

<<拉萨攻略>>

图书基本信息

书名：<<拉萨攻略>>

13位ISBN编号：9787503242748

10位ISBN编号：7503242744

出版时间：2012-1

出版时间：中国旅游出版社

作者：《拉萨攻略》编写组

页数：264

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<拉萨攻略>>

### 内容概要

本书内容简介：拉萨最值得推荐的97个地方，玩转拉萨，自由行全攻略，超级便利资讯翔实，最新最完备拉萨自助游，玩家特别策划，拉萨最N主题行程推荐，最地道拉萨，盘点拉萨美食，拉萨的慵懒时光，不可不知的拉萨节日。

## &lt;&lt;拉萨攻略&gt;&gt;

## 书籍目录

主题行程推荐

盘点拉萨美食

拉萨的慵懒时光

拉萨的节日

## 1 经典之行Special

高源的视觉盛宴

布达拉宫·神来神往的圣殿

药王山·在山巅闪光的信仰

大昭寺·虔诚的一生膜拜

八廓街·时光年轮的市井

罗布林卡·宝贝的绚丽花园

西藏博物馆·荡气回肠老时光

## 2 寺庙

追寻心灵的声音

哲蚌寺·高原的盛会

乃穷寺·神话中的圣地

小昭寺·安静的凡间生活

色拉寺·六个世纪的辩经声

扎基寺·朝阳中的财神传说

帕邦喀·龟形石上的宫殿

扎耶巴寺·一千五百年的隐修地

甘丹寺·旺波日山上的学院

楚布寺·活佛的前生后世

老城内的的小庙·隐秘的桑烟

扎什伦布寺·生生！

不患的辉煌

萨迦寺·精美壁画的历史之声

白居寺·人与自然的静默

夏鲁寺·菩提树的新生嫩叶

桑耶寺·宇宙间的古老经幡

青朴修行地·荒野里的苦行者

热振寺·藏在比北方更远

昌珠寺·安宁祥和的珍宝丛林

## 3 老城·遗迹Old Town

沉浸历史的故事

拉萨老城·巷子中的拉萨故事

俊巴渔村·西藏唯一打鱼的村庄

龙王潭·布达拉宫的后花园

江孜宗山堡·红河谷的英雄之城

帕拉庄园·旧日贵族的奢华

甲玛赤康·松赞干布的故乡

藏王墓·藏王的最后宫殿

雍布拉康·天幕下的古堡岁月

## 4 酒吧·咖啡厅Bar &amp; Caf é

慵懒与惬意的时光

<<拉萨攻略>>

玛吉阿米·八廓街边的黄房子  
冈拉梅朵·日光中庭下的雪莲  
DUNYA餐吧·欧洲情调的移植  
矮房子音乐酒吧·老屋内的音符  
念民间音乐酒吧·音乐的原创精神  
顶峰咖啡·美国人的咖啡味  
西藏印象·听卓玛姑娘在歌唱  
野牦牛·越野人聚会所  
容中尔甲朗玛厅·高原上的夜生活

.....

- 5 美食
- 6 情调客栈
- 7 搜购
- 8 周边山水

## &lt;&lt;拉萨攻略&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：位于中国和尼泊尔边界的珠穆朗玛峰，是喜马拉雅山脉带给世人永恒的惊喜。藏语中“珠穆朗玛”意为“第三女神”，清朝康熙五十六年（1717年）编绘的《皇舆全览图》中，不仅精确地标示了珠峰的地理位置，还将其称作“朱姆朗玛阿林”，直到1952年，才被正式命名为珠穆朗玛峰。

珠穆朗玛峰一峰跨两国的情况也较为少见，它的北坡在我国定日县境内，南坡在尼泊尔境内。1989年珠穆朗玛自然保护区建立，1993年这里被定为国家级自然保护区，保护区面积338万公顷。2005年保护区荣获国家4A级旅游风景区。

置身于珠穆朗玛峰自然保护区，体会着雄浑雪山扑面而来的气势，享受着高海拔清冽甘甜的空气。裸露的珠峰以它雄俊的身影凌驾于万峰之上，金字塔般洁白的峰顶时隐时现，足以让每个欲一睹其风采的人感受到它的神秘，观者从铺展眼前的画面中，仿佛聆听到许多雪山故事，而这故事里还时常混合着某种看淡生死的味道。

冰川：珠穆朗玛峰自然保护区分布着多种罕见的冰川地貌，峰顶终年积雪不化。

不化的冰雪逐年形成冰川，最长的绒布冰川达26公里，冰舌平均宽约1.4公里。

加之5500米雪线以上还广泛分布着悬冰川、冰斗、刃脊等其他冰雪地貌，远观之下，银装素裹，泳峰高耸。

仿佛珠峰的历史不是写在书本里，而是写在这些圣洁而庄严的冰川上。

去往绒布冰川沿途，雪山融水形成曲折的溪流一路向低处赶路，谁都知道每上行一步，环境体验就越恶劣，年平均6的气温，大概是珠峰震慑所有外来者的第一件武器。

珠穆朗玛峰8848.13米的高度从1975年一直被沿用，直到2005年10月，国家测绘局重新为珠峰测高后，公布其新高度为8844.43米。

于是人们说，连珠峰的高度都变了，世上还有什么可以永恒。

但正如珠峰脚下的藏族同胞所说，无论高点还是矮点，珠峰世界第一的位置是永恒的。

保护区：珠穆朗玛峰自然保护区内，拥有4座海拔8000米以上的山峰，分别是：8463米的马卡鲁峰；8516米的洛子峰；8844.43米的珠穆朗玛峰和8201米的卓奥友峰。

## <<拉萨攻略>>

### 编辑推荐

《拉萨攻略(2012-2013最新玩全版)》：涵盖日喀则，山南，林芝地区。

<<拉萨攻略>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>