

蚂蜂窝旅游攻略 中国系列
www.mafengwo.cn

舟山



佛国渔都 千岛之城



舟山速览 Introducing zhoushan

舟山群岛，中国唯一以群岛著称的海上城市，海岛特有的景致赋予了这里无穷的迷人魅力，蓝天、碧海、绿岛、金沙、白浪是舟山的主色调。以海、渔、城、岛、港、航、商为特色，集海岛风光、海洋文化和佛教文化于一体。1390个岛屿象一颗颗璀璨的珍珠，洒落在浩瀚无垠的大海中。

普陀区沈家门：这里被称为舟山“小上海”，也是去普陀山、朱家尖、桃花岛的的交通中转点，入夜，在沈家门海鲜排档吃吃海鲜，欣赏着渔港夜色，很是惬意。

定海区：舟山本岛上较发达的一个区域，沈家门以西，交通便捷，餐饮购物便利是最大的优势之一。

特别推荐 Special

舟山除了玩海赶海之外，不妨好好沉浸到当地人中去，在舟山各有人居住岛屿中，越往东，海水越蓝，民风越淳朴，这里没有大城市的繁杂，当商业气息逐渐退却的时候，清晨可以跟着渔民出海捕鱼，看远远立在海中的灯塔，或是找个渔家，跟岛上闲适的爷爷唠唠嗑，听听他们讲“过去的”故事。到了晚上，不如找个沙滩，或者干脆带个帐篷吧，躺下来，看看满天繁星，可以说，这只是属于小时候回忆。

最后，回来的时候一定要好好看一看浙江舟山跨海大桥，这可是世界规模最大的桥群，在夕阳下，伴着波光粼粼的海面，会显得更加壮观美丽。



九华山 普陀山进香道场—祖印寺

目录 Catalogue

- 02 舟山速览 / 特别推荐
- 04 亮点 / 景点
- 16 住宿
- 17 餐饮
- 19 购物
- 20 娱乐
- 21 节庆
- 22 线路推荐
- 23 实用信息
- 25 外部交通
- 27 内部交通

最佳旅游时间 舟山山旅游旺季为每年的6-10月。群岛中桃花岛、东极、普陀山、朱家尖、嵊泗列岛等都是夏季避暑度假的胜地。可以游泳，看海，吹海风，还可以去海钓、看日出。不过要注意防晒。

夏秋之季（6-9月）海面上万顷波涛惊起巨澜，惊心动魄，吼声震天。至夜则是另一种奇观，一排排波浪在夜幕中闪闪发光，令人眼花缭乱，是禁渔期，海鲜比平时要贵，如果专门冲着海鲜来的吃货们，可以考虑秋冬（10-2月）成行，这时候的虾美鱼肥，海鲜种类多岛你眼花。

消费指数 舟山支出大头在住宿和交通费用上，根据去往小岛的不同花费也不同，一般来说，定海、东极岛、桃花岛、嵊泗花费较小，普陀山花费较大，最低消费旺季大约在400元/人/天。

穿衣指南 舟山全年冬暖夏凉，最热8月，最冷1月。比上海、杭州、宁波稍低。此外，春末（5月）秋初（10-11月）的换季时节，舟山的早晚温差较大，可以多带一件衣服以防感冒。6月上旬-7月上旬是舟山的梅雨季节，接下来的一个多月内（7、8月），也是台风多发季节，此时来舟山旅游的游客要密切关注船期。隆冬时节（12-2月），这里风和日暖，少见冰雪。但海风大，仍需注意防寒。

致谢

封面提供：小黄花 -

图文提供：EVER 九华山 小漂回来 steelzhang 涧水湾流 铿锵 李芳 心似尘埃 甬江一只鱼 o 辛得瑞拉 oOo 冰红茶 东巴木偶 蓝木 @zchao6 JalinYang 那嘉 云淡风轻的 Echo 荷风浅风之云

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站用户共同拥有本攻略的内容版权和其他相关知识产权；除法律另有规定，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。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。

舟山旅游地图

舟山旅游图

图例

- 桥
- 国道
- 码头
- 景点
- 机场





亮点 Highlights

普陀山礼佛

北纬 30 度，一个神奇的纬度，地球上最高的山峰，最深的海沟，最神秘的建筑皆位于此，而海天佛国“普陀山”（见第五页）是这一纬度的另一种神奇——山海相连，群岛相望，花草树木密布，寺庙禅院林立，空气里永远弥漫着一股让人宁心静气的味道。山风，海风，涛声，鸟叫，虫鸣，在这里汇集，营造出一种别样的清净。

来点海鲜，看看海港夜景

沈家门渔港（见第五页）——中国最大的天然渔港，与挪威的卑尔根港、秘鲁的卡亚俄港并称世界三大渔港。入夜，这里渔灯点点，将湖面照得如同白昼，在一片繁华下，不妨三五好友，吃海鲜，吹海风，相比味道，气氛更重要。

去东极和嵛泗看最海

东极岛（见第五页）是中国最东边的有人居住岛，仅有浓厚、古朴的渔家特色，更有那美不胜收的风光，它几乎包揽了真正意义上的阳光、碧海、岛礁、海味。且气候宜人，水质清澈，是少有的纯洁之地。而嵛泗的花鸟岛是中国最靠外海一侧的有人居住岛，与花鸟岛隔海相望的就是日本了。

景点 Sights

定海区及普陀区本岛

定海古城

说是古城，其实更像是几条青石板古街组成的区域。城内保存有明清时期的中大街、西大街、东大街、柴水弄、留方路等历史街区。其中始建于后晋天福五年的号称“翁洲第一古禅林”的祖印寺，该建筑雕龙画凤，玲珑精美，是去普陀山进香的道场。建于清康熙二十八年的御书楼，精雕细作，别具风格，四周浓荫蔽日，环境优美，楼内还珍藏着康熙御笔题写的“定海山”匾额及康熙帝画像等重要文物。定海历来是一个军事要塞，除著名的鸦片战争外，定海还有抗倭、抗清一批历史遗存。

地址：定海区

附近可去：古城附近的竹山上，建有鸦片战争纪念馆、三总兵雕像、祠堂、鸦片战争炮台遗迹。

费用：免费

开放时间：全天开放

到达交通：25、29、56、58、60、62、64 路定海一中站；29、56、58、60、62、64 路足印寺站。

购物：西大街上有卖贝壳、沙雕、杂货纪念品的各种小店，中大街上则主打各类文艺小店、咖啡馆、甜品店。

EVER 此地实为鸦片战争全中国第一个被八国联军攻克的地方，也是屈辱史的开端地。现有遗存：东大街、西大街、中大街（重建）、还有几个老城门。有人说，他像苏州的观前街。有人说，他像杭州的河坊街。有人说，他像上海的橙黄面。有人说，他像北京的南锣鼓巷。有人说，

他像重庆的瓷器口。有人说，他像成都的锦里。你们懂得……



 **九华山** 普陀山进香道场—祖印寺

鸦片战争遗址公园

遗址公园内建有舟山鸦片战争纪念馆、“三总兵”纪念广场、百将题词碑林和抗英阵亡将士古墓群 4 个主要区域。其中舟山鸦片战争纪念馆是鸦片战争遗址公园的主体建筑，主要陈列了定海两次保卫战的历史文物、图片资料等。

地址：定海区竹山定海晓峰岭

费用：免费

联系方式：0580-2380424

到达交通：27、29、31、34、旅游 1 线至竹山。

舟山跨海大桥风景旅游区

景区紧依主跨长度世界第二、国内第一的钢箱梁悬索桥西堠门大桥，大桥雄姿英发，夕阳之下，妩媚并显，刚烈与柔情浑然一体，相得益彰。册子岛上有西堠门大桥和桃夭门大桥穿境而过，金黄色的西堠门悬索桥和蓝天色的桃夭门双塔斜拉桥，雄伟的白色桥身、形制各异的大桥样式与苍翠的海岛山林、崎岖的海岸基岩、辽阔的蓝天碧海融在一起，海岛民情风俗清新自然，清代民居风格的古村、民居，原生态的乡土文化，更是引人入胜。

地址：定海区西北部册子乡册子岛门头山

费用：成人票：50 元 / 人；儿童票：身高 1.2 米以下的免票，身高 1.2-1.5 米半价；60-70 周岁的老年人半价，70 周岁以上的老人，残疾人、记者、导游、等凭有效证件免费入园参观。

联系方式：0580-8770777

到达交通：从定海客运中心坐 68 路公交车至册子乡收费站

小漂回来 桃夭门大桥有如一个年轻的小伙子刚健、质朴、玲珑，直来直去一没有那么弯弯绕。西堠门大桥则显得稳健、大气、厚重。金塘大桥则在浩瀚大海的烟雾迷蒙中，有如一位婉约派的少女，欲露欲藏，尽显绰约风姿。

三毛祖居

是三毛祖父陈宗绪先生于 1921 年建造的院落式传统民居，台湾著名女作家三毛祖籍所在处，1989 年，三毛前来陈家村祭祖。祖居的五间正房辟为三毛纪念馆，以“充满传奇的一生”、“风靡世界的三毛作品”、“万水千山走遍”、“亲情、爱情、友情、乡情”、“想念你！三毛”等为主题，



分别陈列三毛的遗物、各个版本的作品、各个时期的照片，以及中外人士缅怀三毛的文章。三毛故居展室中所展出的许多珍贵展品系三毛胞弟陈杰先生从台湾邮寄而来，每件展品都洋溢着三毛浓浓的思乡情和爱国情。

地址：定海小沙镇陈家村庙桥居委会

费用：10元/人

开放时间：每周一、三、五、六、日 8:00-11:00；13:30-16:30

联系方式：0580-8022000；2601508

到达交通：定海到小沙班车至金鹰公司大门口下

马岙博物馆

马岙镇位于定海的西北部，古称“景陶”。据考证，马岙具有近六千年的海洋文化史，是浙江省著名的“海上文物之乡”。区内有马岙古文化遗址群、马岙博物馆、古民居、烽火台等。马岙古文化遗址群是舟山群岛迄今发现的规模最大、保存最完整、内涵最丰富的原始村落遗址。马岙土墩文化属河姆渡文化分支，土墩中出土的陶罐上有六千年前的稻谷痕迹，经专家研究认定，是古越“稻羹文化”东渡日本的实证之一。

马岙博物馆位于马岙镇白马街西端，馆内有新石器时代的特大石犁、磨制精细的礼器——凿形器、罕见的天落奇石——石陨石、有工艺精湛的民俗文物等珍贵文物，展现了海岛居民生活、生产、时令、礼仪、文化等风俗。

地址：马岙镇白马街

费用：免费

联系方式：0580-8080154

到达交通：定海毛峙班车到马岙博物馆，旅游1线至镇政府门口

东海大峡谷国家森林公园

东海大峡谷国家森林公园之茶人谷生态旅游区位于双桥镇狭门水库之上，境内大潭岗，号东海第四峰，岗上植茶千亩，谷因名之。山高、谷邃、溪长、瀑飞、林幽、岩危，乃茶人谷六奇之景；采果、探花、赏泉、品茗、参禅、访兰，为茶人谷六雅之境；春鸟鸣涧、夏荫滩林、秋枫染霜、冬梅点雪、枕流晒石、随云逍遥，实茶人谷六游之美。

地址：定海区双桥镇紫薇社区狭门水库

费用：市外游客 50 元/人，本市居民优惠 20 元/人，其中双桥镇的紫薇社区和里溪社区居民免票（需持相关身份证）；电瓶车票：10 元/人（往返）；军人、70 岁以上老人、记者、导游、残疾人、1 米 2 以下儿童（需持相关证件）免门票。

开放时间：7:00-18:00

联系方式：0580-2978855；2917878

到达交通：定海至小沙毛峙车、56 路公交到狭门水库站下。

沈家门渔港

这里是大名鼎鼎的沈家门大排档所在地，是中国最大的天然渔港，与挪威的卑尔根港、秘鲁的卡亚俄港并称世界三大渔港。入夜到沈家门渔港看看，渔灯齐放，繁星如织，美不胜收。这里常年万船穿梭。每逢渔汛，沿海十几个省市的几十万渔民云集港内，桅樯林立，鱼山虾海，形成了一道独特的海岛渔港景观。

地址：普陀区滨港路

费用：免费

开放时间：全天开放

到达交通：1、5、6、7、8、9、11、12、15、16、19、28 路沈家门饭店站。



steelzhang 沈家门渔港内停泊的船

舟山离岛

普陀山

普陀山，与山西五台山、四川峨眉山、安徽九华山并称为中国佛教四大名山，是观世音菩萨教化众生的道场。因此，普陀山四面环海，风光旖旎，幽幻独特，被誉为“第一人间清净地”。山石林木、寺塔崖刻、梵音涛声，皆充满佛国神秘色彩。岛四周金沙绵亘、白浪环绕，渔帆竞发，普陀十二景，或险峻、或幽幻、或奇特，给人以无限遐想。不少名胜古迹，都与观音结下了不解之缘，流传着美妙动人的传说。

地址：舟山市普陀区，杭州湾南缘、舟山群岛东部海域

费用：1、12 月为淡季，门票 140 元/人；2-11 月份为旺季，门票 160 元/人；正月初一至初五、“五一”、“十一”期间上浮至门票 200 元/人次。保险自愿（5 元，不买的话需要主动说）。普陀山景区门票不包含寺院香花券和洛迦山景区门票。

网址：<http://www.putuoshan.gov.cn/>

开放时间：6:00-21:00（一般来说，只要有船到，都能买到门票）

联系方式：0580-3191919

外部交通

普陀山景区不能直达，公路前往只能从舟山中转，其中到舟山普陀长途客运中心中转是最方便的。

到达普陀山景区的唯一方式就是坐轮渡到达普陀山码头上岛，所以一定要做好转车转船的准备，由沈家门半升洞码头和朱家尖蜈蚣峙码头坐船，朱家尖码头更近一些，一般船行 10-15 分钟，沈家门船行 15-20 分钟，船票也更便宜。上海和宁波也有直达普陀山码头的轮渡，当然，如果是晚上 17:00 以后前往普陀山，就只能到朱家尖码头坐夜班船。

各方式到达一般线路

飞机：朱家尖普陀山机场——朱家尖蜈蚣峙码头（离机场更近）——普陀山码头

汽车：舟山普陀长途客运中心（当地人称“城北车站”）——半升洞码头（或蜈蚣峙码头）——普陀山码头。

轮渡：宁波（大榭码头）/ 上海（吴淞口码头、芦潮港码头、金山嘴车客渡码头）——普陀山码头



注：一些城市的旅游专线车直达码头，可乘船前往景区。

内部交通

岛上没有出租车，各个景点之间都有旅游巴士和机动车辆，景点与景点根据远近不同，2-10元不等。车票价格明码规定。车况不错。只售座位票，不售站票。旅游巴士夏秋季节的运营时间为6:00-18:00；冬春季节运营时间为7:00-17:00。基本上天黑之前旅游巴士会陆续停开，所以一定要根据你的住宿地合理安排游程，掌握游玩时间。



 **涧水湾流** 普陀山素有海天佛国之称

朱家尖

朱家尖是中国国际沙雕故乡，以沙石自然景观著称，集沙景、石景、海景、佛景于一体，岛上金沙连绵，碧浪荡漾，奇石峻拔，洞礁错置，海光迷幻，森林广布，潮音不绝，海鸥翔集，银鱼逐波。

情人岛，海蚀奇观荟萃，涛声风鸣，鸟语花香，是回归自然的浪漫之岛；白山（观音文化苑）灵石，千岩竞秀，犹如一座琳琅满目的东海石景公园。乌黑发亮的乌石塘，景区内的乌石砾滩，全国罕见，乌塘潮音，天籁之奏，神奇独特。大青山三面环海，被“十里金沙”胜景中的千沙、里沙、青沙环绕期间。千沙时尚浪漫，是婚纱摄影首选之地；里沙典雅灵秀，以千年古木林为背，以“海上盆景”为臂，是自然界的皇家园林；青沙恬静悠然，如小家碧玉。并常有云雾缠绕，有青山醉雾之称，古时称为“乌沙悬山”，是明代抗倭重地。

朱家尖最为著名的是沙滩。朱家尖被国际沙雕组织确认为世界上沙质和风景最好的沙滩之一，在沙滩的沙质和景致方面都远远超过了目前最好的避暑胜地之一的夏威夷群岛。十里金沙拥有华东地区最大的沙滩群青沙、里沙、千沙、南沙、东沙等九个沙滩。

地址：普陀区朱家尖

费用：朱家尖没有进岛门票，但景点需单独买票，具体票价见下表

景点	旺季	淡季
	5-10月	11-次年4月
国际沙雕艺术广场（南沙）	75（禁泳65）	20
观音文化苑	20	20
乌石砾滩（乌石塘）	40（停航35）	30（停航25）
南沙、白山、乌石塘三	120	60
点联票	4月1日-11月15日	11月16日-次年3月31日
大青山国家公园	100	60

网址：<http://www.zhujiajian.com/>

开放时间：大青山：7:30-18:30

联系方式：0580-6032418

朱家尖内部交通

出租车

朱家尖的出租车起步价10元，需要和司机议价。一般从沈家门到南沙30元（司机一般会开价40、50元，要还价）；朱家尖蜈蚣峙码头至南沙约20元（旺季有时50元）；鸭蛋山轮渡码头至南沙约80元；包出租车玩朱家尖基本的4个景点（南沙、白山、乌石塘、情人岛）80元左右。

公交车

岛上有部分公交车来往于景区之间。到乌石塘可在镇上的朱家尖大洞岙汽车站乘坐。南沙与镇中心之间也有公交连接。

人力三轮车

去岛上景点也可通过乘坐当地常见的三轮摩托，从镇中心的朱家尖（大洞岙）汽车站，到乌石塘景区约15元；到南沙约30元（10分钟车程）。

汽车租赁

当地还随处可见小包车出租，要议价。一般南沙到大青山约100元/车，行程15分钟。车子为5坐小轿车或6-8人小面包车。

朱家尖外部交通

朱家尖-普陀山

蜈蚣峙码头坐快艇，28元，路程7分钟。

朱家尖-白沙岛

乌石塘坐船，5元，路程20分钟。

朱家尖-沈家门、定海

在朱家尖镇中心大洞岙，坐25路公交车

在蜈蚣峙码头坐27路公交车

朱家尖-桃花岛

在朱家尖镇中心大洞岙，坐公交车到沈家门民间码头

朱家尖-东极岛

在朱家尖飞机场坐直升飞机

自驾

上海-舟山朱家尖

自上海出发→进入沪杭高速公路（行驶约62.7公里）→进入跨海大桥北接线（行驶约24.6公里）→继续前行进入杭州湾跨海大桥（行驶约35.7公里）→继续前行进入沈海高速公路（行驶约61公里）→下宁波北出口→进入北外环（行驶约21公里）→左转进入庄合线（行驶约3.2公里）→进入蛟川收费站上宁波连接线→进入舟山跨海大桥（甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥，全长48公里）→下出口进入G329国道（过朱家尖跨海大桥，行驶约54.4公里）→到达舟山朱家尖

宁波-舟山朱家尖

出发宁波进入609县道向慈海南路/329国道方向（行驶约3.9公里）左转进入慈海南路/329国道（行驶约1.3公里）在镇骆西路向右转（行驶约6公里）进入庄合线/602县道沿庄合线前行蛟川收费站上宁波连接线进入舟山跨海大桥（甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥，全长48公里）下出口，进入G329国道（过朱家尖跨海大桥，行驶约54.4公里）到达舟山朱家尖



温州—舟山朱家尖

自温州出发→进入甬台温高速公路(行驶约253公里)→进入世纪大道(行驶约6.5公里)→进入329国道(行驶约1公里)→右转弯进入庄合线(行驶约7公里)→进入蛟川收费站上宁波连接线→进入舟山跨海大桥(甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥,全长48公里)→下出口进入G329国道(过朱家尖跨海大桥,行驶约54.4公里)→到达舟山朱家尖

苏州—舟山朱家尖

出发苏州进入绕城高速公路(行驶约6.8公里)下常熟/杭州/苏州出口,前往苏嘉杭高速公路(行驶约230米)下杭州出口进入苏嘉杭高速公路(行驶约40.3公里)到达王江泾收费站,进入乍嘉苏高速公路(行驶约47.5公里)下出口进入跨海大桥北接线(行驶约6.2公里)继续前行进入杭州湾跨海大桥(行驶约35.7公里)继续前行进入沈海高速公路(行驶约35.6公里)下掌起/范市出口,进入慈掌路(行驶约4.6公里)继续前行进入慈掌东路/329国道(行驶约22.9公里)在镇骆西路向左转(行驶约6公里)进入庄合线/602县道沿庄合线前行蛟川收费站上宁波连接线进入舟山跨海大桥下出口,进入鸭岑线(行驶约1.8公里)在1号口右转,进入新前司街(行驶约900米)进入岑柴路/321省道(行驶约8.4公里)右转进入昌洲大道(行驶约4.9公里)在东皋路/329国道稍向左转(行驶约22.7公里)在兴普大道向左转(行驶约2.6公里)进入329国道(行驶约14.3公里)到达舟山朱家尖

无锡—舟山朱家尖

自无锡出发→进入沪宁高速公路(行驶约37公里)→前往苏嘉杭高速公路(行驶约1.6公里)→进入苏嘉杭高速公路(行驶约54.9公里)→到达王江泾收费站→进入乍嘉苏高速公路(行驶约47.5公里)→进入跨海大桥北接线(行驶约6.2公里)→继续前行进入杭州湾跨海大桥(行驶约35.7公里)→继续前行进入沈海高速公路(行驶约61公里)→下宁波北出口→进入北外环(行驶约21公里)→左转进入庄合线(行驶约3.2公里)→进入蛟川收费站上宁波连接线→进入舟山跨海大桥(甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥,全长48公里)→下出口进入G329国道(过朱家尖跨海大桥,行驶约54.4公里)→到达舟山朱家尖

嘉兴—舟山朱家尖

自嘉兴出发→进入乍嘉苏高速公路(行驶约25.5公里)→进入跨海大桥北接线(行驶约6.2公里)→继续前行进入杭州湾跨海大桥(行驶约35.7公里)→继续前行进入沈海高速公路(行驶约61公里)→下宁波北出口→进入北外环(行驶约21公里)→左转进入庄合线(行驶约3.2公里)→进入蛟川收费站上宁波连接线→进入舟山跨海大桥(甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥,全长48公里)→下出口进入G329国道(过朱家尖跨海大桥,行驶约54.4公里)→到达舟山朱家尖

杭州—舟山朱家尖

出发杭州进入杭甬高速公路(行驶约128公里)下宁波绕城/姜山/跨海大桥/镇海/绕城枢纽A出口,进入宁波绕城高速(行驶约12.3公里)下保国寺/镇海出口,进入宁波绕城高速出口(行驶约800米)在骆观线左转(行驶约3.4公里)进入609县道(行驶约3.1公里)在慈海南路/329国道向左转(行驶约1.3公里)进入庄合线/602县道沿庄合线前行蛟川收费站上宁波连接线进入舟山跨海大桥(甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥,全长48公里)下出口,进入G329高速公路(过朱家尖跨海大桥,行驶约54.4公里)到达舟山朱家尖

南京—舟山朱家尖

自南京出发→进入沪宁高速公路(行驶约205公里)→前往苏嘉杭高速公路(行驶约1.6公里)→进入苏嘉杭高速公路(行驶约54.9公里)→到达王江泾收费站→进入乍嘉苏高速公路(行驶约47.5公里)→进入跨海大桥北接线(行驶约6.2公里)→继续前行进入杭州湾跨海大桥(行驶约35.7公里)→继续前行进入沈海高速公路(行驶约61公里)→下宁波北出口→进入北外环(行驶约21公里)→左转进入庄合线(行驶约3.2公里)→进入蛟川收费站上宁波连接线→进入舟山跨海大桥(甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥,全长48公里)→下出口进入G329高速公路(过朱家尖跨海大桥,行驶约54.4公里)→到达舟山朱家尖

昆山—舟山朱家尖

自昆山出发→进入沪宁高速(行驶约19公里)→进入A30公路(行驶约32.4公里)→进入沪杭高速(行驶约36.9公里)→进入跨海大桥北接线(行驶约24.6公里)→继续前行进入杭州湾跨海大桥(行驶约35.7公里)→继续前行进入沈海高速公路(行驶约61公里)→下宁波北出口→进入北外环(行驶约21公里)→左转进入庄合线(行驶约3.2公里)→进入蛟川收费站上宁波连接线→进入舟山跨海大桥(甬舟高速包括金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥,全长48公里)→下出口进入G329高速公路(过朱家尖跨海大桥,行驶约54.4公里)→到达舟山朱家尖

建议参观线路:白山景区(观音文化苑)——漳州湾(乌石塘)——东沙——国际沙雕艺术广场(南沙)——情人岛——大青山(千沙、里沙、青沙)

餐饮

朱家尖的饮食不便宜,朱家尖饮食分为排挡、农家乐和宾馆饭店。个人感觉最卫生最便宜的还是农家乐用餐;排挡水分太大,价格不菲,宰人不商量;宾馆则是真刀真枪地明抢,愿者挨宰。在朱家尖吃海鲜,农家乐的价格是100元一人,东西多少就看老板的良心了,一般有鱼、有虾、有蟹(一人一只)、有蛏子和其它贝类。

另外要省钱又要吃好,可以开车去朱家尖大桥对面的凯虹国际广场,有外婆家和肯德基什么的。开车过去大概20分钟吧,停车免费。凯虹广场2楼和对面还有大型超市,可以采购补给。

住宿

自驾出行的话,尽量不要选择住在南沙,实在太吵(喜欢热闹的请无视),可以选择东沙,最好住在大青山景区内,甚至可以住在漳州。

[心似尘埃](#)提供

朱家尖行程推荐

以下行程由[铿锵芋芳](#)提供

D1:中午抵达朱家尖,稍事休息后去小乌石塘(免费),发呆很不错,但是不适合游泳。左侧有一条盘山路,有体力的朋友可以走上去看看风景,也不错,下雨天就算了,很泥泞湿滑。去小乌石塘的路上,有一段正好可以俯瞰东沙,是拍东沙最好的场所。

4、5点时候走去东沙(免费)游泳,正好太阳下山,不热,人也少,风景也好(那时的海水最蓝)。

晚餐后在宾馆休息,到20:30左右去南沙,先逛逛沙雕广场,之后21:00进入南沙的沙滩游玩,此时沙滩免费。不用怕,沙滩有灯不黑的(10

朱家尖地图

朱家尖位于舟山群岛东南部莲花洋上，北离普陀山岛2.5公里，西与著名渔港沈家门隔海相望约2公里，面积为72平方公里。



朱家尖岛，属丘陵和海积平原地貌，中部和西北部平原沃野；东南部海岸曲折，山势挺拔，礁石岬角众多，金沙广布，奇岩突兀，绿林萦绕，岛礁错峙，蓝天碧海相映，具有集海、沙、石、林、洞于一体的山海自然风光，被誉为“国家海岛生态公园”，每年7月—10月都将在这里举行国际沙雕节。

朱家尖著名风景区有五连沙景区、白山景区、乌石塘景区、情人岛。朱家尖与普陀山一起被列为国家级风景名胜区，是“普陀旅游金三角”核心区域的组成部分，与普陀山构成一“静”一“动”的互补格局，被列为舟山旅游开发的重点。现“海上公园”度假区初具规模，开辟了海上摩托艇、沙滩骑马、海滨野营、海水游泳、海滩垂钓等特色休闲项目。

朱家尖沙滩有十里金沙，由南沙、东沙、千沙、里沙和青沙5大沙滩组成。沙滩之间下脚岬角相拥，是游钓的好去处。南沙海滨浴场，设施齐全，有水上摩托艇、冲浪、帆板、沙滩排球等活动项目。白山灵石，在葱茏的树木中，有着八戒望海，石蛙观天、金鸡报晓、仙女断跳、千丈石崖、罗汉朝圣等千姿百态的奇岩怪石，趣游其间，竟有“踏遍青山入仙境”之感。

岛上建有“普陀山民航机场”，与舟山本岛间的跨海大桥建成后，朱家尖岛成为“普陀旅游金三角”的海、陆、空交通枢纽。樟湾乌砾，以观乌石砾滩，听乌塘潮音，泛舟港湾欣赏渔乡风情。



点可能熄灯了)，人也蛮多的，踩踩水，捉捉螃蟹很有意思。

D2: 早上早起，去白山或者乌石塘。白山要爬山，但是不累，有些地方有惊无险。山顶风景很好，可以看到普陀山和大海，凉风习习，爬山的道路两边都有绿树遮荫，所以不热。有些道路很窄，胖子要注意了，呵呵。

中午回客栈休息，避开最毒的阳光。13:00 点左右去情人岛，这时不是最热，光线也最适合拍照。

D3: 赴大青山，小车可以免费驶入，里面基本没有什么消费。大青山景区里的里沙很不错，所以可以带上泳衣和玩沙工具。大青山，玩得快点 1 个半小时就够了，也可以慢慢看，每个平台都可以发会儿呆。路上不少好风景，可以停车拍照，路还是蛮宽的，又是双车道的单行道（一条停车带）。

如果不想花 100 的门票钱，有两处可以看看：

从南沙去大青山的路上，有两处观景台，分别可以看南沙和千沙，都很不错，不要错过，免费的。之后继续往大青山方向行驶，在 G329 的尽头，是一个丁字路口，左转往景区正门，右转往牛角湾水果基地。此处右转，一直前行，就是大青山的出口处，那里有一段海景也是非常不错的。大家可以自己探索一下，找不到就找人问下大青山的出口，不难找到，都是沿着大路开的。

从大青山出来下午用餐后返回。

如果有空闲的，还可以多花一天、二天时间顺路去下普陀山。



 铿锵芋芳 大青山山脚风光

桃花岛

桃花岛是金庸笔下东邪黄药师的居住地。书中提到的不少地名在此都有出处，这更为桃花岛增添了神秘色彩。

相传秦代隐士安期生在岛上白云山修道炼丹，“尝以醉墨洒于山石上，遂成桃花纹”，岛名由此而来。相传桃花岛是中国道教的发祥地之一。对峙山上有圣岩寺，建于海拔 482 米处的一个天然石洞之内，至今已有 400 多年的历史了。传说当年安期生学道炼丹于此洞之内。

桃花岛岗峦密布，山势起伏，林木葱翠，素有“海上植物园”之美名。全岛由塔湾金沙、安期峰、大佛岩、桃花港、鹤鹑门、乌石砾滩六大景区组成；另有龙女峰、东海明珠、白雀寺、圣岩寺、含羞观音、仙人桥、黄药师居室、清音洞等 60 多处景点。桃花岛还以石奇而吸引游客：有的

巨石如同狮子下山，有的又像海豹顶球，有的还似仙女拜佛。对峙山山顶屹立的“大佛头”奇石群，如巨型雕塑，云雾缭绕，巍峨壮观。尤其在山顶之上，有一块大石块，形如佛头，不论远至百里，还是近在咫尺的地方，从任何角度观看，其大小始终如一。传说天上有位神仙下凡巡视，路过东海，为桃花岛的旖旎景色所吸引，不愿返回天府，化身石，长住于此。

地址：普陀区，舟山群岛东南部，普陀诸岛屿中心，北距舟山市普陀区政府所在地沈家门 7.8 海里，与“海天佛国”普陀山、“沙雕故乡”朱家尖隔港相望。

费用：景区联票一票通：140 元；大佛岩景区（射雕影视城）：50 元；桃花峪景区：45 元；安期峰景区：45 元；塔湾金沙景区：旺季 58 元。

开放时间：塔湾沙滩：7:00-18:00；

联系方式：0580-6063668

到达交通

去桃花岛主要的交通工具是船。游客主要通过沈家门墩头码头、沈家门半升洞码头、普陀山码头、宁波郭巨码头、宁波大榭码头均有快艇或轮船到桃花岛的沙岙码头；自驾族可以直接开车上船，桃花岛上有两条环岛公路。到了沙岙码头之后，那里就有中巴车接应到各个景区去的，基本上都是环岛的。

铁路

各大城市的游客可先坐车到宁波、上海、杭州等大中型城市，再转到有客渡到桃花岛的码头。上海、杭州有长途大巴到舟山沈家门。

客车

上海方向：上海到沈家门的大巴每天有 16 班，车程约 5 个小时，票价 138 元/人。沈家门客运中心有公交 28、29、7、6 路到墩头码头，公交 2 元。

杭州方向：杭州汽车南站、东站都有到沈家门的客车，1 小时 2-3 班，车程约 5 小时，车费 100 元左右。

宁波方向：宁波北站有到桃花岛的直达长途班车（车渡），早上宁波北站 6:50 发车，下午桃花岛《射雕英雄传》影视城 15:00 返回。咨询电话：0580-6061111

自驾

至沈家门码头：杭甬高速 - 杭州湾大桥 - 大桥南连接线（即沈海高速）- 前洋互通后“按舟山跨海大桥方向指示牌行驶”- 蛟川收费站 - 舟山跨海大桥 - 舟山本岛沿 329 国道往沈家门方向开（路上注意指示牌）到沈家门墩头码头。车停此处，人坐船摆渡到桃花岛。或车开到沈家门半升洞码头，坐车渡到桃花岛。车渡沈家门半升洞码头开：早上 8:00，一天只有一班。

至宁波郭巨码头：沿沪杭高速、杭甬高速公路一直向宁波北仑方向开，到北仑收费站出口后，向右转，沿 329 国道往白峰郭巨方向开。注意到白峰码头前要向郭巨方向开，一直开到郭巨码头，坐车渡到桃花岛。郭巨码头开：早上 8:30，旺季节假日有加班。

杭州到舟山桃花岛自驾车路线

杭甬高速——宁被北下——舟山跨海大桥——沈家门——墩头码头（或半升洞码头）——桃花岛

杭甬高速——甬台温高速——北仑出口——郭巨码头（“东海神珠”轮）——桃花岛

上海到舟山桃花岛自驾车路线



上海——沪杭高速——杭州湾大桥——宁波北下——舟山跨海大桥——沈家门——墩头码头（或半升洞码头）——桃花岛

上海——沪杭高速——沈海高速——甬台温高速——北仑出口——郭巨码头（“东海神珠”轮）——桃花岛

南京到舟山桃花岛自驾车路线

南京——宁杭高速——杭甬高速——杭州湾大桥——宁波北下——舟山跨海大桥——沈家门——墩头码头（或半升洞码头）——桃花岛

南京——宁杭高速——杭甬高速——甬台温高速——郭巨码头（“东海神珠”轮）——桃花岛

宁波到舟山桃花岛自驾车路线

宁波镇海——舟山跨海大桥——沈家门——墩头码头（或半升洞码头）——桃花岛

宁波——甬台温高速——北仑出口——郭巨码头（“东海神珠”轮）——桃花岛

轮渡

轮渡是到桃花岛最重要的交通工具，沈家门墩头码头到桃花岛的轮渡最多，旺季半点一班，淡季正点一班；沈家门半升洞码头到桃花岛的轮渡一天只有早上8点一班，主要是车渡。另外宁波、朱家尖到桃花岛也有直航，普陀山到桃花岛需要在朱家尖中转。班次随季节略有变动，具体班次及节假日增班以当地客运码头为准！

沈家门 - 桃花岛轮渡指南

快艇 96 客位 "神侣 1 号" 高速快艇，航时 20 分钟，票价 20 元。

沈家门墩头码头开：8:00, 9:00, 10:00, 13: 00, 14: 00, 15: 00;

桃花岛茅草屋码头开：8:30, 9:30, 10:30, 13: 30, 14: 30, 15: 30;

沈家门墩头码头到桃花岛轮船指南

轮船 405 客位 "桃花岛轮"、480 客位 "金庸轮"，航时 40 分钟，票价 15 元。上客舱和贵宾舱另收费

沈家门墩头码头开：07:20, 08:30, 10:30, 12:30, 14:30, 17:00。

桃花岛茅草屋码头开：06:50, 08:20, 10:00, 13:00, 15:00, 16:30。

沈家门半升洞码头到桃花岛车客渡指南

沈家门半升洞码头主要是车渡，"桃花轮 1 号"，航时 45 分钟，票价：普通舱 16 元，上舱 18 元，小车 70 元 / 辆。

沈家门半升洞开：08:00；桃花岛开：16:30

沈家门轮渡咨询电话：0580-3669000

宁波 - 桃花岛轮渡指南

宁波郭巨码头到桃花岛轮船

宁波郭巨码头主要是车渡，游客方便也可以乘坐。"金庸轮"、"东海神珠" 两条客渡，航时 70 分钟，票价：下舱 20 元 / 张；上舱 24 元 / 张；小车 90 元 / 辆。

宁波郭巨码头开：08: 30 13:35; 桃花沙岙码头开：12:00 15: 30

宁波轮渡咨询电话：0574-86021744

宁波大榭码头到桃花岛快艇

"翔鸿" 轮快艇直达桃花岛，航时 30 分钟。

大榭码头开 8: 00; 桃花岛开 15: 30

其他景点到桃花岛轮渡指南

普陀山至沈家门到桃花岛快艇

"翔鸿轮" 快艇：40 客位；先从普陀山出发 -- 沈家门半升洞 -- 桃花岛。

普陀山开：08:00 13:00 15:30；桃花岛开：08:45 14:45 16:15

朱家尖蜈蚣峙码头到桃花岛的快艇

蜈蚣峙码头开：8: 00; 9: 30; 12: 00; 13: 30; 15: 00。

桃花岛开：8: 45; 10: 15; 12: 45; 14: 15; 15: 45。

桃花岛玩法：漫步，爬山，寻找属于自己的世外桃源。

游览线路：桃花岛两日游

两天的时间就可以把这座金庸笔下的美丽海岛好好游览一番，感受这里群峰起伏、金沙碧海的美妙景色。

D1 桃花峪 - 塔湾金沙 - 安期峰

第一天清晨建议先到桃花岛东海岸的桃花峪景区游览，这里是岛上自然环境最优美的区块，奇岩壁立、惟妙惟肖。可晨观日出，远观海景。当一轮红日从海平面上缓缓升起，整片天空都像被画笔染红一般。

来到桃花寨，眼前出现的是杏黄旗、红灯笼、好汉曲，一瞬间仿佛置身于武侠文化世界。药师精舍、靖哥居、蓉儿茶庄，可亲自领略金庸小说中 "情"、"缘"、"义" 的真谛。

吃过午饭后前往塔湾金沙景区，午后的阳光照在沙滩上，一片金光灿灿。可以漫步沙滩，饱览大海风光；也可以和朋友一起进行各类沙滩活动；哪怕只是躺在沙滩上小憩，也别有一番滋味。

不远处的安期峰景区，登山望远，参观圣岩寺。建议您沿北山道攀登，这里沿溪筑道，绿树荫蔽，即使是在盛夏温度也不超过 28 度。如果您有毅力，就可以到达舟山千岛位置最高的寺院 -- 圣岩寺。

D2 悬鹤岛景区 - 大佛岩 - 射雕旅游城

第二天早饭后建议先去桃花岛东北方的悬鹤岛游玩，这座小岛面积很小，上面却有成片的林木、芦苇和茅草，可以和朋友一起在这里观赏海崖风光、采珍、垂钓。

然后参观桃花岛的标志景点 - 大佛岩，相传这里就是金庸笔下《射雕英雄传》中桃花岛岛主黄药师的主要活动场所。攀登大佛岩是件很惬意的事，攀登虽不难，但也要攀藤扶树，钻洞挤缝恍然一种 "山重水复疑无路，柳暗花明又一村" 之感。登上大佛岩顶，极目远眺舟山群岛恰似水上盆景园，另有一番诗情画意。

对武侠小说感兴趣的游客，可以到散花湖畔的射雕旅游城看一看，这里是内地版《射雕英雄传》和《天龙八部》的拍摄地，里面有很多小说人物的活动场所，给人以身临其境之感。



影视文化：如世外桃源的桃花岛，与金庸武侠小说《射雕英雄传》中的桃花岛正好吻合，现正在规划兴建“金庸武侠文化村”。金庸先生欣闻题词“碧海金沙桃花岛”。著名导演谢晋拍摄电影《鸦片战争》时，在桃花岛上搭建了外景地定海古城，成为新的旅游景点。之后，内地版《射雕英雄传》、《天龙八部》、《倚天屠龙记》《神雕侠侣》、《鹿鼎记》、《射雕英雄传》相继在桃花岛拍摄。

桃花岛美食：黄鱼、墨斗鱼、海蟹、花蛤、淡菜、贝壳类、条纹虾、对虾等等海味，应有尽有。



 甬江一只鱼 桃花岛金沙沙滩全景



 o 辛得瑞拉 oOo 桃花岛上青山环绕的寺庙

东极岛

东极岛其实不是一个岛。而是一个镇。东极镇共有四个住人岛，分别为庙子湖岛、青浜岛、黄兴岛、东福山岛。

东极岛群地处舟山群岛最东端，同时也是中国大地第一缕曙光照耀地，“东极”——名副其实。来东极玩的游客，日出是必须看的。

东极有着浓厚、古朴的渔家特色，更有那美不胜收的风光，它几乎包揽了真正意义上的阳光、碧海、岛礁、海味。且气候宜人，水质清澈，是少有的纯洁之地。这里海面一年四季变化有常，静胜杭州西湖，一马平川；怒比钱塘秋潮，惊涛裂岸。东极诸岛有“云雾岛”美称，每年春、夏，岛顶上云雾飘绕，而海岸边却是阳光普照，蔚为奇观。东福山、叶子山奇山峻岩，巧夺天工，伟比泰山，险近两岳，怪如黄山，异似磐砣。

东极各岛既有碧海奇石的美称，还有那美丽动人的传说故事。世传秦时的徐福率三千童男童女下东海为秦始皇求长生不老之药，驻足地便是东

福山。近、现代的文人墨客也各领风骚，为东极留下了许多传世佳句，更为东极积淀了浓厚的文化底蕴。

东极玩法

海上“布达拉宫”- 青浜岛

位于青浜岛南岬，岛上渔民生息繁衍，海派建筑沿势而造，层层叠叠，驾舟远望，呈现出西藏布达拉宫那海市蜃楼景象，气势极为壮观。

西福山卧佛 - 青浜岛

位于青浜岛东南约 1.2KM 处的无人岛屿，俨如一尊大佛横卧海面缓缓浮出，年复一年日复一日地保佑出海的渔民平安归港。

象鼻峰 - 东福山岛

位于东福山东端，是极地风光的一处奇观。当船驶临峰海角，仰望峰顶，犹如大象长鼻调皮地伸长到大海，戏弄潮水。奇石两边陡峭凌空，险象还生。

新世纪第一道曙光照射点（东福山岛）：由英国格林尼治国家天文台测定，祖国大陆居人岛新世纪第一道曙光照射点为东福山，日出时间 2001 年 1 月 1 日 6 点 42 分，照射点位于该岛的最东侧。

战士第二故乡 - 庙子湖岛

位于庙子湖海防营，“战士第二故乡”的歌词就是该营战士张焕臣所作。境内绿树成荫，峰岩峥嵘，让你感受东海前哨的风采。

财伯纪念馆 - 庙子湖岛

位于庙子湖放火山，“青浜庙子湖，菩萨穿龙裤”的传说，就是人民把陈伯财奉为心中菩萨。附近建有陈财伯之墓，此处作为人们弘扬无私奉献海岛精神的教育基地。

东极历史文化博物馆 - 庙子湖岛

该博物馆位于东极镇庙子湖中街山路，全馆可分里斯本丸纪念馆、民俗民风馆和渔民画馆三个系列展馆。共有展品近 240 件。展馆地域性浓厚，展品来源于生活，体现了当地人民对生活的热爱，是一座集艺术性、趣味性、知识性、文化性于一体的历史文化博物馆。

地址：舟山市普陀区东极镇

费用：免费

开放时间：全天开放

联系方式：0580-6048002

岛外交通

沈家门去东极：每天早上 08:30 分在舟山沈家门半升洞码头开船，返回时间在中午 11:00 左右，每天只有一班。旅游旺季和周末下午 2:00 还有一班加班船。

上海去东极：可以从吴淞客运码头乘普陀山客轮，然后乘小快艇至沈家门半升洞码头；也可以从上海南浦大桥客运中心坐大巴到舟山沈家门，再从半升洞码头坐船到东极。

小洋山深水港去东极：乘快艇或轮渡到舟山三江码头至沈家门，或飞机到普陀山机场，再从普陀山机场打车到沈家门，从半升洞码头坐船到东极。

其他地方的朋友根据自己所在地达到沈家门便可。

岛岛间相互换乘

东极三岛“庙子湖岛”、“青浜岛”、“东福山岛”之间的来往需要乘小公交船“东福轮”。* 如果错过公交船，也可以选择雇渔船去其他两岛，但是费用非常昂贵，5 个人左右，每人最起码 100 元，强烈不建议。



“东福轮”每逢星期二、四、六、日这四天都是跑2趟，第一趟早上7:30从庙子湖出发，10分钟左右到达青浜接人，然后再花30分钟左右，大概8:15左右到达东福山岛。接着就返程，返回路线依次是东福山，然后青浜，最后在早上9:00左右到达庙子湖。

第二趟是中午11:00，因为10:40左右“东极轮”到达庙子湖岛，第二趟就是为了接从大船来的新游客，路线和行程跟第一趟一致。所以你如果想直接去“东福”，只要等“东极轮”到了“庙子湖岛”后，马上在同一码头换乘第二趟的“东福轮”。

特别说明：每逢周一、三、五没有第二趟去“东福山”的“东福轮”，它只行驶早上7:30的唯一一趟去“东福山”的船次。同时在一、三、五日，东极轮中午到了庙子湖后，会再去青浜，然后回沈家门，不去东福山。所以一、三、五这三天的中午公交船“东福轮”是不去“东福山岛”的。

乘坐“东福轮”位置：到了庙子湖岛后，不要往人多的地方下客，往轮船另一边口走，旁边就是小轮叫“东福轮”了。

船票票价

沈家门-庙子湖(单程)：下舱100元、中舱130元、上等舱150元。

注意：推荐从淘宝网上联系卖家订往返票，旺季时船票很不好买。

底舱是没窗户的，但是有空调；中舱和上舱有窗，可以看到外面的海景，而且位置比较宽敞。但是建议买底舱，因为大部分时间都呆甲板看风景的，如果遇到非周末时间，中舱和上舱有许多空位的，可以跑过去坐。

庙子湖去青浜20元，庙子湖/青浜去东福山30元，东福山回庙子湖30元

线路推荐

庙子湖：从石码头沿着海边水泥路，向西走，然后沿着水泥路爬山，一直绕到最东边的“财伯公”塑像，然后下山回旅馆，相当与绕了个大圈子，整个路线大概需要走4个半小时。山上一共有6个亭子，建议都去玩玩，尤其是南极亭，很难爬，但是上面风光最好！

青浜：沿着东边山崖上的小路，一直往北走，翻过小山就是“西风湾海滩”，然后回头向北走大概20分钟“小湾洞”，那里自然景观也很漂亮，整个线路来回大概需要走2个小时。建议不要错过“西风湾海滩”和“小湾洞”！

东福山：有两条线路，一条是沿着水泥大路往上爬坡，大概爬40分钟，遇到路边一小亭子，然后选择叉路去远处的小亭，那里风景也很漂亮，大概需要走15分钟。再原路返回到小亭子，沿水泥大路再爬坡5分钟，就遇到“水晶宫”，选择走旁边的石头小路，大概5分钟遇到“白云庙”，选择下面的石头小路去“象鼻峰”，大概需要走半小时。整个线路来回需要4小时。强烈推荐去“象鼻峰”，一路上风光都很漂亮！另外一条线路，就是去“大树湾石屋”和“大树湾海滩”的，方向跟水泥大路相反，从“云雾山庄”前面的靠海小路，靠着海岸线，向北绕去，大概需要走半小时就到。再往前行走，路没修过，很难走，大概15分钟后可以看到60年代军队挖掘的藏兵洞，附近的景色也很漂亮。强烈推荐去“西风湾石屋”，非常著名的人文景观，非常震撼人心！

由 **冰红茶** 提供

美食

十月，是淡菜最肥美的季节，这属于东极岛特有的贝类海鲜，满足了对

东极海鲜的强烈欲望，一口咬下，满口鲜美，回味无穷，那鲜艳的橙黄色所表达的，是一种原始的渴望，这般赤裸裸的美味真叫人一生难忘。

如果你是一个人去玩的，可以选择跟同住的其他游客一起拼餐，大家一起吃，一起点菜，AA制。这样的好处就是可以吃很多种海鲜，而且平摊下来，人均费用比较低。海岛上物资匮乏，海鲜要比蔬菜便宜，蔬菜是统一价20元一盘。

可以到码头，向渔民购买刚捕捞上的海鲜，在旅社的厨房自己动手烧，也可以委托旅社的老板娘烧。但吃海鲜对身体健康状况也有讲究，消化功能不是很好的要适当节制。海鲜尽量不要生吃，特别是贝类，生吃很容易吃坏肚子，对不认识的陌生海生物，必须向当地居民问清楚可吃否？怎样吃？以免发生不必要的事物中毒。

在东极吃海鲜多数游客喜欢在海边夜排挡，提醒大家，必须选择卫生好的排挡，并且要学会侃价，建议游客吃海鲜还是在渔家或酒店，这样你能吃到卫生而便宜的海鲜。

住宿

庙子湖

这个岛算是东极镇最繁华的小岛，旅馆和宾馆也最多，大概近40家。大的宾馆比如“极地宾馆”、“东极宾馆”、“东福宾馆”以及“石码头酒吧海景房”，这些宾馆的条件跟大陆上的2星级宾馆条件类似，面积不大，而且里面设施简单，但是有空调，有独立卫生间，电视机。价格淡季150元到400元不等，旺季和周六价格翻番，有的甚至超过700、800元。

但是宾馆没有太大必要，昂贵不说，吃饭也不如在渔家旅馆吃的方便，靠近海边，也不会用上空调，所以还不如体会一下渔民的生活。庙子湖的渔家旅馆有30多家，基本都是以前双层楼的普通民宅改造的。一般都有10来个床位，共用一个公共卫生间和洗浴间。一般都是一个房间里摆4张床铺，只有简单的被子、床单、被套，但卫生条件实在不能恭维。出来旅游，还是将就点吧。一般淡季平日的价格控制30~50元之间，可以砍价，旺季基本翻番了。

特别注意：渔家旅馆的价格是按照床位算的，不是按每个房间算的。如果是旺季，很有可能碰到一个大房间里4个床位都住陌生人的情况，最好还是淡季出行。

青浜

该岛最破旧了，游客去的也少，所以还在营业的旅馆不多。一家“旭日山庄”，普通的三层楼房，有单独1人一间的房间。因为青浜去的游客少，所以住宿费用也相对比庙子湖贵，价格在60~80元一天，当然你能砍价，能还到40元/天。

东福山

虽然风景最漂亮，但是因为“伪游客”太多，而且需要转船，所以去的游客也不多，因此旅馆也不多，正规的就3家“云雾山庄”，“东福山庄”，“极地山庄”，其他还有几家规模比较小的渔家旅馆。其中“云雾山庄”在码头边上，刚装修的，住宿条件最好，有独立卫生间和空调，但是价格比较贵，淡季要100~150元一个床位（非一间），旺季则翻番。

而“极地山庄”在山腰上，2层楼，每层有7、8间，构造好像是工厂的集体宿舍，因为位置太高，离码头太远，离大海和渔村也非常远，周围都是野草和山石，很偏僻很寂寞，我建议不要入住，尽管老板有辆汽车会开车来码头接你，但是你入住后对你旅行不方便，比如去海边玩或游泳，



你要走半小时的山路下来，所以极度不推荐这家。

最后一家就是“东福山庄”，普通双层楼房改造，大概 10 来个床位，位置在码头上来的山坡上，位置极佳，可以在门口的木凳上看海景。旅馆里面条件一般，共用一个卫生间和淋浴房，房价比较便宜，价格一般 60-70 元，旺季会更贵，可以砍价。



 **东巴木偶** 东极岛上碧海蓝天，渔舟穿梭，村落棋布，山石林立

嵊泗列岛

嵊泗素有“海上仙山”的美誉，以“碧海奇礁、金沙渔火”的海岛风光著称。主景区泗礁岛上拥有我国长江三角洲地区首屈一指的海滨浴场基湖、南长涂沙滩及岛上观日出的最佳处——六井潭、佛教圣地——大悲山。

其他景区的嵊山“情人石”、洋山“灵礁”、远东第一大灯塔、嵊山渔港等也都伴着大东海的轻盈、皎洁、柔美、狂舞，共同飘逸着嵊泗浓浓的海洋文化气息。除了嵊泗本岛泗礁岛外，嵊山岛、枸杞岛等小岛更为清静，而壁下岛是一个纯渔业岛，岛上居民依靠捕鱼和加工海产品为生，嵊泗还号称“东海渔库”。极具地方特色的海鲜夜排档、海鲜烧烤为嵊泗之旅增添另一番乐趣。

岛外交通

上海去嵊泗：南浦大桥下买车船联票，候车大厅候车，上前往沈家湾或者芦湖港的车（车程约 1 个半小时），在小洋山候船厅等候上船（40 分钟 - 1 小时 40 分钟不等）直达嵊泗。

南浦大桥发车时间

7:30、8:30、8:40、9:30、10:40、11:20、11:30、12:10、14:00（两班）

嵊泗和上海小洋山沈家湾码头每天有船对开，从嵊泗出发时间

8:20、8:45、9:00、9:30、11:30、12:00、13:00、13:50、14:40、14:50、15:30

对应到港时间为

9:00、10:05、10:40、10:10、12:10、13:20、13:40、14:30、15:20、15:30、17:10

杭州去嵊泗：1）、汽车客运中心站（九堡）8:00 出发的长途车（约 3 小时），到达上海小洋山码头，下车买船票。

杭州汽车南站 10:30 发车（约 3 小时），过东海大桥，到达小洋山码头，

候船厅稍等片刻，上快艇（约 1 小时），到达李柱山码头后，随便找一辆公交车，问下是不是去菜园的，把免费乘车券给乘务员。

舟山定海去嵊泗

舟山定海的三江码头有船到嵊泗，直达李柱山码头。

从嵊泗发船：共四趟客轮，从李柱山码头出发，均为高速轮。

李柱山出发时间：7:50/8:35/12:05/14:40

三江码头出发时间：10:30/14:00/14:50/8:30

宁波去嵊泗：宁波镇海码头有船到嵊泗，直达李柱山码头。票价 106~160 元不等。

岱山去嵊泗：岱山的高亭镇和衢山镇也有通往嵊泗的船，一般即到即买，直达李柱山码头。

高亭出发时间：15:25

衢山出发时间：11:30/16:00

岛上交通信息

出租车

平时 10-15 元，周末 20-50 元，不打表，菜园镇是去周边景区的交通中转站。一般菜园镇内打车 10 元，菜园镇至基湖沙滩 10 元，李柱山码头至菜园镇 30 元，去基湖沙滩 20 元，去大悲山 40 元，倒南长涂沙滩 40 元，菜园镇到六井潭单趟 50 元（包车游览景区 100 元），包车环岛游出租车 200 元，中巴 500 元。

提示：如果住在基湖沙滩附近，可包车前往六井潭、大悲山、南长涂沙滩，再回到基湖沙滩。价格共 100 元左右，这样比较划算。

公交车

李柱山码头上会停几辆中巴，去菜园镇统一价 5 元 / 人，到菜园镇后，去五龙乡需搭停靠在民生商厦前的直达中巴，票价 3 元 / 人。

另外，嵊泗开通了旅游专线，贯穿嵊泗的主要景点。

站点包括：菜园（台客隆）——基湖海滨浴场——海景湾游乐中心——大悲山景区——老鼠山——东海渔村

嵊泗玩法

出海捕鱼：跟渔民一起出海捕鱼，一般在早上四点或下午四点捕捞，但鱼的个头大小和数量还是别抱太多希望的。

踩沙滩

泗礁岛上有望不见边的碧海金沙，在基湖沙滩和南长涂沙滩踩踩软沙，或者玩完日晒个日光浴，真是只有海边才能有的享受。

美食

来到这儿一定要多吃海鲜，当场烹饪，原汁原味，嵊泗螺酱、花蛤、蛏子、梭子蟹、扇贝、黄鱼种类真是够多。不仅可以到夜市排档上吃个饱，还能买回旅馆自己做。

夜排档聚集地：菜园、金平两地渔港夜市海鲜小吃，食客多，种类全，但是价格也不是那么便宜。

住宿

宾馆、农家乐：推荐住当地的农家乐，淡季大概 100-120 元，旺季或双休日会达到 300-400 元，甚至 700 元 / 晚，周日又恢复原价。

住在菜园镇：菜园镇内有很多大小宾馆、招待所，价格在 80-280 元 / 间不等，淡季可还价，镇中心水产品市场的海景路上是住宿的集中地，靠近海鲜排档，非常方便。



缺点：离基湖沙滩，南长涂沙滩较远，晚上玩沙滩回来不太方便，且比较吵闹，价格稍贵。

住在南长涂沙滩：这里比较适合想享受沙滩又喜好清静的游客。

住在东海渔村：离大悲山跟六井潭很近，但去基湖就需要打车。

住在基湖沙滩：基湖沙滩都是渔民家庭旅馆，可自己到镇中心水产品市场买海鲜让老板加工，加工费约 15 元 / 人。这里交通方便，离镇上和南长涂沙滩都很近，但离水产品市场有一定距离，需坐车或骑自行车前往。

扎营

岛上民风总体淳朴，不包括，也不限于经商较久的一些村民。毕竟旅游旺季只有 7、8 两个月。周末住宿价格甚高，带上帐篷既可以听海，又省去大笔钞票，是个上佳的选择，即使扎在村民家院子，费用也会减少很多。

泗礁岛可以在东海渔村的免费沙滩旁的木屋二层扎帐。背面是山可以挡风，有桌有椅，可以聚餐，躺着仰望星空，只要天气好，可以看到银河，一小时内还可以看到很多流星。

泗礁岛的六井潭景区有几处平台，也比较适合扎帐。第二天看日出还可以抢占有利地势。这里地势较高，仰望星空应该也不错。

嵎山岛可以在东亚绝壁附近扎帐看日出，但是旁边有坟地，慎重之！且夜晚风大无处可躲，万一下雨更方便下山。

枸杞岛可在过桥后的第二个沙滩平台处扎帐。



 蓝木 东福山（东极）的海

岱山岛

又称蓬莱仙岛，星罗棋布的小岛犹如朵朵荷花散落在碧波万顷的东海之上。海水、沙滩、礁石、海鲜、渔火是岱山的特色。岛内还有新石器时代的大舜庙后遗墩遗址，以及早在 4000 多年前，先民们就在岛上留下的“渔猎煮海”的足迹。岱山仿佛一座海外仙山，始终被微微的腥气和咸味氤氲着，空气中时常会有扑面而来的海洋气息。阳光下，漫步在柔软沙滩上，观波涛翻滚，躺在海边温泉，聆听大海涛声。夜晚的岱山是热闹且勾人的，临海一字排开海鲜大排档等待客人光顾，上面摆满鲜嫩的鱼，活蹦乱跳的海虾，都是老板从海边码头精挑细选出来的。吃饱喝足，再独自兜兜风，听着海浪声的拍打和远处吉他的弹唱，别提多惬意了。

岱山风景名胜区分八大风景区，即本岛的摩星山景区、鹿栏晴沙景区、燕窝石笋景区、东沙古镇景区、双合石壁景区和外岛的兰秀山景区、倭

井潭景区、观音山景区。

岱山主要景点

鹿栏晴沙

鹿栏晴沙是岱山的一处海滩，因位于岱山本岛北部的鹿栏山下得名，是江浙沿海最长的一条沙滩。几百米外海水才及胸，涨潮时浪很大，回声俱响；退潮时潮水偏于安宁。因为有潮汐万变，所以海滩上能看到各色海洋生物。一年中总有那么几天，天晴、无风，但只是在早晨，沙滩上会覆盖着一层薄薄的雾气，久聚不散，很美。经水久泡的沙子呈铁灰色，甚至沙滩上还能行驶汽车。开着四轮摩托自己随意兜风。

徐福亭

仿古式的双层四角亭，四周有石栏修饰。亭内树有一碑，双龙合抱，由青石精雕而成。碑文纪录了徐福求仙与岱山古名蓬莱的关系，站在亭上，可远望大海，俯视整条沙滩，阵阵海风拂面，使人心胸开阔，心旷神怡。

泥螺山

位于鹿栏晴沙内，为一滩中小屿，三面沙滩，一面入海，远远望去，象一只硕大的泥螺爬向海中，因此得名。在山顶上有一处刑马石览旧址，1998 年拍摄的电视连续剧《徐福东渡传奇》，其中秦始皇祭海送徐福、东渡船队出征、东渡营地等场景均在该地摄制完成。站在沙滩透过“鸡冠礁”观东海日出，一轮红日破海而出，霞彩缤纷。

东沙古镇

岱山境内的东沙镇是一个古老的渔镇，古镇依着这一片海而建，在海的东边，叫东沙。与江浙一带的陆地小镇很不一样，它的镇中心没有小桥流水，是实心的小巷小街和后院。古镇的前面是海，后面是山，它在水一方沧桑着，在海风里开放，在海雾里含蓄，多了海的气势，多了山的韵致，多了岛的独特。

崇福庙

该庙始建于明朝崇祯年间，故名崇福庙。清康熙、乾隆年间经两次大修，现庙内有乾隆戊午年的“崇福庙”匾及光绪年间制作的“崇福庙”匾各一块。这座纯清代古建筑至今保存完好，虽规模不大，但布局严整。今前殿、正殿两侧各有厢房相连，围成四合院；中间有戏台，殿前有照墙，东西设台门，另成一院。

岛外交通

从上海出发：早 7:30 可以到南浦大桥 43 路终点站附近的旅游集散中心乘快船前往（建议行程：班车至芦潮港（1 小时），坐快艇至岱山（2 小时），车船费 110 元 / 人。）大约 11:30-12:00 可到达岱山。

从宁波出发：从宁波城区上高速一路飞奔，50 分钟左右过舟山跨海大桥，之后到三江码头坐轮渡，也是大约 50 分钟后到达岱山。

岛上交通信息

岱山的公交比定海的还小，甚至不能用大巴来形容，只能叫小巴，名副其实的“小巴”，一辆车也就十几个位子，而且能随叫随停（当然市区除外）。有点像香港的小巴，车速快，路线随意。不过票价和定海一样贵，大约半小时的车程，要价 4 元。到了岱山，大家记得，千万不要包车。因为那里得车费不便宜。

美食

蟹糊蟹味浓鲜，咸中略带甜酸。大烤墨鱼肉质肥厚，色泽红亮，嚼起来甘香有劲。葱油煮出来的泥螺光润可爱，四周点缀着青绿的葱花，吃在嘴里既有泥螺的软嫩又有小葱的清香。越是新鲜的海货，越是可以尝试白灼清蒸的简单做法。蝴蝶虾名字好听，但白灼出来的蝴蝶虾样子够丑



晒。虾壳虽厚，却总不敌牙齿坚硬，放进嘴里咯噔几声，就被拆卸成零件，弹性十足的虾肉在舌间化成香气，如果不惜伤痕累累奋不顾“指”，用手扒出完整的一条去壳的虾肉吃起来更是特别过瘾。海边新鲜的牡蛎，无骨无筋，一种入口即化的感觉，舌头上喇的一下，鲜美到凌厉。仿佛可以就着外壳将它一饮而尽，感受措手不及彻底被鲜美击昏的痛快。

住宿

岱山的住宿地比较多，可以选择在高亭镇中心的宾馆，离夜市海鲜大排档比较近，也可以睡在后沙洋附近的酒店或旅馆，第二天早起可以去鹿栏晴沙看美丽的日出。旅馆一般标房在 100 元左右，如果开空调，会加 20 元左右空调费，也挺合算。如果大家不习惯旅馆得居住条件，也可以选择宾馆，一般标房为 168 元。

住宿 Sleep

舟山本岛住宿主要集中在定海区和沈家门，两地都有许多不同档次的酒店，宾馆。全市四星级以上酒店有 8 家，三星级酒店 21 家，主要集中在定海、沈家门、朱家尖、普陀山。同时很多岛上的当地居民也提供家庭旅馆，卫生舒适。其中，桃花岛、岱山本岛上也有各式旅馆、渔家乐是投宿的好去处。

住宿价格

舟山住宿费用浮动很大，整体说来，一到夏季即为旺季，旺季本岛价格多在 200-700 元不等，离岛上多农家乐，旺季的住宿也在 180-500 元间，其次节假日和平时也有很大区别，一般来说，节假日会较平时翻番，所以一定要及早订酒店。淡季一般住宿多在 120-180 元之间。

沈家门

坐班车及徒步的，推荐住沈家门。沈家门属普陀区，是一个沿海的长条形地段，前靠海，后靠山。是来往各岛及景区的交通枢纽中心，到普陀山、朱家尖、桃花岛等诸多岛交通十分便捷，离各景点的码头和大桥都非常近，此处也是舟山著名的渔港，沈家门夜排档海产珍馐四季不绝，缺点是地少房价贵、吃饭贵。沈家门的滨港路、东海东路、同济路一带聚集有众多宾馆、酒店，旺季在 180 - 500 元 / 晚不等。

舟山沈家门凯萨大酒店

2013 年新开的酒店，位置在普陀区商业街的中心位置，毗邻普陀山码头、海鲜夜排档，面朝沈家门渔港，和普陀山、沙雕故乡朱家尖、桃花岛隔海相望。

地址：舟山普陀区滨港路 286 号

联系方式：0580-3067588

到达交通：1、3、6、7、13、15、29 路龙眼站

参考价格：标间 248-328 元

舟山欣津大酒店

酒店的位置不算是优势，但是提供免费的班车接送至普陀山码头，服务蛮好，附近还有几家不错的餐厅，吃饭算比较方便。距离普陀山汽车总站就是几分钟时间。公交站牌也在门口，可以到直达朱家尖和半升洞码头。

离提供免费接送。到往普陀山的码头约 13 分钟车程

地址：舟山普陀区东海西路 2146 号

联系方式：0580-3099555

到达交通：1 路普陀浦西站；17 路普西批发市场站

参考价格：198-300 元

@zchao6 最重要的是有专车接送车站和码头，不管多晚都有接送啊，很方便啊，标间。房间蛮大，两张床，再加一长沙发，发现柜子里还有多余的被子等，所以，完全可以住好几个人。

舟山颐桥商务宾馆

正对着沈家门港，斜对面就是海鲜大排档。吃海鲜是最方便不过的了。在离码头较远的一边 去普陀山、朱家尖、桃花岛从宾馆出发到码头只需 10 分钟。

地址：舟山普陀区普陀区滨港路 407 号（近沈家门夜排档）

联系方式：0580-3360777

到达交通：1、3、6、7、13、15、29 路荷外站

参考价格：138-208 元

新区东港

普陀区新区东港是自驾游的第一选择，与沈家门渔港仅一山之隔，有隧道相通。是政府为了旅游业特意打造的开发区，有很多旅馆和海鲜饭店，算是最便宜的地段了。还有欧尚等大型超市和商场，吃腻了海鲜也能换胃口。

舟山圣地亚大酒店

2013 年新开的星级酒店，自驾出行很方便，离凯虹广场很近，而且离观音大桥很近，去朱家尖很方便。到蜈蚣峙码头 10 分钟的车程，酒店服务也很好很干净，离欧尚还算近步行 8 分钟样子

地址：舟山普陀区东港海印路 838 号

联系方式：0580-3696666

到达交通：16 路东港商务中心北门站

参考价格：468-1018 元

舟山普陀昊都大酒店

2012 年新开的酒店，提供停车场，打车大约 10 元钱，交通也便利，房间很干净，也宽敞，酒店大堂也干净亮堂。因为在新城，所以算是闹中取静，很适合自驾车的游客。

地址：舟山市普陀区东港海珠路 188 号

联系方式：0580-3817999

到达交通：1、9、17 路莲欣公寓站

参考价格：236-303 元

汉庭酒店 - 舟山沈家门新区兴普大道店

周边环境不错，附近有欧尚超市和大型购物商场，几家海鲜馆，房间干净，房间内一些细节设计得不到位，服务态度一般，离码头较远，停车方便，打车有些困难。

地址：舟山普陀区东港山海街 28 号

联系方式：0580-3662222

到达交通：17 路陀岙站；28 路普陀消防大队站

参考价格：139-208 元

定海



定海是以前的市中心，生活文化气息较浓厚，经济型酒店价位一般在200元左右，比沈家门便宜，比东港贵一点。区内也有三毛故居、东沙古镇、凤凰岛等代表性景点，息来海景等等酒店位置较方便，楼下不远是码头的海鲜夜排档，继续走是海滨公园。开车去沈家门需要20-30分钟。

舟山新钻石楼大酒店

酒店虽然是09年的老酒店，但好在设施不错，也干净，早餐很值得称赞。交通便利，旁边就是到上海的集散中心，周边有个美食广场，有很多小餐馆。

地址：舟山市定海区人民南路176号
联系方式：0580-2067666
到达交通：50路定海站；28路民间码头站
参考价格：390-1100元

舟山西溪度假酒店

服务设施都不错，周围很清静，虽然不算繁华，打车不方便。但胜在价位不高，离码头不算近，到朱家尖码头大概半小时。

地址：舟山定海区西溪岭路3号
联系方式：0580-8820000
到达交通：29、30、32、34、35、36、39、41、42、53、55、57、58、59、61路梅园新村站。
参考价格：158-378元

舟山锦润商务宾馆

2013年新开的酒店，设施新。边上有农家小厨。菜比较新鲜。酒店服务比较一般。

地址：定海区新桥路194号（定海区近颐景园路）
联系方式：0580-8282888
到达交通：29、30、32、34、35、36、37、39、41、42、53、55、57、58、59、61路港城公寓站
参考价格：178-268元

临城新区

“临城新区”是舟山市政府近年开发建设的一个新城，又称新城。临城新区介于定海、普陀两大城区之间，所以此处也可作为旺季的备选的住宿地点。但是临城的酒店不算多，对于自驾游的游客来说更为方便。

舟山喜来登绿城酒店

舟山不错的酒店，周边有些冷清，离轮渡港口不算近，只适合自驾。游泳池不错，房间很大，不算新开，但是服务不错。

舟山普陀山机场仅20分钟车程
地址：舟山临城新区千岛路101号
联系方式：0580-2088888
到达交通：9、88路公安大楼站
参考价格：730-1692元

舟山海豚湾假日酒店

家具和用品都是快捷酒店的水平。卫生不错，周围吃饭倒有几家。离普陀山比较远。

地址：舟山临城新区港岛路258号
联系方式：0580-2186555;2290080;2290090
到达交通：9、25路丰茂菜场站；35路移动大楼站
价格参考：288-428元

岛屿住宿

除了舟山本岛住宿，如果是游览舟山离岛，如东极岛、普陀山、朱家尖、桃花岛、嵎泗列岛等，一般选择在岛上留宿，除了普陀山有位数不多的高级山庄外，其他岛上多以渔家乐为主，这些渔家乐大多食宿一体，大多服务不错的渔家乐甚至可以代订回程船票、带你出海打渔等活动，对于淡季价格多在150-300元不等，周末和节假日更贵，甚至翻番。所以上岛之前一定要及时订好房间，做好心理准备。

东极岛

客房和船票都较少，需要提前预定。庙子湖村是东极岛最繁华的地方，旅馆和宾馆也最多，大概近40家。大一些的有舟山东极岛石码头酒店、舟山东极海之缘大酒店等，这些宾馆的条件跟大陆上的2星级宾馆条件类似，面积不大，而且里面设施简单，但是有空调，有独立卫生间，电视机。岛上高档住宿几乎没有。

普陀山

普陀山算是几个小岛内住宿最为完备的，不仅有五星级的酒店，如雷迪森普陀山大酒店、祥生大酒店，也有亲民的渔家乐，具体可参见普陀山住宿攻略。

朱家尖

普陀区朱家尖的渔家乐大多集中在南沙景区、乌石塘景区周边和朱家尖街道东沙村东荷嘉园小区。有些季节还能租帐篷睡沙滩。住宿价格旺季一般在200-400元之间，如果遇上节假日和周末住宿价格至少会上涨1/3。

嵎泗列岛

嵎泗的住宿大多集中泗礁本岛菜园镇和东海渔村，嵎泗离岛如嵎山岛、枸杞岛也有一些简单的住宿，具体可参见嵎泗住宿攻略。

桃花岛

桃花岛住宿主要集中在公前街和塔湾村金沙景区，价格大约在150-350元之间。价格相差不大，淡季时节一个双人间，条件不错的宾馆，卫浴、热水、电视、空调一应俱全，50/人，节假日会涨的比较多，涨得最厉害的是暑假，一个房间一晚上要400以上。

餐饮 Eat

舟山不仅是我国最大的渔场，也是世界著名四大渔场之一。舟山的黄鱼、带鱼、石斑鱼、锦绣龙虾及蛎、蛤、虾、蟹，还有淡菜、青蟹等，都是极具特色的海鲜名品。在饮食方面自然以海鲜为特色，烹饪的主要特点为清蒸、酱渍、盐渍、风干，生吃。主要的风味名菜有：白鲞扣本鸡、黄鱼鲞烤肉、大烤目鱼、盐焗基围虾、嵎泗螺酱、葱油海瓜子、烟熏鲳鱼、芹菜炒鳗丝等。知名的沈家门渔港是品尝舟山海鲜的最佳选择。

本岛餐饮

舟山的海鲜非常有名，到舟山，海鲜一定是要吃的，其实舟山的海鲜价



格和宁波、上海差不多，吃的就是一个新鲜。最好还是选一些正规的海鲜餐馆为好。其实舟山本地人一般都不会去外面吃海鲜的，大多在市场买来自己做，但要吃到便宜又美味的海鲜，也不是没有办法，那就是尽量在秋冬季节前往舟山。当然，这里也不全是海鲜类，吃腻了海鲜完全可以换换口味。

餐馆推荐

非海鲜类

六中大饭店

用料实诚，价格靠谱。在高消费的旅游城市，能吃到这个价位不容易。传说他家大部分是违章建筑，但是性价比合适得连城管都舍不得去拆他。口味不咸不淡，不甜不辣，口味还行，正宗的舟山本地菜。

地址：定海六中(盐仓中学)门口的临时棚屋。此地有一条三车道的新马路，并行一条老实柏油马路。在柏油马路上，两边突然停满私家车的位置即是。到达交通：42路公交定海六中。



 EVER 六中大饭店内出品是正宗本地菜

海鲜类

高佳庄海鲜超市酒楼

高佳庄位于沈家门的中心地段，距沈家门码头仅2公里。这里海鲜品种繁多，菜的口味不错，且这里都是明码标价，一般不会出现宰客现象，游客可放心品尝海鲜美味。

地址：普陀区沈家门东河路107号(近滨海路)

营业时间：10:45-14:30; 16:45-20:30

联系方式：0580-3025777;3021333

到达交通：8、12、27、28路普陀二车站。

舟山小吃推荐

全舟山最好吃的臭豆腐，在定海区老年大学对面。在一个小路边，店面很小，每天下午被各种学生和中年人老年人围满，卖完就收摊。(晚上7点后肯定没了)

传说中舟山群岛最好吃的猪肉葱饼，在定海区盐仓县的马路边边上。一个小摊摊，一对小夫妻在做饼。(下午到傍晚，不下大雨的时候都有)

7毛一个，圆的是猪肉馅的，长方形的是葱油馅的

舟山美食街

定海芙蓉洲路步行美食街

晚上的定海城会让你感到海上古城热闹而又丰富的夜生活，咖啡馆、茶馆、以及“川菜馆”、“湘菜馆”、韩国料理等风味小吃，花色多样，热闹异常，整条街上飘着阵阵诱人的香气，不时勾起人们的食欲。

地址：定海城区中心昌国路和解放东路之间

本岛海鲜排档

舟山海鲜甲天下，海鲜荟萃夜排档。大排档每个摊位前都养着容易存活的海鲜，琳琅满目，应有尽有，简直就是一个小型海洋生物博物馆。在这里有海贝、海虾、马蹄螺、芝麻螺、梭子蟹、小黄鱼、比目鱼、石斑鱼、油爆海螺、红烧虎头鱼、清蒸小黄鱼、钓带鱼、一品佛手、沙律明虾……

沈家门海鲜排档

名气最大的海鲜排档。沈家门海鲜排档近临沈家门客运码头，如果您是从这里中转前往普陀山、朱家尖或桃花岛，也可以在此停留时享用一番，价格相对普陀山稍便宜，但还是不便宜，而且都是外地人才吃。

在这里吃的不仅是新鲜，还有一种氛围。大家围坐在圆桌边，剥着舟山大对虾、梭子蟹，还有一大堆不知名的贝壳类海鲜。海鲜有生有熟，毛蚶等贝壳类的海鲜就是生鲜，好多人对这样生食还真不习惯。吃海鲜一定要喝点杨梅烧酒，不然容易拉肚子。大排档里人头攒动，觥筹交错，炒菜声、行令声、嬉笑声……好不热闹。席间海风拂面，令人神清气爽，出海归来的渔船不时靠岸，大大小小的渔船来来往往，远处海浪泛着粼粼亮光，对面小岛上的灯光若隐若现，给人一种神秘感。

到达交通：1、2、5、6、7、15、27、28路东河站。

提示一下：尽量找中间的排档会便宜一些，因为东边是从普陀山，朱家尖来的客人比较多，西边从沈家门来的客人会多一些。



JalinYang JalinYang



定海海鲜排档

地处舟山定海港码头海鲜大排档有别于沈家门海鲜夜排档，因为沈家门是渔港，而定海是港口码头，风格不同，各具特色。每当夜幕降临，港口结束一天繁忙的穿梭之后，沿港的30多家夜排档便在那儿排开，刀光勺影中，一盘盘香飘四方的海鲜佳肴，伴着摊主的吆喝声让人垂涎欲滴。“铁板蛏子”、“串串虾”“咸蛋黄焗鱿鱼”等15个菜成为排档的特色菜。定海港夜排档的海鲜品牌，不但让外地游客，更让市民享受美食的乐趣。

这里的排档主要集中在千岛海鲜美食广场，室内建筑长廊，家庭式夜排档，都在二楼，每家有那么六七张桌子，透着大大的玻璃移门看到海。（没有沙滩，只有客船和造船厂），性价比适中

地址：定海港务码头沿海岸，二层架空建筑。

联系方式：0580-8171399

到达交通：50路定海站，28路民间码头站。

与冰妃 也是在定海区的，离我们宾馆挺近。建在码头上的，一楼就是码头轮渡站，二楼都是排档，看上去还有停在岸边的客船。舟山的海鲜很贵呢，虾50元/份、豆腐鱼48元/份。虾好新鲜呀，肉超级脆，和家乡酒店里吃的味道完全不一样——虽然家乡那些也是活的。在这吃海鲜就图个新鲜，贵不贵就是其次了。只是这岛上的蔬菜真的好贵啊，随便什么蔬菜都是18块钱一份，西红柿炒蛋18块、西红柿蛋汤15块，炒青菜也是18块。

沈家门东港海鲜夜排档

地址：普陀区朱家尖海峽大桥旁

到达交通：27路大桥收费处站；1、2、8、11、12、16、27路东港贸易城站

离岛餐饮

在各个离岛，只要住在渔家乐，就能吃到新鲜的海鲜，如果打算在渔家吃，可以提前跟老板说好，谈好价格，较热门的岛一般在60元/人，收取一些加工费，一般为15-20元，然后再让住家领着去各家的水产市场购买新鲜的海鲜，这样不会被宰，也吃得舒服。当然，渔家手艺各有不同，如果以味道至上，还是推荐去各岛的夜排档比较好。普陀山、嵊泗泗礁菜园镇、岱山岛的码头附近都有大排档可吃。

嵊泗海鲜排档

嵊泗小木屋海鲜排档地处菜园中心农贸市场附近，共有经营单位8家，设有户外座、厢座外，并为您提供纯正的嵊泗海鲜风味。都说在嵊泗能够吃到最新鲜的海鲜，那么在我们的小木屋排档则能享受到的不仅仅是这些很有特色的海洋人文气息。每个排档都以嵊泗特色景观命名，如“山海奇观”、“丰收渔港”，让游客在享受饕餮大餐前就能有文化享受的待遇。独特的渔食文化，海岛人爽朗的性格，让人流连忘返……它突出海鲜一个“鲜”字，富有特色。而且摊位之多，食客之众，场面火爆。餐桌上红的虎头鱼、黄的花鱼、白的龙头鱼；圆的沙蛤、尖的黄螺，还有双鳌高举的梭子蟹……仿佛步入了海洋生物馆。炎炎夏日，夜幕降临，依港而坐，在习习海风中一边品尝海鲜，一边观赏桅灯和明月相映的渔港夜色，别有一番情趣。

岱山海鲜排档

在岱山，几乎是家家吃海产，处处有鲜活，一般酒店、饭店都能吃到海鲜全宴，海鲜渗透到岛上的每一个角落，最出名的就是“海鲜夜排档”了。在全国乙级群众性渔港岱山中心渔港，夜排档一字排开，临海而建，场

面壮观。随着太阳余辉落尽，夜排档开始热闹起来，与船上渔火构成了一道亮丽的风景线。这里吃饭不用看菜单，因为每个摊位前都摆满了海鲜，顺着摆放整齐的海鲜桶——看去，透骨新鲜的鱼、吐着细水的贝壳、蹦蹦跳跳的虾……品种之丰富令人目不暇接，光看就让人食欲大增。岱山有名的佳肴有清蒸石斑鱼、清蒸十六枚、红烧鸡尾虾、红烧舟山带鱼、雪菜大黄鱼、雪汁马蹄螺、三抱鳊鱼（拌以海蜇头）、红膏呛蟹等等。吃着海鲜，看着海景，听着海涛，吹着带有浓烈海腥味的海风，绝对是一种惬意和舒畅的感觉。

地址：岱山县高亭镇码头附近。

开放时间：17:00-深夜



EVER 舟山的海鲜价格都不低，但是优点是够新鲜。

购物 Shopping

到舟山，各类鲜活的海产品是购物的首选。如活海贝、南海紫菜、黄龙虾米、舟山白鲞、蜈蚣鲞、三矾海蛰、海带、海蜒、贻贝等。最好的选择自然是舟山国际水产城。相比于离岛的闲适安逸，舟山比较繁华的地方集中在定海区和普陀区的沈家门，如果想购物，这两个地方最适合不过了。

本岛购物商圈

定海商圈

定海的商圈，宛如一个九宫格。三条纵线（芙蓉洲路、人民路和总府路）与三条横线（东大街、西大街、中大街，解放路，环城南路）相贯，这个九宫格，便是定海的核心商圈与休闲文化区。近年来，虽然定海的城区在不断扩张，但文化的积淀、商气的凝聚、人们的习惯，使得这一块商圈的核心地位纹丝不动。

纵贯线

芙蓉洲路，长不足两百米，南端延伸到了东海路，集美食、娱乐、休闲、服装、美容美发于一体，是典型的休闲圈，在那里吃“湘”嗝辣、川流不息，你可以品着十三香小龙虾优哉游哉地看着行人；这条路上的街面房，黛瓦盖顶，木板门面，古色古香，为仿古式建筑风格。一到夜晚，各家店铺的灯箱亮起来，霓虹闪耀，五光十色，映衬得路面灿烂辉煌。芙蓉洲路最出名的就是这条街是以饮食为主的，又称“饮食街”，咖啡馆、茶馆、以及“川菜馆”、“湘菜馆”、韩国料理等风味小吃，花色多样，热闹异常，整条街上飘着阵阵诱人的香气，不时勾起人们的食欲。



人民路：南起定海港码头，北至舟山最大的医院，沿街商铺如云、银行林立，特别是人民路中段，更是集中了百货、超市、品牌店等等，最有代表性即是第一百货商店（人民中路29号、25、33、37、38、游3路电信大楼）；总府路步行街（29、56、58、60、62、64路祖印寺站）位于最西侧，是定海最长的品牌服装街，有时尚风向标之称，在那里，你可以看到舟山最潮的时装，最IN的人群。

横截面

东大街、西大街、中大街：此处是靠近沈家门渔港和沈家门海鲜大排档最近的一条路，繁华非常。逛这条街，你可以看到定海的前世今生。石板路、木排门，老城门，宛如早先的江南小镇。街边，商肆林立；街中，行人如织；店内，顾客盈门。传统的文化、休闲礼品店以及藏饰和十字绣等时尚商品吸引着定海大多数的年轻人，各类礼品、玩具、水晶石等一应俱全，慢慢逛，常常能淘出一些令你惊喜的小玩意。

到达交通：1、2、5、6、7、15、27、28路河东站。



EVER 舟山中大街上有很多这样的特色店铺

解放路：定海的解放路其实分成解放东路（32、36、41、42路舟医门诊部）、解放中路与解放西路，尤以解放中路最为热闹，这条路曾经是一道城墙，只是后来拆除后成了路。路两边，便是商家，吃、住、用、玩，样样都有。而在解放西路，则有一段是婚纱街，遇“黄道吉日”，那里的一对新人们会让你体会岛城人的结婚风俗。还有家太平洋百货（30、32、36、41、42路边检站站），可以慢慢逛。

环城南路：这是改革开放后，才出现在舟山地图上的一条路。这是定海最长的一条路，东端有舟山日报社，其对面便是舟山博物馆；西端是舟山鸦片战争遗址公园和长途汽车站。不同的阶层，在这条路上，都可以找到自己下榻的地方，或宾馆，或旅社。（29路、游3路竹山门站）

核心圈

定海区文化广场不仅是舟山的商贸中心，也是集文化、娱乐、休闲于一体的文化艺术中心，周边汇集着舟山剧院、市文化馆、越剧团、舟山影城等文化单位，还有不少咖啡店、美食店。此处多为数码器材点，如苏宁电器、国美和鸿图三胞，想买各类电器，这里准能找到价廉物美令你满意的商品。

到达交通：28、31、32、35、36、39、41、42路文化广场站。

普陀区商圈

普陀区的商圈是近（2012）一年才发展起来，从时间来说绝对算是新兴

商圈，但却方便了来往普陀山的人。

东港内湖商圈：东港位于普陀区的东港街道，在此处有欧尚超市、凯虹广场，这两家挨着，逛起来很方便。为普陀及周边地区的人们提供了购物、餐饮、娱乐、金融、休闲等全方位服务。每逢节假日，此处人气尤为旺。

到达交通：3、28路欧尚超市站，1、2、8、11、12、16、27路东港贸易城站。

离岛购物

在离岛上，商业不算太发达，普陀区的朱家尖的国际沙雕广场，嵊泗县（嵊泗列岛）的泗礁本岛，岱山岛（岱山县）上的高亭镇都是商业相对发达的地方，购物品来主要是各类鲜活的海产品是购物的首选。如活海贝、南海紫菜、黄龙虾米、舟山白鲞、螟脯鲞、三矾海蜇、海带、海蜒、贻贝等。可以前往当地海鲜市场购买，此外，舟山市花普陀水仙独具特色，适宜盆栽或水养，桃花岛上的桃花石是加工上乘的工艺品的绝佳石材。

除此之外，“海天佛国”普陀山最繁华的一条路是华香街，虽然海鲜也是其特产，但由于高物价，还是建议到其他小岛或者普陀区沈家门街道的舟山国际水产城（普陀区沈家门渔市大街1号、2、3、8、10路国际水产城站）购买，这里是舟山最大的干、鲜海产品集散地，还有各种海鲜纪念品，有近千家摊位可供选购。



那嘉 小贝壳风铃

娱乐 Entertainment

舟山娱乐活动丰富多采，带有浓浓的海洋特色，不论是舟山本岛各式各样的影院、咖啡厅等现代娱乐设施，还是到离岛上玩海，参加渔家乐，总有一样能满足你。

城市娱乐

本岛娱乐

定海文化广场是舟山娱乐活动的中心所在，舟山艺术剧院（定海区文化广场28号）观众大厅，按国家乙级剧场标准设计。时有国内外的演出团



体在那里献演。若想看电影，就去剧院隔壁的舟山影城。那里按四星级影院标准建设，拥有4个影厅。除此之外，芙蓉洲路一段也是各种咖啡厅和酒吧的集中地。普陀区的滨港路一带一到晚上灯火通明，将港口照的如同白昼，非常美丽。

地址：定海区解放东路

到达交通：28、31、32、35、36、39、41、42路定海文化广场站。

离岛娱乐

嵊泗县的泗礁本岛菜园镇、岱山县高亭镇娱乐设施较为完备。

渔家乐

舟山娱乐活动丰富多采，富有海洋特色，以离岛最为突出。水上娱乐、沙滩排球、海边垂钓最为热门。赶海成了到舟山各大岛屿的必体验项目。

你可以去普陀山的百步沙看日出，嵊泗的基湖沙滩看夕阳，朱家尖的沙滩上看美丽的沙雕。到了晚上，带上手电筒，还能挖挖螃蟹。

一早起来，可以叫渔民带着出海，捕鱼、海钓，体会一番当渔民的感觉。不过一定要提前预约，谈好价格。

TIPS：清晨在大王沙滩附近（枸杞岛）和一个船老大聊天，听他说有很多上海人喜欢周末或假期拖家带口的买张船票就过来了，住宿就直接住在他家几晚，还可以提前约好包他家的拖虾船出海捕鱼加观光大半天，包船出海的费用2000元/次，包含了可以捕到的100多斤海产品回来，然后自己去菜市场买点蔬菜，借他家的厨房做饭，就过样过几天真正的岛上渔民的生活。2000元一次听起来有点贵，其实算下来很划算。我们第二天出船海钓的费用80元/人，只能看一会儿海景钓几条小鱼，如果再加上几顿海鲜大餐的费用要远远超过这个数字的，不过这种玩法只适合人数在10人左右且要求不高的穷游族。如果下次有机会不妨尝试一下深度岛民游应该也很有趣。（云淡风轻的Echo提供）



 **云淡风轻的 Echo** 出海捕鱼是舟山一众小岛上都有的娱乐项目。

印象普陀

印象系列大型实景演出之六——《印象普陀》，是由著名导演张艺谋任艺术顾问，著名导演王潮歌、樊跃为总导演，历时两年，经数百次精密修改方得完成，《印象普陀》选址在朱家尖原观音文化苑。朱家尖历史

上为普陀山的庙宇地，是观音道场的重要组成部分。相传观音大士正是由佛渡岛跳至普陀山，至今在山顶还留有一个硕大的脚印，与普陀山正好配成对。目前印象普陀剧场所在地为朱家尖最重要的景区之一，其间一座高114.9米的干丈崖上彩绘的一尊观音大立像壁画高69米，面积达2000平方米。而此次演出观众就将在此亲见这个“海上莫高窟”。

门票价格：

普通票 238元 / 张（1594席）

贵宾席 298元 / 张（386席）

尊贵席 888元 / 张（30席）

开放时间：景区演出时间从19:30开始，时长70分钟，夏季演出时间延后。冬季停演

到达交通

上海方向到印象普陀

A8--A5--A4-- 杭浦高速 -- 杭州湾大桥 -- 大桥南连接线（即沈海高速）-- 前洋互通（宁波北出口）下高速，走北外环路，在庄合线左转，从蛟川收费站上宁波连接线即上舟山跨海大桥 - 舟山本岛沿着329国道往普陀山方向开（一路上注意道路指示牌）- 过朱家尖跨海大桥沿路标至印象大剧场（朱家尖白山景区，原观音文化苑）

杭州方向到印象普陀

走杭甬高速到高速宁波东下，走世纪大道过常洪遂道往舟山跨海大桥，舟山本岛沿着329国道往普陀山方向开（一路上注意道路指示牌）- 过朱家尖跨海大桥沿路标至印象大剧场（朱家尖白山景区，原观音文化苑）

舟山市区到印象普陀

定海港务广场（28路停靠点）17:50 → 定海德行桥 18:00 → 新城银泰公交站 18:20 → 印象普陀大剧场 19:00。2. 普陀集散中心城北站 18:20 → 沈家门饭店公交站 18:25 → 沈家门第一小学（原普陀二中）18:30 → 东港中学公交站 18:35 → 东港台商贸城 18:40 → 印象普陀大剧场 19:00。3. 朱家尖蜈蚣峙码头 19:00 → 印象普陀大剧场 19:10。演出结束后观众按原线路返回。

花圃懒虫 朱家尖还有一个印象普陀要看，一定要看，非常精彩。老谋子导演的，华丽丽的，舞台是旋转的，灯光效果超级好，实景结合，亦真亦假。演出在晚上，普陀山回来看。

节庆 Festivals

舟山海鲜美食文化节

时间：每年7—10月

地点：沈家门渔港

活动：节日期间主要有美食文化周、家庭烹饪大奖赛、舟山名菜评选、华东海鲜烹饪大奖赛等。

普陀山南海观音文化节

时间：每年11月

地点：普陀山

活动：以普陀山深厚的观音文化底蕴为依托，以弘扬观音文化、打造文化名山为内涵的佛教旅游盛会。期间有大型法会、佛教音乐会、众信朝圣、莲花灯会、文化研讨会、佛教文化旅游品展览会等一系列活动，吸引着众多海内外观音弟子、佛教信徒、香客游客聚缘“佛国”。



舟山国际沙雕艺术节

时间：每年7—11月

地点：朱家尖

活动：国际沙雕艺术节每年都采用比赛与展示相结合的形式，每一届都会定下一个主题，各路选手围绕这个主题施展各自绝活，观赏性很强。还有花车游行、海岛特色文艺表演、海鲜美食品尝等活动。

线路推荐 Tours

舟山列岛：一般到舟山，不外乎吃海鲜（普陀区沈家门）、看海（东极岛、嵛泗列岛、枸杞岛、岱山岛）玩沙（朱家尖）、和上香请愿（普陀山），有武侠梦的自然会选桃花岛，因为大部分岛岛间均需轮渡，因此可以将一个岛作为此行目的地，平均用时2天，如果是在列岛内周游，将几个主要景区都走遍，至少需要6天。其中以回到舟山本岛上辗转前去各岛最为方便。参考串联：嵛泗列岛——舟山岛——桃花岛——舟山岛——朱家尖岛——普陀山岛——岱山岛

舟山串联：舟山和上海、杭州、宁波有轮渡往来，因此，如果是和内陆串联，一般会在这三个城市内选择。

舟山3-7天计划（出自蜂蜂EVER——《土著导航，路线行程风景美食@舟山群岛》）请以Tips形式

PLAN.1

3DAY，宿舟山本岛，三天时间，普陀山、朱家尖、桃花岛一天玩一个岛。

D1，一早出发去舟山，12点以前到沈家门吃午饭，下午朱家尖。推荐只去南沙（半天，观沙雕，沙滩可游泳），乌石塘（都是黑色的鹅卵石）白山（阉割缩小版黄山）比较无聊不用去。晚上南沙有海鲜烧烤夜排档。

D2，普陀山，这是重头戏，要虔诚。南海观音、佛顶山、普济寺、法雨寺都推荐。路线是上了码头向右走，跟着人流走一圈。（中午赶上饭点，去普济寺内吃素斋10块/人）

D3，桃花岛。推荐去看射雕影视城和桃花寨。（安期峰是一个很高很高的山，山顶有座庙，爬上去要大半天。沙滩很便宜，只要15块）傍晚7:00还有班车离开舟山。

PLAN.2

2-3DAY，东极岛2-3日游。

船的班次看上面一层楼。东极岛有“海上布达拉宫”，可以摄影、美术写生，宿农家乐，渔民开小船带你出海捕鱼，帮你把你钓的鱼加点菜煮给你吃。PS：也有不少各地的海钓俱乐部组团去钓鱼。

PLAN.3 5DAY=PLAN.1+PLAN.2

PLAN.4 7DAY=PLAN.3+ 定海古城一日游（巷子里的小吃、竹山公园、茶人谷）+ 秀山一日游（玩泥巴）

定海本岛线路

风情海岛游

舟山跨海大桥风景旅游区——中国鸦片战争遗址公园文化旅游区——海滨公园——定海港公共游艇码头——定海凤凰岛及南部诸岛

海岛乡村游

东海大峡谷国家森林公园生态旅游区——小沙三毛祖居——马岙中国“海岛第一村”——中国戏剧谷文化旅游区——海岛特色休闲农渔家乐

定海古城游

中西大街、蓝里故居——祖印寺——王家老宅、朱家老宅、刘坤记大院——刘鸿生故居——海山公园——中国鸦片战争遗址公园文化旅游区——舟山千岛海鲜美食广场

海洋生态游

舟山跨海大桥风景旅游区——东海大峡谷国家森林公园生态旅游区——中国戏剧谷文化旅游区——定海凤凰岛及南部诸岛

玩沙礼佛三日游

线路特色

普陀参佛、朱家尖玩沙，尽享海边乐趣。

线路详情

D1：舟山（朱家尖）

一早出发去舟山，吃过午饭，下午就去朱家尖。推荐只去南沙（半天，观沙雕，沙滩可游泳），乌石塘（都是黑色的鹅卵石）。晚上南沙有海鲜烧烤夜排档。

D2：舟山（普陀山）

心字石→磐陀石→二龟听法石→观音洞→普济禅寺→慧济禅寺→杨枝禅院→千步沙→百步沙 抵达普陀山。

西天景区：先到普济禅寺附近安排住宿，可住在寺院内，也可在附近找合适的旅馆。然后游西天景区，心字石、磐陀石、二龟听法石、观音洞。午间返回普济禅寺参观。

慧济寺：下午在百步沙乘2号线去索道站乘缆车上慧济寺、登佛顶山。然后步行下山，途径海天佛国石。

法雨禅寺、千步沙：下到法雨禅寺参观后，到千步沙或百步沙游泳。用罢晚餐，继续到百步沙看晚霞听涛声。若你爱热闹，“普陀山的南京路”——横直街就在普济寺的前面。不过别玩的太晚了，因为明天我们还要起个大早呢！

D3：普陀山：短姑圣迹→洛迦山→不肯去观音院→潮音洞→紫竹林→南海观音立像→百步沙 一早到百步沙观海上日出。

洛迦山：7:00到短姑道头乘船至洛迦山游览半天。

紫竹林：午后去紫竹林景区，继续“朝圣观音”之旅。

侠义人文二日游

线路特色

沙滩、美景、海域风情尽在其中……

线路设计

D1 舟山本岛【定海古城——黄杨尖景区——鸦片战争遗址（竹山公园）——沈家门渔港】

D2 桃花岛（塔湾金沙——安期峰）

线路指导

D1：抵达舟山本岛在沈家门镇东海中路或滨港路找好住宿后，搭定沈线公交车到定海古城，先在竹山公园逛逛，风景不错。出来后搭车至于



临城街道的黄杨尖景区，观赏舟山群岛千岛风光。

接着在明清历史街区走走，时间还早可参观下三毛祖居，也可乘车前往小沙镇马岙博物馆，感受马岙浓厚的海洋文化气息。

傍晚前乘定沈线回到沈家门，在中国最大的渔港—沈家门渔港赏晚霞美景，饿了尽情享受慕名已久的沈家门夜排档（位于东港，朱家尖大桥旁）特色菜肴，推荐：白鲞扣本鸡、黄鱼鲞烤肉、大烤目鱼等。

D2: 沈家门半升洞码头乘船直达桃花岛。从码头到金沙乘中巴4元，半小时可达。游塔湾金沙景区。先参观白雀寺、定海神针。接着到舟山群岛第二大沙滩—千步金沙漫步，可感受到这里沙质的细软不同一般。还可享受旁边独特的海岛风光。

下午沿龙潭路至安期峰景区。游览路线：安期峰顶、炼丹洞、圣岩古寺、大黄沙。16:00前返回码头，渡船返回沈家门，逛东河海水产品市场，夜宿沈家门。

七日舟山串联游

D1: 目的地—朱家角—上海

上海虹桥 乘地铁2号线3元至徐家汇汽车站
徐家汇汽车站 乘朱徐线6元至朱家角汽车站
朱家角古镇游玩 吃晚饭 观夜景
晚上19:00 朱家角汽车站 乘沪朱快线至人民广场12元 下车倒乘369路公交2元 20:00至外滩 游玩
22:00步行（向外白渡桥方向）或乘4或12路公交至酒店。

D2: 上海—农博

乘4或12路到城隍庙、豫园游玩。11:00乘地铁10号线5元至上海虹桥站。
乘D3119 12:25—15:37至宁波东。乘10路公交2元至广厦桥下，入住酒店。
晚上天一广场和教堂游玩。

D3: 宁波—舟山—朱家尖—沈家门渔港夜景

早晨10路公交至天一阁游玩 门票50元。
步行两站地至汽车南站，大巴49元走舟山跨海至舟山沈家门汽车站12:30。
直接原地倒车沈家门—朱家尖公交，至朱家尖南沙5.5元，沙雕广场游玩。门票60元。
返回沈家门—朱家尖公交，5元，至东苑附件下车，宿*洲路外滩酒店，120元。
晚上沿海边15分钟到沈家门半升洞码头，赏夜景。很美。

D4: 东极岛—东福山岛

7:00出发，早点，8:00到沈家门半升洞码头，购票至庙子湖，100元。行程两个半小时。到庙子湖，直接上旁边的小船，12:00至东福山，船票30元。
住宿岛上，每人每天120，吃住全包。
下午全岛游玩，需要不停地徒步4.5个小时。体力差的需要再住一天，因为只有上午8:00有船离开。钱紧，尽量下午全部游完，休闲可以住两天，慢慢玩。

D5: 东极岛—庙子湖岛—绍兴

早晨5:00起床，看日出。早点。7:30码头等船，8:40返回至庙子湖岛，30元船票。岛上有环岛旅游车，60元，不必坐。因为在船上时已经环

游了该岛周围。强烈建议徒步在村子里穿行观光。村民很热情。10:30至码头，吃海鲜面，20元一份。11:00准时上船，100元，回沈家门半升洞码头。（时间不赶可以再住一天游玩。）

原地公交29路，3元至终点鸭蛋山码头，船票18元，至宁波白峰码头，乘公交758路至宁波火车东站，5元。（注，此线比大巴回宁波时间较长一些，路费便宜一半，主要是为了观赏不同景致，建议选择）。
动车至绍兴火车站。乘130路至鲁迅故里下车，1元。住马路对面酒店，148元。

（晚上可以游楼下的沈园，有越剧表演，夜景灯光，70元门票，白天40元。）

D6: 绍兴—鲁迅故里风景区—东湖景区—杭州

自然醒。行李存前台。
游绍兴博物馆。游沈园，就是一个南方园林。
游鲁迅故里，门口领票，免费。三味书屋，鲁迅故居以及两边的民巷等，品尝臭豆腐、奶油小攀等当地特色。
鲁迅故里站乘10路公交，1元，至大禹王陵，40元。
10路返回，取行李，乘130路至绍兴火车站。（如果时间来得及，可以顺路游玩周恩来故居，兰亭。取行李后要做1路公交。其实大禹王陵可以不去，没有特色，直接去周恩来故居、兰亭的）。
傍晚，动车至杭州南。乘直达杭州城站火车站公交，3元。住车站边西湖饭店，138元。
晚上步行至河坊街，小吃街。

D7: 杭州—龙井村—九溪十八涧—梅岭村—灵隐寺

早晨乘7路，倒27路，均1元。至龙井村，步行九溪十八涧，在九溪烟村折路，走乾隆古道，至梅岭村。品茶，购买。
下午，乘Y2路3元至灵隐寺，可以沿西湖游玩至断桥，赏西湖夜景，乘7路返回城站火车站，可转站旁大型乐购超市购买特产。

D8: 回程

线路出自蚂蜂窝 风之云 《天津-上海-宁波-舟山-东极-绍兴-杭州7日游 简版》



云淡风轻的 Echo 舟山枸杞岛美景

实用信息 Practical information

语言

舟山群岛的方言分布有吴语和闽语，以吴语为主。舟山群岛的吴语又分



太湖片明州小片（或称甬江小片）的舟山方言、台州片的台州方言和瓯江片的温州方言。但舟山市的主要方言是舟山方言，它与周围吴语有许多共性，所以，我们舟山人人与浙江地区甚至是上海、苏州人通话没有问题，跟同省份的温州、丽水和衢州人通话却有困难。舟山方言也有其自身特点，且内部存在相对的地域差异和时代的差异。除沈家门镇的个别区域外，舟山市的四个县区府所在地均使用舟山方言。舟山群岛说吴语的范围占 90% 以上，说闽语的范围较小，大致仅在普陀区沈家门街道半升洞附近的福建人聚居区、东极镇庙子湖岛的南岙村、黄兴岛的庙岙村少数人、青浜岛的南田湾村及沙角底村、泥水礁岙村少数人等等。在外地人看来，舟山话和宁波话十分接近，因而经常把我们舟山人当做宁波人。而我们舟山当地人却能比较敏感地区分出舟山话与宁波话的差异。

- 繁色西类 -- 烦死了
- 杀割 -- 厉害
- 母告事体 -- 一点事没有
- 塌巴类 -- 塌鼻子
- 石骨头 -- 小偷

邮局

舟山邮政网络完善，本岛上邮局分布最为频密，除此之外，各岛均有邮局与外界往来。

- 舟山市邮政局 解放东路 218 号 0580-2615693
- 临城邮政支局 金岛路 451
- 普陀区邮政局 东海中路 555 号 0580-3013735
- 普陀山邮政分局 梅岑路 124
- 朱家尖邮政支局 舟山市普陀区
- 桃花邮政支局 桃花镇桃源路

银行

舟山的银行主要集中在舟山本岛，其中定海区、普陀区沈家门的中心城区、临城新区的繁华地带分布最为频密，主要有工商银行、建设银行、邮政储蓄银行、中国银行和农业银行为主，各离岛也有部分银行，多以工商银行、建设银行、邮政储蓄银行为主。

电话

紧急电话

- 报警、交通肇事：110
- 火警：119
- 交通事故电话：122
- 医疗急救：120

旅游服务

- 舟山市旅游局：0580-2280735
- 舟山市普陀区旅游局：0580-3013666
- 舟山市定海区旅游局：0580-2038321
- 浙江省旅游信息中心：12301

网络

目前，舟山部分地区已经实现了 wifi 热点覆盖，覆盖区域有：普陀区沈家门、东港、朱家尖基本全覆盖，桃花主要景区基本覆盖，大青山、嵛泗基湖等较远景区也实现了覆盖。笔记本、IPAD、手机等只要连接到 ChinaNet 网络，使用 chinanet-putuo 账号，即可通过 WiFi 享受随时随地高速网上冲浪。

医院

舟山本岛上比较大的医院舟山人民医院和舟山中医院，基本的医疗要求不是问题。

浙江省舟山市人民医院，定海区定沈路 739 号

0580-2558299

舟山市中医院，定海区新桥路 355 号（东门加油站往东 300 米）

0580-2612345

风俗禁忌

舟山海岛渔民尤其忌说“翻”字，怕出海遇风浪翻船。譬如：菜盆中的大鱼吃了一半不能说“翻过来吃”，要说“划过来或转过来吃”。夏天翻晒黄鱼鲞、乌贼鲞、龙虾、鱼烤时也不能说“翻一翻”，要说“划一划”；还忌说“下”字，“下饺子”，要说“煮饺子”，“下饺子”俗称人掉落海里“淹死”。“下海”要说“出海”；也忌说“霉”字，连谐音的“煤”字也不能说。“烧煤饼”只能说“生炉子”。

舟山海岛渔民吃饭时忌讳用筷子敲碗；认为“用筷子敲碗”意味着家里穷得叮当响。

并忌讳将筷子插在饭碗里。他们认为只有上供祭祖，筷子方能插在碗里。

更忌讳饭碗吃完后，把筷子横放在碗上。把筷子横放在碗上，意味着渔船在海上要遇狂风恶浪或渔船洋地“插蜡烛”无计可施，只好把橹横在船上随波逐流，听天由命。

提醒：游客到舟山海岛游玩最好尊重当地民风民俗。特别是吃饭时违了忌，会使主人不高兴的。

必备物品

衣物：换洗的内衣裤每样起码三条，T 恤和裤子（包括沙滩裤）起码三条，方便换洗。泳裤或者泳衣一套。

防晒霜、雨伞或者有绑带的帽子。别看海边的阳光不怎么厉害，其实很毒。预防晒伤，还是小心为妙。

防蚊用品。花露水或者防蚊贴等防蚊虫止痒的物品要带，白天没什么蚊子，晚上比较多。如果你住在海边的农家小宾馆，那就要小心了。

墨镜。海边阳光很刺眼，不戴墨镜会很难过，这个大家都知道的。路途较远，自驾的朋友一定要记得戴墨镜，预防疲劳驾驶墨镜也很重要。

沙滩鞋、拖鞋或者运动鞋。开车穿不了拖鞋沙滩鞋，所以穿一双舒服一点的运动鞋去，可以增加你驾驶的舒适度。

饮用水和充饥食品。这个可以随意，因为高速公路上的服务站，现在食品、饮料和水的价格也不是很贵。

药品。出门在外常备止泻药、感冒药、消炎药、退烧药和消化不良的药。常规药品要备一些，以防不时之需。吃不惯海鲜或者水土不服的时候，用得着这些东西。

游泳圈。如果有携带小孩去玩的，记得带一个泳圈。携带方便，而且为了安全必备。海滩边的租借，总是很贵的。

9. 牙膏和牙刷等洗漱用品。小旅馆的洗漱用品质量太差，有些甚至是伪劣产品，所以带一套旅行装的洗漱用品，用起来也舒心。



外部交通 Getting there

飞机

普陀山机场由跨海大桥相连，目前已开通厦门、晋江、北京南苑、深圳、上海浦东、广州、上海虹桥、沈阳和成都的航班。

地址：舟山市普陀区朱家尖

联系方式：0580-6260716；6260880

普陀山机场官网：<http://www.zsairport.com.cn>

机场大巴

机场有至普陀山（蜈蚣峙码头），票价：5元/人。车程约10分钟。除此之外，还有去沈家门（5元/人）和定海的班车（10元/人）

上车地点：候机楼到达口

上车时间：每个航班到达时间

机场的士：机场候机楼出口处有出租车服务。

汽车

舟山本岛和离岛均有汽车站，其中本岛汽车可通达外岛，离岛汽车站无法直接通达外岛，但可在此咨询车船票等事宜。

本岛长途汽车站

舟山本岛开通了广东、福建、江西、上海、江苏、安徽、湖北、山东、河南等地200多条至全国各省、市、县的公路交通客运线，在定海客运中心、舟山普陀沈家门城北客运中心、临城客运中心下车。临城车站，位于沈家门和定海之间，离景点都不算近，如果是旅游一般不在这下车，此外还有一个金塘客运中心，只是发车没有其他几个频密。但如果在此选择住宿则另当别论。没有直达舟山的大巴可先到宁波北站、南站、西站，再坐到舟山的大巴。

舟山 - 定海长途汽车客运中心

地址：定海区环城南路15号【近鸦片战争纪念馆（竹山公园）】

网址：<http://www.zsqy.com.cn/>（班次查询及购票）

联系方式：0580-2381010

发往地区：每天多趟快客发往宁波东站、南站、北站，杭州九堡客运中心，上海南站等地。

到达交通：27、31、34、51、52、59、61、游1、游3路客运中心站。

舟山普陀长途客运中心 - 舟山普陀沈家门城北客运中心

地址：普陀区沈家门街道城北开发区兴普街道；

网址：<http://www.zsqy.com.cn/>（班次查询及购票）

发往地区：江苏、福建、浙江、上海、安徽、山东等方向的汽车，与上海、宁波、杭州通车频繁。

到达交通：2、5、6、11、12、18、25、27到舟山普陀长途客运中心。

其中6路可去沈家门半升洞码头（票价2元，出租车20元），27路可去朱家尖蜈蚣峙码头（票价3元，打车40元，车程15分钟）

荷风浅浅 舟山普陀长途客运中心



荷风浅浅 舟山普陀长途客运中心

临城汽车站 - 新城站

地址：舟山市临城新区海天大道528号新城公交总站

网址：<http://www.zsqy.com.cn/>（班次查询及购票）

到达交通：9、22、88路快速公交1号线公交总站站。

金塘客运中心

位于舟山本岛和外省之间的金塘岛上，此处也有发往杭州、宁波等地的长途汽车。但并不是那么方便。

地址：金塘岛沥大线金塘烈士纪念馆塔北侧80米

网址：<http://www.zsqy.com.cn/>（班次查询及购票）

联系方式：0580-8058300

到达交通：9、22、88路快速公交1号线公交总站站。

舟山市汽运公司半升洞售票处

地址：沈家门滨港路港务二号码头，近半升洞码头

联系方式：0580-3055689

上海南站往返定海、沈家门

发车时间：每天早上7:00-19:30，40分钟一班。

行程：约4.5小时（从杭州湾大桥，中途经停定海长途汽车客运中心）。

杭州汽车南站、九堡客运中心往返定海、沈家门

发车时间：每天7:00-18:10，每40分钟一班，一天约27班。

行程：约3小时40分钟（中途经停定海长途汽车客运中心）

网址：<http://www.hzcy.com/hzcynew/ticket.asp>（网上购票和班次查询）

宁波汽车南站（或北站）往返沈家门普陀汽车站

发车时间：每天5:50-18:30，每隔20分钟一班，南站班次略少。

行程：约2小时（中途经停定海长途汽车客运中心，再行至沈家门约需半小时）。



离岛长途汽车站

以下汽车站均无法直达外陆，但可以在此问询车船联票及相关事宜

嵊泗汽车站开通上海、杭州长途线路。

联系方式：0580-5081537

岱山岛开通上海、杭州及长途岛外班车。

联系方式：0580-4472521

轮渡

舟山群岛与外界的交通联系主要依靠轮船。舟山本岛上西到东主要有鸭蛋山码头、定海三江码头、定海西码头、沈家门墩头码头、沈家门半升洞码头等水运交通中心。其中，鸭蛋山码头主要发往宁波，三江码头主要发往上海，连接外部交通，沈家门半升洞客运码头、沈家门墩头码头、三江码头、西码头主要发往内部岛屿之间的船。目前与定海通航的主要有宁波和上海，宁波、镇海有船至定海、嵊泗、岱山港、金塘码头；有车渡到桃花岛、六横岛。上海有船至定海、普陀山码头、嵊泗、岱山码头。但是随着跨海大桥的建成，除了从宁波方向轮渡前往稍近外，其他城市都可自驾前往舟山本岛。

主要城市前往定海

宁波——定海

坐车到宁波白峰码头下，然后坐轮渡过海到定海鸭蛋山码头。过渡后码头上有 31 路公交车可到达市区。

上海——定海

从上海南浦大桥购车船联票到定海西码头。正常情况每天有 2 班快艇，2 班轮渡。

游客到西码头后可坐码头公交车到定海，也可打出租车到定海。

西码头客运站问讯电话：0580-8092933

主要城市前往离岛

前往岱山

可到上海南浦大桥坐快艇到岱山，时间分别为上午 7:35，下午 2:50；也可到上海吴淞口码头坐航班，每晚 7:30 开船，一天一班。

岱山联系方式：0580-4372611

前往普陀山

从上海芦潮港码头每天上午 9:30，有快艇到普陀山，海上航行时间约 2 个半小时。

从宁波大树码头早上 7:50 到下午 3:55 有快艇往返普陀山，海上航行时间约 70 分钟。

普陀山客运码头问讯电话：0580-6091121

前往嵊泗

前往嵊泗的游客可从上海芦潮港坐船，每天中午 12 点开船。

也可从小洋山港沈家湾码头坐快艇到嵊泗，一天多个航班。另从宁波大树码头也有快艇到嵊泗。

嵊泗联系方式：0580-5078323

各港问询处联系方式及主要发往方向

上海小洋山（三江码头、普陀山）021-68287095

嵊泗问讯处（至上海）0580-5258584

定海鸭蛋山站问讯处（至宁波）：0580-2021008

定海三江码头（至上海、嵊泗）：0580-8081001，8081005

定海西码头（至岱山）：021-8092933

定海港务码头：0580-2067000

沈家门半升洞码头（至普陀山、东极）0580-3013775

沈家门半升洞汽渡码头（至桃花、六横）0580-6063609

沈家门墩头码头（至桃花、六横）0580-3669000;6370000

朱家尖蜈蚣峙码头（至普陀山）0580-3711111

普陀山码头（至朱家尖、上海、岱山）0580-6091121

桃花岛码头（至沈家门）0580-666286

六横蛟头码头 0580-6080207

六横台门码头 0580-6072700

岱山港高亭客运码头 0580-4372611

岱山衢山 0580-7780134 岱山长途 0580-1913368

虾峙 0580-6057103 登步 0580-6669172

自驾

舟山本岛、朱家尖岛、岱山岛和嵊泗列岛都能将车开上岛，游客可以将舟山本岛作为主要游玩区，也可由此作为中转。因此自驾游的游客也可以购买车船联票，直接前往各岛游玩。游客自驾到舟山本岛旅游有 3 条路可选择，A 从跨海大桥进入，B 乘坐轮渡过来，C 经东海大桥到小洋山港。

A 从大桥直接进入舟山。

其中

上海、嘉兴、苏州、南京及以北的，走杭州湾大桥，到宁波绕城高速。

杭州、江西九江、武汉及以北的，走杭甬高速，到宁波绕城高速。

南昌、义乌、衢州、南昌及以西的，走沪昆高速，到宁波绕城高速。

奉化、台州、乐清、温州、福州及以西的，走沈海高速，到宁波绕城高速。

到宁波绕城高速后，可以很容易找到去舟山的路标。

经过舟山跨海大桥，走甬甬高速经金塘大桥、西堠门大桥、桃夭门大桥、响礁门大桥、岑港大桥进入定海区。到达舟山定海。

到沈家门、普陀山、桃花岛、朱家尖、东极等方向去的沿 329 国道线或沈白线均可到达。也可以在朱家尖蜈蚣峙码头停车，然后快艇到普陀山。

到岱山、嵊泗方向的可沿环岛公路或定马线到马岙三江码头。

舟山跨海大桥上有海上横风，请务必注意 LED 交通信号牌提供的最高时速，无论如何不可超速。

B 从出发地向宁波方向，最后到沪杭甬高速的终点北仑出口下，然后往白峰码头方向开，从高速公路到白峰大约还有半小时的车程，中途设有加油站。到白峰后坐汽车轮渡过海，海上航行约 45 分钟到定海。

C 从目的地向上海方向进发，沿沪芦高速到达上海芦潮港，过东海大桥到达小洋山港。然后坐车渡到定海西码头、岱山及嵊泗。

白峰到鸭蛋山的轮渡全天候通行，白天一般间隔时间在 30 分钟左右，到晚 11 点 20 分以后间隔时间在 1 小时。问讯电话：0580-2022225。

洋山问讯电话: 021-68287095

西码头问讯电话: 0580-8092933



 steelzhang 舟山跨海大桥本身其实就是一个很值得看的景观

内部交通 Getting around

公交

舟山本岛上有许多公交线路到达本岛各个角落。其中游2、游3线为环定海城公交线。20、25、26、27、28、29为定沈公交车，连接定海和普陀两大区，车程约40分钟。间隔时间约10分钟。

定海城东汽车站专运定海与沈家门快线。本岛和朱家尖岛之间有观音大桥贯通，有公交车直达普陀山机场和岛内各主要景区。

舟山本岛的公交多数为无人售票，需自备零钱。

联系方式: 0580-2915678

网址: <http://www.zsgcgj.com/>

岛内轮渡

舟山港定海客运站负责发往六横方向。

地址: 定海区滨港路港务码头附近

联系方式: 0580-2067000;2067011

到达交通: 50、28、39、35、33、37 均可到

舟山通达海运三江站(三江码头)负责发往岱山、秀山、嵊泗方向。

地址: 定海区马岙三江码头

联系方式: 0580-8081005

到达交通: 16、22、89、50路三江码头站，此外，三江码头至定海客运中心港站有接送班车。票价5元。

舟山港沈家门客运站半升洞码头负责发往普陀山、东极岛等东部岛屿。

地址: 普陀区沈家门滨港路675号(最东端)

联系方式: 0580-3013775

到达交通: 6、7、9、13、15、17、20、29路半升洞站。

沈家门墩头客运站负责发往桃花、六横、蚂蚁、嵊泗等南部岛屿。

地址: 普陀区舟山沈家门东海中路

联系方式: 0580-3669000

到达交通: k08路

出租车

白天乘坐出租车在2.5公里内的价格为8元，但如遇路阻(车速低于每小时12公里时路阻等候费开始计时计费)或交通信号灯等候时间超过3分钟的，将加收等候费。此外，另收取1元燃油附加费。

等候费的计费方法是，3分钟内不收费，超过部分每2.5分钟加收1元。此外，超过2.5公里的起步里程后，车公里运价从1.8元提高到2元；超过6公里后，需加收50%的回空费，即每公里3元。晚上10时至次日凌晨5时可加收夜间租费，里程在2.5公里以内的，加收起步价的20%，即1.6元；如果超过2.5公里，超过部分每公里加收0.4元。等候费均另外计算。



 steelzhang 舟山上的出租车

岛内飞机

普陀山机场运营着朱家尖—嵊泗和朱家尖—东极两条航线，开通的这条游览舟山群岛的航线，有两个价位，半小时一次，和一小时一次，前者收费一次1000-1500元，后者收费在一次2000元，最远可以飞到东极岛范围，具体可咨询普陀山机场。

联系方式: 0580-6260716

网址: <http://www.zsairport.com.cn/>



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>

