

Destination 目的地



北戴河 · 攻略

第一版

——带着钢镚儿，尽情撒野

9 个经典景点

2 条经典路线

3 位达人精心推荐

13 位用户亲身体验



我是驴友
www.imlvyou.com



北戴河·攻略

——带着钢镚儿，尽情撒野

关键词 沙滩 日出 海鲜 观鸟

费用 300-600元

天数 3天

舒适程度 舒适

目录 · CATALOG

概述	01
亮点	02
有问必答	02
交通	03
景点	04
活动	06
餐饮	07
住宿	08
购物	08
实用信息	08
小贴士	08
推荐行程	09
背景	09
跟着他们去旅行	09



平静的沙滩 by Forsandy01



北戴河建筑 by 爱到茶米

关于 · ABOUT

或许北戴河比你想象的要普通，一块沙滩，几只鸟而已，不像东南亚的海那般华丽。但这里却是谁都可以触及到的地方，带几个钢镚儿，就敢来北戴河撒野。

北戴河可以是文艺的。细软的沙滩，碧蓝的海水，望着远处那海天相接的地方……许是清晨的缘故，放眼望去少有赤着脚，卷着裤管嬉笑打闹的身影。恰似徐志摩《北戴河海滨的幻想》的情景再现：海滨的怒潮，已经渐次消弭，只剩下疏松的海沙中偶尔的回想，以及岸边残缺的贝壳……

北戴河常有情侣们来看日出，搞搞小浪漫也不错。清晨四点钟的北戴河海边还会有几丝凉意，但身边有个他，似乎就不冷了。那些角度尚佳的地方，已经渐渐变得“人头攒动”。慢慢的，天空褪去了淡淡的蓝色。遮住了半边脸的红得炽烈的太阳一纵一纵地缓缓升起，起初泛着红红的光晕。

北戴河也是亲子们的游乐场，北戴河无时无刻充满着欢乐！

印象 · IMPRESSION



piparain

到达老虎石公园的时候，人已经很多了，后悔没有穿短裤拖鞋，不过这点小困难怎么能阻挡我和海水来个亲密接触呢，挽起裤脚，鞋袜脱掉系在背包两边。屁颠屁颠的冲到海边，赤脚行走海浪里，像踩进了密密麻麻的肥皂泡沫里。

——《北戴河山海关2日游》



joyfulmixtureo

下完雨的海边，空气尤其的好，虽然还有点潮气。人也很少。并且幸运的是，这里的海边不像是浴场，有礁石！这是我最喜欢的海边事物之一^^喜欢海浪击打礁石的样子。也喜欢探寻礁石下面可能隐藏着的小生物。

——《周末北戴河放松游》



Forsandy01

为了奔赴这一场久驻心中的约会，即便凌晨三点就要起床我也心甘情愿。想着那一抹红霞，想着那一抹赫赤，在那海天相接的地方，上演着的应该是一道诗一样的风景，亦该是一种诗一样的浪漫。

——《北戴河海滨的时光》



亮点 · HIGH LIGHTS

No.1 鸽子窝，看“浴日”



鸽子窝“浴日” by Forsandy01

鸽子窝是观日的绝佳地点，还可以看到“浴日”奇景。那深红的圆圆的东西发出了夺目的亮光，透过相机的取景器都能够感受到光芒的能量。

No.2 沙滩撒野，像孩子一样



老虎石玩沙 by coolui

看海，玩沙，挖贝壳，寻海星，晒太阳.....在沙滩总有做不完的事啊。海边拍骚照，顿时觉得pose不够了，各种摆型，尽情撒野吧！

No.3 海鲜，鲜到骨子里



皮皮虾+螃蟹+扇贝 by piparain

到市场买上两斤鲜活的海鲜，找个地方简单加工，坐在海边，品尝这大海的馈赠。鲜，鲜，鲜，鲜到骨子里！

有问必答 · FAQ



小龟 by Forsandy01

问：去北戴河旅游的最佳时间是什么时候？

根据天气状况及景色特点，北戴河最佳旅游季节为5-10月。而北戴河观鸟的最佳季节，则是每年3月中旬至5月下旬，9月上旬-11月中旬。在其他月份，也有难得一见的鸟类奇观。但是如果你错过了北戴河最佳旅游季节，你也可以选择淡季游北戴河，淡季游北戴河人少、消费低，可以肆意玩转于各个沙滩，也能帮助你全面地了解北戴河。

问：北戴河旅游旺季人多么，住宿需要提前预订么？

每年6月中旬至8月底，以及黄金周期间，北戴河进入旅游旺季，不但房价开始上涨，而且游客爆满，客房紧张。不能保证你来的时候会有空房。此时一定要先预订好房间，有必要时先打预付款，才能算预定好。

问：想花很少的钱，怎么游北戴河？

“一场旅行，不必在乎目的地，在乎的，是沿途的风景，以及看风景的心情”，即便不去遍热门景点，花很少的钱，也能畅游北戴河。

低价一日徒步线路：奥林匹克公园—鸽子窝公园—秦皇岛鸟类博物馆—观鸟湿地—浅水湾—秦皇岛市区（除了鸽子窝公园，均是免费景点）

问：海边游玩要注意哪些？

- 1、特别在夏季游玩，记得做好防晒、防蚊虫措施，涂上厚厚的防晒霜，可戴上遮阳帽和墨镜。驱蚊水或风油精也记得常备。
- 2、海边游泳要遵守泳场的规则，在人多的水中尽量不要潜泳。
- 3、下水前做些基本的运动，在海边先用凉水把四肢及胸腹背部拍湿，逐步适应水中温度。

问：想在海边吃海鲜大餐，海鲜什么价位？

石塘路市场活海鲜参考价：皮皮虾11-18元/斤，螃蟹45-60元/斤，扇贝20元/斤，蛭子15元/斤，红蛤12元/斤（受季节、客流等因素影响价格波动幅度较大，此价格仅供参考）。

石塘路步行街海鲜加工店的参考价格：蒸的2元/斤，煮的1元/斤，炒5元/斤。鲍鱼做淋汁，扇贝做蒜蓉粉丝都是5元一个，根据自己的口味选择，给店家加工的时候可以看看的，问清价钱最重要。蒸出来的海鲜足够咸，弄点醋调味即可。



交通 · TRANSPORTATION

到达与离开 · GETTING THERE & AWAY

北戴河是一个旅游城市，距北京380公里，距天津243公里，四通八达。短途的游客建议乘坐火车到北戴河，方便快捷。

飞机

北戴河机场正在建设中，目前无航班。不过，北戴河附近有秦皇岛山海关机场，有班车直达北戴河。

秦皇岛山海关机场

秦皇岛机场座落在秦皇岛海港区 and 山海关区之间。

机场代码：秦皇岛机场三字码为SHP，四字码为ZBSH。

主要航班：目前有到上海、石家庄、大连、青岛、邯郸、重庆的航班，班次不多。

机场交通：

1、班车：秦皇岛山海关机场每个航班均有机场班车接机。班车现在改厦门金龙了，较为舒适，机场班车终点站是秦皇岛市中心的民航大厦，行程约20多分钟。

从民航大厦到北戴河海滨旅游区可换乘市区公交车34路，途经秦皇岛市区、滨海大道、奥林匹克大道，一路风光先睹为快。乘车至34路终点站，即到了北戴河旅游区中心地带。

班车发车地点：海港区迎宾路169号民航售票处门前

2、出租车：起步价5元，还有1元的燃油附加费，从机场打车到海滨汽车站约70元。

火车

北戴河火车班次多，每天在这里经过并停留的火车共122列，包括动车、特快、直达特快、普快等。想先到秦皇岛火车站再去北戴河也很方便，乘公交可到达。

如北京到北戴河，坐动车约需2小时6分，票价81.5元。

火车站到景区：

从北戴河火车站乘37路（或5路、22路）在海滨汽车站下车即到，用时约50分钟。或从秦皇岛火车站步行至范家店站，乘公交到北戴河海滨站下车即可。

长途汽车

秦皇岛北戴河长途客运站

地址：河北省秦皇岛市北戴河区联峰北路96号

秦皇岛长途汽车站

地址：河北省秦皇岛市北环路405号

车次：发往全国各地，包括秦皇岛各县市。14:00、15:30有发往北京的客车，票价105元。

电话：0335-3067007

北京—北戴河

北京八王坟长途汽车站有客车到秦皇岛，大部分时间是半小时或1小时一班，运营时间7:00-18:00，全程3.5小时。在秦皇岛下车后转34路公交车，约40分钟到北戴河。

天津—北戴河

天津客运西站，16:30发车至秦皇岛，票价100元。

天环长途客运站，8:00、11:30发车至秦皇岛。

长途汽车东北角（大胡同）站，12:00发车至秦皇岛。

以上票价和时间常调整，仅供参考，实时信息详询各车站售票点。



小螃蟹 by 瑶兔兔

当地交通 · LOCAL TRANSPORTATION

出租车

出租车起租费均为5元（含基价里程2公里），还有1元的燃油附加费。出租车一般都打表计费，也可以与司机协商。在暑期旅游旺季乘坐时建议按表计价，旺季过后协商定价可能更划算。

公交

北戴河的景点大多有公交到达，主要经过景区的公交线路如下：

公交5路：

夏季6:00-18:40；冬季6:30-18:30

票价：1元，无人售票，IC卡无效。

主要经过：海滨汽车站 - 联峰山公园 - 二八一医院 - 古城 - 集发观光园 - 北戴河镇政府 - 北戴河火车站

公交15路：

夏季6:20-18:40；冬季6:30-18:40

票价：1元，无人售票，IC卡无效。

主要经过：海滨汽车站 - 北戴河区政府 - 老虎石公园 - 书画展览馆 - 海滨度假村 - 月季园 - 乐海园 - 奥林匹克大道公园

公交22路：可到达南戴河风景区

夏季6:00-18:40；冬季6:30-18:30

票价：1元，无人售票，IC卡无效。

主要经过：海滨汽车站 - 老虎石公园 - 西游记宫 - 邮电公寓 - 牛头崖 - 牛头崖集贸市场 - 北戴河火车站

租车

如果一家三口去，可以包车沿着海边自驾哦。北戴河市区包一天车（捷达）自驾大概230元左右，一般有半箱油可以用。

TIPS 小贴士

自驾停车：老虎石海滩那条路停的车很多，海滩的西边有个正规的停车场，20元不限时。大家可以往前开，耐心一点可以找到。如在小店的门口找空位置，店老板会收取停车费。很多地方，小店门前的公共场所都成了这些店老板一个很赚钱的门路。

景点 · SIGHTS

北戴河中海滩风景区

中海滩风景区位于北戴河海滨风景区中部，景区以老虎石公园为中心，北部有怪楼奇园、中国神话乐园等小景点。

老虎石海上公园

老虎石位于北戴河海滨中心区的海岸边，是一块相对还比较干净的沙滩。其中还有一片大小不一、形态各异的花岗岩礁石。这些礁石，成为这宽阔的浴场的象征，游人把这个浴场称之为“老虎滩浴场”。游人站在老虎石上，可观潮涨潮落、云起云飞的美景，可看海浪撞击礁石，卷起“千堆雪”的壮观。海滩上嬉戏打闹的小孩比较多，偶尔抬起头，还能看到很多放风筝的人。看景不如看人，欢乐无限啊。

门票：8元

开放时间：6:00-22:00

地址：河北省秦皇岛市北戴河海滨中海滩

交通：乘公交至老虎石站/百货公司站下车即到，或乘公交车至海滨汽车站下车后南行



沙滩日光浴 by yanmi1982



meteorlin333

来到老虎石公园其实不用买票进入，就可以看见全貌，就是一个沙滩有些石头（门票8元，这里的沙滩和海水比免费浴场要好很多，如果没有游泳的最好选择这里，周边很多酒店）。

——《[秦皇岛（北戴河、山海关）二日游记](#)》

怪楼奇园

北戴河原有一座怪楼，原怪楼创始人是美国人辛甫森。辛甫森患三叉神经痛，久治不愈，医生建议他进行日光疗法，他就设计了如同迷宫的房屋，人称“怪楼”，但此楼毁于“文革”。

现在的怪楼是以原怪楼和休闲娱乐设施相结合的古堡式建筑，它由怪楼和奇园二部分组成，外观略萌，楼里楼外暗道相通。利用声、光、电配合技术，在夜间游玩更为奇特，部分声控机关有损坏，但依然受孩子们的欢迎。到底有多奇多怪，不妨前往一探究竟。

门票：淡季15元，旺季60元

开放时间：8:00-21:00

地址：北戴河联峰路与百花路交叉口向西180米

交通：乘公交至怪楼站下车即到

特色公园

鸽子窝公园

鸽子窝公园又称鹰角公园。由于地层断裂所形成的临海悬崖上，有一似雄鹰的巨石屹立，被称之为鹰角石，过去常常会有成群的鸽子窝在石缝之中，故因此而得名。毛泽东主席曾在这里极目远眺，感慨万千，欣然提笔，留下了《浪淘沙·北戴河》的诗篇。

鸽子窝公园内还放养着几百余只广场鸽，登上鹰角石，凭海而立，鸽子飞在身边，让人忘记了自己，只有自然。这里还是北戴河观赏海上日出的最佳之处，天不亮，就牵起爱人的手到山崖的亭子里等待旭日的来临吧！

门票：20元

开放时间：5-9月，早3:00-18:00；10-次年4月，早8:00-18:00

根据日出时间提前半小时就有人值班，可以进园。

详情可电话咨询

电话：0335-4041774

地址：河北省秦皇岛市北戴河东山鸽赤路

交通：乘公交至隆兴示范园站，下车向东走约820米即到。如早上看日出的话，建议打车。



鹰角亭是一座单檐歇山顶的小亭，民族特色极浓。这里的鸽子并不怕人，游客伸开双手，就会有野鸽落在手上，真让人有一种回归自然的感觉。

[烟灭就分手008](#)

——《[我们出发吧](#)】情迷北戴河》



鸽子窝公园 by meteorlin333

联峰山公园

联峰山公园内的主要有鸡冠山、望海亭、莲花石、钟楼、龙山、古刹观等景点。因山势连缀固有联峰之妙，山势远视又似莲蓬，所以联峰山又称莲蓬山。最高峰山顶修建的望海亭，登亭观望，北戴河秀丽的风光尽收眼底。

门票：30元

开放时间：5-9月，7:00-18:00；10-次年4月，8:00-18:00

地址：河北省秦皇岛市北戴河区海滨联峰路与剑秋路交叉口

交通：乘公交至联峰山公园站下车即到

电话：0335-4041591



奥林匹克大道公园

为弘扬奥运精神，凝聚民族之心，2004年在奥林匹克大道东侧建设了这个公园。

奥林匹克大道公园通过浮雕、雕像、喷泉、冠军手足印等多种形式展现奥运发展史。这里说不上有特别亮丽的景致，闲来到这里散散步还是不错的，关键是不花钱。有免费的大型公园可以逛荡，何乐而不为呢？

门票：免费

地址：河北省秦皇岛市北戴河奥林匹克大道

交通：乘车至奥林匹克大道公园站或赤土山（联峰北路）站下车步行约8分钟



奥林匹克大道公园 by 一月如星

碧螺塔酒吧公园

碧螺塔酒吧公园位于北戴河海滨最东侧，北临旅游码头和鸽子窝公园，南临金山嘴和老虎石公园，东临大海。

公园三面环海，形似半岛，沙软潮平，是天然的垂钓宝地。园内主建筑碧螺塔为海滨东山地区最高点，是世界上独一无二的海螺形螺旋观光塔。晚上还有沙滩篝火晚会、啤酒沙龙和各类演艺活动，及海上垂钓、海上迪吧、海上美食广场等特色海上项目，可以一high到深夜哦。

门票：早上看日出，15元；

15:00-18:00，60元；

18:00-21:30，100元（包含欣赏泰国人妖表演；7月有河北省歌舞团“海上生明月”主题演出），详情可电话咨询

开放时间：全天开放。目前公园在增建项目，2013年5月1日全新开园

电话：0335-4034566

地址：河北省秦皇岛市北戴河东海滩路与金旭路交汇处北侧

交通：乘公交至康乐路站或国家环保总局站下车，依旧要步行1.1公里，多人出行建议打车前往

其他

秦始皇行宫遗址

秦始皇行宫遗址（金山嘴古城遗址），是一座很有历史感的宫殿遗址，待进一步开发。遗址出土文物丰富，有菱纹、饕餮纹、卷云纹、双云纹纹样的瓦当，还有菱纹格空心砖、麻面大板瓦、陶井、陶盆、陶文等文物。遗址还未完全开发，爱考古的游客，可以前去一看。

门票：免费

开放时间：全天

地址：河北省秦皇岛市北戴河区金山嘴路8号（东横山）

交通：乘公交至秦皇岛友谊宾馆站或康乐路站，下车步行约700米即到

集发观光园

集发观光园培育了全国最大的南瓜王，有世界上最长最大的丝瓜长廊，并建设了全国最高最大的日光温室，海南椰子、槟榔、紫荆花等100多种南方植物在这里开花结果。

这里还可以观赏、购买国内外上千种名贵花卉，观赏采摘运用高科技农业技术种植的上百种无公害蔬菜。传统民俗大院，展示50-60年代传统生产、生活场景。总体来说观光园还是值得一看的，收费项目略多，不过可以围观，也未必要消费啦。

门票：30元

开放时间：8:00-18:00

地址：河北省秦皇岛市北戴河区海北路中段

交通：乘公交至集发观光园站下车即到



倚岚听风

集发确实是一个值得看看的地方，但只是看看，里面要钱的地方太多，娱乐区要钱，4D电影要钱，采摘要钱，集发里面有527斤的大南瓜，还有一人多长的大丝瓜，立柱式栽培的蔬菜，水培蔬菜，还有火龙果采摘，火龙果毕竟在北方很少见的，为了让孩子长长见识，我们摘了两个火龙果花了28元，单价20。

——《北戴河四天四夜游记》

浅水湾

浅水湾位于北戴河滨海大道中段，野生动物园对面。沿海岸线铺设的木质小道，一直延伸到赤土山湿地，路边有茂密的植物。浅水湾对外免费开放，水质一般，海滩人不多，沿着小道漫步还是很惬意的。

门票：免费

开放时间：全天开放

地址：河北省秦皇岛市北戴河区滨海大道52号

交通：乘公交至北戴河国际俱乐部站下车即到



一月如星

浅水湾顾名思义，水很浅，可以在此处嬉水，但是我觉得看看还可以，玩水是断然不敢的，水质真的很差，和南方的比起来。

——《北戴河徒步一日游》



浅水湾 by coolui

活动 · ACTIVITIES

沙滩游乐

北戴河的海滩很有北国的气势，海水不算蓝绿，但沙滩沙质还不错，可以尽情地戏水、玩沙、挖螃蟹、捡贝壳。北戴河是性价比最高的海滩，有部分公共海滩还是免费开放的哦。建议避开盛夏6月前往，不然真的是去看人，不是看海啦。

推荐玩沙地：老虎石



沙滩欢乐何其多 by coolui



piparain

到达老虎石公园的时候，人已经很多了，后悔没有穿短裤拖鞋，不过这点小困难怎么能阻挡我和海水来个亲密接触呢，挽起裤脚，鞋袜脱掉系在背包两边。屁颠屁颠的冲到海边，赤脚行走在海浪里，像踩进了密密麻麻的肥皂泡沫里。

——《北戴河山海关2日游》

看日出

起早起床，携着爱人、闺蜜、兄弟（这个略诡异）或小孩去鸽子窝、碧螺塔公园等日出。抑或是前一天傍晚挑一个公共海滩扎营，静候黎明。北戴河有许多公共海滩可以搭帐篷等日出，记得挑个好天气，不然一大早，你会发现你躺在沙滩上，屋顶飞了！

推荐看日出地点：鸽子窝公园



鸽子窝日出 by 烟灭就分手008

观鸟

北戴河地处辽西走廊西部，森林绿化覆盖率很高，因此它不仅是很多留鸟和夏候鸟聚集的乐园，而且是众多候鸟迁徙的理想通道和歇脚站。北戴河的鸟类资源极为丰富，不少还是世界著名的珍禽。来这里与鸟儿们来个亲密接触吧！



看鸽子 by gmchen

观鸟地点：观鸟湿地、联峰山、鸽子窝公园等

观鸟时间：北戴河观鸟的最佳季节，是每年3月中旬至5月下旬，9月上旬至11月中旬。

在其他月份，也有难得一见的鸟类奇观。

6月开始入夏，有些鸟类在当地繁殖，如池鹭、黄斑苇鹤、环颈鸻、戴胜、金腰燕、黑尾蜡嘴雀、黑枕黄鹂；

7月大批的鸬鹚类继续迁徙，这时北戴河碧蓝的海面，又点缀数十只展翅高飞，豪放多姿的白翅浮鸥；

8月种类众多的鸬鹚，继续涌入北戴河的泥滩、河口和港湾。中旬，白腰燕向南移动，雨燕时而低空飞翔，时而腾空而起。

餐饮 · EATING

北戴河区濒临渤海湾，美食必然是以海产品为主：螃蟹，干贝，海蝗鱼、梭鱼、墨斗鱼、带鱼、鱿鱼、海螺、毛蚶等贝壳类品种繁多，集渤海湾海味产品之精华。

美食 · DELICACY

烤大虾

北戴河是海滨城市，海产品丰富。烤大虾是以北戴河所产大虾为原料，烤制而成，再辅以适量汤汁即可食用。特点是色泽艳丽、香味醇厚、肉质细嫩、营养丰富。



大虾 by usaserena

鲍鱼



鲍鱼 by usaserena

鲍鱼的营养价值极为丰富，肉质柔嫩细滑，滋味鲜美。但是带小孩来北戴河玩的家长要注意：鲍鱼宝宝不能多吃！

宝宝脾胃功能较弱，像鲍鱼、海参、花胶等富含蛋白质的食材，宝宝摄入过多不仅无法及时消化，还会加重肠胃负担。

扇贝

扇贝味道鲜美，营养丰富，与海参、鲍鱼齐名，并列为海味中的三大珍品。

到北戴河的石塘路市场买新鲜的扇贝，带到饭店里加工，配上蒜蓉煮煮，尝一个，保证鲜到骨子里！



扇贝 by usaserena

梭子蟹

螃蟹是海滨主要海产品，种类较多。大海蟹又名梭子蟹，味道最好，体形较大，身形扁长，呈浅青色。

春夏秋季到北戴河旅游的朋友，不妨来尝一尝梭子蟹，一定要挑鲜活的哦！



大螃蟹 by gmchen



gmchen

大螃蟹，特别好，蟹黄很多，60元/斤！~ 买的时候，要捏他的肚皮厚不厚，厚的才说明很饱，不空！~ 蟹黄很多！~ 好吃，小多特别爱吃蟹，北京太贵，买的不多！~

——《游荡在夏日的北戴河上》

皮皮虾



皮皮虾 by gmchen

北戴河的皮皮虾很新鲜，可以买新鲜的自己租个小屋做，生的约11-18元/斤，也可以出钱让饭店加工，旅游旺季比较贵。如果直接在景区的饭店点皮皮虾这道菜，那就是天价了。

绿豆糕

绿豆糕属于清真食品，用当地所产绿豆以及白糖调制而成。油而不腻，松软香甜，口味醇正。

绿豆糕有不同口味，现场制作免费品尝，花生绿豆糕类似北京花生糖差不多味道，约25元一斤。



花生绿豆糕 by meteorlin333

游客喜欢：刘氏花生绿豆糕（鸽子窝公园内）

本地人气：回记糕点（秦皇岛市山海关天心胡同22号）

推荐餐馆 · RESTAURANT

石塘路市场饭店

去海滨一定要去石塘路市场，那里卖很多海产品，也有很多旅游观光挑选贝壳等装饰品，顺路可以去附近市场饭店吃饭。因为就在海边，海货十分新鲜，但是要认真挑选，有些海鲜死了是不能吃的。大排档的价格不算太贵，海鲜加工费几乎都是2、3、8元一斤，分蒸煮和炒，买的多价钱也可以商量，旅游旺季会涨价。

难得尝个鲜，大排档的味道还是不错的，要是就餐环境要求高的，建议还是去市区大饭店吃吧。

人均消费：53元（吃的海鲜不同，价格相差较大）

地址：北戴河石塘路市场B1楼市场饭店（近草厂中路）

推荐市场 · MARKET

如果觉得景区饭店菜价过高，又想品尝海鲜的话，不妨去海鲜市场买活海鲜自己加工或让小饭店代为加工，会实惠很多。

石塘路市场

北戴河的石塘路市场海产品比较齐全，还有像女孩喜欢的一些小玩意啊，珍珠项链、手镯、贝壳小摆件等等，想淘海鲜的游客们不妨来逛一逛。市场晚上8点左右就陆续撤摊了，想买海鲜还是要早点去的。

地址：秦皇岛北戴河区石塘路步行街（近联峰路）

交通：乘公交至海滨汽车站（北戴河旅游区）站，往西南方向步行约400米即到（在当地很出名的市场，一问路就知道）

TIPS 小贴士

如果要出钱让饭店或排档加工海产品，记得进厨房看着自己购买的食物下锅加工。这个时候千万不要嫌麻烦，一定要紧盯着每一个流程，以防食材被人掉包，或者被搞混。何况加工点忙中出错也是可能的。

育花路市场

据本地人推荐，育花路周边有个菜市场也有海鲜卖，品种没有石塘路市场多，但因为多针对当地居民售卖，相对靠谱。

交通：沿着育花路一直往南走（北京理工大学秦皇岛分校也在这个路上）就能找到

海鲜市场防骗全攻略

不怕一万只怕万一，虽说大部分海鲜摊主还是善良的，但万一.....所以度小游开课啦！

1、掉包计：买海鲜的时候，要谨防“掉包”。摊主装、称海鲜时，切记要一直盯着卖家的手。

某些不法商家会在给你装挑好的海鲜时，把黑塑料袋袋口露在柜台上面，塑料袋另一半在柜台下面，而这时他的小指勾着一个已经装好的塑料袋。在给你装好海鲜并给塑料袋打好结的一瞬间，她会松开你挑好的那袋，你挑的鲜活海鲜就掉到柜台底下了，而递给你的就是她事先装好并用小指勾着的那袋。被掉包的是什货色的海鲜，可想而知！

2、帮挑计：不要搭理门口那些号称是懂行的，帮你挑海鲜的，带你去加工的拉客者。

这些拉客热人，挣得的是加工点和海鲜摊位两头的提成，只要他们往你身边儿一站，名义上是帮你挑选，实际上是给那些摊主们加价的信号。他们推荐你去哪个摊位，自然要在事后找摊主讨提成的，这钱自然早就从顾客身上赚下了。

3、以假乱真计：不要和摊主猛杀价，不要相信过低的价格，一定会掺假，尤其是螃蟹。

螃蟹的掺假手法最多，摊主当时可以给个大折扣，而分量必然会掺假，甚至会拿死螃蟹糊弄人。这些人并不用掉包，只要在抓住死螃蟹时捏住它们身体的某个部位，那些死蟹就会神奇的张牙舞爪起来，一般的顾客很难分辨出来。装袋时再捎带些汤汤水水的，重量也就轻易的掺了假。实际上在无形中人家早就补回了折扣的差价。

4、假秤计：买完海鲜一定记得在市场的公平秤称重，一般分量是不够的。公平秤被毁坏就用常识判断一下，遇到分量特别不足，马上折回摊位找摊主理论，补上重量就别想了，顶多是原价退了。

熟记以上四条计谋，尽可能避免挨宰吧。



住宿 · LODGING

北戴河是很成熟的旅游城市，仿佛一切都是为游客服务的，很容易找到宾馆、客栈及家庭旅馆（可以自己做海鲜大餐），度小游特别推荐了一些离景点较近的住宿点。夏季旅游高峰期建议提前预定住宿，价格会有一定涨幅。

新华假日酒店

北戴河新华假日酒店是北戴河挂牌的四星级酒店，离老虎石公园比较近，能够看到海景。酒店服务态度也比较好，设施齐备，是休闲放松的好选择哦。想看海景的话，订A座7-8层比较好哦。

地址：秦皇岛市北戴河区海滨安二路2号

价格：323元起

电话：0335-4280888

观海楼

北戴河观海楼宾馆地处秦皇岛市北戴河区观海楼，是历史文化的汇集点，自然美景的集中地。在这里可以观海、望日、闻涛、赏月，自然美景唾手可得。酒店比较老，各方面都挺不错的，不管是卫生或者房间的布置都挺好的。

地址：秦皇岛市北戴河区鹰角路7号（鸽子窝公园东侧）

价格：224元起

电话：0335-4688188

米拉宾馆

米拉宾馆属于酒店式公寓，价格是最大优势，此外交通也很便利——位于北戴河旅游区的中心繁华地段，周边是大型综合性的购物大楼。优雅舒适的宾馆设施，温馨如故的家庭生活环境，整体感觉OK。

地址：北戴河区大薄荷寨村中街东2号（近怪楼奇园）

价格：64元起

电话：13933549481

刘庄若水居家庭旅馆

若水居旅馆是四层的楼房，房间宽敞明亮、清洁舒适。东邻碧螺塔，南邻老虎石海上公园，周边有红石路、育花路两个旅游市场。东行3-5分钟到达奥林匹克大道公园，南行5-8分钟到达中海滩（免费）浴场。

地址：北戴河刘庄育花路二区7排3号

价格：60元起

电话：13833595886

北戴河雅逸居旅馆

雅逸居属于家庭旅馆，有点类似老公寓楼，步行5分钟就能到达免费浴场。房间设施很全，特别的是可以免费蒸煮海鲜。出门就是海鲜市场和夜市一条街，东区鸽子窝观日出还可以抓小螃蟹捡贝壳，晚上可以去碧螺塔酒吧公园娱乐，还可以乘坐游轮观赏整个秦皇岛港。西临怪楼奇园和石塘路批发市场，有工艺品干鲜海产品大市场。

地址：北戴河刘庄北里旅馆区18栋4号楼

价格：49元起

电话：13653352751

购物 · SHOPPING

在北戴河的购物主要是以海产品为主，也可选购一些贝壳类工艺品。

贝雕

贝雕是采用天然贝壳，通过烧料选出优质的贝壳进行加工，根据各种造型的模具，制成各种动物、植物等。然后由技术人员把具有特点的贝壳粘在模具上，就成了一个个栩栩如生的动、植物。如此地道的北戴河地方特产，喜欢就带走吧！

购物地点：石塘路市场和附近夜市

珍珠

戴上用珍珠做成的饰品不单单美观了，珍珠中所含有的一些微量元素，对人体皮肤有一定好处，可杀菌止痒。

TIPS 小贴士

鉴别珍珠真假的方法是：将两粒珍珠对磨，会产生一些珍珠粉，再将珍珠粉擦去是没有任何划痕的。假如有划痕不能复原的就可能是贝壳粉压制成的珠子了。

实用信息 · INFORMATION

银行

中国建设银行北戴河支行

地址：北戴河海宁路74号

电话：0335-4043017

医院

北戴河医院

地址：河北省秦皇岛市北戴河区联峰路200号

电话：0335-4041624

紧急电话

北戴河旅游局：0335-4186310

北戴河旅游投诉电话：0335-3661010 12301

小贴士 · TIPS

- 1、提前预定好宾馆，家庭宾馆在北戴河很发达，网上预订很方便。周末人比较多，提前考虑好。
- 2、北戴河的交通很不好，开车很野蛮，注意安全，人在外地，注意就好，能让就让。
- 3、推荐去市场买海鲜，新鲜好吃，自己做便宜，景区餐馆很贵。海鲜市场注意不要搭理说代加工的，还有注意秤的多少。
- 4、吃饭最好能去居民区，不要去旅游区，特别贵！
- 5、邮轮天气不好时千万不要坐。
- 6、北戴河景点距离有点远，自驾很方便，如果找车的话要注意和找正规的士，黑车司机很危险。
- 7、不要随意相信黑车司机推荐的景点，不靠谱。
- 8、夏天去海边带防晒产品很重要，小心皮肤晒伤。



推荐行程 · SCHEDULE

海滨二日游

看大海，尝海鲜，两天的生活饱餐海鲜的鲜美，饱览大海的广阔，感慨自然的雄伟。

D1 老虎石公园-奥林匹克大道公园-石塘路市场

上午到达北戴河火车站，乘公交前往老虎石附近酒店放行李，随后穿上泳衣，踩上拖鞋前往老虎石公园，看海玩沙一上午。老虎石附近有很多饭店可以吃海鲜，价格略高。不嫌麻烦的话可以乘公交出景区吃饭，或去石塘路附近排档买海鲜到大排档加工，相对实惠。

午餐后前往奥林匹克大道公园，大概玩到下午4点就可以前往石塘路挑海鲜了。随后又是一顿海鲜大餐，夜宿老虎石公园附近的宾馆或客栈。

D2 鸽子窝公园-碧螺塔公园

第二天天不亮就起床，带着早点打车前往鸽子窝看日出，随后在海边踩踩沙子，捡捡贝壳或是到广场上跟鸽子们亲密接触一番。临近中午时，可以在公园附近的移动餐车上随意买点小吃，换换口味。

下午乘公交前往碧螺塔海公园，晚餐在公园附近解决，凭门票可以二次入园，晚上还有丰富的表演可以欣赏。



鸽子窝 by 一月如星

徒步三日游

三天时间，可以悠闲地在北戴河及周边走走停停，尽情欣赏沿途的风景。

D1 老虎石公园-奥林匹克大道公园-石塘路市场

上午前往老虎石公园游玩一上午，下午至奥林匹克大道公园，晚餐时分去石塘路市场采购海鲜和特产，加工后饱餐一顿。夜宿老虎石公园附近。

D2 鸽子窝公园-碧螺塔公园

第二天前往鸽子窝公园看日出，下午至碧螺塔公园观光，有空还可以去浅水湾走走，住宿地不变。

D3 老龙头-天下第一关

第三天就不局限在北戴河区了，乘公交去老龙头和天下第一关一睹风采（海滨站坐34路到四道桥车站转乘25路到老龙头，约3小时）。北戴河之旅完美地划下句点。

背景 · BACKGROUND



北戴河街道 by 爱到茶米

地理气候 · ENVIRONMENT

北戴河海滨地处河北省秦皇岛市中心的西部。是秦皇岛的城市区之一。受海洋气候的影响，夏无酷暑，冬无严寒，常年保持一级大气质量。这里污染少，噪音小，城市森林覆盖率54%，人均绿地630平方米。除此之外，北戴河气候宜人，二十里长、曲折平坦的沙质海滩，沙软潮平，背靠树木葱郁的联峰山，自然环境优美。与北京、天津、秦皇岛、兴城、葫芦岛构成一条黄金旅游带，

北戴河处于旅游带的节点。北戴河海滨避暑区，西起戴河口，东至鹰角亭，东西长约20华里，南北宽约3华里。

历史 · HISTORY

北戴河历史悠久。远在新石器时代，先民们就在这块土地上繁衍生息。商、周时属孤竹国；公元前664年，孤竹亡，地属燕国；春秋战国时属燕国。秦王政二十五年（公元前222年），秦将王贲经此攻辽东，掳燕王喜，燕亡。1841年5月22日起，数十日内，英国兵舰三艘，载兵丁在秦皇岛、金山嘴一带海口港湾或游弋或停泊，频繁活动，每日长达10多个小时。1893年，英籍工程师金达因修筑津榆铁路勘查路线，发现北戴河风景秀丽，潮缓沙软，为海水浴之最佳处，回到天津广为宣扬，许多外国人慕名前来。

1948年11月26日，北戴河全境解放。12月15日，秦榆市人民政府成立，海滨区归其管辖。1953年8月13日，海滨区公所改为秦皇岛市海滨区人民政府。1954年2月15日，海滨区改为北戴河区。

跟着它们去旅行

音乐 · MUSIC



北戴河之歌

略怪异却带感的乐队歌曲，“马尔代夫太遥远，只要吻到你的脸，北戴河也是乐园”这一句简单的歌词打动了不少听众，或许真的，去哪里并不是最重要的，重要的是跟谁一起。

演唱者：Gala





责任编辑：沁元

顾问介绍



狂战天神

在北戴河第四年了，对这边的海有割舍不掉的眷恋。



顾问介绍



oimyj

爱旅行，喜欢用相机记录沿途风景的每一个表情。



顾问介绍



自在旅行

不旅行还能干什么？北戴河这种级别？常去啦。



* 感谢Forsandy01提供封面图片。



* 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。

特别感谢 以下用户的贡献：

Forsandy01、piparain、joyfulmixtoreo、coolui、yanmi1982、meteorlin333、瑶兔兔、一月如星、倚岚听风、爱到茶米、烟灭就分手008、Usaserena、gmchen（排名不分先后）

合作伙伴

旅游攻略 <http://www.imlvyou.com>

你的位置

期待你的参与：)



让旅行更简单