

南航  
独家

中国南方航空  
CHINA SOUTHERN

# TO DO LIST

前往洪崖洞赏夜景

游览解放碑

欣赏壮观的喀斯特地貌

看两江交汇的波澜壮阔

中国南方航空旅游攻略

# Chongqing

## 重庆

亚洲系列



扫描上方二维码  
更多粉丝福利



城市印象

01

推荐行程

02



景点

03

美食

04



购物

05

住宿

06



交通

07



行程

08

Chongqing



## 1 城市印象

## 城市速览 City Brief

# 山城 ## 香辣美食 ## 美丽城景 #



重庆是中国四大直辖市之一，简称巴或渝，位于中国西南部，长江上游。重庆四面环山，依山而建，又因地处盆地边缘，两江汇合处，常年雾气朦胧，故而又有“山城”与“雾都”之称。重庆也因其美食、美景而闻名，重庆美食集热、麻、香、辣为一身，重味不重形，引无数食客竞折腰。重庆的山城夜色是一绝，不论是在南山上远眺，还是坐长江索道从空中俯瞰，都能欣赏到璀璨的夜色。

## 目的地情报

目的地	所属省份
重庆	四川省
外文名	别名
Chongqing	山城
地方语言	面积
重庆话	8.24 万平方公里
著名景点	人口
解放碑 洪崖洞 丰都鬼城 重庆武陵山森林公园	超过 3000 万人
特色美食	南航航班信息
火锅 酸辣粉 小面 豆花 麻花 抄手 鸡杂 毛血旺 水煮鱼	目前，南航已开通广州 - 重庆、深圳 - 重庆两条航线

# 必做的事 To Do List

01

## 前往洪崖洞赏夜景

漫步吊脚楼，感受千与千寻的魔幻世界。

02

## 游览解放碑

感受重庆最繁华的商业地段之一，享受购物的乐趣。

03

## 走进磁器口古镇

造访重庆著名的千年古镇，品味传统巴渝美食。

04

## 探秘武隆天生三桥

欣赏壮观的喀斯特地貌，感受大自然的鬼斧神工。

05

## 体验长江索道

在透明的车厢里，感受飞渡长江的惊险。

06

## 参观重庆中国三峡博物馆

如果你想了解重庆和三峡当然要去这个博物馆。

07

## 一览嘉陵江

看两江交汇的波澜壮阔，乘船夜游灯火辉煌的山城。



# 旅游日历

## Travel Calendar

October

1

### 重庆美食文化节

虽然无论什么时候去重庆都可以品尝到重庆美食，但是重庆举办美食文化节期间，进行餐饮名店的评比活动，并设“夜市一条街”，饕客们不可错过。

June

1

### 重庆国际啤酒饮料节

重庆国际啤酒饮料节集狂欢、文艺演出、消夏纳凉、啤酒品牌评选于一体的文体盛会，被誉为重庆的慕尼黑啤酒节。通常于夏季在渝中区的珊瑚公园举办。

January

初

一、十五

### 磁器口庙会

每逢庙会，四面八方的人都会来赶磁器口庙会烧香拜佛，求香还愿。随着时代的变迁，现在的磁器口庙会多了耍龙灯、唱春台戏、走旱船、说评书、街头杂耍等民俗活动。

October

1

### 铜梁龙灯艺术节

以“龙”为核心的大型艺术盛会，每年在铜梁县举行，其中有“龙之风”中华龙舞表演邀请赛、“龙之魂”大型歌舞晚会、歌星笑星晚会、“龙之韵”龙文化艺术展等。

## 最佳旅行时间

因重庆属亚热带季风性湿润气候，3-5月、9-10月是重庆的春秋季节，气温最为舒适，不冷不热，是重庆的最佳旅游时间。

## 穿衣指南

6-8月气候炎热时最好着轻衫，保证透气散热；11月以后前往请携带雨具。



## 2 推荐行程



# 山城 3 日风情美食之旅

经典美景 山城风情 享受自然

**旅游天数:** 3 天

**行程亮点:** 看洪崖洞吊脚楼，赏武隆鬼斧神工，从繁华都市看到绝美自然。

### 解放碑 - 洪崖洞 - 千厮门嘉陵江大桥

搭乘南航航班抵达重庆后，先去酒店安置行李，建议住在解放碑附近，这里是重庆市区最为繁华热闹的商业中心，遍布重庆美食小吃，晚上来逛能体验到更加地道的重庆夜生活。

解放碑是重庆的地标之一，顶部有几面朝向不同的大钟，每到正点时分便会有钟声响起。在解放碑拍照留念后，还可以四处走走，附近的四条步行街都是吃喝玩乐的好去处，足以享用一顿丰盛的重庆风味午餐。

下午前往参观洪崖洞，洪崖洞依山沿江而建，以最具巴渝传统建筑特色的“吊脚楼”为主体，是来重庆游玩不可不玩的景点之一。旅行者可在这里观洪崖滴翠，逛山城老街，尽情享受重庆的精彩。

傍晚，穿洪崖洞而出，步行到达位于渝中半岛的千厮门嘉陵江大桥附近。此时华灯初上，渝中半岛林立的高楼更显摩登，嘉陵江的波光倒映出千厮门大桥秀美而不失大气的轮廓，勾勒出一幅醉人的山城夜景图。参观完嘉陵江大桥便可返回解放碑附近的酒店好好休息，或者融入重庆的夜生活中去，继续探寻上午还未吃到尽兴的美食，享受璀璨的夜景与充分放松的心情。

1  
DAY

2  
DAY

3  
DAY

### 磁器口古镇 - 长江索道 - 南山一棵树观景园

早起出发前往磁器口古镇。有着“小重庆”之称的磁器口古镇也是嘉陵江边重要的水陆码头。漫步古镇街道，仍然能感受到那历经千年不变的浓郁纯朴的古风，繁华景象令人神往。

从古镇出来之后前往长江索道。登上缆车，透过缆车四面透明的玻璃，顺着索道一路向前之际，江两岸的山水美景尽收眼底。

从索道上下来后出发前往南山一棵树观景园。这处围绕一棵大树形成的观景台，视野开阔，是赏山城夜景的不二首选。傍晚时分，夕阳的余晖为整个城市披上一层绯红的纱衣，山水相依，灯光璀璨，眼前的山城可谓流光溢彩，美轮美奂。

晚上返回酒店早点休息，为第三天的出游做准备。

### 武隆天生三桥风景区 - 仙女山国家森林公园 - 芙蓉江风景区

早起乘车前往武隆天生三桥风景区，景区内林木苍翠欲滴，飞泉流瀑遍布其间，还不时可见高山峡谷，气势磅礴，壮观不已，不由让人惊叹大自然的创造力。同样坐落于武隆县的仙女山拥有南国罕见的广袤草原，素有“山城夏宫”之称，各季皆有特色。春有无尽绿野，夏来清凉沁人，入秋幻化金色世界，寒冬则可畅享滑雪乐趣，四季如画，秀美清新，无论什么时间来游玩都不会失望。

下午可以前往芙蓉江风景区。乘坐索道俯瞰如翡翠般碧绿的芙蓉江景，在游轮上游历山水美景，或是体验一次惊险刺激的过江速滑，都是不错的选择。景区内还分布有神奇的芙蓉洞、风光秀美的高峡平湖以及星罗棋布的小岛，一路赏尽南国山水妙境。

晚上回到市区休息，第二天早晨乘机飞回广州，圆满结束三天的山城之旅。

# 3 景点

## 1 最热榜单

TOP 1

洪崖洞

TOP 2

解放碑

TOP 4

长江索道

TOP 3

武隆天生三桥

TOP 5

磁器口古镇

## 2 必去景点

### 洪崖洞

洪崖洞依山沿江而建，以最具巴渝传统建筑特色的“吊脚楼”为主体，是集美食、购物、休闲、文化于一身的旅游胜地，也是重庆旅游的名片之一。游客可在这里观洪崖滴翠，逛山城老街、游吊脚群楼、感巴渝文化、品山城火锅、看两江汇流，尽情享受重庆的精彩。

**开放时间:** 全天 (20:00 亮灯, 22:00 关灯)

**门票价格:** 免费

**景点位置:** 重庆市渝中区嘉陵江滨江路 88 号

**如何前往:** 乘 248、604 支线、609、868 (A 线) 路公交车直达

**怎么玩:** 建议傍晚时前往并停留至晚上，充分感受昼景和夜景。

**注意事项:** 建议晚上 8 点左右去洪崖洞看夜景，在底层的马路对面人行道上看即可，建筑内无法看到全景。





## 解放碑

解放碑建于1941年，抗战胜利后更名为“抗战胜利纪功碑”，现在是重庆最繁华的商业中心及地标之一。附近的商业街聚集了国内外精品品牌店铺，是旅行者购物、感受重庆繁华必去之地。

**开放时间:** 全天

**门票价格:** 免费

**景点位置:** 重庆渝中区民族、民权、邹容三大路交汇的十字路口

**如何前往:** 地铁搭乘1号线在较场口小什字站下车，步行即可到达。

**怎么玩:** 除了四周都是极尽繁华的商业街外，纪念碑顶部有几面朝着不同的方向的大钟，每到正点钟声都会响起，可细细欣赏。

**注意事项:** 参观解放碑最好的时间是晚上，夜晚的解放碑是全重庆最热闹的地方之一。

## 武隆天生三桥

武隆国家地质公园位于重庆市武隆县境内，因园内的四大奇观与秀美神奇的山水风光而闻名，三桥是天龙桥、青龙桥和黑龙桥。园内的自然资源尤为丰富，其中以奇特的地质遗迹景观和独特的喀斯特地貌最为著名，电影《满城尽带黄金甲》的拍摄地点即是武隆公园内的天福官邸。

**开放时间:** 夏季 08:30-16:30；冬季 09:00-16:00

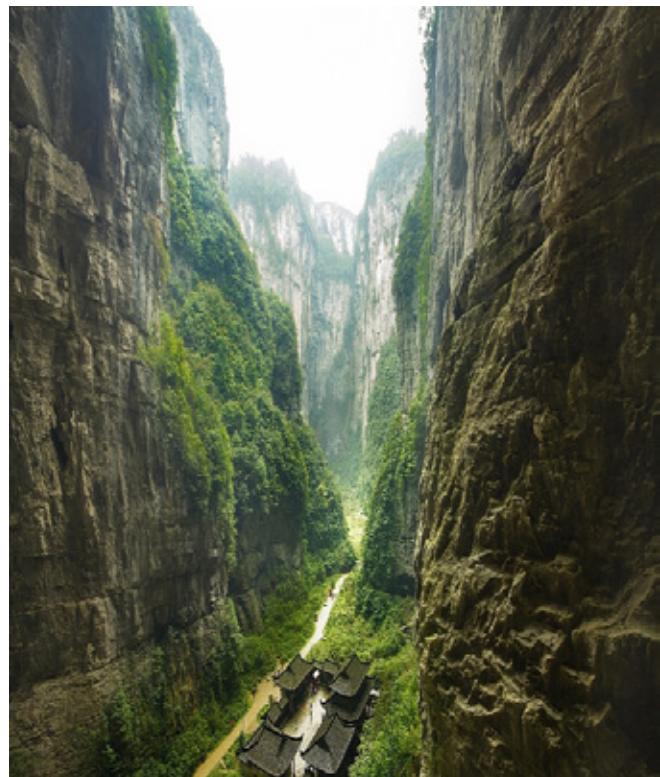
**门票价格:**

时间	旺季(3月1日—10月31日)	淡季(11月1日—2月28日)
票价	135元/人	95元/人

**景点位置:** 重庆市武隆县龙桥街巷口镇芙蓉路88号

**如何前往:** 从重庆四公里汽车站坐到武隆的车，到站后转车到仙女山镇即可

**注意事项:** 火车最好乘坐最早的07:30班次，车票24.5元，到武隆时10:00左右，是观光的最佳时间。





## 长江索道

对于重庆人来说，长江索道只是一种交通工具，不过对于游客来说，这是十分值得体验的游览项目。缆车的轿厢四面玻璃全透明，游客在其中可以从高空清楚地看到江两岸的壮丽景色，是来重庆不可错过的体验项目之一。

**开放时间:** 07:30-22:30 (会定期检修不开放，气候有变时会停开)

**门票价格:**

购票方式	普通购票	刷重庆交通卡
价格	20 元 (单程) 30 元 (往返)	18 元 (单程) 27 元 (往返)
购票方式	普通购票	刷重庆交通卡

**景点位置:** 重庆市渝中区新华路 153 号

**如何前往:** 乘坐地铁 1、6 号线到小什字站下车，在 5A 或 5B 出口出可到达游客常用的新华路索道站

**怎么玩:** 到达对岸后可以充分欣赏景色后再折返。

**注意事项:** 白天和晚上看到的景致完全不一样，各有千秋。大多数人都是从长江北岸的新华路索道站坐到对岸的上新街索道站，因此反向的乘客要少上很多，较容易占据窗边的景观位，所以如果只打算坐单程的话，可以考虑反向坐。

## 仙女山国家森林公园

重庆武隆县的仙女山因其山峰酷似翩跹起舞的仙女而得名，园内自然风光壮阔，拥有南国罕见的林海雪原，有“东方瑞士”之称，也有“山城夏宫”之称，各季皆有特色。春天可在仙女山滑草，体验在草原驰骋的快感；夏季可到仙女山避暑；秋天欣赏风吹草低见牛羊的惬意风景画；冬天的仙女山白雪皑皑，在山上滑雪尽显南国的悠闲。

**开放时间:** 08:30-17:00

**门票价格:** 门票 60 元 / 人 (学生半价)

**景点位置:** 重庆市武隆县境乌江北岸双河乡

**如何前往:** 从重庆市内出发，在重庆市区各长途汽车站都有至仙女山的汽车，车程约 2 小时。

**注意事项:** 因离市区较远，交通来往较久，建议多预留时间游览此处。



## 磁器口古镇

瓷器口始建于宋真宗咸平年间（公元 998 年），因此地盛产和转运瓷器而得名磁器口。磁器口的古朴历经千年不变，有人曾以诗句形容它“白日里千人拱手，入夜后万盏明灯”，繁盛一时的瓷器口更被誉为“小重庆”。

**开放时间:** 全天

**门票价格:** 磁器口门票免费；宝轮寺门票 5 元（含三支小香）

**景点位置:** 重庆市沙坪坝区磁器口镇磁南街 1 号磁器口

**如何前往:** 乘地铁 1 号线在磁器口站下车可达

**怎么玩:** 从正门进入，两边是各种摊贩店铺。有很多小吃和特产，适合一路吃吃逛逛。

**注意事项:** 不喜热闹的旅行者可以选择其中的小巷，品味最真实的山城老街。

## 朝天门

朝天门曾是重庆十七座古城门之一，现今为重庆的重要码头。三峡游轮、观光游船和去洋人街的渡轮都从这出发，山城夜景尤其美丽，江上乘船慢慢欣赏夜景尤为惬意。

**开放时间:** 全天

**门票价格:**

	白天	夜晚
游船票价	58 元 / 人	188 元 / 人

**景点位置:** 重庆市渝中区东北角渝中半岛

**如何前往:** 乘坐地铁 1 号线到小什字站下车，在 8 出口出。

**怎么玩:** 江上夜景十分迷人，建议傍晚前往坐船游览。



## 宝顶山石刻 ( 大足石刻 )

大足石刻是石刻群的统称，包含宝顶山、北山、南山、石篆山、石门山五山，一般所提及的大足石刻指的是宝顶山石刻。宝顶山石刻为佛教题材石刻群，这些石刻具有极高的艺术鉴赏价值，造型精美，栩栩如生。

**开放时间:** 08:30-18:00

**门票价格:**

	旺季 (3月1日 - 11月30日)	淡季 (12月1日 - 次年2月28/29日)
宝顶山	135元 (学生票 65元)	90元
北山	90元	70元

**景点位置:** 重庆市大足城区东北 15 公里处的宝顶镇

**如何前往:** 在菜园坝汽车站或龙头寺汽车站乘坐汽车抵达大足县，路上需花费 1.5-2 小时，车票 50 元左右

## 重庆中国三峡博物馆

三峡博物馆是保护、研究、展示重庆和三峡地区历史文化遗产的国家级博物馆，位于渝中区学田湾人民大礼堂的对面，主体建筑气势宏伟，是想要了解重庆及三峡地区知识的游客必去之地。

**开放时间:** 09:00-17:00 (16:00 停止入馆，周一闭馆，法定节假日除外)

**门票价格:** 免费

**地点位置:** 重庆市渝中区人民路 236 号

**如何前往:** 乘坐地铁 2 号线，在曾家岩站下车后步行可达

**怎么玩:** 免费环幕电影和“重庆大轰炸”小电影值得一看，360 展现立体真实的三峡景色，使观赏者感觉身临其境。

**注意事项:** 博物馆一共四层，展馆内容很丰富，逛完需要花费 2-4 个小时。

### 3 小众景点

#### 芙蓉洞

芙蓉洞于1993年5月被发现，在世界已发现的80余种岩溶洞穴沉积物中，芙蓉洞内所发现的物种就有70余种，因此芙蓉洞被誉为“一座斑斓辉煌的地下艺术宫殿和内容丰富的洞穴科学博物馆”。世界洞穴协会主席曾称其为“全世界最佳游览洞穴之一”，是中国地下最美丽的地方。

**开放时间:** 8:30-17:00

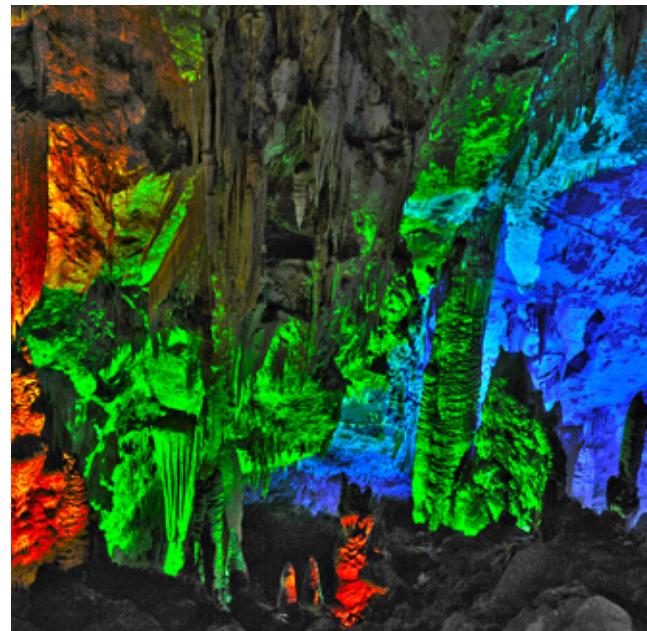
**门票价格:**

	旺季(3-10月)	淡季(11-2月)
门票	120元/人	65元/人

**景点位置:** 重庆市武隆县江口镇芙蓉江畔

**如何前往:** 从武隆县出发：在武隆县汽车站旁搭乘到江口镇的公交车即可前往，票价4元/人。

**注意事项:** 持有效学生证可半价。



#### 南山一棵树观景园

重庆南山一棵树观景台地势很高，视野开阔，天朗气清时整个山城的绝美景色一览无余，尽收眼底，是游客观赏重庆美景的最佳去处之一。

**开放时间:** 09:00-22:30

**门票价格:** 门票30元，学生证15元，1.2米以下儿童免票

**景点位置:** 重庆市南岸区南山植物园山腰处

**如何前往:** 乘346、347、384路公交车到四中站，下车后往回走5-10分钟就到

**怎么玩:** 可以在太阳快下山时前往观景，将渝中美景尽收眼底。



# 4 美食

## 1 最热榜单

TOP 1  
火锅

TOP 2  
酸辣粉

TOP 4  
抄手

TOP 3  
小面

TOP 4  
毛血旺

## 2 当地特色美食

### 火锅

说起火锅，恐怕没有人会不知道重庆九宫格火锅，纯正的红油配以满满的辣椒，集鲜香麻辣与一体，嗜辣的饕客们一定不能错过。九宫格火锅里，不同的格子代表不同的温度和不同的牛油浓度。不同的食材因其食材属性和煮熟需要时间的不同切成不同的厚度、形状，或片、或块、或条，在最合适的格子中煮制，获得最佳的口感，这就是重庆火锅与其他火锅不同的独特烹饪方式。

**推荐餐厅:** 山城步道老火锅

**推荐理由:** 重庆最地道的火锅店之一，口味正宗。

**人均:** 66 元

**开放时间:** 09:00-0:00

**地址:** 南坪金山路 3 号

**必点涮物:** 毛肚、鸭肠、老肉片、嫩牛肉（片）、酥肉、鳝鱼、黄喉、午餐肉、耗儿鱼、血旺、香菜肉丸





## 酸辣粉

酸辣粉源于西南民间，是四川省、重庆市、贵州省等地的传统特色小吃。其特点是麻、辣、鲜、香、酸且油而不腻。重庆正宗的酸辣粉在制作上极为考究，将红薯粉、黄豆淀粉以及其他淀粉按比例混合后采用独特的手工漏制，筋道弹牙。在浇臊和配料的选用上更为讲究，只选择重庆本地制作的辣椒和辣椒粉。

**推荐餐厅:** 好又来酸辣粉 (解放碑店)

**推荐理由:** 用料讲究，价格实惠。

**人均消费:** 8 元

**开放时间:** 08:00-22:00

**地址:** 重庆市渝中区八一路好吃街 (近苏宁电器)

## 小面

小面是重庆本土的一种低价位的美味辣味面食，多出现于路边摊、大排档，面条有嚼劲，配以水烫青菜十分美味。

**推荐餐厅:** 花市豌杂面 (花市总店)

**推荐理由:** 物有所值。

**人均消费:** 14 元

**开放时间:** 07:30-19:30

**地址:** 重庆市渝中区青年路 77 号万豪酒店写字楼对面



## 抄手

抄手又称馄饨，是中国民间传统面食之一，使用薄面皮包裹肉馅后煮熟食用。重庆抄手多以辣调味，如吃不了太辣的最好提前跟老板打声招呼。

**推荐餐厅:** 吴抄手

**推荐理由:** 用料讲究，烹饪手法高明。

**人均消费:** 19 元

**开放时间:** 10:00-22:00

**地址:** 中华路 74 号



## 鸡杂

鸡杂是鸡内脏的总称，包括鸡肠、鸡肝、鸡心和鸡胗（鸡肫）等，重庆的鸡杂做法为将鸡杂剁碎，配以各类蔬菜，加花椒、辣椒炒制，或干炒或留辣汤，重香辣及色泽，极为下饭。

**推荐餐厅:** 多一家古镇鸡杂

**推荐理由:** 鲜香麻辣，味美且性价比高。

**人均消费:** 35 元

**开放时间:** 10:00-22:00

**地址:** 沙坪坝区磁器口正街 65 附 1 号

## 毛血旺

毛血旺起源于重庆，流行于重庆及西南地区，是一道著名的传统菜式。毛血旺以鸭血为主料，蔬菜、肉制品为辅料，烹饪方式以煮为主，口味偏麻辣味，是重庆代表菜色之一。

**推荐餐厅:** 杨记隆府

**推荐理由:** 味道正宗，价格实惠。

**人均消费:** 89 元

**开放时间:** 10:00-22:00

**地址:** 临江支路 32 号附 7 号

## 泉水鸡

重庆南山最出名的就是南山泉水鸡，相传最初为南山乡民用泉水烹制因此得名。南山泉水鸡用花椒、豆瓣酱、泡辣椒等为主要调味料，口味香辣鲜香，到南山观景时不可错过。

**推荐餐厅:** 老幺泉水鸡

**推荐理由:** 口味正宗，餐厅位于半山腰，露天位置可赏重庆全景。

**人均:** 106 元

**开放时间:** 10:00-24:00

**地址:** 重庆市南岸区泉水鸡一条街重文路 247 号



## 豆花

重庆的豆花比豆腐嫩，但比作为一般小吃的豆腐花老一些。与南方很多地方不同，川渝之地的豆花不是甜品，而是一道香辣俱全的重口味美食，重庆人一般会在豆花上放上葱花、酱料、花生甚至粉蒸肉。

**推荐餐厅:** 张豆花

**推荐理由:** 性价比高

**人均消费:** 25 元

**开放时间:** 06:00-20:00

**地址:** 重庆北碚区碚峡路 80 号

## 辣子鸡

辣子鸡缘于歌乐山，是重庆无数香辣菜色的代表之一。辣子鸡一般以鸡为主料，加上葱、干辣椒、花椒、盐、胡椒、味精等多种材料精心炒制而成，味道鲜美，重庆的辣子鸡以辣子多闻名，慢慢从辣椒中挑鸡肉倒也是一种乐趣。

**推荐餐厅:** 林中乐辣子鸡 (歌乐山总店)

**推荐理由:** 重庆辣子鸡的发源地，口味正宗。

**开放时间:** 10: 00-22: 00

**人均消费:** 88 元

**地址:** 重庆市沙坪坝区歌乐山三百梯黄桷树



## 水煮鱼

想品尝最地道的水煮鱼，自然还得去重庆。新鲜的鱼片成薄片，再以大量花椒调味，入口麻香四溢，鱼片嫩滑鲜美，好吃到停不下来！

**推荐餐厅:** 渝信川菜

**推荐理由:** 口味正宗，用餐时还能欣赏到沿江夜景。

**开放时间:** 11:00-14:00; 17:00-21:30

**人均消费:** 98 元左右

**地址:** 重庆市南岸区南滨路 67 号



### 3

## 觅食地图



## 解放碑

解放碑一带是重庆市区最繁华的商贸中心地带，游客既可来此沉醉于重庆的现代都市繁华，也可观光巴渝风物人情、品尝地方名特小吃、购买纪念品和其他物品。

**价格水平:** 人均 80 元左右

**地址:** 重庆渝中区民族、民权、邹容三大路交汇的十字路口

## 磁器口古镇

磁器口不仅是重庆古城的缩影和象征，更是吸引无数旅行者前往的美食之地。和好朋友一起去磁器口，在街巷中的各类小店中穿梭，品尝地道重庆美食，超级满足。

**价格水平:** 人均 30 元左右

**地址:** 重庆市沙坪坝区磁器口镇磁南街 1 号磁器口

## 洪崖洞

洪崖洞是重庆市内集美食、购物、休闲、文化于一身的旅游胜地，也是重庆旅游的名片之一。除了游玩洪崖洞的吊脚楼建筑，品尝山城火锅也是你不可错过的事情。

**价格水平:** 100-200 元 / 人

**地址:** 重庆市渝中区嘉陵江滨江路 88 号

# 5 购物

## 1 最热榜单

### TOP 1 火锅底料

说到重庆不能不提重庆火锅，而重庆火锅之精髓在于汤底，重庆火锅底料自然成为首推的伴手礼。

**售价:** 15 元 /200g 左右。

**推荐购买地点:** 重庆各大商场



### TOP 2 桃片

桃片是重庆市合川区地方名产之一，用上等糯米、核桃仁、川白糖、蜜玫瑰等原料，精制加工而成。桃片口感细润绵软，味道香甜，便于携带，适合用来送礼。

**价格:** 12-15 元 / 盒

**推荐购买地点:** 磁器口

### TOP 3 磁器口麻花

磁器口麻花又称陈麻花，是重庆市磁器口镇特产。其味道酥软，是一道可口的传统汉族小吃。甜口老少皆宜；椒盐偏咸口，酥脆可口；麻辣则是辣中带点甜，让人回味无穷。

**售价:** 20 元 /500g 左右。

**推荐购买地点:** 磁器口

### TOP 4 江津米花糖

江津米花糖是一种有近百年历史的重庆传统小吃，以糯米、核桃仁、花生仁、芝麻、白糖、动植物油等为原料经 10 余道工序精细加工而成。口感香甜酥脆、入口即化。

**价格:** 60 元 /1kg 左右

**推荐购买地点:** 重庆各大商铺



### TOP 5 牛肉干

牛肉干是重庆当地著名特产之一，其制作工艺极富地方特色。牛肉干嚼劲十足，口味极佳且便于携带，是外出旅游或家居闲聊的首选休闲食品。

**价格:** 20-30 元 /100g

**推荐购买地点:** 冉师傅牛肉干、张飞牛肉门店

## 2

## 扫货地点

## 磁器口

## # 山城古镇老街 ## 传统小吃 #

磁器口古镇是重庆最为重要的一条老街，也是重庆旅游的名片之一，正街上各式商铺鳞次栉比，重庆传统小吃、工艺品、传统服饰应有尽有，各种小吃是磁器口不可错过的伴手礼。

**地址:** 重庆市沙坪坝区磁器口镇磁南街 1 号磁器口

**如何前往:** 乘坐地铁 1 号线在磁器口站下车步行可达。

**必败好物:** 陈麻花、火锅底料、牛肉干、花生酥、叶儿耙

## 新世纪百货

## # 购物商场 ## 优惠频繁 ## 价格亲民 #

新世纪百货位于解放碑商业中心，地处步行街繁华地段，是重庆众多新世纪分店中最老牌的商场。与其他新兴的百货品牌相比，新世纪百货内品牌不算多，但胜在亲民，价格实惠。

**地址:** 重庆市渝中区青年路 18 号

**如何前往:** 地铁乘 2 号线在临江门站下车即到

**必败好物:** 中档品牌商品

## 日月光中心广场

## # 美食众多 ## 快时尚品牌 ## 空间大 #

日月光中心广场地处重庆解放碑商圈核心地段，商场空间大，逛起来十分舒适。商场中负一楼的多家快餐厅、小吃店极受吃货欢迎。重庆著名的卜蜂莲花超市也在负一楼，是较场口地区最大的超市。

**地址:** 重庆市渝中区民权路 89 号

**如何前往:** 乘地铁 1 或 2 号线在较场口站下车步行即可抵达。

**必败好物:** 麻花、桃片

## 重百大楼

## # 老牌商店 ## 地理位置优势 #

重百大楼（解放碑店）是解放碑商圈内的老牌综合商场，也是重庆人心中购物的老地标。重新装修的重百大楼焕然一新，加入了众多国际名品。加之其优越的地理位置，是许多消费者的购物首选地。

**地址:** 重庆市渝中区民权路 2 号

**如何前往:** 乘 402、462 路公交车在解放碑站下车

**必败好物:** 精品服饰

## 重庆时代广场

## # 国际名品 ## 高端品牌 #

重庆时代广场位于重庆市中心解放碑，是集购物、餐饮、休闲于一体的大型高端购物商场，商场围绕解放碑广场一侧的两层临街门店皆为国际精品专卖店或旗舰店。

**地址:** 重庆市渝中区邹容路 100 号解放碑中心（近民权路）

**如何前往:** 地铁乘 2 号线在临江门站下车，D 口出即到

**必败好物:** 奢侈品

# 6 住 宿

	解放碑商圈 40% 游客的选择	人民广场 35% 游客的选择	沙坪坝商圈 20% 游客的选择
周边玩乐	解放碑、大都会广场、步行街购物中心、洪崖洞、罗汉寺、朝天门广场	人民大礼堂、三峡博物馆、重庆市博物馆	重庆大学、外国语学院、三峡广场
交通	距离地铁站很近，出行方便	公交线路发达	位于重庆市繁华区域，交通便利
均价	300-600 元人民币	200-300 元人民币	200-500 元人民币
优点	周边有繁华商圈、交通便利、距离景点较近	交通便利，毗邻文化景点，住宿价格较低	交通便利，消费便宜
缺点	住宿价格较高	环境较嘈杂喧闹	距离其他景点较远
适合谁	商务出差 家人一起出游	住宿预算较低的游客	喜欢游览校园风光的游客



# 7 交 通

## 1 外部交通

### 飞机

重庆现有两大机场，其中国内大多数航班在重庆江北国际机场起降，极少数航班在万州五桥机场起降。

南航现已开通广州 - 重庆、深圳 - 重庆两条航线，具体航班信息如下：

航线	航班号	起飞	到达	飞行时间	班期
广州 - 重庆	CZ387	17:00	20:50	4 小时 50 分钟	周二、四、六、日
广州 - 重庆	CZ387	16:50	20:50	5 小时 00 分钟	周一、三、五
广州 - 重庆	CZ3037	08:20	12:05	4 小时 45 分钟	每天
重庆 - 广州	CZ388	09:05	14:45	4 小时 40 分钟	每天
重庆 - 广州	CZ3038	13:05	19:05	5 小时 00 分钟	周二、四、五、日
重庆 - 广州	CZ3038	13:05	18:55	4 小时 50 分钟	周一、三、六
深圳 - 重庆	CZ8353	19:30	23:00	4 小时 30 分钟	周一、三、五、日
重庆 - 深圳	CZ8354	00:20	06:10	4 小时 50 分钟	周一、二、四、六

\* 以上时间均为当地时间

\* 以上航班信息仅供参考，实际请以南航官网和南航 APP 查询结果为准

### 火车

重庆有两个火车站，一是重庆火车北站（简称“重庆北站”），是最常用的火车站，有动车、高铁及普通列车停靠；另一个是重庆火车站，仅有普通列车停靠，车次较少。

## 汽车

重庆主城区内有多个汽车站，其中旅行者最常用的汽车站信息如下：

汽车站	运营路线	地址	如何前往
重庆汽车站	遵义、贵阳、永川、铜梁、江津、大足、璧山、丁家、荣昌、潼南、自贡、南充、达州、内江、隆昌、宜宾等	重庆市渝中区菜袁路 6 号	乘坐轨道交通到达两路口站，步行前往
四公里交通枢纽汽车站	武隆、黔江、酉阳、秀山、万州、云阳、奉节、巫山，以及湖北利川、荆州等	南岸区海棠溪四公里街 61 号	从重庆长途汽车站步行约 580 米，到达菜园坝南园站，乘坐 809 路，经过 4 站即可到达
重庆龙头寺汽车站	与重庆汽车站相仿，跨省超长线包括福州、青岛、温岭、义乌、洪湖、益阳、威信、水富、永善、镇雄、桐梓等	重庆市渝北区火车北站附近	从重庆北站步行约 600 米，到达重庆火车北站，乘坐 245 路，到达龙头寺长途汽车站

登陆重庆公路客运官网：<http://www.96096kp.com/>，即可查询重庆所有汽车站的车次。

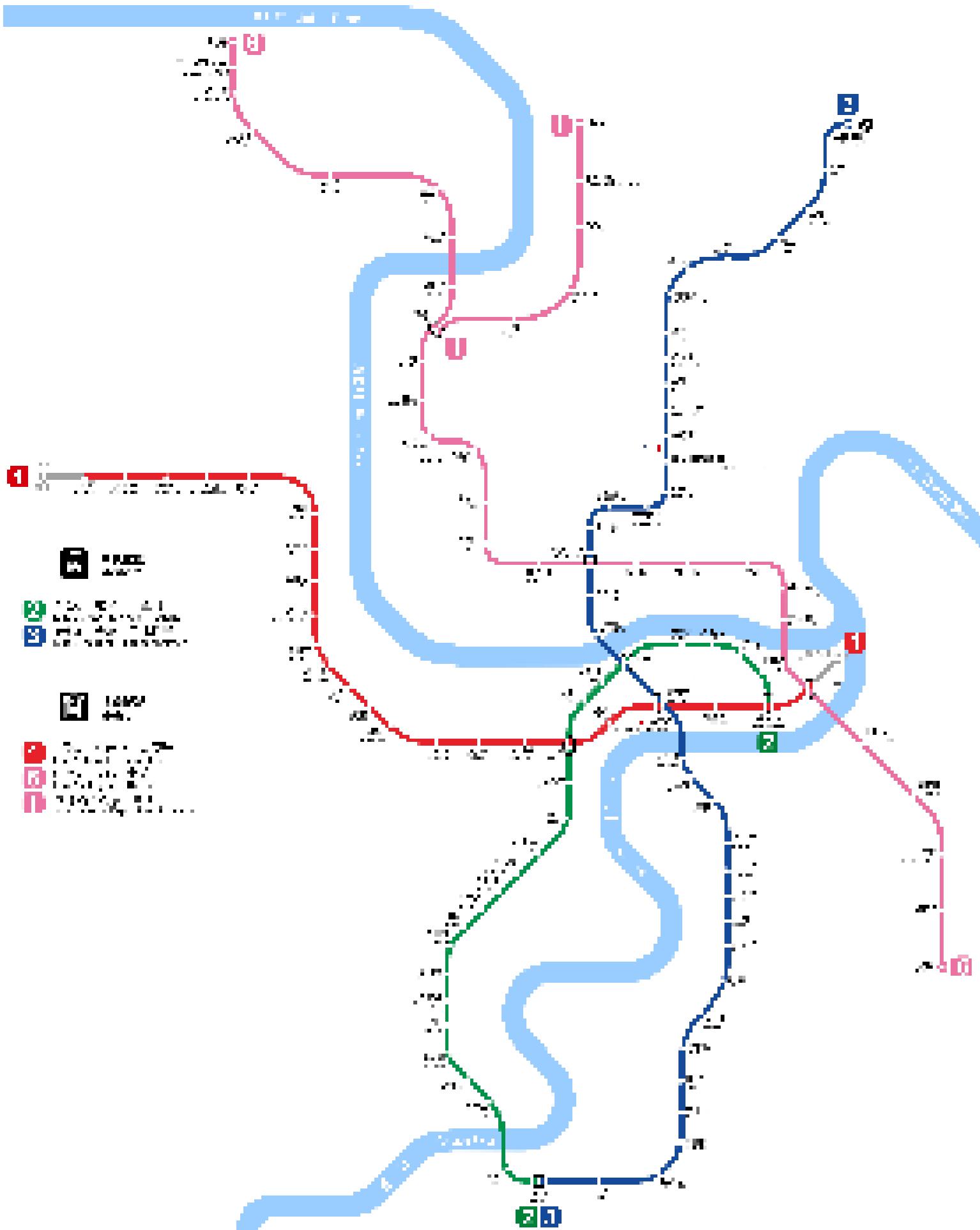
## 2

## 内部交通

### 地铁

重庆地铁目前设有 1、2、3、6 号四条线，几乎覆盖了所有景点和车站，非常方便。起步价 2 元，最高 7 元，方便起见可以办理重庆交通卡。由于重庆自身不齐整的地理环境所致，道路并不宽敞，堵车现象常见，所以推荐旅行者出行时尽量选择地铁。

 重庆轨道交通线路图  
Chongqing Rail Transit Map



## 公交车

重庆交通系统十分发达,但请注意重庆许多道路都是单行道,坐错方向的话需要走上很长一段路,所以请注意公交站牌。

## 出租车

	起租价	公里运价
<b>白天: 06: 00- 23: 00</b>	10 元 /3 公里	超过 3 公里后每公里运价 2 元,计费方式为每 500 米计费一次即 1 元 /500 米, 实行先计费, 后计里程
<b>夜间: 23: 00 - 次日 6: 00</b>	11 元 /3 公里	超过 3 公里后, 每公里 2.3 元; 每 500 米计费一次, 每次 1.15 元

## 观光车

重庆市新开通了480路渝中观光专线车,只需2元就能一次性游完渝中区所有景点。

**观光车线路:** 解放碑国泰艺术中心 - 人民大礼堂 - 三峡博物馆 - 民主党派历史博物馆 - 周公馆 - 戴公馆 - 桂园 - 李子坝抗战遗址公园 - 重庆天地 - 洪崖洞 - 湖广会馆 - 朝天门码头 - 八一路好吃街 - 重庆大轰炸遗址 -30 度街吧 - 长江索道 - 罗汉寺 - 洪崖洞上口

**观光车运营时间:** 09:00-17:00

**Tips:** 

由于重庆自身不齐整的地理环境所致,道路并不宽敞,堵车现象常见,所以推荐旅行者出行时尽量选择地铁,重庆的地铁线路几乎覆盖了所有热门景点,十分便捷。

# 8 行 程

长江蜿蜒流过  
重庆儿女生长在江边上  
以一副火辣辣如重庆火锅般的热情  
活出了自己的活色生香





## 重庆 + 成都双城畅玩之旅

双城美景 川味美食 畅享川渝风情

**旅游天数:** 4天

**行程亮点:** 重庆向右，成都向左，演绎出截然不同的城市风情。

### 解放碑 - 洪崖洞 - 千厮门嘉陵江大桥

搭乘南航航班抵达重庆后,先去酒店安置行李,建议住在解放碑附近酒店,这里是重庆市区最为繁华热闹的商业中心,遍布重庆美食小吃,晚上来逛能体验到更加地道的重庆夜生活。

到重庆后,先去解放碑,解放碑是重庆的地标之一,在解放碑拍照留念后,还可以四处走走,附近的四条步行街都是吃喝玩乐的好去处,可以在此享用一顿丰盛的重庆风味午餐。

下午前往参观洪崖洞。洪崖洞位于解放碑不远处的滨江地带,坐拥城市旅游、休闲与人文景观,以最具巴渝传统建筑特色的“吊脚楼”风貌为主体,依山就势,沿江而建,在这里感受山城文化、品尝重庆美食、游古城老街可谓一大美事。

傍晚,穿洪崖洞而出步行便到达位于渝中半岛的千厮门嘉陵江大桥附近。华灯初上,渝中半岛林立的高楼更显摩登,嘉陵江的波光倒映出千厮门大桥秀美而不失大气的轮廓,勾勒出一幅醉人的山城夜景图。参观完嘉陵江大桥便可返回解放碑附近的酒店好好休息,或者融入重庆的夜生活中去,继续探寻上午还未吃到尽兴的美食,享受璀璨的夜景与充分放松的心情。

1  
DAY

2  
DAY

### 武隆天生三桥风景区 - 仙女山国家森林公园 - 芙蓉江风景区

早起乘车前往武隆天生三桥风景区。只见景区内林木苍翠欲滴,飞泉流瀑遍布其间,还不时可见高山峡谷,气势磅礴,壮观不已,不由让人惊叹大自然的创造力。同样坐落于武隆县的仙女山拥有南国罕见的林海雪原,素有“东方瑞士”之称,各季皆有特色。春有无尽绿野,夏来清凉沁人,入秋幻化金色世界,寒冬则可畅享滑雪乐趣,四季如画,秀美清新,无论什么世界来游玩都不会失望。

下午可以前往参观芙蓉江风景区。乘坐索道俯瞰如翡翠般碧绿的芙蓉江景,在游轮上游历山水美景,或是体验一次惊险刺激的过江速滑,都是不错的选择。景区内还分布有神奇的芙蓉洞、风光秀美的高峡平湖,以及星罗棋布的小岛,一路赏尽南国山水妙境。晚上早点回酒店休息,第二次早点出发去成都。

## 宽窄巷子 - 武侯祠 - 锦里

早上抵达成都后，直接前往宽窄巷子开始地道成都初体验。宽窄巷子是一座明清古道，巷内不但有百年老宅、老茶馆、老字号美食店等，还可以体验到挖耳朵、变脸、喝茶、耍酒等地道成都休闲活动。

中午在宽窄巷子老字号餐馆享受一顿地道的川菜，还可以一边欣赏餐馆内的川剧表演，绝对是对精神和胃口的双重满足。

下午前往武侯祠参观。武侯祠由刘备、诸葛亮蜀汉君臣合祀祠宇组成，是中国唯一的君臣合祀祠庙，也是世界上最大的三国遗迹博物馆，馆藏丰富，收藏着众多的三国珍贵文物，底蕴深厚，是了解三国历史文化的最佳去处。出了武侯祠便可到达锦里。这条古商业街区上有着遍地美食，工艺品店铺琳琅满目，还可领略吹糖人、川剧、变戏法等四川传统文化民俗活动。

夜幕降临，锦里灯火辉煌，人流熙熙攘攘，夜景动人，在这里随意挑选自己中意的成都美食，在难忘的川味美食中结束第一天的成都之旅。

3  
DAY

4  
DAY

## 成都大熊猫繁育研究基地 - 文殊院 - 春熙路

早起出发前往成都大熊猫繁育研究基地，和可爱的大熊猫们来一次亲密接触。这座模拟大熊猫野外栖息环境的生态公园里，共育有100多只大熊猫，我们可以观察到大熊猫的户外生活，参观大熊猫博物馆或大熊猫电影院，全方位了解萌萌的国宝，说不定还有机会见到刚出生的熊猫宝宝。

下午前往参观文殊院。文殊院是川蜀地区著名的佛教寺院，珍藏着许多珍贵的佛教文物和众多佛经卷册等，环境优美，庄严肃穆，香火鼎盛。在这里可以虔心为家人祈福，品尝四川特色盖碗茶，还能欣赏民间艺人的弹唱表演。另外，文殊院附近聚集着不少成都小吃店，店面虽小且没什么名气，但绝对称得上地道，香、麻、鲜、辣的川蜀风味让人一吃难忘。

晚上来到成都最为繁华的春熙路一带。这里既有最前端的时尚潮品，顶尖的世界大牌，也有默默走过百年岁月的成都老字号。随意漫步街头，一边享用可口的晚餐，一边欣赏成都美丽的夜景，还可以痛快扫货，或为亲友挑选手信，完美结束四天的双城之旅。



## 酸辣重庆范儿周末吃货游

专享美食 探索之旅 山城味道

**旅游天数:** 3 天

**行程亮点:** 在山城里吃到尽兴，收获一份麻辣鲜香的山城回忆。



### 洪崖洞

周五晚乘坐南航的航班到达重庆后，可前往洪崖洞欣赏万家灯火的盛况，洪崖洞内有一条美食街，重庆当地的传统巴蜀美食和各种异国美食都能在这找到。

### 解放碑 - 人民广场 - 解放碑

早起前往解放碑附近商圈吃早餐，可以学重庆人把小面和酸辣粉当作早餐，好又来酸辣粉店和麻辣小面是两家不错的餐厅。重庆最有名的八一路小吃街也在此，麻辣烫、串串香、毛血旺、山城汤圆在此一应俱全，绝对是饕客的天堂。接着前往人民广场，同样繁华的人民广场是重庆火锅名店的聚集地，渝味晓宇火锅、岗上渣渣火锅都是此地受当地人喜爱的火锅店，上午享受了美食，是时候在这来一顿最重庆的火锅正餐了。人民广场汇集了众多购物中心，饱食的你可以在这附近尽情购物，此地商铺齐全，爱购物的你一定能够战果累累。晚上回到解放碑看热闹的夜景，用美食抚慰自己的胃。



### 磁器口 - 山观景台

提到重庆美食不能少了磁器口，如果说解放碑、洪崖洞、人民广场代表了重庆都市美食，那磁器口就是山城巴蜀传统美食的名片。在磁器口正街琳琅满目的店铺中，游客能找到所有的巴蜀小食，陈麻花、牛肉干、火锅底料这些自不必说，趁人潮还没有将所有店铺吞没之前赶紧排队购买自己想要的伴手礼才是最明智的。午餐可以安排在这里，多一家古镇鸡杂、张老汉手工酸辣粉等餐厅都值得一试。接着前往南山观景台，在老幺泉水鸡餐厅边品尝鲜香麻辣的正宗泉水鸡，边欣赏着远处山城从昼入夜的美景。随后，乘坐南航航班回到舒适的家。

### 免责声明

中国南方航空股份有限公司（以下简称“本公司”）

郑重声明：

本攻略部分内容来自于第三方或用户提供，且任何信息都存在滞后或会被更新的可能，因此南航不能保证在任何时候任何信息都准确无误。您应谨慎判断确定相关服务及 / 或信息的真实性、合法性和有效性，并自行承担因此产生的责任与损失。

最后修订日期为：2018 年 12 月 18 日