是薰衣草盛开的时候，不过观赏的时间很短只有一周左右。若去晚了薰衣草就全部被收割了，那时你就只能通过薰衣草精油来想象薰衣草盛开时的壮观景象了。

这里的薰衣草是以“户”为单位种植的，所以很难见到很大片的薰衣草。而且大多去别人院子里参观还需要交一些钱。从塞里木湖到伊宁的路上，都会不断看到薰衣草农场。

地址：伊犁河谷农四师的65团

到达交通：在伊宁汽车站买去清水河的汽车票，和师傅说在65团看薰衣草的地方下车。

薰衣草原产于地中海沿岸、欧洲各地及大洋洲列岛，如法国南部的小镇普罗旺斯，后被广泛栽种于英国及南斯拉夫，现美国的田纳西州，日本的北海道也有大量种植。新疆的天山北麓与法国普罗旺斯地处同一纬度带，且气候条件和土壤条件相似，是薰衣草种植基地，是中国的薰衣草之乡，新疆的薰衣草已列入世界八大知名品种之一。

薰衣草，因其“等待爱情”（Waiting for love）的花语以及芬芳怡人的香气成为了许多女孩子心中的最爱。拥有众多浪漫美好寓意的薰衣草一直被人们视为纯洁、清静、保护、感恩与和平的象征。能拥有，或是一睹这一馥郁的紫蓝色的小花同样成为了无数渴望浪漫爱情的都市男女们心中的梦想。

**娜吉娅** 我们看到的时候觉得比较遗憾，虽然有一些但是没有想象中的大片望不到边际的紫色。我们是6月22号去看的薰衣草，但是已经开始收割了，所以要看薰衣草还得早一些去，但是也不能太早，太早花儿还没开，再晚一点就开始收割了没有了。每年的6月15到19号左右应该是看花的最佳时期。



**sarah一直在路上** 对从来没见过大片薰衣草的我来说已经很满足了

## 惠远古城

惠远古城，距伊宁38km，距霍城县9km，清乾隆赐名“惠远”，意为皇恩惠及远方。曾经是新疆政治、军事、文化的中心，古城内现存的钟鼓楼、伊犁将军府、古城墙等都是珍贵的历史文物古迹。

地址：伊犁哈萨克自治州霍城县

费用：15元

开放时间：9:30-20:00

到达交通：从伊宁班车去霍城县，然后打车去惠远古城，距县城9km。

**寰宇周天** 惠远古城并不大，几个小时的时间即可游览完毕，但它所蕴藏的历史文化却值得人们长久的回味。



**阿公阿婆随兴而至** 林则戎戎所

## 伊犁河

伊犁河又称伊水、伊丽水等，位于伊宁市南郊5km处，它是新疆流量最大的内陆河，河面宽阔、风光秀丽，全长1500km，自东向西在霍尔果斯河口流入哈萨克斯坦境内，最终流入巴尔喀什湖。

美丽的伊犁河畔雪峰耸立、绿树成荫，离伊宁河最近的河段处有著名的



伊犁大桥，这里是拍摄落日的极佳地点，“伊桥落日”已经成为摄影爱好者的良好题材。此外，伊犁河谷也广泛分布着野杏花，尼勒克到新源一路都是，即便不去杏花沟，3-4月于此也可见杏花盛放美景。

地址：伊宁市南郊5km处

费用：5元（伊犁河风景旅游区）

到达交通：火车站可以直接坐201路，还有3路公交。

### 03 那拉提草原

那拉提草原是世界四大草原之一，属于亚高山草甸植物区，自古以来就是著名的牧场。这里河谷、山峰、深峡、森林交相辉映。这里生长着茂盛的细茎芨芨草系山地草甸。6-9月，各种野花开遍山岗。每年6月以后，大群的牧畜转入，进入草原的黄金季节，草原人的各种集会也多在此举行。

那拉提草原地处南北疆交通要道上，西接新源县城乃至伊宁市后直通312国道，东面沿着古通道接巴伦台的公路。另外，横贯天山的独库公路也是经由那拉提草原连接的。

传说成吉思汗西征时，有一支蒙古军队由天山深处向伊犁进发，时值春日，山中却是风雪弥漫，饥饿和寒冷使这支军队疲惫不堪，不想翻过山岭，眼前却是一片繁花织锦的莽莽草原，泉眼密布，流水淙淙，犹如进入了另一个世界，这时云开日出，夕阳如血，人们不由的大叫“那拉提（有太阳），那拉提”于是留下了这个地名。

地址：伊犁州新源县境内

费用：淡季时间：4月1日—6月9日、10月1日—11月30日，价格为60元/人；

旺季时间：6月1日—9月30日，全价75元/人；

冬季旅游时间：12月1日—次年的3月31日，景区门票全免。

区间车：空中草原往返60元/人，核心景区-小环线往返40元/人，

两程往返套票80元/人。

网址：<http://www.nalati.com/>

联系方式：0999-5291888，0999-5301118

#### 到达交通

乌鲁木齐—新源县，每天3班车次，时间：17:00/19:00/21:00，11小时抵达新源，新源—那拉提，每天26班车次，早9:00-21:00每半小时发车，40分钟抵达那拉提景区；

伊宁市—新源县，每天22班车次，早8:30-19:00每半小时发车，2-3小时抵达新源县；

飞机，乌鲁木齐—那拉提，每天1-4个班次，50分钟抵达。

#### 景区区间车

线路一：游客服务中心—塔吾萨尼—乌孙古墓—冬窝子—云林嵌翠—一号野营寨—二号野营寨—盘山古道出口—东门综合接待中心—依特列根塞（名人堂）—游客服务中心

（游览距离57km，乘车游览时间4.5-5.5小时）；

线路二：游客服务中心—天峡云景—天界台—落雁台—游牧人家综合接待中心

（游览距离35km，游览时间3-4.5小时）；

线路三、河谷次生林（胡杨林）—哈萨克大营—草原部落

（游览距离3.9km，游览时间2-3小时）。

**向你们学习** 牧草丰茂，牛群羊群统统隐没在那绿色的海洋里。只有当一阵清风吹过，草浪动荡起伏，在牧草低伏下去的地方，才有牛羊闪现出来。那黄的牛，白的羊，东一群，西一群，忽隐忽现，到处都是。



**三角龙** 以下这些就是称为空中草原的那拉提大草原，慢慢享受吧

#### 巩乃斯草原

伊犁巩乃斯，蒙语意为“太阳坡”分布在伊犁新源境内，是新疆细毛羊的故乡，也是“天马——伊犁马”的著名产地。新源县，位于新疆西部天山北麓的伊犁河谷东端，距伊宁市196km，巩乃斯草原四季景色俱佳，而以春色为最，6月哈萨克牧民从“冬窝子”转场而来，盛装的少女，强悍的骑手，为大草原增添了盎然生机。

地址：伊犁新源县境内

费用：免费

到达交通：从伊宁乘车去新源县，在伊宁客运站有班车8:30-19:00，每隔30分钟一趟，票价30元，全程3.5-4小时。另外还可以坐线路小车，人满即开，65元，全程2.5-3小时。

**三角龙** 在巩乃斯草原环顾四周，蓝天、绿地、青山、绿水，一色的北疆风情，令人心旷神怡。还有巩乃斯河在眼前蜿蜒流过，可谓是“三面青山列翠屏，腰围玉带河纵横”。四周山峦起伏，碧草如毯，既有草原的辽阔，又有溪水的柔美；既有群山的俊秀，又有松林如涛的气势。



**三角龙** 森林环抱中的小屋格外醒目



#### 04 杏花沟

杏花沟位于新疆伊犁新源县吐尔根乡。这是一片中世纪遗留下来的最大原始野杏林，位于巩乃斯河北岸，距218国道3km处，占地有3万多亩，是我国野杏林集中地之一。满山坡的野杏树，定会让你心旷神怡，仿佛置身于世外桃源。

杏花沟按照一般年份，最佳时间集中在4月20左右开放，但遇到春季气温回升较快时杏花会提前开放，最早可提前至3月底4月初及清明前后。杏花的开放到花谢大概只有7天时间，所以要时常关注杏花沟的天气情况。

花沟景区大门其实就是牧民圈牲畜的围栏，没有售票处，牧民在此摆一小桌收钱卖票，每人每次20元，不是正规门票，是白纸油印的卫生费票据。（蜂蜂 [三角龙](#) 提供）

杏花沟门票为20元，当时收钱的人说以后会涨到50元，但至今一直没涨。当然，若你自己翻山不走他们现成的石子路的话也能够避开收票人。（蜂蜂 [金沐般若](#) 提供）

地址：伊犁新源县吐尔根乡

费用：免费

到达交通：从伊宁乘班车抵达新源县（参考巩乃斯草原交通），从新源县到吐尔根乡距离30km，可以包车前往。

详情请见[蚂蜂窝杏花沟攻略](#)。

**查金花** 每年春天杏花盛开时节，北山坡在初绿的背景下，被鲜嫩的、淡淡的粉色所渲染，既有大气磅礴的场面，又有形单影只的妩媚，是摄影人拍摄杏花最好的季节。



[no1](#) 欣赏杏花兼踏春，果然是风光绝佳

#### 05 喀拉峻草原

喀拉峻草原位于特克斯县南喀拉峻山，距特克斯县——八卦城56km，距伊宁市175km，有简易公路相通。海拔1600-2000m。喀拉峻系哈萨克语，意为“黑色莽原”。这里是典型的山地草甸类型草原，地势起伏和缓，视野开阔，草原5-9月碧草茵茵，盛夏之际雨水丰富、日照充足，各种野花恰似点点繁星开遍山野。夏季来到喀拉峻草原，如同步入花的海洋，暑气顿消。

地址：伊犁特克斯县南喀拉峻山

到达交通：喀拉峻草原是没有经过开发的草原，只能包车过去（一定要越野车），费用大概在700-800元之间，最好玩2天。不定时也有送牧民上山的中巴车。

**像空气一样自由** 去过很多草原，感觉最好的是喀拉峻，有制高点和山谷，能俯视草原全貌，也能仰望他的轮廓，有变幻莫测的天气，有在山谷中寻找上升气流的雄鹰，还有黑色的土壤生长着丝绒般的牧草。

#### 特克斯八卦城

特克斯八卦城独具特色，是世界唯一保存完整的八卦城，相传最早是由南宋道教全真七子之一的丘处机布置的。这里有保存完整的乌孙古墓群，乌孙国“夏都”故址、草原石人、塞人古墓、古代岩画、岩石风洞。

被广为流传的特克斯城全景是航拍的，虽城中心有50m高的观光塔，但只能看到二环内，游客是无法看到全景的。

这里还是一个没有红绿灯的城市。

地址：新疆伊犁特克斯县

费用：观光塔10元

到达交通：伊宁有到特克斯的班车，8:30-18:40每半小时一趟，车票20元；自驾从伊宁经G218，X706抵达特克斯县，全程100km左右。

**吴星妍** 第四天我们住在特克斯，那个因八卦布局而闻名小镇。当然我们是没办法在空中俯瞰啦。有个小型人民广场，摆放着一张八卦阵的巨型照片。

#### 06 昭苏油菜花

7月的伊犁属于昭苏，每年7月，到了油菜花开的时节，昭苏高原便美景不断。由于昭苏草原地势开阔，气候也比较适合种植油菜、油葵等农作物，因而不望无际的向日葵和油菜花，便成了昭苏一个绝美的景致。广袤的绿色背景上，大片大片黄灿灿的油菜花、向日葵镶嵌其中，仿佛天幕上绘就的一幅巨大的油画。这里是全国最大的油菜花田，远处还有连绵的雪山。每年开花时间是6月底到7月20日左右。

地址：伊犁昭苏县

提示：伊犁距离昭苏县大约180km，坐车约3-4个小时。

**彭大仙** 昭苏是我此行最爱的地方，不知道为什么，就是莫名其妙的很喜欢。



[siya](#) 一望无际的油菜花田

#### 07 夏塔旅游区

“夏塔”是蒙古语“阶梯”之意，距昭苏县城西南70km左右，邻近天山主脉。这里古代是伊犁至阿克苏的交通驿站。夏塔河由崇山峻岭一泻而出，划开平坦的草原，汇入特克斯河。夏塔峡谷以该河的由山口、古道、古遗址、民俗和自然景观，组成了一条古文化风景线。

夏塔比较有名的是夏塔古道和夏塔温泉，汽车基本只能到达夏塔温泉，



之后就要骑马或者徒步进去。夏塔古道是聚考古和探险为一体的高危徒步探险线路。

地址：伊犁州昭苏县西南 70km 左右的夏特乡

费用：40 元，旅游车 40 元

联系方式：0999-6220011

到达交通：伊犁州客运中心每天有两班车发往夏塔的长途车，8:30、8:50。

- 去夏塔之前最好到伊宁市公安局咨询有关事宜，并办理特许边境证；
- 可以自己开车进去，不过同样要收取区间车的钱。

**雪山伊莲** 在夏塔古道的招牌匾的路口（对面就是长途车站），会遇到当地人的车在路口，司机会告诉你里面没有住宿的地方了，也有不少从里面出来的车说没住宿了，要带我们在夏塔乡或者到前面的天山乡住宿。我们也在那耗了不少时间来确认住处，最后还是确定进去了，我们的决定是对的，里面有很多牧民的帐篷是可以住的，200 元一个大包，可以住 10 个人。加 150 元可以管晚饭和早餐。



**像空气一样自由** 雨后总会在山谷里出现彩虹

## 08 唐布拉草原风景区

唐布拉草原因其山谷东侧山梁上有块硕大无比的岩石，恰似玉玺印章，故得名唐布拉（哈萨克语意为印章）。唐布拉草原是个融森林、草原、急流、山石美景为一体的自然景观区。著名影片《天山红花》，曾在此拍摄外景，若季节合适就可以看到漫山遍野的小红花——罂粟花。据说唐布拉有 113 条沟、113 个景，哈萨克阿肯（民间诗人）可即兴唱出每条山谷的奇观。这里最有特色的红花，是要 5 月底到 6 月初才开。



**小鸟** 一片花海红得就像燃烧的火一样

地址：伊犁尼勒克县境内，距县城东南 91km

费用：免费

到达交通：唐布拉距伊宁市 230km，可以先坐车到尼勒克县城，然后再包车前往；或者直接从伊宁包车前往唐布拉。

**湖里的海** 极目远眺，到处被葱茏的绿铺盖着，密集的云杉又一片一片的随意地散落，远处的雪山闪着寒光，一条河流像玉带一样环绕在草原的腰间。

## 尼勒克布隆温泉

来唐布拉游玩一定不能错过这里的温泉。其中最著名的布隆温泉位于尼勒克县以东 117km 处。最好包车前往。

吃茶去泉水里含矿物质很高，是真正的矿泉水。在每个房间的水龙头旁会有两个标签，左边写着——热水，右边写着：“可直接饮用”。这泉水入口甘甜，竟没有一丝杂味。我用它泡了一杯茶，泉水把茶的清香烘托得淋漓尽致，再融入水本身的清甜，抿一口沁澈心脾，绝少喝到的好茶。看来确实是要想喝好茶必先置好水啊。水能洗尘，茶能洗心。我们洗完心才去洗尘。当我把身体浸在温泉水中，所触摸的一切都是温暖滑润的，放松心情，放松身体，这对连日来奔波劳顿的我们真是再惬意不过的事情了。

## 林则徐纪念馆

林则徐纪念馆位于伊宁市边境经济合作区。鸦片战争后不久，以禁毒和抗英而声誉卓著的民族英雄林则徐，被谪戍伊犁，在两年时间里，他致力垦垦，兴修水利，造福人民，受到伊犁各族人民的尊敬和爱戴。为纪念他在这里修建了这座纪念馆。在展厅内陈列展出的照片、实物等有 2000 多件。

地址：伊宁市福州路 885 号

费用：20 元

联系方式：0999-8123131

开放时间：周二—周四，夏季 9:30—19:30，冬季 10:30—19:00。

联系方式：0999-8123131

到达交通：在伊宁市区可乘 1 路、12 路、9 路公交车即到。

## 果园

如果是秋天来到伊宁，一定要到市区西郊的汉滨果园和南郊的塔西库勒果园去，这两个地方被当地人称为“伊宁的迎宾园”。你可以亲手从硕果累累的枝头摘下苹果、葡萄、海棠、杏子，现摘现吃，哪儿也吃不到这样新鲜味美的水果。

地址：伊宁市西郊，距市中心仅 4km（汉滨果园）；

到达交通：可从市内徒步前往；汉滨果园可乘 5 路、9 路公交车均到达。

## 恰西风景区

恰西位于巩留县城东南 70km，吉尔尕郎河上游，是一处不可多得的避暑、绘画、摄影乐园。恰西为天山山间峡谷盆地，被当地牧人称作“阿吾利亚”，意为“天堂”。恰西自古就是达官贵人的消夏之地。

主要景观有林海松涛、鹿苑、马林山珍、石门垂柳、溪流飞瀑等。每年夏秋两季，游人如织。在恰西风景区西北 10 千米左右处，还有一处新开发的被誉为深山森林公园的塔里木吉尔格朗旅游点。已建立旅游接待站，年均接待游客 1 万人，主要是巩留县城伊镇居民及伊宁来客。

地址：伊犁巩留县东南 70km

费用：30 元



到达交通：去恰西，没有班车，只有包车前往。从伊宁向东 70km 达巩留县城，东出巩留县城 23km（有路标），右转进山去恰西风景区。

不论长期旅游还是短期旅游，如果想去恰西和那提拉，先去新源县入驻歇脚是最明智的选择，可以先去恰西，然后返回新源，停留一天，再去那提拉。建议租车自驾。



**巫师的眼泪** 那里叫塔里木，位于巩留县恰西风景区境内，四周环绕着青山绿水和苍苍翠翠的云杉松林，一排排缤纷亮丽的红顶木屋点缀其间

### 靖远寺

靖远寺位于察布查尔锡伯自治县城以西 5km 处的孙扎奇乡，是锡伯营八旗军民于 1893 年（清光绪十八年）合力积银捐资而建成的。整个建筑错落有致，布局对称，雕梁画栋，异角飞檐，极为秀丽。采用砖雕、木雕工艺，配有彩绘、泥塑。

靖远寺对于研究锡伯族从东北西迁伊犁后的历史、文化、宗教信仰、建筑工艺美术和各民族文化交流都有一定意义。近几年来，经国家拨出专款维修，现已修葺一新。

地址：伊犁地区察布查尔锡伯县孙扎奇乡

到达交通：察布查尔锡伯县离伊宁市非常近，班车只需要 8-10 元，包车过去也只要 20 元。

### 锡伯民俗园

锡伯民俗风情园坐落于察布查尔县孙扎齐牛录乡境内，距离伊宁市 20km，在伊宁和夏塔的路途中。推荐自驾，可在去夏塔的途中做一次停留。游览民俗园主要是对锡伯族的历史文化进行了了解——锡伯族西迁史、屯垦戍边史和民族史。

地址：伊犁地区察布查尔锡伯县孙扎齐牛录乡

费用：30 元

联系方式：0999-3948889

开放时间：10:00-19:30

到达交通：从伊宁乘班车去察布查尔锡伯县，民俗园距县城 6km，可以包车过去。

**吃茶去** 察布查尔县，著名的鱼米之乡，锡伯族的聚集地。锡伯族是我国人口最少的民族之一，在察布查尔只有 2 万多，但却还保持着原来的很多风俗。锡伯人语言能力非常强，长辈的人基本都能说锡、汉、维、塔

四种语言，文化层次也很高，就是现在也有很多年轻的锡伯人考到全国的很多著名学府，从而走出了察布查尔。这里的人都擅长射箭，几乎人人都是从小就训练，射得一手好箭。他们当中有的人在国内外的比赛中取得了好成绩，退役后就散布在全国的射箭队里做了教练。

## 住宿 Sleep

伊犁，是新疆西北的一块宝地，素有“塞外江南”的美称。首府伊宁，花园城市，来伊犁旅游一般下榻在伊宁。这里有许多星级酒店，设施齐全，环境优美，交通方便，如伊犁大酒店、伊犁苏豪商务酒店、呼勒佳宾馆等。

伊犁所辖县的各县城亦有设施良好的酒店，如察布查尔县宾馆、新源县宾馆、尼勒克县宾馆、霍城县宾馆等。

### 伊犁大酒店

坐落于伊犁州首府伊宁市中心斯大林街上，距离机场仅 10 分钟车程，交通十分方便。是伊犁地区唯一的四星级高档酒店。酒店的服务非常好，而且只比快捷酒店贵几十块，可以说是物超所值。

地址：伊宁市中心斯大林街 23 号

联系方式：0999-8026666

参考价格：200-2000 元

### 伊宁伊犁苏豪商务酒店

伊宁伊犁苏豪商务酒店（SOHOTEL）位于伊宁市中心地区，交通非常方便，距伊宁机场 3km 距火车站 6km。装修类似于快捷酒店，提供无线 wifi 网速还不错，酒店周边有很多小吃，不远处就有夜市。服务员非常热心，让人感觉很温馨。

地址：伊宁市飞机场路 41 号

联系方式：0999-8098888

参考价格：150-320 元

### 如家快捷酒店（伊宁机场路店）

如家快捷酒店（伊宁机场路店）位于飞机场路与北环路交叉口东北角，斜对面是奥通广场，周边环境舒适，交通便利，周围的小吃很多。

地址：伊宁市飞机场路 78 号

联系方式：0999-8223888

参考价格：150 元

### 察布查尔县宾馆

伊宁察布查尔县委宾馆是察布查尔锡伯自治县一家三星级酒店，位于县政府对面。

地址：伊犁察布查尔锡伯自治县查鲁盖鲁东街

联系方式：0999-3622281

参考价格：140 元

### 那拉提国际青年旅舍

旅舍位于观景台的下方，位置十分优越，后倚巩乃斯河谷天然胡杨林区，东近那拉提国家森林公园，西临天然赛马场，距离 218 国道仅五分钟的车程。交通十分便利。



地址：伊犁新源县那拉提镇那拉提景区内  
联系方式：0999-5303368  
参考价格：40-380 元

### 太极岛酒店

特克斯城性价比最高的一家酒店，位于特克斯城南太极岛风景区旁边。酒店是几栋欧式小别墅组成的，环境非常好。

地址：伊犁特克斯县太极岛（近七十八团）  
联系方式：0999-6829666  
参考价格：180 元

**大少** 太极岛酒店的价格，标间才 180 元，过去看了一下房间，条件和北京郊区的四星度假村差不多，大伙一致同意腐败一次。这也是我们全程住的最豪华最舒服的一晚。

## 餐饮 Eat

新疆的餐饮都比较相似，各类特色小吃几乎都是一样的。但伊犁的熏肉、凉粉、血肠、冰淇淋、霍兰鸡肉等又是新疆最正宗的，所以伊犁的美食还是非常值得期待的！

### 特色小吃

#### 卡瓦斯

它是新疆伊宁市特有的一种俄罗斯风味的饮料。口味有点像蜂蜜味的啤酒，开胃，喝多了会醉。如果能配合羊肉串吃更好。

#### 熏肉和熏马肠

伊宁市是新疆出产熏肉、马肠子最纯正的地方。初冬开始，哈萨克人家要屠宰牲畜备冬肉，腌制熏干越冬，熏制的肉香味浓郁、耐贮藏。熏马肠是熏肉中的上品。

#### 凉粉

凉粉在伊犁是一种大众化风味小吃，制作方法简单，但对原料的要求颇为严格，如果你吃过伊犁的凉粉，就不会对其他地方的凉粉感兴趣了。



彭大仙 凉粉

### 马奶

是盛夏的草原上最迷人的饮料，用马奶发酵酿制而成。酒精含量仅 1.5-3 度，不易醉人，营养丰富，含有多种维生素和大量钙质，有助于消化。酒略带酸味，微有酒香，清凉适口、沁人心脾。

**吃茶去** 马奶是养胃消食的最好饮料。在回程的途中，朋友不理我们的劝阻，大咧咧地走进路旁一家牧民的帐房为我们讨要马奶喝。好客的主人二话没说就搬出奶罐，又是放酒又是搅拌地忙活了半天，把搅好的马奶盛在盆里给我们端了上来。我们怀着唐突的心情每人喝了一碗，虽然那酸酸的味道很是受用，但都没好意思再喝第二碗。不知道是马奶真的养胃还是心里作用，我整个下午都觉得胃部无比的舒服。后来朋友说牧民的马奶是要拉到城里卖的，但是如果是路过口渴想喝几碗，牧民一般都会大方地满足你，并且不会索要分文的。

### 纳仁

特具草原风味的食品，在哈萨克人家里是待客的美味佳肴，先用大火煮肉，后用原汁肉汤煮面条或面片，捞出装盘，把肉块放在面条上，这就是纳仁，食时，根据各人的爱好再浇上洋葱汁或蒜泥等佐料，其味鲜美无比，回味无穷。

### 辣罐血肠

新疆伊犁锡伯族人独特的菜肴。辣罐吃起来香辣带甜，开胃爽口，能刺激食欲。血肠是将血块捣碎拌上剁碎的动物油和洋葱末、盐、姜粉、胡椒粉等调料后装肠，捏紧扎实，放入锅中煮熟而成，切片趁热食用，味浓香，油而不腻。

### 布尔哈雪克炖鱼

“布尔哈雪克”是一种野生的香草，这种草具有奇特的香味，因形似树叶，故锡伯人称“布尔哈雪克”，译成汉语就是柳叶草，也有人译作鱼香草。鱼肉和汤特别香。

### 米肠子和面肺子

维吾尔族群众不仅能用牛羊肉做出种类繁多的风味食品，而且还能以羊的内脏作原料，烹制出鲜香异常的美味来，灌面肺、灌米肠就是代表。

### 粉汤

回族人做粉汤就像汉族人家过年包饺子一样，成为喜庆节日必备的食物，主要原料是凉粉块，要求透亮细嫩，才能做得味道鲜美、酸辣适度、油而不腻。

### 沾片子

是伊犁回民特有的一种吃面的方法，可能来源于陕西。将面做成手掌大小的面片，然后加醋加蒜末，油泼辣子，那种味道简直绝了。

### 油塔子

油塔子是一种类似花卷的食品，不过是在面上抹油，然后卷起，做成层状塔。味道很好吃。油糕则软糯香滑，吃一口回味无穷。

### 野马铃酱

新疆伊犁特有的一种植物，野马铃做的酱，产量非常低，可以去伊宁市汉人街撞撞运气，有时候就可以碰上，颜色红红的，吃起来酸酸甜甜，感觉象草莓酱，但没有草莓酱那么腻。

### 刀瓦扑

是一种特有的新疆冰镇饮料，用酸奶酪和大块的冰混合，然后加入糖和冰水，味道妙不可言。在盛夏新疆的街头到处可见，但最为正宗的当然是在伊犁伊宁市的汉人街上了。



### 冰激凌

新疆的冰淇淋是非常有名的一个甜点，伊犁也不例外，在伊宁市汉人街里有家老字号的冰淇林店，到附近一打听就知道了。可以去尝试一下。



彭一大仙 冰淇林

### 酥油

伊犁的酥油有别于其它的地方，味道醇厚，鲜美，包装精致。有小盒装的，也有原始的羊肚装的，入口即化，回味无穷。用来早餐、或者放在奶茶里增加风味。配合馕、果酱吃，那是一种生活品位和享受。

### 霍兰鸡肉与羊头肉

伊宁市的霍兰鸡肉看似是清炖鸡，却又不是，端上来的碗里面放一个煮鸡蛋，鸡肉的口味鲜、肉质嫩、麻中带微辣，汤清淡不腻人，但味道浓郁。属于上等的极品美食。羊头肉是将羊头火了以后，然后洗净入锅加盐清煮，羊头肉的味道出奇的好，无法用言语来表达，只能自己试过以后才有体会。

### 恰玛菇

一种新疆特有的植物，形状似球状白萝卜，个头跟乒乓球到网球那么大，其自身的味道和白萝卜相似，但没有萝卜那么辛辣，口味比白萝卜绵润。和羊肉一起炖，味道上佳。其叶子可以放在肉抓饭中，可以解腻。恰玛菇药用功效更是显著，可以补肾，甚至还有人将其作为了化妆品美颜。

### 伊犁瓜果

伊犁名气最大的西瓜品种是察布查尔花皮白籽瓜，蜜甜可口。厚皮甜瓜具有肉色青、厚、甜绵、香浓、汁多的特色。伊犁有海棠果品种 14 个，巩留县的大黄六棱海棠品质好，最耐贮藏。

### 汉人街

伊犁人总是爱这样给客人介绍这里——不到汉人街不算来过伊犁，汉人街原是一条长约两公里的巷子，道路曲里拐弯，两侧店铺林立，行商坐贾吆喝往来，可谓盛极一时。当时聚集在这里的“汉人”约有三千人左右，大多是“赶大营”的杨柳青人，杨柳青人在一条街上的店铺就有 400 多家。

汉人街年代久远，风味独特，在这能吃到所有的美食，其中卡赞其民俗街的烤肉和雪花凉，也叫汉人街冰激凌，非常有特点。

### 解放路

位于伊宁市中心，紧邻飞机场路。整条街有几处夜市，麻辣串、面胖子、砂锅、凉粉、擀面皮等小吃很值得一试。

### 帕哈尔丁餐厅

飞机场路和友谊路路口，友谊医院对面，旁边是外婆桥自主火锅。帕哈尔丁一进去就买张卡，充值，然后消费之后可退余额。里面虽然不怎么大，但是几乎各个方面的小吃你都能吃到。

### 苹果园餐厅

解放路八巷，里面的酸奶很好喝，烤肉也不错。尤其是拌面（主食）很好吃，据店员说这是他们自创的特色。

### 斯大林街 2 巷

有一家餐馆卖的牛骨头非常棒，店名好像叫某某凉粉（居民楼一楼），吃小吃要想吃地道的就千万不能怕麻烦，而且听人劝，就像成都小吃是一个道理，到了成都，遍地都是小吃，千万别认为任何一家都一样，那你就大错特错！到伊犁也一样，这家的牛骨肉值得一试！

## 购物 Shopping

伊犁购物以新疆民族工艺品和地方特产为主，它们历史悠久，品种繁多，具有独特的民族风格，深受中外旅客的喜爱。哈达、纪念章、蒙古族服装及饰物、哈萨克服装及饰物、维吾尔族服装及饰物、木雕（木碗、木勺、木花瓶等）、玉雕制品、金银首饰、锡伯族香袋（烟袋）、“那达慕”仿皮壶酒、哈萨克地毯、挂毯等都是值得一买的纪念品。

另外各类干果和精油也是非常值得选购的商品。

### 特产

#### 干果

干子，桃皮子，苹果干，梨干，无花果干，葡萄干，密瓜干都有，这些也有做成蜜饯的。坚果类比较常见的就是杏仁，核桃，最著名的是巴旦木——类似美国大杏仁的一种坚果。相对价格并没有想象中的便宜，也是 50-80 元左右一公斤。

#### 干花

伊犁有薰衣草的种植园，也是生产香料的地方，有很多国际知名品牌香水的香料都是从伊犁进口的。所以买一下香薰的干花留作纪念或者赠送朋友是很好的礼物。比较便宜，5 元一小袋。

#### 伊犁大曲

特制伊犁大曲是伊犁的著名特产，属浓香型白酒，香气浓郁，口感绵实，被誉为“新疆茅台”。

#### 伽师甜瓜

新疆甜瓜有近百个品种，其中数伽师甜瓜（因产地在伽师县而得名）为最佳。

#### 阿月浑子

维吾尔称“皮斯特”，是一种稀有名贵果树。阿月浑子在国际市场上与巴旦杏同被视为坚果中的上品，具有很高的经济价值。

#### 伊犁蜂产品

1、花粉：唐布拉大草原所产的花粉具有丰富、全面、均衡的营养成分，因而被营养学家誉为“浓缩的微型营养库”和“可吃的美容品”之美名；



2、山花蜜：又称“百花蜜”，其气味清香怡人，芬芳幽神；口感绵甜，舒心悦腹；3、蜂王浆：又名蜂乳，具有极高的营养价值。

### 薰衣草精油

伊犁地区的薰衣草精油非常出名，其中比较好的牌子有伊帕尔汗、远香等。用来祛斑护肤、疤痕修复比较好，也可以改善空气，护肤推拿等。

如何简单辨别薰衣草精油的真假？

滴一滴精油在白色的纸巾上，等它挥发。15分钟后，如果什么都没有剩下，只有气味还在，说明精油是纯的。还有就是看色泽，薰衣草精油是深黄色，透明感很强。混浊的就是不纯的。

### 购物点

伊宁主要的旅游购物定点商店有伊宁市塔西来普开市场，人们称它为“小上海”、“香港巴扎”，内有来自独联体各国、土耳其、沙特、巴基斯坦、印度、港、台等国家地区的时髦商品，也有出自本地各民族能工巧匠之手的金银首饰、工艺品；其他还有天山街农贸市场、琼库鲁克巴扎等。而位于伊宁市解放路的伊宁友谊商店、民贸市场，市中心的天工今日百货，也是商家云集，客流如涌，热闹非常。

## 娱乐 Entertainment

伊宁已经是一个非常现代化的城市了，其中城市的休闲娱乐业也飞速发展，各种现代化娱乐项目和设施，诸如KTV、保龄球馆、台球厅、夜总会、歌舞厅、影剧院、酒吧、网吧等，在伊宁都能找到。

每年7月还会举行盛大的那达慕大会，不仅可以观看还可以参与赛马、叼羊、姑娘追、摔跤等各类具有浓重民族特色的活动。

那达慕的前身是蒙古族“祭敖包”，是蒙古民族在长期的游牧生活中，创造和流传下来的具有独特民族色彩的竞技项目和游艺、体育项目。早在公元1206年，成吉思汗被推举为蒙古大汗时，他为了检阅自己的部队，维护和分配草场，每年7-8月间举行“大忽力革台”（大聚会），将各个部落的首领召集在一起，为表示团结友谊和祈庆丰收，都要举行那达慕。起初只举行射箭、赛马或摔跤的某一项比赛。到元、明时，射箭、赛马、摔跤比赛结合在一起，成为固定形式。后来蒙古族人亦简称此三项运动为那达慕。

伊犁地区那达慕大会每年7月中旬左右在赛里木湖边举行。

## 线路推荐 Tours

### 伊犁三日游

#### 线路设计

D1: 乌鲁木齐 — 赛里木湖

D2: 赛里木湖 — 果子沟 — 霍尔果斯口岸 — 65团薰衣草 (6月中旬) — 伊宁

D3: 伊宁 — 新源 — 巩乃斯草原 / 那拉提草原 — 乌鲁木齐 / 新源

### 线路详情

D1: 早餐后从乌鲁木齐出发，沿312国道，途径天山北坡经济带——石河子、奎屯、乌苏、精河，抵达高原湖泊——赛里木湖畔。黄色的小花，蓝宝石般的湖水，远处的雪山，构成赛里木湖一年中至纯至美的油画风景。夜宿赛里木湖，可品尝当地高山野鱼，味道极鲜。

D2: 欣赏赛湖美丽的清晨，并享受牧民特色早餐之后驱车前往霍尔果斯口岸，会路过果子沟，停车欣赏美景。在游览完霍尔果斯口岸之后，前往伊犁首府伊宁市。若正好是6月中旬则顺路到65团，欣赏浪漫的薰衣草。傍晚可在伊犁河观赏日落，晚上回伊宁市享受美食，夜宿伊宁市。

D3: 早餐后从伊宁出发，沿国道218一路向东抵达新源县，这里你可以选择游览那拉提草原、巩乃斯草原，若是7、8月，新源县的杏树沟是你一定不能错过的地方。游览完后就结束伊犁之行，你可以选择回乌鲁木齐、游玩巴音布鲁克草原或者前往南疆。

### 伊犁六日游

#### 线路设计

D1: 乌鲁木齐 — 赛里木湖

D2: 赛里木湖 — 果子沟 — 霍尔果斯口岸 — 65团薰衣草 (6月中旬) — 伊宁

D3: 伊宁 — 昭苏草原 — 夏塔旅游区

D4: 夏塔 — 喀拉峻草原 — 特克斯八卦城

D5: 特克斯八卦城 — 新源县 — 那拉提草原

D6: 那拉提草原 — 巩乃斯草原

### 线路详情

D1、D2 参考伊犁三日游安排

D3: 早餐后从伊宁出发前往昭苏县，游览昭苏草原，然后前往夏塔旅游区，泡温泉、看冰山、游草原。夜宿夏塔。

D4: 早餐后从夏塔出发，驱车前往喀拉峻草原，可以选择在草原上住牧民的蒙古包，或者赶回特克斯八卦城住宿。

D5: 从特克斯县城出发，前往新源县，若是7、8月份则可以游览杏树沟。然后驱车前往那拉提草原，登上山顶，那拉提空中草原的美景一览无余。晚上可自费与当地哈萨克牧民篝火狂欢。

D6: 从那拉提草原继续向东，抵达巩乃斯草原，欣赏峡谷美景，可在巩乃斯一晚然后结束伊犁之行，回乌鲁木齐或者去南疆。

## 节庆 Festivals

### 圣姑太节

伊斯兰教五大杰出女性之一的法蒂玛的忌日，每年这一天，世界的各地的清真寺都会在举行祭祀活动，由阿訇宣讲“圣母”法蒂玛的懿德善行，提高穆斯林妇女的德行和修养，同时也为清真寺募集善款。

时间：希吉来历6月15日

希吉来历，即伊斯兰历，是广大阿拉伯国家所通用的历法，在我国被称为“回历”；法第玛是伊斯兰教创始人穆罕默德之女、什叶派穆斯林第一代伊玛目阿里之妻，加之其品行高尚、端庄贤淑，被广大穆斯林奉为“圣母”；伊斯兰教五大杰出女性为：穆罕默德的原配夫人赫蒂彻、续妻阿伊莎、耶稣的母亲玛丽亚、抚养穆萨的阿西叶以及法蒂玛。



### 白拉提节

白拉提节很受穆斯林重视，在希吉来历 8 月 1 日 -15 日节日期间，各家需请将阿訇请至家中，念诵白拉提经，并奉上备好的糖果和糕点。节日最后一天，必须沐浴斋戒，并到清真寺参加会礼，布施财物。而晚上十二点之前，必须诵经祈祷，以求真主安拉恕罪赐福，而儿童是最快乐的，他们三三两两结伴，前往附近穆斯林家门口唱白拉提歌，等待穆斯林施舍的财物。

时间：每年希吉来历 8 月 1 日 -15 日

### 霍城薰衣草节

伊犁作为中国最大的薰衣草产地，这里每年 6 月中旬都会举办薰衣草节。六月上中旬。薰衣草花期较短，近年大片薰衣草田多在六月二十多号前便已收割完毕。（详见景点——伊犁薰衣草）

## 宗教 & 文化 Culture & Religion

与新疆其他地区一样，这里大多数少数民族都信仰伊斯兰教。所以在来这里游玩一定要尊重伊斯兰的习俗。下面几项一定要注意：

1. 不能说 ZHU, PIG 也不行，实在要说，说大肉（指猪肉）；新疆穆斯林禁食猪、狗、驴、骡肉和猛兽猛禽的肉，忌食未经杀而自死的动物的肉，也禁食所有动物的血；
2. 洗手后不要甩手，维吾尔人特别忌讳，不要在河边湖边随地大小便，不要用手指人；
3. 在新疆，绝对禁止在公众场合放任何有声屁或无声屁；
4. 女性穿着不要过于性感，尽量不要穿背心和短裤，有悖当地习俗。

## 实用信息 Practical Information

### 语言

这里汉族人比例达到了 45%，而且大多数少数民族的人都可以用汉语交流。所以语言问题不用担心。

### 银行

在伊宁市各类银行还是很多的，主要分布在解放西路两边，中国银行、工商银行、建设银行、农业银行、邮政储蓄银行，能够为你提供各种金融服务。

但离开伊宁市区去到其他的县就只能用邮政储蓄了。

### 邮局

在伊犁邮局还是很多的，无论是在伊宁市区，还是各级乡镇都会至少有一个邮局。所以你若需要相应的邮政服务还是非常方便的。

### 电话

- 伊犁州旅游局：0999-8039904
- 霍城县旅游局：0999-3022679
- 伊宁县旅游局：0999-4020976

- 昭苏县旅游局：0999-6026325
- 新源县旅游局：0999-5028443
- 伊宁市旅游局：0999-8359406
- 巩留县旅游局：0999-5625587
- 特克斯县旅游局：0999-6626999
- 霍尔果斯口岸旅游局：0999-8791745
- 察布查尔县旅游局：0999-3626736
- 匪警：110
- 火警：119
- 急救中心：120
- 交通事故：122
- 公安短信报警：12110
- 天气预报：12121
- 红十字会急救台：999

### 网络

在伊宁市的市中心网吧还是比较多的，在一些大的酒店里面也能够提供上网的服务。另外在下面的县城里面也都各有 2-4 个网吧，当然到了景区或草原里面就不能上网了。

### 医院

伊宁市的医院还是比较多的，比较好的有友谊医院、人民医院、农四师医院。各个县里面也会有大大小小的各类医院。若有突发情况作为应急还是没问题的。

### 友谊医院

地址：伊宁市斯大林街 92 号  
联系方式：0999-8036721

### 伊宁市人民医院

地址：伊宁市新华西路  
联系方式：0999-8024262

### 农四师医院

地址：伊宁市新华西路 56 号  
联系方式：0999-8023119

### 尼勒克镇人民医院

地址：伊犁尼勒克县解放路  
联系方式：0999-4622180

### 新源县人民医院

地址：伊犁新源县卡普河路 3 号  
联系方式：0999-5022902

### 那拉提中心卫生院

地址：伊犁那拉提镇  
联系方式：0999-5291120

### 巩留县人民医院

地址：伊犁东环路第二幼儿园北侧  
联系方式：0999-5626757

### 特克斯县人民医院

地址：伊犁特克斯县  
联系方式：0999- 6675076



### 昭苏县人民医院

地址：伊犁昭苏县健康街 228 号

联系方式：0999- 6021258

## 外部交通 Getting there

### 飞机

伊宁机场位于伊宁市东北方，距市中心 5km。目前只开通了伊宁——乌鲁木齐，伊宁——上海之间的航班。到乌鲁木齐每天有九对航班，到上海每天至少有两对航班。

地址：位于伊宁市东北方，距市中心 5km

电话：0999-8222332

### 机场交通

1. 坐出租车（到达厅——碾子沟）33-50 元，蓝牌车 30 元，夜间交班、回头车 20 元，30 分钟抵达市区。
2. 机场巴士：机场——南京路上的国航售票处（世贸大厦旁边），票价 10 元。
3. 市区线路 3 路：技校 — 农四师党校 — 飞机场 — 二十六小 — 水厂 — 木器厂 — 菜市场 — 西大桥 — 州友谊医院 — 供电公司 — 邮电局 — 新华医院（共 12 站）

### 火车

伊宁火车站位于伊宁市中心西北约 5km，是精伊霍铁路线上最大的火车站，也是建成后全疆第二大车站。乌鲁木齐至伊宁有 3 趟列车——T9501/K9789/5815，用时 10-11 小时，均是晚上发车，第二天早上到伊犁。

地址：伊宁市宁边境经济合作区

电话：0991-7945222

到达交通：离市区较远，乘出租车过去。

车次	始发站	终点站	开车时间	抵达时间	全程用时	硬座	硬卧下
T9501	乌鲁木齐	伊宁	22:58	8:45	9 小时 47 分	86 元	161 元
K9789	乌鲁木齐	伊宁	23:15	9:30	10 小时 15 分	86 元	161 元
5815	乌鲁木齐	伊宁	21:10	8:15	11 小时 5 分	75 元	150 元
T9502	伊宁	乌鲁木齐	22:30	8:52	10 小时 22 分	86 元	161 元
K9790	伊宁	乌鲁木齐	21:29	7:48	10 小时 19 分	86 元	161 元
5816	伊宁	乌鲁木齐	19:46	7:00	11 小时 14 分	75 元	150 元

### 汽车

伊犁州内公路交通便利，市内有多大型客运站，如伊犁州客运站、农四师客运站等，每天都有发往州内外的班车，以乌鲁木齐方向居多。原来驴友们熟悉的大世界客运站已经停止使用，新投入使用的是伊犁客运站。乌伊公路连接伊宁和石河子以及乌鲁木齐，往南有公路可达库尔勒和库车。从伊宁到州内各地都有班车。下午从乌鲁木齐坐夜班车，第二天上午可到伊犁，大约 900km，卧铺大约 150 元 / 人。

### 伊犁州客运站

有发往新疆大多数地区的班车。

地址：解放西路 460 号

电话：0999-8121937

### 省内客运信息

线路	里程	班次	价格
伊宁市 - 乌鲁木齐	693 公里	8:30、9:00-13:00、15:00-21:00 每小时一班	145-186 元
伊宁市 - 博乐	229 公里	10:50-15:50 每小时一班	40.5 元
伊宁市 - 昌吉	655 公里	19:00 (冬季) 20:00 (夏季)	135/147 元
伊宁市 - 石河子	541 公里	9:50、10:50、12:30、19:00、20:00、21:00	104-120 元
伊宁市 - 奎屯	451 公里	9:20、10:20、12:00、14:00、16:00、19:40、20:20、21:00	80.5-100 元
伊宁市 - 乌苏	541 公里	10:30 19:00	82.5-95 元

### 州内客运信息

	里程	班次	价格
伊宁市 - 巩留县	103 公里	8:30-19:40 每 20 分钟一次	15.5 元
伊宁市 - 莫合乡	154 公里	13:00 13:40 15:00	23 元
伊宁市 - 特克斯县	122 公里	8:30-18:40 每半小时一次	18.5 元
伊宁市 - 尼勒克县	116 公里	8:30-19:30 每半小时一次	17.5 元
伊宁市 - 乌拉斯台	163 公里	15:50	24 元
伊宁市 - 昭苏县	186 公里	8:30-16:30 每半小时一次	27.5 元
伊宁市 - 75 团	248 公里	8:30	36.5 元
伊宁市 - 新源县	199 公里	8:30-19:00 每半小时一次	29.5 元
伊宁市 - 哈拉布拉	156 公里	13:00 14:00 15:00	24 元
伊宁市 - 塔勒德	187 公里	14:00	27.5 元
伊宁市 - 那拉提	254 公里	10:00 12:00 15:00	37.5 元
伊宁市 - 新源木斯乡	162 公里	16:30	25 元

### 农四师客运站

主要发往 61 团、64 团、65 团、……77 团、拜什墩、伊车嘎善乡、格干沟乡、工矿厂的班车。

地址：伊宁市公园街四巷 7 号

电话：0999-8121213

线路	发车时间	发车频率
伊宁市 - 61 团	10: 00-20:00	每 50 分钟发一班
伊宁市 - 62 团	11: 30-18: 30	每日 4 班
伊宁市 - 63 团	10: 00-20:00	每 40 分钟发一班
伊宁市 - 64 团	10: 00-20:00	每 30 分钟发一班
伊宁市 - 65 团	11: 30-18:30	每日四班
伊宁市 - 68 团	08:30-20:30	每 30 分钟发一班
伊宁市 - 69 团	08:30-20:30	每 30 分钟发一班
伊宁市 - 70 团	08:30-20:30	每 30 分钟发一班
伊宁市 - 72 团	10: 00-17:00.	每日 9 班
伊宁市 - 73 团	11: 00-20:00	每日 8 班



伊宁市 -74 团	8:00	每天 1 班
伊宁市 -75 团	11:00	每天 1 班
伊宁市 -76 团	12: 30-14:30	每天 2 班
伊宁市 -77 团	13:00	每天 1 班
伊宁市 - 拜什墩	11: 00-20:00	每天 8 班
伊宁市 - 伊车嘎善乡	12: 00-17:30	每天 2 班
伊宁市 - 格干沟乡	17:30	每天 1 班
伊宁市 - 工矿厂	08:30-20:30	每 30 分钟一班

## 包车

在伊犁游玩包车是最方便的了，如果结伴而行可以考虑包车出发，这样比较经济实惠。包车一天 200-600 元相对还是很便宜的，视车型而定。

### 伊宁市适友汽车租赁

地址：伊宁市解放西路 516  
联系方式：0999-8133123

### 伊宁市赛龙汽车租赁服务中心

地址：伊宁市解放西路 380 号  
联系方式：0999-8159876

各类车型租车价格仅供参考

车型	净包 (元 / 天)	全包 (元 / 天)
三菱帕杰罗	500-650	1000-1100
丰田 4500	550-700	1100-1200
三菱 V73	550-701	1100-1201
猎豹 SUV	450-600	900-1000
丰田 SUV	450-600	900-1000
丰田雅阁	600	1000
宝来	300	700
普桑	200-400	500-800

## 自驾

对于新疆旅游来说，自驾是最适合的出行方式。你要是选择公车，基本都没有直接到达景区的，还得再去折腾，大把的时间全都浪费在路上，很不划算。

伊犁地区的公路状况还是很好的，要注意的是公路视野非常开阔，部分地区景色非常单一，容易超速；加油站密度不大，要及时给车加油。

## 内部交通 Getting around

### 出租车

伊宁出租车起步 5 元，两公里后每公里加收 1.3-1.5 元。可打表也可提前议价，一般 10 元可达市区各处，到机场也不贵，大约需 15-20 元。如果您所去目的地超过 10 公里，是要给 50% 的空驶费的，而每每等候 8 分钟要加价 1.3-1.5 元。

出租车投诉电话：0999-8120420

## 公交车

伊宁市内有 14 条公交线路票价一元，中巴车三站内 0.50 元，三站起每站加收 0.10 元，发运营时间：夏季 8:30-21:00；冬季 9:00-20:30。

## 旅行路上 Travel on the road

### 推荐阅读《在伊犁——新大陆人》王蒙

在文革期间，王蒙曾经被下放到伊宁农村劳动多年（1965.4—1973.3）后到，新疆自治区文教“五七”干校劳动。这一段经历给王蒙带来了很深的影响，伊犁当地独特的自然风光和文化氛围给王蒙留下了深刻的印象。

《在伊犁》系列小说包括《哦，穆罕默德·阿麦德》、《淡灰色的眼珠》、《好汉子依斯麻尔》、《虚掩的土屋小院》、《葡萄的精灵》、《爱弥拉姑娘的爱情》、《逍遥游》、《边城华彩》。

### 推荐音乐《伊犁河》

专辑于 2010 年 4 月发布，由歌手英刚演唱。这是一个非常有民族特色的专辑，分别用汉语、锡伯语、蒙古语、哈萨克语、维吾尔语、俄语演唱。专辑节奏时而悠扬舒缓，仿佛能感觉到伊犁河在身边缓缓流淌；时而轻快跳动，仿佛能歌善舞的维族少女在眼前翩翩起舞。

## List

名称	地址电话 (0999)	你的选择
01 赛里木湖	博尔塔拉蒙古自治州博乐市 0991-8831902	<input type="checkbox"/>
02 伊犁薰衣草	伊犁河谷农四师的 65 团	<input type="checkbox"/>
03 那拉提草原	伊犁州新源县境内 5291888	<input type="checkbox"/>
04 杏花沟	伊犁新源县吐尔根乡	<input type="checkbox"/>
05 喀拉峻草原	伊犁特克斯县南喀拉峻山	<input type="checkbox"/>
06 昭苏油菜花	伊犁昭苏县	<input type="checkbox"/>
07 夏塔旅游区	伊犁州昭苏县西南 70km 左右的夏特乡 6220011	<input type="checkbox"/>
08 唐布拉草原风景区	伊犁尼勒克县境内，距县城东南 91km	<input type="checkbox"/>
霍尔果斯口岸	伊犁哈萨克自治州霍城县 63909788	<input type="checkbox"/>
那拉提草原	伊犁州新源县境内 5291888	<input type="checkbox"/>
林则徐纪念馆	伊宁市福州路 885 号 8123131	<input type="checkbox"/>
锡伯民俗园	伊犁州察布查尔锡伯县孙扎齐牛录乡 3948889	<input type="checkbox"/>
伊犁大酒店	伊宁市中心斯大林街 23 号 8026666	<input type="checkbox"/>
伊宁伊犁苏豪商务酒店	伊宁市飞机场路 41 号 8098888	<input type="checkbox"/>

