

连云港

海滨 温泉 花果山





目录 Catalogue

- 01 速览
- 02 亮点
- 03 景点
- 12 美食
- 16 购物
- 20 娱乐 / 住宿
- 22 特色节庆
- 23 线路推荐
- 24 交通
- 26 实用信息
- 27 连云港旅游手绘地图

连云港速览 Introducing LIANYUNGANG

连云港古称瀛洲、秦称东海、南北朝后称海州，1933年建港时，因境内有连岛和云台山，各取一字“连云港”。如今，这座城市是中国东部重要的港口城市、《西游记》文化发源地、世界水晶之都，也是“一带一路”建设的交汇点。

自古有“东海名郡”之称的连云港宛如一颗璀璨的明珠，依山伴海，幽静的海岸，海浴、楫舟、散步、垂钓，无一不宜；更有山色锦绣、美如画屏的山林及丰富的文物古迹，具“海、古、神、幽、奇”等众多旅游特色。这里还有“东海第一胜境”花果山，让你亲临《西游记》所描画的奇地仙境；“连云港之夏”更是代表了这座城市的一张亮丽的旅游名片，名扬大江南北……

在这座山、海、港、城相依相拥的城市里，最重要的是放慢脚步，玩沙看海，寻古探幽。连云港港口的现代和繁华，渔民每到捕鱼期的那份满足都是这座城市的一抹亮色。



一醉一陶然 连岛苏马湾

最佳旅行时间 连云港处于暖温带与亚热带过渡地带，气候温暖、湿润，这里的四季分明，阳光充足。年平均气温14℃。最冷为正月，平均气温-0.2℃；最热为7月，平均气温26.8℃。每年4至10月（夏、秋两季）是连云港最佳旅游季节。

炎炎夏日，连云港东西连岛、秦山岛等众多海岛、海湾海风习习，是赏海景、沐浴大海、玩沙滩的最佳时节。

秋季的连云港，肥美的海鲜正是品尝的大好时候；花果山景区、海上云台山景区更是景色迷人，登山览景、意趣盎然。同时，这一时节，连云港节日众多，看点连连、热闹非凡，并有水质优异的“华东第一温泉”——东海温泉，让人眷恋。

此外，年初海州元宵灯会可赏海州民间各式彩灯艺术品、民间文娱演出、花卉展；三月桃花涧景区里桃花盛开、东磊景区玉兰花王等也颇具看点，这些都会给连云港的旅程新添魅力。

穿衣指南 连云港夏秋（9月末10月初）和冬春（3月到4月）的换季时节日夜温差较大，建议多带一件外套以备不时之需，夏季是到连云港旅游的旺季，紫外线强，到海滩的游客请备好防晒霜和遮阳伞，连云港四季多雨，尤以6-7月为多，出行前请备好雨具。

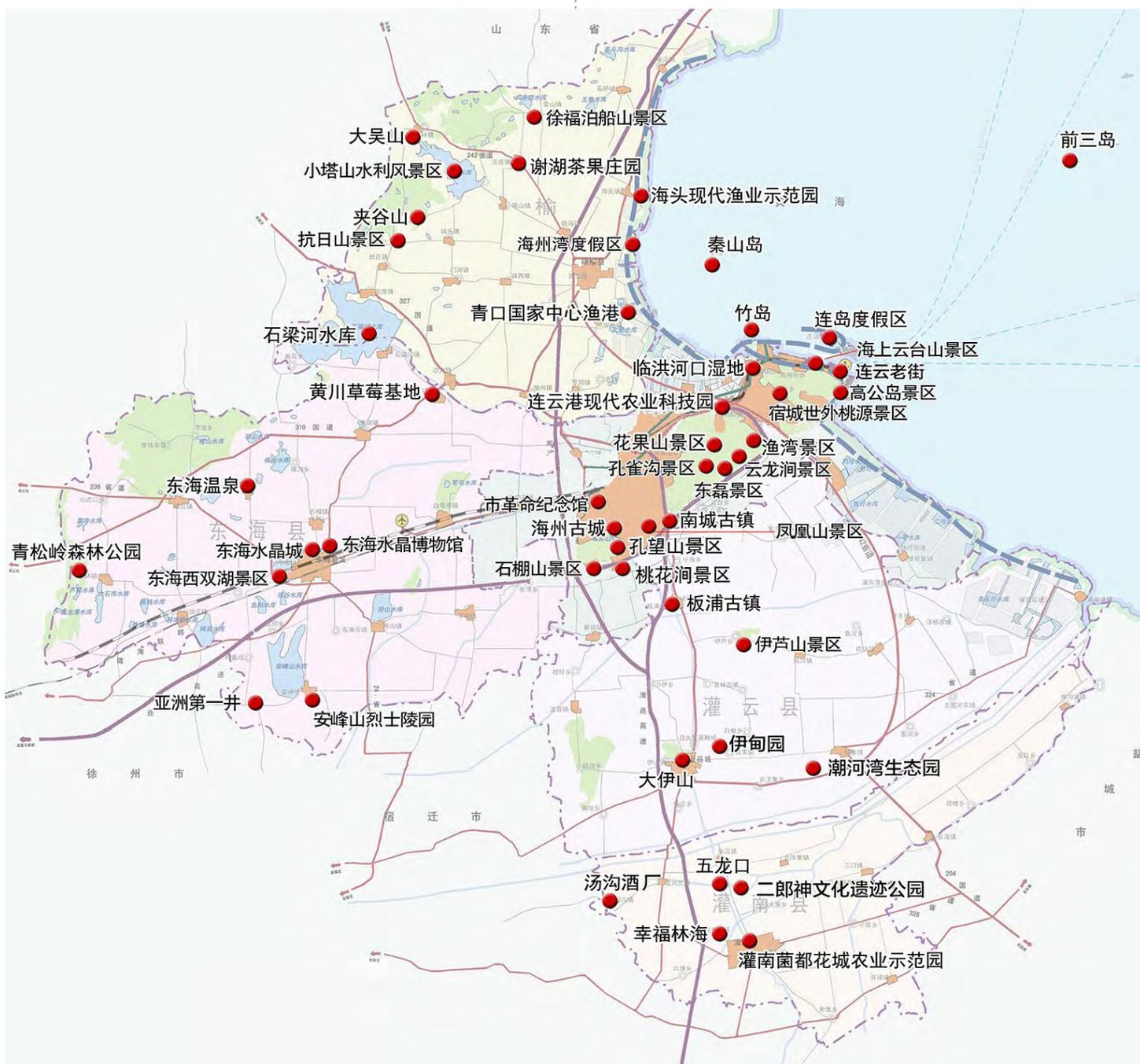
致谢：连云港市旅游局

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识产权；未经本公司明确书面许可，任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。

亮点

去花果山（见3页）看日出云海，寻找吴承恩的足迹

山石、海景、古迹、神话，这里是对西游记里花果山的再现，不仅有水帘洞，还有很多可爱的猴子，最值得一看的是登上花果山最高峰，站在迎曙亭，或看海上日出，或看云海铺海，白云翻滚好像海水扬波，露出来的峰顶就像大海里的蓬莱仙岛，群山俯伏，阡陌纵横，此情此景令人有飘飘欲仙的感觉。



连云港辖区和景点分布图

连岛(见6页)玩沙看海, 徒步栈道

连岛是江苏最大的海岛, 金滩碧海, 风和浪柔, 这是连云港沐浴大海的绝佳去处, 连岛很大, 最惬意的莫过于沿着海滨栈道徒步一览连岛海滨风光, 或在海滨浴场踩着软沙踏浪, 或在大堤静坐来一场海钓, 当然, 这一切都要慢慢来。



HannahZhao 摄影师 连岛海滨

在港口小镇(见8页)漫步, 邂逅小清新

连云港港口是新亚欧大陆桥东桥头堡, 历史悠久, 如今在港口小镇的连云港老街, 仍能找到老味道, 你可以来邂逅青石街道和法国梧桐带来的小清新, 也可以沿街漫步细寻老建筑, 还能倾听连云港火车站老钟楼的钟声, 如今仍然优美而清亮的报着时间。



葱花芥子酱 连云港老街

大快朵颐吃海鲜(见12页)

来到连云港, 不吃一次海鲜就如同没有吹过海风那样让人遗憾, 在这里, 东方对虾、梭子蟹、虾婆婆、鲳鱼、小黄鱼等海味都新鲜的不得了。除此之外, 当地名菜如板栗烧鸡、炒头脯、风鹅、灌云豆丹、小武凉皮等也都相当美味。



景点

连云港集海(连岛海滨浴场)、古(海州古城)、神(花果山)、幽(宿城)、奇(渔湾)、泉(东海温泉)于一身, 值得注意的是, 连云港的景点多分布在县市周边区域, 相对较散, 交通来往虽说方便, 但耗时较长, 建议提前做好出行准备。

山水游

云台山主要位于连云港市区东北部的山岭, 主要由前云台山(南云台山)、中云台山、后云台山(北云台山)及鹰游山、锦屏山等互不连续的断块山脉组成。连云港诸多山水景点集中于此。

花果山

花果山位于云台山脉之中, 距市区约7公里, 是中国四大古典名著《西游记》的取材地, 被誉为“孙大圣故里”。自古就有“东海第一胜境”和“海内四大灵山之一”的美誉, 集山石、海景、古迹、神话于一身。山上不仅有与《西游记》故事紧密相连的景点, 而且古树参天, 野生动植物资源丰富。



景观源远流长，文化底蕴浓厚，千百年来的古建筑（阿育王塔、悟正庵）、古遗址、古代石刻（唐碑）以及历代文人墨客的游踪手迹遍布山中。

山顶玉女峰海拔 624.4 米，是江苏省最高山峰。登玉女峰可见云台铺海，白云翻滚，好像海水扬波，露出来的峰顶就像大海里的蓬莱仙岛，群山俯伏，阡陌纵横，此情此景更令人有飘飘欲仙的感觉。



豆芽菜的春天 花果山

主要景点：阿育王塔、玉女峰、水帘洞、南天门、十八盘、九龙桥、三元宫、毛公碑、七十二洞等主要景点 136 处。

游览线路：十八盘——九龙桥——三元宫——屏竹禅院——水帘洞——七十二洞——一线天——玉女峰

地址：新浦区花果山乡郁林路 5 号

费用：旺季 100 元 淡季 50 元（淡季：12 月 1 日至 2 月 28 日；

旺季：3 月 1 日至 11 月 30 日）

网址：<http://www.huaguoshan.gov.cn/>

开放时间：旺季：7:00-17:00 淡季：8:00-16:00

联系电话：0518-85723807

到达交通

外部：市内乘坐 10 路、12 路、游 1 路等公交车可达。

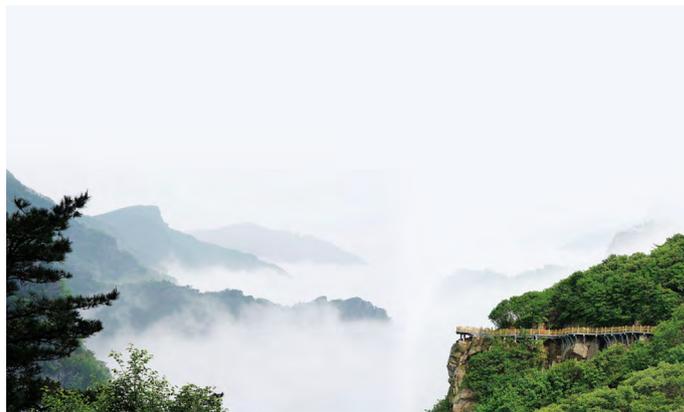
内部：在景区内需排队乘小巴（25 元上至玉女峰，再乘索道（25 元）下至水帘洞，步行玩些景点，比如屏竹禅院、七十二洞等，三元宫可乘小巴（15 元）返回山门。其他景点间交通一览：

1. 旅游公司环保车：山门——九龙桥 10 元；山门——三元宫（水帘洞）15 元；山门——玉女峰 25 元；

2. 索道：九龙桥——水帘洞 25 元；水帘洞——玉女峰 25 元；九龙桥——玉女峰 35 元。

海上云台山

海上云台山以山称奇，以海叫绝，因水谓妙，因古显幽，群山透迤，峰峦叠翠，绿水常流。有江苏独一无二的山海奇峰二桅尖，站在瞭望台，可将连云港的“连”岛、“云”台山、“港”口三大要素一览无余；有“佛从海上来，东土第一寺”之称的法起寺；有“紫气东来，王者之气”之称的中国最大的楸树林，自唐宋便分布与此。宋代大诗人苏东坡笔下的“郁郁苍梧海上山，蓬莱方丈有无间”、东晋大诗人陶渊明《桃花源记》中“黄发垂髫，并怡然自乐”的世外桃源均指此处。



主要景点：万寿谷、云台石林、悟道庵、楸林花海、醴泉、海天一览、蓬壶仙境—二桅尖、法起寺等。

地址：连云区宿城街道

费用：旺季 80 元，淡季 60 元；内部交通费用：万寿谷停车场—二桅尖往返 40 元；万寿谷停车场—二桅尖单程 20 元。

联系电话：0518-82202292

到达交通：连云区乘坐 34 路、35 路公交车可达

渔湾景区

渔湾因其自然纯净，淳朴险峻而被游人被誉为“江苏的张家界”。以水为长，雨后游览更会有意想不到的收获。



小贴士

- 景区及周边都有海鲜排档，能品尝到连云港的特色美食，只是相对市区选择稍少且稍贵。山中的南花厅是山中品茶的好地方，用惠心泉的水泡茶，为云台山茶道中的双绝。

渔湾景区内自然风光奇特优美，山涧峡谷幽深独特，四季飞瀑不绝，特别是传说中三龙戏水的老龙潭、二龙潭、三龙潭以及龙王三太子睡觉的龙床等景点，给人以如入仙境的感受。老龙潭瀑布落差 40 多米，游人至此伸手可及。瀑布轰轰泻，飞珠溅玉。半山腰的藏龙洞是名副其实的水帘洞，参差怪石环绕洞门，洞口水帘倒挂，在临近洞口的“观虹台”上远眺，还可见到老龙潭瀑布折射的巨大彩虹，景色十分壮观。

主要景点：老龙潭、藏龙洞、龙床、神仙崖、小瀛洲等。

地址：新浦区云台山东南

费用：40 元

网址：<http://www.lygyuwan.com/>

开放时间：8:00-18:00

联系电话：0518-85940766

到达交通：新浦振兴大厦——大岛山线至渔湾站；新浦快客站——股沟线至开发区转渔湾专线；墟沟国展中心 - 渔湾专线，渔湾到市区最后一班车是 17:30。此外，苏欣客运站隔壁的龙河客运站，有专线车去渔湾景区，终点站是大岛山。

i 小贴士

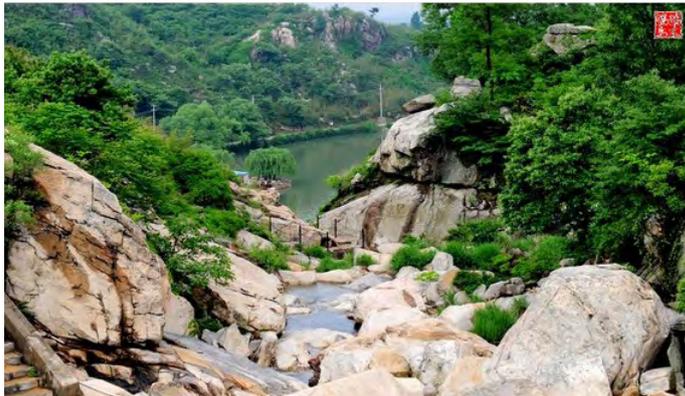
- 游览渔湾循“三潭、一洞、三汪”为主线。即三龙潭、二龙潭、老龙潭、藏龙洞、绿水汪、清水汪、黄水汪。其中以老龙潭最有神采。
- 进入山谷最好准备干粮充饥，区内可买的東西少，且价格高。
- 渔湾也是南云台山步道的连接点之一，步道全长 12 公里，以孔雀沟景区为起点，沿云台山顶部向北延伸，途经牯牛旦、刘家坡、渔湾景区上部，沿途设有各类标志 20 余处，同时设有游客宿营地、攀岩等设施，整个登山健身步道以林间天然土路为主。
- 地点（距离）：渔湾（1km）- 老连部营地（3km）- 凤门岭（0.8km）- 韩窑大桥（0.4km）- 聚宝岭（0.4km）- 刘家坡（0.6km）- 二道涧（0.8km）- 瞭望台（FDU 谢世祥 Cuba 提供）

东磊景区

三部古代著名神话小说与东磊景区都有着紧密联系。《西游记》半数人物，《镜花缘》的全部情节，和《东游记》后半部的龙王落难处，都在东磊景区。

景区景观以“奇石、奇树、奇庙、奇色”而享誉天下。东磊古庙延福观，是苏北的道教中心，香火遍及苏北大地，明朝时和花果山三元宫同时受到皇封。

区内还有千奇百怪的东磊石海、八百年树龄的玉兰树王（位于延福观内）、五千多年历史的太阳石刻（在太阳石刻处，早上可观海上日出）、镜石、神仙洞极具特色。



瑞木鸿鸟 东磊景区

地址：云台山南麓，距市区 10 公里、花果山 6 公里、渔湾景区 1 公里。

费用：免费

联系电话：0518-85944333

到达交通：苏欣客运站隔壁的龙河客运站至东磊渔湾中巴车，东磊站下车。墟沟国展中心至渔湾东磊中巴车，东磊站下车。或市内乘坐游 5 路前往。

桃花涧景区

桃花涧自然风光优美，远古文化深厚，宗教文明源远流长。涧内遗址文物丰富，原始风貌犹存，是中国东部沿海地区唯一的有明确层位关系的旧石器时代遗址，所蕴含的史前文明文化令人叹为观止。

景区内被誉为“东方天书”的将军崖岩画是国家重点保护文物，距今已有 5000 多年的历史，岩画中的太阳、星相、禾苗、人像等造型古朴、形象诡异，充满神秘色彩，漫步其间，令人顿生思古之幽情。

36 景遍布涧内，云雾缭绕、流泉飞瀑、石壁陡峭、步移景换，沿涧茂林修竹吐翠、溪水潺潺而流，更兼桃花烂漫、梨花凝脂，使人恍若置身于桃花源中。



桃花涧 - 将军崖岩画

主要景点：将军崖岩画、九龙古潭、果老洞、紫竹林禅院、桃花涧新石器时期遗址等。

地址：连云港市海州区锦屏镇桃花村

费用：30元

开放时间：07:00-17:00

联系电话：0518-85306612

到达交通：市内乘坐3路、4路、5路等公交车可达

孔望山景区

孔望山因孔子曾经登山望海而得名，蕴含着丰富的历史文化内涵，2500多年前，著名的“孔子问官”（当年孔子曾在此山头向鄒子请教官职制度方面的学问）故事就发生在这里。丹崖左右，汉代圆雕石象堪称世界之最，其艺术价值与咸阳茂陵的霍去病墓石刻齐名。

孔望山以人文景观居多，著名景点有佛教造像、龙洞庵、龙洞及众多的佛教摩崖石刻等，山上的龙洞庵，环抱于异石厅峰之间，是苏北鲁南一带现存较早的千年古刹之一。龙洞庵西崖壁有一个天然的海蚀洞，就是“龙洞”了。历代名人题刻布满了龙洞内外，其中最负盛名的是位于孔望山南麓的汉代摩崖造像，佛教造像共刻有人像100多个，大的和真人差不多，小的仅有10厘米。有站有坐，有跳有卧，形象丰富，神态各异。经专家鉴定，造像刻于公元170年东汉末年，比筑于建元二年（336）的敦煌莫高窟还要早200年，是我国迄今发现最早的一处佛教摩崖造像，证明海上丝绸之路就早早存在。



地址：海州区盐河南路

主要景点：龙洞庵、象石、汉代摩崖造像石刻群、孔望亭、望海亭、龙洞、石承露盘、杯盘刻石、乘槎亭、孔子望海像等

费用：门票40元

开放时间：7:00-18:00

联系电话：0518-85115167

到达交通：市内乘坐5路、B12路公交车可达

周边顺道游：海州古城

海州是连云港的源头、发端与起点。海州古城坐落于锦屏山山脚下，有2000多年的历史，近代曾在战火和地震中消失殆尽。1991年，连云港海州区重建了海州古城，恢复了古街巷、胸阳门、钟鼓楼等景点。沿街楼台错落，画梁雕栋，色彩纷呈，被游人被誉为“苏北的夫子庙”。



丁小娅丫

费用：免费

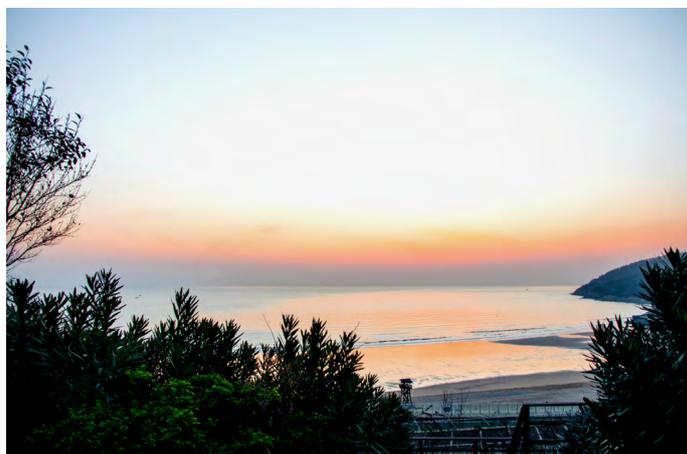
到达交通：游1路公交直达

海岛游

连岛旅游度假区

连岛古称鹰游山，是江苏省最大的海岛。区内著名景点连岛海滨浴场，是江苏省最大的天然优质海滨浴场。

连岛山势曲折，峰连岭涌，山青树碧，俨然一座美丽的海上屏风。其东为东连岛，渔户数百家，掩映在山坞翠色中；其西为西连岛，有渔村数座，环山高下，重叠而居。海岛南面的中部有渡口。



HannahZhao 摄影师 连岛日出



连岛海滨浴场

这里有汇萃青山、碧海、金滩、茂林、奇石于一体的海滨胜境—苏马湾生态园；享受卧床听涛、推窗望海渔家乐趣的渔村之旅；位居神州第一、如虹横卧天堑的拦海巨堤；饱经沧桑岁月、诉说汉代文明的海上界域石刻；孤悬海外、物产丰饶堪称鸟岛的前三岛。

地址：连云区连岛旅游度假区

网址：<http://www.lygld.cn/>

到达交通：市内乘坐 33 路、游 1 路公交车至终点站即到

连岛海滨浴场

连岛上最有名的要算是海滨浴场，它是江苏省最大的天然优质海滨浴场，主要由大沙湾浴场和苏马湾浴场两部分组成。海湾集山、海、林、石、滩及人文景观于一体。金滩碧海，风和浪柔，是连云港沐浴大海、尝海鲜、度假观光的避暑胜地，也是开展水上运动、水上娱乐的绝佳去处。

费用：旺季 50 元，淡季 30 元

开放时间：8:00-19:00

“连云港之夏”节庆活动

每年 7-8 月连云港都举办“连云港之夏”旅游节庆活动。期间，连岛将举办形式多样、观赏性强的沙滩、海上、空中游乐活动。白天有摩托艇大赛，俄罗斯歌舞表演，沙滩时装模特表演，高空飞车表演等；夜晚有“海港之夜”游海活动和连云港之夏纳凉晚会，热闹非凡。



美食/住宿：浴场周边有各种海鲜排档均可品尝连云港特色美食，价格较市区稍贵，一般人均 50-100 元。连岛上有很多公寓式或者是度假村的宾馆，面朝大海。

前三岛

前三岛乃云台山主脉伸进海中的岛礁，主要由平山岛、达山岛和车牛山岛三个岛屿组成。其鼎足而立、孤悬海上，有“传闻海上有仙山，山在虚无缥缈间”之说，《西游记》中也曾提到“花果山‘乃三岛之来龙’”。



前三岛有悠久的历史，在此发掘出的旧石器晚期文化遗存，填补了太平洋西岸岛屿旧石器时期的考古空白。这里自然优美，物产丰饶，三岛在海中如三星错落，最胜海景为“看日出扶桑，观海市三岛”；盛产多种海珍品如海参、鲍鱼、扇贝等，是著名的海州湾渔场。作为候鸟迁徙的中间站，春秋时节岛上大量候鸟栖息，蔚为壮观，是观鸟、海钓、看日出的绝佳去处。

到达交通：连岛游船码头乘船可达（旺季）

秦山岛景区

秦山岛是古羽山的组成部分，其历史最早可追溯至东夷部落的少昊国，夷昊人以山形称此岛为“奶奶山”，另有传说系颛顼大帝抛神琴于此而称之为“琴山”。岛上名胜众多，有千年古亭、李斯碑、徐福井、秦东门等景点，其中秦东门高达10余米，蔚为壮观，素来享有“秦山古岛，黄海仙境”的称谓。



岛上名胜有“三绝”（即神路、将军石、海市蜃楼）与“三奇”（即郎君子、仆马藤、相思豆），其中神路、海市蜃楼更是被誉为“华夏之绝”。岛上自然资源丰富，四季分明、风景如画，四周海域盛产100余种海洋产品，是黄海中不可多得的一座天然宝库。

费用：120元（包含门票及来回船票）

联系电话：0518—86310999

到达交通：赣榆区公交2路车或青口-柘汪专线

文化游

连云港港口小镇

连云港港口是一个终年不冻良港，是新欧亚大陆桥东桥头堡。连云港古称“牢窰”，是古代犯人充军的边陲。到本世纪初，这里还是一片大自然的王国。1908年，光绪末年的邮传部侍郎、宣统二年的吏部右侍郎、海州人沈云霏提议兴办陇海铁路。1925年，铁路通到连云港境内。辛亥革命后，孙中山先生在《建国方略》中，设想把连云港建成一个可容巨舶的二等港。由于战乱，这一计划未能实施。



葱花芥子酱 连云港火车博物馆

连云火车站建于1933年，其钟楼是陇海铁路东端终点的标志。钟楼在连云港港口临海矗立，高37米，下方上圆，上部四壁镶嵌着四只大钟，昼夜不停地用优美的音乐和清亮的钟声向人们报告着时间。

连云老街仍充满老味道，青石街道和法国梧桐总能带来一丝怀旧感和小清新，沿街漫步，可细细寻遍连云市政厅、十三道房、果城里、人民大剧院等老建筑。

作为新欧亚大陆桥的起点，你可以在货运码头找到“东方桥头堡”标志之一的桥头堡雕塑。除此之外，310国道0公里标志牌也在这里，对于执着于在连霍高速骑行或自驾的旅人来说，也有特别的意义。

地址：连云港连云区

费用：免费

开放时间：全天开放

到达交通：31、34、b13 路远洋楼站

连云港市博物馆

连云港市博物馆成立于 1973 年，是地方综合性博物馆，收藏各类文物一万余件。2006 年 7 月新馆建成并对外开放，集中展现连云港地区上迄旧石器时代，下至明清时期悠久灿烂的历史文化。镇馆之宝是海州双龙汉墓发掘的保存完好的千年不腐女尸，足以与长沙马王堆媲美。另一件镇馆之宝是历史文化展厅的汉黄玉猪，博物馆还有水晶矿石厅、西游记文化厅等。



水天 连云港市博物馆

费用：免费

开放时间：夏 9:00-17:00，冬 9:00-16:00，周一闭馆

联系电话：0518—85681748

到达交通：位于市政府对面，乘坐 B12 路、6 路到市政府站下车

连云港市革命纪念馆

连云港市革命纪念馆是国内规模较大的市级综合类革命纪念馆、江苏省爱国主义教育基地、江苏省德育教育基地。

纪念馆通过层次丰富、生动起伏的布展，运用声、光、电等先进技术，生动翔实的再现了连云港宏伟壮丽的革命历史，讴歌了连云港人民不畏险阻、一往无前的革命精神，是雄伟、庄严、富有时代风格和传统特色的宣传教育基地。

主要景点：基本陈列展、“陇海公寓”复原、国防园、各类专题展览、老电影欣赏、红色旅游文化展示中心等

费用：免费

开放时间：9:00-16:30，中午不闭馆。每周二至周日开馆，周一闭馆。

联系电话：0518-85820290

到达交通：位于市政府对面，3 路、116 路、B12 路、19 路等多路公交车可达

二郎神文化遗迹公园

二郎神文化遗迹公园地处灌南县五龙口的灌河河口，据说《西游记》里的二郎神曾驻守灌江（今灌河），大战孙悟空便发生在此。该园现已成为国内二郎神文化传承展示基地，是苏北鲁南地区最大的道教场所，亦是“淮海西游文化旅游圈”的重要景区。

公园追寻形神兼备的二郎真君、《西游记》作者吴承恩祖居故里的历史渊源，以仿唐古建筑为特色，以弘扬“孝”文化为主题，以湿地保护、休闲游乐、生态体验为重点，将二郎神与灌南文化串连打造成为真实景区，吸引了四面八方的游客前来探奇寻古。



主要景点：真君殿、慈孝阁、斩蛟台、文展中心、二圣斗变园等。

费用：30 元

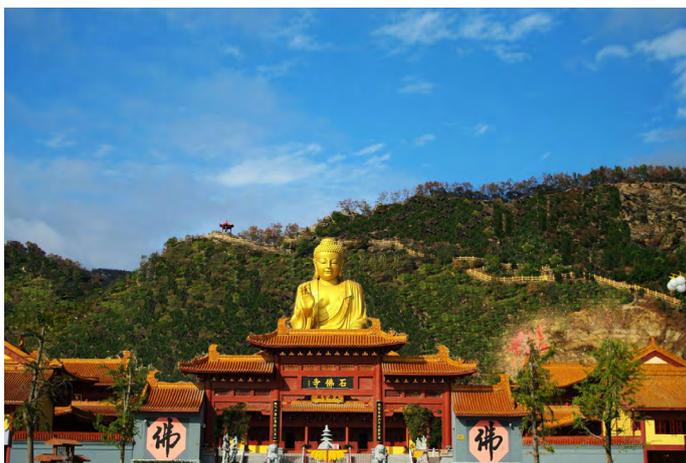
开放时间：08:30-17:30

联系电话：0518-83222501

到达交通：海州区客运南站乘坐灌南专线再转至新安镇即达

大伊山景区

大伊山又称大夷山，为东夷九族大夷即太昊族的所在地，距今约 20 亿年历史，因商朝宰相伊尹在此隐居而得名，素有“淮北平川第一神山”之称，是国家 AAAA 级旅游景区。自古就有“十里青山半入城”之美誉，历史悠久、文化璀璨，自然景观和人文景观丰富，具有“幽古神奇”四大特点。



以石为景是大伊山的一大特色，东麓有全国规模最大的新石器时代石棺墓葬群，距今约有 6500 多年的历史，是国家一级重点文物保护单位，也是目前我国发现最早、保存最为完好的新石器时代遗址。“云台和尚伊山庙，僧道寺观胜苏州”，其历来是寻仙求道的洞天福地，是苏北乃至鲁南地区宗教最为发达的地区，宗教文化活动遗址众多，古刹石佛寺就是其中的典型代表。此外，石刻、石像、石洞、石墙、石岩画等遗迹更是遍布山间，成为大伊山景观的主要特色。

主要景点：石棺墓遗址、石佛寺、星象石、蛙石、元代梅鹿石岩画、海船石岩画、白云洞、神仙洞等。

费用：60 元

开放时间：08:00-17:00

联系电话：0518-85085582

到达交通：灌云县城转乘 2、6、8 路公交车可达

抗日山景区

抗日山原名马鞍山，是我国第一座也是唯一一座以抗日命名的山，素有“中国抗日第一山”之美誉。现为“全国重点烈士纪念建筑物保护单位”、“全国青少年爱国主义教育基地”、“全国红色旅游重点景区”，并入选国家级抗战遗址名录，是全国三十条红色旅游精品线路之一。



主体景观抗日山烈士陵园依山而建，气势恢弘，巍巍壮观，是一座由血肉和信仰铸就的丰碑。与之毗邻的夹谷山观光农业园区，作为国家 AAA 级旅游景区，是一座集农业观光、果蔬采摘、生态休闲、和平教育、军事体验于一体的“红绿经典”农业园区。

主要景点：抗日烈士纪念塔、纪念碑、碑廊、国防园、盆景园、马鞍山、景观亭、神龟泉等。

费用：免费

开放时间：08:00-17:00

联系电话：0518-86558000

到达交通：赣榆区转乘至班庄镇的客车可达

温泉游

东海温泉、水晶城

东海温泉属氟硅复合型医疗热矿水，是中国难得的返老还童泉，被誉为“华东第一温泉”。泉水常年自流，井口水温高达 82℃，水质透明滑润，富含钙、钠、钾、锌、氟等 30 多种对人体有益的矿物质和微量元素，既可浴疗又可饮疗，健身祛病，效果神奇，实属医疗名泉之上品。

东海水晶甲天下，是世界天然水晶原料集散地，以蕴藏量大、质地纯正而著称于世，并入选为 20 个“江苏符号”之一。东海被誉为“中国水晶之都”，蕴含着全国近 1/2 的水晶储量，世界水晶之王、毛泽东主席水晶棺取材等均出自于此。这里不仅有优秀的水晶矿，其特殊的地质演变还造就了世界稀有的蓝晶石矿、红宝石矿、黄金、钻石等珍贵矿藏。



费用：各温泉酒店提供不同价位服务

开放时间：全天

联系电话：0518-87842001

到达交通：东海县乘坐温泉镇公交车即达，水晶城在东海县中华北路 1 号

乡村生态游

青松岭森林公园

青松岭森林公园是全国农业旅游示范点、省级自驾游基地，也是连云港市首家省五星级乡村旅游区。

该园依附丰富的植被资源和野生动物资源，按照原生态标准打造了珍稀植物园、万亩金银花基地、熏衣草基地、露营基地、拓展训练基地等景点，成为集观林地风光、品山珍野味、尝生态鲜果、享绿野之乐的休闲度假胜地。园区内的青松林温泉，属千万年前花岗岩断层深循环水，水质特别清澈，井深 2001 米，温度 43℃，富含 60 多种对人体有益的微量元素和矿物质，为新发掘的优质罕见医疗温泉。



主要景点: 猎趣园、珍稀植物园、长寿泉、情人谷、滑草场、钓鱼台、薰衣草园、野外拓展训练基地等。

地址: 东海县李埏生态旅游度假区内

费用: 50 元

开放时间: 09:00-24:00 (温泉)

联系电话: 0518-87832288, 0518-87027007

伊甸园

伊甸园位于灌云县城以东的伊山镇境内, 涉及七里松、川星、向阳三个行政村, 占地 8000 亩。距离县城约 3.5 公里, 距离苏北第一神山大伊山不到 5 公里。新 204 国道、连镇高铁线和杨陡线从景区中间穿越, 周边交通十分便利。伊甸园以赏花、采摘、农家乐等为主要特色, 是江苏省四星级乡村旅游区。



主要看点: 百花园、百果园、采摘园、伊甸广场、童话小镇、美丽乡村、农家乐等核心区域。

费用: 淡季 20 元、旺季 (4 月 -6 月) 60 元

联系电话: 0518-88995066

到达交通: 海州区汽车南站到灌云县城转白蚬、杨集公交车伊甸园站下车即可

潮河湾生态园

潮河湾位于灌云县沂北乡境内, 南至新沂河北堤, 北与 204 国道相接, 长 3 公里, 河面平均宽约 180m, 最宽处达 200 多米。该河道的形成历史悠久, 属海潮百年冲刷而成, 且呈“S”弯状的自然河流, 故而得名。

潮河湾生态园濒临潮河湾, 分综合服务区、果园岛、家园岛、农耕岛、花木岛、垂钓岛、水上运动区、观赏区、休闲区、度假区等“四区六岛”。生态园以“自然、生态、野趣”为主题, 以亲水为主线, 以休闲为目的, 以生态为基础, 努力突显“住农家屋、吃农家饭、干农家活、享农家乐、生态旅游、乡土风情”的地方特色。



地址: 灌云县沂北乡元兴村三组

联系电话: 0518-88711701

到达交通: 沿海高速灌云东出口向西约 8 分钟车程或从县城乘坐伊山 - 通榆专线车即可。



连云港旅游年票

- 连云港市旅游年票经连云港市人民政府批准发行, 分为 A 版和 B 版, A 版面向本地市民、学生、在连工作及居住人员发行, 88 元 / 人; B 版面向外地市民发行, 168 元 / 人。年票持有人可不限次数游览纳入旅游年票的景点 (只含景区第一门票)。
- 目前纳入年票的旅游景区 (点) 为: 花果山风景区、连岛海滨旅游度假区、渔湾风景区、大伊山风景区、海上云台山风景区、二郎神文化遗迹公园、潮河湾风景区、枫树湾风景区、保驾山风景区、船山飞瀑风景区、孔望山风景区、石棚山风景区、桃花涧风景区、东磊风景区、孔雀沟景区、云龙涧景区。
- 咨询电话: 0518-81887111

美食

连云港菜肴以淮扬菜和海鲜为主，在这里一年四季都有海鲜名菜，让人百吃不厌。此外，酥脆爽口、风味独特的荷花铁雀、当地名菜板栗烧鸡及山野风味的炒头脯等也都是风味独特的佳肴。

美味海鲜



铜蟹

又名梭子蟹，一只蟹重一斤以上，满壳蟹黄，味香嫩鲜。春季最肥，夏季少而瘦，秋季稍转肥。当季吃蟹，肉肥味美，具有较高的营养价值。



虾蛄

俗称虾婆婆，食用的最佳月份为每年的四到六月间，以椒盐和清蒸为主。虾蛄营养丰富，对身体虚弱以及病后需要调养的人是极好的食物。



对虾

连云港市盛产东方对虾和羊毛虾。东方对虾皮薄色青，白色明净，为海中珍品之一；羊毛虾又名周氏新对虾，可以煮熟晒干成“米”，色为桔红，形似金钩，炒菜、烧汤均佳。



小黄鱼

黄鱼含有丰富的蛋白质、矿物质和维生素，对人体有很好的补益作用，对体质虚弱和中老年人来说，食用黄鱼会收到很好的食疗效果。



刺参

又名沙参，在海参中最为贵重。连云港的刺参为黄褐色，身上有大刺、小刺各四排。刺参营养价值极高，还含有人体所需的胱氨酸、精氨酸等。



鲳鱼

鲳鱼刺软而少、肉味鲜美，清蒸、红烧皆可，既可鲜食，又可腌藏，制成“糟鲳鱼”，鱼骨酥滑似无，滋味特佳，诚佐酒下饭之妙品。



加吉鱼

是海州湾的名贵经济鱼类，学名真鲷，鱼群多活动于前三岛一带。加吉鱼肉嫩味鲜，民间素有“加吉头，马鲛居，鳎鱼肚皮唇唇嘴”之说。加吉鱼又因身形优美，色彩吉庆，常被人们捧上喜宴席。



沙光鱼

沙光鱼头大嘴大，贪食小鱼、小虾、沙蚕之类。沙光鱼肉细嫩，味鲜美，既可红烧，又可做汤，素有“十月沙光赛羊汤”的民谚。



花蛤

花蛤是当地海鲜市场上常见的贝壳类海产品，是中国四大养殖贝类之一。食之味美十足，口舌生津。



海蜇

酥脆的海蜇需要配上清香的调味料才会好吃，将青葱在热芝麻油里过一下，制成散发浓郁香味的葱油，用葱油拌上海蜇作开胃菜，味道绝佳。



海带

连云港市人工养殖海带已有40余年历史，连云港海带含有各种有机物和18种氨基酸，有较高营养价值。

地方名菜



板栗烧鸡

连云港云台板栗和当地土鸡烧制，高蛋白低脂肪，营养价值高，食用可以补脾胃、强筋骨、止腹泻。



炒头脯

炒头脯系用白果、栗子等配料，加酱油、糖、醋等调料，炒制铁雀，颇具山野风味。



醋熘鳊鱼

淮扬宗师丁万谷先生的代表作。鳊鱼有果子酱风味，酸甜适口，骨酥肉松，利用“锅红—油泼—滋汁”工艺制作，滋汁趁热浇在热鱼上，醋香味四溢，鱼肉、鱼骨皆入味。



脆皮文蛤

文蛤是南黄海滩涂特有的海鲜，有“天下第一鲜”的美誉。脆皮文蛤采用上等原料：文蛤、鸡蛋、脆皮糊，并辅以独特调味配方制作而成，肉质细嫩、味道鲜美，酥鲜适宜。



风鹅

风鹅是连云港花果山特产，相传为中华美食鼻祖——商朝宰相伊尹隐居花果山下所密制。采用绿色鹅源，运用风鹅低盐嫩化技术，经过63道工序精致加工而成，皮薄肉嫩、腊香可口。



灌云豆丹

灌云豆丹作为天然有机食品，是连云港地区最具代表性的地方特色菜肴之一，被誉为“国内少有，苏北仅有，灌云特有”的美味珍品。豆丹含有不饱和



脂肪酸、维生素及人体必须的多种氨基酸，还有降低胆固醇，防止高血压及动脉硬化，治疗胃病有特殊功效，其锌含量甚至超过了海产牡蛎，具有滋阴补肾，强身健体，滋润肌肤，预防心血管疾病等功效。



锅塌鲈鱼

锅塌鲈鱼以海产鲈鱼制成，颜色金黄，双头两尾，无骨刺，食用方便。



荷花铁雀

铁雀是连云港市特产，将其炸至外焦脆、里鲜嫩，浇上糖醋汁，即成，风味独特，酥脆爽口。



红烧鳊鱼

鳊鱼又叫桂鱼，我国四大淡水鱼之一，肉质细嫩，肉多刺少，味道鲜美。



酒醉螃蟹

酒醉螃蟹系由海螃蟹辅以熟制花椒、酒等制成，气味芳香，肉嫩可口，加醋、生姜米，诚为佐酒佳品。



奶汤鱼皮

选用连云港海口白河鱼皮，配以火腿、冬菇、虾仁、兰笋等料，加鸡汤烧制而成，虾仁盖在汤面。此菜汤浓肉嫩，十分可口。



烹虾段

虾营养丰富，且肉质松软，易消化，对身体虚弱以及病后需要调养的人是极好的食物。



清蒸甲鱼

连云港盛产甲鱼，除野生甲鱼较多外，还人工饲养甲鱼，产量颇丰。甲鱼清蒸为好，味鲜美、营养丰富，有清热养阴，平肝熄风，软坚散结的效果。



清蒸鳗鱼

连云港市东海县鳗鱼养殖已有多年历史。清蒸鳗鱼是将鳗鱼用保鲜膜包好入笼蒸8-10分钟，取出放上葱姜丝，浇上热油即成。



砂锅炖驴肉

砂锅炖驴肉制作讲究，很有特色。而驴肉的营养成分也很高，含有蛋白质、钙、磷、铁等，是烹制菜肴的上好原料。



蟹黄煨鱼肚

蟹黄煨鱼肚系以海产米鱼肚，配以净蟹黄熟鸡片、青菜心、兰笋等料，加浓鸡汤烹制而成，肉鲜汤美。

特色小吃



板浦凉粉

连云港的凉粉种类很多，有豌豆粉、绿豆粉、山芋粉等。凉粉的吃法有热吃、冷吃两种。热吃是把凉粉放在烧热的平底油锅上略煎，等底部有一层焦黄的皮后取出切块食用。冷吃即将凉粉直接食用。



小武凉皮

连云港有名的小吃，有凉皮、凉面、牛筋面，可以要求三种混合，有香辣口味、糖醋口味，味道十分可口。



板浦小脆饼

采用传承了三百多年的特色技艺，用上等面粉、白砂糖、精炼大豆油和精选芝麻为原料，制成五厘米见方、一厘米厚的饼块，放入炉内烘烤。成品就变得“松、酥、脆、甜、香”。干吃酥、脆；泡吃顺、爽。老少皆宜，且便于保存和携带，深受人们的喜爱。



赣榆煎饼

赣榆煎饼历史悠久，有史料记载，早在秦汉时期，连云港赣榆区当地人就开始吃一种名叫煎饼的干粮。因为其使用的原料广泛，又容易储存、可充饥，因此备受赣榆人民的喜爱。

推荐餐厅

美味斋龙虾城

龙虾最有名，地锅鸡、煎凉粉、鱼汤锅贴等各种特色连云港家常菜足以让你饱尝一顿。

地址：新浦区解放中路128号

香园饭店

连云港口碑不错的一个家常菜馆，糖醋里脊、鱼香茄子、干煸鸡、家常豆腐等都是那首菜，而且经济实惠。

地址：新浦区南小区健康路80号楼

小武凉皮

凉皮是连云港的特色美食，连云港街上也就不乏凉皮店，到连云港一定尝尝。

地址：新浦区海连路

祥和豆腐卷

老街巷里的连云港老字号小吃，豆腐卷酥脆可口，是当地人喜欢的早餐。

地址：新浦市民路65号

美食街区

东盐河美食水岸

东盐河美食水岸全长 1.6 公里，是一条集观光游览和茶吧、酒吧、餐饮、大型高级购物中心为一体的休闲美食街区。河景相伴，美食当道。“美食水岸”紧靠东盐河，将盐河美景尽收眼底，精心打造出来的美食街汇集众多美食，让您在欣赏美景的同时，感受美食的魅力。



地址：海州区凌州东路与科苑路交叉路口以南，东盐河以西

交通：市区乘坐 BRT 快速公交至凌州广场站，往东步行 100 米

西墅湾美食街

西墅湾美食街位于连云新城商务中心区东部水岸，整体建筑面积 3.7 万平方米，是以新颖理念、新型设计和新式形态建成的集休闲、娱乐、餐饮于一体的新型综合性商业街区。美食街定位为“大众餐饮、海鲜品牌”，坐拥新城黄金地段，独享天然湖景，并配有 3000 平方米的音乐喷泉广场，突出“滨海、环湖”的生态特色。



地址：连云新城商务中心区纵七路以东，金海大道以南，云湖路以北

交通：市区乘坐 30 路公交车至光伸国际站

墟沟海鲜美食城

墟沟海鲜美食城，位于连云港市连云区，前身为墟沟海鲜美食街，创办于 1998 年。墟沟海鲜美食城成功举办了多届海鲜文化美食节，评选出了“连云港十大海鲜特色菜肴”，先后获得“中国海

鲜美食名城”、“诚信经营示范企业”、“连云港特色旅游街区”等殊荣。



地址：连云港连云区海棠中路 39 号

交通：市区乘坐快速公交 b1z 路，在墟沟购物中心站下

悦来集美食街

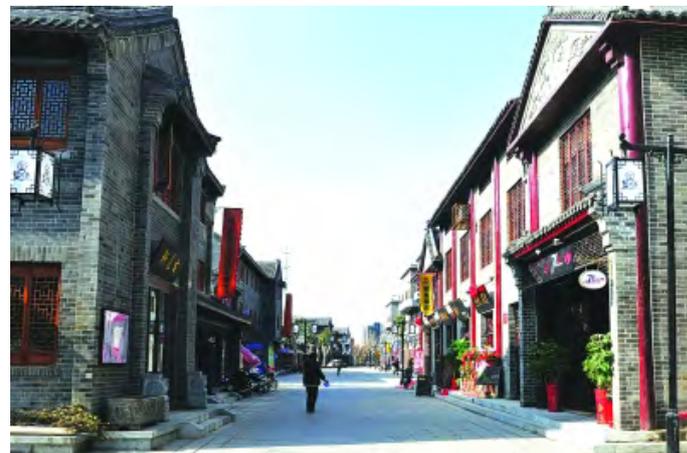
悦来集美食街，地处灌南县城繁华街区，南北走向，建筑面积达 2.4 万平方米，建筑美观古朴，酒家茶楼依水而建，环境优美，风格独具。目前已有 59 家中大型餐饮及休闲、娱乐企业入驻经营，各大菜系、各式风味小吃应有尽有，已成为集餐饮、休闲、娱乐于一体的“美食天堂”。

地址：连云港市灌南县城

交通：新浦客运南站乘坐灌南专线

盐河巷历史文化街区

盐河巷历史文化街区整体建筑仿明清风格，位于陇海步行街女人街与新浦公园之间，以古玩、字画、时尚餐饮为主要业态，全长 440 米，建筑面积 7000 多平方米，打通新浦公园北墙，与公园融为一体。古街北侧积极打造中华名小吃街，游人可以在那里进行交流、休闲娱乐，还能尽情地品味各地特色小吃。



地址：江苏省连云港市海州区南极北路 62 号

交通：3、15、17、游 2 等公交直达

购物

连云港东海县是我国水晶的重要产区，素有“水晶之乡”之称，这里制成的水晶雕、水晶项链、戒指、饰件、眼镜、水晶球等工艺品、实用品，已成为连云港旅游购物之首选。连云港市内以海产品丰富，东方对虾、羊毛虾、梭子蟹最具当地特色。新鲜海产带鱼、比目鱼、鲭鱼、鲤鱼、马鲛鱼、章鱼等，干海产虾米、虾皮、籽乌、乌干、海参、海蜇、紫菜、海带、贝类等，四季皆供应，价格合理。此外，作为经济发达的沿海工业城市，这里还拥有着众多企业，生产有玻璃工艺品、贝雕画、柳制品、白葡萄酒、地毯等特色旅游产品。

特产



虾酱

连云港渔民制作虾酱的历史悠久，“一碟虾酱两根葱，一块煎饼二两酒”是赣榆沿海乡村最流行的吃法。这里制作的虾酱用料、质地、口感都属于上乘，“老海边”牌麻虾酱等品牌的知名度也最高。



灌云大糕

又名“玉带糕”，民间称“桂片糕”，糕片白如雪，柔如云，卷得起，放得开，上口香甜、滋润细软、营养丰富、老幼皆宜，是节庆假日和馈赠亲友的必不可少的上等食品。

葛根粉

连云港葛藤粉洁白细腻，温水调匀，开水冲熟，粘稠，呈半透明状，令人望而生津。葛藤粉含有葛根素、葛根素木糖、大豆黄酮、花生酸等，有解热和降低血糖、化痰生津功能，冲服可治烦热、口渴、喉痹等症。葛藤的根及其粉、花还是解酒良药。葛藤粉被视为珍贵药用补品，远销全国各地。



山楂酒



山楂酒是连云港酒类食品中一大特色，它采用当地特产——上等的鲜山楂发酵酿造而成。酒呈宝石红色，酒香浓郁，酒味醇厚，含有多种维生素和有机酸。山楂酒不仅口味颇佳，而且有降脂、降压、消胀健胃之功效，为佐餐、保健之佳品。

桃林酒



产自东海的桃林镇，始酿于北宋，历史悠久，口感绵甜爽口，据传曾出现在《水浒传》中，适量饮用可以提神醒脑，舒筋活血，振奋精神。

云雾茶



云雾茶，是连云港市特产，历史悠久，品质优良。以其条索紧圆、形状似眉、锋苗挺秀、润绿显毫、香高持久、滋味鲜浓、汤色清明、叶底匀整之特具品格，被誉为江苏省三大名茶之一。云雾茶富含茶碱、茶丹宁、维生素。饮用云雾茶，可以提神解渴、消暑利尿、消胀、去腻降压、消除疲劳、增进记忆。



黄川草莓

果形饱满、端正，果粒大小均匀，果面新鲜洁净、光泽亮丽，果实肉质细软致密、鲜嫩多汁，香甜可口。

石梁河葡萄



石梁河镇地处东海县北部，素有“苏北吐鲁番”美誉，葡萄种植历史悠久，被省农林厅评为“江苏省模范果园”，被市政府授予“葡萄之乡”、“果品之乡”称号。



谢湖大樱桃

“谢湖牌大樱桃”被农业部认证为农产品地理标志、江苏省名牌农产品、江苏省著名商标。厉庄镇被农业部评为中国大樱桃之乡。1998年，谢湖牌大樱桃荣获省优质水果金杯奖。



云台板栗

连云港市云台山特产板栗，为“红林3号”，通称山栗子。因其世代生于云台仙境，下有肥土甜水哺育，上得云雾雨露滋润，肉实饱满，生吃脆嫩香甜，满口生津；熟吃又甜又沙，香溢口外。栗子烧仔鸡，更是席间一道美菜。

旅游商品

水晶

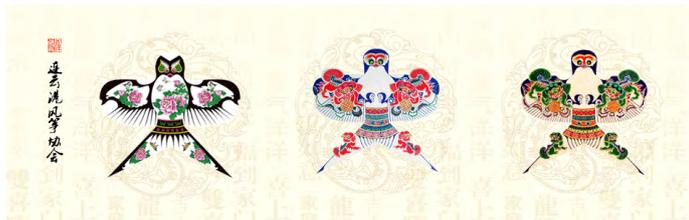
连云港市东海县是中国的“水晶之乡”。这里水晶以白色为主，也有烟、茶、黄、粉红和紫等诸色。晶体内含有毛发状的称“发晶”，含草木状的称“草木晶”，含水珠的称“水胆晶”。

除众多自然天成的水晶观赏石以外，水晶制品也很出名。如精卫填海、送子观音等神话人物，又有奔马、拓荒牛等摆件；既有水晶酒具、眼镜等实用品，也有水晶项链、胸花、戒指等装饰品。（见下图）

风筝

“风筝”又叫“纸鸢”、“纸鸢”，连云港市的风筝以海州地区为最。其用料考究，风筝的轮廓用芦苇、竹片做成，以细麻捻子扣扎。风筝骨要选用新竹篾，横竖加两道撑子，才不会被风刮折。糊风筝的纸多选用薄而韧的毛边纸或白棉纸。风筝线用棉绳或苕麻手工搓成。





风筝式样名目繁多，八角子、套角、小白果、花蝴蝶、蜻蜓、蜈蚣等造型各具特色。更有八角九穿林风筝，三四米高，上留8个风窗，拴上风葫芦或哨子，

剪纸

在古海州，剪纸曾一度是姑娘、媳妇们的拿手好戏，逢年过节剪上几幅窗花，婚嫁剪个喜花、鸳鸯戏水表示祝福……如今的连云港剪纸仍为工艺美术的一枝奇葩，技艺工整，造型简练，内容朴实。整个纹样协调和谐，具有“花中有花，题中有题，粗中有细，拙中见灵”的特色。产品有人物、花鸟、鱼虫等，喜花是其代表作。



黑陶

赣榆黑陶使用的原料很讲究，以黄海油脂层与云台山泥土混合沉淀形成的海脂层泥土添加少量传统配料，经手工淘洗、拉坯、晾晒、修整、压光、雕绘等工艺，采用独特的“封窑熏烟渗碳”方法烧制而成。成品具有黑如漆、明如镜、硬如瓷、声如磬四大特色，其制作之精致、造型之优美被中外史学家成为“原始文化的瑰宝”2011年5月，赣榆黑陶制作技艺被列入“江苏省非物质文化遗产”。



草编

上溯百年，巴黎“万国博览会”上连云港市赣榆县的麦秸团扇，以其不同凡响的奇巧构思获得三等奖，彻底风光了一回。草编工艺品是连云港工艺美术的拳头产品之一，目前连云港市有数万人从事草编加工。

人们还采用草柳混编、柳纸混编、柳瓷结构等方法，生产篮、筐、花盆、花架、工艺装饰品等高档工艺品，因其编织精巧而畅销海外。



石雕

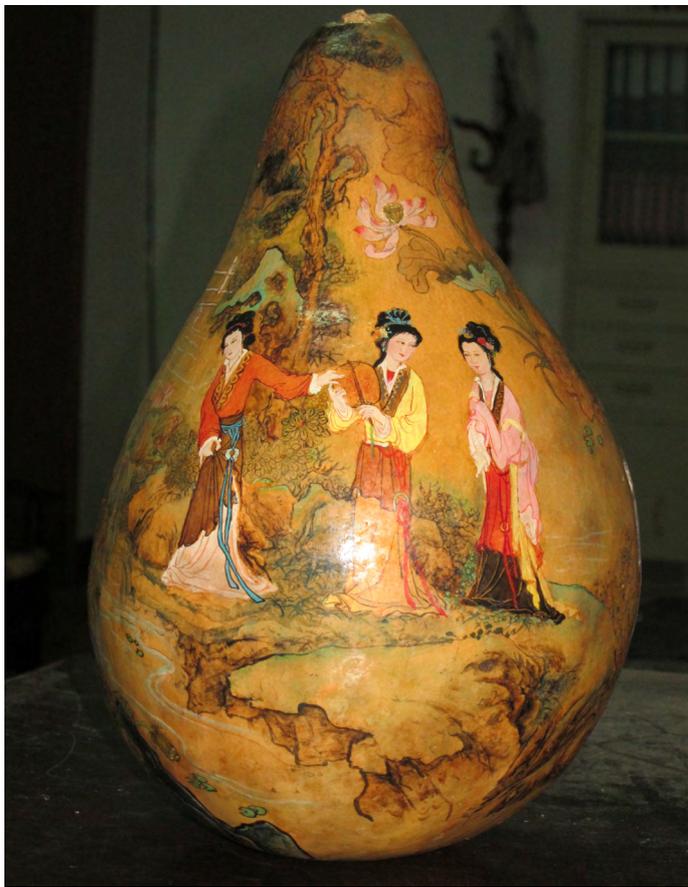
连云港花岗岩、大理石蕴量大，有50亿立方米。石材资源丰富，为工匠们精雕细琢提供了用武之地。石料的色彩黑、白、烟、赭诸色为工匠们的艺术构思拓展了表现机会。海州古城秦东门的人群雕，赣榆县城12米高的徐福雕像，都是他们的杰作。石狮、石灯笼、仕女、龟、宝塔、雪砚、石屏风、多种人物造型及小工艺品，大到数吨重，小的只有几十克，品种繁多。雕刻手法有立体、半立体、浮雕和浅雕四种，可以根据客户不同要求按图制作。连云港的石雕艺术品大多销往海外，最受日本和港澳台居民的欢迎。



葫芦画

我国民间，葫芦素有“宝葫芦”的美誉，葫芦一直被视为吉祥物，在葫芦上刻画和装饰的艺术称为“葫艺”。葫芦画源于宋代，兴盛于清朝。葫芦画成品一般要经过选材、刮皮、泡洗、蒸、擦洗、审图、打稿、烙画、研花等十几道工序，每一道工序都至关重要。

连云港市葫芦画著名创作者有全市葫芦压画技艺代表性传承人纪光辉、2010 连云港玉兰花奖首届工艺美术精品大奖赛金奖得主曹海琪等。



曹海琪葫芦画作品

购物点

连云港的购物繁华地主要集中在海州区的解放路、陇海步行街和通灌路等地。在此处基本上就能将连云港的特产一网打尽。

连云港商业较为发达的地方主要集中在市中心海州区，此区域内有花果山、孔望山、渔湾等众多景区，对于汽车前往周边城市进行串联游的游客来说，可以停留此处，买些特产。连云区也是商业较为发达的一个区域，此处是前往连岛的一个必经之地，购物场所云集，除此之外，如果购买水晶制品，东海县的中国东海水晶城是不二选择；买海产品的话，最好到连云港市内的批发市场。

市中心购物集中点

市中心商圈是连云港最具人气的繁华商圈，其核心由三横（解放路、陇海步行街、海连路）和两纵（海昌路、通灌路）构成，这几条东西汇聚的街道上汇集了大型商场、专卖店、特产店、超市等，最值得一提的是陇海商业街，它是在原陇海铁路遗址上兴建起来，分为东、中、西三部分，东街侧重于海滨风格，中街侧重于简欧

风格，西街为现代园林风格。随意逛逛也能买到当地旅游特色产品，如雕画、云雾茶等，不过价格上稍贵。

代表商场 / 步行街：万润商业街（21、25 万润商业街站）、陇海商业街、地一大道淘宝街、中央百货商场（解放中路 56 号，7、203 百货大楼站）、远东国际购物广场（海昌北路 101 号，2、12、12、23 路档案局站）

到达交通：8、9、15、20、21、22、116、203 步行街东站到达均在附近。

海滨度假区购物集中点

连云区墟沟的中华路、海棠路、栖霞路步行街一带是购物的好去处，其中海棠路步行街是最具代表的一条商业街，这条街上，不仅汇集了众多美食，是连云港有名的美食街，海棠中路上还有诸如东盛购物广场、家得福生活购物中心（海棠中路 39-6，30 路警备区）、东源购物中心（海棠中路 28 号）等，如果购买服装，吃些小吃，可以去和海棠中路相连的栖霞路步行街（30、32 路新港学校站），这也是连云区人气很旺的一条步行街。因为靠海较近，主要还是以购买海产品为主，墟沟海鲜农贸市场（见同页餐饮 - 其他选择）和海鲜一条街，前者是相当于菜市场。（从墟沟唯一的 BRT 站台向北直走再左拐入栖霞路步行街即到）。虾婆 50-60 元一斤、蛭子 / 缢蛭 20-30 元一斤、蚬子 5-15 元一斤、马刀鱼 15-20 元一斤、鱿鱼 15-30 元一斤、海滨浴场旁就有工艺品一条街，种类多，建议多走几家多比较价格。

到达交通：31、35、39、113、游 1 路，游 3 路墟沟购物中心站。

其他购物点

如果是冲着连云港的水晶制品来的，那就一定要去东海县的东海国际水晶珠宝城了，号称是全国最大的水晶交易市场，琳琅满目的水晶制品一定能让你挑到眼花，当然价格相差也悬殊，最好拉上当地人，或者是懂行的人一道前往。

地址：东海县东海县迎宾大道 2 号（近奔牛广场）

到达交通：东海 3 路水晶城站。

娱乐

连云港市内娱乐活动多样，KTV、咖啡馆、电影院，完全不用担心晚上没有去处，海州区的解放路、通灌路、陇海步行街、万润商业街、幸福南路、连云区墟沟的中华路和海棠路是晚上比较繁华的地方，住在附近可以去逛逛。但是到了连云港，最有特色的自然是大海来个亲密接触。

海滨浴场

连云港海湾有多处海滨浴场，最大的属东西连岛景区的连岛海滨浴场（公交 33 路，票价 2 元），水清沙细，特别夏秋季，这里洗海水澡的游人无数，沙滩上众多的帐篷、太阳伞，鳞次栉比。

位于赣榆县海头镇的海州湾旅游度假区（到赣榆北站，直接坐 2 路公交车直达）把参与、娱乐、趣味融为一体，不仅可以海滩采贝、戏水踏潮、槐林垂钓，也可以游沙滩、吃海鲜、听海涛、扬风帆。

稍小的海滨浴场在墟沟镇，是最初建立的老海滨浴场，离城区最近。

此外，赣榆县的秦山岛（沈海高速赣榆出口——204 国道——242 省道——游客接待中心（苏北第一村—宋口村））上，候鸟遮天蔽日，蔚为壮观，也是猎奇探险的好去处。

海钓

来到连云港，可体会海钓的感觉。连岛是距市区最近最方便的海钓地点，前三岛和秦山岛位于海州湾渔场附近，能钓到更大更多的鱼类，尤其是每年秋冬的鲈鱼。如果你是海钓初学者，可参加当地俱乐部的活动，包船前往鱼类密集的区域。

住宿

连云港的酒店分布广泛，从市中心到景区，均可投宿，奢简由人。连云港市内五星级酒店价格在 600 元以上，三、四星级酒店也大多在 350-480 元之间，经济型酒店多在 230-370 元之间，要注意的是，连云港的酒店受季节影响很大，旺季节假日和周末的住宿价格较平时均有波动，市中心大约上 20%，连岛景区内甚至会翻番，建议旺季提前预订。

市中心住宿

云台宾馆

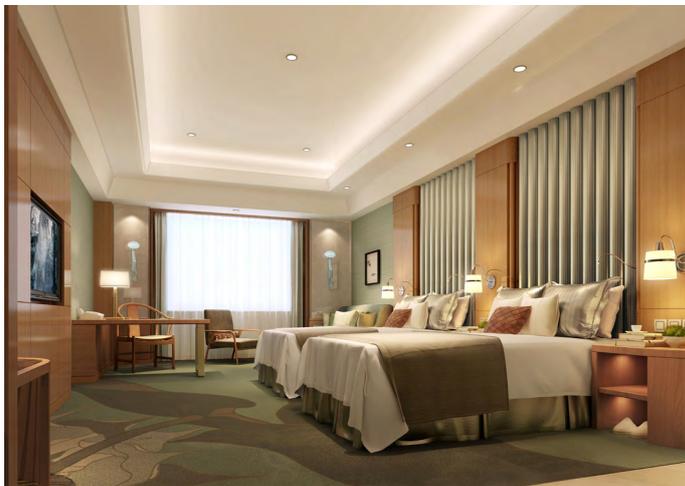
云台宾馆是一家五星级酒店，地处中心城区。宾馆内不仅拥有室内游泳池、室外网球场，而且还设有行政楼层、高空行政酒吧等，毗邻苍梧绿园，风景秀丽，设施齐全，环境怡人。于 2006 年 12 月加入世界金钥匙酒店联盟成为会员酒店。



地址：连云港市海州区苍梧路 27 号（郁洲北路与苍梧路交汇处）
电话：0518-85689999

花果山国际酒店

花果山国际酒店筑建于秀丽的园林之中，水景环绕、功能齐全，是以政务接待为主，兼有商务会议及旅游休闲功能的综合性国际酒店。酒店拥有 515 间客房，包括各类标准客房、商务客房、行政客房、豪华客房套房及总统套房等。大、中、小型会议室可同时容纳 2200 多人参会。



地址：连云港市新海新区花果山大道 98 号
电话：0518-81089999

索菲特酒店

连云港索菲特酒店地处中央商务区苏宁广场主塔楼，周边配套齐全，共计 41 层的建筑融汇了浓厚的法式风格和文化底蕴，彰显了中法文化的优雅艺术品位。酒店拥有 288 间豪华客房及套房，除了 Hermes 高级沐浴用品、“MyBed TM”舒适寝具等高端配置外，酒店从装饰上还大量加入了连云港本地特色元素：大堂墙壁的水晶祥云、公共区域的水晶吊灯、餐厅水晶艺术品等。酒店共有三间餐厅与酒吧：乐轩华中餐厅提供传统淮扬菜、经典

川菜、粤菜和当地海鲜；锦厨西餐厅提供西餐零点及自助餐服务；乐吧大堂吧舒适的沙发和座椅适合商务谈判及午后小憩。



地址：连云港市海州区海连中路7号
电话：0518-85838888

连云区住宿

神州宾馆

连云港神州宾馆是一座四星级豪华涉外酒店，坐落于宋家花园原址上，面临黄海，背依北鹰嘴山，十分钟到达港口，从宾馆经拦海大堤十分钟便来到黄海明珠——连岛旅游度假区。酒店拥有272间（套）客房和风格迥异的中西餐厅、宴会厅，提供淮扬、杭帮、广东等经典菜式，以及时令海鲜、法式大餐等中西佳肴。



地址：连云港市连云区海棠北路215号（龙门路与海棠北路交汇处北侧路西）
电话：0518-82310088

海州湾会议中心

江苏海州湾国际会议中心（连云港）拥有豪华五星级会务度假酒店和独栋私密海滩会所，簇拥天然私家海滩、观海游艇，远眺万亩盐田、生态连岛。夏季拥抱大海放飞心境，冬季户外滑雪泡汤温泉，春秋漫步绿地花海芳香。可承接会务、商旅、度假、婚礼等定制产品。



地址：连云港市连云区区政府西侧
电话：0518-81398888

明珠香榭尔国际大酒店

明珠香榭尔国际大酒店地处连云区的繁华地段，是一家理想商务居停的挂牌四星级酒店。酒店拥有各式套房164间。拥有中、西餐厅、宴会厅，酒店以正宗淮扬菜为主，辅以粤、川、浙、沪等菜肴，美食荟萃，更可使讲究餐食人士大快朵颐。



地址：江苏省连云港市连云区海棠中路36号
电话：0518-82235888

八间房民宿



“八间房”民宿群位于素有“世外桃源”的宿城核心区，背靠海上云台山风景区，集客房、餐饮、品茶、休闲度假为一体。风景秀丽、环境宁静、独立农家庭院，院里有水、水流成溪、小桥错落、

拙瑾有趣。朴素的农家小院，院中各式石凳、石桌、石墙、石路各类木质品无不展示山中特色民居生活。

地址：连云港市连云区宿城街道办事处
电话：0518-82200688

东海县住宿

连云港福如东海温泉大酒店

连云港福如东海温泉大酒店坐落在华东第一温泉——中国·江苏·连云港温泉旅游度假区，拥有各类舒适的庭院式客房及豪华别墅。餐饮提供当地土菜和淮扬菜等多种菜肴，配有可容纳 200 多人的多功能会议室、小型会议室，是结伴同行的商务、会务、培训和休闲游人的最佳场所。



地址：连云港东海县温泉旅游度假区汤姑路 6 号
电话：0518-87882888

灌云县住宿

东圆国际大酒店

东圆国际大酒店坐落于连云港市灌云县，位于县城主干道——幸福大道，是四星级旅游酒店，拥有各类客房共 128 套，设有中餐厅、宴会厅、咖啡厅、多功能厅、中西餐厅等共 26 个，各类大、中、小会议厅 4 个。此外，酒店还拥有棋牌室、乒乓球室、KTV 包间等，为游客和商旅人士提供优质服务。



地址：连云港市灌云县西苑南路 8 号
电话：0518-88996666

赣榆区住宿

赣榆金苑大酒店

酒店是四星级旅游酒店，位于赣榆新城，毗邻区政府大楼。酒店距长深高速、沈海高速仅五分钟车程，距 S242 省道仅二分钟车程，交通十分便捷。酒店拥有客房 178 间，大小会议室 8 间和风格迥异的中西餐厅，酒店还拥有桑拿休闲中心、KTV 包间、健身中心、精品商场等配套设施。



地址：连云港市赣榆区青口镇盛世路 18 号
电话：0518-86666666

特色节庆

《西游记》文化节

花果山具有鲜明的“西游”文化特色和良好的生态环境。2001 年开始，这里成功举办《西游记》文化节，现已成为省内知名的节庆品牌。节庆活动每年各不相同，主要有开幕式大型文艺晚会、“西游人物”的创作表演电视大赛、相约花果山诗词朗诵演唱会、花果山摄影作品展、《西游记》文化研究成果展、古今西游图录展等。

时间：每年 9 下旬
地点：花果山风景区

东海水晶节

东海是我国水晶的重要产区，占全国产量的一半，有“水晶之乡”之称。现在有水晶加工企业 300 多家，有“水晶制品一条街”之称。自 1991 年以来，东海就开始成功举办“中国·东海水晶节”，水晶节期间有各种民俗文娱表演，将举办书画、儿童版画展览，还有水晶研讨会，以及农副产品展销会等活动。

时间：每年 5 月上旬
地点：东海县（东海水晶城）

连云港玉兰花会

连云港东磊有四株古白玉兰树，其中两株有千年树龄，称为“玉兰花王”。故每年在此举办花会。早春时节，玉兰花不待新叶吐绿，便抢先绽放了。千杆万花，交相辉映，缕缕清香，沁人心脾。花会以玉兰为题，进行诗词、书画、摄影等艺术交流。

时间：每年4月10日至14日

地点：东磊景区

中国赣榆徐福节

为纪念徐福远赴日本传授农耕，由此发展两国先民们建立跨海虹桥的这一历史壮举，连云港市每年在徐福故里举办徐福节，活动主要有祭祀大会、仿古乐舞表演、彩车游行、徐福研讨会、经贸洽谈等等。徐福，秦代的一位方士，受秦始皇派遣带领三千童男童女下海求仙丹，他们历经险难，漂洋过海，到达日本，以“五谷”和“百工”帮助日本先民们实现了农耕生活，并传授了养蚕、缫丝等先进的科学技术，因而被日本人奉为“农耕之神”。

时间：每年11月24日至26日

地点：赣榆县徐福村

海州元宵灯会

海州元宵灯会历史悠久，活动期间在仿古公园胸园内，可观赏海州民间各式彩灯艺术品，民间文娱演出，花卉展等。

时间：每年农历正月十五日

地点：连云港市海州区仿古公园

线路推荐

来连云港旅游，一般会选择短期的2日游，最多不超过3日，以玩海、看花果山为主。串联游的话，一般会将山东沿海的几个城市串联起来，比如日照、青岛，其中日照是串联连云港的大热之选。省内串联则多以淮安-扬州-连云港线为多。

经典背包两日游

D1：花果山→渔湾景区

一早游览连云港的“人间仙境”花果山景区，以和《西游记》故事紧密相连的景点为主，登山览景。下山后，在景区周边用餐，接着前往渔湾景区，这里有浓郁的田园风味，依山而上可见落差达30余米的老龙潭瀑布，雨后更加的壮观，宿市区。

D2：连岛景区→海上云台山景区

前往连岛景区，先观海景，诗意山海，曼妙多情，山岩、沙滩、礁岩、渔村相映其间，接着就用大把的时间让自己泡在海水中，好好的享受江苏最大的天然优质海滨浴场，挥洒海滨乐趣。最好岛上徜徉漫步，细细品味海边风光旖旎，令人流连忘返。下午可前往海上云台山景区，这里可同时观赏山、海、港、岛、城五位一体的华美景象，被誉为江苏独一无二的山海奇观。

自驾休闲两日游

D1：桃花涧景区→孔望山

一早前往被康熙皇帝命名的锦屏山桃花涧景区，这里是古海州文明的发祥地，古迹众多，其中将军崖原始崖画、桃花涧旧石器时代遗址最具看点。之后游览文化底蕴深厚的孔望山，这里的佛教造像，据说比敦煌莫高窟还早200年，被史学家称为“九州崖佛第一尊”。游览完后返回市区住宿。

D2：东海温泉度假区→中国东海水晶城

驾车到东海县感受这里东海温泉的独特魅力，消除前一天登山的劳累。东海素有“水晶之乡”，泡够了，就去逛逛著名的东海水晶城，就算不买也可大饱眼福。

“大圣故里，寻梦西游”主题三日游

D1：花果山→孔雀沟

上午游览花果山风景区，途经大圣湖，海清寺阿育王塔，登上花果山顶峰——玉女峰，沿途见到吴承恩笔下的西游记原型，感受花果飘香的美丽风景。下午游览孔雀沟景区，景区有成片成林的美国松、水杉、世界四大观赏树种之一的金钱松、金镶玉竹、刚竹等200余种国内外珍稀名木，四季山花烂漫、鸟语花香，林间空气清新，是市民归隐寻幽、回归自然的良好去处，入得山来，如入仙境，有江苏“香格里拉”、“世外桃源”美称。

D2：渔湾→云龙涧景区

上午游览渔湾景区，这里被誉为江苏的“九寨沟”、苏北的“张家界”，依山势拾级而上，依次经过三龙潭、二龙潭、老龙潭，可见到江苏省单级落差达30余米的老龙潭瀑布，雨后更加的壮观。下午游览云龙涧景区，清新空气与绿色森林以及山涧峡谷组合成的原生态的自然环境，与五百壮士宁可死不可辱所托出的民族气节这种人文环境交相呼应，拥有“自然美，内在美和意境美”。

D3：大伊山景区→二郎神文化遗迹公园

上午游览大伊山景区，主要看点是石棺墓遗址、石佛寺、星相石、梅鹿岩画、美女岩画、古海船石刻等景点以及峰、岩、洞、松、石等自然景观。下午游览二郎神文化遗迹公园，这里也是苏北鲁南地区最大的道教场所。



“美丽海岛，山海连云”主题三日游

D1: 连云老街→连云东城海岸海滨风光带→连岛

上午游览连云老街，看传统商业建筑和中西合璧的民国建筑。下午游览连云东城海岸海滨风光带（海滨大道，在海一方海滨公园、拦海大堤），乘车飞跃海上长城（神州第一坝），游览连岛海滨旅游度假区。

D2: 海上云台山景区→宿城风景区

上午游览海上云台山景区，可同时观赏山、海、港、岛、城五位一体的华美景象，被誉为江苏独一无二的山海奇观。下午游览宿城风景区，三面环山，一面临海，素有世外桃源的美誉。可根据时间选择性参观。入住八间房民宿。

D3: 秦山岛海钓

秦山岛资源丰富、风景如画，海产丰富，是海鲈鱼垂钓的最佳去处。

交通

外部交通

飞机

连云港白塔埠机场目前已开通了北京、上海、香港、广州、深圳、天津、张家界、成都、沈阳、大连、舟山、西安、厦门、哈尔滨、徐州等地的航班，距市区（新浦区）约30公里，并和徐连、宁连等高速公路连接，交通便捷。

地址：连云港市东海县白塔埠镇

网址：<http://www.lygairport.com/>

电话：0518-85521666

机场到市区

连云港机场有专线公交连接机场和市区，票价20元，全程约40分钟。一般来说，一般在苏欣快客站下车之后前往连云港各景点。

一、市区——机场

云台宾馆——民航售票处（新浦朝阳西路48#弘瑞楼）——机场

1、班车时间：航班起飞前从云台宾馆发车

2、经停站点：云台宾馆、苏欣快客站、华联（人保）、民航售票处、机场

二、机场——市区

机场——民航售票处（新浦朝阳西路48#弘瑞楼）——云台宾馆

1、班车时间：首发车时间为第一个航班抵达后，末班车时间为最末航班抵达后，中间随航班动态发车；

2、经停站点：机场、民航售票处、苏欣快客站

火车

连云港所有列车均在连云港东站停靠，连云港东站离连岛和海边较近，住宿也方便，周边城市到连云港最好乘坐长途汽车。

地址：连云港市开发区五羊路

到达交通：B12、B13、游3路连云港东站。

汽车

连云港首府所在地新浦区有三个汽车客运站，即客运总站，苏欣快客站，客运南站。另外各区均设有区汽车站共8个，可从车站乘至其他县、区，交通非常方便。

新浦汽车总站

位于连云港火车站附近，主要发往徐连沿线和胶州半岛各城。

地址：人民路19号，新浦火车站广场西侧

联系电话：0518-85632222

苏欣快客站

发往江苏南部和中部的车集中于此，也有前往东海和赣榆的流水班车。

地址：新浦区瀛洲路26号

联系电话：0518-85632173

网址：<http://www.lygbus.com/>

客运汽车南站

主要发往南京（15分钟一班，行程5小时，票价110元）、淮安（半小时一班）、上海（每天7:30、12:20发车）、盐城（每天8班）、扬州（每天6班）、苏州、无锡、常州、镇江、南通、芜湖等苏南城市的班车。

地址：市区瀛洲路14号

联系电话：0518-5632173

自驾

上海出发：走京沪高速，至淮安转宁连高速直达。也可走苏通大桥，上沈海高速直达。

苏州出发：走苏嘉杭高速北上一过苏通大桥—京沪高速公路—沪陕高速公路—京沪高速公路—长深高速公路

徐州出发：连徐高速从港口方向走，一直开到高速零公里处，转海棠路，一直往海边开即可。

BRT 连云港快速公交 网络示意图



内部交通

公交车

连云港市内公交发达，市区景点及周边景区一般都可乘公交直达。虽然景点之间很有距离，但是市内公交、旅游公交、BRT 等公交系统便利，景区与景区间换乘不成问题，有旅游专车票价在 1、1.5、2（空调车）、3 元（空调且路程较远）不等。

普通公交

33 路到东西连岛，票价 2 元；10、5 路到花果山风景区；31 路到高公岛，票价 2 元；32 路到西墅，票价 1 元；34、35 路到宿城，票价 2 元；35 路到保驾山，票价 3 元。

BRT（城市快速公交）

B1、H1、H2、B11、B12、B13、B15 共 7 条路线，首末班发车时间多为 6:00-20:00，B1 路首末班发车时间为 6:00-24:00。连云港 BRT 有连接主要的交通点，同一方向的 BRT 乘坐只要 2 元就可以，从一个方向的起点到终点，中间只要不出站台换乘其它的 BRT 公交免费。（见上图）

线路说明

- B1 海州客运站——在海一方公园 6:00-24:00
- H1 连云港火车站——连云港火车站 6:00-20:00
- H2 西城公交总站——西城公交总站 6:00-20:00
- B11 连云港火车站——花果山风景区 冬 /6:00-19:20 夏 /5:50-19:40
- B12 海州客运站——连云港东站 冬 /6:00-19:20 夏 /5:50-19:40
- B13 港口汽车站——连云港东站 冬 /6:00-19:20 夏 /5:50-19:40

旅游公交

连云港的旅游公交线路路线连接主要景点，非常方便。

游 1：石棚山风景区——鼓楼——孔望山——苏欣快客站——花果山景区——院前——墟沟购物中心——在海一方公园——连岛浴场

游 2：火车站——淮海工学院——花果山景区

游 3 的路线：连云港东前——东园路——海棠路口——墟沟购物中心——在海一方公园——神州宾馆——大堤西——阅海楼——西连岛——连岛浴场

游 5：海棠——国展中心——一四九医院——墟沟购物中心——五羊路（连云港东站附近站点）——朱麻——渔湾——东磊

游 7：枫树湾——海上云台山

旅游直通车

东海旅游直通车：每周六、周日及节假日均开行，小松原温泉、颐家室外露天温泉套票 70 元 / 位（温泉票 + 往返车票）；东湖森林温泉（青松岭）套票 88 元 / 位（景区门票 + 温泉票 + 往返车票）。

路线：连云港东站——市行政服务中心——新浦汽车总站——东海水晶博物馆——西双湖风景区——温泉镇——御园风景区——青松岭



出租车

连云港出租车以普桑、富康和夏利为主，7 元 / 3 公里，超起租里程价 1.7 元 / 公里，单程超过 3 公里以上部分，按实际里程加收 50% 空驶费。

实用信息

方言

连云港话属于江淮官话（淮语）——洪巢片——淮东片——海泗片——海州片（海灌片），所以连云港话其实就叫“海州话”。江淮官话是北方官话里最为特殊的一种，因为它保留入声（其余的北京官话，东北官话，中原官话等等都是不保留的）所以说虽然属于北方话，但是对于传统意义上的北方人，第一次来连云港话还是不太容易听懂的。连云港人可以很容易听懂北方官话的大

部分，但一个东北人，河南人或者陕西人来连云港，却要费一番功夫才能完全听懂连云港话。连云港话内部也是有区别的，灌云县人口音最重，最难懂。宿迁市沭阳县相比之下更接近普通话。而连云港市区则是位居其中。

照死得了，焦死的了——烦死了
小炮子着——很调皮的小男孩
死小揪着——小男孩（十岁以下）
老满着——老奶奶，老太婆
小大姐——未婚女子
小大哥——未婚男子
省雕养——非常调皮的男孩
狗癫风——到处逛不知回家
又顾又顾——商量商量

常用电话

报警电话：110 交通肇事：122
火警电话：119 医疗急救：120
物价投诉：0518-85411861
连云港市消费者协会：0518-85510315
赣榆区旅游局：0518-86013958
东海县旅游局：0518-87801557
灌云县旅游局：0518-88835301
灌南县旅游局：0518-83222501
海州区旅游局：0518-81060286
连云区文化体育旅游局：0518-82234301
云台山管委会旅游发展局：0518-85726627

连云港旅游推广信息

连云港旅游网：<http://tour.lyg.gov.cn/>

旅游局官方微信：连云港旅游局

旅游局官方微博：连云港旅游局

官方手机 APP：山海 u+（可扫描下图二维码）



官方微信公众号



官方微博



官方手机 APP

后附《连云港旅游手绘地图》，可在当地购买！



连云港市城图

