

南宁



舒心慢游绿野仙踪



目录 Catalogue

- 02 南宁速览 / 特别推荐
- 03 地图
- 04 亮点 / 景点
- 13 住宿
- 15 餐饮
- 21 购物 / 娱乐
- 23 线路推荐
- 24 节庆 / 实用信息
- 25 外部交通
- 26 内部交通

南宁速览 Introducing NANNING

南宁，广西壮族自治区首府。古代属于百越之地，距离现在有 1680 年历史，唐朝贞观八年，唐太宗把这里定名为邕州，南宁的简称“邕”由此而来，元朝泰定元年，中央政府为取南宁安宁，而定名为南宁。

绿色是南宁的标志，半城绿色半城楼，因此被称为“中国绿城”，还获得了“联合国人居奖”。初来乍到，也许并未发觉有何亮点，但定有不少人感慨，这儿的人怎么走路都这么慢呀！确实，“慢”是这里的生活状态，也是一种生活态度。漫步穿梭于古镇的石板路上，在骑楼老巷间寻觅舌尖上的美食，依偎在公园长椅上看夕阳斜射波光粼粼，亦或感受其渐露头角的时尚范儿……让心情放缓，让脚步慢下来，你会发现，这个包容的城市带来的惊喜。在那满眼舒心的绿意中，估计你也忍不住想，“等到风景都看透，谁陪你细水长流”。

中山路：著名美食街区，能看到古老的骑楼建筑遗址和基督教堂。

朝阳广场：俗称市中心，也是南宁人气最旺的商圈，有万达广场、百货大楼、沃尔玛等，临近火车站。

琅东片区：新城区，有广西最大的消费中心——万象城；还有南宁国际会展中心、航洋国际、南湖公园、青秀山景区等。

风向的瓶子 天气好，城市也比较清洁，而且消费不高，人不多，自然显得也没有那么匆忙。因为阳光充足，热带雨林植物生长得非常好，整个城市都是郁郁葱葱的，还有一条邕江穿城而过。

特别推荐 Special

网上流传一句话：“每天一碗粉，强壮南宁人。”是有点儿夸张，但确实点出了南宁人民的生活写照。南宁人对粉的热爱，何止早餐那么简单，它早已成了主食中必不可少的一部分，还牵系了南宁人对家乡的思念。

米粉主要分为扁粉和圆粉，可煮、蒸、炒，还可搭配不同的佐料调配出不同的味道。除了为大众熟知的老友粉，还有生榨米粉、干捞粉、八珍粉、猪肉粉、牛杂粉、牛腩粉、三鲜粉、叉烧粉、炒粉、卷筒粉……各有特色，自有历史，百吃不腻。

据统计，如果以每碗米粉 3 两计算，南宁市每年卖出 6 亿多碗米粉；以每个米粉碗直径 20 厘米计算，把南宁每年消费的 6 亿多碗米粉排起来，可以绕地球三圈多。

最佳旅行时间 南宁位于北回归线以南，夏长冬短，春秋足迹只有短暂停留。因一年四季都是满眼的绿，任何时候都适合旅游观光，尤以 3-11 月最适宜旅游。其中，2-3 月：春花烂漫，金花茶公园、花花大世界等公园都是“摄友”的寻花处。12-2 月：想看雪的可攀南宁市郊的大明山，这里是南宁唯一有下雪的地方，在北回归线上很是奇特，可观雾凇和雪景。

消费指数 南宁消费为中高水平，除来回交通费外，待一周左右，800-1000 元基本就能满足所有需求。

穿衣指南 南宁四季气候温和，3 月开始回暖，此时易遇上回南天，整月会是几乎不断的绵绵细雨，可能北方来的会不太习惯，随身带伞。7-8 月为盛夏，必需清凉上阵，至 11 月底还能穿短袖薄衫，但此时早晚温差大，得多备一件外套。夏季夜晚略有蚊虫，不适的可换长裤，或随身带小瓶花露水喷雾。12-2 月为冬季，若是碰上阴雨天，则会较冷，需多穿厚衣。

致谢

封面提供: leewuuyi

特别感谢: 贪狼 寒雪 铿锵芋芋 amazonian liuxiaohui photoma Kubin 浮烟山良民 謙誌° cooljj 风向的瓶子 阳光茉莉 沈永飞 小树 老赵 张国俊 MissDD's(BJ) 淡淡☆阳光 沧海一粟 无名。小J爱旅行 初七 心随朗日 风无罪 向东笑靥 秋色\$涟漪 芳芳姐姐 稀有泡泡 自由飞鸟 一片面包 学姐 逍遥仙 leewuuyi 兮然 ling_gy 我心中猛虎 小妖 0725 不安的心 Xixilin93 逍遥渔翁 圆点小乌 kevenwu21 醉爱 新扎狮兄 Lovecope mm 的小m生活 luotao Wolfatwar 一餐饭距离 Wave clr804 joeyzhou 天蠶&蝴蝶 啊饼饼 CARROT 洋葱 virginir 晓雨乖乖乖

© 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。

南宁



实用信息

-  医院
-  南宁吴圩国际机场
-  南宁火车站
-  琅东客运站

景点

- 01 青秀山
- 02 南湖公园
- 03 广西民族博物馆
- 04 广西科技馆
- 05 南宁动物园(加勒比水世界)
- 06 良凤江国家森林公园
- 07 大明山
- 08 扬美古镇
- 09 灵水
- 10 花花大世界
- 11 德天跨国大瀑布
- 12 友谊关
- 13 花山壁画

住宿

- 14 南宁饭店
- 15 邕江宾馆
- 16 万豪酒店

餐饮

- 17 中山街美食
- 18 水街美食
- 19 甘家界牌柠檬鸭
- 20 味道制造
- 21 万兴酒店
- 22 外婆家

购物

- 23 琅东商圈
- 24 梦之岛百货民族店
- 25 梦之岛购物中心古城店

娱乐

- 26 民歌湖酒吧街
- 27 广西体育中心
- 28 南宁剧场





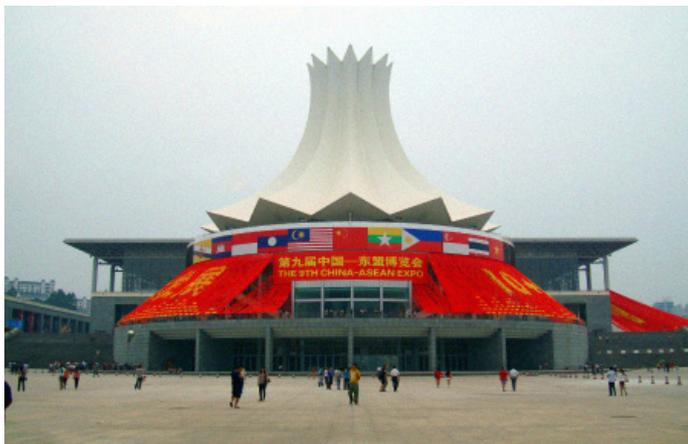
亮点 Highlights

★ 南宁是中国—东盟博览会的永久举办地。每年 10 月都会在南宁国际会展中心举办五天，这时候的南宁特别热闹，迎接来自各国的朋友，以东南亚居多。你可以在会展上，吃到特色正宗的东南亚美食，欣赏东南亚的异域风情表演，和东南亚朋友结交畅谈，还能买到特色的东南亚物品。

★ 大明山（见第 4 页）上有个奇妙的天象奇观叫“日中无影”，因北回归线横贯中心地带，每年 6 月夏至日也就是 22 日前后，在大明山上，中午时分，太阳下人们看不到自己影子，妙不可言。

★ 登上拥有 276 米高的南宁象征——地王大厦（票价 50 元 / 人），90 秒即从负一楼直达 59 层云顶观光景区。在凌空观景平台，直视全透明的脚下，体验心跳加速，在观景回廊与天空来个 360 度的拥抱，透过望远镜坐观风云变幻。

★ 盛夏到南宁动物园加勒比水世界（见第 6 页），在全国最大的海啸区里感受 3 米高的海啸来袭，劲爽又刺激。



 **浮烟山良民** 中国—东盟博览会在南宁国际会展中心举行



 **amazonian** 坐上牛车游扬美古镇

★ 在南宁保存最完好的扬美古镇（见第 8 页）里，坐上牛车，随着那慢悠悠的蹄印，于古老的木窗雕刻中，穿越回到那逝去千年的明清时代；或是乘船，追寻徐霞客的足迹，领略左江风光。

★ 乘着竹筏，在越南友人的陪伴下，与全国第二大瀑布——德天跨国大瀑布（见第 11 页）零距离接触；站在瀑布源头山巅上的中越界碑旁，只跨一步就出国了。

★ 乘船游左江流域，领略那历经了千年，至今仍未解密，令无数专家学者为之着迷的花山壁画（见第 12 页）。

景点 Sights

南宁的景点分为风光和人文两种。风光多以绿为主题，市内有各种公园，大多都向游客免费开放；一般观赏人文景观无需太多时间，而能对南宁历史有所了解。市郊周边景点比较多。

南宁市内景点

青秀区

01 青秀山风景区

要问南宁绿肺在何处，青秀山是也。其原名青山，素以“山不高而秀，水不深而清”著称，是个享受休闲静谧的佳处。放眼望去，连绵起伏的群山，郁郁葱葱的绿意，惹人陶醉。值得一游的，是山中的一座塔和一眼泉，道尽了青山的传奇故事。沿 207 级旋梯登龙象塔顶峰，尽览邕城美景；捧一手董泉，抿一嘴终年不涸的清冽；拜访 1300 岁高龄的苏铁，抚过光阴的痕迹；在桃花岛上沾一身桃花运，于观音禅寺的烟雾缭绕中虔诚地许下祈愿。

地址：南宁市青秀区凤岭南路 6 号

费用：门票门市价 20 元 / 人，有学生证为 10 元 / 人；团体优惠为 100 人以上按门市价打 9 折，300 人以上按门市价打 8 折；其他优惠：（1）1.2 米以下儿童免票；（2）持老人证免票；（3）60 岁以上老人按门市价半价购票。登龙象塔免费。

网址：<http://www.qxsfsjq.com/>

开放时间：全天

联系方式：（2 号门）0771-5689509；（3 号门）0771-5327902

用时参考：2-3 小时或半天时间

到达交通：1. 市内乘车：10、32、33、34、601、城环 1 线、城环 2 线到青秀山站下车即可。景区车辆管理费为小车 10 元 / 辆，中巴 20 元 / 辆，大巴 30 元 / 辆。

2. 景区内乘观光车，时间为每天 8:00-18:00（逢农历初一、十五为 7:00-18:00），上下车站点为二号门 - 东盟友谊园 - 状元泉 - 观音禅寺 - 桃花岛 - 箫台 - 泰国园 - 环山秀坪 - 龙象塔，收费方式：（1）5 元单程，游客自动投币，不设找补；（2）12 元套票，游客可自由上下 3 次。

寒雪 青秀山是镶嵌在这个城市中的一枚碧玉，园内巨大的人工湖与满山青翠的树木相映衬。池水波光粼粼，蓝天白云倒影水中，池中的鱼儿成群。

02 南湖公园

它是南宁市区内最大的内湖，不进公园也能看到。

依南湖形成的南湖公园，是南宁市民最常去的公园，并非它特别，而是很适合南宁人悠闲的生活方式。喜欢坐游船、垂钓、摄影的人常来此蹲点。如遇春节、中秋等重大节庆，可欣赏焰火晚会、花灯会、水幕电影等。

建议时间充裕的，白天在公园内闲逛，晚饭后散步到南湖大桥附近赏夜景。

地址：南宁市青秀区星湖路

费用：免费



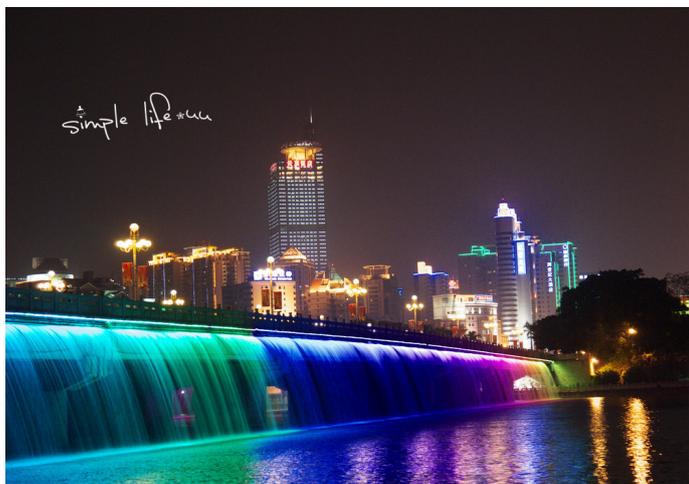
开放时间：全天

联系方式：0771-5333610

到达交通：乘坐 3、8、14、33、51、80、86、215 路等公交车可直达

- 晚上千万不要为了亲密或赏景而停留在公园树林里的昏暗无人处，小心人身安全；
- 南湖桥底的水帘幕如彩虹般缤纷，是个摄影的好角度。

老赵 感觉南湖公园有点类似北京的陶然亭加上植物园。虽是冬天，但绿树小花依然生长势头大好！也许这就是南方的特点吧。不像在北京，冬天几乎所有树都是光秃秃的。



無訖° 南湖夜色

03 广西民族博物馆

博物馆外观就很有特色，造型就是广西的铜鼓，很有象征意义。在这见识各种奇特铜鼓，回溯其发展历史，感受壮、瑶、侗、毛南等多个少数民族的风俗民情，还能聆听优美的壮乡歌谣。建议喜欢民族风的来看看，可搭配青秀山、孔庙游览。

地址：南宁市青环路 11 号

费用：免费。解说服务收费标准为 100 元 / 场

网址：<http://www.gxmn.org/>

开放时间：周二—周日 (9:30-16:30)，周一闭馆 (国家法定节假日除外)

联系方式：0771-2024322

用时参考：1-2 小时

到达交通：1. 乘 10、32、33、601、环城 1 线、环城 2 线路公交车到青秀山大门换乘 71 路支线公交车。71 路支线公交车运行时间：周一至周五 (3 趟)：8:30、12:30、16:30；周末及国家法定节假日 (6 趟)：8:30、10:30、12:30、14:30、16:30、17:00；
2. 从青秀山门口搭乘出租车至博物馆，车费约 10 元。

馆内备有轮椅、婴儿车、雨伞、拐杖和简易急救设备供游客免费借用。轮椅和婴儿车可凭有效证件或 200 元押金办理借用手续，雨伞、拐杖等物品可凭有效证件或 50 元押金办理借用手续。

张国俊 广西民族博物馆很漂亮，馆内的排列顺序也让人舒服。灯光、色彩稍显灰暗，在黄灯掩映下，照着那些形似真人的蜡像，彰显一个时代，一些民族。馆后是模拟的广西民族村，风景很好，很适合拍照。

04 广西科技馆

有很多新奇的科技作品，在这里，你可以和机器人对话，当一回“隐形人”；当一回“小小电器师”，用手掌导电帮助卡通屋拉开窗帘，还能揭秘神奇的魔术世界……很多新奇的互动，适合家长带孩子在玩乐中学习。从 2012 年春节开始，科技馆对未成年人实行免票。

地址：南宁市青秀区民族大道 20 号 (民族广场对面)

费用：1. 未成年人个人参观：凭身份证、户口本、学生证等相关证件到售票处领取免费参观券 (每人限领取一张) 后入馆参观。为方便观众入馆参观，广西科技馆还在馆网站上开通了未成年人免费门票网上预约系统，每日限量 500 张，当日网上预约成功后，预约人可持预约时填写的有效证件及获取的预约序号于次日 (9:30—16:00) 到广西科技馆售票处领取未成年人免费门票 (只限未成年人本人使用)；

2. 成年人仍需购票参观常设科普展厅，成人票 30 元 / 人，成人团体票 25 元 / 人 (20 人以上成团，团体票须提前一天预定)；

3. 年满 70 周岁以上的老人、残疾人士、现役军人等特殊人群凭有效证件免票入场，其中 70 岁以上老人须有成人全程陪同方可入场。教师凭教师资格证或工作证免费入场；团体预约须按预约时间参观，当日有效，如改期，则需另行预约。

网址：<http://www.gxkjg.com/>

开放时间：9:30-17:00 (周二至周日，周一闭馆，法定节假日除外)

联系方式：0771-2809913

到达交通：乘 6、33、34、39、45、205、213 路公交车至民族广场即可到达

用时参考：1-2 小时

- 身高不足 1.4 米儿童须有成年人一对一监护陪伴参观，成人须购票。
- 馆内不许吸烟。持有当日门票入场的观众如需中途离开展厅，请告知出入口的工作人员并凭票盖章，回场馆时须经检票人员验证后方可再次入场。限当日有效。

xixilin93 与上海科技馆、广东科学中心相较，广西科技馆无论从场馆规模还是展区内容可能都稍显逊色，但对未成年人免票却是它的一大特色，这对于孩子来说，简直太赞了！



kevvenwu21 民族广场对面的广西科技馆



西乡塘区

05 动物园（加勒比水世界）

这是广西最大的一家动物园，也是南宁最大的主题游乐园所在地。园内有海豚、大象等动物 250 种 2500 多头（只）。主题游乐园内有过山车、大摆锤、飓风运动、疯狂滑车、魔术风车等非常刺激的游乐项目。

再有，动物园之所以在夏季成为全广西人气最旺的清凉地，就因为这儿还有个广西区内首家最大型的“水上世界”主题园——加勒比水世界，不用飞奔北海，在这儿也能如踩在银滩细沙上，点燃最清凉强势的夏日激情。园内有 20 多种世界级水上玩法，最亮点的是全国最大的海啸冲浪区，挑战它，你就是勇士。玩累时，园内还有活力水疗 SPA、桑拿，让身体舒缓一整天哦。票是贵了点，但绝对很值得！



沈永飞 加勒比水世界彩虹滑道

地址：南宁市西乡塘区大学西路 3 号

联系方式：游览咨询 0771-3213932（工作时间拨打）；官网电子门票咨询：0771-2836861

网址：<http://www.gxnnzoo.com/>

用时参考：半天或一天时间

费用：动物园门票通票：50 元（游览动物园，并可凭票在主题游乐场内免费玩任何娱乐设施各一次，玩第二次需在园内按价购票；身高 1.2—1.4 米为 20 元 / 人，身高 1.2 米以下免费）；加勒比水世界门票：120 元 / 人（项目任意玩）；

购票贴士：可在团购网上购买优惠券，或是在动物园官网上购买，有优惠
南宁动物园官方网站推出二维码电子门票，促销优惠如下：

成人票（适用于 1.4 米以上游客）

动物园门票 + 水世界门票：135 元 / 人（门口售票窗票价 150 元）

水世界门票：108 元 / 人（门口售票窗票价 120 元）

亲子水世界套票（适用于 1.2-1.4 米的游客）

水世界门票（儿童票）：60 元 / 人

成人票：115 元 / 人（含免费加入动物园小海豚亲子俱乐部名额）

亲子合家欢套票（适用于 1.2-1.4 米的游客）

动物园门票 + 水世界儿童票：60 元 / 人

动物园门票 + 水世界门票成人票：135 元 / 人（含免费加入动物园小海豚亲子俱乐部名额）

小海豚俱乐部详情请查看官网首页“小海豚俱乐部”专区。

开放时间：动物园为 08:00—17:30（全年开园）；加勒比水世界为 10:00—22:00（每年约 4 月开园，10 月闭园，依气候具体时间不定）。
动物表演时间：（1）鸟类表演：在鸟类表演场，第一场 9:30，第二场 13:30；（2）动物综合表演：在原大象表演场，第一场 10:20，第二

场 14:00；（3）海豚、海狮表演：在海豚表演馆，第一场 11:20，第二场 15:00；4D 电影开放时间：10:00—16:30，每隔半个小时一场；（如遇特殊情况或节假日，表演安排以当天表演时间预告为准）。
海啸区时间参考：第一场 11:00，第二场 12:30，第三场 14:00，第四场 16:00，第五场 17:00，第六场 20:30（每一场海啸持续时间约 10 分钟，节假日开放时间及时场次以当日安排为准）。

到达交通：乘坐 4、33、53、58、62、66、76、204、207、222、604、605、804 路公交车可直达

- 周末及节假日时，人很多，玩游乐设施可能会排队很久，想玩完一遍的，最好早去；
- 在加勒比水世界拿门票兑换钥匙手环，钥匙手环既能开启置物柜，还能在园区内购物刷卡消费（只能消费 50 元）。所以不要弄丢钥匙手环，要不然得花 60 元才能拿回置物柜里的东西；
- 救生衣是免费使用的，但数量有限，不谙水性的人最好穿上；
- 有免费使用的毛巾、浴巾和拖鞋，建议不要等到要用的时候才来找。因为数量有限，人又多，最好在玩的途中折回更衣室，先拿毛巾“藏”进自己的储藏柜。

xixilin93 加勒比水世界有很多项目限身高，1.4 米以下的孩子建议去长隆水上乐园。加勒比最值得称道的就是它的造浪池，比长隆好玩得多，每小时一次的海浪和海啸，总能吸引一大批游客。园内还有桑拿房，分干蒸和湿蒸，玩到晚上有点凉了，进桑拿房蒸蒸，挺舒服的。

江南区

06 良凤江国家森林公园

这是国家级森林公园，由凤江绿野、菩提园及游乐世界三个景区构成。这里有一株中国唯一的阴阳合一的菩提树；有广西唯一、全国第二大型滑草场；广西最大的森林野战俱乐部。多数人还爱在夏天来这里露营。若是时间较赶，则不建议前往。景区内昆虫众多，穿着长袖衣及长裤为佳，带瓶花露水。

地址：南宁市江南区友谊路 78 号

费用：门票为 15 元 / 人，团体价 20 人以上 8 元 / 人

网址：<http://www.gxliangfengjiang.com/>

开放时间：8:00 - 17:00

联系方式：0771-2184836/2184991

用时参考：3-4 小时

到达交通：1. 乘 301 路公交车，在朝阳广场发车，时间 06:00-20:00，票价 3 元 / 人；2. 在朝阳花园小金山宾馆有到公园的旅游专线车；

南宁市郊景点

07 大明山

春天爬上半山腰赏花，夏天躲进天然冰箱里避暑，秋天徒步登顶吸氧润肺，冬天山上的雾凇和冰凌美得惊人……这就是大明山，南宁唯一会下雪的地方，也是我国最南端的赏雪胜地。

大明山吸引了众多自驾游者和驴友前往“偷得浮生半日闲”，领略四季变幻。你可以游弋于广袤的原始森林，还能在骆越文化的追寻中，亲体“日



中无影”的奇妙，探索大明山天坪草皮下那千古之谜的符号。

山顶的微波站是观日出的佳地，游客可站在附近的平台，也是摄影秘处和绝佳角度。若是欲赏雪景的，每年12月至2月期间上大明山，立于南疆之峰便可赏尽漫山遍野银装素裹、玉树银花的北国风光。

住宿

因大明山范围较大，不在山上留宿的必须在16:00前下山，因此想要游完全部景点或欲多留山中几日的，山顶有四星宾馆和四家观景旅馆提供食宿服务，但价格偏贵，起步价约150元，如逢周末或黄金周上大明山住宿的朋友、团队最好提前订房、订餐。

明顶山庄

推荐理由：山庄环绕橄榄大峡谷依山而建，具有中式古典、中式现代、泰式、欧式古典、壮族风情的五栋临崖别墅，外观仿造山体独特设计。登高远望，五栋别墅犹如五座山峰矗立在崇山峻岭中，足不出户，峡谷风光尽收眼底。

地址：大明山国家级自然保护区天坪保护站内

联系方式：0771-6097188

参考价格：双人间250-300元/晚

淡淡☆阳光 别墅外观很有艺术感，环绕橄榄大峡谷依山而建，早晨起来时可以呼吸到最新鲜的空气，感受大自然的美好。

餐饮

山顶有餐馆，多为大排档性质。小卖部有方便面和开水提供；节假日停车场会有烧烤、粉、小炒等，可品尝重阳笋、菊花叶汤、雷公根汤、竹笋、蘑菇等当地特色野生食物。大明山下的两江镇有正宗的手工手榨米粉。两江逢3天是圩日，每逢圩日里面有许多小吃，美味可口便宜，几块钱就可以很饱了。在两江吃饭基本上是无鱼生不成席，可以试试。

推荐线路

1. 上午：明顶山庄——观日之旅——神奇之旅。上午游览观日之旅观赏飞鹰峰、虎猴相伴、龙母菩萨、骆越王阁景点，游神奇之旅观赏爱心草坪、天书草坪、北回归线科普廊、腾龙叠水、玉脉石英、龙湖风光、天然药浴谷。

2. 下午：明顶山庄——养生之旅——休闲之旅。下午沿养生之旅游览峡谷风光，险峰峡谷，云雾飘渺，悬崖飞瀑，鸟唱蝉鸣，沿途观赏不老松、神女披纱、化石铁杉、养生台、等景点，沿休闲之旅环龙腾湖欣赏湖光山色。

地址：南宁市武鸣县两江镇明山路1号

费用：票价根据旅游淡旺季有浮动，约90-128元/人，学生证有优惠为64元（含上下车费），若遇节庆景区也偶有降价优惠，建议出行前先致电咨询，不少网站也有推出团购票，更实惠。

网址：<http://www.gxdms.com/>

开放时间：8:00-16:00

联系方式：0771-6097071（24小时）6096888，（团体咨询）：

5844922、3031224、2071224

到达交通

市区乘巴士：（1）南宁小金山广场（朝阳广场对面，南宁九中附近）-大明山大门，每天9:00和14:30有一班旅游巴士直达大明山，车票30元，但会不定期发车，车满即走，此车不走高速，车程约3小时。返程时间为15:00-16:00，在景区大门等候即可；（2）还可到安吉客运中心乘马山、大化、都安方向的大巴在大明山路口下车即可。

自驾：（1）在南宁快速环道的城北（安吉）出口出发，上都南高速公路，在第一个路口处往武鸣方向，直到府城出口下高速，出收费站后往右走二级路到大明山风景区，过路费25元；（2）在南宁从安吉路走南宁至武鸣二级路，到武鸣后看路牌往马山方向走，即可到达大明山风景区，过路费5元。自驾车上大明山每辆车收费10元，因大明山路弯、小、险，只允许12位以下车辆上山，团队需转乘小型车辆上山。

景区内乘车：游览景点一般从山顶开始，山腰只有服务区，而从景区大门至山顶步行约2小时，因此建议体力稍弱者乘景区小中巴车上山直达明顶山庄，车票自付，约30元/人（含上下山往返费用）。

用时参考：一天时间

- 夏季上山要备一件薄外套，若要留宿可带厚衣，山上早晚温差大，最好穿运动鞋；冬季雾松时间不定，出行前联系方式咨询，多带些保湿的护肤产品；
- 大明山上尚未开放的区域请勿进入，以免发生意外，如夏季易发生山洪等，不留宿的需在天黑前一小时下山；
- 出行前查好天气预报，若有大雾建议不上山，一览众山小意境偏弱，且山中雾蒙蒙易迷路；
- 淡季及天气较差时，大明山景区旅游服务一般，工作人员较少，两人以下不建议出行；
- 一定多随身备干粮和水，以便在游览途中补充体能，且景区内物品很贵；
- 若是上大明山搞摄影，没有自驾车，那是极不方便的！因为每个景点之间的距离都很远，而景区内又没有可以到达的公共交通。（Photoma 提供）

MissDD's 上山的公路只能勉强通过2辆车，全程大概是26公里，但时速也不过20公里。盘山公路非常弯曲，数不尽的弯道，且旁边就是悬崖，绝对要全神贯注。整体路况还OK，弯道处都必须提前鸣笛。这一路的鸣笛，以至于到达橄榄中心服务区时，朋友的手都酸了。新手司机真是要非常小心。

淡淡☆阳光 这条幽静的小路只有我一个人走，安静得可以听到一些不知名的虫鸣及鸟叫声，空气中依稀残留着杜鹃花香，这里绝对是修身养性之地。



淡淡☆阳光 大明山著名景点——不老松



08 扬美古镇

古镇始建于宋代，是南宁市明清古建筑保存最为完好的一个古镇。明代著名的旅行家徐霞客，曾从南宁乘船到过这里，盛赞扬美镇的沿江风光。因临江，兴盛时有8座码头，成为方圆近百公里的商品集散地，至今仍靠船渡，可见其交通闭塞，古镇上商业气息因此并不浓重。你还能在古街老巷中，随着老牛车缓慢的脚印，享受那份难得的淳朴敦厚的乡情与悠闲。

走进古镇，明清古宅鳞次栉比，名胜古迹星罗棋布。古镇古巷、祠堂庙宇、文物塔、烽火台、举人屋、进士第等无不精美绝伦，古香古色。古老的街巷，幽深的宅院，雕花的飞檐，无不诉说着平淡和安宁。庭院内残存的古桌椅和古墩瓷器等，都是难得的珍品。

不少古迹虽已消失匿迹，但仍适合慢走细读，古镇不大，两小时就能逛完。时间充裕的建议到此一看。

地址：南宁市江南区江西镇扬美圩

费用：10元/人，有学生证5-7元/人

开放时间：8:00-17:00

联系方式：0771-3360989；救援联系方式：0771-3361187；投诉联系方式 0771-5530690

用时参考：2-3小时

到达交通：

市内乘车：在火车站向右走500米进入斜对面的华强路198号，有旅游专线车，发车时间为早上8:30至18:00，每隔一小时一个班次，坐满发车。返程是4:00至16:30，每隔1小时一个班次，坐满发车，若遇节假日人多要早回。每人10-15元（节假日有调整）。中巴是最方便、最灵活的交通工具。有段路较颠簸，平时坐车容易出状况的人得多注意。车程约2小时。

骑行或自驾：热门路线为民族广场—民生广场—江北大道尽头—西乡塘小学附近左拐进石埠街圩—石埠奶场—老口渡口—扬美古镇。单程40km，路况一般，但相对较好。路上有指示牌，所以技术不是很好的朋友，自驾还是要斟酌。因这条线路中途需轮渡，轮渡很大，能连车载人游驶，无需船费，但车要收费（自行车和摩托车免费），满客即走，最晚班次为18:00。老口渡因拖船承载力问题不能载20座以上汽车，随渡口的车流量而定，车辆多时耗时较多。等船最快约20分钟，渡轮行程10分钟即到对岸。

- 导游一般是当地村民，游客可以自行斟酌是否聘请导游；
- 游左江可坐游船，在渡口的金马广场有棵树上贴有游船价目表和景点图，价格尚合理，约30元/人（1小时），如多人合租的话比较划算；
- 镇上有旅社，但环境卫生相对一般，价格偏贵，约50-80元/天，因离南宁市区不远，不建议在此留宿；
- 左江鱼一定要吃，做鱼生不错。推荐金马街餐馆的豆腐焖河鱼，鲜香回味，名吃还有梅菜扣肉、叉烧杨桃，路边小摊有卷筒粉（1.5元/根）、现炸小鱼仔（10元/盘）也很不错；特产有萝卜干、天等辣椒、沙糕、杨梅酒以及加冰糖和酸梅酿成的三花酒。

沧海一粟 游览完古镇，总体来说没有丽江、大理、凤凰等知名古城那么引人入胜，也没有什么特别让人心旷神怡的景色。所以个人觉得，古镇适合那些很少去乡村的人来逛逛，适合那些在南宁只呆几天的游人，只能安排一天行程来逛逛。

贪狼 周日的扬美果然格外清冷，游人极少。但我喜欢这样的清冷，古镇得以回归她超脱世外的静，这才是她原本的气质。漫步扬美，当地的女人们坐在廊下编东西，老婆婆有的摆摊，有的聊天，男人们则是斗牌，偶尔发出很大一声。成群的鸡傲然地走在路中间，狗更多，经常悄然出现在脚边，吓得我不轻。



Lovecops 扬美古镇里淡然的老奶奶

凤亭湖

源头在十万大山，为新中国修建的人工水库，由于筑坝蓄水淹没了一片原始森林，形成独特景观，仍处于未开发的状态。夏季游人最多，主要以自驾或骑行，团队出行。

玩点在于乘舟到湖中的岛上做岛主，露营烧烤。因湖中有几百个无名岛，船夫开船，自由选岛，没人就上，越大越有趣。蔚蓝的天，幽静的水，乘舟荡漾，看白鹭翩翩，也是钓鱼和摄影爱好者的聚集地。幸运的话还能看到被称为“世界上最神秘的鸟”的珍禽，形态介乎天鹅与白鹤之间的海南虎斑鳉。

地址：南宁市良庆区大塘镇凤亭湖水库

费用：免费。包船10元一个人来回，人多的话100元来回，坐50人不成问题，可与船夫协商。

开放时间：全天。晚上不开船，最好在天黑前返程。

到达交通：景区尚未开发完善，无直达旅游专线。（1）乘23、31、25、29、55、65、705路公共汽车到大沙田客运站后，转乘私人中巴前往大塘镇，费用8元左右；再由大塘镇，打三轮车带去乘坐面包车到凤亭湖，约24公里，需30分钟，费用5元左右。这条路是国家防洪部门修建的水泥路，路面虽平但较狭窄，且多坡多弯，一些平时坐车容易出状况的人得多注意；



骑行或自驾：从南宁市区出发往银海大道，到良庆区上高速，直走到那马下高速，进入大塘镇，此段路是二级路很好走；过大塘收费站约 300 米见凤亭酒家，往右边路口继续直走进南洲村，右转过桥直行即到凤亭湖水库，此段为乡道，坡较多。行程约 70 公里。

- 若要露营，建议留船夫联系方式，回程时预约。租船出湖后可自由使唤船只，随叫随停，进行游玩、拍照等，船工等人颇具耐心；
- 拍摄以清晨和黄昏光线为佳，早拍日出，晚拍晚霞。遇上圩日，湖面上清晨及中午往返船只较多，实为拍摄不可多得的点缀；
- 景区内无饭店和商店，有农家乐但不便利，来客才营业，需找当地人打联系方式通知店主，菜品为农家食品无污染。最好能自带食物、柴火、饮用水及锅碗瓢盆，体验原始挖坑，野炊烧烤，免费钓鱼；
- 水库中有座石排山，是俯视凤亭湖全景的一处理想巅峰所在，看湖角度恰到好处，爬上高处俯瞰拍摄最佳，但游船行程约两个多小时；
- 岛中山路陡峭，林森草茂，切勿轻易开辟新路，以免发生意外，入夜蚊虫凶猛，多备驱蚊水；
- 凤亭湖边有个集镇，虽然只有一条街，小的灵珑透彻，却保持了三日一圩的传统，早上成圩，中午即开始散去。镇上有饭馆、小炒、小卖等。

无名。 我们在岛上安营扎寨后，整体幸福感提升，岛内 GDP 直线上升。这个时候我不再姓曾，我幸福。

小J爱旅行 这里似乎只有名字被开发了而已，旅游设施还不完善，没有提前约车是寸步难行的。一定要坐船，从出发地到能看见凤亭湖全貌的那座山所在的小岛，需两个多小时行程。由于马达声太吵，我们没能坚持，就另寻了一处就近的小岛休憩。



不安分的心 由多个小岛屿组成的凤亭湖

09 灵水

炎炎夏日里的灵水，是不少南宁人的童年记忆，孩童时的戏水嬉闹，长大了依然捧场。传说泉中曾有两只灵犀鸟生活，时常在风平浪静时浮出水面，它们光彩四射，美丽无比，因以“灵水”名之。

灵水一年四季都保持 23°C 的恒温，炎夏来觅清凉的人络绎不绝，就算在

寒冬，也极大地满足了不少游泳爱好者如鱼似渴的冲动啊，还有新人在此体验了新奇而难忘的水下集体婚礼。

地址：南宁市武鸣县灵水风景区

费用：15 元

开放时间：全天

联系方式：0771-5519638/6226108

用时参考：半天或一天时间

到达交通：市内乘车：在南宁安吉客运站乘坐直达武鸣的快班，约 14 元，走高速半个多小时即到，下车后可搭乘三轮车到灵水，约 3 元；

自驾路线：在南宁快速环道的城北（安吉）出口出发，上都南高速公路走 33.5 公里，并从武鸣出口驶离，进入武华大道 / 省道 313，后向东直行进入灵水路，沿灵水路走 0.5 公里到达目的地；

骑行路线：安吉客运站—城市大道—武鸣—武鸣高中—灵水，全程约 35KM。

- 武鸣在农历三月初三会举办盛大的歌圩，可饱览抢花炮、板鞋、顶竹杠、抛绣球等传统活动，品尝民族风味小吃，幸运的话还能在灵水欣赏水上芭蕾舞表演；
- 如夜宿温泉区，价格为 100-200 元，青年旅馆较便宜，50 元 / 晚，质量也不错。灵水旁也有各种档次的酒店或旅馆，平时标间价格约 100 多元，但节假日等会翻倍。如果经济一点的住宿可选择武鸣县城的，标准双人房 30 元都有很好的了；
- 当地特色美食是清香鸭，采用本地西洋鸭为主料，加以香料酱汁，鸭肉微酸而爽口，而且保持了鸭肉与柠檬特有的芳香风味；
- 有不少人把灵水里的大石头当成跳水台，但建议不要往下跳，以免发生意外。

初七 虽是深秋，灵水依然水分充足，没有干涸来扫我们的兴，甚至还有稀稀落落的人在游泳。沿着湖边走，那或深或浅的湖水映照出不同层次的蓝蓝绿绿，仿佛空气都变得新鲜。我们还惊喜地发现湖中有鱼清晰可见。

10 花花大世界

距离南宁市区 16 公里。椰林大道上，高大的椰树齐列队，很上镜；天福池与风雨桥的水天相映也很美。除了在花山广场、宝巾园里赏花外，给黑熊、鸵鸟、梅花鹿、山羊投喂食物，还能亲手采摘新鲜葡萄、草莓、甜瓜等果蔬。

适合单位或团队出游搞户外拓展运动。若时间较多，可搭配附近的伊岭岩、灵水景区游玩；若时间较赶，且非花季，则不建议前往。

地址：南宁市武鸣县双桥镇

费用：30 元 / 人（一票通，自 2012 年 4 月 2 日起执行）；50 人以上单位团体（凭单位盖章证明）可享受南宁花花大世界门票 9 折优惠。

特殊人群：A. 免费政策：儿童 1.2 米以下免票；持有南宁市离休干部证，现役军官证，现役士兵证的游客可以免票入园；B. 优惠政策：60 岁以上持有广西区老年人优待证的老人购票 10 元 / 人；年龄在 23（含）周岁以下的学生凭有效证明可购买学生票 15 元 / 人，身高 1.2 米至 1.4 米（含）内的儿童也可购买学生票（法定节假日除外）。

开放时间：8:00-18:00

联系方式：0771-6264661



用时参考：2-3 小时

到达交通：1. 乘车：(1) 乘 32、41、211、603、801 路公交车到安吉客运站，下车后往前步行 30 米即见景区直达公交专线车站牌。每日 9:00、11:00、13:00、16:00 准时发车，回程为每天 10:00、12:00、14:00、17:00 从花花大世界准时发车，周末及节假日视游客量增加车辆，人满发车。单程 3 元 / 人。此车上高速，时程约 40 分钟。

(2) 在安吉客运站内乘坐南宁至武鸣的大巴，购票时注明花花大世界，大巴每隔 10 分钟发车；

2. 自驾路线：(1) 从安吉高速路口进入，往武鸣方向在伊岭出入口下，往前 200 米左边即到；(2) 从安吉往南武二级公路行至都南高速公路伊岭出入口，往左拐 1500 米右边即到（近都南高速公路伊岭出口 200 米）。入园道路维护费小车 5 元 / 车、中巴 10 元 / 车、大巴 15 元 / 车；大门外停车管理费小车中巴 5 元 / 车、大巴 5 元 / 车。

向东笑靥 沿着植物迷宫周围走了一圈，柳树沿着路边延伸，小鸟枝头歌唱，天空零星飘洒着些许小雨……我带着宁静的心情体验这份清幽。这里没有闹市的繁华，也没有很多旅游景点的商业化，有的便是简简单单的一份泥土气息。



邮驿卫士 花花大世界



初七 伊岭岩风景区大门

伊岭岩风景区

距离南宁市区 21 公里，是典型的喀斯特岩溶洞。在进洞赏岩石前，可欣赏壮乡民俗表演，洞内有“双狮迎客”、“海滨公园”等溶岩奇景，这时候需要你发挥强大的想象力，全程游览约两小时。若时间较多，可搭

配附近的伊岭岩、灵水景区游玩；若时间较赶，且看过大型溶洞的，则不建议前往。

地址：南宁市武鸣县双桥镇伊岭村

费用：套票 60 元 / 人（含民族风情长廊及岩洞参观，建议网上预订更优惠）。特殊人群预订标准：A. 免费政策：儿童 1.2 米以下免票；B. 优惠政策：儿童身高 1.2 米—1.4 米之间购买儿童票 30 元，老人 60 岁以上凭身份证购老人门票 40 元（具体优惠以景区公布为准）。

开放时间：8:00-17:00

联系方式：0771-6260420

到达交通：1. 乘车：在南宁市安吉客运站乘坐南宁至武鸣的中巴车，到伊岭岩大门下车即可，10 分钟发一班车，约 10 元。

2. 自驾路线：(1) 从安吉高速路口进入，往武鸣方向在伊岭出入口下，往前 200 米左边即到；(2) 从安吉往南武二级公路行至都南高速公路伊岭出入口往左拐 1500 米，过花花大世界后继续前行约 10 分钟到伊岭岩。

- 景区内有野猴子，最好不要把食物及有颜色的饮料露在外面，以免被猴子抢去；
- 景区内有免费拍照的服务，其实出洞后还需要花钱才能得到清晰大图，15 元 / 张，自行斟酌是否购买。

初七 因是深秋，洞里已没什么水分，闷热的程度丝毫没有减少，越走到深处这种感觉就越甚。好玩的是我们就像是被幼儿园阿姨带去秋游的小朋友，导游一会儿指着远处灯影明灭之处，告诉我们那是孙悟空在偷蟠桃，一会儿让我们拼命抬头去看一个不存在的刘三姐。

美丽南方

位于市郊。这里，不用搭班车大老远的奔波，就能拍到美美的向日葵，很适合周末想找处休闲地又满足上镜需求的人。黄昏时分，暖和的光线配以向阳的花朵，此时为最佳摄影时间。拍累后，还可以找家农家乐填饱肚子。一般是主人看人数来安排上菜，能尝到白切鸡、柠檬鸭、炒土鸡蛋等本地特色菜。

地址：南宁市西乡塘区石埠街道办事处忠良村 3 队

费用：免费

开放时间：全天

联系方式：13768416550（去之前最好先致电问一下花开没有）

用时参考：2-3 小时

到达交通：1. 乘坐 204 路至石埠圩街（终点站）或乘 805 路公交车至石埠奶场（终点站）转乘当地三轮车到景区，约 3-5 元 / 人；

2. 自驾路线：距南宁市中心约 18 公里，市内走江北大道至尽头往石埠圩街、老口渡方向，路过石埠奶厂，经合安、永安到达忠良，沿途均设有往景区方向的交通标识牌。

每年 9-11 月，是来此地观赏向日葵的最佳季节。

阳光茉莉 我们就是为了这一大片的向日葵而来的！虽然比不上上林和武宣的万亩花田，但只是拍拍人像的话足够了。



luotao 昆仑关上的石碑

昆仑关

这是昆仑关战役遗址。地处昆仑山，是南宁东北面的自然屏障，历来为兵家必争之地，历史上曾发生过9次战役，最大而且十分惨烈的是抗日战争时期的“昆仑关之战”。山下修建有一座三门四柱石碑坊，山上建有抗日阵亡将士公墓、纪念塔、碑亭，从牌坊到山顶有一道331级的石级道。

其间有国民党军政要人蒋介石、李宗仁、李济深、白崇禧、杜聿明等人题字的纪念碑文，领略旧时军用飞机的风采。在纪念塔与公墓之间，建有巨大的香炉和祭台，供游人祭拜。遗址规模不大，建议欲缅怀先烈者，时间也较多的，可配合友谊关一起。但山上的昆仑关博物馆不定期开放，可在行前电询。

地址：南宁市宾阳县昆仑镇

费用：免费

网址：<http://nnklg.nanning.gov.cn/n725531/n11236648/index.html>

开放时间：全天

联系方式：0771-5529109

用时参考：1-2小时

到达交通：没有直达汽车，建议跟团，最好骑行或自驾前往。线路：从琅东收费站出南宁，经桂柳高速路至古辣镇下高速（收费30元），后走8公里左右的乡村路，经古辣镇—中华镇—武陵镇—宾阳县城—新桥镇—思陇镇—昆仑关，行程约70公里。

风无罪 我没想到，尽管那场战役过去了近70年，但逢年过节，当地百姓都要到这座国民政府修建的烈士陵园祭拜烈士，年年如此，完全自发，没有任何政府组织。当我将要离开时，纪念碑下又响起鞭炮声，又是另一拨来祭奠的群众。

南宁周边景点

11 德天跨国大瀑布

距离南宁200多公里，来南宁的人几乎都会想顺道去看看它的美。德天瀑布横跨中国、越南两个国家，是世界第二大、亚洲第一大跨国瀑布。它的美在于瀑布分三级，层层跌宕，且会在早中晚展现出不同的瑰丽美景：

午间艳阳高照，百米来宽的断崖上巨瀑如海倾；黄昏时夕阳残照，美不胜收；暮色中的瀑布如银帘高挂，似缟绢垂天，引人遐想……爱摄影的你可要把握好时机。

清明节后至7月游德天最好，此时水量刚好，水质也清。最佳的赏玩方式，便是坐竹筏与瀑布亲密接触，也许你隔壁的竹筏就是越南友人。上岸后沿小道走，不仅能更清楚看到瀑布的三级层，还能直达山顶，踩点1896年清政府所立的53号界碑，或在中越边境的小集市里，和越南小贩讨价还价，他们有些还会讲一口流利的中文呢。

地址：广西大新县硕龙镇境内

费用：外地游客成人票价为80元/人（1.2米—1.4米小孩为50元/人，1.2米以下免费；大新本地游客门票10元）。其他收费项目：竹筏一般20元/人；观光车10元/人。

开放时间：8:00-17:30

联系方式：0771-3772747

用时参考：半天到一天时间

到达交通：1.琅东汽车站每日一班直达快巴，8:30发车，单程62元/人（2元保险），时程约4小时；回程车也是每日一班直达快巴，15:30发车，可游完出来后再买票，具体情况可向司机咨询。

2.可在琅东客运站搭乘去大新县的直达班车，最早7:40发车，每小时一班，约50元/人。抵达大新县后，转乘前往德天瀑布景区的汽车，发车时间为6:30-17:30，每小时一班，行程约1.5小时，车票15元/人，返程同前。

3.自驾路线：从南宁走快速

- 凭琅东站到德天的当日车票，购买门票可减免10元。
- 自驾最为便捷，沿途还可停车乘竹筏游黑水河及明仕田园，无须门票，单收竹筏费，饱览山水画廊。
- 硕龙镇及德天瀑布附近方圆很大的一个范围内，都没有加油站，车子最好在离开大新县城或经过雷平镇时加好油。（leewuyi提供）
- 游竹筏时，会有很多越南小贩划船跟随推销，不必急着买，山顶上有集市。若要买也不要出手百元大钞，以免你的钱有去无回。
- 到边境要遵守法律法规和当地风俗，不要跨越国界。
- 纪念品：一定要买的话就买越南币吧，10元/套；越南糖果和果脯、白虎油也可考虑，香水和香烟这些强烈不推荐！其他物品自行斟酌购买。
- 每逢农历2、5、8日在53号界碑处会有盛大的中越互市，可买到极富特色的越南商品。特别强调的是不要冲动购物，货比三家，购买时要记得砍价。

心随朗日 从南宁前往德天瀑布所在的硕龙镇，车程280公里，4.5小时。一路上欣赏岭南乡村风光，南方景色青葱秀美，是习惯了北方的我从未见过的。说实话，也是六天整个旅程中最值得留恋的。

芳芳姐姐 其实德天瀑布一年四季各有特色，当然，夏日7、8月间为丰水期，看着更丰满些，其余季节则更显骨感。强烈建议喜欢摄影的驴友，在丰水期大雨过后进场，能拍出彩虹悬丰瀑的好片！



Wolfatwar 壮观的德天跨国大瀑布



Wave 古老而雄伟的友谊关

12 友谊关

在中越边境上，已有 2000 多年历史。号称天下第二关，是中国九大名关之一，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。主要景点为镇南关炮台、镇北炮台、零公里界碑。在凭祥县城可品尝越南粉和越南春卷。由此跟团出游越南，或配合游览同一方向线上的花山壁画、德天瀑布。

地址：南宁凭祥市南面中越边境线上

费用：50 元（票为卡，刷卡进入）；有学生证半价，凭记者证可免费。

开放时间：8:00—19:00

联系方式：13517675398

用时参考：2-4 小时

到达交通 1. 乘坐火车或汽车到达凭祥。火车：南宁到凭祥有三趟列车，(1) 5517 次 (7: 40-11:50, 硬座 30 元)；(2) 8511 次 (11:45-18:05, 硬座 27 元)；(3) T8701 次 (18:20-22:11, 硬座 33 元)。汽车：在江南客运站或琅东汽车站乘坐直达凭祥。抵达后，友谊关需包车或乘出租车前往，时程约 40 分钟，往返约需 40-60 元；

2. 自驾路线：从朝阳广场进入江南区壮锦大道，往南宁吴圩机场方向，上南友高速（经那洪收费站），到友谊关出口下车左转即到。时程约 2 小时。

秋色 \$ 涟漪 友谊关城楼左侧是左辅山，右侧是右辅山，右辅山又称金鸡山，比左辅山高很多，须 40 分钟以上方能登上山顶，山上有 3 个头，

分别为镇北、镇中、镇南台，驻有雷达部队，非中国公民不得入内，给值班战士查验了身份证后，独自 1 人游览了古炮台。登顶放眼四望，越南 20 公里内看得很清楚。

13 花山壁画

左江流域各县的崖壁画，绘在江边的悬崖峭壁上，历经千年风雨至今依然清晰鲜艳，然而壁画成画年代这一千古之谜至今仍未解开。其中最大的画幅位于宁明县驮龙乡的明江岸边，该巨画绘在临江陡峭的悬崖上，画面高约 40 米，宽约 220 米，画幅里有各种图像包括了人物、动物和器物约 1900 多个。以前可上山近距离接触，现为保护自然遗产，只能全程乘船游览。

地址：南宁地区西南部的宁明、龙州两县境

费用：免费。乘船需付费可参考交通部分

开放时间：8:30-18:00

联系方式：0771-5516551（投诉联系方式）

到达交通：1. 每天都有车到响水。可从龙州坐面色车往东大概 40 分钟到达响水村。一般都会有班车或者小面包车到那里，不过路不是很好；

2. 乘坐火车或汽车到达宁明，火车：(1) 5517 次列车 (07: 40-10: 54)，硬座 26 元；(2) 7311 次列车 (11:45-16:49)，硬座 23 元；汽车：在江南客运站，直达宁明 (06:55-17:20)，约每半小时发一班，票价 50 元 / 人；

到达宁明后，乘坐三轮车，1 元左右，20 分钟即可到驮龙桥码头（距火车站 200 米），然后，乘机动船从驮龙桥头上船前往花山壁画，私人船开价 80 元来回，可以还价到 50-60 元左右，沿江而下，一般 2 小时可以到达。或乘坐景区游船，但散客预定每天只有两班船，发船时间为每天 12: 30 和 15: 30，如误点乘坐其他船次产生的船差旅客自理（团体不受时间限制，船型由景区管理处按人数调度）。

3. 自驾路线：从朝阳广场进入江南区壮锦大道，往南宁吴圩机场方向，上南友高速（经那洪收费站），从宁明 / 花山出口离开（经宁明收费站）。

建议初夏和秋天时去，可以划船。盛夏很热，冬季很冷，要是不小心掉到水里就不太好了。

photoma 以前去花山壁画是从宁明县去的，坐车后换乘渔民的机动船。这次从龙州县出发，也是先坐车，后到左江边换乘一艘两层的旅游大船。当船停在花山壁画前的河面上，上到楼上平台拍摄非常方便，比之前乘渔船好多了，一是距离壁画更近了，二是拍摄角度比较平。近年来壁画脱落得较严重，现在正在维修，局部打起了脚手架。



clr804 乘舟游览花山壁画



龙虎山

这就是个猴子的世界。现有半人工饲养的猕猴 2500 多只，极具盗气和霸气，特别要小心孩子被抓伤，想喂食的也还是悠着点儿吧。还可乘竹筏赏两岸风光，观赏海军部队——水寨，观看猴子“海底捞月”绝活表演。

每年的 9-12 月是猴王争霸的时间，次年 1 月初，新猴王登基。都说新官上任三把火，若是在元旦来，还能看到猴王的威严与风采。若是不喜动物的不建议前往。

地址：南宁市隆安县龙虎山自然保护区

费用：门票门市价 60 元 / 张。特殊人群预订标准：A. 免费政策：儿童 1.2 米以下免票 B. 优惠政策：儿童身高 1.2 米 -1.4 米购买半票，70 岁以上老人需凭证购老人票，军官票需凭证购买半票

开放时间：8:30-17:30

联系方式：0771-6650057

用时参考：1-2 小时

到达交通：距离南宁 83 公里，车程约 1 个半小时。1. 乘车：（1）南宁西乡塘客运站每天早上 8:00 点开始每半小时一趟发往龙虎山专线车；（2）乘南宁一大新（或天等）的汽车到龙虎山门口下车；

2. 自驾路线：（1）沿南宁大学路—石埠—南宁百色高速公路，坛洛出口下（或是到金陵即原南百二级公路—坛洛）—那桐（往左拐，大新方向）—古潭收费站—龙虎山；（2）南宁快速环道—江北大道—环城高速—南坛高速—往大新二级公路—龙虎山。（自驾走的乡路比较坎坷曲折，司机要特别小心）

心随朗日 龙虎山是我去过最有趣的地方。有很多猴子，还有猴王和他的王后，猴王貌似也怕老婆啊……猴子在树上会突然跳到你的肩膀上！一个衣冠楚楚很文雅的男同伴特别受猴子欢迎，走着走着就有一只猴子跳下来。手不能插进口袋，猴子会以为有吃的。我的破洞牛仔裤就被猴子们拉住了……



 joeyzhou 龙虎山的“猴子捞月”

住宿 Sleep

大多数到南宁旅行的游客多会选择朝阳商圈附近一带及琅东区，因这两大区域靠近火车站、琅东客运站等等，交通便利，环境舒适。白天游完景点后，住宿附近还有足够的娱乐休闲活动，极大地丰富夜生活。南宁

各种档次宾馆旅店均有，较高档的如南宁饭店、邕江宾馆等都是南宁的老字号，约 500-800 元；也可选择 7 天、如家、城市便捷、格林豪泰等连锁酒店，约 100-200 元不等，室内干净整洁。

国庆等重大节假日是南宁的旅游高峰，住宿也很紧张，想保证经济的建议出行前预订好房间，不少宾馆也会在网推出实惠团购房价。

兴宁区——朝阳商圈

朝阳商圈是南宁的市中心地带，住在这一带附近，出门就能直接步行到万达商业广场、百货大楼、中山路小吃街、民生广场等，各种便利，饭后迎着江风散步，惬意十足；下车晚了也还能尽情夜宵填饱肚子。高档档次及全国连锁酒店等均有，平均 200 元，此外，东葛路、古城路、星湖路、民族大道上等附近一带也都适宜住宿。

14 南宁饭店

始建于 1952 年，是南宁最老牌的五星级酒店。地处朝阳路、民生路、共和路的交汇处，是朝阳商圈最繁华的钻石地段，内有小啍来食街、谊华轩等美食地，出品很不错。和它的名字一样，与南宁的历史和文化有着千丝万缕的勾连。坐落在南宁市市中心，在这里可以感受最原味的南宁文化的人文风情。但平常也接纳外来车辆停车，停车位较紧张。

地址：南宁市兴宁区民生路 38 号

网址：<http://www.gxnnfd.com.cn/cn/reservation.html>

联系方式：0771-2103888；

预订联系方式：0771-2103575/2103399/2103110

到达交通：（1）从飞机场乘坐民航专用大巴可到民航饭店下车，沿朝阳路回走至民生路口向左走 10 米即到本饭店；（2）乘 5、6、8、9、10、21 等路公共汽车到朝阳广场站下车，到民生路口，向左走 10 米即到本饭店；或乘 1、220 路到民生朝阳路口站下车即到。

参考价格：标间约 400 元 / 晚

coolji 辛苦地赶了一天，第一天晚上十点入住了南宁饭店，一个老五星级酒店，环境还不错。

15 邕江宾馆

是南宁标志性建筑的宾馆。位于邕江桥头，附近就是朝阳广场、中山路，购物、吃美食、交通都很便利。在宾馆内能欣赏到邕江风光。

地址：南宁市兴宁区临江路 1 号

网址：<http://www.yongjianghotel.com/>

联系方式：0771-2180888

到达交通：乘 11、10、20、46、60、701 路等公交车在邕江桥北站下车，或乘 706、10、207、11、34、35、604、76、79 路等公交车在民族江北路口站下车，走到邕江桥头即见。

参考价格：标间约 400 元 / 晚

稀有泡泡 到南宁住了邕江宾馆，性价比超高。不过大家注意一定要住新楼哦，里面设施都很新，房间也大，国庆期间豪华房也就 480 元。旁边就是中山路小吃街，各种材料的粥的确不错，烤鸽子味道也很好。



汉庭快捷酒店（民生店）

位于民生路，万达商业广场、百盛百货、沃尔玛等大型购物中心近在咫尺，购物、餐饮、娱乐都很便利，酒店大堂可免费上网、喝咖啡。因楼下有一间娱乐场所，夜间会听到有人唱歌的声音，但不影响睡眠，若是介意可申请调房。

地址：南宁市兴宁区民生路 2-5 号（广西区政府旁）

网址：<http://www.htinns.com/help>

联系方式：0771-2615588

到达交通：乘 1、8、26、52、211、220、603、704 路在民生新民路口站下车。

参考价格：标间约 170 元 / 晚

南宁瓦舍国际青年旅舍

南宁拥有的青旅很少，这是口碑不错的一家。酒店位于民舍的 3-5 楼，地处市中心繁华地带，周边交通、购物、餐饮等非常便利。在大厅可喝酒、聊天上网，认识新朋友，气氛轻松舒适，有种小家的温馨。房间价格实惠，但数量不多，最好提前预订。有 WIFI。注意就是保管好个人贵重物品。不足在于房间偏小，有时无线接收效果不太好；也因位置会稍有影响，房间隔音效果一般，喜欢安静的游客谨慎选择。

地址：南宁市兴宁区解放路 3 号

联系方式：0771-2813977

到达交通：乘 45 路在解放民生路口站下车即到；或乘 34、35、45、46、60、76、79、205、207、604、701、706 路等公交车在民生广场站下车步行约 100 米即到

参考价格：床位约 35-50 元 / 晚，标间约 100-200 元 / 晚

青秀区——琅东商圈

这一区域包揽琅东一带，属南宁新区，道路景观很美。多为高端星级酒店，价格至少 500 元 / 晚。附近有航洋国际中心及新开的华润万象城两大购物点，离青秀山景区和琅东汽车站很近，交通便利。

16 万豪酒店

位于航洋国际城。酒店内部的中空设计，让人有种居住在古堡的感觉，舒适而神秘。住于此，不仅能到华润万象城疯狂购物，尝遍航洋后城广场的美食，还能入暮后在那朵释放暖色的巨大朱槿花（南宁国际会展中心）光晕的笼罩下，乘船夜游民歌湖，在酒吧街夜夜笙歌。特别的是浴室的浴缸非常舒服，有大阳台，可以一边泡澡一边看夜景。

地址：南宁市青秀区民族大道 131 号

网址：http://www.utangs.com/skin_index_52102012_0

联系方式：0771-5366688

到达交通：乘 6、16、25、39、42、43、52、76、79、87、206、213、603、704、706 路公交车，到民族会展路口站下车即可。

参考价格：双人房约 900 元 / 晚

小树 南宁的万豪，大堂小了点，房间还不错！



小树 万豪酒店

金中环假日酒店

在仙葫大道与青环路交叉口东侧，环境典雅，还送早餐券，但品种相对一般。邻近南宁市东盟十国商业区、南宁国际会展中心、高尔夫球场，东盟美食街等。走路就能到琅东汽车站，有直达德天跨国大瀑布和“长寿之乡”巴马的班车。

地址：南宁市青秀区仙葫大道 16 号（近鼎丰国际美食广场）

网址：http://www.utangs.com/skin_index_42102038_0

联系方式：0771-2529998

到达交通：乘车到 42、87、89、90 路在仙葫大道路口站下车；或乘 42、87、89、90、701、704、603、609 路在琅东客运站下车。

参考价格：标间约 150 元 / 晚

一片面包 第一天是在网上预订的，价格 158 元 / 晚，之后的几个晚上酒店给了优惠团购价，128 元 / 晚，每天还赠早餐。客房设计全都是洗澡房透明玻璃，有浴帘遮住，不习惯的要注意咯。金中环假日大酒店旁边还有个金富盈大酒店，比金中环还高级，但团购价只相差几十块钱。

如家连锁酒店（五象广场店）

临近五象广场、梦之岛水晶城、南湖广场、国际会展中心、市政府、市工商局、地王大厦等。吃饭购物都很便利，也临近琅东客运站，出入南宁方便，夜晚还能览尽南宁华灯初上的美景。

地址：南宁市青秀区琅东祥宾路 1 号川宁大厦（近金湖路）

网址：<http://www.homeinns.com/>

联系方式：0771-5757188/5757195/5757113

到达交通：乘 52、76 路公交车到祥宾金湖路口站下车即可

参考价格：标间约 200 元 / 晚

铿锵芋芳 如家的套房还行，景观也不错，正对闹市区。就是卧室没有窗，感觉有些压抑，另外入住时候隐约有股烟味，开了一会儿空调就好了。



西乡塘区——大学路商圈

广西大学附近凝聚了众多美食购物点，因此酒店较多；坐落在大学路上，房价也较为经济实惠，附近的火炬路、农院路、南铁等美食街每天晚上都人气极旺，适合年轻的吃货，还能进校园溜达，重温大学的美好时光。

城市便捷连锁酒店（西大店）

就在西大门口旁，易找到。距离火车站、朝阳广场、动物园都很近，乘车方便，适合大众化消费。但因位于公路边，可能会有噪音影响，可选择靠里边的房间。

地址：南宁市西乡塘区火炬路1号（广西大学正门旁）

网址：<http://www.cc9d.com/>

联系方式：0771-6115000

到达交通：乘坐4、8、10、24、33、43、46、52、58、59、84、204、207、605、西乡塘专线、西乡塘站快车等在广西大学站下车

参考价格：标间约100-250元/晚

Xixilin93 建议要去动物园和加勒比水世界玩的人住在西大附近，因为这里距离动物园仅仅3个公交站，而且西大周边餐饮业非常发达。城市便捷比新华泰便宜，且环境也好很多，新华泰毕竟年代久远了一些，设施都比较陈旧了。

餐饮 Eat

南宁的餐饮，一如城市性情般，呈开放包容之势，不论是鲁粤川湘各派菜系，还是东盟乃至世界各地的美食，都能在这里找到一席之地。本地城市菜则以野味烹调最为著名，海鲜山货一点儿也不缺，讲究原料鲜活，受粤菜影响很深，口味偏清淡爽嫩，又喜好酸辣。米粉是南宁当家食材，不论做主食还是夜宵都少不了它的份儿。

中山路、水街是人们熟悉的美食地，而随着城市改造，不少老店已悄然逝去，新的美食地带正吸聚人气。若是想要变身成为南宁土著，建议你克服第一站中山街的冲动，努力穿街走巷中，定能让你的味蕾惊喜不已。

特色推荐

南宁人爱吃粉爱到了极致，不论早午晚，一碗粉都能做主食。粉的种类可谓丰富多样，主料分为扁粉和圆粉。最著名的是老友粉，还有生榨米粉、卷筒粉、肉粉、干捞粉等，估计外地游客都不太熟悉，其实每一种都自有风格。一般南宁人吃粉时，会配根油条，或一玻璃瓶装豆奶，这是最本土的吃法。

此外，南宁的小吃也是五花八门，不妨空出肚子，在绿城来趟美食之旅。

米粉

老友粉

不仅是游客认识南宁的最佳捷径之一，也是牵扯南宁人乡愁的记挂。相传最初是“老友面”，产生于明末清初，始源一段佳话：友人为其感冒的好友特制一碗热辣酸香的老友面，一碗面吃下去，感冒全好了。老友粉以口味鲜辣、汤料香浓著称，佐料有蒜茸、豆豉、辣椒、酸笋、肉片等，夏天吃着开胃，冬天吃着驱寒。一碗老友粉约5、6元，通常一碗下肚都会有撑的感觉，让人饱得很结实。南宁煮老友粉的店也很多，大家偏爱也各有千秋。

推荐店家

复记老友店：是本土老字号。口味偏酸辣，吃了不到半碗就满头大汗了，估计醒酒、预防感冒都没有问题。分店较多，印象最深的当属中山路老店。应采儿等明星都尝过。

舒记粉店：对不少南宁人来说是一种童年记忆。粉肠、猪皮、猪肝、猪肉片的份量很足，口味偏酸辣中带有微微的甜味。在市一医院对面。

共一老友面店：也是老字号。米粉滑嫩，口味偏咸辣，浓郁的辣味全在汤水里，喝汤小心被呛到。在共和路七医院旁。

天福香老友粉店：粉也很地道，最吸引人的是它家的烧腊和鸭掌，3元就能得很大一块，叫人爽口。店面不好找，在中山街南环路路口拐角处，看到黄记桂林米粉的小巷拐进去。

生榨米粉

所用的米粉均为现榨现做，通过压榨器将发酵好的米浆压成米粉，落入滚烫的锅中，不出3分钟就出锅。再自行加点辣椒、酸笋、酸豆角等，以骨头汤为汤底，让人胃口大开。



贪狼 细滑微酸的生榨米粉

推荐店家

天天生榨米粉：已有30年历史，米粉很有韧性，入口细嫩滑润，酸味适宜。其他分店出品都很正宗，但多数人还偏爱水街的原汁原味，许是怀念那份最初的真纯。在水街惠民码头。

远红手榨米粉：由清代民初传承至今，已经是第五代传人了。米粉同样爽滑香韧，特别的是人工手榨，在等待的时候就能欣赏这一传统工艺：以一小块布包住有多个小孔的铁皮，将米浆倒入布里，然后施力把米浆从小孔挤到热水中，待米粉浮起，就可夹起加料了。在水街惠民码头。

古镇生榨米粉：有趣的是，可看到煮粉的大锅里通常会飘着四五个装有生料的不锈钢碗，叫做“水上漂”。这种做法可以最大程度地保留米粉和生料的鲜味。在这，食客可按喜好搭配生料，传统老三样“豆腐干、头菜碎、猪肉末”是人们最喜爱的配菜。坐落在邕宁区的一条骑楼内。

其它粉类

干捞粉：把米浆煮熟后切成条形，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。在中山路舒记、仙池、复记及水街邕味美食等店里都能吃到。

卷筒粉：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，蒸熟上碟后卷成枕状，馅料品种丰富，有玉米、豆角、碎肉等，按口味喜选好，吃时淋上南宁特有的黄皮酱，香嫩滑口。推荐中山路的梁记卷筒粉。



解放路牛螺粉：这家也是老店，做螺蛳粉和老友粉的混搭，想吃螺蛳粉又不甘没肉吃的在这就能满足你。在解放路和老水街交叉路口。

仙池八珍粉：南宁百年老店仙池粉店的招牌，据传是清宫食谱之一。有鱿鱼、鲜肉、香菇、鹌鹑蛋等“八种配料”铺满了大大的一碗，足量、美味。价格也算适中，每碗 10 元。在美食街中山路北边。

云吞面：面选用擀打鸡蛋面，韧性十足，汤的味道酸甜适中不油腻，云吞则皮滑肉脆，很有嚼劲；最赞的是老坛酸笋，鲜嫩饱满，口感舒爽，吃到最后连炒香的底料也舍不得放过。推荐水街惠民码头的邕味老友店。

清真寺粉：以鲜甜香口为主打，采用的粉结实有嚼劲，汤粉、干捞都很受欢迎，推荐品尝总店的牛腩粉、牛肉粉、干捞粉。饱腹之余还可以细细围观这座南宁唯一的清真寺，也是标志性建筑。在朝阳广场新华路 25 号（南宁书城附近）。

其它推荐

粥品：南宁人爱吃粥，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。园湖路上集中的老店粥品较多，每家都不错，有鹌鹑粥、田鸡粥、花色粥、鸽子粥、黄鳝粥等，再配上油条和小菜，是吃夜宵的好去处。其中“广州粥王”是老店。

烧鸭：因气候炎热，南宁先民认为鸭肉清热祛火，而鹅肉性毒，吃了会使患处愈加发炎肿胀，多食上火生疮，因此南宁人自古喜欢吃鸭。南宁烧鸭的原料多选用南宁本地的芝麻鸭，皮香肉嫩，骨头带香。由于地域不同，形成了选料、制作流程、吃法等风格的迥异，南宁烧鸭与北京烤鸭代表了中国烤鸭的南北两派别。在各个菜市场都有卖，若是只想初略品尝的，可到万达的生辉烧卤店吃烧鸭荷叶饭。

猪肚鸡：肠胃不好的人建议多喝这个，既饱腹又养胃。冬季在南宁多是结合火锅吃法，用浓郁鲜香的鸡汤做锅底，加好料，沸腾后先喝汤吃肉，再继续涮其他食料，完了再盛一碗鸡汤，温暖十足啊。推荐青秀区的金记猪肚鸡，每天晚上人气极旺，味道很正。

芋头扣肉：也是节庆必备菜肴。主要辅以香芋焖蒸，扣肉肥瘦兼具，二者一起吃，入味而不油腻。推荐良庆区三和餐馆的良庆脆皮扣肉，是南宁的本土老字号。

白切鸡：逢年过节，南宁人饭桌上少不了的一道菜。将鸡肉煮熟后，切开，白花花的肉蘸着自弄的酱料吃，更体现鸡肉的鲜甜香嫩。

特色小吃

还有不少本土特色小吃点较分散，也许得花点时间寻找，但相信各位吃货一定会为美食发挥“踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫”的精神。

加州八珍：已有 18 年历史。分烧卤制品和凉拌两种，以麻辣、酸辣为特色，主要有鸡爪、牛肉条、鸭掌等 20 多种熟食。在南宁店面很多，虽然不大，但人气旺得夸张。当属万达店人气最旺，每天队伍排得很长，到晚上 8 点就卖光了。

鸡王：鸡王盐焗食品是南宁的名牌食品，有全鸡、鸡翅、鸡下水、鸡爪等，鸡身上能吃的都有。店面虽然不大，但遍布大街小巷。可当零食吃，也可以下饭，越吃越香。

烧烤：烤鱼、牛百叶、猪肚、牛风窝、排骨、菜心、水豆腐、掌中宝、五花肉等。建政路小吃街里的 O 记烧烤很出名，但环境稍差。

酸嘢：南宁有句俗语说：“英雄难过美人关，美人难过酸野摊”。酸嘢是由木瓜、芒果、李子、萝卜、包心菜等时令果蔬，加酸醋、辣椒、白糖等腌制而成，吃起来酸甜脆口，非常开胃。在南宁大街小巷都见得有卖，一年四季可见，一般 5-6 元 / 斤。



贪狼 南宁人最爱的酸嘢



贪狼 南宁人最常喝的饮品——凉茶

凉茶：因南宁地处盆地，气候温暖湿热，易上火，故爱喝凉茶清热降火，老牌的凉茶多是用野生采摘的药草熬制而成，如雷公根、罗汉果、金银花、菊花等，一锅熬煮。若是有幸喝上一杯“凉茶王”，保准你第二天痘痘就消了不少。

甜品：两广人很爱吃甜食，四季里甜品店都不愁没有食客。清补凉、八宝粥是最经典的甜品之一。

amazonian 解放路和老水街交叉口的留香糖水店，莲杞绿豆沙，非常不错。

粽子：南宁粽子主要有肉粽、凉粽等，最普遍的肉粽是用半肥瘦猪肉在



酱中浸泡一段后，裹入浸泡好的绿豆和糯米中。一年四季都可买到。推荐水街的兰花肉粽。

卷筒粉：见特色推荐。

炒螺：南宁人非常爱吃炒螺，长的短的，圆的尖的，各式各样的都有。在北大桥底，人们围着小圆桌坐在矮凳上，一小碗炒螺三块钱。汤螺先把姜、酸笋等切成小块碎末后与骨头汤一起煮，吃汤螺，除了吃螺肉，更重要的还得喝一碗螺汤。

木瓜：是南宁最常见的水果之一。爱美的南宁女子逛街口渴了，直接在街上小摊挑一个刚成熟新鲜的，让摊贩当场帮削皮去籽，袋袋里吃着便走，香甜滋润。

糍粑：是壮族的传统小吃，在大部分菜市场都有卖。用糯米制成，有芝麻馅儿或花生馅儿，口感黏香。

云吞：即馄饨。汤料是现做的，骨头汤里加了紫菜、味精等。临上桌前，再撒点翠绿的葱花，薄薄的面皮下，分明可以看见淡淡的肉色。快意的云吞也不错。

美食街区

17 中山街美食

这里有着南宁城市历史的深厚积淀，人气至今依旧居高不下。央视来采访过，外地游客来也先奔向这里。而在南宁人眼里，中山路更多是一条夜市街，越夜越美丽，直到凌晨三四点，你依然能看到摊点热气腾腾，这就是南宁不夜城。在这确实汇聚了各色小吃和热带水果。其实中山路除了美食之外，也是南宁还保有骑楼建筑为数不多的地方之一，但遗憾的是现很多已拆除。

因这里美食比较集中，如果赶时间的话，在这也能体验南宁美食一二了；若是时间充足，不妨多走走其他地方。

铁锅饭：用黑乎乎的铁锅烧煮出来的，特别香喷喷，每锅都是当场制作的，所以等待的时间也比较长。米饭经过肉汁的渗透非常有味，但是也有点咸，吃完了正好去喝甜品。桌上的豆豉辣椒味道不错，配在一起吃，简直就是美味。推荐中山路口皇都旁边的那家。

印度飞饼：曾有央视来采访过，在中山路上是一大特色亮点。做饼的人如舞动丝带般舞动薄薄的面饼，围观的人都忍不住惊叹。也有不同口味，可自行挑选。

冰神糖水：冰神在南宁有不少分店，属中山路这家总店为人气。有二十多种甜品，每份约6-8元，很不错。推荐香芋西米露，芋头香浓软糯，乍看还会误以为是排骨，还有姜汁撞奶、芒果小元子等都很不错。

复记老友：见特色推荐。

仙池八珍粉：见特色推荐。

豆浆油条：在南宁，豆浆油条不只是早点，就算到后半夜你也能吃得着。用大剪子剪成几段盛扁盘里，用竹签扎着吃，喝一口浓纯的豆浆，或直接蘸着豆浆吃。平时喝粥或吃老友粉时，配根油条泡着吃，也很美味。

臭豆腐：南宁臭豆腐与长沙的不同，炸的外皮是黄色或黑色，扁方块状的，皮脆里嫩。

海鲜：南宁的海鲜大部分是从北海运来，虽比不上在海边吃刚捕上的那么新鲜，但这儿海鲜的个头和新鲜度也是内陆城市所不能比的。品种多样，如生蚝、扇贝、螺、虾蟹等。



amazonian 入夜后热闹熙攘的中山街



浮烟山良民 中山街的海鲜

牛杂：这是南宁的市井小吃。将牛内脏，还有肉丸、萝卜、油果、腐竹等穿成串，混合一大锅熬煮，可烫份1-2元的粉和青菜，再挑些你喜欢吃的串串，淋上“不辣、咸辣、酸辣”三种酱汁。冬天整一碗，放上酸辣调料，热呼呼地吃下去，顿时精神暖和。

解放路美食

鸳鸯糊：与花生糊的混搭，细腻均匀，浓稠软滑，因有花生糊，味道更浓更香。推荐解放路路口的那家老牌留香专家凉茶甜品店，用搪瓷碗盛的，好味又怀旧。

扣肉糯米饭：香嫩的扣肉配上软口的糯米，实在是香上加香。

解放路牛螺粉：见特色推荐。

八宝饭：是南宁有名的传统甜食，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，蒸熟即成。以其香溢软滑，甜而不腻著称。在解放路夜市小摊上都有卖，也有不少南宁人爱去双仔井吃（在人民公园下坡道的交通厅宿舍对面）。

快意水饺：是南宁老字号。有凤肉虾饺、莲藕肉饺、炸云吞等，馅料足，黄皮酱也够浓。韭菜馅饺子加黄皮酱，是老南宁的最爱。解放路有一家，而老店在石巷口，可从民生广场进去，也可从高峰路下去。



铿锵芋芬 南宁老字号——快意水饺

18 水街美食

水街是南宁美食的发源地之一，蕴含百年祖传的老字号，独特手工艺的传统小吃。尽管也许“落大雨，水浸街，阿妈带我买拖鞋”这首歌谣到八零后便已停止，尽管水街历经了几次拆毁，但水街之于老南宁的记忆，一定是被那摇摇晃晃的水桶一路滴湿的窄街，和那经久不衰的美食。旧水街现已基本拆除，几乎所有的老字号已搬到水街惠民码头一带。

天天生榨米粉：见特色推荐。

远红手榨米粉：见特色推荐。

老甘粉饺：已传到了第三代传人，用的是好米，所以粉饺皮呈自然米白色，口感更厚实柔韧。有马蹄猪肉馅儿和香菇猪肉馅儿两种，蘸点儿黄皮酱或柠檬酱，酸甜可口。

黄阿婆粉虫：从1993年开始营业，也有20年历史了。粉虫有红、白、黄三种颜色，弹性十足，与辣椒、酱油、蚝油等佐料在大火上翻炒，让人欲罢不能。

邕味美食：顾名思义，有各种粉面。如邕味老友干捞粉、炸酱面、大肉云吞、上汤排骨面、牛腩鲍汁干捞面等。

肥伯观音莲花糕：这家莲花糕在水街很出名，但因为莲花糕仅为供奉祖先的供品，所以一般在传统节日的时候才有卖，店门前也会大排长队。平时主要卖的是常见的糕点，如雷公根做的糍粑、凉粽、水晶粉饺、发糕、芋头糕等，还有八宝饭。

九记伦教糕：店内有卖透明爽弹的马蹄糕、松软清甜的伦教糕、翠绿诱人的艾叶粿、裹着豆粉圆滚滚的马打滚。位于石巷口，店面不太起眼，也没座位，只在门口有个玻璃橱窗，整齐地码放着马蹄糕、伦教糕、艾叶粿等。骑车的市民路过也不下车，用南宁白话向店里吆喝一声，就能把小吃打包带走。

南铁二街美食

这里汇集了小炒、烧烤、海鲜等众多小吃。沙煲螺是南铁夜市的亮点美食之一，好多食客不惜从琅东赶到南铁，就是为了一尝它的滋味。南铁的沙煲螺各家有各家特色，就看你口味选择了。

经典的还有烤生蚝，烧烤摊的伙计，用锤子把生蚝敲开，留下一片带肉的壳，然后用钳子把它们放到炭火网上，随着温度的升高，生蚝慢慢渗出汁来，再刷上秘制的酱料。吃时，先用筷子把肉弄下来，让两面都沾上酱料，一口咬下去。海鲜的鲜味和烤酱的完美结合，那叫一个鲜嫩啊。

小炒也很有味，最具代表性的便是炒粉虫，将粉虫配以辣椒、酱油、蚝油等佐料用大火炒上一碟，香气扑鼻。推荐刘记的烧烤鸡爪，放的香料很多，还有柳记的老友炒粉虫。

火炬路 + 农院路美食

原本火炬路是美眉们淘宝的天下，相邻的农院路却日渐人气大增。因在多所大学的交界地，所以多是年轻吃货的聚集地。来到这里，一定要发挥吃货应有的才能，如高山土豆、弹丸滋地、陈先生多拿滋、榴莲飘香、西安凉皮、可丽可丽饼、长沙臭豆腐、榴莲一品、秋刀鱼、第1佳鸡排、大面包小肠等。无需计划路线，随着心情，一路吃下去就是了。

建政路 + 思贤路 + 园湖路 + 新竹路美食

也是南宁地道美味小吃的卧虎藏龙之地。因为这几条道路可贯通，所以这一带也形成了小吃圈。不少住在附近的老南宁，都懒得奔中山路，只要在自家门口就能吃到好吃的。新竹路和思贤路主要是很多快餐小吃，是白领们的聚集地；建政路和园湖路上饭馆、夜市小吃比较多。

福建路海鲜批发市场

是个批发海鲜的地方，也是众所周知吃海鲜的聚集地。这里品种多样，生食新鲜，最主要是可以在楼下买好最新鲜最心仪的海鲜，再拿到边饭店付些加工费，就可以吃海鲜大餐了。购买时要货比三家，可适当砍价，重要的是要注意秤头足不足（建议最好带个小电子秤）。买海鲜前，也最好合理搭配一下购买品种的比例。其中的北海港海鲜大世界、鼓浪屿海鲜大酒楼口碑不错。

19 甘家界牌柠檬鸭 用户推荐

柠檬鸭和老友粉一样，是最地道的南宁味。饭店有30年历史了，主打招牌便是柠檬鸭。最初源于高峰林场边一间茅草屋，烹制出的那道酸辣鲜香的柠檬鸭，惹得路人垂涎欲滴，于是口碑相传中，名气越来越旺。一大桶端上桌，清新的柠檬融合着浓郁的鸭肉香气扑鼻，肉质细嫩，唇齿留香。在南宁有很多分店，园湖路这家装修和上菜更特色些。

地址：南宁市青秀区园湖南路12-2号（近夏威夷酒店）

联系方式：0771-5855585/5855586

营业时间：10:00—21:30

到达交通：乘8、14、20、65路公交车在园湖民族路口下车即到

参考价格：人均消费约50元

贪狼 这柠檬鸭，是用柠檬汁炒的，因此鸭肉带着柠檬的清香酸甜。鸭肉属寒，一般潮热的地方都喜欢吃鸭子。北京烤鸭也很有名，但烤鸭吃的是那层油皮儿，因此在南宁吃柠檬鸭，朋友特地要了一只土鸭，很有嚼劲，嚼着嚼着柠檬香溢出来，酸酸的沁人心田。



CARROT 洋葱 微辣香浓的甘家界牌柠檬鸭

20 味道制造

是南宁新概念桂菜的代表，环境大气典雅。现代感很强的餐厅设计，周末还有模特T台走秀，美色与美食一同品味。风沙肉、鲍汁狮子头肥而不腻，入口即化；经典的排骨莲藕汤，炖好的莲藕绵软香甜，一口咬下，能拖出长长的细丝儿；排骨也软烂但不走形，啃完肉再啜一啜骨汁儿，香到嗓子眼。还有野山椒蒸鱼头、鹅肝酱茄子煲、奇味油条酿也很不错。

地址：南宁市青秀区竹溪路 29 号

联系方式：0771-5303898

营业时间：10:00—22:00

到达交通：乘 34、47、70、89、213、701 路及城环 1 线公交车在市民环保局下车

参考价格：人均消费约 120 元



小妖 0725 味道制造的桂菜

邕城小福楼（新民店）

以邕菜为主打，包容甜品、老友风味、炖盅、河海鲜、烧烤、火锅、地道小吃等。除了鲍汁上汤海鲜粥、碳烤生蚝、蜜汁烤排骨这三大招牌必点外，想美容又润喉的来份冰糖炖芦荟、椰奶木瓜炖雪蛤，还有肥而不腻的碳烤金沙肉、风味独特的老友炒粉虫等味道都很正。

地址：南宁市青秀区新民路 6 号（文化市场停车场内）

联系方式：0771—2612992

营业时间：24 小时

到达交通：乘 3、26、27、32、35、38、51、62、71、72、89、219、609、802 路公交车在新民七星路口下车

参考价格：人均消费约 45 元

隔壁还有家“连升甜品小店”，开了 10 年，小吃也很不错。特别是夏天，不少人在文化市场淘书出来后，来这儿喝一碗清凉爽口的甜品解暑，人气极旺。

学姐 小福楼在南宁很人气，菜的味道很好，去吃了三次。



amazonian 旭园原是黄旭培老宅

旭园私房菜

位于邕江边，前身为黄旭培老宅，现为私房菜馆，四合院的模样，有几分江南院落的古香古色。吃家常菜为主，醋血鸭，肉美脂肥，有点儿酸，紫苏香味很浓；炭烧肉，形似叉烧，但沾蘸料和黄瓜大葱配着吃，香得很，还可点份天麻鸽子汤或上汤白花菜。隔壁的中法风格小洋楼，是邕宁电报局旧址；吃完饭还能去新会书院，几百年历史的会馆，周末还有粤剧上演。

地址：南宁市朝阳区明德街 53 号（邕江宾馆旁）

联系方式：0771-2808228

到达交通：乘 10、11、46、701、西乡塘专线到邕江桥北下车

参考价格：人均消费约 50 元

amazonian 在南宁邕江边旭宅私房菜吃晚饭。据说对面是老城墙，因为是晚上我们没有注意。点了招牌菜，天麻鸽子汤、炭烧肉、广东菜心、小鱼，一共 198 元。

漓雨村乡村私房菜馆（民生店）



贪狼 漓雨村私房菜之醋血鸭



隐藏在居民区深处，以桂北菜系为主。特色菜肴有啤酒鱼、醋血鸭、麦田守望者、原味木盒豆腐、招财猪手、铁锅汗蒸鸡、乡村竹笋酿都很不错。推荐早蒸剑骨鱼，很好吃。

地址：兴宁区民生路131号绿都商厦一楼（民生解放路口）
联系方式：0771-2836800（民生店）
营业时间：10:00—21:30
到达交通：乘34、35、45、46、60、76、79、205、604、701、706路公交车在民生广场下车
参考价格：人均消费约40元

amazonian 到民生广场下面的漓雨村吃午餐。好多没吃过的菜，可以常吃，价格公道。点了白贝汤、空心菜、酸菜虾米粉丝还有招牌菜刺骨鱼，总共130元。

绿岛阳光（航洋国际店）

有环境优雅的聚会小包厢。主要以桂北菜系为主，加入川、粤、湘等风味。力推有名的小刀鸭，选的是桂林汝谷鸭，每只鸭子不大，配了丰富的香料，用木炭以温烤熟，皮酥肉嫩。木桶牛肉是现场操作的，用烧红的石头放入油桶内，利用石头的高温带热油温，再放入鲜嫩的黄牛肉，在嫩牛肉刚熟时捞起配以开胃的料汁，光是看着摆弄都口水流了。竹筒芋头蒸肉也很地道美味。

地址：南宁市青秀区民族大道131号航洋国际1号楼
联系方式：0771-5559566
营业时间：09:00—22:00
到达交通：乘6、16、25、39、42、43、52、76、79、87、206、213、603、704、706路公交车在民族会展路口下车
参考价格：人均消费约50元

21 万兴酒店（北宁店）

在南宁有两家店，民主店和北宁街店。有南宁的老牌早茶，物美价廉，多年来一直保持不变的水准，很受老南宁的喜爱。值得推荐的茶点有很多，如叉烧包、蟹粉小笼包、虾仁小笼包、虾饺、鸡粥、鱼生粥、猪肠粉、榴莲酥等，人气很旺，来晚了可能就点不着了。想要清静地一边吃早茶一边聊天，建议选择二楼。

地址：南宁市兴宁区北宁街42-1号
联系方式：0771-2381000
营业时间：早茶开市时间为06:30
到达交通：乘72、211、220路公交车在共和民乐路口下车
参考价格：人均消费约30元

贪狼 十点进店，已是爆满，看来这里的早茶很有名气。

22 外婆家 用户推荐

随着万象城的开张，主打江浙口味的外婆家也进驻了南宁，每天都人气爆棚，店家还特别摆了四五排凳子让食客坐候。吸引人的并非菜特别好吃，而是它在万象城这个地段上，菜价竟惊人的便宜，如麻婆豆腐才3元/份。店面古色古香，犹如古老的外婆家，门口还有小女孩娇滴滴的报号声：“XX号，外婆叫你回家吃饭了！”过号也不作废，只是延迟五桌安排。人气菜品有窝蛋肥牛、外婆猪肝、小炒牛肉、茶香鸡、外婆石锅鱼、松鼠桂鱼等。

地址：青秀区民族大道136号华润中心万象城楼5楼547
联系方式：0771-5828208
营业时间：10:00-14:00、16:30-21:30
到达交通：乘25、42、39、6、52、213、603、609、704、706、87、90、76路公交车在民族青秀路口下车
参考价格：包厢最低消费为688元，人均消费约45元

阳光茉莉 在杭州吃过两次外婆家，每次都要大排长龙，生意火到不行。开到南宁后，也一样火，每天下午四点半放号，五点钟开始进场，要晚了就只能等了。想吃到外婆家的诀窍只有一个：早点到！



阳光茉莉 外婆家的窝蛋肥牛，人气很高，每次必点

陆瑞记海鲜酒店

这家海鲜不错，用料新鲜，如白雪藏龙精选了小龙虾烹制。招牌菜脆皮叉烧入口即化，口感独特；另一道翅汤浸三宝，选用老鸡和猪骨熬制汤底，香而浓郁。他家的菜单一年会更新几次，但招牌菜水准还是维持得很不错的。

地址：青秀区东葛路121号（东葛路延长线上，玻璃厂对面）
联系方式：0771-3111228
营业时间：10:00-20:00
到达交通：乘85、604路在东葛茅桥路口下车
参考价格：人均消费约80元

virginir 陆瑞记的海参和鸭掌都很嫩很鲜，淋上鲍汁，味道正到爆！

满记（万达店）

是一家进驻南宁的香港甜品店，至今已分别在万象城、航洋国际、古城路、西南商都百盛开了五家店。装修时尚，出品精致，如榴莲忘返、杨枝甘露、菠萝乃、鲜奶炖燕窝等，每一份都款款入味。价格稍贵。

地址：兴宁区民生路万达广场百盛B1楼百盛超市出口处（近新朝阳）
联系方式：0771-6771189
营业时间：10:00-22:30
到达交通：乘10、11、34、35、45、76、79、205、604、706、西乡塘专线等在民族江北路口下车
参考价格：人均消费约25元

沈永飞 上个月去香港没来得及去满记吃甜品，没有想到在南宁也能饱口福。听说香港满记在南宁开了不止一家分店，有机会到南宁的朋友可以尝尝。



购物 Shopping

南宁的购物点以朝阳商圈和琅东片区最为繁盛。南宁本土特产不多，大部分是广西特产。在交易场、和平商场、火车站一带，有不少大大小小的特产店，但良莠不齐，也容易发生宰客现象，因为这些店主要针对游客，所以食品类的建议还是在超市买较好。

纪念品购物点：广西特色旅游商品中心（南宁市古城路广西文物苑内）、广西文物商店（南宁市古城路广西文物苑旁）、中国—东盟博览会纪念品专卖店（南宁古城路广西文物苑旁）、大地飞歌礼品专卖·礼之本购物店（南宁市思贤路36号）。

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。现也作为礼品相赠。

姜晶：这是一种老姜磨制的冲剂，体寒或是感冒的人，冲一杯喝上，立即能暖体，缓解感冒症状。

福寿饼：味道一般，但很有嚼头，可以解嘴馋，不少南宁人小时候很爱吃。因历史悠久，工艺传统，且饼上写着“福”或“寿”字，寓意较好。“云亭牌”福寿饼是老字号。

朝阳商圈

是承载人流量最大的地带，也是美食餐饮的聚集地。其中百货大楼、百盛和万达商业广场相对高端，有沃尔玛、屈臣氏等；步行街、裕丰商场、搜品廊、和平商场、裕丰高街、金朝阳、梦之岛折扣店等则是普遍大众购物的集中地，多数可以讲价议价。有些商家开的价格过高，讲价可遵循出的价格对半再少一点的原则。

23 琅东商圈

万象城

主力店有百盛百货、沃美国际影城、Ole'超市、缤纷万象滑冰场、玩具反斗城、NOVO 新概念店、哈根达斯、四海一家、太兴港式茶餐厅、香港稻香等，也集中了H&M、ZARA、UNIQLO、VERSACE、CANALI 等高端品牌，也是广西唯一的真冰滑冰场所在地。距离不远的还有航洋国际、万象广场的地下时尚购物中心、梦之岛水晶城店、广州友谊商店等，是不少白领的首选地。

地址：青秀区民族大道136号华润中心万象城

到达交通：乘25、42、39、6、52、213、603、609、704、706、87、90、76路公交车在民族青秀路口下车即到

古城路商圈

这里也是精品购物区，其中新旧梦之岛购物中心为该片区上的两大巨头，集中了LV、Gucci、PRADA等一线品牌；此外，民族宫九一天地、奥特莱斯，及南宁最大的电子商品购物点——电子科技广场也都是较大型的购物点。新竹路、东葛路、七星路上，有不少装修精致的服装小店，价格偏贵，但也不乏买家，细细淘也会发现不少个性特别的单品，很多人从中山路饱腹后，都爱顺便逛一下作为饭后节目。

24 梦之岛百货民族店（俗称的新店，有Gucci）

地址：青秀区民族大道49号梦之岛百货

网址：<http://www.mzdol.com/>

到达交通：乘6、33、34、39、79、205、211、604路公交车在民族古城路口站下车

25 梦之岛购物中心古城店（俗称的旧店，有LV）

地址：青秀区古城路9号梦之岛商务楼

网址：<http://www.mzdol.com/>

到达交通：乘23、30、33、47、63、205、706路公交车在古城星湖路口站下车

娱乐 Entertainment

南宁气候四季温和，夏季很长，因此城市夜生活非常丰富，娱乐自然也不乏。偏向闲适的娱乐方式在这座城市里相对为大众接受，如KTV、桌游、打羽毛球、台球、泡温泉、看剧等。

唱K

只因不夜城，造就了邕城的夜夜笙歌。在南宁，不论在最繁华的地带，还是在远离市中心之地，不论是全国连锁KTV，还是独此一家的唱馆，哪一处都不会缺少人气。从昼入夜，直到第二天太阳升起，都有不少勤勤恳恳卖力献唱的“麦霸”。唱K，可以说是南宁当之无愧最具人气的娱乐方式。

佰迪乐量贩式KTV

在南宁已有7家分店，最初才一小时7元钱的便宜价格着实勾引到了不少粉丝。抛开店内时尚个性的装修不说，迷你厢到豪华大厢一应俱全。佰迪乐的点歌系统在房间的多个位置都有操控扭，很适合懒人使用。特别的是，北湖店还设了不少主题厢，其中有一个满满的都是粉红色可爱的Hello kitty哦。

地址：西乡塘区北湖南路16号（近南城百货）

网址：<http://www.partyroomktv.com/>

联系方式：0771-3301111

营业时间：11:00-05:00

到达交通：乘6、16、30、38、44、73、74、78、80、85、91、206、218路公交车在北湖唐山路口下车

参考价格：人均消费50-80元

酒吧

在南宁不夜城，永远不要拿“晚上十点回家”的戒律来约束你，凌晨1点，才是这个城市脉搏跳动最兴奋时。南宁酒吧比较集中的有星湖路酒吧街、民歌湖酒吧街、江北大道酒吧街等。

26 民歌湖酒吧街

位于民歌湖边的现代艺术酒吧街，波光、小码头、木栈道，让整条酒吧街更显时尚魅惑。这里集中了唐会、MUSE、BANANA、巴伐利亚密码、A9、Club sugar等酒吧。



地址：青秀区金浦路民歌湖景区现代艺术酒吧街

到达交通：乘 34、47、70、213、城环 1 线在竹溪汇歌路口下车；
或 乘 6、19、25、29、34、39、46、72、74、76、206、601、
603、609、706 路等公交车在民族金浦路口站下车



讷讷° 夜夜笙歌的民歌湖酒吧街

星湖路酒吧街

南宁人最熟悉的酒吧街，因集美食、KTV 等娱乐休闲，人气也很旺盛。这里有南宁人最熟知的乐巢，全国连锁的苏荷，以及各种劲歌慢舞的酒吧。

地址：青秀区星湖路北一里

到达交通：乘 3、20、33、51、60、65、80、86、215 路在星湖北一里路口站下车

江北大道酒吧街

在市中心逛完街，在中山路尝遍美食，夜场时分就可以直接走到这条酒吧街来了。这儿的酒吧具有风土人情味儿。最易勾起人回忆莫过于“又见束河”，来到这儿的人几乎都有份解不开的丽江情结。

地址：江北大道桃源大桥东侧（凌铁段）

到达交通：乘 10、20、46 路在区政协站下车，往江北大道方向走约 240 米

看电影

在南宁电影院有十来家电影院。星湖、中华、红星、江南等都是老牌电影院，虽然场馆不够时尚靓丽，但价格也实惠；沃美影城、中影国际电影城、万达电影院、百老汇电影城、大地影院等为后起之秀，观影环境和价格也是成正比的。

听演唱会

近两年明星都刮风似地轮流到南宁来举办演唱会，大家都耳福不浅，让邕城的夜晚愈发熠熠生辉。要是不想错过偶像，最好多关注南宁新闻哦。

广西区体育场

是南宁的老牌演唱会场馆。周杰伦、张惠妹、王力宏、谭咏麟、李克勤、陈慧娴、李玟等明星都在这里开唱过。但不足的是场馆比较陈旧，不够大气。开个玩笑，听说若是不想买门票，爬上人民公园的山坡，即使看不到，听现场版也不错哦。

地址：南宁市朝阳区公园路（人民公园旁）

联系方式：0771-2619929

到达交通：乘 38、74、78、80、81、218、802 路公交车可直达

27 广西体育中心

2010 年新启用的场馆，弥补了南宁的某些缺憾，也吸引了各种大牌来邕轰炸。2013-2014 年就有王力宏、林志炫、谭咏麟、陈奕迅等明星在此开个唱。当然除此外，这有专业的足球场、游泳场馆、羽毛球馆。唯一不足的是开演唱会时，人多车多，易发生堵车情况，去的时候方便，回来的时候可要多耐心点了。

地址：南宁市良庆区

到达交通：乘 70、601、702 路公交车可直达（举办演唱会时，会安排有免费的专线公交）

看演出

在南宁虽然没有北上广浓烈的演出氛围，但偶尔想看场演出，还是能弥补一下心愿的。南宁剧场、广西人民会堂、广西剧场每个月都会有不少精彩剧场。2012 年 8-10 月，因广西先锋话剧艺术节首次在南宁举行，掀起了邕城看话剧的热潮。

28 南宁剧场

日本熊本交响乐团、斯里兰卡国家歌舞团、俄罗斯国立芭蕾舞团等世界著名的艺术团体都曾在这里演出。近年还有大型演出《卡门》、《天鹅湖》、《菊次郎的夏天》，话剧《恋爱的犀牛》、《奔跑的灵魂》都曾在此上演过。

地址：南宁市江南区星光大道 4 号

联系方式：0771-4830849

到达交通：乘 1、5、9、11、21、31、39、41、207、219 路在邕江桥南站下车

皇嘉凯歌大剧院

有近 1200 平方米的超大演艺厅。“每晚一台综艺晚会”是南宁皇嘉凯歌大剧院的演艺特色，集合了歌舞、表演、声乐等综艺晚会表演，有时还会邀请明星来到现场演出。

地址：南宁市青秀区桃源路 62 号跑马场二层

联系方式：15807718122

营业时间：20:00-02:00

到达交通：乘 10、26、32、46、62、73、89、215、219、609、802 路公交车在桃源路中站下车

泡温泉

南宁的泡温泉点是九曲湾温泉和嘉和城温泉两处，都在三塘方向上，离市区较远。各有千秋，均有水上游乐项目，门票价差差不多，建议网上团购预订。

九曲湾温泉度假村

地址：南宁市兴宁区昆仑大道三塘温泉路 9 号

联系方式：0771-5820999

营业时间：09:00-02:00

到达交通：乘坐 22 区间、803 路公交车可直达



嘉和城温泉谷

地址：南宁市兴宁昆仑大道 995 号嘉和城

联系方式：0771-5805511

营业时间：09:30-24:00

到达交通：乘坐 22、606、101 路公交车可直达

线路推荐 Tours

因为南宁景点地较集中，且城区不算大，一日游基本能逛完，市内就有旅行社提供观光车游览，但若是较追求自由感的，建议还是自发出行。一来搭乘公车就能欣赏到市区主要建筑，二来也能自主掌握时间。而若是对市区周边的景点比较感兴趣，最好能有 3-5 天时间。

南宁一日游

线路推荐：乘公交车或自驾，游览欣赏南宁的城市标志性建筑。主要集中在城市主干道民族大道同一条线路上，为直行方向。

线路设计：朝阳广场—邓颖超纪念馆—丽原天际（目前南宁最高的楼）—广西科技馆—民族广场—文物苑—南湖大桥—金湖广场—民歌湖酒吧街—南宁国际会展中心—青秀山风景区—南宁大桥—孔庙—广西民族博物馆

线路详情：民族大道是南宁的主干道，也是标志性道路，马路上飘散着浓郁的亚热带雨林气候森林气息。从朝阳广场七叉路口处的邓颖超纪念馆出发，回溯“南宁女儿”即周恩来夫人邓颖超同志的革命事迹。参观完后，马路对面抬头可见南宁市区内最高的楼盘——丽原天际。沿民族大道继续直走，来到广西科技馆，若有时间可进去看看。对面不远即是民族广场，在此看白鸽成群飞翔，还有人民会堂和四大伟人像。之后来到民族古城路口处的民族文物苑，门口有一巨大的铜鼓雕塑，此处浓缩了广西民俗风情。跨过南湖大桥，领略南湖风光，在金湖广场上，仰望标志性建筑——五象及地王大厦。来到在民歌湖酒吧街附近，眺望南宁的第一大标志性建筑——南宁国际会展中心，中国—东盟博览会每年就在这举行，外形是南宁市的市花——朱槿花。从竹溪立交向右转前往南宁大桥，这是目前南宁最有设计感的大桥。接着前往孔庙，这是现今广西规模最大的孔庙之一。最后一站来到广西民族博物馆，总体领略广西各民族的风情文化。

南宁二日游

线路推荐：此条线路汇集了南宁较热门的景点，但较分散，且各景点均需花半天时间。

线路设计：D1：青秀山风景区—南湖公园—中山街—民生广场

D2：扬美古镇—动物园—南铁美食街（水街）

线路详情：D1：早上到号称南宁绿肺的青秀山风景区，感受绿城旖旎风光，登上龙象塔俯瞰邕城全貌，看最老的铁树，赏醉人的桃花……中午在青秀山脚下附近的“甘家界牌柠檬鸭”店，一品南宁本土老字号佳肴——柠檬鸭；饱腹后来到南湖公园，舒心地度过美好的下午时光，在这里，慢才是主题。你大可以放松自己，在翠绿的大草坪上打盹，在落日余晖下和恋人相拥……晚上到著名的中山小吃街大快朵颐，完后到附近的民生广场，吹着江风，感受南宁不夜城的魅力。

D2：8：30 出发到南宁保存最完好的古镇——扬美古镇，在明清建筑中抚摸那逝去的时光，游完古镇需 1-2 小时，中午在扬美古镇著名的金马

街附近吃午餐；下午可来到西乡塘区的动物园，与动物嬉戏，玩刺激心跳的娱乐设施，或与海啸来个拥抱……玩累了来到南铁美食街或水街，品尝正宗的南宁老字号美食，真正深入南宁人腹地。



 自然 乘竹筏赏瀑布

南宁周边二日游

线路推荐 1：南宁与越南相邻很近，可在附近国界上感受异域风情。

线路设计：南宁—大新一靖西—龙州

线路详情：D1：从南宁出发到大新县，一路上游览明仕田园的如画山水，于中午最终到达德天瀑布，一赏壮观与宏伟的跨国瀑布。在德天瀑布景区外或硕龙镇上解决食宿。

D2：大新县距靖西县不远，一早出发，到靖西感受通灵大峡谷的奇险，或到古龙河刺激漂流；下午回到龙州县，游览有名的古炮台群——小连城。傍晚可回到南宁。

线路推荐 2：这条路线的玩点比较丰富，自然和人文风景相结合。

线路设计：南宁—隆安—大新一崇左—宁明—凭祥

线路详情：D1：来到南宁不远的隆安龙虎山耍猴，中午在景区吃完饭后，可前往大新，感受德天瀑布的震撼。在德天瀑布景区外或硕龙镇上解决食宿。

D2：回到崇左，看建于明代于启元年至今仍不倒的斜塔，前往宁明探寻花山壁画的神奇与奥秘，最后到凭祥友谊关，站在中越边境上，赏异国风光。傍晚可回到南宁。

南宁周边三日游

线路推荐：横县、上林、马山、武鸣为南宁六县六城区范围内的县份，距离较近，风景美。县城不大，可以参观完景区后回到县中心吃饭。

线路设计：南宁—横县—上林—马山—武鸣

线路详情：D1：从南宁出发，横县是茉莉花之都，每年 11 月的茉莉花节吸引了广大中外游客闻香而来，若没赶上花期，也可前往县内的九龙瀑布群、伏波风景区，感受山水之美，游完后中午在横县饱尝有名的鱼生，选用河鱼制作，鲜甜嫩滑；下午继续前往东北方向的上林，赏金灿灿的油菜花田，或是清秀俊美的大龙湖、三里洋渡风景区，醉于清风。晚上在上林县城用餐。



D2: 前往西北方向的马山, 这儿有原始石漠溶洞——金伦洞、被称为“八十里画廊”的红水河风景区, 在马山县城吃完午饭后, 来到武鸣的大明山吸氧养生, 晚上可住宿大明山。

D3: 继续在大明山游玩, 中午下山, 可到附近的伊岭岩、灵水游玩, 傍晚回到南宁。

中越跨国四日游

线路推荐: 这一路不仅能到北海、东兴感受海滨之城的魅力, 和大海拥抱, 还能实现跨国旅游。

线路设计: 南宁—凭祥—南宁—北海—防城港—东兴—越南(芒街、下龙湾、海防、河内)

线路详情: D1: 从南宁出发凭祥, 欣赏中国九大关之一的友谊关, 远眺越南国境。中午在凭祥用餐。下午去北海, 需回到南宁, 经两小时后到达北海, 游老街, 在银滩看落日, 晚上到侨港吃海鲜和越南小吃。晚上住北海。

D2: 从北海出发防城港, 自驾车的话可以上南北高速到钦防高速互通前往防城港, 防城港有金滩、白浪滩等景点, 感兴趣可留一天游玩。到了港口后, 过跨海大桥前往东兴, 沿途海岸风光美景不胜, 体会阳光、沙滩、靓车、美女的意境。从防城港到东兴走二级公路大约花 40 分钟。游东兴的边贸街, 在中越出入境就能依稀远眺对面的越南。

D3: 早上从东兴口岸入关后, 游越南芒街、下龙湾。

D4: 游越南的海防、河内。下午从东兴口岸出来, 傍晚回到南宁。

骑行线路

线路推荐 1: 这是南宁骑行者常走的路线。欣赏南宁市郊区的田园景象, 品尝正宗生榨米粉。

线路设计: 金湖广场—快速环道—四塘—五合一蒲庙—五象大道—良庆—亭江路—昌江桥—金湖广场, 全程 79 公里。

线路详情: 从南宁金湖广场出发, 上快速环道, 往四塘方向走, 经过五合, 历时约 1 小时, 来到蒲庙。在蒲庙吃一碗最正宗的生榨米粉犒劳自己, 当然还有其他经典的如蒲庙带皮鸭脚、卷筒粉、糯米鸡、白切狗肉等, 每次都吃得嘛嘛香。沿五象大道方向回来, 依次经过良庆区、亭江路、昌江桥, 最后回到金湖广场。

线路推荐 2: 这条线路由于路面宽, 机动车少, 而且可以呼吸邕江边的新鲜空气, 被骑友们热捧。

线路设计: 三津: 星光大道—五一东路—永和大桥—江南大道—三津

线路详情: 从江南区的星光大道出发, 往五一东路方向, 进入永和大桥, 往江南大道方向, 来到三津, 在夜色迷蒙下, 静静地听虫鸣, 呼吸城郊的新鲜空气。之后原路折返。

线路推荐 3: 环青秀山的线路也为骑友热衷。但这条线路的机动车往往车速较快, 且相对路面窄弯道也多一些, 所以骑行时一定要要有同伴, 注意交通安全, 危险路段限速, 慢行。

线路设计: 思贤路—新竹路—民族大道—翡翠园—青环路—孔庙—广西民族博物馆—南宁大桥—青山路—双拥路—民族大道—鲤湾路—东葛路—思贤路

线路详情: 在南宁思贤路、新竹路一带美食圈饱腹后, 沿民族大道出发,

依次经过翡翠园、青环路, 这些路段上车流较多, 要注意安全。之后途径孔庙、广西民族博物馆, 但景点在夜晚已关闭。约 1 小时后, 到达线路的中间点——南宁大桥, 这是南宁设计最美的大桥, 在这儿休息, 感受清风洗礼。接着沿青山路方向, 进入双拥路, 回到民族大道、鲤湾路、东葛路、思贤路, 骑行结束, 和骑友们把酒言欢, 或再品个夜宵, 最惬意不过。

节庆 Festivals

“三月三”: 即农历三月初三, 又称“三月三歌节”或“三月歌圩”, 是壮族重要的传统节日。以南宁武鸣举办的“三月三”最为隆重。可以吃到壮乡的特色美食, 玩抛绣球、对山歌、赛板鞋等传统民俗活动, 格外有趣热闹。

端午节: 每年农历五月初五的端午节, 在邕江上都会举行赛龙舟。近年来还发展成国际龙舟赛, 也有外国队伍参与, 在南湖举行。水里鼓声震天, 岸上围观的更是人声鼎沸。

中国—东盟博览会: 由十个东南亚国家和中国共同主办, 一年一度。你可以在会展上, 吃到特色正宗的东南亚美食, 欣赏东南亚的异域风情表演, 和东南亚朋友结交畅谈, 还能买到特色的东南亚物品。2013 年 9 月 20 日至 24 日, 即将举办第十届东盟博览会, 菲律宾是第十届主题国。



晓雨乖乖乖 中国—东盟博览会上的东盟舞蹈表演

实用信息 Practical Information

语言

除了南宁平话、南宁白话外, 也许最为人知晓的便是“南普”了, 学名: 南宁普通话。即以北方话为基础方言, 以典范的现代白话文学作品为语法规范, 带有明显南宁白话、平话、壮话口音, 通行于南宁的共同语言。

南宁人爱在一句话之后加上语气词, 其中“捏”字最为广泛, 若是习惯带上这个尾巴, 那恭喜你已经被同化不少了。可参见最具代表性的人物是谐星杨建伟, 他自己创作的“南普”小品《夫妻应聘》、《旅店夜话》在第八届中央电视小品大赛中获得了第五名的好成绩。



银行

各大银行均有，网点分布很多，区内特色银行主要是广西北部湾银行，是广西壮族自治区人民政府直接领导下唯一的区域性、国际化、股份制优质特色银行。

邮局

邮局每个路段都有，很方便。

联系方式

市长热线: 12345 急救中心: 120 社会应急联动中心: 110
旅游投诉: 5516551 消费协会: 12315 邮政编码查询: 184
查询服务台: 114 天气预报: 121

医院

南宁医院有很多，距离市中心朝阳广场较近的有广西区医院、南宁市一医院、南宁市七医院、广西中医学院瑞康医院、南宁红十字会医院、南宁市中医院等。

29 领事馆

南宁领事馆区位于中国—东盟商务区桂花路 16 号，主要规划建设东盟以及世界其他国家驻南宁总领事馆。

目前，南宁市总共有 5 家东盟驻邕总领事馆，分别是越南社会主义共和国驻南宁总领事馆、柬埔寨王国驻南宁总领事馆、泰国驻南宁总领事馆、老挝人民民主共和国驻南宁总领事馆、缅甸联邦共和国驻南宁总领事馆（按设馆时间顺序排列）。

南宁领事馆区目前已经进驻三个国家的领事馆了，老挝、缅甸、柬埔寨。另两个领事馆，越南、泰国还在五象广场附近。

越南社会主义共和国驻南宁总领事馆

地址：南宁市金湖路 55 号亚航财富中心 27 层
联系方式：0771-5510561/5510562/5534738

柬埔寨王国驻南宁总领事馆

地址：南宁市中国 - 东盟商务区桂花路 16-6 号
联系方式：0771-5672358/5672352

泰国驻南宁总领事馆

地址：南宁市金湖路 52-1 号五象广场东方曼哈顿大厦 1-2 楼
联系方式：0771-5526945/ 5526946/5526947/5526949

老挝驻南宁总领事馆

地址：中国—东盟商务区桂花路 16-1 号 1 号馆
联系方式：0771-5672501/5672502/5672503

缅甸联邦驻南宁总领事馆

地址：中国—东盟商务区桂花路 16-7 号 5 号馆
联系方式：0771-5672845/5672190/5672391/5672192

旅行安全

因这几年南宁迅速发展，城市人口复杂，到人群集中地时，如上公交车、逛夜市美食街等，特别要注意保管好钱财。随身带包的游客最好把包放在身前，也不要裸露金银等贵重物品在外。在夜深时，一定不要单独行走在黑暗幽僻的道路上，避免发生人身伤害。

外部交通 Getting there

飞机

到达南宁可直飞南宁吴圩国际机场。吴圩国际机场位于南宁市西南 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。南宁的航线网络主要集中在我国的东部、南部和西南部城市，而中部、西北部和北部城市的航线较少。

地址：南宁市吴圩镇

网址：<http://www.nnairport.com/>

联系方式：0771—2095114（机场大巴咨询联系方式）

机场到达交通：

机场大巴，均为 20 元 / 人。线路有 3 条，在上车前要特别问清楚，具体线路如下：

1 号线：（1）南宁吴圩机场——南宁市区朝阳路民航售票处（靠近南宁火车站，朝阳路银河饭店处）。发车时间：从首班抵达机场开始至航班结束；

（2）市区朝阳路民航售票处——机场。发车时间：5:30—22:30，每 30 分钟一班。

2 号线：（1）南宁吴圩机场——南宁市区民族大道琅东客运站。发车时间：10:00—22:00；（2）金湖广场东方曼哈顿大厦城市候机楼前——南宁吴圩国际机场。可在该城市候机楼可办理乘机手续，换领登机牌候机。

发车时间：5:30—21:00，每 30 分钟一班。

3 号线：南宁万象城城市候机楼——南宁机场。可在该城市候机楼购买各地机票和保险，换领登机牌候机。发车时间：8:30—20:30，每小时一班，逢半点发车。

你还可以乘坐出租车前往市区，南宁机场到市区打车一般 80-100 元左右，也有的可拼伙乘车为 20—25 元 / 人。

火车

南宁火车站，每天都有开往北京、上海、广州、西安、成都、昆明、郑州、南昌、深圳、长沙、张家界等地的列车，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。开行的国际列车可直达越南同登、河内。

近年，广西先后开通了衡柳、柳南、南钦、钦北、钦防 5 条高铁线路。目前南宁分别与桂林、北海、柳州、防城港四大城市开通了 20 对动车组。前往区内各热门旅游城市更快捷，如从南宁至桂林仅需 2 小时 40 分。预计 2014 年下半年，南宁至北京的高铁也即将开通。具体乘车信息以火车票官网 (<https://kyfw.12306.cn/otn/>) 为准。

目前因南宁高铁站（南宁东站）在建，高铁列车均在南宁站停靠，依旧前往南宁站乘车即可。

地址：南宁市兴宁区中华路 28 号

联系方式：0771-2222222

到达交通：乘 5、6、7、8、9、10、19、21、24、31、32、33、41、52、59、66、69、202、204、208、212、501、605、801、804、805 路或 31 大站、西乡塘专线大站快车可直达

长途汽车

南宁主要有五大长途汽车客运站，分别为琅东客运站、江南客运站、西乡塘（原北大）客运站、安吉客运站、金桥客运站、大沙田客运站。



琅东客运站

为市内主要客运站，主要发往桂林、玉林、柳州、北海、防城港、钦州等以及省外各地等方向。

地址：青秀区民族大道186号

联系方式：0771-5508333

到达交通：乘6、25、39、42、45、52、76、90、206路等路公交车可直达

江南客运站

市内第二大客运站，主要发往钦州、北海、崇左等方向。

地址：江南区星光大道236号

联系方式：0771-4518200

到达交通：乘11、12、15、21、23、25、31、81、207、705路等公交车可直达

西乡塘（原北大）客运站

主要发往区内的百色、田东、田阳、靖西、天等方向，区外的云南、贵州等地。

地址：西乡塘区大学西路63号

网址：<http://58.guihoo.com/>

联系方式：0771-3816650

到达交通：乘58、95、204、804、805、西乡塘专线等路车可直达

安吉客运站

主要发往武鸣、马山、河池等地。

地址：西乡塘区安吉大道42号

联系方式：0771-3109661

到达交通：乘2路、32路、36路、41路、54路、67路、80路、84路、90路、206路等路公交车可直达

金桥客运站

主要发往宾阳、上林、梧州、桂平、柳州等地。

地址：西乡塘区昆仑大道368号

联系方式：0771-2020330/2020331/2020332/2020351

到达交通：乘22路、606路、608路、802路、803路等路公交车可直达

大沙田客运站

主要发往邕宁、蒲庙等地。

地址：南宁市良庆区

到达交通：乘23、25、29、31、55、65、96、607、608、705、801、802等路公交车可直达

内部交通 Getting around

出租车

南宁出租车起步价白天为9元，夜间（23:00至次日6:00）为11元，起步里程仍为2公里，每公里加收2元，不收取燃油附加费。乘出租车预约热线0771-1601111，拨打联系客服，可派车到你所在位置。

- 南宁市出租车安装MCU及LED智能顶灯，即出租车的顶灯上有一个LED显示屏，可以显示“交接班”，还可以让乘客知道车里是否有客人，只要车上有客人，车外的顶灯就能显示出“载客”，要是没有客人，顶灯会自然显示出“空车”的字样。

- 不要搭乘黑车。南宁要求所有出租车LED顶灯要统一显示特定的宣传标语，除了LED顶灯出了问题的车外，所有的出租车都会显示同一个内容，如果不能显示这些内容，那就是黑车。

- 17:00-19:00为出租车司机交接班时间，此时较难打到车。

- 注意要在主要街道均设有出租车上下客站，前后5米均可叫停。

- 打车省钱支招：出行之前预估一下和目的地之间的距离，距离越近和之前的运价区别越小，而距离越远和之前的运价区别越大。所以如果距离太远，可考虑公交车和出租车组合的出行方式，这样可更省钱。

在不太堵车的时段，从第一地方出发到目的地，绕行快环、江北大道这样较为顺畅的路段和走市区支出的费用区别不会太大，走市区还会略微便宜一些。但在高峰时段，绕行较远的顺畅的路段费用比走市区拥堵路段费用要少一些，因此建议尽量走较远的、畅通的路段。

公交车 / 中巴

南宁的公交大部分为无人售票车，票价1元，空调及双层公交车为全程2元。公交车运营时间一般为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。办理公交卡只能享受九折优惠，纯粹旅游则没必要办理。

南宁公交总公司联系方式：0771-5300220

南宁公交线路查询、投诉联系方式：0771-12319。

南宁都市观光游专线旅游车 咨询联系方式：0771-2102421

旅游专线：市内观光车（双层），始发站为南宁国际旅游集散中心。该线路长约35公里，单程运行时间为90分钟，每30分钟发一班，运行时间为早上9:00-21:00，票价10元/人。具体线路为南宁国际旅游集散中心—邓颖超纪念馆—广西科技馆—广西民族文物苑—南湖公园—南湖名树博览园—金汇如意坊—青秀山公园—孔庙—广西民族博物馆—东盟美食城—东盟商务区—南宁国际会展中心—民歌广场—五象广场—民族宝鼎、人民会堂—万达商业广场—南宁国际旅游集散地。

地铁

南宁地铁一号线全线已在2011年正式开工建设，预计2016年正式开通运营，全部为地下车站。因修地铁，不少路段被封闭，道路不够平坦，也有堵车情况。

具体站名为：石埠站—南职院站—鹏飞路站—西乡塘客运站—民族大学站—清川站—动物园站—鲁班路站—广西大学站—白苍岭站—火车站—朝阳广场站—新民路站—民族广场站—麻村站—南湖站—金湖广场站—会展中心站—万象城站—东盟商务区站—凤岭站—琅东客运站—百花岭站—佛子岭站—火车东站

