

北京峡谷攻略



北京峡谷攻略

北京，京郊游，亲水，峡谷，黑龙潭，京东大峡谷，龙门涧

封面	1
一、北京峡谷综述	5
二、北京峡谷里的最佳体验	6
1、小隐于峡谷，纵情于山水	6
2、山野采摘，识果认花	6
3、徒步扎营，拒绝自虐	8
三、小雅鲁藏布江-白河大峡谷	9
1、风景描述	9
2、沿途景点：	10
3、路线描述	11
4、最佳季节	11
5、行程设计及交通	12
6、食宿和门票	13
四、塞外江南-后河古城河峡谷	14
1、风景描述	14
2、线路描述	16
3、最佳季节	17
4、行程设计及交通	17
5、食宿和门票	18
五、北方小桂林-龙庆峡	19
1、风景描述	19
2、线路描述和看点	20

北京峡谷攻略

3、最佳季节	22
4、食宿和门票费用	22
5、交通方式	23
六、山水长城-水泉沟旺泉沟	24
1、风景描述	24
2、线路描述	25
3、最佳季节	25
4、行程设计及交通	25
5、食宿和门票	26
七、世外桃源-永定河峡谷	28
1、风景描述	28
2、路线描述和看点	29
3、最佳季节	30
4、行程设计和交通	31
5、食宿和门票	32
八、百里画廊-拒马河峡谷	33
1、风景描述	33
2、线路描述	34
3、最佳季节和主要看点	36
4、行程设计和交通	37
5、食宿	37
九、领秀京东-京东大峡谷	38
1、风景描述	38
2、线路描述	39
3、行程设计和交通	40
4、门票，食宿和季节	41
十、户外经典-云蒙峡	43
1、风景描述	43

北京峡谷攻略

2、线路描述	44
3、最佳季节	45
4、交通	45
5、门票和食宿	46
十一、北方喀斯特--龙门涧峡谷	47
1、风景描述	47
2、线路描述	48
3、最佳季节	49
4、行程设计和交通	50
5、门票和食宿	50
十二、山间隐士-南石洋大峡谷	51
1、风景描述	51
2、线路描述	52
3、行程设计和交通	53
4、门票和食宿	53
热门旅游攻略推荐	55
封底	56

北京峡谷攻略

一、北京峡谷综述

北京西、北、东三面环山，自古就有“北枕居庸，西峙太行，东连山海，南俯中原”之说，有人说，北京的山虽然雄壮但是不如南方的山，山中没有水的灵性，其实有山必有水，北京的山间水系特别发达，三大河的水系分别从北京的北部、西部、西南而过，她们是白河、永定河、拒马河，还有其他的支流，山水相接则成一条条美丽的峡谷，本文精心挑选了北京最富韵味的亲水峡谷群落奉献给读者。

最适合自驾的路线：小雅鲁藏布江-白河大峡谷、百里画廊-拒马河峡谷

最适合徒步的路线：山水长城-水泉沟旺泉沟

最适合野营的路线：塞外江南-后河古城河峡谷

山景最秀丽的路线：北方喀斯特-龙门涧峡谷

水量最大的路线：北方小桂林-龙庆峡

最原生态的路线：山间隐士-南石洋大峡谷

二、北京峡谷里的最佳体验

1、小隐于峡谷，纵情于山水



久居都市的你感觉到厌倦吗？想周末的时候远离城市的喧嚣和嘈杂，纵情山水之间，寻找一份幽静吗？选择北京周围的峡谷，这里山水相绕、曲径通幽，没有公园熙熙攘攘的人群，小溪流水送来清凉、山花烂漫带来美丽，您可以带上家人、约上朋友、甚至戴着宠物，逆流而上走到峡谷的深处，垂钓、野餐、赏景、拍照，在山间水边体验最接近自然的生活。

2、山野采摘，识果认花



你采摘过野果吗？北京附近的峡谷深处的古村落遗留下大量的果树，杏、梨、山楂、榛子，在春秋两季的成熟季节，任你采摘。在这里的采摘可和你去收费的采摘园里摘到的绝对不同，免费，无污染，唯一不足的是卖相，山鸟野虫是最好的选果专家，不信你尝尝那完好无缺的果子没被它们啄过的果子定是又酸又涩。带一本草木集，边走边认野花野草，若有高人相伴，归程采一大袋野菜蘑菇把野味带回家。

3、徒步扎营，拒绝自虐



户外野营，听起来是个很专业的词汇，是不是需要负重背上几十斤，带上水等必要的生活设施，徒步走很远很远？去峡谷露营完全不需要这些，峡谷里有充足的水源、平坦的路线、避风的营地，保证您的露营不会辛苦，甚至你也可以自驾到露营最近的地点。徒步野营又不必忍受负重自虐之苦，清谷幽潭无喧嚣之扰，何乐而不为？

北京峡谷攻略

三、小雅鲁藏布江-白河大峡谷

地理位置： 位于北京北部，跨域延庆、怀柔、密云三县。

适宜的游玩方式： 自驾车、包车的交通方式，朋友或家人的休闲游。

1、风景描述



她有很多动听的名字，百里画廊、北方雅鲁藏布江大峡谷，和永定河宫厅山峡和拒马河峡谷并称“京都三大峡谷”。

白河发源于河北省赤城境内，流入北京的延庆被拦腰截断，修建成了白河堡水库，然后，滔

北京峡谷攻略

滔白河水在北京的北部从延庆经过怀柔进入密云境内的密云水库，于是，在这两座水库之间的崇山峻岭中便深藏了一处原始风貌保留相当完整的自然峡谷，被称为“百里画廊”。沿途道路险峻，村落相对稀少，因此，适宜做富于探险精神的自然探索游。

从延庆县的白河堡水库大坝的东北方向进入峡谷，便可领略峡谷的风貌。近百米高的悬崖如利剑将波涛滚滚的白河劈开，巍峨的明代长城在山间蜿蜒伸展，两岸峭壁林立，山泉汇成浩荡的激流，大自然的奇异景色令人颇感震撼。到达密云县沿白河顺溜而下，至云蒙山北麓，就到达了白河峡谷最为壮观之处。此地山势陡峭，悬在半山之间的道路两侧都是悬崖绝壁，经过令人惊心动魄的穿越石缝间隙的旅程，再往前行，就到达景色最为壮观的地带，登上道路边悬挂的石台，群山峻岭和蜿蜒流淌的白河尽收眼底，一路的风光颇为奇妙，时而两侧岩石壁立，而高高的岩壁上又莫名其妙地开了一个天窗；时而白河温情脉脉，岸边白沙绿草，水中白鹅嬉戏，景色美不胜收。

2、沿途景点：

白河峡谷周围集中了延庆、怀柔、密云的很多景点，在延庆境内的上半段：白河堡水库到怀柔汤河口。首先入眼的是明代外长城的重要关口——小水口，只见长城在峡谷两端山岭上盘亘，被高高的悬崖分隔，而白河则冲过断崖向东奔流。一路走去，山回水转，触目皆景。向下游前行，水流越来越浩荡，景色也越来越壮观，这里是展开漂流活动的好场所。中游30公里处三家店乡下德龙湾的木化石群，是一个有价值的景点，还有仓米古道、滴水壶、乌龙峡谷风景区，也是风景非常独特的休闲度假好去处。

谷的下半段在怀柔、密云县境内，穿越了云蒙山景区，瀑布深潭几乎连成了串，犹如一条美丽的宝石项链。在密云境内串联的景点有：天仙瀑—清凉谷—精灵谷—天池九龙潭——京东第一瀑—九道弯大峡谷—桃源仙谷——黑龙潭，最终到达密云水库。

旅人提示

：所有的景点不一定全去，选择一到两个就可以了，更多的风景是在路上。这条峡谷多年没有旅

北京峡谷攻略

游开发，又不在繁忙的交通线上，没有完整的公共交通(长途车)，适合自驾车的方式或是私家车、租车或者包车。

3、路线描述

白河峡谷全长105公里，中间以111国道划分，汤河口以西是前半段，大约73公里,111国道上的柏查子以东是下游，大约32公里，全线双向车道，禁止大货车通行。可随时选择风景优美处停车，下到峡谷河边游览。



4、最佳季节

春季

(4-5月份)：峡谷两侧盛开桃花、杏花、梨花，可谓山花烂漫，此时的白河水经过冬天的沉淀为

北京峡谷攻略

清澈的淡绿色。

夏季

（7-9月份）：夏季雨季到来，白河水量增大，可以进行漂流、戏水，同时峡谷内的气温比外边低5-10度，非常适合避暑。

秋季

（9-11月份）：河水清澈，峡谷间的公路铺满了落叶，静静的走在峡谷里，宛如一曲《秋日的私语》。

冬季（12-2月份）：想体验冰河世纪的景色吗，冬季的白河正合适。

旅人提醒：水季不要在靠近岸边扎营，以防河水暴涨。

5、行程设计及交通

首选交通方式：自驾车

备用交通方式

：在东直门长途汽车站乘坐980到密云，下车后有很多小面的可租，根据路途远近价格不一，一般到白河峡谷入口100元，一个车可乘7人。

一日游

：从北京上京承高速到密云，然后走密云水库西北线通往石城镇方向的路，驶入白河峡谷后，沿途能看到一个又一个的景点路标或入口，随便选择一两处瀑布景区观赏即可，而其实只需沿着峡谷车行在半山之上，风景已经令人陶醉。最后在一个岔路口，看到有路标指向怀柔琉璃庙、雁栖湖方向，沿此路就可从怀柔的111国道回到北京市区。

北京峡谷攻略

二日游

：从北京德胜门出发，走八达岭高速到延庆，再向北走旧县方向路翻越佛爷顶，到达白河堡水库。在白河堡水库大坝附近，河谷地势较开阔，山壁陡峭，可以进行攀岩训练和皮划艇漂流活动。继续前行，走白河水库边通向怀柔汤河口方向公路，顺水流观赏白河峡谷沿途景色。中途住宿某景区附近宾馆或民俗村，也可准备帐篷野营露宿。最后选择从怀柔111国道回京或从密云101国道回京皆可。

旅人提示：此线路中间路段服务设施较少，最好自行准备些食品饮料。

6、食宿和门票

食宿：

沿途的景区和村镇都拥有自己的旅馆和度假村，可提供吃住服务，风格与密云怀柔大部分度假村无差别，住宿人均10-20元，早餐5元，午餐和晚餐20元。

紫霞农家院，位于密云县石城镇四合堂地区的清凉谷景区旁边，可提供40人的住宿，
电话：010-69015354 13716019526 13716172659

门票：没有门票费用

四、塞外江南-后河古城河峡谷

地理位置： 位于延庆县北部10多公里的110国道旁，距北京城区85公里，西邻玉渡山风景区东邻龙庆峡风景区。

适宜的游玩方式

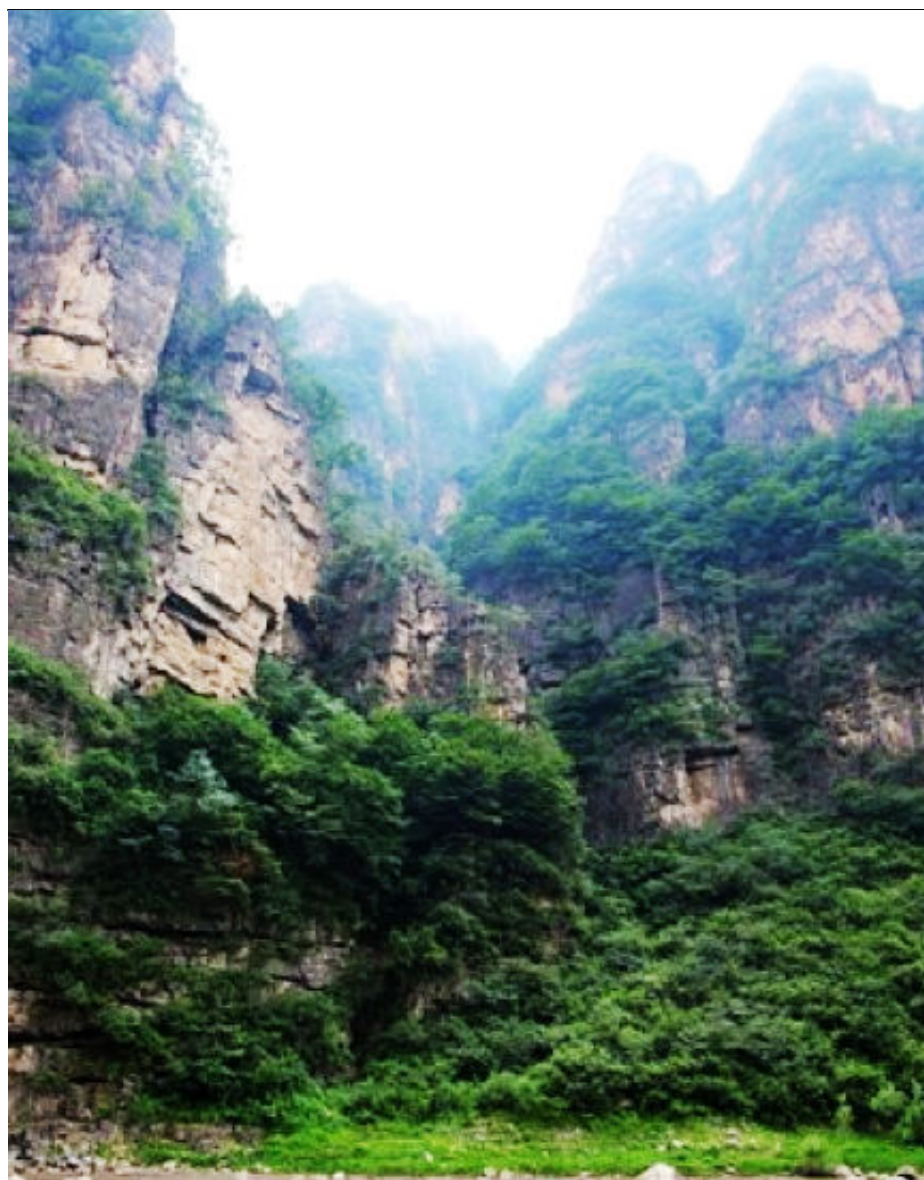
全程往返徒步大概5-6个小时，适宜喜欢户外的朋友徒步游。

旅人提醒

：因为要徒步行走，登山鞋或休闲鞋必备，山里天黑得早，从峡谷中返回时间不要太晚。

1、风景描述

北京峡谷攻略



后河-古城河峡谷位于延庆县北10多公里，分南北两条峡谷，南面峡谷的河流就是通常称为“后河”，北面即为“古城河”，两条河流东南而下交汇后汇于妫水河。其水流随山势蜿蜒，又有“古城九曲”之称。峡谷属古老的石灰岩和白云岩地质构造，两侧形成刀削斧劈般的绝壁，峡壁上众多石柱、石碓、石剑及溶洞，洞中有石笋、石钟乳、石帘等，颇似湖南的张家界又似长江的三峡。

此条路线既有山的伟岸，又不乏水的灵动。峡谷内湖水青碧，群山倒映。行至其中，溪水蜿蜒，峭壁林立，常有“山穷水复疑无路，柳暗花明又一村”之感。后河峡谷大处见奇伟，更不乏细节之美，充满了小家碧玉的惊艳，仔细感受，这里不仅可以听鸟儿啁啾、风儿轻吟；享受温情

北京峡谷攻略

阳光、清新空气，更可以看到溪水的各种最柔媚的姿态、各种最悦目的颜色、各种最个性的流淌方式。总之，细处见大美是峡谷里的特点。峡谷外群山峻伟，当你凌绝山顶之时，可以俯瞰的不仅是众山的雄奇伟岸、山上植被的丰富多彩，整个延庆县城都会尽收眼底。沐浴着清爽的山风，你会顿然有一种心胸尽开阔的豁然开朗之感！

2、线路描述

从101国道旁的小鲁庄或龙聚山庄开始上山，线路明晰，不会迷路，累计上升300米，除此外有一些爬升的强度外，其余路线基本上是在山谷水边平路行走，属于休闲级别的路线。

下降进入峡谷，快到谷底时就可听得叮咚的水流声，然后开始峡谷徒步旅行，峡谷全长5公里，可以选择向上游或下游徒步，推荐向下游走，风景要好一些，顺溪水而下一路欣赏两岸风光，终点处是一大片水面，两岸悬崖壁立阻挡住去路，这是龙庆峡风景区的地界，也是本条路线的尽头，如果两日露营的话，可以选择在这里。

返程除可以原路返回外，可以选择较长线的玉渡山、海陀山出，以可以选择峡谷内的黄柏寺、龙庆峡（冬季踏冰而行，夏季需乘船）等出山。

旅人提醒：建议初次去选择原来返回的路线

北京峡谷攻略



3、最佳季节

春季

(4-5月份)：峡谷两侧盛开桃花、杏花、梨花，可谓山花烂漫，此时的白河水经过冬天的沉淀为清澈的淡绿色。

夏季(7-9月份)：峡谷中苍翠的绿色和的溪水会带给人无限的清凉。非常适合避暑。

冬季

(11月-2月)峡谷内河水冰冻三尺，冰花漫布，人行其上趣味无穷，冰河长达十里，一直通到龙庆峡水库大坝。

4、行程设计及交通

公交车：

德胜门长途车站，乘919路快车，经八达岭高速路，约1小时左右到达延庆县城。包乘小面包车，西北行半小时左右即到山脚。

自驾车：

沿八达岭高速路到达延庆县城，西北行20分钟左右即到山脚。

一日游：

上午10点从小鲁庄或龙聚山庄开始上山，进入峡谷，下午3点左右回返，5点左右上车回北京。

两日游：

可选择峡谷扎营，峡谷下游有几处平坦的草垫可扎帐篷十几顶，也可入住峡谷中唯一的可以住宿的地方苏家河客栈，苏家河客栈就是原来峡谷中的居民留下的简陋房子，经过修饰成为供游人食宿的地方。

5、食宿和门票

食宿

如果一日游或两日扎营，建议餐饮自带，可以选择建议的食品：面包、果酱、水果、肉类、巧克力等，如果条件充裕可以携带套锅、炉头，带上青菜到峡谷里开顿大餐。

如果住宿，选择峡谷中的苏家屯客栈，老板王振庭-13381116256，记得提前预约。

门票费用

非景区，不收费

北京峡谷攻略

五、北方小桂林-龙庆峡

地理位置

：龙庆峡风景区位于延庆县城东北15公里的古城村西北的古城河口，距北京城区80公里，是古城河流经的一道天然峡谷。

适宜的游玩方式：成熟的景区路线，适宜各类人群。

1、风景描述



小三峡胜似三峡，山比三峡险。小漓江赛过漓江，水比漓江清。

龙庆峡长约7公里，水面海拔570米，水面宽30至50米，两侧陡崖峭壁高耸，山形奇特险峻，

北京峡谷攻略

谷口以大坝拦截，是一处水绕山环、风光秀丽的天然峡谷，龙庆峡既有南方的妩媚秀丽，又有北方的雄浑壮观，被誉为“塞外小漓江”、“中国小三峡”，它是集南北山水之大成。1986年该景区被评为“北京新十六景”之一。龙庆峡风景区山青水秀，明清以来文人墨客留下了许多赞美龙庆峡风光的诗赋。龙庆峡水库大坝外侧两山壁立，遮天蔽日，终年不见阳光，结冰期长达4个月。已开放游览的7公里长的库区，共有20-30处景观。游船驶抵“九曲湖”的一座小码头，可以弃舟登岸，沿山谷步行而上，有神仙院、仙人棋、老虎嘴等景点。

从1987年以来，每年1月至2月末，都举办冰灯艺术节，龙庆峡冰灯艺术节是继哈尔滨冰灯游园会之后，我国创办最早、规模最大的冰灯艺术展，是世界上纬度最低的大型室外露天冰灯。龙庆峡近年来又新辟了龙梯、划船、游泳、沙浴、垂钓、空中飞降、蹦极、滑道等娱乐项目。

2、线路描述和看点

龙庆峡长约7公里，需要乘船才能进入峡谷，到峡谷里后可以游览其他景点。



主要看点

蹦极：龙庆峡蹦极跳，高48米，建设在金钢寺悬崖上，下边是龙庆峡碧绿的湖水。

飞降

：在风景怡人的龙庆峡内两山悬崖之间，上有蓝天，下有碧水全长200米，两山自然落差30米的下滑时可使娱乐者感受到在空中飞越的感觉。

鸡冠山

：又称独秀峰、凤冠岛。三面环水，一峰独处。山顶至水面约70米，从正面看酷似一只卧着的公鸡，是龙庆峡的标志性景观。

神仙院

：位于景区最高峰，距水面200多米，院内有古松，高24.7米，胸径约0.6米，树龄约300年。神仙

北京峡谷攻略

院分为上下两院，玉皇阁和神茶馆。

百花洞

：长320米，展区面积3000平方米，人造花草树木1650种，以鸟兽动物点缀其中。百花洞分为繁花似锦、热带雨林、北国风光、江南小景、百花朝凰等景观。

冰灯艺术节

：冰灯是以坚冰为原料，用雕塑的艺术形式来进行冰雪造型，并伴以彩灯影响，是一种独特的民间艺术。龙庆峡冰灯在创作上讲究形、色、光、动的综合效应，求新、奇、美。被誉为、“京郊一绝”。

3、最佳季节

春季、夏季：碧波荡漾，山色青青，水映青山。

冬季：龙庆峡冰灯节不容错过。

4、食宿和门票费用

食宿

晚上可以住在附近的农民家里，主要是古城村。在龙庆峡门口就会有许多村民问你要不要住老乡家里价格很便宜，每人10-20元。村里面有些小旅馆和小饭店。也可以让住的房东老乡给你们做饭。

北京峡谷攻略

推荐几家农家院：

王家大院电话：13910187683

桂凤农家院：13521033638, 69191329

龙庆峡天地人农家院：81176792, 15810809038

门票：40元/人

娱乐项目：船票60元/人；划艇20元/人；滑道20元/人；飞降50元/人；蹦极150元/人

神仙院：30元/人（往返，包括索道）、百花洞10元/人

5、交通方式

公交车：

德胜门长途车站，乘919路快车，经八达岭高速路，约1小时左右到达延庆县城。到了延庆县城后可以搭小公共或出租车（20元）到龙庆峡入口。

自驾车：

从三环路上八达岭高速达延庆县城。驶出延庆县城3公里遇一个岔路口，向右转（直行古崖居）3.6公里遇一个岔路口，右转（左转靳家堡）行驶2公里遇一个岔路口，左转（右转上郝庄）不远即可到达龙庆峡的停车场。

六、山水长城-水泉沟旺泉沟

地理位置：延庆、怀柔交接处，距北京市区60公里，黄花城水库的上游峡谷。

适宜的游玩方式：徒步休闲游。

1、风景描述



北京峡谷攻略

水泉沟位于延庆区大庄科乡东南部，一条小溪穿村而过，流进有小西湖美誉的“西水峪”。从水泉沟到旺泉沟这一段就是小西湖水库的上游的天然峡谷，峡谷深约100-200米，谷中河水叮咚，环境幽静，充满野趣，峡谷上方是明代的残长城，蜿蜒起伏顺山势而走。是一条山、水、长城连在一起，自然、人文景观相融并貌的经典路线。

2、线路描述

从昌平出发，过十三陵后进入昌赤路的盘山路，在延庆的水泉沟下车，然后从水泉沟村东的小溪顺流进入峡谷，两岸峡谷遮天蔽日，流水叮咚，全程七公里左右，一路部分路段需要攀爬岩石，体验山穷水复疑无路。

全程4-5个小时，终点是旺泉沟大桥，桥是石拱桥，架在两侧悬崖峭壁之上，下边是缓缓而淌的河水，如继续向下游走，大概一个小时可以抵达小西湖风景区，在小西湖风景区外可以攀登长城，然后原路返回，等待车辆。

旅人提醒：岩石比较滑，鞋底最好防滑，以免落水。



3、最佳季节

强烈推荐春季

（4-5月份）：山青水绿，鲜花盛开、美丽的峡谷、沧桑的古长城、古老的石拱桥，形成一幅美丽的画卷。

夏季（7-9月份）：碧波荡漾，山色青青，水映青山，适宜休闲避暑。

4、行程设计及交通

交通

：公交车不是特别方便，推荐自驾车或租车到达徒步起点，并约定好返程时间。从北京出发上八达岭高速，到达昌平西关环岛后，出高速，继续直行往十三陵方向，走昌赤路，一路盘山公路，车少风景美，到达延庆大庄科乡的水泉沟村。

一日游：

上午10点从水泉沟村头的水源顺流而下进入峡谷，下午3点左右到达终点旺泉沟大桥，继续前行可见到依山而建的明代长城，登长城后原路返回到旺泉沟大桥，等待车辆。

两日游：

如需要扎营可以选择在旺泉沟大桥下扎营，营地开阔平坦，伴随着泉水叮咚声入睡。如果需要住宿，在水泉沟村村口有农家接待。

5、食宿和门票

食宿

如果一日游或两日扎营，建议餐饮自带，可以选择建议的食品：面包、果酱、水果、肉类、巧克力等，如果条件充裕可以携带套锅、炉头，带上青菜到峡谷里开顿大餐。如果住宿，可以选择在水泉沟村入住，10-15元一晚。

推荐农家院：

凤红农家院 61651130

王仕良农家院 13716533061

龙泉居农家大院13381022669

北京峡谷攻略

门票费用

非景区路线，目前没有门票，但峡谷的尽头水深且路断了，有老乡在此摆渡，每人两元。

旅人提示

：峡谷和小西湖景区相连，到小西湖景区会被拦住收费，如果不想进入景区原路返回即可。

七、世外桃源-永定河峡谷

地理位置：位于北京门头沟区西北部，临近河北怀来县官厅镇。

适宜的游玩方式：自驾游或徒步休闲游。

1、风景描述



永定河峡谷，又称官厅山峡、幽州峡谷，为永定河冲击而成的高山峡谷，因为远离市镇，同时山水阻隔，古老的村落外人很难进入，仿佛世外桃源一般。

北京峡谷攻略

从官厅水库大坝到沿河城这一段，是永定河峡谷的精华所在，这里山高谷深，峰峦叠嶂，河水清澈，有背包族和自驾游一族的天堂之称。永定河象一条苍龙，冲入群山，这里才是真正的大江峡谷，历史上多次泛滥成灾，新中国成立后，在上游修建官厅水库，水量有所减少，峡谷两侧山崖壁立，山体由石灰岩构成，深度风化，一路行来，虽然水面不大，但河水清澈见底，溪流浅滩宽窄窄很有特色。宽阔的河滩，地势平缓，没有任何工业文明的介入。茂盛的树林，很适合野炊露营。古老的幽州小寨和沿河城仍然保留了几百年的气质，其中沿河城敌台、城墙、村落布局保存非常完整，走进其中，仿佛进入世外桃源。沿峡谷而下，有宋代杨家将七郎八虎战幽州的古战场，有旧庄窝林区的奇山异石等景观。

2、路线描述和看点

主要看点

沿河城：

始建于明代万历年间，距今400多年。城址坐落在永定河南岸的一片坡地上，是永定河峡谷最狭窄的一段，沿河城的城墙都是用巨大的不规则山石砌造的，石块体积大得惊人，最大的有近一人高，重达十几吨。城墙下部的城基高度约为城墙的一半，城基和城墙之间是一层整齐的条石。城周长约一公里，辟有东西两座城门，西边的“永胜门”城台基本完好，门额清晰。城里街道纵横，基本保存旧日的格局，城中心有一株百年老槐树，树下一片空场，对面有一座古老的戏台，极其珍贵。梁枋上的彩绘已经剥落了，但格局仍在，城里还有几个老院子，旧门楼，有的十分精致讲究。

幽州村：

幽州，是一个古老的村子，民房大多用石头垒砌，很多古宅都有几百年的历史。村子在永定河边，依山傍水，风景秀丽，幽州的火车站，还是拍电影《周渔的火车》的外景地。村中的房屋

北京峡谷攻略

高低错落，层次分明，保存许多古民居。



线路描述

峡谷起点是的沿河城村，顺着永定河峡谷，途经幽州村，终点是旧庄窝村，其中沿河城道幽州火车站大概11公里的公路可以一边开车，一边欣赏峡谷风光；幽州火车站到旧庄窝村有8公里，属于峡谷碎石小路，适宜徒步。

旅人提示：

幽州村和幽州火车站是两个地名，距离2公里左右，不要混淆，同样沿河城村和沿河城火车站也是两个地名。

北京峡谷攻略

3、最佳季节

春季（4-5月份）：峡谷两侧盛开桃花、杏花、梨花，水流清澈，，在春季的暖暖的太阳下，静静地躺在河边会非常惬意。

夏季（7-9月份）：可以进行漂流、戏水。

秋季（9-11月份）：水果成熟的季节，可以采摘苹果，枣、梨等。

旅人提示：

永定河上游的官厅水库每天定期开闸放水会导致河水水位不断变化，如果涉水，一定要小心。

4、行程设计和交通

交通：

从北京出发沿G109行驶60公里，右转进入X008/高沿路，沿X008/高沿路一直向前行驶14.4公里，到达沿河城村，从沿河城村沿高沿路11公里可到达幽州火车站。

一日游：沿河城村游览，自驾到幽州村，然后徒步4小时往返旧庄窝村。

两日游：可以选择在沿河城村住宿农家院，或在幽州村头的树林中扎营。

5、食宿和门票

食宿

一日游或两日扎营，建议餐饮自带，可以选择建议的食品：面包、果酱、水果、肉类、巧克力等，如果条件充裕可以携带套锅、炉头，带上青菜到峡谷里开顿大餐。

如果住宿，可以选择在沿河城村入住，10-15元一晚。

推荐农家院：

幽州李大姐家 电话03136865309

门票费用：非景区路线，没有门票费用。

北京峡谷攻略

八、百里画廊-拒马河峡谷

地理位置: 位于北京西南房山区与河北省交界处。

适合的游玩方式: 因为路线较长，景点众多，很适合自驾游、假期休闲游。

1、风景描述



拒马河是一条碧波荡漾、蜿蜒曲折的峡谷河，两岸峡谷林立、奇峰挺拔，以独特的喀斯特地貌著称，是华北地区最大的岩溶峰林大峡谷。景区既融合了北国之雄奇，又有南国水乡的柔媚，被誉为“北方奇景小桂林”，峡谷在北京一侧是十渡自然风景区，在河北一侧是野三坡自然风景区。

北京峡谷攻略

十渡风景名胜区景区面积301平方千米，是北京市最大的自然风景区（长宽距离）。东起一渡村，西至大沙地，北到三清洞，南至高梁山。东西长约40公里，南北最宽处25公里。

野三坡风景区分为百里峡峡谷风光游览区、拒马河避暑疗养游乐区、佛洞塔奇泉怪洞游览区、龙门天关长城文物保护区、白草畔原始森林保护区及金华山寻奇狩猎区，6个景区内分布着199个景点，山水泉洞、林木花草、鸟兽鱼虫、文物名胜无所不包、无所不奇。景区有酷似桂林山水的拒马河风光、形如鬼斧神工的峡谷奇观、神秘离奇的奇泉怪洞、森林蔽日的白草畔、扑朔迷离的金华山等自然景观。

2、线路描述



车行使到房山张坊镇得千河口村开始进入峡谷，行程60公里到峡谷终点河北的野三坡自然风

北京峡谷攻略

景区，沿途景点组成魅力的百里画廊。

从千河口到十渡村，沿途在拒马河上要过桥渡水十次，过一桥既为一渡，“十渡”因此得名。“青山野渡，百里画廊-十渡”的真正开始处，是从二渡。

二渡：过了二渡渡桥，能看见千河口的五指山，此山因形如如来佛的五指而得名，在这一带的山坡上，遍地都是山石盆景原料“上水石”。

三渡：过了三渡桥，映入眼帘的是南方大峡谷，峡谷中有古朴典雅的古代城楼、千奇百怪的山峰，构成了一派江南风光，因此称为江南大峡谷。

四渡：四渡的清江九龙潭风景区以沙滩浴场和千尺窗一线天峡谷为依托，峰林秀丽，河水碧清。这里的沙滩浴场除了可以游泳外，还有游船可供游玩，山上建有速降项目可供游人娱乐。

五渡：五渡最著名的景点是仙峰谷，这是由拒马河水在山间冲刷出来的一条小裂缝。山下建有娱乐城，可供午餐和娱乐。水中有游船，岸边有马队，是一处比较清幽的地方。

六渡：六渡主要是沙滩浴场，这里河滩平缓，水清沙细，是十渡风景画廊上一处极好的休闲场所，特别适合儿童嬉戏，附近景区有石人嶂峡谷。

七渡：孤山寨为七渡村南的一条风景沟谷，沟中的一线天长300米，高百米，是北京地区迄今为止发现的“一线天”之最。七渡中还有风动石景区，并建有飞降娱乐项目。

八渡：八渡以奇峰、秀水著称，有滨河公园、石笋峰、望佛堂等景点。

九渡：九渡是十渡的旅游中心，这里不仅有整个十渡地区最大的水面，更有十渡地区最多的宾馆、最多的娱乐项目：北京市最早的蹦极跳台建在水面的小山上，水中各种游船（包括香蕉船、水上自行车、电动船等）应有尽有。

北京峡谷攻略

十渡：十渡是游人乘京原线火车进入风景区的出入口，附近景点有罗圈湖、洞中天、塔山仙池、石门、牛影洞、览胜峰狐狸脸，龙山，虎山等。

3、最佳季节和主要看点

最佳季节

夏季（7-9月份），是十渡的旅游旺季。

主要看点

拒马乐园：

拒马乐园座落在麒麟山与拒马河之间，水依山流，山抱水环。麒麟山临河的悬崖上有两个蹦极台。这一高风险、高刺激的娱乐项目，不仅带动了十渡旅游市场，还被誉为“神州第一”。拒马乐园还有峡谷飞人，悬空索道，滑翔飞翼，石馆，九十九级叠瀑，瞰秀亭，归源亭等高品，高刺激的旅游娱乐项目。形成了集水上、山上和空中于一体的大型游乐场。

十渡孤山寨旅游风景区：

孤山寨是十渡风景名胜区内最著名的一条大峡谷，深约10公里。步入峡谷，两侧山峰林立，怪石嶙峋，越向里走，山势越险峻，峡谷越窄，最窄处仅为5米；越向里走，植被越丰茂，景致越幽美。

野三坡百里峡：

野三坡东南部有三条幽深峡谷：海棠峪、十悬峡、蝎子沟，形如鹿角排列，全长105华里，故称“百里峡”。峡谷内奇岩耸立，绝壁万仞，草木横生、气势宏伟，是罕见的岩溶型嶂谷地貌体系。这里特有的地质、地貌、动植物及周围的生态环境，构成“雄、险、奇、幽”的天然百里画

北京峡谷攻略

廊，堪称大自然的奇迹。

野三坡白草畔旅游风景区

白草畔国家森林公园素有太行山中“绿色明珠”之美誉，其主峰海拔1983米，山势刚劲挺拔，花木繁茂，山泉清冽，瀑布悬泻，空气新爽，春夏秋冬异彩纷呈。白草畔集名山风光、峰林风光、森林风光、湖泊风光、瀑布风光、森林风光、珍惜动物群、野生动物栖息地、避暑圣地、古人类遗址、云海奇观等十大景观于一体，是回归自然，享受绿色生态，参与森林观光、探险健身、科学修学、休闲度假的极好天地。

4、行程设计和交通

交通：

火车：北京西乘坐Y595，8:28发车，10:16到野三坡，也可到百里峡下车；返程乘坐Y596，17:51从野三坡出发，20:40到北京西站。

自驾车：北京(六里桥)--京石高速--琉璃河--韩村河--张坊--十渡--野三坡--百里峡。

两日游：第一日野三坡，第二日十渡，当晚住宿在十渡。

5、食宿

因为开发较早，十渡到野三坡沿途农家院饭店比较多，可酌情选择。比较有名的有：有山家园，电话010-61346396，可以提供篝火晚会，烤全羊等服务。

九、领秀京东-京东大峡谷

地理位置: 位于北京平谷区东北10公里处鱼子山村北。

1、风景描述



北京峡谷攻略

京东大峡谷景区位于平谷鱼子山村北，为国家级风景区，是夹在大山之间的一个狭长山涧，有栈道，五个深潭，瀑布和一个陡峭狭长的山道，大峡谷纵深六华里，总面积20平方公里。大峡谷狭险幽深，壁立万仞，井台山平阔如台，高耸连云，由大峡谷与井台山两大游览区组成，峡谷集青山绿水、虎洞龙潭、险峰峡谷、瀑布灵泉等数十处自然景观于一地，分布在高峰深潭幽谷之中，在北京众多峡谷之中，京东大峡谷比较小，如小家碧玉一样，别有一番风景，是京东难得的一处风景秀丽的清幽所在。

景区共拥有大小景点六十余处，其特点总体上可以概括为：

一条通天谷溪水，从谷顶天池飞流入谷将五个深潭串联起来，最后汇入谷口的龙门湖，像一条镶满珍珠的项链，贯穿于景区之中；

两个特色风景区，一为井台山森林生态风景区，二是深山峡谷风景区，山上林海茫茫，谷中溪水潺潺，浑然一体；

三道展翅凤凰台，一道凤凰台好似凤凰仰头张望，二道凤凰台恰似凤凰欲意展翅，三道凤凰台如凤凰高飞与人以升腾之美；

四座赏景观景台，分别为东风观景台，南光观景台，西秀观景台，北美观景台，取“风光秀美”之意，立于四座观景台之上，景区风光，尽收眼底；

五处深潭在溪谷，五个深潭自下而上分别是惊潭、险潭、怪潭、灵潭和响潭；

六个游憩功能区，谷中探幽区、山顶览胜区、水上娱乐区、展馆教育区、果品采摘区和休闲度假区。

北京峡谷攻略

2、线路描述

从峡谷入口进入，全程3公里左右，道路平坦，有很多供游人休息的石椅、凉亭。

推荐路线：检票口—龙门湖—惊、险二潭—万丈崖—怪潭—通天峡—灵潭—索道下站—响潭瀑布—索道下站乘索道—井台山索道上站—游西秀、北美、东风、南光观景台—滑道上站乘滑道—检票口。



3、行程设计和交通

公交车：

东直门公交大厅乘坐918快1路到达平谷新车站，转乘12路旅游专线可直达景区门口，12路每半小时一班，早7：00—下午17：30从景区返回。如果人数超过20人建议租车（30×20=600元，可以租一辆公交车）。

自驾车：

北京—京平高速—夏各庄出口—京东大峡谷景区；

北京—京顺路—枯柳树环岛右转—顺平快速路—京东大峡谷景区；

或北京—机场高速—穿过首都机场西北侧—顺平快速路—平谷—京东大峡谷景区；

北京—六环路—南法信出口下桥—顺平快速路—平谷—京东大峡谷景区。

4、门票，食宿和季节

门票费用：

门票每人60元，半价票每人30元。（学生、军人、残疾人、老年人凭证享受半价优惠，记者凭记者证免票游览，旅行社组团凭有效信件七折优惠，团体40人以上购票八折优惠）。

其它游乐项目：

水上皮划艇：20元/半小时。水上步行球：20元/人。水上吊篮：20元/人。碰碰车20元/人。射箭：10元/8支。

食宿：

北京峡谷攻略

峡谷所在地鱼子山村，有很多农家院提供食宿。

推荐农家院：

大红枣农家院，张晶云 010-60968727

百成农家院，010—60968481，13716287677

乡土情农家院，张宏坤 15811041200 15810592052

最佳季节：春夏秋

十、户外经典-云蒙峡

地址位置: 位于密云县城北22公里处密云水库西侧，临近怀柔交接。

适宜的游玩方式: 徒步休闲游。

1、风景描述



云蒙峡是一条以峡深、溪清、瀑雄、石奇为特色的风景走廊。1990年开发，1991年开放，其主体峡谷特别雄险、曲折，两侧联系着若干具有不同特色的风景小区。这里山峦巍峨挺拔，沟

北京峡谷攻略

壑切割幽深，峰石造型拟人拟物，潭瀑交辉若练，云雾朦胧变幻莫测，花木芬芳香溢百里。

云蒙峡分主峡区、猕猴谷和三音叠翠等三个景区。

主峡区在云蒙峡口西 1.5 千米处，长约 3 千米，是云蒙峡主沟中切割最深、最雄险、最曲折的峡段，两侧悬崖高达 70--100 米，最高可达 200 米。主要景点有含碧潭、水门清溪、骆驼峰、云蒙关等。

猕猴谷在云蒙主峡区西部，是一处具有雄奇秀幽旷等自然美的森林公园。主要景点有水漫崖、观瀑台、飞云瀑和猕猴桃等。

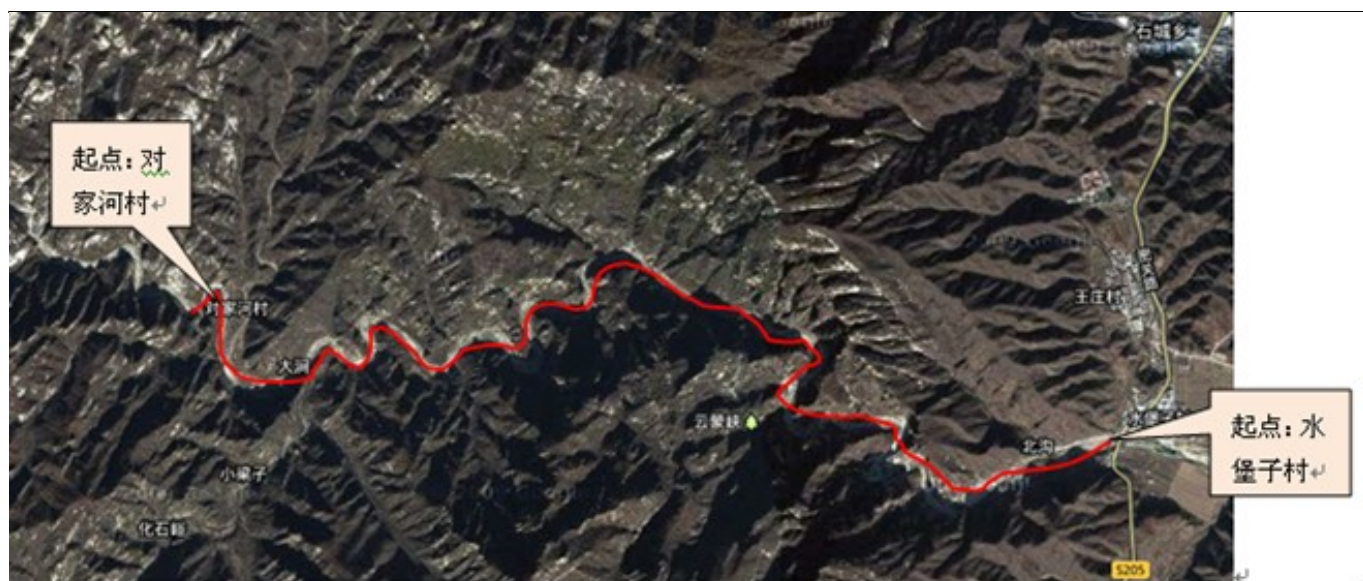
三音叠翠即叠翠峡，这里环境幽静，林木荫翳。片麻花岗岩中的裂隙泉，从山顶海拔 470 米处飞流而下，形成著名的三音瀑和翠碧潭。面积达 50 平方米。山泉跌宕下落时由于受高差不一的兀岩阴击，可发出不同音响的清脆之声，故名为三音瀑，面积约 50 平方米，潭深 3 米多深，水清如镜，水影若飞。

云蒙峡穿越到云蒙山，是北京户外穿越的经典路线，每到周末会有很多的背包客来此穿越野营。

2、线路描述

峡谷在 2003 年因为山洪，导致景区的道路大部分损坏，因此景区现在处于半营业状态，增加了很多野趣，从密云水堡子村的云蒙峡公园入口进入峡谷，沿着峡谷溪水逆流而上，欣赏峡谷风光，一路没有岔路，道路顺溪水迂回曲折，部分路段需要攀爬岩石，不过没有太多危险，最后到达峡谷中一个荒废的村落对家河村。

北京峡谷攻略



3、最佳季节

春季（4-6月份）：峡谷里山花烂漫，可以采摘野杏。

夏季（6-8月份）：峡谷中的阴凉适合游人避暑、戏水。

4、交通

公交车：

北京峡谷攻略

从北京东直门长途汽车站，乘坐去密云980长途汽车，到密云鼓楼下车，下车后会有很多当地的小面包车载客，一辆车40-50元可以到云蒙峡峡口，然后和司机约定什么时间过来接即可。

自驾车：

从北京出发走京承高速，密云出口下高速，然后沿密溪路（黑龙潭方向）大约22公里即到。

5、门票和食宿

门票费用：20元/人，但是可以侃价。

食宿

云蒙峡一带开发较早，餐饮，住宿地点众多，不过峡谷的景区属于半营业状态，因此食品最好自带，出峡谷外的公路两侧，几乎家家是农家院，可以吃饭住宿。住宿大概15-20人一晚，吃饭早餐5元，午餐和晚餐20。

推荐农家院：

迎友居农家院，联系人：吴灵燕，电话：13716201011

月霞农家院，联系人：王月霞，电话：15910304292

十一、北方喀斯特--龙门涧峡谷

地理位置: 龙门涧位于北京城的西部，门头沟区清水镇燕家台村，距市区90公里。

适合的游玩方式: 自助休闲游。

1、风景描述



龙门涧分为东西两涧，各绵延十余里，其间蜿蜒曲折，深邃奥妙；峻岭迤迤，群山叠翠；怪石嶙峋，陡崖高耸；奇峰异洞，碧草清泉。数十个各具特色的景观如：剑劈峰、大将军石、空中

北京峡谷攻略

溶洞、小三峡、一线天、落凤坡、黑龙潭、姊妹峰、神女峰、天梯瀑等组成龙门涧“奇异的画廊”。龙门涧地质构造奇特，在这里您既可以品味长江三峡、黄河壶口之神韵，又可以领略匡庐飞瀑、阳朔奇观之风采。这里被学者誉为我国“北方的地质博物馆”。

龙门涧属岩溶峰林地貌。由于这里处于半干旱季风气候，岩石的溶蚀速度变得很慢，岩层中的冰劈作用大于溶蚀作用，形成了独具特色的岩溶峰林，被誉为：“北方喀斯特之花”。大峡谷崎岖险峻，峥嵘深锁。由于处于沿河城大断裂带边沿，经过一亿五千万年前后的造山运动，水流不断下切，侵蚀软质岩石，两侧岩壁不断抬升，最终形成了龙门涧这条枝枝蔓蔓、沟壑纵横的大峡谷。两侧岩壁按不同的高度，参差错落地排列着大大小小的岩洞。由于山崖的不断抬升，距谷底近百米，高居悬崖岩上，可望而不可及。穿越大峡谷，向西可到灵山风景区；向东翻过一道山梁可达黄草梁的明长城敌楼。

2、线路描述

整个龙门涧景区分三个部分，鬼谷，在最西边，悬空寺在最东边，中间是龙门涧即京西大峡谷。分开售票，通票全价60块。

峡谷内路线明显，原路进原路出，不存在迷路的可能，进入峡谷，部分路段比较陡峭，需要攀爬，因此要穿防滑的运动鞋或登山鞋。



夏季（7-8月份）：峡谷是难得的避暑的地方，平均气温较城里低4-6度。

49 / 56

4、行程设计和交通

公交车：

乘地铁苹果园站下车，西行100米，换乘929路支线（双塘涧方向，至上清水站，换乘当地出租到达景区，也可以乘坐每天下午14：50的至燕家台的929路支线车可直达景区）

自驾车：

沿阜石路经石景山区金安桥、门头沟区龙泉宾馆上109国道，西行70公里可达景区门口。

因为路途较远，且峡谷景点较多，推荐两日游，第一日游鬼谷和悬空寺，第二日游大峡谷，住宿可以选择峡谷口的龙门客栈或燕家台的农家院，也可以携带帐篷等露营装备，峡谷内的平地处可以扎营。

5、门票和食宿

门票费用

鬼谷、大峡谷、悬空寺通票60元，如单买门票大峡谷30元，另两个20元。

食宿

龙门涧属于相对成熟的景区，在景区所在地燕家台有多家农家院可以提供住宿，如果想选择条件较好的，可以在清水镇或斋堂镇。

十二、山间隐士-南石洋大峡谷

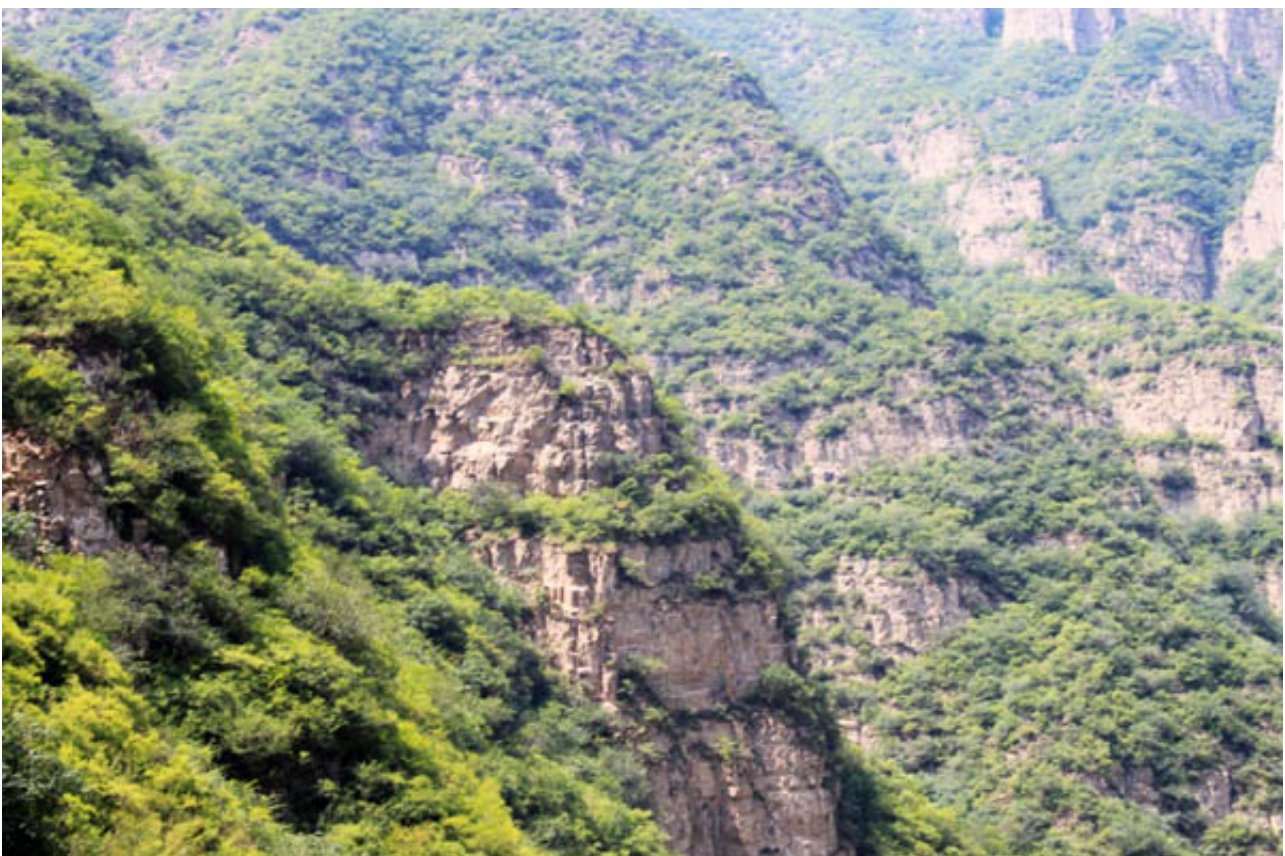
适合的游玩方式

峡谷远离主要交通要道，同时很少有游人，因此此条路线只适合有一定经验徒步游的爱好者。

最佳季节: 春节、夏季、秋季。

地理位置: 门头沟区雁翅镇马套村。

1、风景描述



北京峡谷攻略

南石洋大峡谷这个名字对很多人比较陌生，她是近几年才被喜欢户外的驴友发现，开始逐步的揭开神秘的面纱，虽然名声不在外，但是峡谷的美丽绝对不亚于任何北京的其它峡谷，而且人迹罕至，完全的原生态自然风景。

南石洋大峡谷主要路线是一条纵深数十里的沟谷，地势险要、景点众多。天然形成的景点如：黑龙潭、罗大天、盖不严、天王塔、天仙盆景、单门楼等，具有很大的观赏价值。其中：进口开始的四五公里十分狭窄，两侧悬崖陡壁，上百米的山峰夹着数米宽的沟谷，最窄处就是在晴朗的午后也见不到阳光的照射。谷底狭长，两岸一路下去徘徊十余公里，难见阳光，当地人称之为“黑沟”，加之左拐右转，常有立于夹缝之中没有出路之感，十分险要。峡谷中部宽阔的令人诧异，谷中植被茂盛，有上百种名贵药材和食用菌类、山野菜等植物，山峰笔直挺立，奇峰怪石比比皆是。

2、线路描述

从大镇路进入马套村，村西北方就是神秘的南石洋大峡谷，峡谷最窄处也就4-5米，宽不过十几米，抬头向上望去，有些一线天的那种感觉，峡谷缓慢上升6公里，可以看到荒废的明长城，城墙保存完好，在山坡上延绵而行。

只要沿着峡谷的走向步行就不会迷路，因为峡谷中很少有人光顾，部分路段长满很多荆棘，需要小心以免被划伤。

北京峡谷攻略



3、行程设计和交通

从北京出发到马套村大概90公里，暂时还没有公共交通路线方便的到达，因此适合自驾车或者租车前往。

路线：从北京出发走

109国道，到芹峪口，这是一个岔路口，向北是去鱼白村和昌平南口方向，向南则是去往灵山，百花山方向的109国道，向西直行，则是官厅水库方向的省道S219，就沿S219继续向官厅方向前行，大约20公里左右，到马套村向左下S219，穿过马套村上一段水泥路就到了大峡谷的入口处，车可以继续沿着水泥路开进峡谷。

4、门票和食宿

1. 门票费用: 非开发的景区，没有门票费用。

2. 食宿

峡谷所在的马套村较小，食宿不方便，因此需要饮食自带，同时如果选择两日的活动，请自带露营装备，峡谷口有平台的路面，可扎营，同时旁边有水源可补给。

旅人提示：南石洋大峡谷位置偏僻、人迹稀少，请做好户外的充足准备。

意见反馈

感谢您的使用：)

欢迎将您的[意见反馈](#)给我们，以便更好地完善本攻略，为您的出行提供更贴心帮助 >>

热门旅游攻略推荐



丽江：柔软时光



峨眉山：养生修佛



杭州：人间天堂



北京：祖国的心脏



香港购物2011



魅力宝岛自由行



尼泊尔：千佛之国



马尔代夫：花环群岛



瑞士：瑞不可挡

