

抚仙湖

游玩攻略

这里有着美丽的风景，湖水清澈见底，蓝蓝的湖水就像是一块巨大的蓝宝石，让人看了心旷神怡。湖边还有着绿油油的草地，各种颜色的野花点缀其中，美不胜收。这里还有着独特的文化，你可以在当地体验到浓郁的民俗风情。走进抚仙湖，就被那蔚蓝清澈的湖水深深吸引，仿佛一块巨大的宝石镶嵌在大地之上，闪烁着迷人的光芒。



抚仙湖地图：



环湖东线（27站）：时长约1.5小时，每2小时发一班车。

起点:澄江市行政中心 起始时间7:45，末班17:45

环湖东线（30站）：时长约1.5小时，每2小时发一班车。

起点:澄江市行政中心 起始时间7:45，末班17:45



环湖东线

澄江市行政中心- 小广场
- 西都- 澄江市交警大队
- 龙街路口- 柿花园路口
- 马房村（悦莲庄园）-
象鼻子- 矣旧- 月亮湾湿
地公园- 帽天山路口- 樱
花谷- 小湾村- 太阳山-
大湾村- 蒿芝箐- 海口大
桥- 海口大街- 海关村-
世家村- 矣马谷村- 塘子
村- 海镜- 居乐村- 小凹
村- 大榕树广场- 路居镇



NO.1 广龙湿地

广龙湿地是抚仙湖最为广阔的一片滨湖生态湿地，每逢周末，无数的私家车开向抚仙湖北岸，数以万计的游客涌入园内，打卡、拍照、赏花、吸氧、晒太阳....



NO.2 月亮湾湿地公园

公园里面可以划船，潜水，赏花，玩水，还有超大片沙滩。沙滩的沙很白很细，沙滩周围还有很多椰子树，仿佛置身于海岛度假。这片沙滩比较小众，还没有很多人，可以和飞鸟近距离接触，还能潜水，脱下鞋子赤足走在绵软的沙滩上，感受海边度假的同等体验。

NO.3

寒武纪小镇-欢乐大世界

这是一个规模超过6个香港迪士尼，8个海洋公园的航母级的旅游度假综合体。每天有两场海豚表演，可以0距离亲近它们，乘坐船与它们置身于一水域，亲密互动。除此之外，这里还在上演着一场场抚仙湖独有的穿越亿年的奇幻大秀抚仙湖传奇，集马戏、舞台剧和演艺为一体



NO.4

樱花谷

樱花谷是坐落在抚仙湖东岸的第一座大门，在这里你不一定能看到樱花，但是，当第一缕微风吹过你的脸颊时，你一定感叹吹吹海风真好，有花无花已经不重要。公园内还有一大片人造沙滩，沙很细很白，踩上去很舒服。由于地处抚仙湖东北端，这里还是看日落的好地方。





NO.5

小湾村

小湾村是澄江最火的网红打卡地之一，被称为澄江的“圣托里尼”。走进小湾村，各种不同主题的酒店沿着一条曲折的山路依次分布，相映成趣，文艺范十足。来到小湾村不能错过MU.目咖啡，绿油油的草地，懒人沙发，点一杯咖啡和果盘，度过一个浪漫的下午。来这里拍照一定在太阳落山时刻，光影打在脸上，映在山背后，美得无话可说！





NO.6 太阳山小镇

太阳山国际度假小镇是一个很有生活气息的洋气小镇。无论哪个季节来到，小镇的花、建筑都能和抚仙湖的蓝相融和谐。这里北欧式的建筑风格，实实在在就是菲林杀手。这里还有一条长320米的网红栈道，漫步其上，白色的钢板护栏给人安全的包裹感，在蓝天白云的衬托下格外迷人



NO.7 帆船基地

公园里面可以划船，潜水，赏花，玩水，还有超大片沙滩。沙滩的沙很白很细，沙滩周围还有很多椰子树，仿佛置身于海岛度假。这片沙滩比较小众，还没有很多人，可以和飞鸟近距离接触，还能潜水，脱下鞋子赤足走在绵软的沙滩上，感受海边度假的同等体验。

NO.8

世家樱花园

在抚仙湖边，有一片少为人知的樱花海，每年的3月份到4月份，正当昆明的樱花已成花瓣雨纷纷飘落，渐入尾声时，玉溪抚仙湖畔的樱花开得正艳。在长达2.5公里的湖岸线上，上万株樱花争奇斗艳，一眼望去仿佛粉色的花海。淡淡的清香飘然而过，仿佛置身于一团粉红色的云中，不想坠落。



NO.9

大黑山

大黑山，海拔2349米，以遍山黑石得名。是抚仙湖傍的最高峰，山顶能看到星云湖和抚仙湖全貌，可以说是俯瞰整个抚仙湖极佳的据点。当你来到大黑山脚下，如此奇景不禁会让人联想这定是女娲遗落人间之石。仰望着大黑山宛如高大的仙人立于抚仙湖的东岸，雄伟峻峭。





NO.10

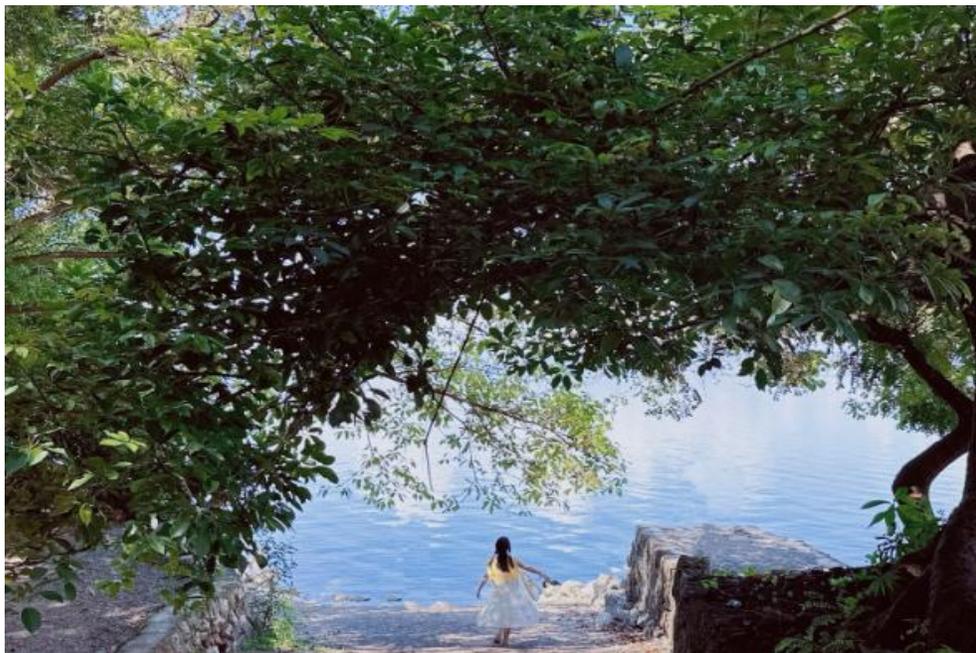
磨豆山

草甸、湖泊、高山、风车，在磨豆山上尽情自由呼吸和奔跑。这里有着广阔的草场，牛羊自由自在地徜徉在这绿色的草原，远处风力发电的风车随风转动，一阵一阵云雾随风而来，这就是最美的世界。



环湖西线

澄江市行政中心- 小广场- 西都-
澄江市交警大队- 龙街路口- 柿花
园路口- 仙湖路路口- 万海小学-
大河口路口- 抚海湾- 广龙村委会
- 广龙小镇- 山冲新村- 尖山路口-
干冲村- 养白牛路口- 禄充- 万松
寺- 立昌- 橘子园- 碧云寺- 牛摩
(火焰山)- 九龙晟景- 阳光海岸- 抚
仙金滩- 隔河- 星空小镇- 河上村
- 洪家营- 路居镇



NO.1 禄充

历史上的这里人杰地灵，曾有“一门双进士，百步两翰林”的美誉。景区内有一个禄充大洞，位于村南，地下泉水非常丰富，水温常年保持在24℃左右，泉水源源不断流入抚仙湖。



NO.2 明星鱼洞

来到这里的游客不算太多，因此在这里才能看到抚仙湖更为原始的模样。天气晴朗的时候，湖面会呈现出梦幻的蒂芙尼蓝色。湖边细软的沙滩和棕榈树，让人一秒穿越到热带岛屿。这里还可以潜水、开帆船、划赛艇，体验感巨佳。

NO.3

碧云寺

寺内大多是道教仿古建筑。可以在鱼洞观看看到别开生面的“车水捕鱼”奇观，品尝风味佳肴“铜锅煮活鱼”。每到农历三月初三，是碧云寺的庙会日，届时大多滇中人来此集会。



NO.4

孤山岛

是抚仙湖唯一的岛屿。岛如其名，整座岛就像一颗桃核漂浮于湖面上。岛上面积不算太大，但是颇有趣味。抵达后沿着湖边的小路慢慢向上走，郁郁葱葱的树林相伴左右。曲径通幽处，亭台楼阁、佛教寺庙显现而来，令人惊喜。爬到瀛海楼处，俯瞰开阔的湖面。然后沿着江孤公路下行，便可见白细如奶粉般的沙滩。





NO.5

红沙滩

澄江抚仙湖红沙滩位于云南省红河州澄江县境内，是云南省内最大的红色沙滩，也是国内著名的旅游胜地之一。澄江抚仙湖红沙滩的特点澄江抚仙湖红沙滩的

特点主要有三个方面：红色沙滩的形成原因澄江抚仙湖红沙滩的红色沙滩是由于长期的地质运动和气候变化所形成的。在地质运动的过程中，沉积物和矿物质在水流的



NO.6 立昌村

立昌村位于抚仙湖南部，是一个典型的渔村，保留了传统渔业文化和民族风情。在这里，您可以体验渔民生活，品尝地道的湖鲜美食，感受淳朴的乡村气息。



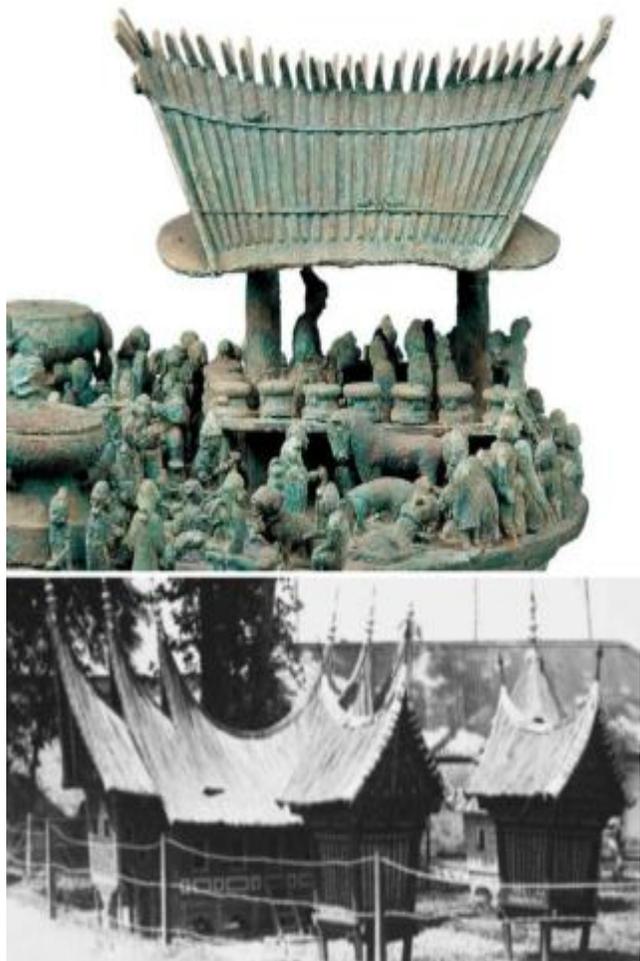
NO.7 广龙小镇星光夜市

广龙小镇位于云南省澄江市抚仙湖北岸广龙片区，是游客进入抚仙湖国家级旅游度假区必经的“北大门”。小镇以追溯悠远的滇濮民族历史、还原浓郁的滇中民俗风情为背景，以“生态保护、文化体验、门户枢纽”为核心，以旅游休闲为主导产业，融入会议会展、民俗体验、非遗传承、双创孵化、古城探秘等子项目。

NO.8

古滇国文化园

探寻抚仙湖水下古城，不仅让我们一窥两千多年前古滇先民的生活图景，更重要的是唤起了我们对历史和先人智慧的敬畏之心。这座沉睡千年的古城，是云南深厚历史文化底蕴的缩影，是古代中华文明多元一体格局的佐证。



NO.9

澄江化石地世界自然博物馆

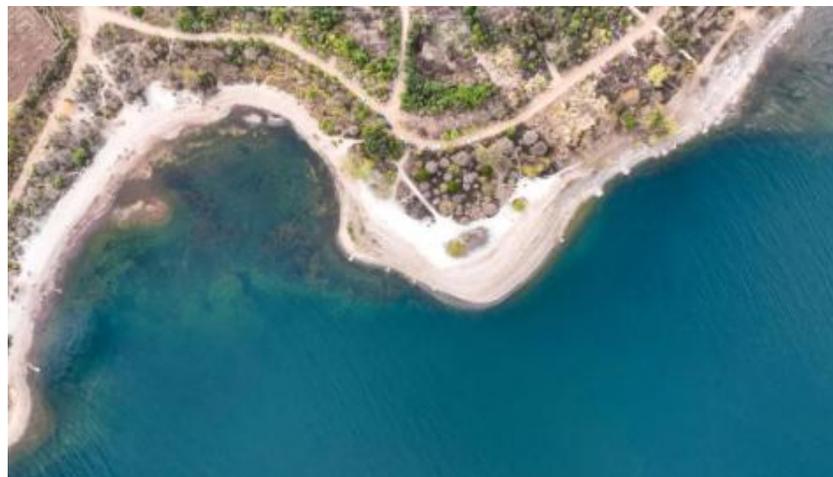
在这里，可以参观到280余种寒武纪珍稀动植物化石，还能体验博物馆展厅科普讲解小课堂以及4D影院观影、野外化石采集、实验室化石修复、昆虫标本制作、手工制作等研学项目，让孩子们走出课堂，走进大自然，在“行”中探索学习。



NO.10

湾子沟

湾子沟位于抚仙湖西岸明星村，玻璃般的湖与美丽的细石子沙滩相得益彰，水岸蜿蜒曲折，岸边绿树成荫。沙滩和一棵树的浪漫，构成了湾子沟独特的风景。沿着湖岸漫步，举目便是琉璃湖光，蓝天下、孤树旁置一把凳子，任微风吹拂，听海浪声声，享受难得的静谧时光。



美食推荐

石锅鱼

来抚仙湖，最不能错过的就是那一口鲜美的石锅鱼。

抚仙湖水好，养的鱼就好，抚仙湖人配的佐料好，加上抚仙湖的石锅好，四好合一好，造就了抚仙湖石锅鱼的美味，汤鲜肉嫩，配上蘸水千金不换。



铜锅洋芋饭

再来一份焖的金黄的铜锅洋芋饭，在抚仙湖，一边吹着海风，一口鱼汤一口饭，感觉这就是岁月静好的模样！



抗浪鱼

抗浪鱼是抚仙湖独有的鱼种。抗浪鱼个头虽小，但刺软肉嫩，味道鲜美，最常见的吃法是酥鱼和铜锅煮鱼。



盐水鱼

盐水鱼，当地人称为“咸鱼”。红辣椒包裹着微黄的鱼肉，既有腌鱼的香辣味，又有鲜鱼的香甜味，肉质细腻、有嚼劲。



鲞馕肉

选用当地土猪五花肉和优质萝卜丝，配以秘制调料腌制而成。肉质肥瘦分明，味道浓香独特。



扒猪脚

扒而不烂、肥而不腻、口感爽滑，一碗扒猪脚，解馋又爽口，深受当地居民和游客的喜爱。



藕火锅

澄江“七孔八眼”荷藕具有质脆粉多，炖食汤色白、味鲜，入口面软、无渣的特点，藕火锅将澄江“七孔八眼”藕与富含骨胶原的筒子骨相结合，是舌尖上的一道美食。



游玩项目

帆船基地

驾驭帆船乘风逐浪，征服海洋。抚仙湖帆船基地拥有专业的帆船装备及教练团队，是云南省规模最大的帆船旅游目的地，拥有完善的帆船运动旅游设施。随时在这里来一场乘风破浪之旅，挑战自我极限。



高海拔潜水基地

潜入湖底，开启一场深蓝奇遇。国内难得的高海拔潜水地，国家I类水资源储备库的清澈水质，让水底景观一览无余，有幸还可能发现水下千年古滇城镇遗迹。



半山滑翔伞

高空瞰湖，触摸日落夕阳。在半山腰上的滑翔伞基地，体验一把御风飞行的感觉。由资深持证教练控制伞具带着游客翱翔天际，拥抱蓝天。



趣野房车营地

独立式停车区域，足够大的绿地草坪供游客停靠休憩，营地基本露营生活设施齐全。入驻营地，可以和家人一起来一顿BBQ大餐，或在晚上躺在草地上数一数漫天繁星，都是自我放空和放松的惬意之地。



感谢收看

