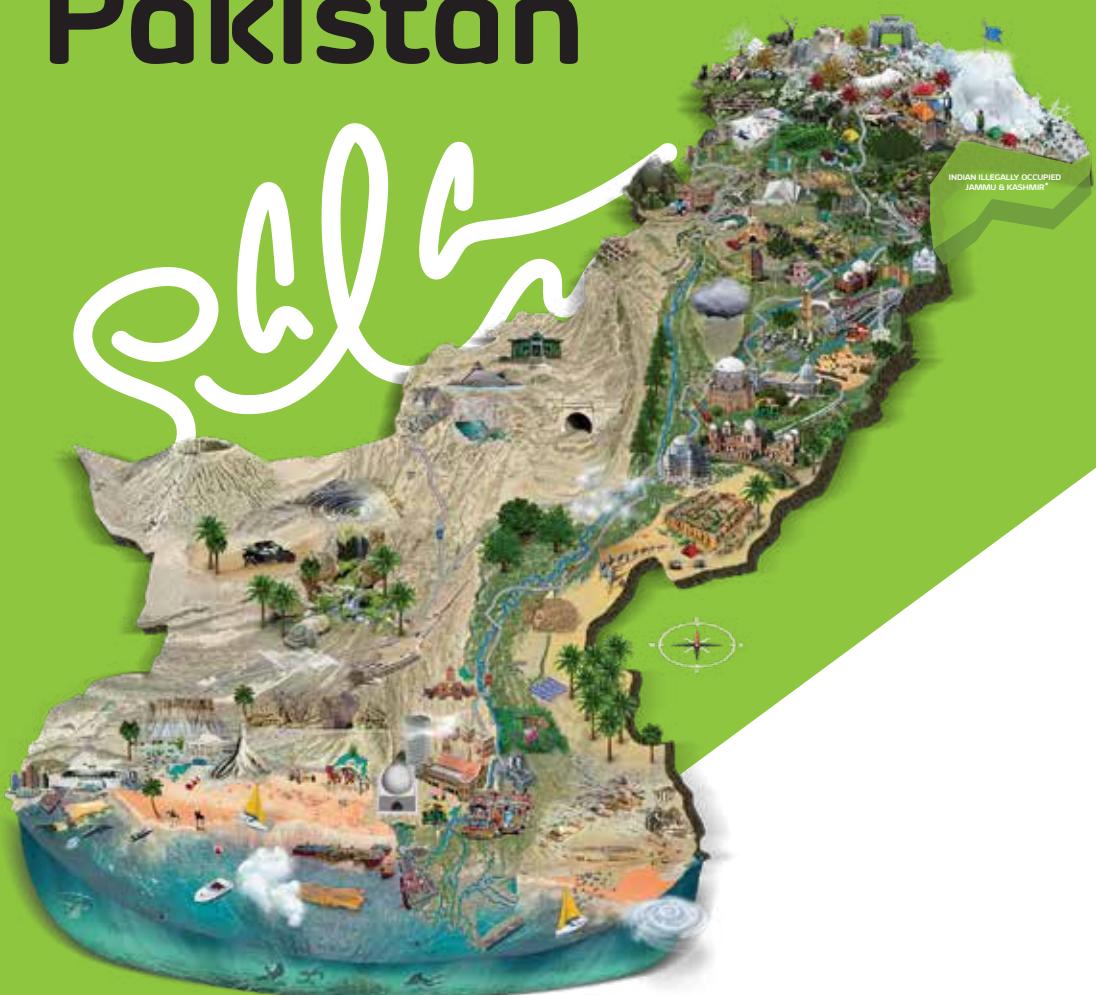


# 巴基斯坦的旅游业

## Tourism in Pakistan



TM  
 **pakistan**

巴基斯坦政府的一项倡议  
巴基斯坦旅游发展公司



<sup>TM</sup> سلوک  
pakistan

# 内 容

02

巴基斯坦

06

首都伊斯兰堡

10

旁遮普

20

信德省

28

开伯尔-普赫图赫瓦省

38

俾路支

46

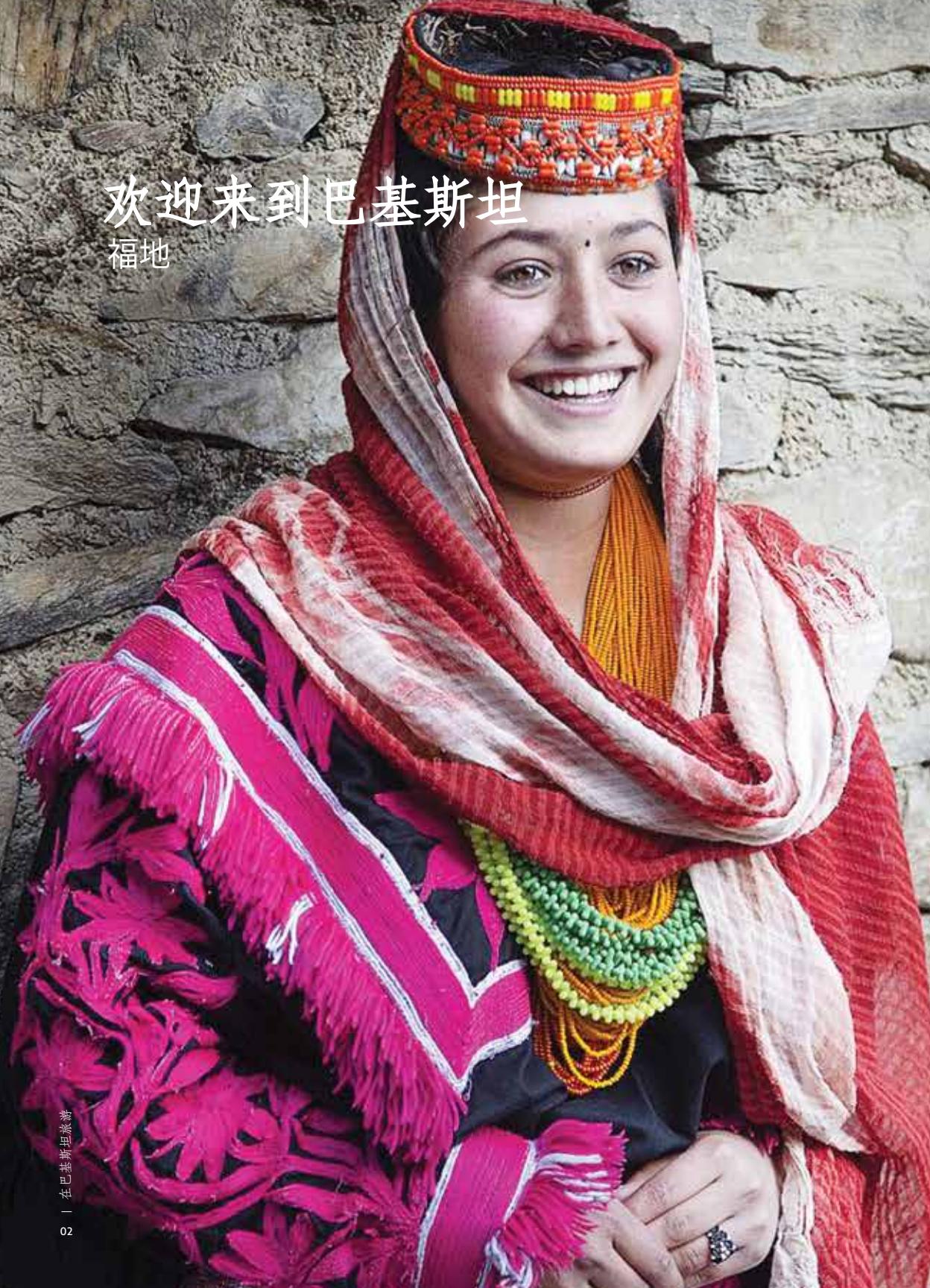
吉尔吉特

54

阿扎德查谟和克什米尔

欢迎来到巴基斯坦

福地





巴基斯坦位于南亚，东与印度接壤，西与阿富汗接壤，西南与伊朗接壤，东北与中国接壤；以及沿阿拉伯海和南部阿曼湾的1048公里长的海岸线。它是许多文明的家园，其中印度河流域是最著名的地方；如今，佛教在巴基斯坦不同的地理区域蓬勃发展。

亚大陆上有最古老、最脆弱的佛教遗址。在佛教衰落和印度教复兴之后，这些地区成为了印度教纪念碑的剧院。印度河流域文明提供了大量的宗教景点，对宗教旅游业的发展极为有用，它可能是该国最著名的宗教资产。巴基斯坦文化是印度、波斯、阿富汗、中亚、南亚和西亚影响的大熔炉。巴基斯坦拥有丰富多样的景观。这里有许多美丽的平原、沙漠、森林、丘陵、山脉、高原和海岸线。



巴基斯坦是世界上唯一三座著名山脉交汇的国家：喜马拉雅山、喀喇昆仑山和兴都库什山脉。因此，包括世界第二高峰K2在内的众多令人叹为观止的山峰为登山者和徒步旅行者提供了冒险的可能性。对于一个讨价还价的人来说，巴基斯坦是购物者的天堂，以奢华的手工打结地毯、铜器、玛瑙、铜器和一系列文化手工艺品而闻名。

最近，美国有线电视新闻网（CNN）和《福布斯》杂志报道了巴基斯坦的旅游潜力，获奖旅游杂志《康德·纳斯特旅行者》（宣布巴基斯坦为“最佳度假地”之一，英国背包客协会）将巴基斯坦描述为“地球上最友好的国家之一，拥有无人能及的山景”“最狂野的想象”。在地理上，巴基斯坦分为四个省：俾路支省、开伯尔-普什图赫瓦省、旁遮普省和信德省；另外还有两个自治区阿扎德·查谟和克什米尔（AJK）和吉尔吉特·巴尔的斯坦（GB），以及一个被称为伊斯兰堡首都区（ICT）的联邦领土。每个省和地区都是独一无二的；拥有自己的品牌、人才和文化。因此，吸引了各行各业的游客。

# 地图 巴基斯坦



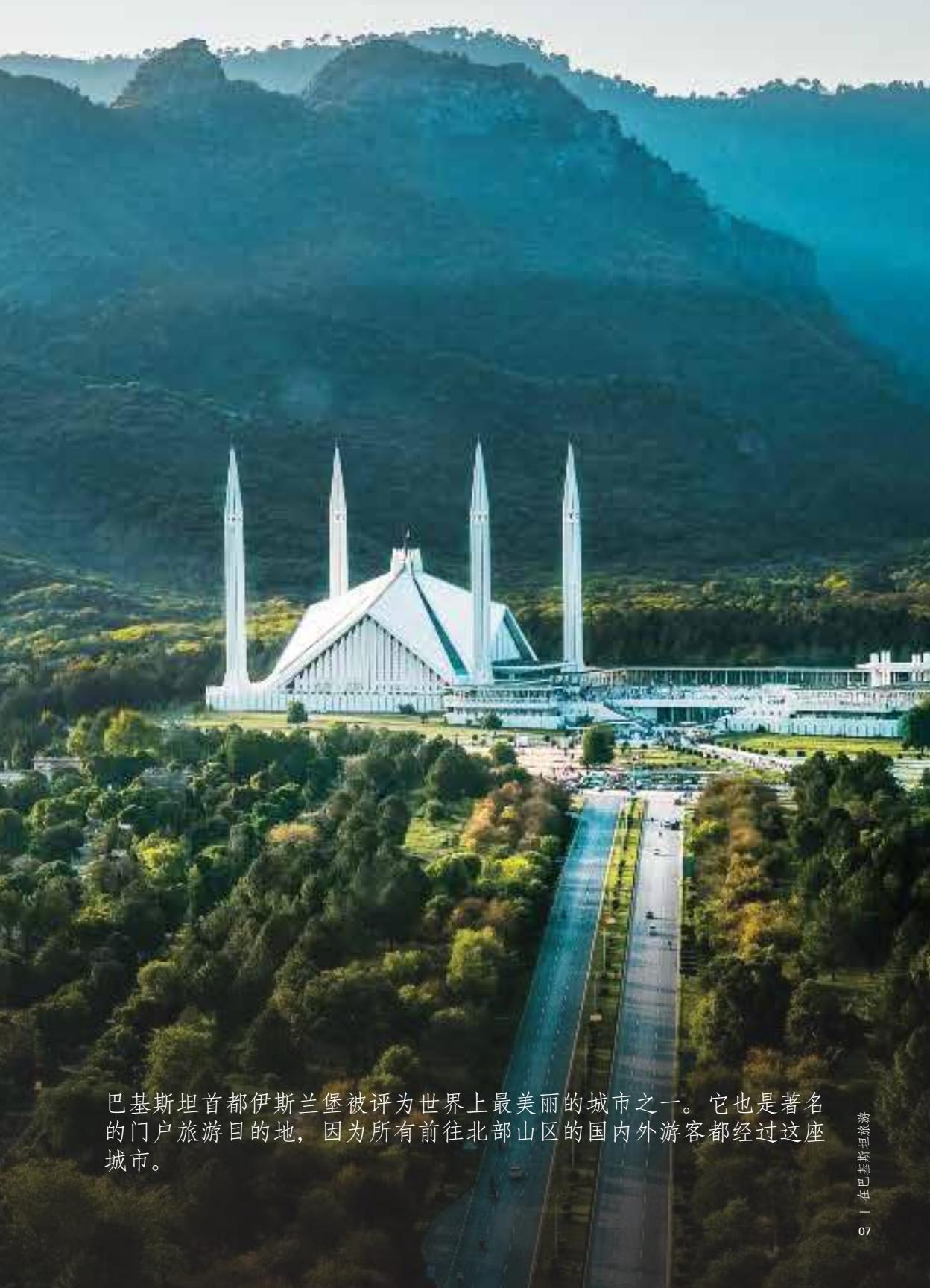
首都

# 伊斯兰堡

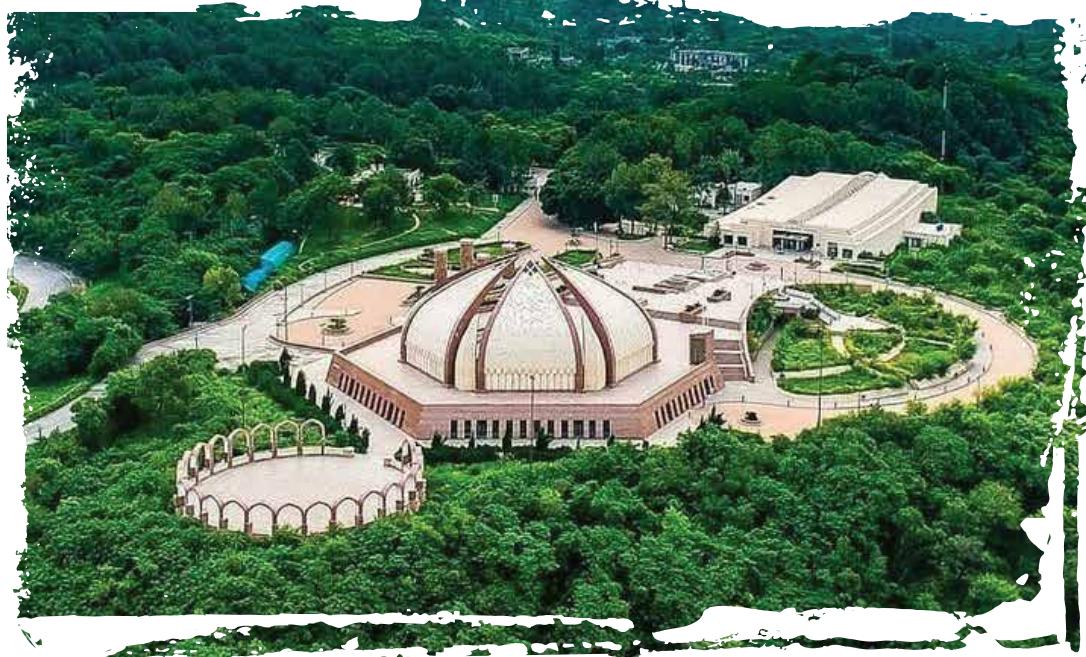
世界第二美丽的首都，南亚第二安全的城市



Selcuk



巴基斯坦首都伊斯兰堡被评为世界上最美丽的城市之一。它也是著名的门户旅游目的地，因为所有前往北部山区的国内外游客都经过这座城市。



伊斯兰堡市建于1960年，以取代卡拉奇成为巴基斯坦的新首都，自1963年以来，卡拉奇一直是巴基斯坦的首都。由于伊斯兰堡靠近拉瓦尔品第，它们被视为姐妹城市。伊斯兰堡所在地区的历史可以追溯到亚洲最早的人类居住区。这座城市以其郁郁葱葱的绿色景观而闻名，常被称为“绿色城市”。它包括许多城市公园、绿化带和人行道。伊斯兰堡市也是几个地标性建筑的所在地，包括费萨尔清真寺，它是南亚最大的清真寺之一，也是世界第四大清真寺。其他地标包括巴基斯坦纪念碑和民主广场。该市还有许多其他旅游景点和户外活动可供欣赏，如洛克·维萨、自然历史博物馆、丹姆湖、皮尔·索哈瓦、拉瓦尔湖、西姆利大坝湖、日本花园、F-9公园、玫瑰和茉莉花园、体育综合体、沙阿阿拉·迪塔洞、赛德普尔村、沙达拉、巴里伊玛目、，玛加拉山国家公园（MHNP）的湖景公园和不同的徒步旅行路线。



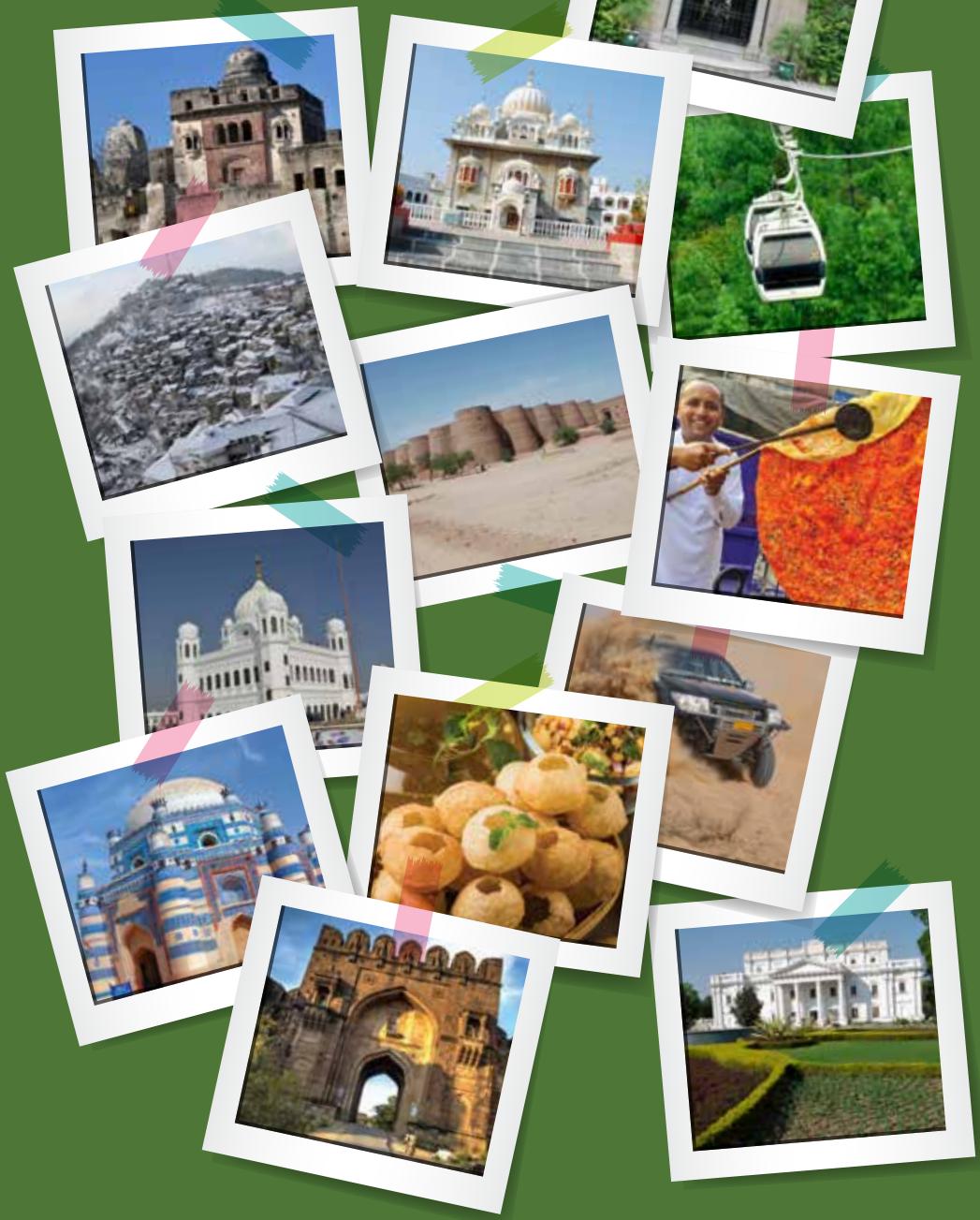
**MHNP** 为这座城市的景观提供了一个美丽的背景。该公园包括形成喜马拉雅山麓的马加拉山，以及沙卡尔帕里安公园和拉瓦尔湖。蒂拉·查鲁尼身高1604米，是公园的最高点。马加拉山是一个受欢迎的旅游目的地，达曼-伊-科和皮尔-苏哈瓦是受欢迎的山站，而沙卡尔帕里文化综合体和湖景公园是受欢迎的野餐地点。该公园拥有丰富的生物多样性，尤其是中国喜马拉雅动物群，最著名的是斑羚、吠鹿和豹。MHNP是约600种植物、402种鸟类、38种哺乳动物和27种爬行动物的家园。

伊斯兰堡是通往巴基斯坦北部许多热门旅游目的地的门户。伊斯兰堡周围有许多旅游目的地，仅需几个小时的车程。穆里、纳蒂亚加利、阿尤比亚、布尔班和莱特拉谷等著名的山地车站都在一个半小时车程范围内。塔克希拉、罗塔斯堡、拉瓦特堡、蒂拉·乔吉安、华园、卡塔斯·拉吉、凯拉、马洛特、洪德、阿托克、哈桑纳巴达尔和其他一些遗址的历史遗址也在数小时内。



省  
旁遮普

五河之地



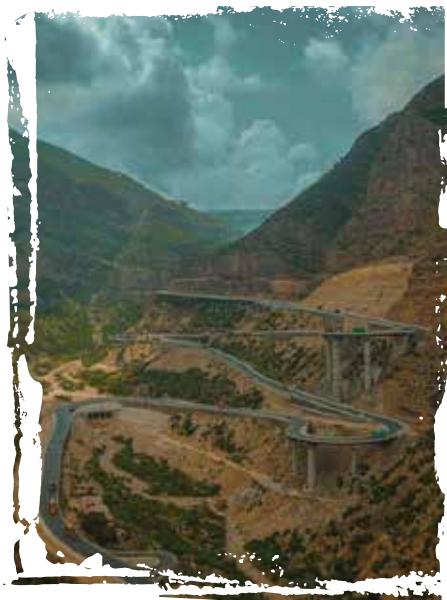


旁遮普省是巴基斯坦工业化程度最高、人口最多的省份之一，它囊括了新旧两个省份。同时保护文化遗产和民间传说，这些文化遗产和民间传说深深植根于莫卧儿人、锡克人和东印度公司统治时期修建的古城、纪念碑和建筑中。旁遮普是后殖民时代现代化的典范，它意味着过上便利和奢侈的快速生活。



巴基斯坦人口最稠密的省份的名称是波斯语单词panj（五）和ā b（水）的融合。使它被称为“五河之地”。这个名字象征着五条河流，杰卢姆河、切纳布河、拉维河、比亚斯河和萨特莱河，它们是这块土地的生命线，使旁遮普变得肥沃富饶。

从地理上看，这是一个反差之地。从印度河及其支流肥沃的平原到智利斯坦沙漠的沙丘；从喜马拉雅山麓松树覆盖的穆里山的葱茏美景到盐岭令人惊叹的月球景观。它还包括西部的山区，如该省西南部的科伊苏里曼山脉。蒙罗堡也是南旁遮普人中很受欢迎的一座山上车站。



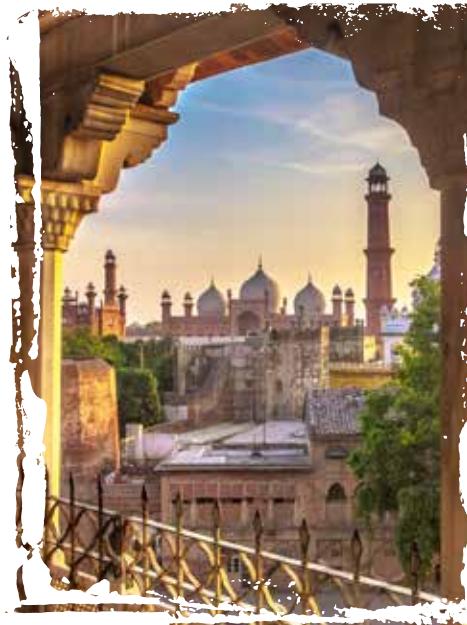


此外，旁遮普是次大陆的时间胶囊。旁遮普的历史可以追溯到印度河流域文明，这是南亚的青铜时代，大约在公元前5500年，肥沃的印度河平原被封锁。此后，该地区被许多不同的帝国征服和统治。因此，它有来自不同时期、地区、文化和统治帝国的作品。它也是塔克西拉的所在地，许多人认为塔克西拉是世界上最古老的大学。





旁遮普是许多不同宗教和考古遗址的所在地。古德瓦拉·达巴尔·萨希布卡塔普尔也是锡克教徒和游客的主要景点；因为它是世界上最大的古尔德瓦拉。古德瓦拉·贾纳姆·阿斯坦是锡克教创始人纳纳克古鲁出生在那里的另一个著名地点。该省也是众多陵墓和神殿的所在地。最著名的神殿之一是位于木尔坦的沙赫·优素福·加德齐神殿。因此，这个地区的历史、文化和复杂性是巨大的。



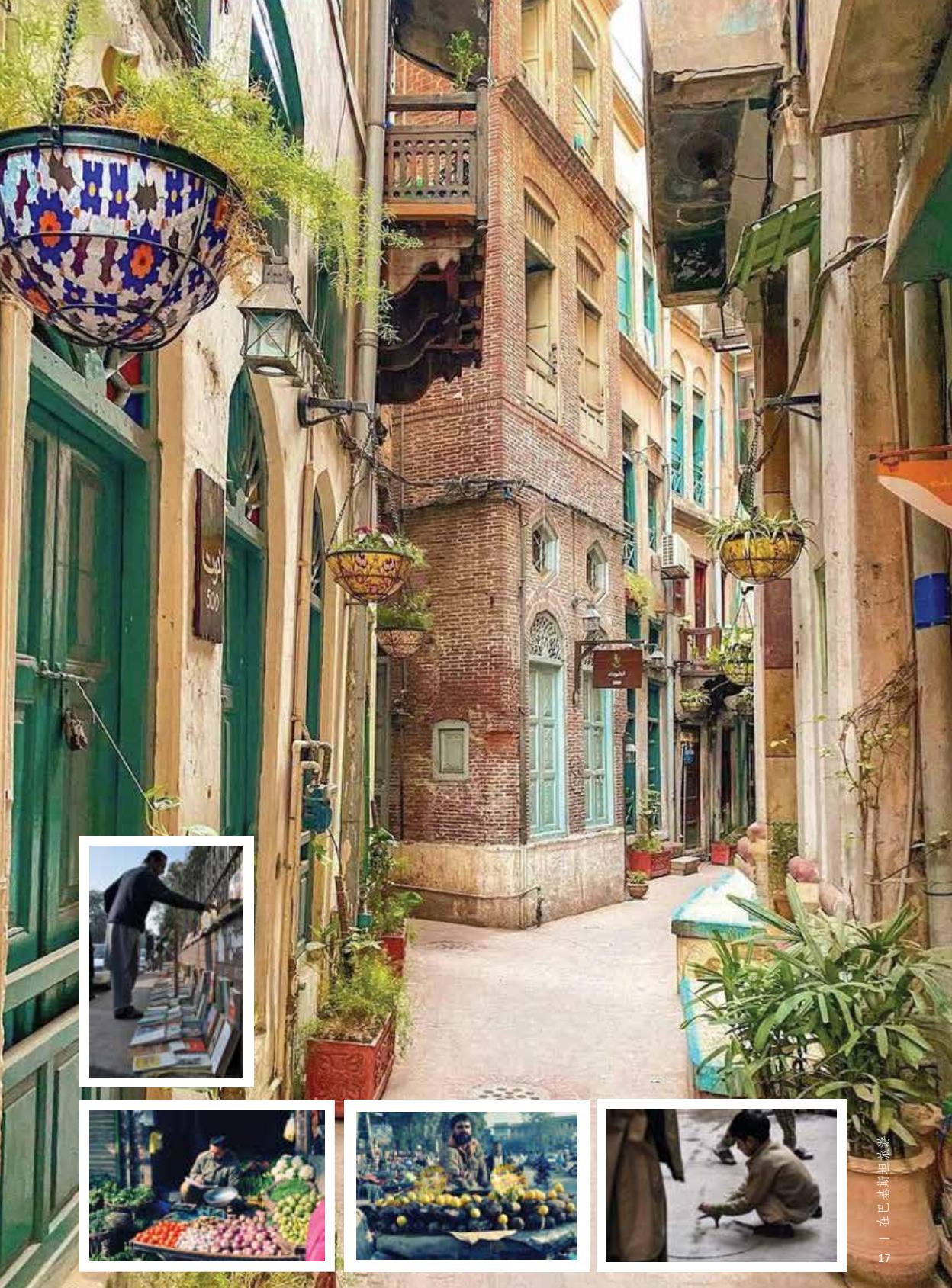


拉合尔是该省历史悠久的首府和最大的城市。这座城市是巴基斯坦的文化和经济国际中心，以其充满活力的氛围而闻名。它因其繁茂的公园和花园而被称为“花园之城”。它拥有多处旧址，包括著名的阿纳卡利·巴扎（阿纳卡利集市）、希什·马哈尔（希什玛哈尔）、沙利马尔·巴格（沙利玛巴格）、巴基斯坦米纳尔（巴基斯坦决议日纪念塔）、瓦齐尔·汗（瓦齐尔汗）清真寺、贾汉吉尔墓、拉合尔博物馆、拉合尔高等法院大楼、政府学院、国家艺术学院、蒙哥马利大厅、火车站、旁遮普大学、省议会等。



旁遮普的众多宝藏之一深藏在拉合尔。拉合尔有一个老城区，被称为“城墙城市”或简称为“老拉合尔”。该地区是重要和世界著名的历史和遗产遗址所在地，如瓦齐尔汗清真寺、沙希奇拉（拉合尔堡）和沙希哈曼；两处公认的联合国教科文组织世界遗产地。

旁遮普省的其他主要旅游景点包括帕特里塔（新穆里）布尔班、上托帕和下托帕穆里、拉贾·巴扎尔和萨达尔·巴扎尔·拉瓦尔品第、侯赛因·阿加希·巴扎尔·木尔坦、沙赫·鲁克恩·阿拉姆墓、沙赫·沙姆斯·萨布兹瓦里、巴哈丁·扎卡里亚和科纳·卡西姆·木尔坦堡，以及塔克希拉的各个景点，分布在大片区域，包括比尔丘（塔克西拉最古老的城市）达摩拉吉卡佛塔和修道院。哈拉帕是印度河流域文明的另一个重要城市。要塞阿尔·比鲁尼提到，南达那是盐岭东部一座山丘堡垒中的一个伟大的学习中心。拉尔苏汉拉国家公园、乌赫谢里夫、沙漠支渠、努尔玛哈尔、达巴尔玛哈尔、古尔扎尔玛哈尔，巴哈瓦尔布尔历史悠久的达拉瓦城堡。克乌拉盐矿、古老的印度教卡塔斯拉吉神庙、木尔坦的谢赫·鲁克恩·阿拉姆陵墓和南亚最大的苏菲神殿Data Darbar等。

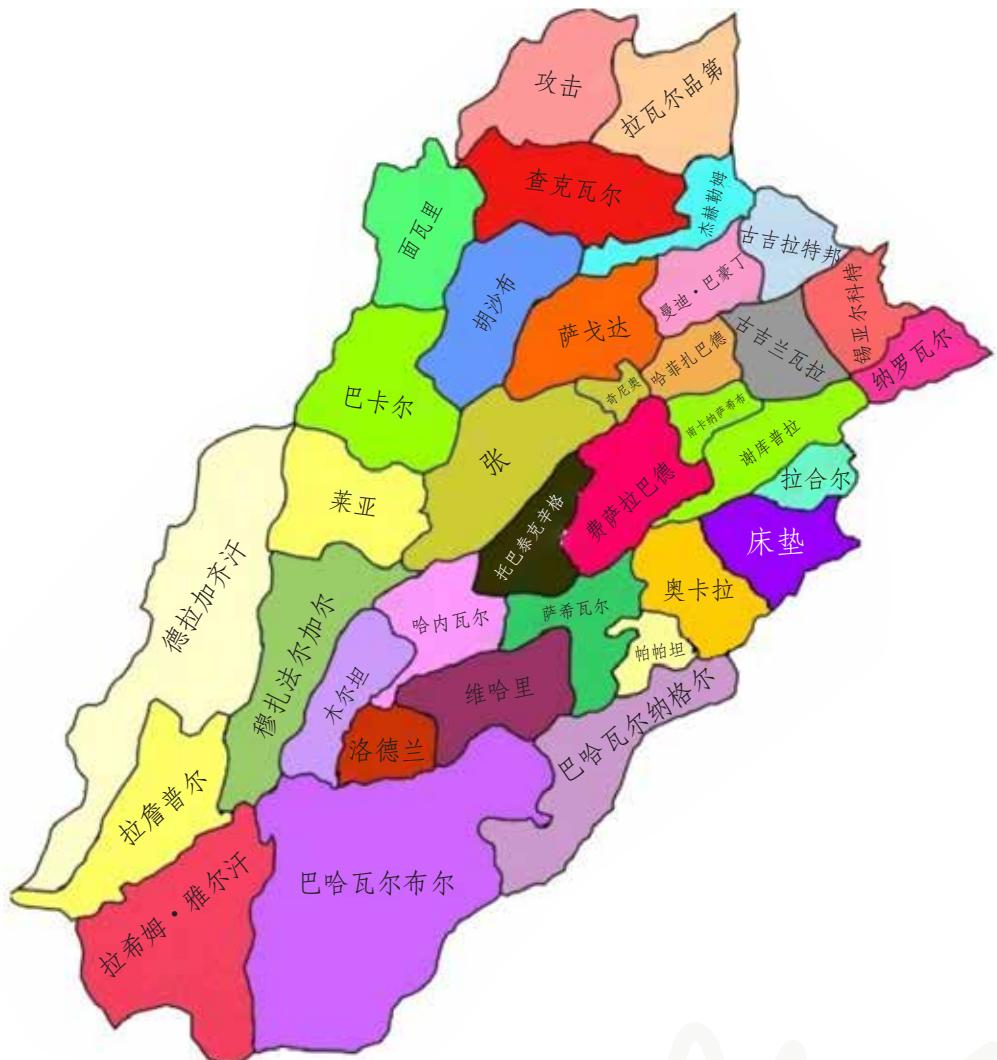


# 主要景点 旁遮普

- 01-古庙-锡亚尔科特
- 02- 阿托克桥-阿托克
- 03-阿托克堡-阿托克
- 04-巴德沙希清真寺-拉合尔
- 05布曼沙阿-奥卡拉
- 06布莱沙阿神庙-卡苏
- 07长安漫画林-卡苏尔
- 08智利斯坦沙漠-旁遮普南部
- 09查夸峡谷-查夸
- 10木尔坦钟楼
- 11费萨拉巴德钟楼
- 12达巴尔·玛哈尔-巴哈瓦尔布尔
- 13德拉沃堡-德拉瓦尔
- 14蒙罗堡钢桥-DGK
- 15甘达-西格瓦拉边境-卡苏尔
- 16GPO-穆里
- 17古尔扎尔玛哈尔-巴哈瓦尔布尔
- 18古鲁德瓦拉-萨查-萨乌达-法罗卡巴德
- 19古鲁德瓦拉 · 查基 · 萨希布-埃米纳巴德
- 20古鲁德瓦拉 · 罗里 · 萨希布-埃米纳巴德
- 21 古鲁德瓦拉 卡塔普尔-萨希布
- 22 古鲁德瓦拉 贾南 · 阿森- N.S.
- 23古鲁瓦拉古鲁拉姆达斯-拉合尔
- 24南卡纳长老-
- 25哈拉帕遗址-沙希瓦尔
- 26希兰米纳尔-舍库普拉
- 27 卡拉尔卡哈尔- 杰格瓦尔
- 28卡拉巴格大坝-米安瓦利
- 29 卡塔斯拉吉寺杰格瓦尔 - 杰格瓦尔
- 30赫瓦拉盐矿-品达丹汗
- 31拉合尔堡-拉合尔

- 32 拉尔苏哈拉公园- 巴哈瓦尔布尔
- 33巴基斯坦米尔纳-拉合尔
- 34 Namal大学- 米扬瓦里
- 35 Namal湖- 米扬瓦里
- 36 卡拉巴格之家的纳瓦布
- 37尼拉·沙科特利·萨蒂安
- 38 诺玛哈尔 - 巴哈瓦尔布尔
- 39老堡-木尔坦
- 40帕特里塔缆车和缆车
- 41 潘杰纳德-南旁遮普
- 42 潘贾萨希布- 哈桑 · 阿卜杜勒
- 43罗塔斯堡-杰勒姆
- 44野生动火车- 穆里
- 45 兰吉特 · 辛格-拉哈尔的三摩地
- 46沙拉玛花园-拉合尔
- 47 萨迪克 · 加赫 · 玛哈尔- 巴哈瓦尔布尔
- 48 沙鲁克尼阿南-木尔坦
- 49巴巴法里德神龛- PP
- 50 谢尔沙苏瑞清真寺- 贝拉
- 51苏丹巴胡神殿-张
- 52斯威克湖-查克瓦尔
- 53 塔克西拉博物馆 - 塔克西拉
- 54加齐汗墓 - DGK
- 55 赫尔兰贾墓 - 张
- 56蒂拉 · 乔吉安-杰赫勒姆
- 57 乌赫谢里夫- 巴哈瓦尔布尔
- 58乌恰里湖-库沙布
- 59 瓦加 边境 - 拉合尔

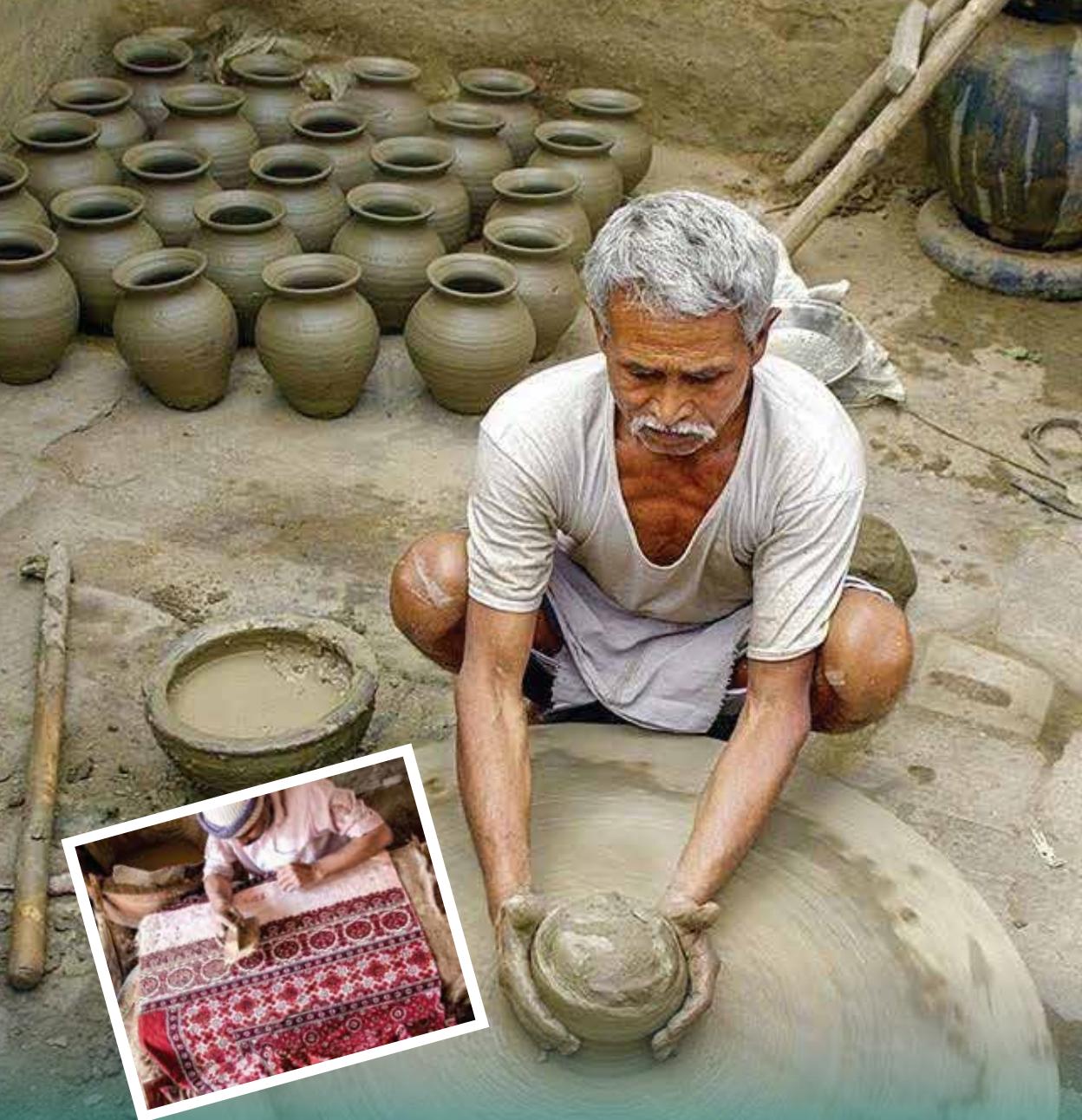
# 的地 旁遮普



# 德信省

文明的摇篮

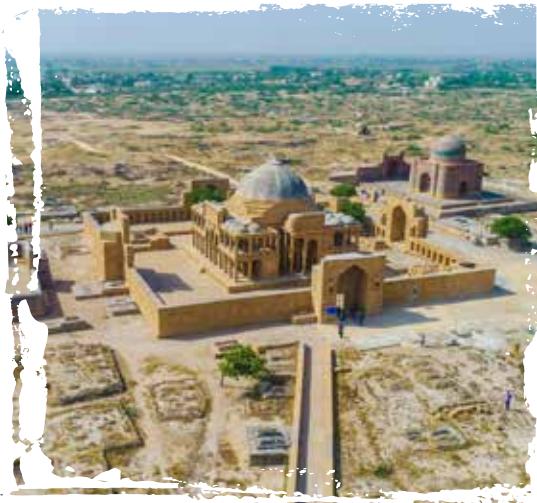




信德省位于印度东南部，与俾路支省、旁遮普省、阿拉伯海以及印度的古吉拉特邦和拉贾斯坦邦接壤。信德省是信德族历史上的家园。作为巴基斯坦人口第二多的省份，它被称为巴布伊斯兰，翻译过来就是“伊斯兰的门户”。这个名字与信德省融合在一起，因为它见证了伊斯兰教第一次传播到南亚。因此，信德省因其独特的文化而闻名，它深受苏菲主义的影响，苏菲主义是信德身份的重要组成部分，对穆斯林和印度教徒来说都是如此。



信德省有几个举世闻名的重要的苏菲神祠，每年都吸引着数百万的信徒。其中一些包括：阿卜杜拉·沙阿·加齐、苏菲·拉尔·沙巴兹·卡兰达和沙阿·阿卜杜勒·拉提夫·比泰的神殿。此外，信德省也是巴基斯坦印度教居民最多的地方，还有一些印度教寺庙。



纳拉扬神庙是一座印度庙宇，建于约200年前，是当地印度教徒的重要朝拜场所。其他著名的寺庙包括什里·斯瓦米纳拉扬曼迪尔和瓦伦先生神庙，所有这些寺庙都吸引了印度教朝圣者和游客，体现了该省的宗教多样性。信德省有自己独特的文化和传统，起源于世界上最古老的文明之一，印度河流域文明。它是一些最著名的历史旅游景点的



所在地：拉尔卡纳市附近的摩亨佐-达罗遗址，也是联合国教科文组织世界遗产。另一个著名的联合国教科文组织世界遗产是“马克里墓地”，它是世界上最大的墓地之一，在400年的时间里容纳了50万到100万座坟墓。伊斯兰建筑在该省也相当突出，在塔塔的沙贾汗清真寺由莫卧儿皇帝沙贾汗建造。



# 卡拉奇

任何有关巴基斯坦多样性的谈话，如果不提到卡拉奇，那就是不完整的。卡拉奇是巴基斯坦的前首都，现在是信德省的首都。卡拉奇是巴基斯坦人口最多、最现代化的城市。很大一部分人口是1947年后从印度移民到巴基斯坦的后代。它被称为“光之城”，是巴基斯坦的国际中心。它以自己的方式生活和呼吸。它位于著名的90公里海岸线边缘，经营着中国最大、最繁忙的港口。海岸线以其美丽的公共和私人海滩、新鲜的海鲜和沿海高速公路而闻名。莫哈塔宫博物馆提供了沉浸在印度-撒拉逊建筑的机会，而弗里尔大厅举办了几个节日和展览，描绘了该地区的历史、文化和传统。巴基斯坦国父穆罕默德·阿里·真纳美丽的陵墓是卡拉奇最著名的旅游景点。卡拉奇是一个购物的好地方，众多的购物中心和色彩鲜艳的集市为喜欢购物的人提供了很好的机会。卡拉奇几乎全年都是热带温和气候。如果没有体验卡拉奇的快节奏和充满活力的氛围，到巴基斯坦旅行是不完整的。





# 主要景点 信德省

- 01-佛教佛塔图尔米尔鲁坎
- 02-迪吉吉塔克里
- 03-法伊兹·马哈尔
- 04-科迪吉堡
- 05-弗里尔大厅
- 06-加齐沙阿丘
- 07-五里寺
- 08-历史塔帕卡堡
- 09-辛戈拉尼马云
- 10-贾米亚清真寺库达巴德
- 11-耆那教寺庙维华
- 12-卡隆贾尔山脉
- 13-凯尔塔尔山脉
- 14-马克里墓地
- 15-曼查尔湖
- 16-摩亨佐·达罗
- 17-莫哈塔宫
- 18-巴基斯坦国家博物馆
- 19-诺科特堡
- 20-Quid-e-Azam 故居博物馆

- 21- 拉尼科特 (堡垒)
- 22-萨德贝洛 (印度河岛)
- 23- 色万堡
- 24-拉基沙阿萨达尔神殿
- 25- 拉尔·沙赫巴兹·卡兰达尔神殿
- 26-信德省博物馆
- 27- 方塔拉卡纳
- 28-松达墓地
- 29- 塔尔沙漠
- 30- 努尔·穆罕默德沙·卡尔霍罗
- 31- 穆罕默德·阿里·真纳
- 32- 乌默尔科特堡乌默尔科特
- 33- 瓦齐尔大厦博物馆



# 的地图 信德省



Scenic

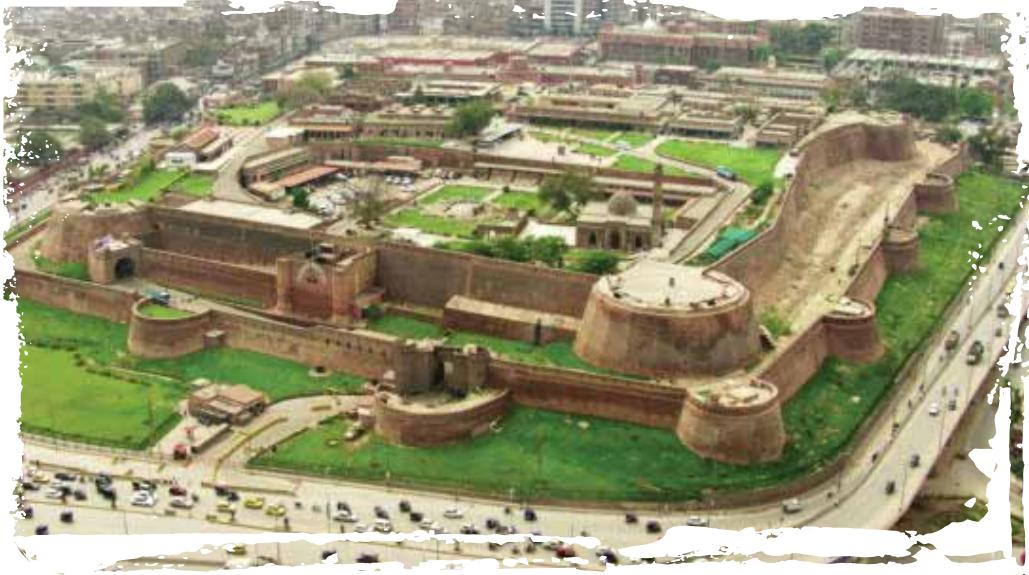
# 开伯尔-普赫图赫瓦省

迷人的开伯尔-普赫图赫瓦省





开伯尔-普赫图赫瓦省(开伯尔-普赫图赫瓦省)前身为西北边境省(NWFP)，沿着与阿富汗的边境绵延110多公里。在人口和经济方面，它是巴基斯坦的第三大省。白沙瓦是该省的首府，该省的中心是肥沃的白沙瓦山谷，由喀布尔河和斯瓦特河灌溉。犍陀罗文明在公元1世纪到5世纪之间达到顶峰，其核心之一位于现代的KP省。白沙瓦有着丰富的历史和考古遗址。



连接巴基斯坦和阿富汗的开伯尔山口可能是该省最著名的特色，尽管它在史前时代很少被使用，甚至在几个世纪后，它也被认为是一条太窄、容易被伏击的路线。直到公元1世纪，强大的贵山王朝入侵犍陀罗并平抑了该地区，开伯尔河——从喀布尔到白沙瓦的最直接的路线，才成为一条安全的贸易路线。

白沙瓦(开伯尔)，开伯尔-普赫图赫瓦(开伯尔-普赫图赫瓦省)的首都，是一个边境城镇，是次大陆和中亚的聚集地。它是亚洲现存最古老的城市之一——古老的传统与今天传统相互碰撞，在过去的一百年里，旧城的集市几乎没有什么变化。白沙瓦以历史和考古遗址而闻名，包括伊斯兰学院，白沙瓦博物馆，戈尔巴拉希萨尔堡，

戈尔刹帝利，塞提房屋，坎宁安时钟低，开伯尔集市，英国军营，马哈巴特汗清真寺，纳瓦布说汗和萨金娜莫辛汗的陵墓。



传说中的开伯尔山口，世界上最著名的山口，守卫着开伯尔-普赫图赫瓦的入口。世界上没有任何其他关口具有如此重要的战略意义，或保留如此多的历史联想和浪漫的门户。在这片崎岖不平的板岩地貌上，英国和俄罗斯19世纪帝国征服“大博弈”的实际策略得以上演。在这条传说中的路线上，“每一块岩石，每一座山”都有它的故事。在白沙瓦古老的集市上品茶是一种独特的体验。





塔赫特巴希遗址被列入联合国教科文组织世界遗产名录，是一座可以追溯到公元1世纪的古代佛教寺庙的遗。

神秘的卡拉什部落是异教徒部落在巴基斯坦最偏远地区之一的最后一块山地飞地的居民。山达尔马球场提供桌上山马球在地球上最高的马球场。





在该省的南部地区，最古老的城市德拉伊斯梅尔汗位于旁遮普和俾路支省的入口。这座城市以卡菲尔科特的印度教遗址而闻名。该地区还提供由熟练的艺术家手工制作的精美的当地手工艺品。这一地区的景观是它备受赞誉的主要原因。地形包括山脉、起伏的次山区和被丘陵环绕的平原。在北部，山脉通常是南北走向，在北部的兴都库什地区有最高的山峰，如蒂里奇·米尔，上升到25230英尺(7890米)。



南边是崎岖不平的潘杰科拉河、斯瓦特河和康迪亚河流域。斯瓦特拥有几个旅游景点，如马拉姆贾巴度假村、马哈德汉德湖、昆多尔湖、白宫、斯瓦特博物馆、乌特罗、达拉尔湖、辛加达尔塔、阿姆卢克达



拉塔、马哈茂德伽兹纳维清真寺、马德扬桥、拉贾格拉堡等。迪尔位于洛瓦里通行证的山麓，毗邻斯瓦特山谷，是另一个充满许多旅游景点的目的地，如贡拉特山谷，潘科拉河，卡托拉湖，班达船，巴德戈伊





# 主要景点 开伯尔普赫图赫瓦

## 白沙瓦

1. 巴拉希萨尔堡
2. 伊斯兰学院
3. 白沙瓦博物馆
4. 戈尔卡特里
5. 塞蒂之家
6. 坎宁安钟楼
7. 开伯尔巴扎尔
8. 英国军营
9. 马哈巴特汗清真寺
10. 纳瓦布赛义德墓
11. 科特拉蒙辛汗
12. 奇萨·科瓦尼（市场）

## 开伯尔(新合并地区)

1. 巴布-开伯尔
2. 贾姆鲁德堡
3. 开伯尔山口
4. 阿里清真寺
5. 开伯尔步枪混乱

## 斯瓦特山谷

1. 加宾·贾巴
2. 马拉姆贾巴滑雪场
3. 贝林
4. 曼基尔
5. 卡拉姆
6. 马霍丹湖
7. 昆多尔湖
8. 白宫
9. 斯瓦特博物馆
10. 乌特罗，达拉尔湖
11. 辛加达佛塔
12. 阿姆鲁克达拉佛塔
13. 穆罕默德·加兹纳维清真寺
14. 马提安桥
15. 拉贾·格拉堡垒
16. 楚凯尔班达
17. 马斯蒂湖

## 上第尔县

1. 库姆拉特谷
2. 潘杰科拉河
3. 塔尔清真寺
4. 卡托拉湖
5. 贾哈兹班达
6. 巴德戈伊通行证
7. 洛瓦尔通行证

## 奇特拉河谷

2. 卡拉什谷
3. 卡拉什博物馆
4. 七甲酚国家公园
5. 马达克拉什特
6. 戈兰戈
7. 特里希米尔峰
8. 卡克拉什特草甸
9. 布罗吉尔山谷
10. 卡兰巴尔湖
11. 山杜尔马球场
12. 山杜尔湖
13. 斯诺加尔谷
14. 加拉姆奇什玛（热水泉）

## 可汗谷

1. 坦迪亚尼
2. 肖格兰
3. 莎朗
4. 赛义夫马鲁克湖
5. 安苏湖
6. 巴塔昆迪
7. 贾尔哈德
8. 巴布萨

9. 杜迪帕萨湖
10. 达纳梅多斯
11. 萨西里马拉
12. 素帕谷
13. 马欣湖

## 加利亚特

1. 纳蒂加尔
2. 昌拉嘎里
3. 东加里
4. 汗布尔
5. 巴拉加利
6. 坦迪亚尼



# 开伯尔-普赫图赫瓦地图



# 支路俾省

美丽的土地





在这个国家的西南部，有超过347,000平方公里的土地。这是一个人口稀少，矿产丰富的土地，在巴基斯坦有一些最独特的景观，这个大部分未被发现的地区，吸引着国内外的人们来揭开它的许多秘密。这是俾路支省。

按面积计算，巴基斯坦省是巴基斯坦最大的省，字面意思是“俾路支之乡”，是骄傲的俾路支、普什图和哈扎拉人的家园。从苏莱曼山脉的佐布山脉到瓜达尔的海滩，与这片土地相连的当地人经受住了几次征服和攻击，因此保留了俾路支和普什图文化和传统的大部分本土文化，免受外来影响。在省的北部是与普赫图赫瓦省毗邻的自豪的普什图恩地。

许多奇迹横亘在这片土地的深处。在这里发现的是俾路支省兽的骨架，它是世界上最大的陆地哺乳动物，曾经在绿色的田野里游荡。除了化石，还有许多丰富的矿物和宝石，比如铜、铬铁矿和铁等等。



俾路支省引以为傲的是梅尔加，世界上第二古老的文明，有近7000年的历史。人们普遍认为它是印度河流域文明的先驱。附近是博兰山口(博兰关)，曾经是商人从伊朗南部和东部前往印度斯坦(印度斯坦)的通往印度次大陆的门户。这些遗址是这个地区历史的活见证。

位于博兰山口的兴格寺庙奎达(奎达)是该省的首府和最大的城市。在北部，你会发现该省大部分地区的炎热和贫瘠形成了鲜明的对比。像Ziarat这样的城市拥有大片的杜松树，是一个美丽的度假胜地。这里的杜松林是世界上最古老的森林之一。



俾路支省主要是逊尼派穆斯林，但也有一些宗教少数派，如哈扎拉人（哈扎拉斯）、兹克利人（齐克里斯）和少数印度教徒。这些人每年聚集在这里，进行巴基斯坦最大规模的印度教朝圣——兴格拉亚特拉。坐落在辛戈尔国家公园（辛格尔国家公园）峡谷中的辛拉吉寺（兴格拉寺），每年春天接待近25万名印度教朝圣者。





在其海岸，俾路支省有大量的自然奇观。这里的风景包括750公里长的原始海滩、沙丘、岩石池、瀑布、椰枣林、泥火山和更多未被开发的旅游景点。马克兰海岸高速公路向投资者和游客开放了这个海岸。它跨越了辛戈尔国家公园附近令人惊叹的风雕刻的岩层，包括巴基斯坦的天然泥“斯芬克斯”和安吉丽娜·朱莉称为希望公主的巨大优雅的雕塑。这里的原始海滩包括昆德·马里尔、贝茨、达兰和其他隐藏的、未受破坏的海湾。瓜达尔是俾路支省(俾路支省)海岸的明珠，它是一条伸入阿拉伯海(阿拉伯海)的锤头鲨。





另一颗完美无瑕的宝石位于离海岸几小时车程的地方。巴基斯坦的第一个海洋保护区，阿斯托拉岛，是几个有趣物种的家园，包括濒危的绿海龟，它们在阿斯托拉美丽的海滩上筑巢。在途中，人们可以看到成群的海豚游过碧绿的海水。

俾路支省是世界上最大的省份，拥有最大、最多样化的旅游景点，如位于博兰山口(博兰关)的皮尔盖布瀑布，靠近梅尔加考古遗址;在胡兹达尔的穆拉村的莫拉奇托克; 穆罕默德·阿里·真纳住宅，齐亚拉特，靠近基达北部;哈拿耶利，基达;辛格尔国家公园; 昆德·马里尔海滩; 皮尔·查塔尔·诺拉尼甘达瓦，贾尔马格西;阿斯托拉岛，瓜达尔/帕斯尼，贾尔马格西; 哈兰沙漠;新建瓜达尔板球场等。附近的海岸是贝拉古冈德拉尼洞穴，根据当地的民间传说，这个洞穴可以追溯到佛教时期，甚至可以追溯到所罗门时代。

从著名的西比节到美味的萨吉肉和岩石面包，俾路支省让人着迷

# 支路俾路点主要景点

- |                       |                 |
|-----------------------|-----------------|
| 01- 阿斯托拉岛             | 20- 奥玛拉         |
| 02- 乔托克 瀑布            | 21- 兴格拉玛塔曼迪尔    |
| 03-瓜达尔/帕斯尼            | 22-博兰山口         |
| 04-瓜达尔板球场             | 23- 奇尔坦哈扎甘吉国家公园 |
| 05- 辛格尔国家公园           | 24- 梅哈尔加尔       |
| 06-昆德马里尔海滩            | 25- 思比          |
| 07-胡兹达尔               | 26-潘吉古尔         |
| 08-马格西                |                 |
| 09-莫拉乔托克              |                 |
| 10- 皮尔·查塔尔·诺拉尼甘达瓦     |                 |
| 11- 菲尔盖布瀑布            |                 |
| 12- 穆罕默德·阿里·真纳 住宅齐亚拉特 |                 |
| 13- 博兰山口              |                 |
| 14-希望公主               |                 |
| 15-哈兰沙漠               |                 |
| 16-汉娜·杰尔              |                 |
| 17- 瓦迪-埃-博兰           |                 |
| 18-奎达                 |                 |
| 19-吉瓦尼                |                 |

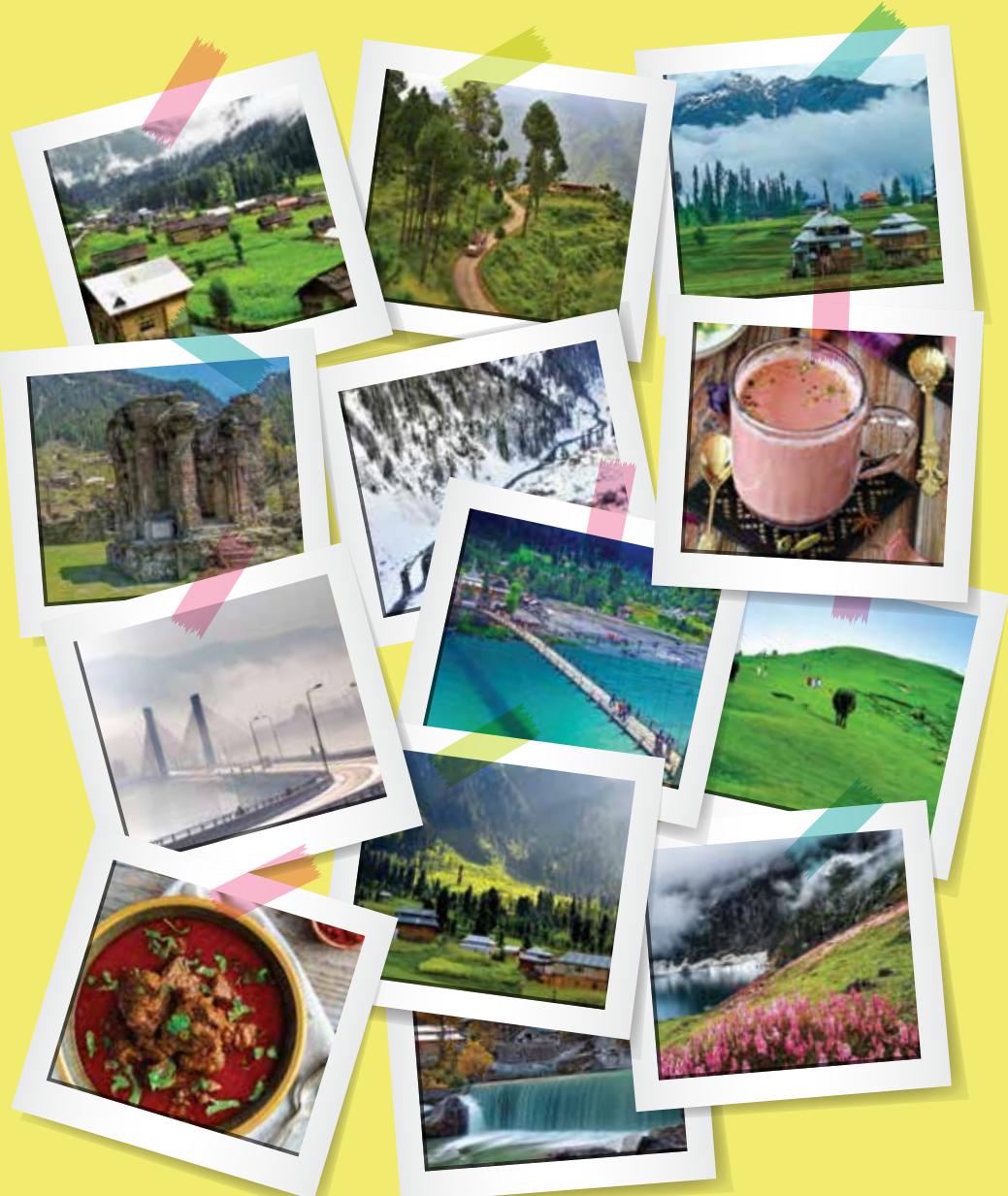


# 俾路支省的地图



Selina

# 山的声音 阿扎德查谟和克什米尔





与南部的旁遮普省和西部的开伯尔-普赫图赫瓦省接壤，坐落着迷人的、风景优美的阿扎德查谟和克什米尔地区，简称为阿扎德查谟和克什米尔。它是一个自治管辖区，面积为297 13平方公里，是克什米尔的巴基斯坦管辖部分，位于印度占领的查谟和克什米尔以西。



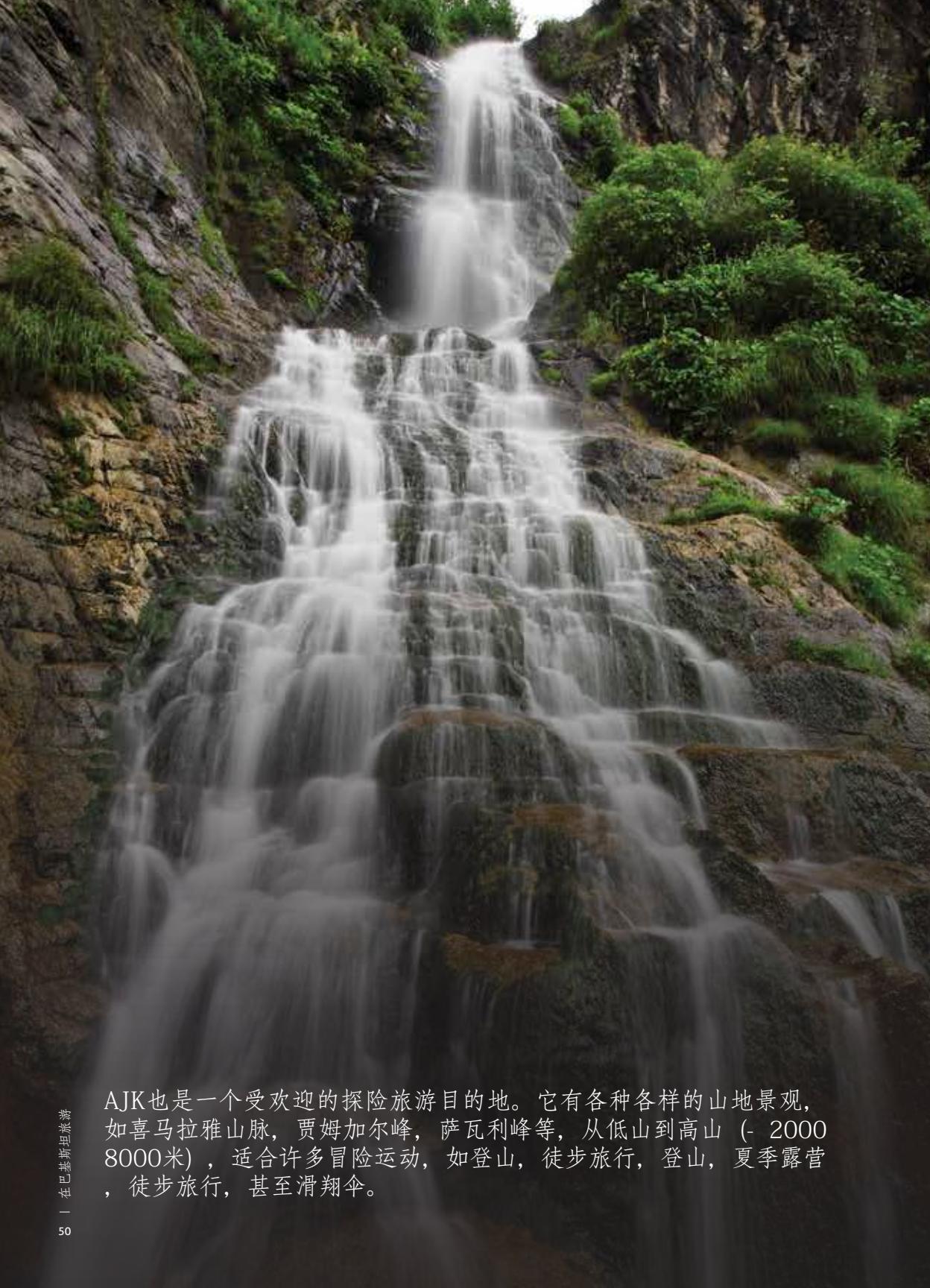
AJK现代，矿产丰富，郁郁葱葱的绿色城市坐落在群山之中，在杰赫勒姆和尼勒姆河的汇合处。它靠近许多旅游景点，如同行中国，红堡，科哈拉桥等。

阿扎德查谟和克什米尔以美丽的湖泊如拉蒂·加利，追风者和奇塔哈塔等而闻名，使阿扎德查谟和克什米尔成为一个受欢迎的休闲和探险旅游目的地。



此外，AJK以其山谷、高原、森林、溪流、积雪覆盖的山峰和郁郁葱葱的山脉而闻名。它经常被称为“人间天堂”，是最受欢迎的旅游和休闲目的地之一。哈里帕尔巴特和托里皮尔是著名的山峰之一。





AJK也是一个受欢迎的探险旅游目的地。它有各种各样的山地景观，如喜马拉雅山脉，贾姆加尔峰，萨瓦利峰等，从低山到高山（- 2000 8000米），适合许多冒险运动，如登山，徒步旅行，登山，夏季露营，徒步旅行，甚至滑翔伞。

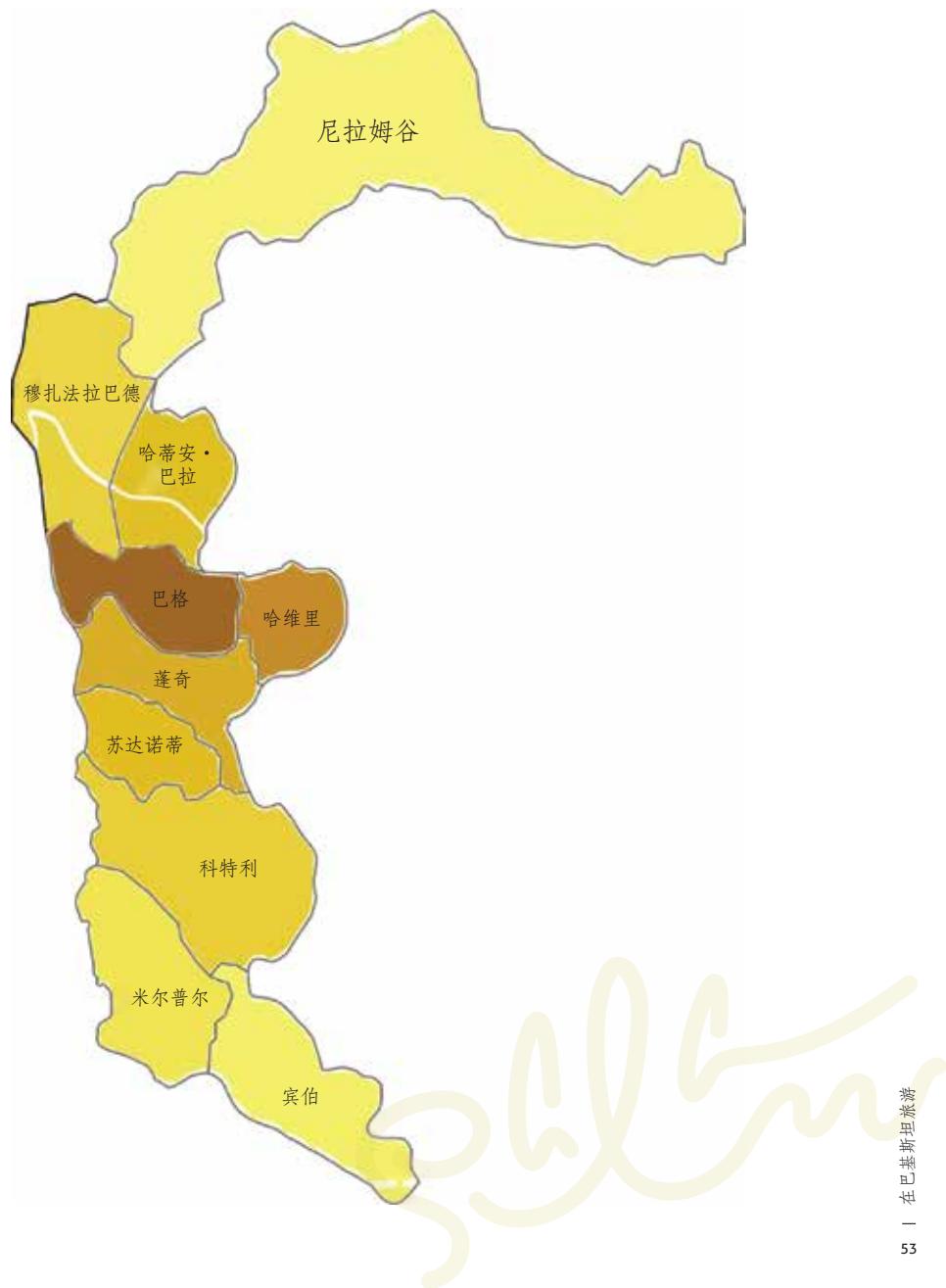


# 主要景点： 阿扎德查谟和克什米尔

- |                 |           |
|-----------------|-----------|
| 01-班卓萨          | 21- 苏丹加利  |
| 02- 查塔尔, 穆扎法拉巴德 | 22-恒河乔蒂   |
| 03- 乔格兰明渠, 尼勒姆谷 | 23-巴格     |
| 04- 凯尔, 尼勒姆谷    | 24-拉斯达纳   |
| 05- 哈里加姆        | 25-塔特拉帕尼  |
| 06-库顿           | 26-科特利    |
| 07-利帕谷          | 27-米尔普尔   |
| 08-曼格拉米尔普尔堡     | 28-皮尔查纳西  |
| 09-尼勒姆谷         | 29-曼格拉湖   |
| 10- 纳科特, 利帕谷    | 30- 索拉希   |
| 11- 旧印度教寺庙, 沙尔达 | 31- 拉姆科特堡 |
| 12-帕兰德里         | 32-巴格萨堡   |
| 13- 拉蒂加利湖       |           |
| 14- 肖特谷         |           |
| 15- 科特利区 塞恩萨谷   |           |
| 16- 塔布特, 尼勒姆谷   |           |
| 17- 阿朗凯尔        |           |
| 18-托里皮尔         |           |
| 19 - 赤塔卡塔湖      |           |
| 20- 猛狒谷         |           |



# 阿扎德查谟和克什米尔地图



# 巴基斯坦北部吉尔吉特-巴尔蒂斯坦

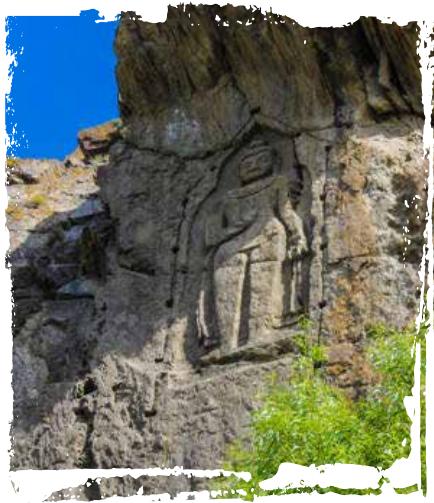
## 巴基斯坦的珠宝





巴基斯坦，尤其是其最北部的吉尔吉特-巴尔蒂斯坦地区，长久以来一直被登山者称为“世界上最保守的秘密”。这个多山的地区拥有一些世界上最长的冰川和最高的山峰，包括世界上第二大的乔戈里峰。

从20世纪70年代开始，喀喇昆仑公路，另一个奇迹，给该地区带来了新的生命。这条令人印象深刻的高速公路本身就是一段冒险之旅，它将带领游客从旁遮普平原出发，穿过开伯尔-普赫图赫瓦省，沿着印度河，到达与中国接壤的北部边境，甚至更远的地方。吉尔吉特-



巴尔蒂斯坦的山谷遍布着具有普遍意义的遗产，被列入联合国教科文组织世界遗产暂定名单，这里展示和保存了过去统治者的辉煌，并提醒人们曾经统治这片土地的传统和文化。

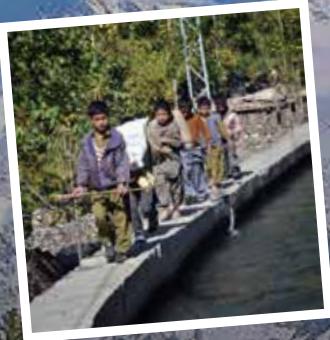






雄心勃勃的登山者每年都试图登上世界上14位8000人中的5位。德赛，“巨人之地”，是地球上第二高的高原，是一个直接从露营者的梦想中出现的超现实景象。在那里，舍萨尔湖只是该地区众多迷人湖泊中的一个，还有位于斯卡杜的上、下卡丘拉湖，位于吉泽的哈尔蒂湖，以及位于上罕萨的著名的绿松石湖阿塔巴德湖——前两个湖是最近灾难性山体滑坡的美丽后遗症。





吉尔吉特-巴尔蒂斯坦的吸引力并不仅仅建立在风景优美的风景上。吉尔吉特-巴尔蒂斯坦的一个流行传统包括“游戏之王”：世界上最高的、每年在山德尔举行的自由式山地马球比赛，吉尔吉特-巴尔蒂斯坦在那里与传统的体育劲敌吉特拉尔(开伯尔-普赫图库万)竞争。

吉尔吉特-巴尔蒂斯坦是几个民族、教派和语言的家园，也是该国最多样化的地区之一，每个社区都在最久的时间里保持着自己独特的传统。吉尔吉特-巴尔蒂斯坦的识字率为%72，人口受教育程度也很高。吉尔吉特-巴尔蒂斯坦的妇女参与刺绣、地毯编织、手工业、农业和经营小型企业。用天然染料、羊毛和银戒指镶嵌的宝石制作的工艺品为游客提供了大量的机会，让他们可以带回家美丽而珍贵的当地纪念品。

随着夜晚在当地音乐的声音中变得活跃起来，游客们可以享受查普索罗，这是纳格尔特有的一种肉馅面包，道多是当地流行的面汤，或者是蘸着杏仁油的荞麦煎饼。这片土地及其风味浓郁的美食不仅提供了食用的食物，还提供了灵魂的食物。

# 吉尔吉特-巴尔蒂斯坦主要景点

- 01. 安德拉·波耶加罕萨
- 02. 芭蕉之森斯卡都
- 03. 巴格罗特山谷吉尔吉特
- 04. 比拉米克·斯卡杜
- 05. 赤中温泉雪葛
- 06. 东萨谷斯卡都
- 07. 德赛国家公园
- 08. 德雷湖阿斯托尔
- 09. 丹特酒吧谷纳加尔
- 10. 古尔金村罕萨
- 11. 寂静谷甘切
- 12. 希望谷纳加尔
- 13. 胡萨尼吊桥罕萨
- 14. 伊斯科曼谷吉泽。
- 15. 贾巴佐湖志格尔
- 16. 朱蒂尔·纳拉·吉尔吉特
- 17. 卡朗伯湖吉泽
- 18. 库库什湖吉泽
- 19. 卡莫什·阿布萨尔·卡哈曼
- 20. 哈尔蒂湖吉泽
- 21. 卡帕纳沙漠斯卡都
- 22. 噶迦哈佛吉尔吉特
- 23. 卡恰利米纳平纳加尔湖
- 24. 南沙石刻希格尔
- 25. 穆斯布鲁姆谷甘切
- 26. 蒙托卡哈瀑布卡芒
- 27. 曼塔尔布达岩石斯卡都
- 28. 马莫巴尔纳加尔
- 29. 教区商店
- 30. 潘德谷吉泽
- 31. 吉尔吉特普尔路
- 32. 帕苏科恩斯罕萨
- 33. 拉卡波希纳加尔大本营
- 34. 拉玛梅多斯商店
- 35. 盐沙湖
- 36. 希姆沙尔谷罕萨
- 37. 帆船甘切
- 38. 塔里辛阿斯特雷
- 39. 双桥吉尔吉特
- 40. 乌尔塔梅多斯罕萨
- 41. 上卡丘拉斯卡都
- 42. 中央喀喇昆仑国家公园
- 43. 南迦帕尔巴特国家公园
- 44. 红其拉甫国家公园



# 吉尔吉特-巴尔蒂斯坦地图



# 公司信息

由:



巴基斯坦旅游发展公司伊斯兰堡。  
伊斯兰堡  
[www.tourism.gov.pk](http://www.tourism.gov.pk)  
[www.salampakistan.gov.pk](http://www.salampakistan.gov.pk)

## 特别感谢



旁遮普旅游发展公司。  
[www.tdcp.gop.pk](http://www.tdcp.gop.pk)



信德省旅游发展公司  
[www.stdc.gos.pk](http://www.stdc.gos.pk)



KPCTA (开伯尔-普赫图赫瓦文化和旅游局).  
[www.kptourism.com](http://www.kptourism.com)



俾路支省文化、旅游和成就部  
[www.balochistan.gov.pk](http://www.balochistan.gov.pk)



吉尔吉特-巴尔蒂斯坦旅游、体育、文化、考古和博物馆系。  
[www.visitgilgitbaltistan.gov.pk](http://www.visitgilgitbaltistan.gov.pk)



AJ&K 旅游与考古部门  
[www.ajktourism.gov.pk](http://www.ajktourism.gov.pk)



考古和博物馆理事会。  
开伯尔-普赫图赫瓦政府



阿萨姆艺术家(SMC)私人有限公司(图与设计)  
[www.assamartist.com](http://www.assamartist.com)



翻译单位：国立现代语言大学伊斯兰堡 (NUML)  
[www.numl.edu.pk](http://www.numl.edu.pk)

## 照片学分

阿萨姆阿尔塔夫 - 页。 3,4,5,6, 17, 57, 59

法赞巴蒂 - 页. 17 (苏扬 · 辛格街)

卢克马丁 - 页。 12 (c)

莫伊兹 - 页 - 16

奥贝德查瓦拉 - 页。 24

塔哈 - 页。 28

姆图里法新社 - 页。 34 (b)

马克苏德 - 页。 46 (拉蒂加利)

穆罕默德 · 乌斯曼 页. 09

迁移学 - 页. 54

## 有用的联系人

- 旁遮普旅游发展公司(TDCP)
- 信德省旅游发展公司
- 开伯尔-普赫图赫瓦文化、旅游和青年事务部
- 俾路支省文化、旅游部
- 旅游，体育，文化，考古和博物馆部门吉尔吉特巴尔蒂斯坦
- 阿扎德查谟和克什米尔旅游和考古部门

+92 (42) 111-111-042  
+92 (21) 99332658-9  
+92 (91) 9211091  
+92 (81) 9202905  
+92 5811-920173  
+92 5822-921317



<sup>TM</sup> سلیمان  
pakistan



巴基斯坦旅游发展公司  
伊斯兰堡，巴基斯坦秘书处，科萨尔大楼(一楼)  
[www.salampakistan.gov.pk](http://www.salampakistan.gov.pk)

