

Destination 目的地



# 南宁 · 攻略

第二版

——相约风景与美食的无国界冒险

13个经典景点

4条经典路线

3位达人精心推荐

8位用户亲身体验



我是驴友  
www.imlvyou.com

迈特镇

# 南宁 · 攻略

——相约风景与美食的无国界冒险

关键词	绿城 老友粉 中山路 东盟博览会
费用	1000元
天数	3天
舒适程度	舒适

## 目录 · CATALOG

概述	01
亮点	02
有问必答	03
线路推荐	03
景点	05
活动	08
住宿	08
餐饮	09
购物	11
交通	12
背景	14
跟着他们去旅行	14
地图	15

## 印象 · IMPRESSION



刺猬本来没有刺

来之前，QQ更换签名“我要去南宁了。”招致众人好奇，问我南宁在哪里。那瞬间感觉自己是被发到怎么样一个偏远的地方了。而那时，我对于广西，除却桂林一地显赫的名声之外也几乎没有额外的感官。就是在这样一种情况下来到广西，却意外的发现了一个水墨世界。

——《水墨广西，朱槿花开正浓时》



nikovnz

热心的司机和我们介绍着南宁，广西壮族居多，北海，涠洲岛大部分还都是汉人，那南宁呢，也是一样，只有部分少数民族，而服装也汉化了。主要集中在广西的其他地方，比如说崇左，百色。去酒店的路上我见到了国际会展中心，广西壮族自治区医院等等，和我们说城市建设的故事，万象城毫无完工迹象却说要9月营业，说到准备去中山路小吃的时候他说，他已经好多年没去过了，那边的环境很不好，现在都在江南那边吃江鲜。

——《和妈妈一起去看岭南好风光》

## 关于 · ABOUT

南宁有绿城、邕城、凤凰城、五象城之称。

来过这里的人多是作为前往越南或者北海、大新等地的落脚点，短暂停留后便匆忙离开。

其实，这里有吃不完的小吃，逛不遍的公园，买不过瘾的东南亚商品。如果你不慌不忙的来，驻足好好逛逛这座城市，它会给你数不清的惊喜。这里作为广西的省会，同样也是通往东南亚国家的重要城市，作为一座桥梁为东南亚国家提供展示自己的平台，为中国打开东南亚市场的大门。

既然来到这里，就不要匆匆离去。吃一吃不知道有多少种的米粉，逛一逛南国风情的公园。更可以从这里前往跨国瀑布、凭祥友谊关或是踏上越南的国土。这座城市还有很多想要带给你的非凡体验。

## 心愿单 · I WANNA.....

### 南宁那些不可错过的小事

- 吃一碗米粉 不管什么粉 ☐
- 去一个公园 ☐
- 去一座山 无论大明山 青秀山 ☐
- 和出租司机攀谈 ☐
- 去一趟中山路 无论吃与不吃 ☐
- 买很多水果 ☐
- 去看大瀑布 ☐
- 看邕剧 ☐
- 吃烧烤 ☐



## 亮点 · HIGH LIGHTS

### No.1 浓浓绿意 南国风情



城市街景 by zelhr

南宁作为“绿城”，整座城市现代而又充满大自然的气息。生活在这座城市就像是生活在天然氧吧，悠然自得。

### No.2 民族的就是世界的



少数民族 by qian\_0\_wei

广西是著名的壮族聚居地，但同时也拥有着众多其他的少数民族。来到这里除了欣赏秀美的景色，还有一点就是领略当地的少数民族风情。

### No.3 不出国也能逛遍东南亚



国际会展中心 by zelhr

每年9月在南宁都会有一场东南亚集会——东盟国际博览会。这段期间，南宁人及游客不用出国也能感受到东南亚的迷人风情。

### No.4 来一场不停嘴的美食冒险



中山路 by dandolly0115

中山路不是华丽的美食街却以其味道吸引着当地和旅游的人。穿梭于各式大排档，来一场华丽丽的美食冒险吧！

### No.5 行云流水无国界



瀑布 by lige1121

无论是跨上越南之旅，还是就在南宁，都能欣赏到流水之美。德天虽然距离南宁较远，却仍吸引着人们从南宁探访这跨国大瀑布的壮丽之美。

### No.6 在都市与自然中穿行



城市剪影 by lige1121

南宁不仅是绿城，更是一座现代的都市。众多公园与高楼大厦交错分布让人时刻都能感受到轻松自然。



## 有问必答 · FAQ

### 问： 南宁为什么简称“邕”？

在古代，南宁属于百越领地。秦始皇统一岭南地区后，南宁属于桂林郡。西汉时期，汉武帝又将它置于玉林郡管辖。东晋大兴元年（公元318年），置大兴郡，以南宁为郡治所在地，南宁建制从此开始，至今已有1600多年。唐朝贞观八年（公元634年），唐太宗将该地命名为邕州，设邕州下都督府，这就是南宁简称“邕”的由来。元朝泰定元年（公元1314年），中央政府将邕州路改为南宁路，取其南疆安宁之意，“南宁”由此得名。

另外，城市中有条邕江。

### 问： 南宁最佳的旅游时间是什么时候？

南宁属亚热带季风气候，阳光充足，雨量充沛，霜少无雪，气候温和。年均降雨量1300毫米左右，即使在炎热的夏天，降雨量也十分充沛；年均气温21.7摄氏度左右，冬季最冷的1月平均12.8摄氏度，夏季最热的七八月份平均28.2摄氏度。

优越的气候条件使得这里一年四季绿树成荫，繁华似锦，故有“草经冬而不枯，花非春而常放”之说，所以南宁一年四季皆宜旅游。但是南宁最佳的旅游时间是每年10月末11月初。因为每年10月末11月初，南宁会举办一年一度的国际民歌艺术节等大型旅游活动，期间游客可以参与到南宁最具地方特色的节日，并欣赏大型民歌、民族活动演出。这时的南宁变成歌的海洋，舞的世界、盛装的壮乡男女与中外歌舞集一堂，整个城市荡漾着民歌的悠扬旋律，而抛绣球、板鞋舞、抢花炮、踩风车以及多彩的的民间舞蹈更是精彩纷呈。

需要注意的是，夏季炎热潮湿，尤其是七、八月份，平均最高温度达到30 - 38℃，且降雨量大，此时在南宁游览一定要备好太阳镜、遮阳帽和相应的雨具等。

### 问： 南宁地铁什么时候开通？

按照规划，南宁市城市轨道交通线网1号线一期工程由罗文站至南宁东站，沿城市最重要的东西向发展轴布设，连接城西组团、中心组团、青秀组团，线路总长30.5km，设23座车站。设停车场、车辆段各一座。计划2010年底开工建设，2015年建成通车试运行。另外，2013年5月起，市中心的朝阳路等部分路段因修地铁封道，打车要绕道，请注意。

### 问： 从南宁怎么去北海？

目前主要有两个途径：

火车：南宁到北海列车共2趟，K9319南宁-北海，13:05 - 16:01，硬座 44.5元；K9301 南宁-北海，13:40-16:35，硬座 37.5元。

大巴：从南宁琅东汽车站有很多车次，最晚一班在晚上九点左右，随走随买即可。



夜景 by zellhr

## 线路推荐 · SCHEDULE

### 绿城南宁二日游

#### D1 青秀山风景区-广西民族博物馆-民族大道-南湖公园-中山路

早上去青秀山，满目绿色润眼润肺、可以俯瞰南宁市区。从青秀山大门乘坐公交71路支经过6站到达广西民族博物馆，可以感受南宁古老发展的脉搏以及各民族的文化融合；中午可前往民族大道绿岛阳光风味餐厅(航洋国际店)品尝美味的广西菜，下午前往南湖公园享受悠闲与水色，也令人陶醉。

傍晚时分，从南湖公园乘坐60路经过6站在市一医院站下车，步行2分钟即是中山路小吃街。找一个大排档吃螺蛳烧烤，结束一天悠然的行程。

#### D2 大明山

乘车前往素有“南宁后花园”之称的桂中南第一高峰——大明山风景区。大明山森林覆盖率为93%，负氧离子含量高达13万个每立方厘米，是巨大的天然氧吧，山上气温比山下低8—10度，按气候学的划分，大明山上没有夏天，是我国南方最理想的避暑胜地。

花上一天时间游览峡谷景区：观佛台、万重山观佛光、深山峡谷、远眺瀑布。于山上用中餐后，继续游览金龟瀑布景区：观看长袍铁杉、远眺神女峰、仙人台、蛇知石、莲花台等景点。



青秀山 by 刺猬本来没有刺

### 全景四日游

#### D1 青秀山风景区-广西民族博物馆-民族大道-南湖公园-中山路

同绿城南宁二日游D1。

#### D2 南宁-德天瀑布

早上乘车前往德天大瀑布，沿途经大新，经过风景迷人的大新田园风光置于“山水画廊”中，真实体会到“车在画中走，人在画中游”的奇妙感觉。经过风景迷人的大新田园风光、黑水河、沙屯叠瀑，中午抵达边陲重镇硕龙用餐，餐后赴德天景区，沿途经过绿岛行云，游览位于中越边境的亚洲第一大跨国瀑布——德天瀑布以及53号界碑，观赏越南板约瀑布后，返回南宁。

## D3 南宁—大明山

同绿城南宁二日游D2。

## D4 南宁—友谊关—花山壁画

南宁火车站集合，乘坐5517次火车8点从南宁前往凭祥，游览友谊关（天下第二关、中国九大名关之一，中法战争“镇南关大捷”、孙中山唯一一次亲自指挥并亲手打响反清第一炮的“镇南关起义”等重大历史事件发生地），船游左江风光：睡美人、水中盘景、双龙戏珠、悬棺遗址、达佺山壁画、佛手岩、鹰山、高山壁画、哈叭狗迎宾、花山壁画（世界第一的室外壁画、世界文化遗产在申报项目）等景点，后返回南宁，结束四天的游览。

## 南宁北海涠洲岛四日游

### D1 青秀山风景区—广西民族博物馆—民族大道—南湖公园—中山路

同绿城南宁二日游D1。

### D2 南宁—涠洲岛

挑个好天气，从南宁琅东汽车站乘车来到魅力北海，乘3路公交车至北海国际客运码头搭早上每天八点半一班的上岛快船（120元，约90分钟），登上“南国蓬莱”——涠洲岛，选好住处后，漫步岛上沙滩，林木葱郁苍翠，沙滩洁白绵延，颇有一番乐趣，午餐在码头边吃海鲜。

下午开始去南湾港、滴水丹屏等经典，在岛上聆听鸟儿欢歌，看热带植物风光，要是再租一辆自行车就更好了。

### D3 涠洲岛—北海

早餐后骑车环岛活动，下午乘14：00或者17：00船返北海，乘3路车去北海银滩，伴着北海的迷人晚霞，漫步一望无际的银子般的沙滩，累了就找一家当地的海鲜餐馆用餐。

### D4 银滩—北部湾广场—冠头岭

选择银滩附近的别墅区作为落脚点是非常理想的选择。出别墅区大概走3-5分钟即是银滩，方便的不能再方便。从银滩有万能的三路车可以到达北部湾广场，这里地处市中心，餐饮等十分丰富，可以比较后，选择一家，然后前往冠头岭。网上可以体验一下北海的桑拿，这里的洗浴业十分发达，可以放松一天疲惫的行程。



美景 by qian\_0\_we

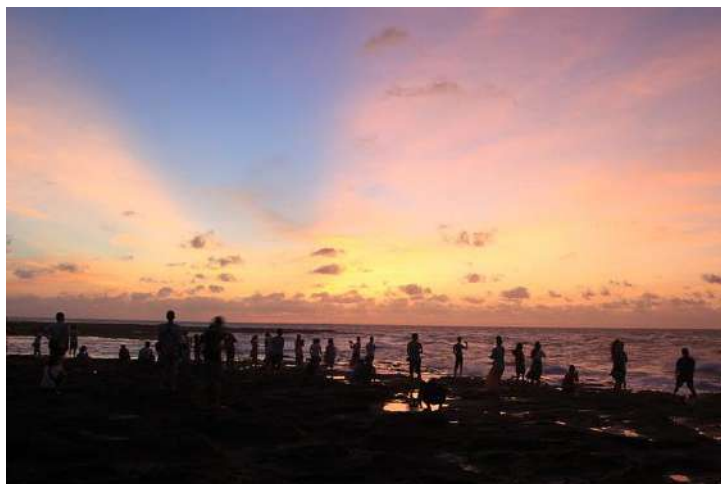
## 南宁东兴越南四日游

### D1 南宁—东兴—越南下龙

乘车往中越边境口岸城市东兴市，抵达东兴市后于酒店用中餐和稍事休息，中午分经东兴口岸办出境手续出境至芒街，观北仑河风光，中越友谊大桥，芒街特区风情游，下午约15:00分转乘车（芒街——下龙约180公里，车程约4小时或快艇，单程250元/人）往下龙市，（如乘快艇则从芒街码头乘小木船约30分钟到快艇停泊处，芒街——下龙须航行约3个小时）。

### D2 下龙—河内

早餐后乘越南特色红木游船，徜徉于万顷碧波之中。漫游被国际教科文组织评为世界自然遗产之一的“海上桂林”——下龙湾、斗鸡岛、狼狗石、香炉山、天宫洞等、数不胜数的美景尽收眼底。下龙湾亦有小渔船如影相随，可向渔民就地购买些许刚打捞而起的各种鱼、虾、蟹等美味海鲜，让游船厨工加工烹饪。中餐于游船上把酒临风，去国怀乡之忧荡然无存，在天海一色中的游船上大快朵颐的美妙感觉在全身悄悄蔓延。午餐后可前往越南最浪漫、最漂亮的岛屿一天堂岛。后下船，告别上帝赐予越南最好的礼物——下龙湾，大巴至越南首都河内。沿途可欣赏田园风光等各种异国风景，晚上可在河内古街感受中西文化交融的殖民古都风情，或于还剑湖边的咖啡厅喝一杯越南中原咖啡。



涠洲岛日出 by小峻看世界

### D3 河内—下龙

早餐后参观越南的心脏巴亭广场、主席府、胡志明陵，军事博物馆、胡志明故居、小木屋、由一根石柱撑起的独柱寺、最为耀眼的中国驻越南大使馆。车观河内最繁华、最热闹的中心湖——“还剑湖”、游河内旧城的老商业区、被誉为“三十六条古街”的桃横街；中餐后大巴至下龙途中，晚餐后可到皇家花园欣赏越南的国粹——水上木偶戏。独弦琴、惊险刺激的鬼屋，还有丰富多彩的越南民族风情表演。充满乐趣的斗鸡表演。

### D4 下龙—东兴—北海

早餐后车赴芒街办理入境手续，入境回国，乘车南国海滨城市北海。

### D5 北海—南宁

早餐后游览北部湾广场南珠魂，南珠文化基地-还珠堂；土特产总汇、古城风貌-北海老街，外观音乐喷泉-“潮”，游北海游览国家AAAA级皇牌景点——东方夏威夷天下第一滩银滩；银滩以“滩长、沙白、水净、浪软”而被称为“中国第一滩”，宽阔平坦的沙滩定会让你情不自禁如孩童般嬉戏，海滩拾贝，戏水弄浪；自由呼吸海边新鲜空气！自由放飞心情！观金庸题词的“外沙海鲜岛”、可品尝北部湾的丰盛肥美海鲜；当日可选择：海洋之窗、海底世界、环岛游、赶海、渔家乐、大江埠、海鲜大餐。





## 景点 · DESTINATIONS

### 市区景点

#### 南湖公园

这是一座以观赏园林植物为主的具有广西民族特色和亚热带风光的综合性公园。在公园中，湖面积占总面积的四分之三，湖岸上芳草绿树相依。游玩南湖，一是在湖中泛舟，或在湖岸垂钓，令人心旷神怡；二是观赏富于亚热带特色的花卉草木。园内值得参观的还有1984年建成的“百色起义陈列馆”。有李明瑞、韦拔群烈士的塑像和历史文物陈列馆。烈士纪念碑座有邓小平同志的亲笔题词：“纪念李明瑞、韦拔群等同志，纪念百色起义的烈士永垂不朽”。

**地址：**北海市海城区珠海路

**交通：**3路、8路、14路、20路、32路、33路、51路、62路、86路、89路公交车南湖公园站下。



春暖花开青秀山 by 小峻看世界

#### 青秀山风景区

青秀山风景区，位于南宁市东南方，座落在蜿蜒流淌的邕江畔，总面积约为13.54平方公里。景区以森林为主体，以绿色为特征，包括青山、凤凰岭等十几座山峦，群峰起伏、林木青翠、泉清石奇、江环如带，是南宁市最著名的风景区，素以“山不高而秀，水不深而清”著称，被誉为“绿城翡翠，壮乡凤凰”。

青秀山风景区目前已建成了全国最大的萼齿、德保、叉叶、隆林、石山苏铁迁地保护中心——苏铁园、独具南亚热带雨林特征的生态园林景观——雨林大观等知名景点。同时还有明代风格的龙象塔、别具异国风情的中泰友谊园、汇聚东盟各国国花国树和国际友好城市代表性雕塑的国际友谊园以及广西十二世居民族雕塑群、十二生肖文化园、青秀山长廊、十八童子情景雕塑、董泉、状元泉、香花园等50多个景点。

**地址：**广西南宁青秀区青山路19号

**交通：**10路、32路、33路、62路青秀山大门站下。

**网址：**<http://www.qxsfaq.com/>

**价格：**20元/人，学生10元/人；观光车5元/人

#### 人民公园

又称白龙公园，因白龙湖而得名。“古邕州八景”之一。园内主要旅游景点有：镇宁炮台、白龙湖、九曲桥、湖心亭、白龙餐厅、儿童游乐园、金鱼场、地下冰室、烈士纪念碑等。

公园大门正对面，是一座林木葱茏、端严秀整的山坡，这便是公园的主体——望仙坡，有一条高141级、宽10米的石阶直通山顶。

顺着141级台阶登上望仙坡顶，所见一座巨石砌就的三层环形城堡，即旧桂系军阀陆荣廷所建的镇宁炮台，是公园内的最高点。炮台上安置着一尊1890年制造的德国克鲁伯大炮，炮台座脚有一古碑廊。登上炮台既可俯瞰南宁城全貌，又不免勾起一缕怀旧幽思。

**地址：**广西壮族自治区南宁市兴宁区

**交通：**14路、17路、38路、218路。

**价格：**免费

## 广西药用植物园

这是一座集游览、科研、教学和生产于一体的综合性园地，坐落在距南宁市区8公里的东郊山峦，创建于1959年。占地200多万平方米，是我国及东南亚地区最大的药用植物园之一。园内林木苍翠，藤蔓纵横，加上棚架点缀其间，小桥流水更添雅趣。这里栽培药用植物2130多种，是李时珍《本草纲目》所在的两倍，被人们誉为立体的“本草纲目”。

**地址：**南宁市长岗路189号

**交通：**202路、22路、606路等药用植物园下。

**开放时间：**8:00-18:00

**网址：**<http://www.gxyyzwy.com/>

**价格：**15元

## 广西民族博物馆

这是一座集游览、科研、教学和生产于一体的综合性园地，坐落在距南宁市区8公里的东郊山峦，创建于1959年。占地200多万平方米，是我国及东南亚地区最大的药用植物园之一。园内林木苍翠，藤蔓纵横，加上棚架点缀其间，小桥流水更添雅趣。这里栽培药用植物2130多种，是李时珍《本草纲目》所在的两倍，被人们誉为立体的“本草纲目”。

**地址：**南宁市青秀区青环路11号

**交通：**民族博物馆没有直达的公车，只能去到青秀山，然后打车过去，打车费用大概15块钱

**开放时间：**周二-周日，9:30-16:30；周一闭馆。

**网址：**<http://www.gxmn.org/>

**价格：**免费



公园里的夕阳美景 by lige1121

## 地王大厦

地王国际位于南宁金湖广场，扼守琅东CBD核心，占据龙脉地段，是西南第一高楼，高276米58层，可俯瞰整个南宁市全景。在54楼“城市客厅”浏览“南宁城市卫星全景地图”，浓缩了绿城精华景致，真彩卫星地图用全新的视觉艺术让本地游客找到自己的“家”，向外地游客展示绿城山水地貌与文脉的流向。还可在“云顶吧”享受一杯咖啡。59楼的“城市天台”中，“空中大峡谷”是目前国内首个高层建筑悬空景观体验平台。它是在地王云顶探出楼体的部分开设一个绝对安全、刺激的透明窗口，只要游客们走上这个全透明的观光台往下一看，将立刻能体验到前所未有的视觉刺激与惊心感受，这必须自己亲自体验才能感受得到。“360度全视觉露天观景平台”可和天空做最近距离的接触，360度广角高空取景台可俯视全城，摄取最佳景色，是领略绿城魅力的最佳场所。

**地址：**南宁市青秀区琅东五象广场（原金湖广场）西北侧

**交通：**公交6路、16路、25路、34路、39路、49路、74路、79路、87路、206路、609路等。

**开放时间：**周一-周五，9:00-22:00；周六-周日，9:00-23:00。

**价格：**成人50元

## 良凤江国家森林公园

良凤江国家森林公园内有清澈的良凤江缓缓流过，江畔林木繁茂，亭阁错落，芳草萋萋，野花点点。良凤江国家森林公园中有亚热带树种及广西濒临灭绝的树种共122科1294个品种，良凤江国家森林公园属国家保护植物的85种。

园内最有名的景点是菩提佛光，在公园菩提山庄内，有一株全国唯一的阴阳合株的菩提树，据说它会发出佛光，只要摸一摸它就可以消除百病。良凤江国家森林公园天生福地，幸得阴阳合一的菩提树一株，其根部酷似一对金童玉女相倚而立，为国内外所罕见。该树因动人而美丽的传说，加上佛祖释迦牟尼与菩提有缘，因而远近闻名，游人如织。

公园功能区主要分为凤江绿野，游乐世界，菩提山庄，天宁寺，五千亩生态果园等。

**地址：**南宁市南郊友谊路

**交通：**301路，费用3元；

**网址：**<http://www.nnlfj.com/>

**价格：**15元

## 周边景点

### 扬美古镇

“扬美古风”——扬美古镇，古镇始建于宋代，当时主方圆近百公里的商品集散地，也是辛亥革命党人黄兴、梁列亚进行革命活动的根据地。全镇面积6.5平方公里，现有人口5300多人，是座美丽的千年古镇。如今保留较为完整的有清代一条街、明朝房屋、魁星楼、黄氏庄园等。

“龙潭夕照”——扬美八大景点之一，是左江水在扬美河段较弯处形成的一个河湾。河湾旁有一棵榕树，分两大叉，平行向前伸延，下面顶着一石柱，仿若两条龙在飞舞，大的龙皇，小的叫龙妃，故称龙潭。站在龙潭边举目远眺，扬美湾美丽的风光尽收眼底。每当夕阳西下，水面波光粼粼，绿水映着翠竹，满眼苍翠，让人留连忘返。

“金滩月夜”——在扬美古镇对面，是一较大规模的沙滩，上半滩为半沙半石，呈棕黄色或淡黄色，在月光的映照下则呈淡淡的金色。下半滩却是很白的细沙，曾有诗云：月夜沙舟美，渔灯到处明，江心淳朗月，水面丽繁星。”“滩旁翠竹舞，水边白鹭嬉”，从中可见金滩夜景的美丽。

“下楞街楼”——下楞民族村与扬美古镇隔江相望。如今保留完好的清末民初108间骑楼，形成一条骑楼街，为世人所罕见。全村有一街八巷九码头，曾是左江流域四大古埠之一。村旁岸边奇石林立，“抬头狮子低头马”、“铁蛙守关”等奇石比比皆是，“辰亢金龙”街牌古色古香，斑驳的墙体记录下楞悠久的历史。下楞村文化底蕴深厚，逆水划龙舟比赛、唱山歌、吹无孔笛等传统文娛活动常年不断，被誉为“龙舟之乡”。

**地址：**南宁江南区离城区约30多公里

**交通：**华强路198号（二运汽车站斜对面）的“南宁——杨美”专线旅游车停靠点乘车，每天9:00、10:00、11:00准时发车，单程7元，车程约1.5小时。返回南宁的车很少，一般是下午14:00和16:00各有一班。

**价格：**成人10元，学生证可以打折

### 花花大世界

花花大世界是一个集农业观光、苗木花卉生产销售、动物养殖、展览展示、科普认知、休闲会务为一体综合性园林产业示范园区。花花大世界园内主要景点有：古榕迎宾区、椰林大道、宝巾园、潭王水库、植物迷宫、花山花湖、动物欢乐谷等等。南宁花花大世界的黑熊养殖区是西南、华南地区最大的黑熊繁殖饲养中心。

**地址：**南宁市青秀区琅东五象广场（原金湖广场）西北侧

**交通：**南宁安吉公交站有到景区的公交专线车乘坐，每日9:00、11:00、13:00、16:00准时发车，花花大世界返回南宁安吉站公交专线末班车17:00，节假日视游客量增加车辆，票价3元。

**价格：**25元/人



## ■ 大明山

大明山是广西弧形山脉的组成部分，是桂中壮族地区最高峰。大明山以“雨后晴翠，层峦叠嶂，满目生机”而得名，被誉为“岭南奇山，人间仙境”。由于地形复杂，气候独特，相对温差大，动植物资源丰富等，塑造了其风光无限、多姿多彩的自然景观。“春花，夏瀑，秋云，冬雪”是大明山四季景观的缩影。

**开放时间：**8:30-17:30

**网址：**<http://www.gxdms.com/>

**地址：**南宁武鸣县两江镇明山路1号

**交通：**小金山广场已经封了，所以推荐跟团，这样来回往返比较方便。单独去的话不值得推荐，因为交通不方便，坐车地点也不好找。

**价格：**128元/人，景区内交通30元/人（景区山脚大门区至山上天坪服务区）

**TIPS** 大明山长年云雾缭绕，自驾一定要注意提前咨询当地的气候，如遇大雾天气最好还是改变行程或乘专线旅游巴士前往。

## ■ 大明山杜鹃花旅游节

大明山杜鹃有20多个品种，如华南杜鹃、武鸣杜鹃、羊角杜鹃、变色杜鹃等。每年4月，从龙湖至望兵山一带将变成十里杜鹃花廊，各种杜鹃花争奇斗艳，姹紫嫣红，令人流连忘返，心花怒放。山风过处，浪花起伏，此时，徘徊花间或是登高看花海，都不由得想起著名诗人白居易的“回看桃李都无色，映得芙蓉不是花”。

最神奇的是，大明山的变色杜鹃可在不同的天气和时间呈现不同的色彩，甚至在一两天内由红变紫再变白，令人叹为观止。

时间：4月13日至5月5日（2013年，每年时间具体见官网）

## ■ 友谊关

凭祥自古就是桂西南的边防要地，友谊关则是中越边境上最大、最重要的关防。两边高山矗立，形势险峻，卡在峡谷通道上。它是一座城楼式建筑，底层是厚实的城墙，中央为圆拱顶的城门，非常雄伟。镶在拱门上的“友谊关”三个大字，是陈毅元帅亲笔题书的。

**地址：**广西壮族自治区崇左市凭祥市

**交通：**火车：南宁到凭祥的列车有南宁-凭祥5517次列车，早7:58发车，中午12:00到达，票价30元；南宁-凭祥8511次列车，早10:56发车，下午16:19到凭祥北站，16:25到凭祥站，票价17元。从火车站到凭祥市还有段距离，可乘当地1元的三轮摩托到市里。返程时可乘凭祥-南宁5518次列车，下午15:20凭祥站发车，晚19:40到南宁。公路：南宁汽车总站8:00-18:00发往凭祥的客车每小时一班。返程时可乘凭祥至南宁长途巴士，早7:00~17:00每小时一班，车票50元，单程4.5小时。从凭祥乘车至友谊关，需包车前往，行车时间约40分钟，往返需40~60元左右。

**价格：**10元

**住宿：**凭祥市区有各类宾馆旅店，大多价格便宜，条件不错。

## ■ 边境跨界游

每年春节正月初十，从凭祥凭身份证即可到越南边境城市弄怀来个一日游，买些越南特产。距离弄怀2.5公里外的同登庙会的人气最高。同登这座异国小城，风景宜人，建筑以欧式风格为主，每年这个期间就算没有护照，也可以轻易踏出国门。

但要注意的是，要保存好过境的票据，控制好返程的时间。并且提早在凭祥定好住宿点。

## ■ 德天大瀑布

德天大瀑布横跨中国、越南两个国家，是亚洲第一、世界第二大的跨国瀑布。它起源于广西靖西县归春河，终年有水，流入越南又流回广西，经过大新县德天村处遇断崖跌落而成瀑布。

素有“小桂林”之称的明仕田园和五百里画廊展开一幅幅宁静抒情的南国特有的风光风情画卷。

**推荐季节：**春夏水流湍急，游览最佳。

**地址：**广西崇左大新县桃城镇民生街83号

**交通：**1、每天上午8:30点有一班旅游专线快巴在南宁琅东站出发，可以直接到景区的大门口。但时间上面有限制，必须在15:30回去。如果赶不上，可以乘车至大新县汽车站转车。2、每天南宁北大客客运站有很多班次车往大新县，抵大新后再转车至德天景区。因为交通比较复杂和不方便，所以推荐跟团。

**价格：**80元/人。



德天大瀑布 by qian\_0\_we

## ■ 花山

花山壁画狭义是指广西宁明县花山的崖壁画。广义是指考古工作者先后在凭祥、龙洲、宁明、崇左、扶绥、大新、天等等壮族聚居区的左江流域各县发现的崖壁画。因宁明县的花山崖壁画的画幅最大，人物画像最多，内容也最复杂，是上述各地崖壁画的代表作。所以，人们把左江流域各县的崖壁画统称为花山崖壁画。

花山整座峭崖画满了各种呈土红色的人像和物像。人像中有正面和侧面两种姿势。正面人像两手高举、两脚叉开成立马式。侧面人像两手平伸、两腿微蹲成跳跃式，既像练习武艺，又如狂舞欢歌。物像中有似马似狗的，有像藤牌、锣鼓、太阳的。另外，宁明花山壁画的五大谜团一直是无法解开的“千古之谜”。此外，因为花山很靠近越南边界，驴友背包客一般都是直接去的越南，河内。

**地址：**广西崇左大新县桃城镇民生街83号

**交通：**1、每天上午9点有一班旅游专线快巴在南宁琅东站出发，可以直接到景区的大门口。但时间上面有限制，必须在下午3:30回去。如果赶不上，可以乘车至大新县汽车站转车。2、每天南宁北大客客运站有很多班次车往大新县，抵大新后再转车至德天景区。

**价格：**船票35元/人，为保护壁画，基本上现已禁止上岸观看。

## ■ 花山壁画五大谜团

谜团一：这些神奇壁画所表现的内容和主题是什么？

谜团二：壁画绘在江边的悬崖峭壁上，它又是怎样画上去的呢？

谜团三：赭红色的壁画历经千年现在仍然鲜艳清晰，它到底是一种什么颜料？

谜团四：花山崖壁画成画年代尚未定论，据历史学家考察，至少在2000-3000年以前，到底具体是多少年呢？

谜团五：在花山崖壁画群附近的贝丘遗址所出土的新石器时代遗物，是否与花山壁画有直接联系？是壁画作者留下的还是他们的先祖？



## 活动 · ACTIVITIES

### 泡温泉

在南宁泡温泉最著名的地方有两个。一个是嘉和城温泉谷，另一个是九曲湾温泉度假村。

#### 推荐店铺：

##### 嘉和城温泉谷

这是集养生、休闲、购物等一体的休闲娱乐天堂。温泉水源自1300米深处的寒武系地层，水质清澈透明，井下温度约63℃~69℃，含有40多种微量元素和矿物盐，是优质偏硅酸医疗型热矿泉，温泉中的极品。目前温泉休闲中心包括风情六国泡浴区，玛雅水世界，活力SPA，温泉休闲泳池，雅苑，水岸食舫，摸鱼野溪，10万平方米嘉和音乐水景广场，温泉区内多达103个冷热泡池，166种体验方式。

营业时间：9:30-24:00

网址：Http://www.jhcwq.com/

地址：南宁市昆仑大道995号嘉和城内

交通：22、101、606路公交车嘉和城站下。

票价：138元/人，另有多种套票详见官网。

##### 九曲湾温泉度假村

具有浓郁民族风情和地方特色的温泉旅游度假胜地。九曲湾温泉水中含有30多种对人体有益的微量元素和矿物质，是一种罕有的重碳酸钠型温热及含氢、偏硅酸的氟医疗热矿水。度假村还贴心的赠送精美点心哦。

营业时间：9:00-2:00

网址：http://www.jqwwq.com/

地址：广西南宁市三塘温星路9号

交通：22路区间在九曲湾温泉站下车；22路三塘站下车。

票价：168元/人，官网订购138元/人

### 邕剧

邕剧是广西地方戏的一种，于明朝时已经产生，旧时习称为广戏、老戏、本班戏、本地班、五六腔等，因活动中心在古邕州（南宁的古称）一带，且用邕州官话演唱，新中国成立后定名为邕剧。在其发展过程中，与祁剧、桂剧、丝弦剧、粤剧等剧种有着密切而又错综复杂的关系。后在外来戏曲文化的刺激和当地民间音乐、风土民情和桂西南官话的熏陶影响下逐步与祁剧、桂剧、丝弦剧等剧分野，邕剧的特色渐见鲜明。

#### 推荐店铺：

##### 新会书院

这是邕剧的传承地，来到这里感受南宁文化底蕴是再好不过了。每周未早上有演出，如果幸运，更有可能欣赏到《打闭门》这一很少上演的名剧。无论是新会书院本身还是戏曲，都值得一看。

地址：南宁市解放路42号

交通：乘坐81、202路公交车到人民解放路口向解放路步行10分钟。

票价：门票2元，戏票25-35元。

### 东盟博览会

南宁国际会展中心是中国—东盟博览会的永久会址，是由德国gmp设计公司 and 广西建筑综合设计研究院合作设计。主建筑设计独具匠心，构思巧妙依山而建，气势恢弘。国际会展中心由主建筑、会展广场、民歌湖、行政综合楼等组成，由会议、展览和大型宴会厅三部分组成。

每年9月20-24日都会在此举办盛大的东盟博览会，可以在这里欣赏到各种表演以及购买东南亚产品。

网址：http://www.caexpo.org/

地址：南宁青秀区民族大道东段11号

交通：乘坐6、70路公交车到竹溪立交桥站下。

## 住宿 · LODGING

南宁作为省会城市，在住宿选择很多。火车站附近属于市中心，中山路、民生路步行街都聚集在这一区域，购物、小吃和各类酒店一应俱全。国际会展中心与琅东车站周围主要聚集新兴的青年旅社、快捷酒店以及高档品牌酒店。游客一般主要选择这两个区域，交通与餐饮相对其他区域更加便利。当然，也可选择大学附近体验一把吃货的感觉。

### 国际会展中心区—琅东汽车站

#### 南宁瓦舍国际青年旅舍

南宁瓦舍青年旅舍是一家利用回收材料建造起来的青年旅舍，旅社拥有基于环境保护、本土文化、平等交流基础的服务，倡导接近原生态目的地的出游，鼓励交流。南宁瓦舍青年旅舍位于南宁市中心区最古老的一条骑楼街区——解放路，距离火车站约2公里，靠近南宁市中心最大的河堤公园——江滨民生广场和南宁母亲河邕江，旅社对面是南宁著名民生路步行街，交通方便，环境舒适。

地址：南宁市解放路3号3楼

电话：0771-2813977

价格：55元起

#### 南宁鑫伟万豪酒店

位于国际会展区，距离琅东车站较近，是南宁短途游的理想出发点。旅客们可轻松前往市区内各大旅游、购物、餐饮地点。客人能在游览广西省博物馆，人民公园，镇宁关等经典景点中愉悦身心。

在酒店停留期间，酒店竭尽全力用最优质的服务和设施带来Marriott品牌的尊贵体验。酒店内的室内游泳池，花园，spa是忙碌的一天后放松身心的理想去处。

地址：南宁市青秀区民族大道131号

电话：0771-5366688

价格：豪华房600元起

### 南宁荷逸居青年旅舍

本想在云南、四川找地方开背包客栈，可是机缘巧合却发现了南宁这块风水宝地，于是荷逸居成了这里第一家背包客旅社的创立者。荷逸居旅社 Lotusland Hostel 是个小旅舍，分两层，一层是酒吧、咖啡吧可以看电视、玩游戏、看书、聊天。

提供代办越南柬埔寨签证的服务。

地址：兴宁区上海路64号(近兴宁区法院)

电话：0771-6773664

价格：标准大床房120元起

### 火车站—朝阳—中山商圈

#### 凤凰宾馆

与机场巴士站隔待相望，距火车站仅需步行5分钟，距汽车站2分钟，是广西壮族自治区党委办公厅直属的一家集住房、餐饮、娱乐、健身、商务功能为一体的四星级商务会议型酒店，性价比较高。酒店拥有全新装修的豪华客房，设施齐全，温馨舒适，并配备上网接口、国际直播电话、纯平彩电、国际卫星电视频道、保险箱、迷你吧。特设绿色环保无烟楼层，令客人身处清新自然的绿色环境。

地址：南宁市朝阳路63号（近南宁火车站）

电话：0771-2119888

价格：豪华双人间310元起

## ■ 南宁一家人幸福宾馆

坐落于南宁的中心地带，镇宁关，广西省博物馆，人民公园也近在咫尺。南宁一家人幸福宾馆拥有25间客房，每间客房都装修考究，配有书桌、吹风机、卫星频道/有线电视、茶与咖啡冲泡设备、禁烟房等顶级设备。

**地址：**南宁市兴宁区朝阳路68号金山广场C2栋433号

**电话：**0771-5765060

**价格：**豪华房120元起

## ■ 瓦舍国际青年旅舍

南宁瓦舍青年旅舍是一家利用回收材料建造起来的青旅，倡导接近原生态目的地的出游，鼓励交流，以致于带领游客融入当地为目的，帮助游客像当地人一样的生活。瓦舍青年旅舍位于南宁市中心区最古老的一条骑楼街区——解放路；靠近南宁市中心最大的河堤公园——江滨民生广场和南宁母亲河邕江，步行约3分钟的距离；对面是著名的商业街——民生路步行街；距最有本土特点的水街约200米，离中山路也很近。

**地址：**南宁市解放路3号3楼（近民生路步行街，自由空间KTV）

**电话：**0771-2813977

**价格：**床位50/人；双人间含卫浴130元

## 大学区

### ■ 山鹰假日酒店

酒店位于大学东路与清川大道交汇口，邮电大学内，地处西乡塘中心地带，位置优越，出行便利。酒店是按四星级标准装修设计，整体风格温馨、简约。拥有豪华娱乐房等106间，均配备有国内、国际长途电话、全天候高速光纤宽带上网、冷暖空调、24小时热水供应、数字电视，免费市内电话等，满足旅客度假、会务、商务等需求

酒店不能刷卡消费。

**地址：**南宁西乡塘区清川大道3号（邮电学校内，邻近动物园）

**价格：**标准间150元起（含早餐）

### ■ 城市便捷酒店(南宁西大店)

南宁城市便捷酒店（西大店），紧邻世贸西城、广西财经大学，周边生活配套设施齐全，附近有多家银行，时代天骄、城市碧园购物中心、肯德基餐厅、加油站、中影国际影城。

**地址：**南宁市西乡塘区火炬路1号(广西大学正门)

**电话：**0771-6115000

**价格：**标准大床房200元起

## 餐饮 · EATING

南宁没有特别著名的名菜，以老友粉和粉饺及各种酸品、粥品、烤制品、小吃最为出名。

南宁菜肴属粤菜系，讲究鲜、嫩、爽、滑。南宁小吃选择众多。“到新疆要吃烤羊肉，来南宁要逛酸野摊”，夸的是南宁的酸品；“久闻荷叶饭，吃后口留香”，赞的就是荷香园的荷叶米饭；“游邕不吃漠觞粥，神仙返去也顿足”，说的是美味的粥品。此外，锅烧牛杂粉、爽记鱼生及第粥、绿豆大肉粽、李子凡的糯米水圆、成香园茶食并称为邕城饮食的“五虎将”。还有“林有记”、“粉角丸”也是南宁的招牌菜和名点。

## 美食 · EATING

### ■ 八仙粉

相传是清宫食谱之一，因其配有山珍、海味、时鲜八味，味道相异相辅，如“八仙过海，各显神通”，故而得名。八仙粉以鲜滑清爽为特点。

**推荐店铺：**中山路最北边仙池粉店（只卖到中午一点左右）

### ■ 老友粉

当地人推荐

由百年名小吃老友面演化而来，是南宁小吃的金字招牌。口味鲜辣，汤料香浓，开胃驱寒。

在南宁各处都可品尝到正宗的老友粉，街边的老友粉价钱都在5元上下，物美价廉，常常让人吃的汗流浹背，辣的痛快而欲罢不能。

**推荐店铺：**舒记老友粉

复记老友粉



复记 by dandolly0115

### ■ 卷筒粉



卷筒粉 by dandolly0115

南宁卷筒粉更在意的是精致的做法，用磨成的米浆均匀地铺在热腾腾的白布上，放进托盘，撒些早已准备好的肉末葱花，蒸熟上碟后裹成枕状，食用时配放特产黄皮酱、香油等调味品，软滑爽口。好不好吃关键在粉的嫩滑，而不是配菜，配角再多也抢不走主角的风头。经过商家们的改良，现今卷筒粉的馅已经五花八门。

**推荐店铺：**唐家卷筒粉

### ■ 粉饺

是用糯米粉蒸熟作皮，包上肉馅蒸熟上桌，蘸酱、醋等调料食用的一种小吃，当地人称为粉角。馅心除猪肉碎外，还有马蹄或凉薯、莲藕等，别具风味。

**推荐店铺：**中山粉饺（中山路）

### ■ 柠檬鸭

不管爱与不爱，外地人到了南宁，柠檬鸭往往是一道不容错过的菜；即便是南宁人，不管年少或者年长，柠檬鸭也常是他们寻求地域归属感的心灵安慰。南宁柠檬鸭，酸酸甜甜，味道就是不一样。

南宁柠檬鸭，分白切和生炒两种截然不同的做法。不过白切柠檬鸭如今可能要在老南宁人家中及一些有年头的星级酒店、本土酒楼里才能吃到；生炒做法则因街头柠檬鸭餐馆只卖生炒不卖白切而更让人熟知。

**推荐店铺：**甘家界牌柠檬鸭店

### ■ 生榨米粉

当地人推荐

由于此种米粉是现吃现榨的，所以才会有“生榨粉”这么一个名字。米团由生米浆和熟米浆两部分组成。贵在经过发酵。吃的就是其中淡淡的、特别的酸味。那是米粉的原味。

**推荐店铺：**天天生榨米粉

### ■ 干捞粉

把米浆蒸熟后切成条形，拌以调制好的叉烧、肉末、葱花、炸花生、酱料、香油等即可食用。特点是香、酸、脆、甜、咸适度，食而不腻。

**推荐店铺：**解放路老味、中山路舒记、中山路仙池的干捞粉

### ■ 粥

虽然这不能算南宁特有的，但是南宁的粥品却小有名气。大概是受了广东人的影响，南宁人早餐爱吃粥，粥也有十几个品种之多，有瘦肉粥、猪红粥、鱼片粥、红豆粥、皮蛋粥、田鸡粥等。特点是香热鲜美。

**推荐店铺：**广州粥王（园湖路）

### ■ 八宝饭

将糯米泡湿，拌以食用油、绿豆、百合、莲子、白果、蜜枣、山黄皮、冬瓜糖等近十种清补原料蒸熟。以其香溢软滑，甜而不腻著称。



## 南宁肉粽

是南宁人的传统食物。粽里除有大糯米、猪肉外，还有虾米、香菇、玉兰片等，吃起来有一种特殊的荷叶香。

**推荐店铺：**建政饮食店（建政菜市场旁）

## 芋头

芋头在这里的做法多种多样，芋头夹、芋丝饼、芋头角、拔丝芋头、芋蓉蛋、肥肉裹芋片等等。

**推荐店铺：**肥仔、皇都、阳光城、雨石阁

## 牛巴粉

在广西玉林，“牛巴”是一种十分难得的传统美食，说它难得一是它的制作不易，二是因其味美而非常畅销。玉林“牛巴”制作的不易，体现在：一选料讲究，做“牛巴”最好选有用黄牛臀肉（当地人称“打棒肉”），因为只有这个部位的牛肉最富有弹性和韧性，做出的“牛巴”才兼备爽口味厚且耐嚼。而时下很少有人养黄牛，故很难买到黄牛肉。其次是配料的繁多。八角、桂皮、桂花、丁香、草果、花椒、桔皮、沙姜、茅根、蒜白和冬菇一样不可少。做“牛巴”前可先把牛肉制成片，腌晒待用，并把配料用花生油爆香。最关键的一道工序是煸炒，煸炒的过程，武火和文火的运用要恰当。经验丰富的老师傅往往能把握好火候，“牛巴”的色、味全在此显功夫。正由于制作“牛巴”的不易，现在人们已经很难吃到民间传说的“牛巴”。

**推荐店铺：**肥仔、皇都、阳光城、雨石阁

## 烤生蚝、烤排骨

当地人推荐

虽然这不算是南宁特有的小吃，但是当地人对这种烤制的海鲜、肉类却情有独钟，味道也就自然错不了。生蚝价格还是比较便宜的，2.5一个或者10元三个的价格不等。

**推荐店铺：**中山路



烤生蚝 by beixj

## 酸品

南宁方言叫“酸嘢”。南宁有句俗话说“行人难过酸嘢摊”，即将“酸嘢”描述得维妙维肖。制作是采用当地物产木瓜、萝卜、黄瓜、莲藕、椰菜、菠萝等时令果蔬，配以醋酸、辣椒、白糖等腌制而成。吃起来酸、甜、香、辣味俱到，脆爽可口，生津开胃。

**推荐店铺：**酸品王



德天大瀑布 by qian\_0\_we

## 螺

撩螺就是当地人对于吃螺的叫法。南宁人吃螺也是有很多种吃法的，海螺一般为炒食，还有就是螺煲。虽然螺煲不是海螺，但是一锅热乎乎汤鲜甜美味，有芋头、菠萝、酸笋一起熬制。味道十分独特。

**推荐店铺：**越南仔越南风味海螺（螺煲）

君记黎塘炒螺王

水塔脚斜对面的“塔香田螺店”（炒螺）

## 推荐餐馆 · RESTAURANT

### 特色店

#### 唐家卷筒粉

点评高

店面不大，有点窄窄的，经常去的人稍微多一点就坐不下了。正所谓酒香不怕巷子深也不过如此吧。卷筒粉里面包的玉米，豆角，肉末，咸菜等等各种各样的东西，味道十分特别。

**地址：**青秀区建政南路

#### 舒记老友粉

当地人推荐

环境就不用说了，想吃地道的粉就不能讲究环境，尽管都这样了，还是“几天不去就会想念”。因为喜欢他家的老友粉，喜欢他“用料十足”，喜欢他“酸辣够劲”，喜欢他冬天吃后“浑身暖暖”的、夏天吃后“大汗淋漓”的。当然，更喜欢他“多年来留下的美好记忆”。

**地址：**青秀区七星路44号(第一人民医院斜对面)

**电话：**0771-2852525

#### 酸品王

这家酸品店卫生上是没的说，分店很多，酸品的种类也是十分丰富，包括水果蔬菜以及部分荤菜都是浸在所谓秘制的酸汤里面，酸鲜咸脆的比例恰到好处。鸡翅等荤菜味道更好。

**地址：**青秀区七星新民路(近永嘉名店广场)

**电话：**0771-5637778

**营业时间：**8:30-23:30

#### 甘家界牌柠檬鸭店

点了“那么多菜”，就记住了柠檬鸭——鸭肉不烂，却很好嚼，柠檬、酸辣椒、大蒜等作料刚好掩盖了鸭子的腥臊味，即便平时不爱吃鸭的人也多吃了几口。慕名而来的食客不少，记得早点去占位。

**地址：**青秀区园湖南路12-2号(近夏威夷酒店)

**电话：**0771-5855585

#### 君记黎塘炒螺王

当地人推荐

吃夜宵的好地方，去就必点炒螺，而且要加辣。老板可以按照口味给你加工。老板和工仔都很热情。晚上过了9点人非常多多，还有炒粉、烧烤等等。附近还有酸野，还有很多小吃摊。

**地址：**西乡塘区西乡塘区南铁一街

#### 味道制造

味道制造在青秀区采购中心隔壁，人挺多的，环境优雅，有很多包厢，服务员态度也很好，菜做得特别精致，是广西风味，味道也很不错

**地址：**青秀区竹溪大道29号

## 唐家卷筒粉

点评高

店面不大，有点窄窄的，经常去的人稍微多一点就坐不下了。正所谓酒香不怕巷子深也不过如此吧。卷筒粉里面包的玉米，豆角，肉末，咸菜等等各种各样的东西，味道十分特别。

地址：青秀区建政南路

## 美食街

### 中山路

当地人推荐

各种“美食天地”、“美食广场”的名目在南宁数不胜数，可在许多“老南宁”的眼里，中山路才是名副其实的小吃街。

这里餐馆云集，热闹非凡，夜间更是灯火通明，香飘不断，名小吃有南宁酸野、老友粉（大同粉店、复记老友粉最为有名）、八珍伊面（仙池饭店）、牛杂粉、乌鸡饭、炒田螺、白果芋泥等。花上3、5元就可以美餐一顿，而且“过口不忘”，味道绝佳。



各种水果 by dandolly0115

### 农院路

当地人推荐

近年来这里人气越来越旺，因为在多所大学交界处，是年轻爱吃朋友的聚集地。一路吃小区，应有尽有。

### 水街

南宁人心中最地道的美食据点。街上如快意饺子云吞、九记伦教糕、黄阿婆粉虫、甘家粉饺等，都开了十多年乃至几十年的知名老店。细细游走品味定有不俗发现。

### 新民路、七星路、古城路

新民路：有东北饺子店的特色饺子，连升茶楼的连升米粉和螺丝粉，天助粉店的老友粉。

七星路：主要以富豪饼、马肉粉、柳州烧肠粉为名；

古城路：广州肠粉和瓦煲汤无一不是花样多多，美味便宜，令人垂涎三尺。

### 共和路海螺街

当地人推荐

中山路旁边的共和路是南宁本地人吃海螺，各种贝类的夜宵据点。人气极旺。店家如“铜螺湾”“越南仔风味海螺”等。海螺每盘15——20元。

推荐店铺：越南仔越南风味海螺(旗舰店)

## 建政路、思贤路、园湖路和新竹路

不到1公里的短短一条街，已经成为南宁十大招牌景点。白天是行车道，晚上椅凳支满马路，从马蹄糕、烤生蚝、卷筒粉、油条档、冰品店、酸品摊直到武汉鸭脖子、湖南臭豆腐。可谓南北美食通吃，完全满足走一路吃一路的美食豪情。

建政路：牛排套餐（金琴牛扒馆）、螺丝粉（宁宁柳州螺丝粉）、粽子和糍粑（建政饮食店）、夜市上的“十年民间肥姐烧烤”系列。

思贤路：以粉为主，有鸡汤粉、五香猪脚粉（玲莉快餐）。

园湖路：以粥为主，有花鱼粥、鸽子粥、麻雀粥（广州粥王）。

新竹路：全肉饺（曹记小吃店）和糖炒板栗都是正宗的传统民间小吃，这里是享用早餐和夜宵的好去处。

## 购物 · SHOPPING

广西的土特产品以水果为最。南宁也不例外，木菠萝、榴莲、荔枝遍地都是。广西自古就是桂圆的好产地，来到这里也可以买些桂圆干带回去。有很多特产是不能带回去的，所以在当地一饱口福就好。

## 特产 · SPECIALTY

### 壮锦

壮锦是壮族的一种瑰丽工艺品，它与湘绣、蜀锦齐名，驰名中外。传说壮锦是在宋代一名叫达尼妹的壮族姑娘，看到蜘蛛网上的露珠在阳光照耀下闪烁着异彩，从中得到启示。她用五光十色的丝线为纬，原色细纱为经，精心纺织而成。从此就产生了瑰丽的壮锦。清初，织锦成为壮族妇女必学的一种手艺，同时也成了壮族人民日常生活中的装饰品。

### 绣球

绣球本是南宁市壮族地区青年男女定情信物，绣球以彩绸制成，直径约6厘米，内装豆类或沙子，重约150克，底部缀有十多条穗带，球顶连着一根长约60厘米的飘带。在歌圩，如发现情意合者，女方便使用绣球向男方抛去，借此表达爱情。价钱大约5块左右。

### 罗汉果

清热解毒，止咳止痰，中药铺和菜市都有。



城市一景 by 刺猬本来没有刺



## 黄皮酱

是用黄皮果制成、酸甜适度的一种果酱，它是南宁特有的传统产品。可以用于配鱼肉、送面包、拌米粉、调稀粥食用，味道甘美，而且能刺激食欲。

## 推荐商圈 · RECOMMENDED SHOP

### 七星路（品牌购物一条街）

各式各样的商品汇聚于此，各个档次的商店星罗棋布，大到王府井商场，小到店铺摊贩。

交通：乘坐公交车3路、11路、51路、60路、80路等路车在七星古城路口下车。

### 朝阳路（购物中心地带）

地处南宁黄金地段，毗邻火车站、长途客运站。有南宁百货大楼（朝阳路39号。广西最大的零售百货商场之一）、钻石广场（朝阳路66号）、曼克顿超市（朝阳路76号）、沃尔玛、诺玛特等多个大型综合购物中心，还散布着许多个体小店，各式商品琳琅满目。

交通：乘坐公交车3路、17路、18路、36路、40路、45路、57路、58路、78路、81路、202路、203等路车在人民解放路口下车。

### 兴宁街（金银首饰街）

购买黄金首饰的首选之地，几家金店的金饰做工细，式样新，花色多，价格较便宜。

### 西关路夜市

从每天傍晚开始，售卖各种中低档服装、装饰品、化妆品、玩具的小摊一字排开，叫卖吆喝，热闹无比。

交通：乘坐17路、18路、40路、58路、78路、81路、202路、203路、701等路车在人民西关路口站下车。

## 交通 · TRANSPORTATION

### 到达与离开 · GETTING THERE&AWAY

#### 飞机

南宁吴圩国际机场位于南国边陲广西壮族自治区首府南宁市西南32公里的吴圩镇，目前，机场共开通三十八条国内航线，国际航线五条，地区航线两条，初步形成了联络全国各地的空中交通网络。

##### 机场交通

##### 机场大巴

每个航班安排车辆接送旅客往返于南宁市区与机场之间，票价均为20元人民币/人。

接送车辆停靠点与发车时间：

1号线：机场——市区朝阳路民航售票处(火车站对面)

发车时间：从首班抵达机场开始至航班结束

市区朝阳路民航售票处——机场

发车时间：05:30至22:30，每30分钟一班

2号线：机场——市区民族大道五象(北)广场城市候机楼(距琅东客运站约5公里)

发车时间：10:00至22:00

市区民族大道五象(北)广场城市候机楼——机场

发车时间：05:30至21:00，每30分钟一班

机场大巴在市内要去火车站对面的银河大酒店楼下坐。

#### 公交

公交客运线路 朝阳广场-吴圩机场(36.5公里) 运行时间：6:00-19:00  
一票制票价：3元/人次。

30分钟一班,周末是20分钟一班,到达机场大概50分钟左右。

#### 出租车

从机场可以打表也可以议价或者拼车。议价大约在100-130元左右，拼车30元左右。

#### 火车

南宁火车站，每天都有开往北京、上海、深圳、成都、长沙等地的列车，交通十分便捷。同时，这里也是前往广西各市区的重要中转站，设有始发钦州、北海、桂林、百色的列车。

##### 南宁站

电话：0771-2222222

地址：南宁市中华路28号。

交通：乘坐605路公交车在火车站东（中华苏州路口）站下车。或者乘坐5路、8路、10路、19路、21路、24路、33路、52路、605路、805路等路车在火车站下车。

参考车次及价格：

K9319南宁-北海，13:05-16:01，硬座44.5元。

T8701南宁-凭祥，18:20-22:11，硬座32.5元。

T8722南宁-桂林，8:15-13:19，硬座64.5元。

7322防城港-南宁，8:10-12:05，硬座15.5元。

#### 长途汽车

南宁市区主要有六大长途客运站，运营时间基本都在6:00-23:00之间。主要为以下五个以及大沙田客运站。

客运总站与琅东客运站是主要客运站，发往桂林、柳州、玉林、北海、防城港、钦州、贵港等的省内客车，基本每15-30分钟一班；发往外省的客车中，到广州和深圳的班次较多，发往成都、珠海、重庆等城市的客车每天1至2班。

##### 南宁江南客运站（主要发往钦州、崇左等）

咨询、订票热线:96336、4518200、8050530、8050531

包车电话:4518202、8050519

行包托运：4518222

地址：广西南宁市星光大道236

交通：市区可乘坐公交线路11、21、23、25、31、41、55、68、81、207、607路、大沙田专线到达。途径江南客运站公交线路：11路、15路、21路、23路、25路、29路、31路、41路、55路、68路、81路、86路、207路、501路、607路、705路、801路、802路、火车站至大沙田专线

##### 南宁江南客运站时刻表

南宁-桂林，票价：100元 09:00-21:20，平均每小时发一班。

南宁-东兴，票价：50-58元，车次很多。

南宁-北海，票价：55元，平均40分钟一班。

南宁-崇左，票价：40元。

南宁-凭祥 终点站：凭祥市汽车总站，票价：33元，7:30-20:00，平均每40分钟发一班。

##### 安吉客运站（主要发往武鸣、马山等地）

安吉客运站订票电话：0771-3109661 3109662

地址：南宁市安吉大道42号

交通：市区可乘坐2、32、36、41、54、67、80、206、222、603、610路到达。

## 时刻表

南宁-桂林，票价：100元，9:00-21:20，平均每小时发一班。

南宁-崇左，票价：40元，平均半小时一班。

## 琅东汽车站（主要发往桂林、玉林、柳州、北海、防城港及省外）

地址：广西壮族自治区南宁市青秀区民族大道186号

订票电话：0771-5508333 2102334 2102445

交通：701路、704路、706路、6路、25路、42路、52路、39路、76路、45路、206路、87路、213路、89路、90路、609路、603路

南宁琅东汽车站发车时刻表（直达快班）

跨国班线

越南河内：7:30、7:50、8:00、8:20、8:40、9:40(南宁国际旅游集散中心) 8:40、9:00、9:30、10:00、10:30、13:40

越南海防：8:40、9:40(南宁国际旅游集散中心) 9:30、10:30

越南平壤：7:50、8:20(南宁国际旅游集散中心) 8:40、9:00

越南下龙湾：8:20(南宁国际旅游集散中心)、9:00

广西内部

德天瀑布：8:30

大新：7:30、08:30、12:00、14:00、16:00

## 南宁西乡塘（原北大）客运中心（主要发往百色、大新、隆安等地）

地址：广西壮族自治区南宁市西乡塘区北大北路26号

订票电话：0771-5508333 2102334 2102445 小件快运:3820058

交通：西乡塘专线、2路、4路、8路、10路、19路、24路、31路、34路、36路、46路、48路、52路、59路、60路、66路、76路、204路、207路、604路

南宁北大客运站时刻表

南宁-珠海，票价：180元，19:40

南宁-桂林，票价：100元 14:00、16:10、17:40 23:30

南宁-北海，票价：58元，6:50、10:00 8:10、12:00、13:30、14:30、15:30、18:30

南宁-海口，票价：180元，18:30、19:00

## 金桥客运站

地址：昆仑大道368号

交通：乘坐22路、606路、608路、802路、803路等路车，在金桥客运站下车。



青秀山美景 by 刺猬本来没有刺

## 自驾

南宁距北海、钦州、防城港市分别只有204公里、104公里、172公里，距中越边境仅180多公里。南宁的公路有包括209国道（呼北线）、210国道（包南线）、322国道（衡友线）、324国道（福昆线）、325国道（广南线）以及渝湛线(重庆——贵阳——南宁——湛江)和衡昆线(衡阳——南宁——昆明)等8条国道在此汇集，可通达广西各市、县和全国各主要城市、地区。

## 当地交通 · LOCAL TRANSPORTATION

### 出租车

南宁的出租车大多为红、绿、蓝、橙色车身，随时都可以叫到。

计费方式为：起步价为人民币7元，每公里1.6元，计价时统一使用计价器。超过两公里需要交2元燃油附加税。

此外务必注意，在主要街道均设有出租车上、下车站，前后5米均可叫停。

出租车上的明显位置都印有投诉电话号码。

### 公交车

南宁市大部分公交车都是无人售票车，票价1元。还有空调专线巴士，当地叫做“冷巴”，票价2元。

运营时间一般为6:00 - 23:00左右，沿途各公交车站点都明确标有沿途通达线路及票价。

公交线路查询电话：0771-12319

旅游专线：南宁的市内观光车（双层），始发站为南宁国际旅游集散中心。运行时间90分钟，全程35公里，票价为10元/人，经过大小小几乎所有南宁值得一看的地方。

地址：友爱南路10

电话：0771-2102431

### 摩的

南宁市内摩托车的拥有量居全国第一，被称为“摩托车上的城市”，有很多人用摩托车做载人生意，价格较便宜，当地人称为“摩的”。

摩的是一种比较危险的交通工具，不建议乘坐。并且摩的的价格有时候还会高于出租的价格。所以如果砍价不成功，要么放弃，要么换一辆继续砍价。

### 包车

在南宁租车旅游，需交5000元押金并出示身份证、驾照等有效证件。

收费标准：1、轿车：有富康、本田等型号，租金为450-600元/天（车+司机）。按小时计费为120元/小时。2、面包车：能坐5、6人。价格为150-200元/天，带司机租赁另加30元/天；也可以按小时计费，一般为20元/小时，4小时起租。

面包车和轿车都是限300公里/24小时，超出部分需要按公里数另交费。交车前需验车，验车时间为每天8:00-17:00，过时不候。

## 从南宁去越南

目前主要有三个途径：

在南宁琅东汽车站有直达越南河内的车，在关口下车办理出关手续，然后上车直达河内客运总站。

另外一种就是南宁乘车到凭祥客运站，打车前往友谊关（30元左右），然后步行办理手续出关，出越南关楼后乘坐小公车到车站，不到一公里车费是10000越南盾左右（约人民币3元多），到客运站后不用进站买票，直接在停车场有拉客到越南多省的小商务车，到河内价格大约是100000越南盾（约人民币33元多）。小商务车会到达河内会把客人送到想要的位置（市区范围）。

还有一种就是从南宁前往东兴，进入芒街。

另外，火车也可以到，火车站16号窗口是卖国际票的。





## 背景 · BACKGROUND

### 地理气候 · ENVIRONMENT

南宁位于广西壮族自治区中部偏南，广西第一大城市，北部湾经济区核心城市，也是一座历史悠久的边陲古城。地形是以邕江广大河谷为中心的盆地形态。

南宁位于北回归线南侧，属湿润的亚热带季风气候，阳光充足，雨量充沛，霜少无雪，气候温和，夏长冬短，年平均气温在21.6度左右。冬季最冷的1月平均12.8摄氏度，夏季最热的7、8月平均28.2摄氏度。相对而言，一般是夏季潮湿，而冬季稍显干燥，干湿季节分明。夏天比冬天长得多，炎热时间较长。春秋两季气候温和，集中的雨季是在夏天。南宁一年四季绿树成荫，繁华似锦。

### 历史 · HISTORY

南宁历史悠久，古代属于百越之地。东晋大兴元年（318年），从郁林郡分出晋兴郡，郡治设在晋兴县城即今南宁。唐朝贞观八年（634年），唐太宗定名为邕州，南宁简称“邕”由此而来。元朝泰定元年（1314年），中央政府为取南宁安而定名为“南宁”，由此得名。1958年广西壮族自治区成立，南宁为自治区首府。

越族分枝繁多，史称“百越”，其中西瓯和骆越，就是南宁壮族的先民。始皇帝二十三年置桂林郡、象郡。南宁属桂林郡辖地。汉高祖元年，赵佗建立南越国，南宁为其辖地。

西汉元鼎六年，汉武帝派伏波将军路博德率军平定赵兴的南越国后，在岭南设置南海、苍梧、合浦、交趾、九真、信耳等9郡，南宁属郁林郡领方县辖地。三国时，南宁属吴国辖地。吴把领方县改名临浦县，并从原属交州改属广州。南宁便属广州郁林郡临浦县，直延续到西晋。唐武德四年（620年），在宣化县置南晋州，领宣化县，州县并存。武德五年，宣化县析出宣化、晋兴等5县隶属南晋州。贞观六年（632年），又将南晋州改为邕州，外治在南宁，这是南宁简称“邕”的由来。乾元元年（758年），复改南宁郡为邕州。咸通三年（862年），分岭南道为东、西两道。岭南东道，治所设在广州；岭南西道，治所设在邕州（今南宁），统辖原属邕管（统管邕、横、贵、宾四州）、容管（今容县）、桂管（今桂林）三管之地。这就是说，这就是说，南宁在唐朝时已成为省级治所。

宋朝统一全国后，邕州隶属广南西路，南宁仍为邕州和宣化县治所。元朝至元十六年（1279），改邕州为邕州路，今南宁为路总管府治所并管左右两江溪桐。泰定元年（1324）为庆边疆之绥服，寓南疆安宁之意，改邕州路为南宁路。南宁得名，即始于此。清宣统三年九月，南宁宣布独立。民国元年废宣化县，以南宁府长理署，直属广西军政府，后改称广西省政府。经历三次迁省：第一次：1912年广西省会由桂林迁到南宁。第二次：1936年广西省会由南宁迁回桂林。第三次：1950年。1958年广西省改为广西壮族自治区，首府南宁。建国前，南宁城分为兴宁、邕西、邕南、德邻、邕北、模范、宁武7镇。上世纪30年代起，南宁就是广西省内仅次于梧州的第二大商业城市，商业中心的地位高于当时的省会桂林，也正是民国时期商业的繁荣，铸造了南宁作为一座中心城市地位和影响力，即使当时还不是省会，但很多方面已经和桂林叫板，正是由于商业和交通的中心地位促成了南宁在近代迅速崛起，最终成为广西省会的不二之选。

### 民族文化 · THE CULTURE

南宁市是一个以壮族为主体、多民族聚居的城市。主要居住着壮、汉、瑶、苗、侗、仫佬、毛南、回、京、水、彝、仡佬等12个世居民族。此外，还居住着满、布依、蒙古、傣、黎、傈僳、拉祜、俄罗斯、土、高山、土家、朝鲜、白、藏、纳西等39个民族成分，其中人口总数超过1000人以上的依次为壮族、汉族、瑶族、苗族、仫佬族、侗族、回族、满族、毛南族、土家族等10个民族。壮族是世代居住在本地的土著民族。

### 民风民俗

抢花炮：每年三月三民歌节时，最激动人心的活动就是抢花炮。参加者以各村寨的壮男各组成一队，互相竞赛。花炮是一枚直径约5厘米，用红布缠绕的铁环。将花炮放在发射器上，点燃后即“轰”的一声将花炮射上高空。花炮落下时，各寨的花炮队蜂拥而上，激烈拼抢，拾得花炮者在队友掩护下，冲破对方抢夺和阻挡，奔向对方的炮台，将花炮投入花篮中，即为胜利。其形式有如西方的橄榄球，所以被誉为“东方的橄榄球”。

板鞋舞：在壮族的文体技艺中最妙趣横生的就是像军阵般有威有势的“板鞋竞技”和“板鞋舞”。板鞋竞技是以几个人为一队，大家同穿一对长板鞋赛跑；参加者必须步调一致，同心全力，谁要是一个不少心，就会令全队人仰马翻。相传板鞋舞源自明代。嘉靖年间，壮族女英雄瓦氏夫人率领广西郎兵赴浙江抗击倭寇，她用三人缚腿赛跑的方法训练郎兵，使得军纪严明、同心协力，后来便演变成这种有趣的运动了。

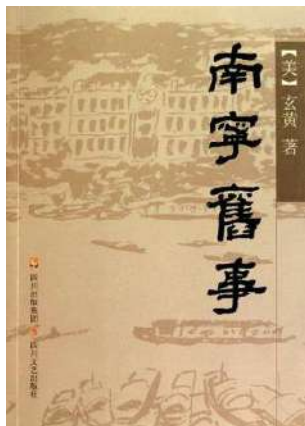
踩高跷踢足球：这是壮族的“高脚球”，玩起来很像足球。不过却不能用脚来踢，无论奔跑、拼抢和踢球都能用那对“义肢”。现在用的球是足球，但以前踢的是柚子。早在南宋时，广西南丹县人就有踢柚子的游戏；每逢中秋还要举行踢柚子比赛，近代发展为踩高跷踢球，别开生面。

狮子上金山：在高架上腾空起舞在壮族人眼里，狮子是祥瑞之物。壮族的舞狮绝技，有高台舞狮、双狮戏球、狮子梅花桩、过天桥、刀尖狮技、狮子上金山等。这一招[狮子上金山]，更是险象环生。[金山]是用约35张长条凳叠成17层，高8.5米；表演者扮成[狮子]登上[金山]，在晃荡不定的[金山]上跳跃、腾空、起舞，惊险万状，令人叫绝。

抢糍粑：是仫佬族最兴高采烈的活动，他们三人为一[冬]，共三[冬]人轮番用长筷子去抢放在瓦缸里的三角粽，但是三个人只能共用三只脚着地，全靠手拉手、脚扣脚在蹦跳中保持平衡，一不小心失了平衡，抢到的粽子也会掉下地。一时之间满场喝彩呐喊和击鼓助威声不绝，直到缸里的粽子抢完为止，抢得粽子最多的一[冬]为胜者。三角粽是仫佬族依饭节的吉祥物，仫佬族人相信，谁抢得多，得[福]也越多。

## 跟着它们去旅行

### 书籍 · BOOK

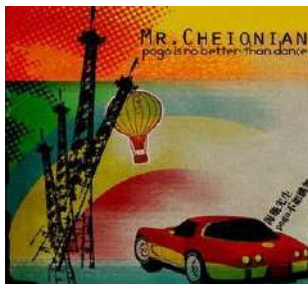


### 南宁旧事

作者：玄黄

这部小说通过描写主人公继祖的一生，带给读者对中国从十九世纪末到抗日战争这半个世纪的追忆。其中家庭奋斗、继往开来、战火纷飞、生离死别、亲情故里与爱情曲折的描写，表现主人公在中国遭遇西力东渐、社会动乱的背景下力图学习西方，走出自己的道路去重建家园、经世救民，融入到中国千千万万志士图强救亡的洪流中。另外一方面继祖也随着这个时代而“飘”，无可奈何。

### 音乐 · MUSIC



### Pogo不如跳舞

演唱者：海龟先生

这是南宁的一支乐队，现属于摩登天空。《Pogo不如跳舞》是海龟先生的第一张专辑。









责任编辑：张昕

顾问介绍



**locsly**

爱旅行有理想的广西人。



顾问介绍



**彭诗净**

漂亮的广西美眉，想将最南宁的一面分享给每一个还旅行的朋友。



感谢宠爱之名VIVI提供封面图片

顾问介绍



**酥智齿**

最爱姐妹一起的旅行，理想为吃遍大江南北。



**特别感谢** 以下用户的贡献：

nikovnz、qian\_0 wei、zelhr、dandolly0115、刺猬本来没有刺、Beixj、lige1121、小峻看世界（排名不分先后）



\* 本攻略图片均由用户提供，如有侵犯到您的权益，请及时与我们联系。



合作伙伴

旅游攻略 <http://www.imlvyou.com>

**你的位置**

期待你的参与：)

