

焦作



丹霞碧水与太极神拳

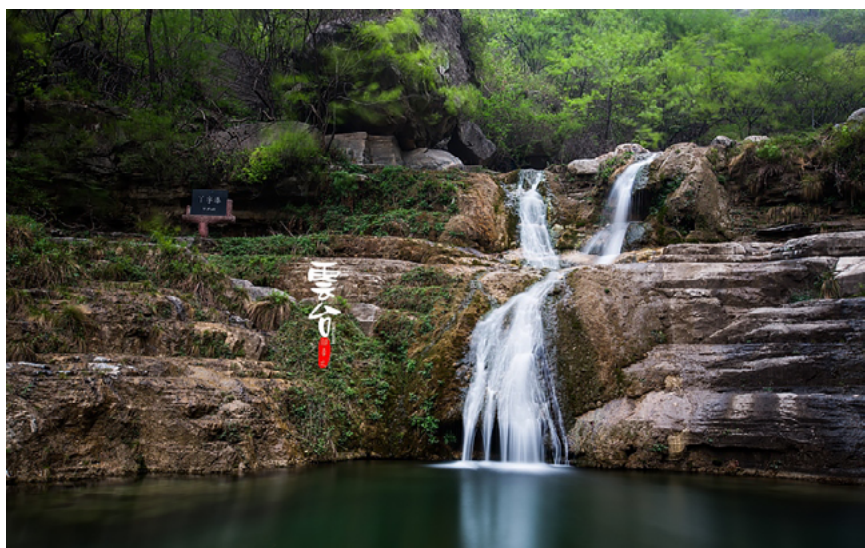


目录 Catalogue

- 02 焦作速览
- 03 亮点 / 景点
- 10 住宿
- 12 餐饮
- 14 购物
- 15 娱乐
- 16 节庆 / 线路 / 实用信息
- 17 外部交通 / 内部交通
- 18 旅行路上

焦作速览 Introducing Jiaozuo

焦作古称怀庆府、山阳城，位于河南省西北部，北倚太行山，南面黄河，东靠新乡，西邻济源。这里有着中原难得的自然美景——云台山的丹碧碧水、神农山的岭、青天河的“江南之景”等；也不乏深厚的文化底蕴——司马懿、韩愈、李商隐、朱载堉等历史文化名人均出自此地。焦作还是中国太极拳的发源地，不仅大街小巷随处可见太极拳的雕塑，云台山上也能欣赏太极拳的表演。此外，这里还有众多河南美食，让你感受视觉美景的同时，更添一分味觉享受。



扫雪 这里映入眼帘的是金龙卧波，银光闪闪，自由跌落的瀑布即为“银龙瀑”，瀑下深渊乃为“金龙潭”

最佳旅游时间 焦作是个四季分明的城市，春季干燥多风，夏季高温多雨，秋季凉爽，冬季干寒。最佳旅游时间以降水丰盈的5-10月为主。此间，云台山、青天河在灵水的点缀下显得格外秀美。如果喜欢赏红叶，那么深秋的青天河就是个好选择。冬季的焦作虽然没有夏季那么灵秀，但也不是没有看点，雪中茱萸峰是中原少有的美景，值得拥有。

穿衣指南 在焦作按季节正常穿衣即可。但由于山区温差较大，建议额外携带些衣物御寒。夏季前来还需携带雨具，做好防晒措施。

消费指数 焦作市区的消费水平较低，但景区内的消费偏高。旺季游玩2-3天，800元可满足除外部交通的全部需求。

致谢

封面提供: 中山狼
图文提供: 扫雪 中山狼 林爱念念 嘉嘉的旋律 菜刀 DONG SEN SAI 思子 zmj198213

©北京蚂蜂窝网络科技有限公司(mafengwo.cn)独立拥有或与本站用户共同拥有本攻略的内容版权和其他相关知识产权；除法律另有规定，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。

得

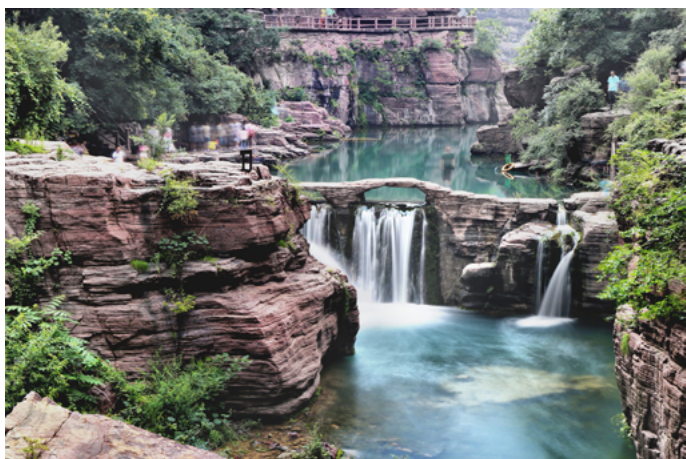




亮点 Highlights

在碧水中感受柔情丹霞

说到丹霞，也许你脑里最先浮现的会是张掖那连绵不断的彩色山丘，气势磅礴却缺少一些生气。但到了云台以后，你会发现，原来丹霞也可以如此柔情。红岩与绿水的交错，让山壁愈加炙热，流水更显翠绿，再加上其间点缀的些许瀑布，一幅丹霞碧水的画卷便在眼前展开。



中山狼 云台山的丹霞碧水

在靳家岭看秋日红叶浸染山野

红叶是大自然给秋日世界最美丽的装饰，如果不好好赏一回，实在是对这美丽景色的一种辜负。如果你恰好在十一月来到焦作，那不得不说的是一件幸事，因为这个时候的靳家岭正是漫山红叶最动人的时刻。每年这个时节，焦作都会在此举办红叶节，景区还会推出优惠措施，千万不要错过。



靳家岭红叶

特色美食引人垂涎

无论是只有在焦作能吃到的鸡头参炖土鸡、修武黑山羊、山药木锤酥，还是作为河南特色美食的烩面、闹汤驴肉，一定都能让你垂涎欲滴，久久无法忘怀。



林爱念念 大广场诱人的修武黑山羊

景点 Sights

焦作最有名的景点就是云台山，可以说不到云台山就不算来了焦作。但焦作也不只有云台山，青天河、神农山、焦作影视城等景点也十分精彩，值得一看。

云台山景区

云台山是个自然美景和人文底蕴兼具的景点，大多数人都是为了它来到焦作。如果想了解地质地貌，可以到红石峡、潭瀑峡和地质博物馆游览，不仅可以领略到山水的外在秀美，还可以了解到自然的神奇演变。如果对于人文历史感兴趣，可以选择游览万善寺和茱萸峰。

林爱念念 云台山四季分明。春，看山花烂漫、绿野仙踪；夏，看原始森林、飞瀑流泉；秋，看红叶漫漫，气势磅礴；冬，看大雪飞扬，银装素裹。

- 1、 5-6月是云台山水最大的时候，也是看瀑布的最好时节。
- 2、 最好选择逆向错峰游览，特别是红石峡。由于旅游团一般上午游览这里，所以建议将红石峡安排在下午。
- 3、 云台山属山区峡谷地貌，早晚温差较大，需要备一件薄外套。又因溪水丰富、环境潮湿，最好身着防水的衣服和防滑的鞋；夏季还需注意防暑、防晒。
- 4、 在景区游览的过程中，特别要注意护林防火。如需抽烟，可在每个景点出入口专设的抽烟点抽烟。
- 5、 云台山大部分景区已覆盖免费Wifi，但人多的时候信号较弱。

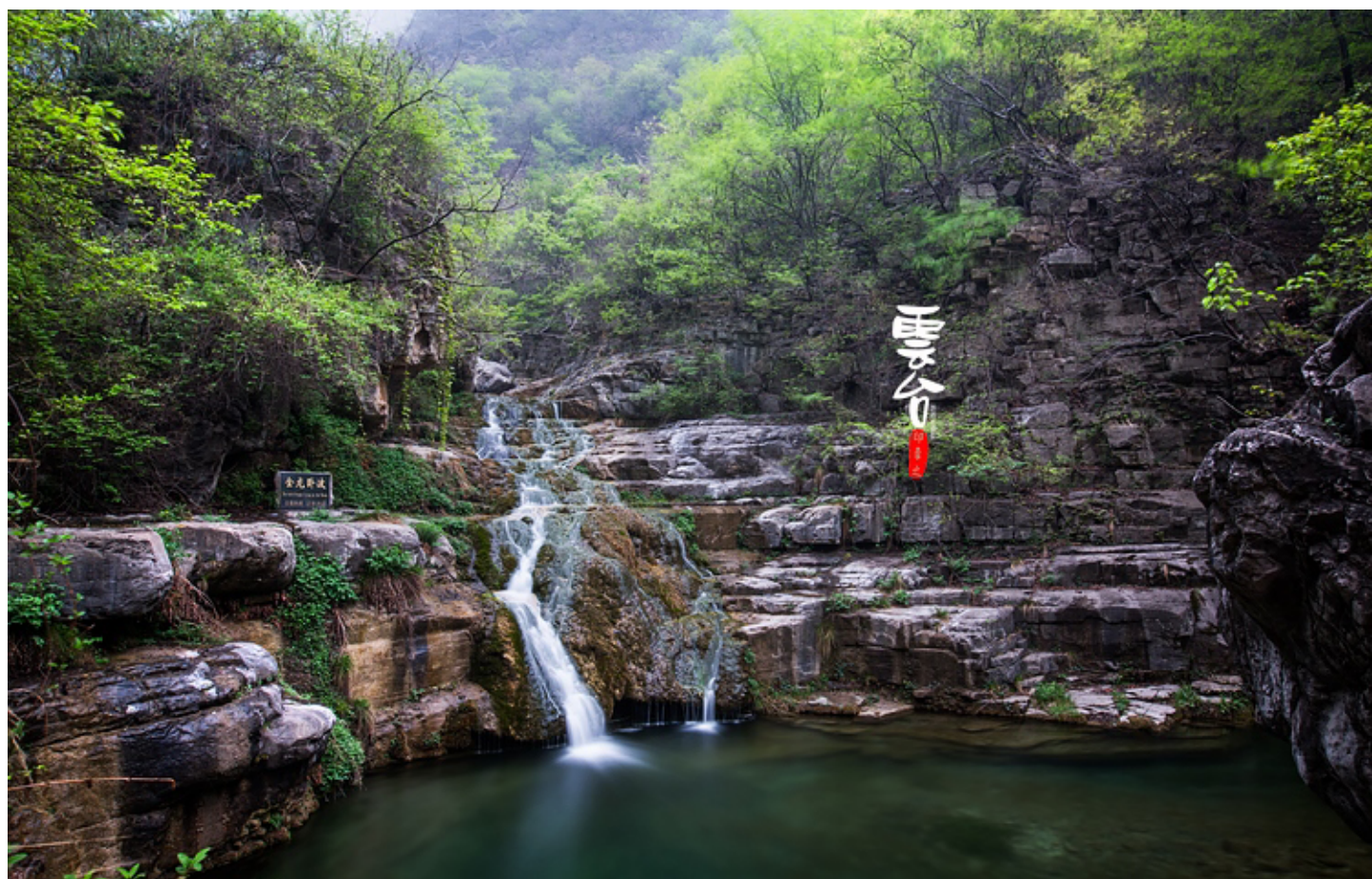
电话：0391-7709001；7709300

网址：<http://www.yuntaishan.net/>

开放时间：旺季（3.1-11.30）6:00-18:30，淡季（12.1-次年2月底）7:00-17:30

用时参考：1-2天

行车路线图





门票

云台山门票是一张磁卡，游玩结束后归自己所有。费用包括景区门票和内部交通费，其中景区内部交通费为 60 元 / 人，仅对身高 1.4 米以下儿童免票。

旺季（3.1-11.30）全价票 210 元 / 人（150+60），半价票 135 元 / 人（75+60），免费票 60 元 / 人；

淡季（12.1-次年 2 月底）全价票 120 元 / 人（60+60），半价票 90 元 / 人（30+60），免费票 60 元 / 人；

人身意外伤害保险：2 元 / 份，保额 10 万元（自愿购买）

云台山景区实行通票制，2 日内有效；并实行分景点验票制，共设山门、红石峡、潭瀑峡、茱萸峰、万善寺等验票处，凡是已验票的景点，不能重复游览。

嘉嘉的旋律 进景区需要验指纹，接下来的每个景点都要验指纹和门票才能进。到了这里，门票就和自己的衣服一样，要随时带着。

优惠政策

免票：现役军人凭军官证或士兵证（需同时出示军人保障卡），残疾人凭军残证，残疾人凭残疾证，离休干部凭离休证，65 周岁以上老年人凭身份证 / 老年人优待证，身高 1.4 米以下或 6 周岁（含）以下儿童，一级英模、全国道德模范凭有效证件，中国摄影家协会会员凭有效证件。

半价：6（不含）-18 岁（含）凭学生证 / 身份证，全日制本科及以下学历在校学生凭学生证，60-64 周岁老年人凭身份证 / 老年人优待证，省级以上劳模和省级以上优秀教师凭有效证件。

景区服务

售票处

景区主要有两个售票处。一个在百家岩服务区，从郑州、洛阳等地乘车，乘焦作 3 路公交车或自驾车多从那里进入景区。另一个在岸上服务区，若从焦作直接打车或包车前往，这里更方便。

内部交通车

景区里的内部车均为循环发车制，抵达各个景点，凭门票在指定地点即可乘车。

运行时间：7:00-18:00

景区大巴不到青龙峡和峰林峡，可以自驾或包车前往。因为一路都是盘山公路，所以建议包车前往。青龙峡可以在一个月内凭云台山景区门票免费游览。

导游服务

景区绿色观光巴士提供免费的随车讲解服务，游览过程中可以随时咨询。景区山门广场的自助自驾游服务中心可以为自驾游客提供导游、订房、机票、车票预订以及周边旅游等服务。向导服务主要是为游客做上山游览路线引导，讲解服务主要是对各景点的名称、来历、传说的解说，包括历史人物，楹联题刻等。

云台山自助自驾游服务中心信息

地址：云台山综合服务楼一楼

联系方式：0391-7709277

公共洗手间

景区内数十个星级洗手间和环保洗手间，星级洗手间主要集中在售票大厅和每个景点的入口处，内置免费手纸、洗手液、烘手机等。

吸烟点

在景区游览，游客须注意护林防火、保护环境。每个景点的出入口均设有专门的抽烟点，抽烟的游客须到指定的抽烟点抽烟。

交通

焦作——云台山

1、在焦作火车站乘 3 路公交车至云台山百家岩停车场，票价 4 元 / 人，从 6:20 开始，每 40 分钟 / 班车，咨询电话：0391-3562110（并非所有 3 路车都到云台山，请注意看车头上是否写有“云台山”标志，或咨询司机）。

2、在焦作市汽车客运总站乘发往云台山客运总站（宰湾）的中巴车，票价 10 元 / 人，从 7:20 开始，每 1 小时 / 班车，咨询电话：0391-2981155。

郑州——云台山

1、在郑州长途汽车中心站（火车站对面）乘发往云台山的班车，票价 47 元 / 人，发车时间 7:30、8:30，咨询电话：15729393385（班车根据季节会有所调整，具体情况请提前电话咨询）。

2、在郑东高铁站和郑州火车站乘发往焦作的焦郑城际铁路，二等座票价 22 元 / 人，在修武站下车，出站乘坐发往云台山的免费班车。

修武——云台山

在修武汽车站乘坐发往云台山的班车，发车时间 7:00、17:00，咨询电话 0391-7192134。

新乡——云台山

新乡长途汽车站有发往云台山的班车，发车时间 7:30、13:20，云台山往新乡方向发车时间 10:00、13:20，咨询电话 0373-2021240。

洛阳——云台山

洛阳锦远汽车站有发往云台山的班车，发车时间 9:20、15:00，咨询电话 13513794877。

若自驾前往，设置导航的时候一定要以“云台山上服务区”为终点。

摄影贴士

流水

云台山以“丹霞碧水”闻名，所以流水是云台山摄影的一大题材。建议携带脚架和中灰密度镜（ND）。拍的时候调至手动挡，并根据当时环境将光圈缩小，快门速度调慢进行拍摄。



雾气

云台山雾气很大，因此拍摄的时候不要固定在一个地方，要尽量尝试不同的位置，变换不同的角度构图。构图时应注意留白的艺术，注意多利用近景。在选择拍摄主体时，应选择外形轮廓线条好的景物作为画面的主体，主体所占的面积不要太大，这样就可以用大面积的浅色调来突出小面积黑色调的被摄主体，形成强烈的明暗对比，有利于表现雾和增加画面的空间感和纵深透视感。

同时拍摄的过程中要时时留意观察光线的变化，调整曝光值。一般雾天的环境光线比较暗淡。拍摄时需要适当增加一些曝光，最好采用包围曝光。光圈要合理使用，光圈不易太大，一般在 F5.6 以上。多运用雾营造虚实效果，光圈的配合可以加强这种虚实的对比。（蜂蜂 菜刀 提供）



菜刀 云雾缭绕的凤凰岭

更多摄影技巧请看《蚂蜂窝云台山行摄攻略》。

云台山景点

红石峡

如果说云台山是焦作的核心，那么红石峡就是核心中的精华。正如其名，红石峡就是两边耸立红岩绝壁的峡谷。它属于北方少有的丹霞地貌峡谷景观，赤红的崖壁中碧水恒流，还有形态各异的山石散落各处。

景区内为单行线游览，从入口开始沿台阶一直下到峡谷里，然后沿着山边栈道走即可。

山边栈道比较狭窄且游客较多，照相的时候一定要拿好相机或手机，以免掉落山谷。也可以选择站在靠山的一侧，等路人过去立马拍。

开放时间：夏季 6:00-18:00，冬季 7:00-17:00

用时参考：1-2 小时



中山狼 红石峡最具代表性的丹霞碧水之景

子房湖

顺着红石峡的游览步道走到尽头便是子房湖，它因汉代张良（字子房）隐居于此而得名。子房湖两岸青山对峙，夹一带绿水，苍翠的山与墨绿的水相依相偎，展现出一幅壮阔波澜之景。早晨和下午湖面阴一半晴一半，一边金光闪烁，一边碧绿透明。正午时，它又像一面巨镜，把直射的阳光反射出去，使人眼花缭乱。

子房湖可以坐船游览，成人 20 元 / 人，儿童 10 元 / 人。

用时参考：0.5 小时



子房湖

茱萸峰

茱萸峰是云台山的制高点。相传，当年王维就是在此峰上有感吟出“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”的名诗，而“茱萸峰”这个名字也因此而来。

登茱萸峰有两条线路，一条是踏千级阶梯而上直接通向主峰；另一条是崎岖的山路，通往凤凰岭。如果不想爬山，也可以选择坐摆渡车直达峰顶，一路都是上坡，途中还会经过叠彩洞，体验在悬崖峭壁上穿山洞的刺激感。

DONG SEN SAI 如果不想走回头路，而且想把景点都游览一遍的，建议不要直接走登顶的那条路。本人建议，可以走检票口上去右拐的那条路，直通“重阳阁”，可以选择先去“重阳阁”，然后从“重阳阁”再登顶。



凤凰岭

凤凰岭与茱萸峰相邻，共用一个检票口。如果去凤凰岭就一定要在玻璃栈道上走一道。虽然不算很长，但是可以感受一下脚下便是悬崖的刺激感。要注意的是，上栈道需交 5 元的鞋套使用费。

开放时间：夏季 5:30-18:00，冬季 7:00-17:00

用时参考：2 小时



思子 茱萸峰上的真武庙，香火十分旺

潭瀑峡

潭瀑峡又名“小寨沟”，如果用一句话来概括这里的风景，那就是“三步一泉，五步一瀑，十步一潭”。走在潭瀑峡中，满眼都是清澈而又碧绿的潭水。相比红石峡的摄人心魄，这里更显小家碧玉，有种沁人心脾的清幽美。

用时参考：1-2 小时

猕猴谷

从潭瀑峡出来，边上就是猕猴谷。云台山为国家级猕猴自然保护区，有数量众多的野生猕猴群落在景区内分布。太行猕猴体型强壮、毛长尾短，善于攀缘，喜欢跳跃，是猕猴中最进化的一种，为国家二级保护动物。

漫步谷中，运气好的话可以看到成群的猕猴在山林里穿梭、跳跃；不过，若你不巧没有碰见，那就一定不能错过山上的免费猕猴表演（见 18 页）。

用时参考：1 小时



中山狼 猕猴谷中，一只母猴正怀抱着不大的小猴

泉瀑峡

泉瀑峡曾经也是云台山的重要景区之一，因为这里有单级落差 314 米的亚洲第一瀑“云台天瀑”。但由于上游的山西省建了个大坝将水拦住，所以现在除非下大暴雨，否则都无法看到自然的大瀑布。不过正因如此，现在的泉瀑峡也少了些游人的喧闹。如果你时间充裕又喜爱清静，这里或许是个不错的选择。

从入口至景区大概有一千米的路程，如果想保存体力，可以坐景区电瓶车，5 元 / 人。

开放时间：8:00-18:30

用时参考：1 小时

潭瀑峡、猕猴谷、泉瀑峡三个景点共享一个验票点，所以需一并游玩。

更详细的信息请下载《蚂蜂窝云台山攻略》。

其他景点

青天河

青天河的景色秀气得仿佛南国之地。漫游于山水中，你会以为来到了江南。正因如此，它也有“北方三峡”和“桂林山水”的美誉。

青天河的主景区是太行山中的一座水库，主要是乘船游览，从大坝至库尾，行程 40 分钟。与云台山的猕猴谷一样，这里也是猕猴自然保护区，幸运的话可以遇到野生猕猴。你还可以乘索道至山顶，从高处欣赏青天河的美景。

秋天是青天河最美的季节，尤其是靳家岭，是焦作秋季太行红叶的最佳观赏地。届时，连绵的山头被染上数万亩红叶的景色一定会让你难以忘怀。

地址：焦作市西北部博爱县

电话：0391-8972910

传真：0391—8972688

网址：www.qingtianhe.cn

门票：青天河景区门票 70 元 船票双程 90 元，单程 45 元 索道上行 45 元，下行 40 元，往返 80 元；保险 2 元（自愿购买）。

特殊人群门票政策：

1、对 6 周岁以下或身高 1.4 米（含 1.4 米）以下的儿童实行门票全免，身高 1.2 米—1.4 米（含 1.4 米）儿童船票半价；对 7 周岁至 18 周岁未成年人、全日制大学本科及以下学历学生实行门票半价，船票全价。（含港澳台青少年）。

2、60—64 周岁老人门票半价，船票全价；65 周岁以上老人，门票全免，船票全价；农历九月九日，60 周岁以上老人门票全免，船票全价。

开放时间：8:00-18:00

用时参考：1-2 天

交通：在焦作旅游汽车站（见 20 页）有班车可到青天河；

从市区包车前往，来回约 50 元 / 人



青天河鲸鱼湾

神农山

神农山曾是炎帝神农辨五谷、尝百草、登坛祭天的圣地，也是道教创始人老子筑炉炼丹、成道仙升之所。古往今来，有不少帝王将相、文人墨客到此游览，唐明皇李隆基、韩愈、李商隐等历代名家都曾在此留下传世佳作。

神农山最有代表性的景观当属世界地质奇观龙脊长城。它并非我们平时熟知的人造长城，而是天然形成，犹如一条巨龙蜿蜒盘踞在太行山脉之上。

zmj198213 从正门上山强度不大（和华山与泰山比较），我和表弟 1 小时 40 分就登顶了。最精彩的就是下山走神农大峡谷这条路下山了，有一些爬山的难度，需要徒手攀爬（也去过一些地方，基本上全是修好的台阶，只有高低长短的区别，没什么特点），感觉挺有意思的，当然有一定的危险性。

地址：焦作市沁阳市紫陵镇赵寨村

电话：0391-5036016/5036438

门票：80 元 / 人，1.4 米以下儿童、66 岁以上老人免票，学生凭学生证半票，55-65 岁（含 55 岁）老人凭优待证享受半价优惠（2016 年 3 月 1 日起），焦作、济源地区居民凭本人身份证半价优惠；

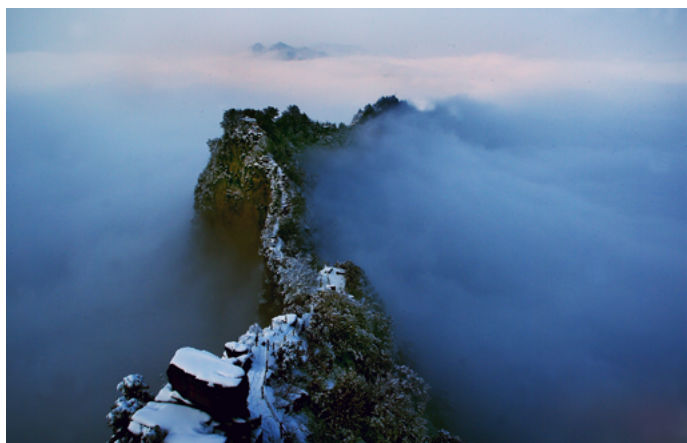
索道单程：上行 40 元 / 人、下行 35 元 / 人；观光车往返 25 元 / 人；

滑道漂流 40 元 / 人；前山滑道 10 元 / 人；后山滑道 25 元 / 人；

开放时间：夏季 7:30-18:30，冬季 8:00-17:00

用时参考：1 天

交通：在焦作旅游车站乘坐发往紫陵的班车，在神农山下，每 30 分钟发一班；沁阳汽车站有发往神农山的班车，每 15 分钟发一班



神农山龙脊长城

嘉应观

嘉应观是雍正为了纪念在武陟修坝堵口、祭祀河神、封赏治河功臣而建的龙王庙。观内最珍贵的要数雍正御笔书丹的三龙绕御制铁胎铜面碑；此外，乾坤倒置的八卦八音钟、栩栩如生的龙凤图藻井、虫鸟不进无尘殿都值得一探究竟。

地址：武陟县嘉应观乡杨庄村南

电话：0391-7685111

网址：<http://www.jiayingguan.net>

门票：50 元 / 人

用时参考：1 小时

交通：

公交——武陟县朝阳一街口可乘 1 路车到达景区；

自驾——从焦作市区出发，沿迎宾路向南，走郑焦晋高速向东转郑云高速向南到嘉应观站下到达景区，沿途有明显旅游交通标识牌，全程约 50 公里



俯瞰嘉应观

陈家沟

陈家沟因太极拳文化而闻名。在这个被誉为“中国太极拳发源地”的村子里，你能了解到太极拳的方方面面。每年都有络绎不绝的人来此拜师、写生、拍摄或感受太极文化，可以说是太极拳爱好者心中的太极圣地。

地址：焦作市温县城东 5 公里处的清风岭上

网址：<http://www.chenjiagou.cn>

电话：0391-6418826

门票：40 元 / 人

用时参考：

交通：

公交——温县汽车站 1 路车可到景区；

自驾——从焦作市区出发，沿丰收路向西，焦桐高速温县站下，沿获职线向东到大黄庄村交叉口，向南即可到达陈家沟村，沿途有明显旅游交通标识牌，全程约 50 公里



陈家沟太极广场



焦作影视城

说到影视城，大家首先想到的可能都是横店。不过，同为中国十大影视基地的焦作影视城虽不如横店影视城广为人知，但内容却丝毫不输于它。更有新版《三国演义》、新版《水浒传》、《大秦帝国》、《战国》等百余部影视作品在此取景拍摄。如果运气好，说不定能见到仰慕已久的影视明星。

焦作影视城依山而建，内部仿古建筑以春秋战国、秦汉、三国时期为主，分为城门广场区、周王宫区、楚王宫区和市井区四部分。除了欣赏大气的仿古建筑，楚王宫的《荆轲刺秦》、《霓裳羽衣》，市井街的《郑人买履》、《画蛇添足》等每日上演的剧目也值得一看。

景区各处均有观光车往返，如果逛累了，也可以选择坐车游览。

演出

演出名称	演出地点
屈原	周王宫大殿
桃杀三士	周王宫大殿
扇舞昌穹	楚王宫大殿
礼仪之邦	楚王宫大殿
郑人买履	市井街城门楼处
真假李逵	市井街城门楼处

地址：焦作市解放区普济路北端

电话：咨询 0391-2903168/2906748，医疗救助 0391-2900706 转 8120

网址：<http://www.jzysc.com/>

门票：40 元 / 人，身高 1.4 米以下儿童、70 岁以上老人凭证免门票，学生凭证半票；

家庭套票（2 大 +1 小）100 元，全家福套票（4 大 +1 小）180 元，全家福套票（6 大 +1 小）260 元；

观光车单程 5 元 / 人，往返 10 元 / 人，五人以下包车 50 元（往返）

开放时间：夏（6-9 月）8:00-18:30，冬（10-次年 5 月）8:00-17:30

交通：乘 13 路、36 路在焦作影视城下车可达



Evelyn-Yu 整个集市都是仿古建筑，可以让我们尽情发挥

韩园

韩园是“唐宋八大家”之一，韩愈的陵墓。园内植株丰茂，古柏郁郁葱葱，尤其是两株“唐柏双奇”如擎天巨掌托起万里云空。如果喜欢韩愈，不妨来此吊唁一下这位伟大的诗人。

地址：焦作市孟州市区西 6 公里处

电话：0391—8510676

门票：20 元 / 人

用时参考：1 小时

交通：

公交——孟州汽车站 2 路公交车可达景区；

自驾——从焦作市区出发，沿丰收路向西，走焦桐高速向南，转长济高速向西，转二广高速向南，在孟州出口下高速向东行驶 5 公里即可到达景区，沿途有明显交通标识牌，全程约 60 公里

蒙牛乳业工业旅游区

焦作蒙牛乳业工业旅游区是蒙牛在中国最大的全资子公司之一，有液态奶、低温奶、冰淇淋三大系列产品，销往全国各地，说不定你每天喝的就是这里生产的。

如果你也想看一看这些奶制品是怎么被生产出来的，那就来厂区内的透明观光走廊看看。生产过程、智能化的立体储存库房、规范化的污水处理系统等一览无余。

地址：焦作市新区神州路东段

电话：0391-3566999

交通：焦作市区乘坐 11 路公交车可达

丹河峡谷景区

丹河峡谷景区是集山水风光、田园采摘、民俗接待、影视拍摄、婚纱摄影为一体的综合性景区。丹河蜿蜒曲折贯穿全境，丹河水倾碧吐玉、翠环百折，栲栳山雄奇险峻。野王二老石，为景区内一大胜景。有“华夏第一洞”之称的神仙洞全长 2 千米，呈九曲十八弯之势。始建于宋朝时期的六郎寨，规模庞大，保存完好，有“中原第一堡”之美誉。主要景点有赵国长城、古羊肠坂、唐朝水磨、宋代兵营、明清山村……游客可宿农家、食野味、品茗茶、赏皓月、观水磨、摘鲜果、看民俗、划竹筏、探奇洞。

地址：焦作市西北 36 公里

门票：40 元 / 人

电话：0391-5976777

交通：沁阳汽车站乘坐发往景区的专线班车可达景区

朱载堉纪念馆

朱载堉纪念馆曾是朱载堉和父亲郑恭王朱厚烷研习音律的郑藩乐府的一部分。1990 年大修后作为朱载堉纪念馆对外开放。朱载堉是明太祖朱元璋九世孙，郑藩第六代世子，他首创和实践了十二平均律的理论与计算，并且在天文、历法、音乐、舞蹈等广泛的领域里取得了多项世界第一，终成一代东方文艺复兴式的圣人。北京中华世纪坛文化长廊中永久性矗立着纪念 40 位中华文化名人的铜像，其中就有朱载堉。

地址：焦作市沁阳市北寺街薛街 1 号

电话：0391-5637578

交通：沁阳汽车站 1 路车到中心市场站可达纪念馆



石佛寺

石佛寺始建于后汉，后经金大定三年、明正德八年等几次大规模的修葺，其名声大震。据史料碑文记载，石佛寺“南邻黄津一带，北依太行三峰，西侧泉水附院，东有隆山嵯峨”，拥有优越的地理环境和良好的佛道因缘。20 世纪 30 年代，开封大相国寺得道高僧释竹斋到该寺出任住持法师，为寺院的弘法立下了不朽功勋。高僧圆寂后，其遗体焚化出 28 颗晶莹剔透的舍利子，被作为佛教珍宝。石佛寺目前是焦作市四城区唯一的一座佛教净土宗寺院，且为豫北地区最大的净土道场。

地址：河南省焦作市马村区白庄村
电话：0391-3943362
网址：www.jzsfs.com
门票：免费

净影景区

净影景区因盆地中部佛教净土宗千年古刹——“净影寺”得名，自古就是佛、道、儒三教高人逸士修身养性的圣地，被誉为“洞天福地”。值得一提的是净影寺僧人历来就有习武传统，逐渐形成了一套模仿猿猴动作的拳法，名曰“猿仙通背拳”，为中国武林中一朵珍贵的奇葩。

景区由五龙涧、云泉河、水晶掌等八大区域组成，内部树木葱郁、绿浪蔽谷、云蒸霞蔚猕猴遍布，兼具峡谷漂流、武学寻宗、休闲观光，游客可在轻松、自然中尽情享受净影山水和文化的神奇韵味。

地址：河南省焦作市修武县影寺村
网址：www.chinajzjy.com
电话：4009933990
门票：40 元 / 人
交通：
自驾：高速焦作站下一丰收路东行—山阳路北行—林邓线西行 1 公里—净影风景区方向

药王庙

药王庙，又名昭惠王行宫，是河南省现存最早的元代单体木结构建筑之一，因药王孙思邈在此行医、著书二十余载而得名。据所存碑文记载，该庙创建于北宋政和年间，当时殿宇巍峨，为太行之阳一大观。

药王庙园内有两株千年古树令人称奇，相传那已有千年历史的药王柏由药王孙思邈亲手栽育；而另一株千年子母槐，两人环抱不住，虽历经千年沧桑，但仍枝繁叶茂，呈现勃勃生机。

地址：河南省焦作市山阳区李贵作村
电话：0391-3216092
门票：免费参观
交通：焦作市区乘坐 3 路车可达景区

巡返庄园

巡返庄园的巡返大圆通寺依山而建，是仿唐宋风格的建筑群，寺周有南方风格的精致园林。巡返大圆通寺原名云灵禅寺，始于唐宋，据传由名僧法海（唐宣宗时宰相古怀庆府济源人裴休之子裴文德）所建，后毁于战火，近年新建并依托观音法号得名。如今是正在建设中的巡返大庄园三大主题园区（文化园林园、休闲度假园、特色购物园）中文化园林园的主体。

地址：焦作市山阳区巡返村（焦作至云台山旅游通道上）
门票：免费
交通：乘坐 26 路公交车即可直达

圆融无碍禅寺

圆融无碍禅寺简称为“圆融寺”，是中国唯一一处以佛教圆融思想而命名的千年古刹，也是韩国圆融宗祖庭。

地址：焦作市修武县当阳峪古瓷窑遗址西北的吕洞山上
网址：http://www.yuanrongsi.com
电话：0391-7801813
门票：免费
开放时间：8:00-17:30
用时参考：1 小时
交通：乘 31 路在圆融禅寺站下车可达



鸟瞰圆融寺

沁阳市博物馆

在天宁寺旧址上建立起来的博物馆。寺庙已经荡然无存，唯有金代天宁寺三圣塔伫立。馆中设苑是博物馆的一大特色，楼台亭榭与小桥流水的风景令人心旷神怡。此外还有几十块历代碑刻，尤以王铎和康熙的书法碑最为珍贵。

地址：焦作市沁阳市覃怀东路 1 号
电话：0391-5619710
网址：http://www.qybwg.cn/
门票：免费
开放时间：夏季 8:00-11:30，14:30-17:30；冬季 8:00-11:30，14:30-18:00
用时参考：1 小时



三圣塔



住宿 Hotel

云台山岸上服务区

如果打算在云台山玩两天，住在岸上服务区是最好的选择。作为云台山最热闹的服务区，这里的住宿已成规模，不仅客房设施齐全，而且服务比较规范，不少旅馆还带有自己的餐厅，住客吃饭可以打折。此外，服务区里有条不算长的商业街，既给吃饭提供了更多选择，也能买到一些当地特色产品。更重要的是，云台山售票处和景区公交集中点也在这里，去景点游玩非常方便。

非节假日期间，住宿可以砍价，一般几十元就能搞定一晚。



扫雪 热闹的岸上服务区

云台天阶国际饭店

目前云台山最好的酒店，从酒店步行至景区乘车点只要 3-4 分钟。房间内设施齐全，还有脚部按摩器，最棒的是每个房间都有观景阳台，可以远眺云台山风景。

地址：焦作市修武县云台山景区岸上服务区

电话：0391-7705777

参考价格：大床房 430 元左右 / 晚

七贤民俗村

云台山脚下以民俗文化为主题的人文景区。行走其间，古色古香的街道、房屋让人不禁以为穿越回了古代。如果你是一个吃货，特色小吃街一定是你的最爱。不仅能吃到各地美食，还能看到这些小吃的制作过程，最棒的是，你可以亲自动手参与制作。如果你对民间手工艺很有兴趣，那就不要错过民俗风情街，织布坊、酿酒坊、磨坊、豆腐坊等各种各样的手工坊都能在这里找到。民俗村内还有河南省最大的民俗博物馆，可以说是民俗爱好者的必游之地。此外，这里还有酒吧、餐馆、客栈、KTV、古玩街等，可谓是全方位游玩一步到位。

地址：焦作市修武县七贤镇转盘西一公里

电话：0391-7828888

门票：景区免门票，实行消费一卡通制，游客需去游客服务中心办理一卡通，然后即可在景区各个营业口刷卡消费

交通：乘 3 路在锦绣云台温泉（夏庄）下车可达



民俗村内的皮影戏表演

田园牧歌度假村

岸上服务区内比较高档的酒店，条件、服务都还不错。酒店依山而建，比较安静，但离商业街、售票处都不远，很方便。

地址：云台山景区岸上服务区

电话：0391-7709576

参考价格：标间 240 元左右 / 晚

云台山山水迎宾馆

宾馆的位置非常好，在商业街最末端，方便又闹中取静。住宿条件与七天等连锁酒店不相上下，性价比非常高。宾馆也提供餐饮服务，不仅比街上的价格便宜一些，味道还特别好。

地址：焦作市修武县云台山风景区岸上服务区西十街 1 号

电话：13839181593

参考价格：标间 110 元 / 晚

云台山荷塘大酒店（原云台山小马宾馆）

就在云台山景区售票处边上，步行 4、5 分钟就能到达景区的乘车点，周边吃饭、购物也方便。老板服务非常热情，经常开车接旅客到店。就是房间的隔音稍差些。

地址：焦作市修武县云台山风景区岸上服务区东六街 6 号（云台山景区售票处旁）

电话：13569184470

参考价格：标间 150 元 / 晚

修武云台山乡村人家时尚酒店

酒店位置很好，出门就是商业街，离购票处也不远。房间干净整洁，设施比较新。酒店的饭菜可口又实惠，住店还可以打八折。老板的服务也非常到位，有什么关于行程的问题可以直接咨询。

地址：焦作市修武县云台山风景区岸上服务区西十一街 1 号

电话：13523210227

参考价格：标间 120 元 / 晚

云台山山里人家

旅店离景区乘车点非常近。房间干净、设施齐全。



地址：焦作市修武县云台山景区岸上乡黑石岭服务区三街 2 号
电话：13782817805
参考价格：标间 80 元 / 晚

焦作市区

若要游玩焦作其他景点，或不想住在岸上服务区，推荐住在焦作市区，尤其是建设路一带，到达各个景点都很方便。

三维戴斯酒店

这家五星级酒店可以说是焦作本地最好的酒店之一，设施、服务都比较完善。距云台山约半小时车程，临近步行街，商场、超市齐全。

地址：焦作市解放区民主路 555 号（毗邻三维商业广场和解放区政府）
电话：0391-2288888
交通：乘 26 路在大张惠利佳站下车可达
参考价格：行政客房 500 元左右 / 晚

月季花园酒店

作为一家四星级酒店，月季花园的条件还不错。步行至焦作的繁华商业区只要 10 分钟左右，距火车站仅有 2 公里，饭后还可去旁边的月季公园散步。

地址：焦作市解放区果园路 48 号
电话：0391-2618888
交通：乘 17、18、20、24、30 路等公交车可达。
参考价格：标间 300 元左右 / 晚

轩成大别山商务酒店

三星的商务酒店。环境还可以，不过设施稍显陈旧。从性价比来说还不错。

地址：焦作市山阳区南阳路与丰收路交叉口
电话：0391-2992222
交通：乘 12 路公交车在龙源湖公园站下车可达
参考价格：商务标间 210 元左右 / 晚

山阳建国饭店

老牌高档酒店。虽然略显陈旧，但设施齐全、服务到位。离焦作火车站仅有 5 分钟车程。

地址：焦作市解放区解放中路 299 号（近焦东路）
电话：0391-3929999
交通：乘 26、37 在山阳建国饭店站下车可达
参考价格：标间 300 元左右 / 晚

如家快捷酒店（焦作建设路旅游汽车站店）

这家旅店最大的优势就是地理位置好。步行至焦作旅游汽车站不到 10 分钟；离焦作火车站只有 3 站公交的距离。住宿条件和服务也都不错。

地址：焦作市解放区建设路 32 号
电话：0391-6386111-9
交通：乘 12、27 路等公交车在物资城站下车可达
参考价格：标间 150 元 / 晚

奥斯卡假日酒店

奥斯卡假日酒店的设施、服务都还不错。最重要的是有停车场，对于打算自驾去云台山的蜂蜂来说是个不错选择。距离云台山车程 40 分钟，影视城 20 分钟，很方便。

地址：焦作市焦东南路 1561 号（近建设路）
电话：0391-2777777
交通：乘 18 路在劳动力市场下车可达
参考价格：标间 250 元 / 间

中州快捷酒店（焦作解放路店）

毗邻东方红广场，交通便捷，周边配套齐全。内部设施完善，服务态度好，停车也很方便，可谓是物美价廉。

地址：焦作市解放区解放中路 482 号，工字路与解放路交叉口
电话：0391-3979999
交通：乘 4、9、10、28 内环、28 外环、33、38 路等在亚细亚大酒店站下车可达
参考价格：标准间 120 元 / 晚

建港大酒店

三星级的酒店，性价比还不错。

地址：焦作市解放区果园路 19 号（果园路与和平西街交叉口北约 50 米处）
电话：0391-2682288
交通：乘 18 路在建港大酒店站下车可达
参考价格：标间 200 元左右 / 晚

锦江之星（焦作体育馆店）

交通方便，门口就是公交车站。距离焦作火车站、焦作旅游汽车站只要 20 分钟左右的车程。

地址：焦作市山阳区解放路与山阳路交叉口南 200 米（原焦作日报社）
电话：0391-3731111
交通：乘 10、28 内环、28 外环等在焦作日报社站下车可达
参考价格：标准房 130-190 元 / 晚

学苑宾馆

酒店在河南理工大学万方学院附近，环境不错，且交通便利。

地址：焦作市解放区解放中路
电话：0391-3981502
交通：乘 17 路在学苑宾馆站下车可达
参考价格：标间 130 元左右 / 晚

浣溪沙精品酒店

非常人性化的一家酒店。房间的设施齐全、温馨，服务贴心，还送酸奶、水果、自助餐。

地址：焦作市解放区车站街 69 号
电话：0391-2126666
交通：乘 16、30 路等在女子职专站下车可达
参考价格：标间 200 元 / 晚



餐饮 Eat

焦作的餐饮以豫菜为主，可以品尝到众多河南美食。

云台山景区内的餐厅可以吃到很多当地特色菜品，如鸡头参炖土鸡、山药、山木耳等，但价格较贵，一盘荤菜价格在 50 元左右。比较方便的是，服务区的旅店大多都有自己的餐厅，住宿的旅客可直接在自己的住店品尝农家菜，价格相对实惠。除了炒菜，景区内也有很多传统河南小吃，如武陟油茶、烩面等，价格比较便宜，人均 10 元左右就能解决。另外，景区内也有一些西式快餐厅，提供汉堡等速食套餐。

相比之下，焦作市区的选择更多。不仅有更丰富的河南美食可尝试，也能吃到来自全国各地的不同风味。

特色美食

河南烩面

河南烩面是河南的特色美食。它是一种类似宽面条的面食，以优质高筋面粉为原料，辅以高汤及多种配菜。汤好面筋斗、营养高，分汤面和捞面两种。汤面主要有羊肉烩面、牛肉烩面、三鲜烩面、五鲜烩面。修武县和云台山景区内的一些面食餐厅都可以吃到。



林爱念念 河南烩面

煎烧黄河鲤鱼

采用黄河鲤鱼、葱、大姜、蒜、花椒等精心烹制而成，其肉质鲜嫩弹牙，回味鲜香。

焦作柿饼

用柿刀将柿皮去掉，晒至半干，装在大缸中用泥将口封严，闷成一身白霜即成柿饼。焦作柿饼与别处柿饼不同，晒得干、体积小、不易腐坏，用刀切开从横剖面看到柿心空，四下有裂纹，人称菊花心，可以制作糕点。

煎烧黄河鲤鱼

采用黄河鲤鱼、葱、大姜、蒜、花椒等精心烹制而成，其肉质鲜嫩弹牙，回味鲜香。

怀府闹汤驴肉

闹汤驴肉是豫菜中的名角儿，而焦作的闹汤驴肉名气大是因为它选料精、制作讲究、闹汤配制独特，所以味道更是一绝。



林爱念念 闹汤驴肉

武陟油茶

武陟油茶是武陟历史悠久的传统特产，在武陟名吃中堪称一绝，既是饭，又是茶。它是由多种天然绿色食品面粉、花生、芝麻、豆类、果仁等加上多种天然调料精制而成，具有很高的营养滋补功能。因其味感纯厚、香气馥郁、食用方便，为很多国内外游客所喜爱。

浆面条

浆面条是博爱县的传统美食，也叫酸面条。发酵后的浆酸味纯正、易于消化。

山韭菜炒鸡蛋

看似家常的韭菜炒鸡蛋到了云台山便摇身变为一道特色菜。土生土长的山韭菜配上自家饲养的小山鸡下的蛋，别有一番鲜香，在云台山游玩的游客一般都会点这道菜尝尝。





靳贤书烧饼

焦作市区最有名的靳贤书烧饼是以制作人的名字命名的，制作工艺有几十年的历史，有黄焦酥脆不变形、不发硬的特点。此烧饼有 10 余个品种，大致可分大油酥、糖油酥（与南豆油酥、山楂酥、水晶酥同属一类）、肉油酥、三角酥 4 类。

修武黑山羊

修武黑山羊个大肉多，肉质鲜香细腻，而且无膻味。据说其营养价值很高，有益气补肾、祛寒暖胃的功效。可清炖，可葱爆，吃法多样。

牛膝炖土鸡

采用本地农家放养的土鸡，加牛膝炖制而成，食之有散淤血、消肿的功效，土鸡补气、生血，两者一起炖制，对肝肾不足、腰膝酸痛、四肢不力有特效。

十足全虫

云台山十足全虫（即十条腿的蝎子），因为比别处的蝎子多两条腿而成为驰名中外的名贵药膳。十足全虫经过油炸，虫壳金黄透明，食用有益健康，有治风湿、舒筋、活血的功效。

混浆凉粉

混浆凉粉是孟州市的传统美食。将绿豆磨成豆粉，再经加热搅拌成糊状，装入盆、盘放凉，切成条状，配芝麻酱、麻油等调料凉拌即可食用。

推荐餐馆

云台山风景区

云台山餐饮服务中心

云台山风景区内的餐馆，比较适合解决游玩中的午餐问题。主要是云台山的一些特色菜品，比如四大怀药、松花蛋、驴肉等。

地址：焦作市修武县云台山风景名胜区内猕猴谷内
电话：13903913020

云台山岸上服务区

浮云游岸 岸上服务区是一条 200 米的小吃美食街，里面各种各样的特产和美食，总有一款适合你。我最喜欢的是老程家的牛肉胡辣汤，吃了一碗不过瘾，再吃一碗，吃完浑身舒畅。

云水肴私房菜

算是岸上服务区比较大的餐馆，位置很显眼。招牌是云台山这边特有的鸡头参炖土鸡：将完整的土鸡与鸡头参一起炖汤，吃起来鸡肉软烂、鸡头参又嫩又甜，再配上鲜美的汤汁，回味无穷。另外还可以尝尝以云台山特产的铁棍山药炒制而成的木耳炒山药。

地址：焦作市修武县云台山岸上服务区云台天山阶国际酒店左邻 100 米
联系方式：15036538360
营业时间：10:00-24:00
参考价格：人均 59 元

大槐树烩面

与云水肴挨着，内部环境还可以。菜量比较大，不过对于部分食客来说菜的口味重了些。但总体上在景区里算是性价比较高的餐厅。

地址：焦作市修武县云台山岸上服务区云台天山阶商业街二号楼
联系方式：0391-7705401
营业时间：9:30-22:00
参考价格：人均 34 元

驴肉烩面馆

驴肉烩面馆的烩面算是云台山上味道比较好的，不过其他菜就比较中规中矩了。

地址：焦作市修武县云台山岸上服务区商业街美食一条街东八街 1 号
联系方式：0391-7709918
营业时间：全天
参考价格：人均 34 元

焦作市区

郑一面莊（大杨树店）

郑一面庄算是焦作的老字号了，人气很高。鱼头和毛肚是他家的招牌菜，尤其是鱼头，味道鲜、肉质嫩，剩下的鱼汤还可以拌面吃。不过，既然叫面莊，面食是肯定少不了的，猫耳面、烩面和油泼面都颇受好评。

地址：焦作市解放区大杨树商业街西头（QQ 堂 KTV）
电话：11:00-14:00，17:30-21:30
营业时间：0391-2856669
交通：乘 18 路在建港大酒店下车可达
参考价格：人均 30 元

新五美食

新五美食开了有一定年头了，也算是豫菜的代表，当地人都喜欢管它叫阿五。虽然最近有些当地人认为它家菜品的质量有所下降，但还是值得尝试，尤其是阿五炒饭和阿五豆腐，进店必点。

地址：焦作市解放区大杨树餐饮一条街 9 号楼
电话：0391-2768555/2769555
营业时间：11:00-14:00，17:30-21:30
交通：乘 11、15 换线在大杨树商业街站下车可达
参考价格：人均 50 元

怀庆老董家

如果你想尝尝焦作有名的驴肉，那老董家就是个很好的选择。他家做驴肉非常有名，闹汤驴肉、驴肉丸子、驴肉饺子、驴皮羹、驴肉串等各种驴相关的菜品一定让你一次尝个遍。

地址：焦作市解放区果园路杨树街交叉口东北角（近建港大酒店）
电话：0391-2680777/2781881
营业时间：11:00-14:00，17:00-21:00
交通：乘 18 路在建港大酒店下车可达
参考价格：人均 58 元

郑师傅百饺园（南通路店）

在焦作开了十几年的粤菜老字号。菜式多，黄河鲤鱼是必点。环境、服务也都不错。

地址：焦作市解放区南通路与建设路交叉口南 200 米路西（近站前路）
电话：0391-2685566
营业时间：11:00-14:30，17:30-21:00
交通：乘 18 路在秋水饭店站下车可达
参考价格：人均 45 元



清阁苑食府（新区店）

焦作比较有名的清真餐馆，不仅环境好，价格还亲民。几个招牌菜的味道都很不错，尤其是肉串，肥瘦相间、外酥里嫩。

地址：焦作市解放区人民路丰泽园小区东门（近人民路）

电话：0391-2987999

营业时间：10:00-21:30

交通：乘 10、12、17、21 路在丰泽园小区站下车可达

参考价格：人均 35 元

嘉园大酒店

嘉园是焦作出了名的吃烤鸭的店。他们家的烤鸭外皮酥脆，深受焦作人的喜爱。

地址：焦作市山阳区太行路蓝波湾西侧隔壁

电话：0391-3297999 0391-3297888

营业时间：11:00-14:30, 18:00-21:30

交通：乘 26、28 内环、28 外环、29 路在新东集团下车可达

参考价格：人均 52 元

艳阳天花园酒店（摩登店）

焦作比较上档次的饭店，环境很好，服务也非常到位。特色菜是烤鸭，来了必点。

地址：焦作市山阳区摩登街东段路北（近人民路）

电话：0391-2993088

营业时间：11:00-14:00, 17:30-21:00

交通：乘 18 路在百康源大药房站下车可达

参考价格：人均 44 元

购物 Shopping

山药木锤酥、五里源的松花蛋、武陟油茶是当地著名的土特产，在云台山百家岩购物中心可以买到，景区周边也有很多专营特产的超市。

特色商品

山药木锤酥

山药木锤酥是将山药与花生、核桃等干果，熬制好的糖浆混合在一起，再用木槌砸至饼状，趁热切制而成。味道香酥，甜而不腻。

云台山岸上服务区有很多卖山药木锤酥的商铺，街口的那家比较受欢迎，大概 15-20 元 / 斤。



林爱念念 切成片的山药木锤酥

四大怀药

“四大怀药”泛指焦作市温县及周边地区沁阳、孟州、博爱、武陟、修武等地所产的牛膝、山药、地黄、菊花四种中药药材。被誉为“国药”、“华药”受到国家原产地地理标志产品保护，明清时期贵为宫廷贡品。尤其适合作为送给长辈的礼物。

海蟾宫松花蛋

海蟾宫松花蛋是修武县五里源乡的传统特产。海蟾宫松花蛋长存不坏，打开呈固体状，红清黑黄，蛋清透明，并有一朵朵状若松针、晶莹秀丽的松花图案，柔软适中、香气袭人、食之余香绕口。

绞胎瓷

绞胎瓷亦称“搅胎瓷”、“透花瓷”，产于修武县当阳峪村，源于唐朝，兴于宋朝。它用两种以上颜色的瓷泥做胎成型、焙烧而成。绞胎瓷表里如一，内外相通或相同，一胎一面不可复制，是河南省非物质文化遗产。

山阳刺绣

山阳刺绣与“汴绣”齐名，是用乱针绣与平针绣相结合手法绣制的“山水写真绣品”，尤以体现焦作山水为主。它兼具北方刺绣的雄浑大气与南方刺绣的婉约秀美，成品栩栩如生、绚丽多彩。

推荐购物地

云台山附近有些超市可买到当地特色产品；如需满足一些基本需求，可选择在城区里的大商场购买。

怀府超市

离云台山比较近的特产超市，四大怀药、沁阳闹汤驴肉、五里源松花蛋、武陟油茶等当地特产都可以在这里买到。除此之外，你还在这里找到一些河南其他地方的特产，如信阳毛尖、少林寺酥饼等。

地址：焦作市修武县七贤镇东夏庄村转盘南 800 米路西

电话：15138057777

汇鑫特产超市

云台山附近的特产超市，铁棍山药、沁阳驴肉、五里源松花蛋、武陟油茶、云台山野菜等特产都可以在这里买到。



地址：焦作市修武县方庄镇转盘西 1000 米路北
电话：13703919069

青天河旅游购物中心

青天河景区内的购物中心，可买到铁棍山药、山韭菜、怀姜炸酱、怀山药、怀地黄、怀菊花等特产。

地址：焦作市博爱县青天河景区内

从郑州机场回程的游客还可以在机场购买河南省特色产品。

太极庄商贸有限责任公司

主要经营以四大怀药为原料进行深加工的产品，产品种类多达三百余种，有兴趣的蜂蜂可以前往选购。

地址：焦作市解放区解放路与西环路十字路口西南
电话：0391-2310391
交通：乘 21 路在二运公司站下车可达

山阳绣庄

地址：焦作市塔北路闫河小区
电话：0391-2775166
交通：乘 28 内环、28 外环、31 路在交警支队站下车可达

金谷轩绞胎瓷艺术有限公司

地址：焦作市区山阳新安路东段龙鑫药城 9 号楼
电话：13069415816
交通：乘 10、36 路在银都花园站下车可达

三维商业广场

地址：焦作市解放中路 908 号
电话：0391-2288000
交通：乘 9、17、18、20、21、28 内、28、外环、38 路公交车在新亚商厦站下车可达

焦作王府井百货

地址：焦作市人民路与民主南路交叉口
电话：0391-3399288
交通：乘 5、12、14、15 环线、17、18、39 路在人民广场站下车可达

焦作市百货大楼

地址：焦作市解放区解放中路 151 号
电话：0391-2922054
交通：乘 38 路在百货楼站下车可达

丹尼斯百货焦作店

地址：焦作市山阳区塔南路 558 号
电话：0391-2986888
交通：乘 10、15 路环线在丹尼斯广场站下车可达

娱乐 Entertainment

云台山景区内有不少特色娱乐项目，如猕猴表演、太极表演、竹筏等。另外，景区内有的农家宾馆还提供田间篝火、果园散步、骑马、采摘等娱乐项目。

猕猴表演

云台山的猕猴谷每天都会定时上演猕猴表演，一场约 20 分钟，由军事训练、巧接飞刀、法制教育、古戏表演、推车球艺表演五个环节组成，灵巧的猕猴当街杂耍卖艺一定会让你印象深刻。如果想看猕猴表演，一定要看好时间提前去，否则晚了就没好位置了。

dodo 猕猴表演中猴子高空快接飞刀最精彩，就是担心它一不留神被刀扎着。

票价：免费

表演时间：9:00、10:00、11:00、14:00、15:00、16:00

表演地点：猕猴谷



林爱念念 猕猴们生动的表演常常引得众人驻足围观

太极拳表演

焦作作为太极拳的发源地，自然少不了这项运动的表演。如果你恰好对太极拳有兴趣，可以留意一下云台山小寨沟的太极拳表演，在水上舞台上表演的太极拳法别有一番意境。一场约 30 分钟。

票价：免费

表演时间：9:00、10:00、11:00、14:00、15:00、16:00、17:00

表演地点：小寨沟广场



林爱念念 水上太极拳表演



竹筏

朋友们三五成群，划着竹筏惬意嬉戏于溪中，感受“小小竹排江中游”。

地址：小寨沟入口处
价格参考：20 元 / 人

节庆 Festivals

中国 · 焦作国际太极拳交流大赛

时间：8 月中下旬，2 年一届

这是目前国际公认度最高的太极拳赛事，每 2 年举办一届，每次都会有来自 30 多个国家和地区的数千名太极拳爱好者参加比赛。对于喜欢太极拳的蜂蜂来说，这是个不错的交流机会。

云台山国际登山挑战赛

时间：9 月 9 日

云台山国际登山挑战赛是云台山一年一届的登山盛会。比赛分专业青年组、专业中年组和群众组等组别，特别选择了云台山百家岩、万善寺、茱萸峰、高山草甸等景点为赛段，使参赛运动员既能竞技比赛，又可以领略到云台山的风土人情和特色景观。

焦作红叶节

时间：10 月中旬

每到金秋十月，漫山红叶都会将靳家岭层林尽染。在太行红叶最迷人的时候，青天河景区就会举行焦作红叶节的开幕式。红叶节期间，游客可以体会靳家岭红叶“气势壮观、色泽鲜艳、景观期长、宜于观赏”的鲜明特色，这极富感染力的视觉震撼一直以来深受游客喜爱。

中国云台山国际旅游节

时间：10 月

每 2 年一届，迄今已经成功举办 12 届，以形式多样的主题活动展现太极圣地 · 山水焦作的独特魅力，展现云台山世界地质公园的美丽风采。云台山国际旅游节曾荣获 2010 年度中国最佳旅游节庆奖、第三届节庆中华 · 区域拉动奖、2014 年中国节庆全国交流大会 “当代节庆品牌逾 10 年纪念著名品牌奖”。

线路推荐 Routes

焦作景点所需的游玩时间大多比较长，游玩云台山就要 1-2 天的时间。如果时间比较充裕，还可以到周边的青天河、神农山、影视城等景点游玩。

焦作山水三日游

线路设计

- D1：云台山——潭瀑峡——泉瀑峡——红石峡——万善寺
D2：云台山——茱萸峰——叠彩洞
D3：青天河

线路详情

D1：早上 7:00 左右乘车前往潭瀑峡游览，后坐观光车游览泉瀑峡，中午在景区内就餐、小憩。下午乘车前往红石峡景区游览，后前往万善寺游览，最后返回宾馆休息。

D2：早上 7:30 左右出发，开始登台阶爬茱萸峰。观赏奇峰异树、天然溶洞等景观。下午 15:30 左右下山，同时游览十八盘叠彩洞、西瀛观、丹凤朝阳、佛龛峰等景点；结束游览后返回宾馆休息。

D3：游玩青天河景区，上午先到大泉湖景区游览，时间 3 个小时左右。中午在大坝游览区吃午饭，下午游览月山寺和西峡，晚上 18:00 返回宾馆。

云台山峡谷极品“一日游”

如果只有一天时间游玩云台山，可以选择最精彩的几个景区游玩。

线路设计

红石峡——潭瀑峡——中餐品尝云台山怀药膳——叠彩洞——茱萸峰

台山西区青龙峡、峰林峡二日游

线路设计

- D1：青龙峡望亲亭——叠翠滩——望龙瀑布——千年柳榆林——宿景区
D2：峰林峡——天王峰——船游老君滩——葫芦岛——神女峡——大坝与猕猴嬉戏（返程）

青天河、神农山二日游

线路设计

- D1：青天河大泉湖——观音峡——靳家岭（月山寺）——宿景区、县城
D2：神农山紫金顶——龙脊长城——静应湖——二仙庙（返程）

焦作山水精华两日游

- D1：云台山红石峡——潭瀑峡——宿市区
D2：青天河——焦作影视城（或神农山——焦作影视城）——返程

焦作山水精华三日游

线路设计

- D1：云台山红石峡——潭瀑峡——宿市区
D2：青天河——焦作影视城（或神农山）——焦作影视城——宿市区
D3：太极圣地陈家沟——嘉应观（或圆融寺）——宿市区

实用信息 Practical Information

语言

焦作方言与河南话稍有不同，口音有点像山西话。焦作市区口音与河南话差别不大，但南边孟州话比较接近洛阳话，其他地区则带有“怀庆口音”，有入声调和入声韵。不过当地人都会说普通话，沟通没有问题。



银行

主要的几大银行在焦作市区都设有网点，十分方便。但云台山景区内没有银行，最近的银行在方庄镇，且只有农业银行和邮政储蓄银行。虽然云台山景区有些餐馆、酒店可以刷银联卡，但还是建议带足够的现金，方便使用。

邮局

焦作市区有多个邮局网点，如有需要，可就近寻找。

云台山景区内没有邮局，最近的邮局在方庄镇，可以寄送物品。

电话

急救：120

交通事故报警电话：122

焦作旅游咨询电话 12301

焦作旅游投诉电话：0391—3992511

焦作旅游局：0391-3569651

医院

焦作市人民医院

地址：焦作市解放区解放中路 267 号

联系方式：0391-2662210

到达交通：乘 3、5、9、10、12、18、29、37 路等在人民医院站下车可达

焦作市第二人民医院

地址：焦作市解放区民主南路 17 号

联系方式：0391-2631914

到达交通：乘 1、2、3、5、8、12、14、15 环线、16、20、33、36、37 路等在二医院站下车可达

旅行安全

1、患有心脏病、肺病、哮喘病、高血压的游客，建议不要从事水上、高空活动。

2、参加水上漂流时，需要按规定穿好救生衣。

3、爬山时要小心谨慎，溪边玩游戏水，不要超警戒水位线，不习水性者，不要独自下水。

4、建议自备常用药品，如伤风感冒药、创可贴、泻立停等。

外部交通 Getting There

飞机

外地可乘飞机到郑州、洛阳，然后再转乘汽车或火车到焦作。

焦作民航售票处问询电话：0391-2922222/3299898

郑州新郑国际机场

地址：郑州市机场迎宾大道

网址：<http://www.zzairport.com/>

联系方式：0371-68510055

交通：郑州机场有发往焦作市区的焦郑城际火车，每天对发 1 个班次，二等座票价 44 元 / 人。也有来往焦作市区的机场大巴，每天对发 10 个班次，市区乘车点在焦作海天假日酒店，白天平均 1 小时 / 班，票价 50 元 / 张，车程 1.5 小时。

洛阳北郊机场

地址：洛阳市孟津县邙山镇

网址：<http://www.luoyangairport.com/>

联系方式：0379-62328666/62328667

交通：在飞机场候机楼站坐 83 路在洛阳站（西广场）站下车，再转乘火车至焦作

火车

焦作市的客运火车站为焦作站。

在郑东高铁站和郑州火车站有发往焦作的焦郑城际火车，二等座票价 28 元 / 人。

每年 4-10 月的周末，会开行北京至焦作、武汉至焦作的“云台山号”系列旅游专列。

北京—焦作旅游专列咨询电话：010-63511342/2310004

武汉至焦作旅游专列咨询电话：027-88065579/2310002

焦作火车站

地址：焦作市解放区站前路 129 号

电话：0391-2565362

交通：乘 1、3、5、6、7、8、12、13、16、20、30、36、37、39 路等公交车在火车站下车可达

汽车

焦作市高速公路四通八达，东达省会郑州接京港澳高速，南跨黄河接连霍高速，西连济源接二广高速，北出太行接太晋高速，景区之间交通快速便捷。

焦作市长途客运站

现有每天发往北京、上海、天津、广州、南京、深圳、潮州、杭州、温州、济南、西安、徐州、太原、武汉、嘉兴、沈阳、唐山、青岛等地的客车。

地址：焦作市解放区迎宾路 259 号

电话：0391-2981155

内部交通 Getting around

出租车

起步价白天 5 元 / 2km，夜间（22:00-次日 6:00）6 元 / 2km，续乘均为 1.4 元 / km。

等候费：5 分钟以内免费，超出部分按每 5 分钟 / 1km 计费。



焦作市也有方便的城际约租客运汽车服务，提供包车拼车服务，随时约租，可提供私人定制线路包车服务，方便游客去景区或者周边城市，服务电话 96606 或 0391-6361111

公交车

焦作有 38 条公交线路，其中包括 5 条市郊线路，覆盖了大部分地区，十分方便。票价一般为 1 元。

汽车

焦作许多汽车站都有发往云台山、青天河、神农山等景点的班车，可视情况选择。

焦作旅游汽车站

有可到青天河、神农山等地的班车。

地址：焦作市建设西路（近大铜马转盘）

联系方式：0391-2629095

交通：乘 12、27 路等在铜马东站下车可达

焦作市汽车客运总站

有发往河南省内多地的班车，也有前往云台山的班车。

地址：焦作市解放区迎宾路与映湖路交叉口

联系方式：0391-2981155

交通：乘 4、10、12、17、20、21、27、30、39 路等在客运总站下车可达

修武汽车站

有发往云台山、焦作、郑州等地的班车。

地址：焦作市修武县

联系方式：0391-7192134

旅行路上 Travel With This

推荐影视《卧薪尝胆》

这部电视剧主要围绕历史上著名的吴越之争展开。强大的演员阵容绝对算是一大亮点，陈道明的越王勾践，胡军的夫差……如果你计划去焦作影视城，不妨先看看这部剧，届时可以找找到底哪些场景在剧里出现过。



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

