

Destination 目的地



# 秦皇岛 · 攻略

第一版

——东临碣石，以观沧海

15个经典景点

2条经典路线

4位达人精心推荐

14位用户亲身体会



秦皇岛求仙入海处



## 秦皇岛 · 攻略

——东临碣石，以观沧海

关键词	海浪 沙滩 日出 海鲜 观鸟
费用	300-700元
天数	2-4天
舒适程度	舒适

### 目录 · CATALOG

概述	01
亮点	02
有问必答	03
线路推荐	03
景点	04
景点地图	07
活动	10
住宿	11
餐饮	12
交通	13
小贴士	14
实用信息	15
背景	15
跟着他们去旅行	15

### 印象 · IMPRESSION



hongchaner

浪漫的心总是潮湿的，一个浪漫的城市呢？如果只是碧海金沙，或许还会有些遗憾。而毗邻着碧海金沙的这片森林，是最富情致的人的理想憩地。金海湾森林公园，成就了一座浪漫的城市——秦皇岛！

——《记秦皇岛市金海湾森林公园》



Forsandy01

相较北京，这是个精致的宜居地，全城的交通甚至无需一盏看上去总会让人敏感的“红绿灯”来维持，慢节奏，悠然地游走在老龙头路，这是幸福的事儿。

——《[山海关，穿越传奇的美](#)》

### 关于 · ABOUT

古往今来无数帝王将相、文人墨客来此巡游抒怀，抒壮志，怀离愁，伤古今，畅未来。这就是秦皇岛，在这里不仅可以临碣石，观沧海，还可以在夏日里偷得半日闲光，在沙滩漫步，在海上冲浪，享受着今人的浪漫与温馨。

这里有名扬四海的山海关景区，风姿绰约的北戴河，碧海金沙的南戴河，以及风格独特的山地风光和滨海大漠奇观黄金海岸等，126公里海岸线滩缓水清，帆影翩翩，是享受海浴、沙浴、日光浴的理想度假休闲之城。

你可以去孟姜女庙，回顾一下那段感动天地的千古传说，站在望夫石上，体味那段爱情的坚贞。你可以站在号称“天下第一关”的山海关上，面朝大海，春暖花开。你可以学曹孟德抒发一下自己的壮志凌云，也可以在海边闲坐，看云淡风轻，品新鲜海鲜。秦皇岛其实藏着许多惊喜与浪漫，只等你来——开启。

### 心愿单 · I WANNA.....

#### 秦皇岛那些不可错过的小事

- 1 山海关城墙上感受历史心跳
- 2 在海边看一次日出
- 3 翡翠岛看沙漠与大海的吻痕
- 4 收集造型独特的贝壳
- 5 各种海鲜吃到撑
- 6 去秦皇求仙入海处望海祈福
- 7 玩一场刺激的运动，比如滑沙
- 8 看海鸟迎归航
- 9 在沙滩上写下自己和TA的名字



## 亮点 · HIGH LIGHTS

### No.1 山海关走城墙寻古风



古城城楼 by naizu8866

天下第一关城楼，耸立长城之上，雄视四野。踏上古老的城墙，抚摸被时光侵蚀的墙砖，登上城楼二楼，俯视山海关城全貌，感受历史的心跳。

### No.2 在沙漠听海浪声



翡翠岛 by tanghill

这里是“最美的八大海岸”之一的翡翠岛，这里被誉为沙漠与大海的吻痕。巧妙的组合，交错的场景，坐在沙滩上，侧耳倾听浪花的声音，感受这份独特的浪漫。

### No.3 吹海风、捡贝壳、玩沙



老虎石玩沙 by coolui

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

### No.4 鸽子窝公园看“浴日”



日出 by hxq0951

鸽子窝是观日的绝佳地点，还可以看到“浴日”奇景。那深红的太阳发出了夺目的亮光，透过相机的取景器都能够感受到那股光芒的能量。

### No.5 自助海鲜，吃到撑



皮皮虾+螃蟹+扇贝 by piparain

来到海边城市，必须把海鲜吃够。去海鲜市场买两斤新鲜的海鲜，找个地方加工，坐在海边，品尝这来自大海的馈赠。

### No.6 滑沙、滑草，感受刺激



滑草场 by 李天乐乐

站立在蓝天下的坡顶，远望无尽群山，然后身体向前一倾，心跳加速，在感受风一般速度的同时领略自然风光的神奇与旖旎。



## 有问必答 · FAQ

### 问：什么时候是到秦皇岛旅游的最佳季节？

秦皇岛是理想的避暑胜地。这里地处温带季风区，气候温和，干湿相宜。境内的北戴河游览区冬无严寒，夏无酷暑，年平均气温10℃上下。游北戴河最佳季节为5—10月；游秦皇岛其他景区为6—8月；观鸟专项游的最佳时段是春、秋季。

### 问：北戴河和南戴河哪个比较好？

北戴河的景点大部分是观赏性的景点，如鸽子窝、联峰山、碧螺塔等；南戴河的景点则以娱乐为主，如海上乐园、仙螺岛、南戴河国际娱乐中心、滑沙场等。相对而言，南戴河更适合年轻人来玩。

北戴河的交通要比南戴河好些，也比南戴河要发达，但相应的去旅游的造价也要高，比如住宿费比较高，南戴河的住宿费用则比北戴河要便宜不少。

南戴河和北戴河都属于海边，有免费的浴场，相对而言，南戴河的浴场好一些，北戴河海里礁石比较多，南戴河则几乎没有。

其实也不必太过纠结，因为南戴河和北戴河实在太近了，从南戴河到北戴河坐22路花1元钱20分钟就到了，所以无论选择哪个都差不多。

### 问：买海鲜需要注意什么？

买海鲜一般都是去海鲜市场买，不过不少卖海鲜的称都不准，这里提供个小技巧，可以带一瓶矿泉水，把矿泉水放在称上看看是多少斤，正常来说一瓶矿泉水大约是1斤，如果多了八成就是称有问题。大家不要贪小便宜，有的地方把海鲜的价压的很低，就是在称上黑你。另外，挑的时候尽量自己挑，得保证是活的才要（挑螃蟹的时候不要害怕螃蟹夹你，因为都是事先已经把螃蟹爪子绑住的了）。

另外，海鲜市场一般卖完海鲜会问你需不需要加工，可以免费加工，奉劝大家还是回旅馆加工吧，否则一不留神就掉包了。而一般的旅馆是只收取加工费的，并不会掉包（再说大部分旅馆里面是没有打氧机之类的设施，他掉包也养不活海鲜，所以没必要）。如果是在饭店加工海鲜时需要注意，一定要盯着厨子，否则是有可能掉包的。

### 问：海边游玩要注意哪些？

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

### 问：什么时候可以下海洗澡呢？

最佳洗澡时间：7月-8月份

这段时间可以下海游泳，尤其是7月中旬到8月上旬这段时间是最热的时候，要注意防晒。

勉强可以洗澡时间：6月、9月

六月中旬去就有人游泳了，但最好要挑晴天，中午水温高的时候。

不推荐洗澡的时间：5月、10月

海水还是很凉，虽然偶尔也有游客游泳，但建议不要下海，对身体不好。

3月、4月、11月、12月：根本没法洗澡，冬泳爱好者另算。

1月、2月：你还是先想办法把冰破开再说吧.....

## 线路推荐 · SCHEDULE

秦皇岛市内三区四县，处处有景点处处有玩头，分别为耳熟能详的山海关区，北戴河区，传统意义上的海港区，县区分别是卢龙、青龙、抚宁、昌黎。昌黎县的黄金海岸较为有名，常作为秦皇岛旅游的一处景点。海港区居于山海关北戴河之间，可作为驴友安营扎寨之地，建议不跟团自助旅行，路线方案自主灵活，可根据自己时间安排执行。

### 海滨休闲两日游

#### D1 天下第一关-老龙头-孟姜女庙-碧螺塔公园

早上出发前往山海关，登上天下第一关，走城墙寻古风，游览万里长城东部起点老龙头，站在长城之上，目睹长城入海的壮丽景观，登临澄海楼、拜访海神庙。游览千年古祠孟姜女庙。晚上前往碧螺塔酒吧公园，登碧螺塔遥望秦皇岛港，夜晚来临之时在海上平台欣赏异国风情歌舞表演及人妖表演，享受城市之外的浪漫风情。

#### D2 鸽子窝公园-奥林匹克大道公园-黄金海岸

第二天前往鸽子窝公园看日出，赏亿万年前的碣石风貌，感受“浪淘沙北戴河”之意境，随后游览奥林匹克大道公园，游览南戴河黄金海岸，享受首创的滑沙、滑草、豪华转马，遨游太空，天旋地转，旋转飞椅，过山车等近百种惊险奇特的项目。

### 深度三日游

#### D1 天下第一关-老龙头-孟姜女庙-角山

前往天下第一关，观天下第一关巨匾、镇东楼、钟鼓楼、兵部分司署，游览现存万里长城东部起点老龙头，站在长城之上，目睹长城入海的壮丽景观，登临澄海楼、拜访海神庙。随后前往角山，登临角山长城，远山近海尽收眼底，长城内外美景可一览无余。

#### D2 鸽子窝公园-老虎石公园-奥林匹克大道公园-石塘路市场-碧螺塔公园

早晨前往鸽子窝公园看日出，随后前往老虎石公园游玩一上午，下午至奥林匹克大道公园，然后去石塘路市场采购海鲜和特产，加工后饱餐一顿。晚上前往碧螺塔酒吧公园，登碧螺塔遥望秦皇岛港，夜晚来临之时在海上平台欣赏异国风情歌舞表演及人妖表演，享受城市之外的浪漫风情。

#### D3 黄金海岸-翡翠岛

游览南戴河黄金海岸，享受首创的滑沙、滑草、豪华转马，遨游太空，天旋地转，旋转飞椅，过山车等近百种惊险奇特的项目。午后前往翡翠岛，这里是大海与沙漠的结合，岸边即是沙漠景观，这是世界上都堪称独特的景观，绝对让你不虚此行。



## 景点 · SIGHTS

### 北戴河

#### 老虎石海上公园

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

**门票：**8元

**开放时间：**6:00-22:00

**电话：**0335-4033301

**地址：**河北省秦皇岛市北戴河海滨中海滩

**交通：**乘公交至老虎石站或百货公司站下车即到，或乘公交车至海滨汽车站下车后南行。

#### 鸽子窝公园

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

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

**门票：**20元

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

根据日出时间提前半小时就有人值班，可以进园。

**电话：**0335-4041774

**地址：**河北省秦皇岛市北戴河东山鸽赤路

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



鸽子窝公园 by 一月如星

#### 奥林匹克大道公园

为弘扬奥运精神，凝聚民族之心，2004年在奥林匹克大道东侧建设了这个公园。

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

**门票：**免费

**地址：**河北省秦皇岛市北戴河奥林匹克大道

**交通：**乘车至奥林匹克大道公园站或赤土山（联峰北路）站下车步行约8分钟



奥林匹克大道公园 by 一月如星

#### 碧螺塔酒吧公园

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

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

**门票：**早上看日出，15元

15:00-18:00，60元

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

**开放时间：**全天开放。

**电话：**0335-4034566

**地址：**河北省秦皇岛市北戴河东海滩路与金旭路交汇处北侧

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

#### 怪楼奇园

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

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

**门票：**15元，学生票12元

**开放时间：**8:00-17:30

**电话：**0335-4042960

**地址：**北戴河联峰路与百花路交叉口向西180米

**交通：**乘公交至怪楼站下车即到。



## 山海关

### 天下第一关

“天下第一关”即举世闻名的历史古城山海关，又称“榆关”，在潼关城东约1500米处。北临黄河天险，南依牛头山源，用砖砌筑高墙，是古潼关门户。门外横额书“第一关”，里额书“金陡关”，为清乾隆皇帝爱新觉罗弘历手笔。天下第一关包括山海关城、东罗城以及“天下第一关”城楼、靖边楼、牧营楼、临闾楼等。古城最为增色的是关城东门，天下第一关城楼，耸立长城之上，雄视四野。登上城楼二楼，可俯视山海关城全貌及关外的原野。

**门票：**50元，学生票30（含天下第一关，可登城）

60元，学生票40（推荐，含天下第一关，可登城，钟鼓楼等景点）

110元通票，学生票70元（含游览车）

**开放时间：**7:00-17:30;

7:30-17:00（12月-3月）

**电话：**0335-5051106

**地址：**秦皇岛市山海关区旅游局东六条1号

**交通：**乘25路或33路公交车，到天下第一关下。

**景区地图详见第七页。**

### 老龙头

老龙头坐落于山海关城南4公里的渤海之滨，这里是明长城的东部起点。老龙头地势高峻，有明代蓟镇总兵戚继光所建“入海石城”。入海石城犹如龙首探入大海、弄涛舞浪，因而名“老龙头”。

老龙头由入海石城、靖卤台、南海口关和澄海楼组成。澄海楼高踞老龙头之上，为明代所建，清康熙、乾隆年前重修。楼上有明朝大学士孙承宗所书“雄襟万里”和清乾隆皇帝所书“澄海楼”匾额。登上老龙头，面对波涛汹涌、云水苍茫的大海，可以尽览“长城万里跨龙头，纵目凭高更上楼，大风吹日云奔合，巨浪排空雪怒浮”的壮美景象，产生无穷的遐想。

**门票：**60元，学生票40元

淡季（12月-3月）30元

**开放时间：**7:30-17:30

**电话：**0335-5152995

**地址：**河北省秦皇岛市山海关区三道关乡

**交通：**乘25路公共汽车在山海关老龙头下车。

**景区地图详见第八页。**



老龙头 by 烟灭就分手008

### 孟姜女庙

孟姜女庙又称贞女祠，位于山海关以东6.5公里的凤凰山上。孟姜女的故事是中国民间四大传说之一，后人景仰孟姜女的忠贞，感叹她的忠烈而建此庙。庙内有前后两殿，前殿有孟姜女像，左右侍有童男童女，两侧壁上镶有碑刻，其中有乾隆、嘉庆、道光题词。后殿原供观音，殿后有“望夫石”，石上有坑，传为孟姜女望夫足迹。旁有石台，台后有振衣亭，为孟姜女梳妆更衣处。庙东南4公里渤海中有两块礁石，传为孟姜女坟。

**门票：**25元，学生票15元

**开放时间：**8:00-17:00

**电话：**0335-5153159

**地址：**秦皇岛市姜女庙路

**交通：**从南门外乘23路公交车到山海关站下车。

### 角山

角山长城坐落在河北省秦皇岛市的古城山海关北3公里处，系燕山余脉，是关城北山峦屏障的最高峰，海拔519米。其峰顶处为大平顶，可坐数百人，有巨石嵯峨，好似龙首戴角，故名角山。角山景点，主要有角山长城、敌台、角山寺、瑞莲捧日。

角山长城是明朝辽东镇和蓟镇两座军事重镇的界线，建有敌台、战台5座，关隘一座。站在角山最高峰大平顶上，极目远眺，令人遥想到当年古战场上锣鼓齐鸣、刀光剑影的壮阔场面。

**门票：**30元

**开放时间：**3月1日-5月13日封山

**电话：**0335-5171999

**地址：**秦皇岛市山海关城北3公里

**交通：**从南门乘旅游专线车可到。

**景区地图详见第九页。**



角山长城 by liehuohuo

### 长寿山

位于山海关城东北约9公里处，东起黄牛山，沿长寿河流域呈东西走向，是一处集自然、人文景观于一体的风景名胜。主要景观有悬阳洞、神医石窟、寿字碑林、三道关、世外桃源，石门胜迹，一线天，小三峡，佛掌峰等。到这里游览，既可以领略独特的山情水趣，又能感受到民族文化艺术的无穷魅力，还可以领悟益寿延年的真谛。

**门票：**15元

**开放时间：**8:00-16:00（3月1日-5月13日封山）

**电话：**0335-5155708

**地址：**河北省秦皇岛市山海关区东北9公里

**交通：**乘坐公交33路、25路到山海关南门，换出租车；或乘25路在终点下，到山海关火车站，五一十一黄金周的话有专门去各个景区的专线车，一般五块钱一位。

**景区地图详见第九页。**



## 燕塞湖

燕塞湖位于山海关城西北7华里的峡谷间，是万里长城东起的第一座人工湖。15公里的湖区，宛如画境，两岸是葱郁的悬崖，映得湖心苍翠晶莹，泛舟往来，时而狭窄无路，恰如三峡，时而豁然开朗，一片汪洋。给人以“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”一般的韵味。

**门票：**旺季90元，淡季40元

**开放时间：**8:00-18:00（3月1日-5月13日前封山）

**地址：**河北省秦皇岛市山海关城西北3.5公里处

**交通：**从南门外乘25路公交车到五里台下，然后转乘小巴到湖区。

暑期（7、8月）有旅游专线车可直达，在南门乘车，票价2元。

## 昌黎地区

### 黄金海岸

昌黎县境内，东距北戴河海滨17公里，西南到滦河入海口，在长达64.9公里的海岸边，沙质松软，色黄如金，故称黄金海岸，包括滑沙活动中心、沙雕大世界、渔岛、翡翠岛四大景区。

### 滑沙活动中心

滑沙场现有两处，一处由沙山滑向谷底，一处滑向大海。目前世界上除南非纳米比亚设有此项目外，黄金海岸的滑沙场可算世界第二家了。

国际滑沙场除滑沙外，还相继推出了观光索道、卡丁赛车、高空速降、沙山滑道、跑马场、海上快艇、鸟艺表演、奇力小屋、时空隧道、森林狩猎、三维太空环、华夏飞碟、海盗船、旋转木马、迷宫、儿童乐园、高尔夫练习场等多种刺激好玩、富于参与性的游乐项目。

**门票：**成人票80元，儿童票50元（卡丁车、骑马项目除外，无学生票）

**开放时间：**8:00-16:30

**电话：**0335-2081340

**地址：**秦皇岛昌黎县黄金海岸沿海路15号

**交通：**1、在秦皇岛或北戴河乘长途车到昌黎，再转乘中巴车前往。

2、北戴河海滨汽车站乘中巴车或北戴河火车站乘5、22路车至281医院换乘中巴车前往。乘出租车35-40元左右。

3、秦皇岛长途汽车站有车直达黄金海岸，费用15元左右。

### 翡翠岛

翡翠岛东、北、西三面由渤海和七里海环绕（泻湖），是一座由金黄色细沙构成的半岛，有“京东大沙漠”之称。翡翠岛的生态景观在国内乃至世界都属罕见，高大的沙丘、碧绿的树林、蓝色的大海奇妙的组合在一起，构成一幅十分壮美秀丽的自然生态景观。特有的海洋大漠风光吸引着无数的旅游者。岛上鸟类的王国，几乎全国三分之一以上的鸟类都可以找到它们的踪影，是“世界珍禽”黑嘴鸥的主要栖息繁殖地之一。在这里可以享受到从沙丘之巅急速俯冲入海的快感，也可以乘滑翔伞自由遨游在万里碧波、千顷金沙之上，还可以赤足裸臂在细软的沙滩上来一场畅快淋漓的沙滩足球或沙滩排球赛。如果你有兴趣，可以乘船出海，撒网打鱼，尝尝做渔民的生活味道。

**门票：**75元（6-9月），学生票55元

55元（其他月份），学生票35元

**开放时间：**全天，娱乐项目开放时间8:00-16:00，五一等节假日会适当调整。

**电话：**0335-2215521

**地址：**昌黎县黄金海岸南区

**交通：**从南门乘旅游专线车可到。

## 华夏庄园

华夏庄园是一座浓缩旅游观光、酒文化交流和感受葡萄酒原产地风貌的立体酿酒生态园，距秦皇岛市区45公里，京沈高速抚宁出口20公里可达。这里拥有被誉为美酒天堂的亚洲第一大酒窖，窖中有2万余只庞大的进口橡木桶群，酿出了国内顶级干红，有“黄山归来不看岳，华夏归来不问酒”之说。在品饮华夏美酒的同时还能领略醇正的法国红酒文化，除此之外你还可以亲自动手采摘葡萄，与大自然的来一次亲密接触。

**门票：**30元

**开放时间：**8:00-17:00

**电话：**0335-2031799

**地址：**昌黎县黄金海岸南区



秦皇岛市旅游局提供

## 葡萄沟

位于昌黎县城西北10公里处的十里铺乡西山场村。据史料记载，葡萄沟栽植葡萄的历史已达400多年，长期以来由于该地农民独特的种植模式和得天独厚的地理、气候环境，形成了“十里葡萄长廊”这一自然生态景观。葡萄沟人热情好客，游人可吃住在农家，品尝到土风土味、清香可口的农家饭菜，尽情享受纯朴农家的万种风情。

**门票：**20元

**开放时间：**8:00-18:00（5月-10月）

**电话：**0335-2079001

**地址：**河北省十里铺乡凤凰山谷

**交通：**秦皇岛到昌黎的班车5分钟一趟，行程约50-90分钟，票价大概在12元。

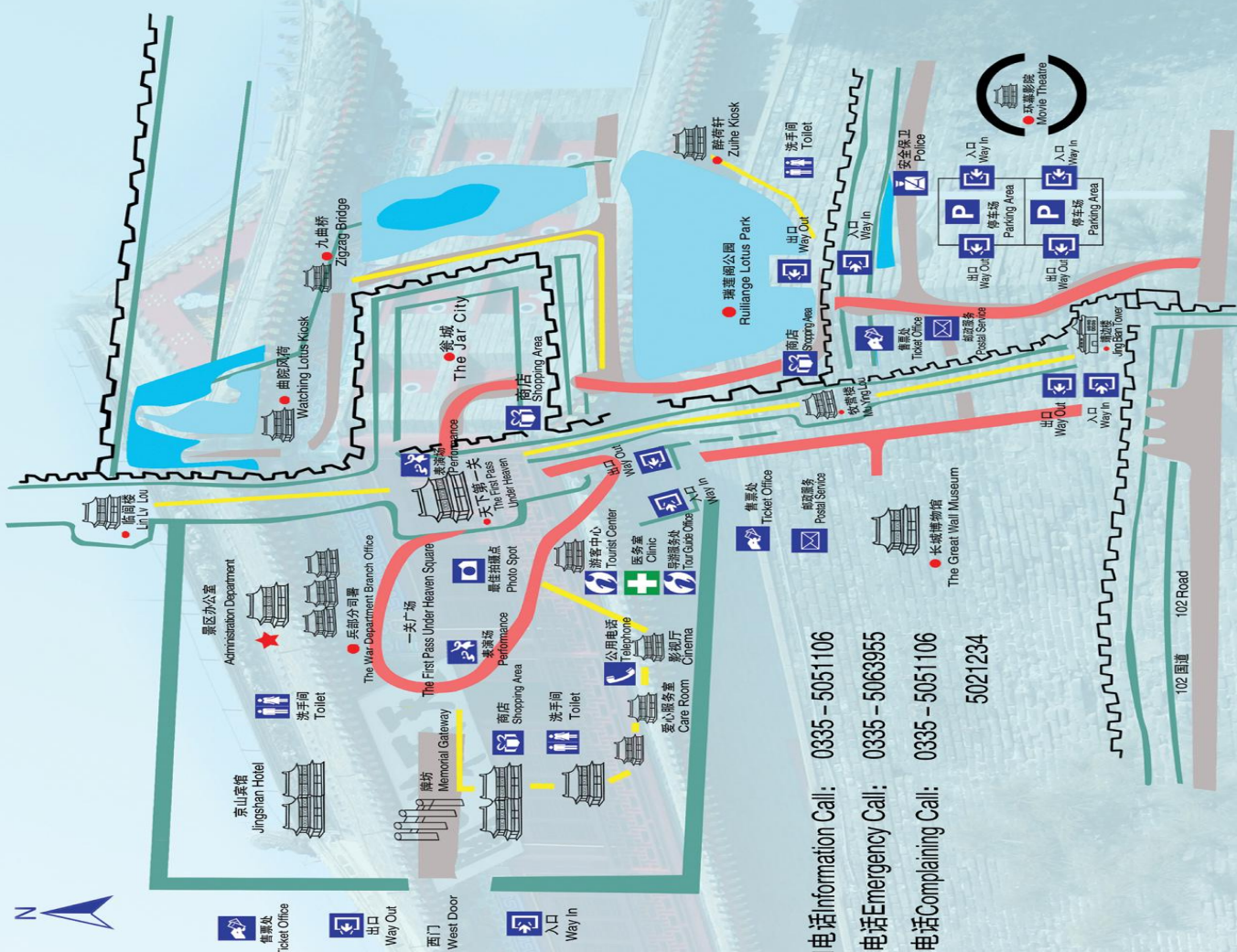
昌黎火车站有直接开往葡萄沟的班车。

具体车次：<http://www.putaogou.net/train.asp>



# 天下第一关景区全景图

The First Pass Under Heaven Scenic Area Sketch Map



## 图例 Legend

- 主要景点 Main Tourist Sites
- 主游路线 Primary Tourist-lines
- 次游路线 Secondary Tourist-lines
- 🚻 洗手间 Toilet
- 🎫 售票处 Ticket Office
- 🅑 停车场 Parking Area
- 🏥 医务室 Clinic
- ☎ 公用电话 Telephone
- 🛍 商店 Shopping Area
- 🚪 景区出口 Way Out
- 🚪 景区入口 Way In
- 🗺 导游服务处 Tour Guide Office
- 🏠 游客中心 Tourist Center
- 🏢 景区办公室 Administration Department
- 📧 邮政服务 Postal Service
- 👮 安全保卫 Police
- 🎭 表演场 Performance
- 📷 最佳拍摄点 Photo Spot

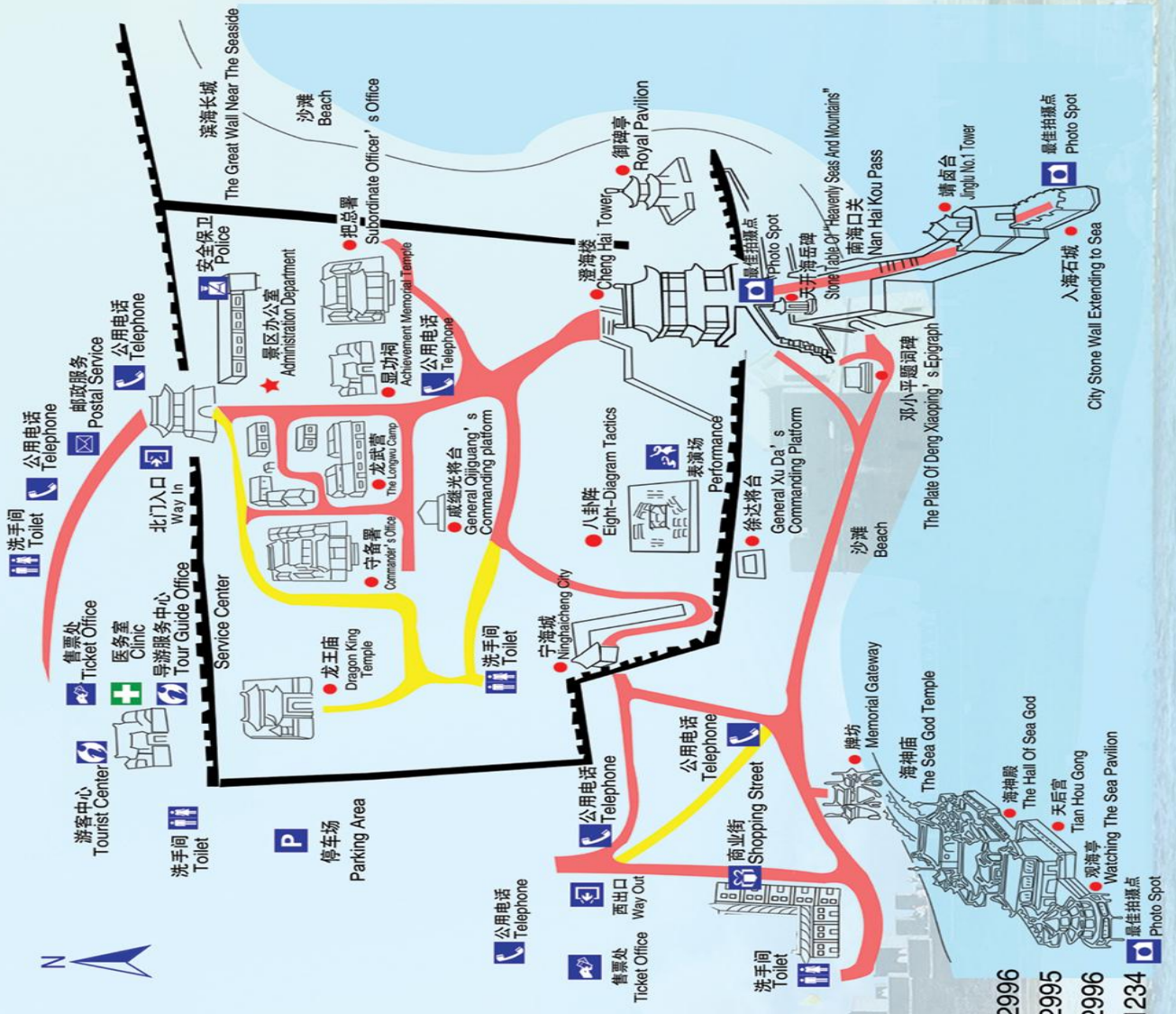
咨询电话 Information Call: 0335 - 5051106  
 救援电话 Emergency Call: 0335 - 5063955  
 投诉电话 Complaining Call: 0335 - 5051106  
 5021234





# 老龙头景区全景图

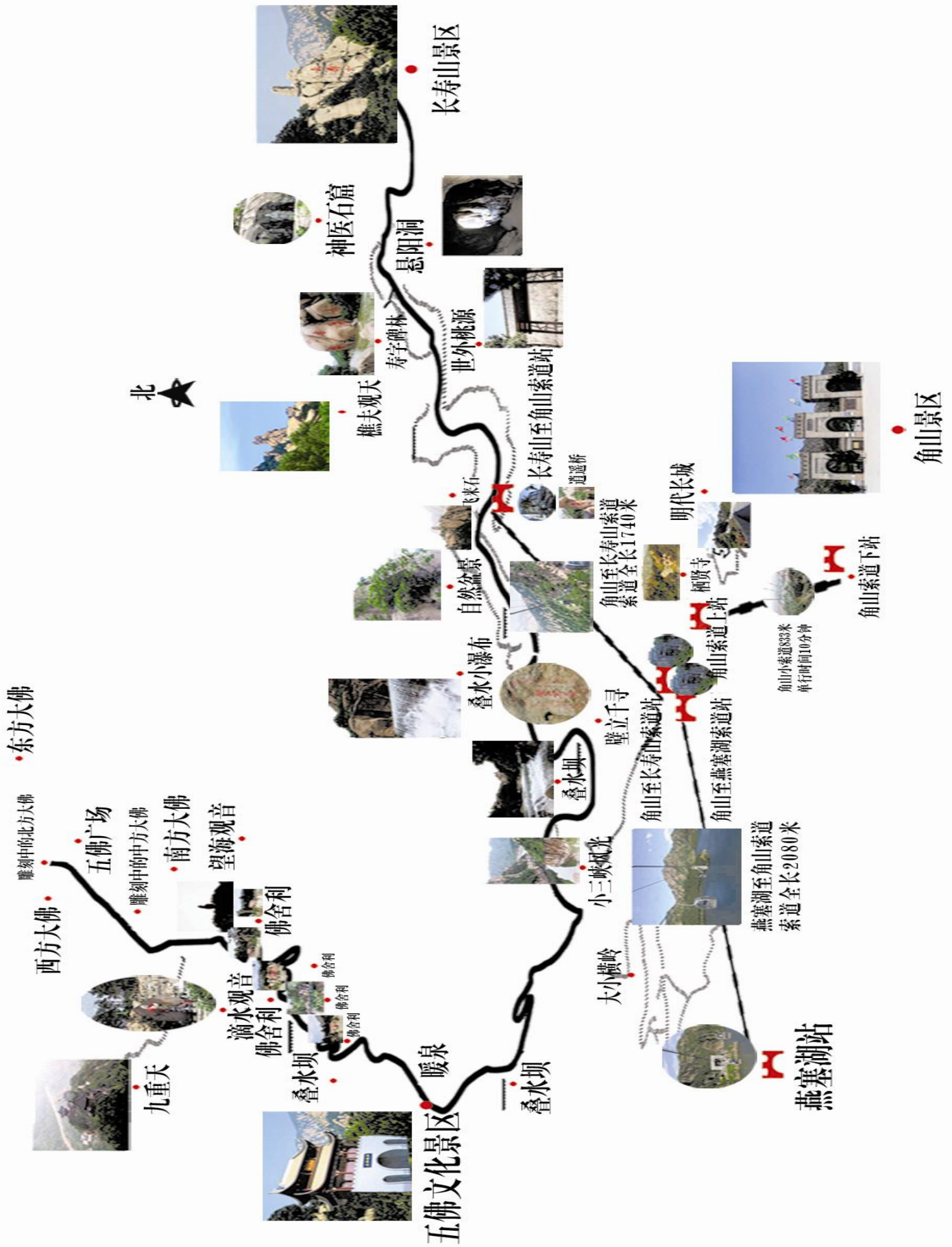
The Dragon Head Scenic Area Sketch Map



## 图例 Legend

- 主要景点 Main Tourist Sites
- 主游路线 Primary Tourist-lines
- 次游路线 Secondary Tourist-lines
- 🚻 洗手间 Toilet
- 🏢 售票处 Ticket Office
- 🅅 停车场 Parking Area
- 🏥 医务室 Clinic
- ☎ 公用电话 Telephone
- 🏬 商业街 Shopping Street
- 🚪 景区出口 Way Out
- 🚪 景区入口 Way In
- 🏠 导游服务处 Tour Guide Office
- 🏠 游客中心 Tourist Center
- ★ 景区办公室 Administration Department
- 📧 邮政服务 Postal Service
- 👮 安全保卫 Police
- 🎭 表演场 Performance
- 📷 最佳拍摄点 Photo Spot

咨询电话 Information Call: 0335 - 5152996  
 救援电话 Emergency Call: 0335 - 5152995  
 投诉电话 Complaining Call: 0335 - 5152996  
 5021234  
 最佳拍摄点 Photo Spot





## 活动 · ACTIVITIES

### 滑沙

滑沙，是黄金海岸最吸引人的运动项目。游客可先乘坐索道缆车直达沙顶，沿途只见一道道沙山连绵不断，风光独特。坐在竹木制成的滑沙板上，从几十米高的沙山上呼啸而下，速度也越来越快，冲到平地后由于惯性的作用，还会继续向前滑出几十米远，感觉既新鲜刺激又安全可靠。

**推荐地点：**黄金海岸国际滑沙中心

#### 滑沙须知

滑沙程序：按顺序领取滑板，检票，按要求下滑，停稳后马上起身，并迅速离开滑区。

乘坐滑板要求：穿好鞋，脱下帽，端正身，微前倾，勿后仰，脚登稳，手抓紧，勿摇晃。

安全小贴士：

- 1、不要在滑行面践踏。
- 2、下滑时手和脚不要触及沙面。
- 3、滑板停稳后，马上起身，迅速离开滑区。
- 4、不要在滑区内停留照相。



摆渡谢谢

看着高高的滑沙道，心里还是有几分害怕的，看着一个个体验者都顺利的滑行后，尤其是三个孩子都冲了下去，一股不服输的劲冲了上来，我豁出去了，冲下滑道的一瞬间，什么也没有想，只感觉到风在耳边呼啸，很爽，挺过瘾。

——《北戴河七天亲子欢乐游》

### 观鸟

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



看鸽子 by gmchen

**观鸟地点：**观鸟湿地、联峰山、鸽子窝公园等

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

在其他月份，也有难得一见的鸟类奇观。

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

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

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

### 望海大会

这个古老的民俗活动源自于2200年前的秦朝，秦始皇为了求得长生不老药，特命道士徐福携五百童男童女前往东海采取长生不老之药。但徐福一去便再无音讯，不见归来。这上千童男童女登船远航，在海岸沙滩，爹娘哥哥奔走相送，“牵衣顿足拦道哭”。后来每年的五月初五，童男童女的亲人们便来到入海处，登高远眺，望眼欲穿，期盼亲人归来。久而久之，就演变成了古老民俗“望海大会”。每到这个日子，东至绥中，西至乐亭，人们呼朋唤友，结伴而行，赶到秦皇岛逛码头。海边聚满了人群，非常热闹，到处是摆摊的，卖货的，各种小吃，如同赶集，胜似庙会。人们除了欣赏码头的风景，还祈求大海风平浪静，以求得人海关系自然和谐。

**地址：**秦皇岛求仙入海处

**时间：**每年的阴历五月初五

### 孟姜女庙会

每逢庙会，海内外游客云集于此，可品味精美风味小吃，可欣赏当地秧歌、二人转、杂耍等民间艺术表演。

**地址：**山海关孟姜女庙

**时间：**每年5月28日~30日

### 海边烧烤

要是自己开车去秦皇岛，一定要记得随车带着一副烧烤架子，备好了肉串、火腿之类的，然后在沙滩上自己动手、丰衣足食，来一次别有一番情调的海滩烧烤。

如果没带装备，在海滩的大多数地方，也会有当地的烧烤摊为游客准备着，来海边一次，一定得去尝一尝，因为你可以从这些烧烤摊上看到一些很特别的“海味儿”。特别推荐的是一种小杂鱼叫青皮子，细长，脊背那儿有点青，不能炒着吃，只能烤着吃，别有味道而且特便宜。

#### 吃烧烤要注意这些哦

- 1、烤的东西一定要新鲜，要让烧烤的老板现场把生的烤熟，甚至可以专门留个人看着，以免吃到变质的烧烤吃坏肚子。
- 2、别烤的太焦，烤熟就可以了，太过火的烧烤焦食物的含有致癌物质。
- 3、烤肉时生熟食所用的碗盘、筷子等器具没有分开，易导致交叉感染而吃坏肚子。
- 4、烧烤的同时吃大量可乐的话容易导致体内的钙质流失，因为可乐中所含的咖啡因会加速熏烤食物分解后的碳离子活动。
- 5、吃烧烤要节制，不能天天吃，那样对身体有害。

### 海边扎营等日出

无论你是在北戴河还是南戴河还是翡翠岛，都可以找片快乐的海滩扎个私人的小帐篷。如果你住酒店或者客栈，也可以起个早，跑到海边，黎明破晓的时候静静地等待初升的红日露出笑脸。

**推荐地点：**翡翠岛



tanghill

对于想体验户外的人来说，翡翠岛是个不错的入门之选，景区里面没有宾馆，要么在里面扎营，要么就得到外面去住，若是没有装备也没有关系，景区里有一处出租帐篷、睡袋、防潮垫的所在，一个双人帐全套租下来几十块钱，完全可以承受，若是不会搭帐篷，老板还能教你。再者，和山上不同，沙滩又平又软，睡起来会舒服很多。

——《翡翠岛小憩》



## 住宿 · LODGING

秦皇岛市内有各式宾馆、酒店、招待所，住宿费用标准不尽相同。在避暑胜地北戴河，有很多风格各异的别墅式宾馆。在南戴河，有很多临海的庭院式度假村。

秦皇岛市内还有许多家庭小旅馆。由于秦皇岛不大，到各个景点以及海港距离不远，交通非常方便，所以一般选择住在市内宾馆。山海关的接待能力有限，建议游览山海关最好在秦皇岛住宿。

### 海港区

#### 秦皇岛天华国际酒店

该酒店靠近秦皇岛火车站、山海关机场、北戴河景区和山海关景区，地理位置优越，交通十分便利，网友评价性价比高，不过硬件设施的维护不是很好。

**地址：**秦皇岛海港区河北大街152号

**电话：**0335-8905678

**交通：**从秦皇岛火车站步行到范家店公交站，乘坐27路在市政府站下车。

**参考价：**约260元

#### 秦皇岛乐途公寓酒店

位于秦皇岛海港区金融商业中心位置，紧邻购物中心、人民广场，交通便利，部分房间可观海。面积35—54平米，带厨房，可自己煮海鲜；空间比宾馆大，条件比一般宾馆好，达到准三星标准，价格比宾馆便宜，适合家庭、自助旅游居住，可以按月租。网友评价环境好，适合家庭旅游住宿。

**地址：**秦皇岛海港区建设大街中央胜境12栋

**电话：**13315381758

**交通：**火车站坐7路公交车约20分钟，国际饭店下，离站点约50米；打的到金街下，约7、8块钱，10分钟车程。秦皇岛火车站有拒载现象，最好走出站再打的。

离东山浴场7公里，打的11-12元；离西浴场10公里，打的15元；离北戴河、山海关20公里左右，有34路、33路公交车直达。

**参考价：**130元

### 北戴河区

#### 新华假日酒店

北戴河新华假日酒店是北戴河挂牌的四星级酒店，座落于北戴河东经路，距秦皇岛约20分钟车程，步行8分钟即可到达老虎石海滨浴场，能够看到海景。酒店服务态度也比较好，设施齐备，是休闲放松的好选择哦。想看海景的话，订A座7-8层比较好哦。

**地址：**秦皇岛市北戴河区海滨安二路2号

**电话：**0335-4280888

**交通：**距离海滨汽车站1.3公里，乘坐出租车约5分钟。

距离北戴河汽车站约4.7公里，乘坐出租车约20分钟。

距离北戴河火车站10.4公里，乘坐出租车约25分钟。

距离秦皇岛火车站约21公里，乘坐出租车约35分钟。

**参考价：**323元起

#### 观海楼

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

**地址：**秦皇岛市北戴河区鹰角路7号（鸽子窝公园东侧）

**电话：**0335-4688188

**交通：**从北戴河长途汽车站出发，乘坐15路在单庄站下车。

从北戴河火车站出发，乘坐37路在单庄站下车。

**参考价：**约224元起

#### 北戴河刘庄祥海快捷宾馆

该酒店位于北戴河刘庄北里6号，步行到中海滩浴场仅需3分钟，与海边相距仅500米，距海鲜市场工艺品市场50米。网友评价房间干净，老板一家人很热情。

**地址：**秦皇岛市北戴河区刘庄北里6号

**电话：**13780374602

**交通：**从北戴河火车站出发，乘37路到刘庄下车，或乘5路转34路到刘庄下车。

或者打电话给老板，老板来人接，车费30元左右。

**参考价：**约68元起

#### 北戴河刘庄客海时春家庭旅馆

位于北戴河刘庄旅游区的中心的繁华地段，与海比邻，旅馆附近交通便利，徒步南行就是碧波万顷的海滨浴场，距全国最大的工艺品批发市场——石塘路市场仅仅一站地距离。周边有红石路、育花路两个旅游市场，是旅店、饭店聚居区。

**地址：**北戴河育花小区二区十一排二号

**电话：**0335-4036011

**交通：**通往山海关旅游区的34路，南戴河观光点的21、22路，北戴河火车站的37路公交车均途经于此。

**参考价：**约58元起

### 山海关区

#### 秦皇岛御临山海酒店

座落在山海关地区的中心位置，距天下第一关、山海关火车站、市中心万浮广场、国百商场仅百米之遥。网友评价说客房干净，空间都挺大的，空调很安静。

**地址：**秦皇岛市山海关区新兴隆街47号

**电话：**0335-5077966

**交通：**距离山海关火车站600米，步行约5-10分钟。

从山海关汽车站出发，乘坐33路到山海关南门下车。

**参考价：**约84元起



## 餐饮 · EATING

### 美食 · DELICACY

#### 长城饽烙饼

在长城周边所生的饽烙饼树叶内，加入淀粉、三鲜等制成的饼，饼皮略呈透明状，味道清香适口。

相传明朝将领戚继光率领以浙江人为主力的“戚家军”镇守山海关，北方粗粮较多，戍边士兵生活艰苦，因此有人利用每年五月长城沿线饽烙叶鲜嫩时机，制成饽烙饼，粗粮细做，改善生活。据说这种食品已经传到日本。

**推荐：**在位于秦皇岛市山海关城关南路109号的鸿宴饭庄可以品尝到这一美味。

#### 老二位麻酱烧饼

色泽微黄，层次分明，麻香醇正，松软适口。与涮火锅，喝羊汤相搭配同吃，味道尤佳。

**推荐：**在秦皇岛市文化北路15号的海港区老二位饭店可以尝到正宗的麻酱烧饼。

#### 烤大虾

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



大虾 by usaserena

#### 四条包子

因老店开在在古城山海关四条这条街上而得名，其口味独特、醇而不厚、肥而不腻，是当地久负盛名的快餐食品。

**推荐：**在秦皇岛市山海关南大街的包子店里可以尝到。

#### 回记绿豆糕

清真食品，始建于1945年，因初创人是回民，又姓回而称“回记”。原料用当地所产绿豆以及白糖，依秘方调制而成。

**特点：**油而不腻，松软香甜，口味醇正。

**推荐：**在秦皇岛市山海关天心胡同22号的清真回记糕点部可以品尝到。

#### 铁板蟹

铁板蟹是北戴河特有的一种小蟹，专门钻在沙土里面，身材细长，两角有两个小圆圈，酷似两只眼睛。

**特点：**肉味鲜润，蟹黄量多，膏脂丰腴，食来沁人脾胃。一般餐馆以红烧、清炖为主。

#### 干贝

“干贝”采用深海区的野生蚌，生剥后加盐水煮，然后在背阳之处风干，装入密封容器内使之干缩成型，半年之后方可食用。

**用途：**干贝便于储存，是馈赠亲友的佳品。

## 推荐餐馆 · RESTAURANT

### 海鲜居

海鲜居在秦皇岛可以说是家喻户晓的海鲜店。这里的海鲜品种全，而且新鲜，都是当天进的货，做出来的菜味道鲜美。环境还算不错。价格稍微贵一些，网友反映服务态度不是很好。

**地址：**海港区河北大街342号(红旗路口)

**电话：**0335-3230432 3222022

**参考价：**人均100元

**推荐菜：**扇贝、皮皮虾、鲍鱼捞饭、肉酱黄鱼子、宫爆四样

### 蒙香海鲜烧烤

据说是秦皇岛最火的烧烤店，人气非常旺，去玩了需要等位。种类很多，一次根本吃不过来，一份扇贝65块钱12个，一份炒花蛤35元，网友评价味鲜份足。吃烧烤最好吃些蒜，以免拉肚子哦。

**地址：**海港区燕山大街(民族路口)

**电话：**0335-3152999

**参考价：**人均68元

**推荐菜：**烤扇贝、烤生蚝、蜜汁鸡翅、宫后筋、羊排

## 推荐市场 · MARKET

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

### 石塘路市场

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

**交通：**沿着育花路一直往南走（北京理工大学秦皇岛分校也在这个路上）就能找到。

### 育花路市场

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

**地址：**秦皇岛北戴河区石塘路步行街（近联峰路）

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

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



## 交通 · TRANSPORTATION

### 到达与离开 · GETTING THERE & AWAY

秦皇岛市坐落在渤海北岸，地处中国华北地区通往东北地区的咽喉要道，距北京380公里，距天津243公里，距沈阳461公里，地理位置优越，水陆空交通均十分便利。

#### 飞机

##### 秦皇岛山海关机场

秦皇岛机场座落在秦皇岛海港区 and 山海关区之间。

机场代码：秦皇岛机场三字码为SHP，四字码为ZBSH。

主要航班：目前有到上海、石家庄、大连、青岛、邯郸、重庆的航班，班次不多。

**1、机场班车：**山海关机场每个航班均有机场班车接机。班车为厦门金龙，非常舒适，机场班车终点站是秦皇岛市中心的民航大厦，相距15公里，行程约需20多分钟。

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

班车发车地点：海港区迎宾路169号民航售票处门前

**2、出租车：**出租车起租费均为5元（含基价里程2公里）。出租车价格捷达、富康1.8元，另收1元燃油附加费。

**3、公交车：**24路公交支线，秦皇小区至机场黄金村，发车间隔约40分钟。从机场打车到海滨汽车站约70元。

#### 火车

秦皇岛市地处华北通向东北的要冲，京山、京秦、大秦铁路横贯境内，有四个主要火车站，秦皇岛站、山海关站、北戴河站、昌黎站。这几处火车站几乎涵盖了秦皇岛市的主要旅游地。

秦皇岛站发车：始发华北（京、津）方向

山海关站发车：往东北方向（沈阳）

秦皇岛到北京的短途车都会经过北戴河站。山海关距北京312公里，从北京往沈阳方向的长途列车都过山海关站。

具体查询：<http://www.12306.cn/mormhweb/kyfw/lcskbcx/>

#### 长途汽车

##### 秦皇岛长途汽车站

地址：河北省秦皇岛市北环路405号

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

电话：0335-3067007

##### 北京—北戴河

北京八王坟长途汽车站有客车到秦皇岛，大部分时间是半小时或1小时一班，运营时间7:00-18:00，全程3.5小时。

##### 天津—北戴河

天津客运西站，16:30发车至秦皇岛，票价100元。

天环长途客运站，8:00、11:30发车至秦皇岛。

长途汽车东北角（大胡同）站，12:00发车至秦皇岛。

以上票价和时间常调整，仅供参考，实时信息详询各车站售票点。

#### 自驾路线

北京出发秦皇岛自驾游（北京——京沈高速——北戴河——秦皇岛——全程290公里）：

北京五环—五元桥上机场高速—不去任何航站楼直接走就是京平高速—北部货运通道口出高速—走314省道—金海湖边—王庄向北去兴隆方向—经过黄崖关—青松岭—兴隆县城外向东去半壁山镇方向—蓝旗营乡—洒河营走省道向南—迁西城外向南—榛子入口上京沈高速—北戴河—秦皇岛

过路费约120元，全程时间约3小时。

如果不想去北戴河可以从北京走京沈高速直到秦皇岛。



北戴河 by hxq0951

### 当地交通 · LOCAL TRANSPORTATION

#### 公交车

秦皇岛市内各旅游景点间均有公共汽车或旅游专线车前往，主要来往于景点间的公交车有：

**8路：**秦皇求仙入海处

**19路：**到终点站游艇俱乐部可到西浴场和新澳海底世界

**21路：**鸽子窝公园、金山商场、月季园、海滨饭店、书画展览馆、莲花石、西山公园、北岭花园、北戴河汽车站

**22路：**北戴河火车站、牛头崖、南戴河、河东寨、北戴河汽车站

**23路：**孟姜女庙、山海关汽车站、天下第一关山海关、兴华市场、文化宫、长城奇观

**24路：**山海关汽车站、天下第一关、南园、燕塞湖

**25路：**山海关火车站、天下第一关、老龙头、欢乐海洋公园（乐岛）

**34路：**燕山大学、野生动物园、观鸟湿地、北戴河国际俱乐部、奥林匹克大道公园、怪楼奇园大酒店、海滨汽车站

#### 出租车

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

#### 租车

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

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



## 小贴士 · Tips

### 海边旅游数码相机的保养方法

- 1、要保持相机的干燥，手也最好是干燥、干净的，去海边等湿气大且含有盐分的地方拍照完毕，回来一定要用相应工具全面清洁相机，特别是镜头。
- 2、不要在使用数码相机的时候嬉闹，如果不小心掉到沙滩上，沙子如果进入镜筒或机身内，后果不堪设想。三防相机或者是顶级防尘、防滴漏的机身+镜头除外。
- 3、关于防水，防水袋不太看好。就算是防水壳都有一定的漏水概率，塑料袋就算了吧。如果不潜水的话，还是别惦记着让相机下水了。
- 4、如果屋里的冷气开的很足，温度很低的话，你的机身拿到温度和湿度都比较高的室外，镜头内会有短暂的结雾现象。待温差消失后，就会好转。注意事项是，尽量保持你的机身和室外温差不要太大。
- 5、关于日出日落的拍摄，对CMOS是没有损伤的。太阳在“鸭蛋黄”状态时，可以放心拍摄。只是，如果直接对着太阳拍的话，眼睛可能会有些受不了。如果太阳升起来了，一定要小心，不要直摄，否则会伤害眼睛，CMOS没有眼睛值钱。
- 6、海边拍摄主要是注意用光，一早一晚比较简单，适当提升ISO，没灯也行。白天拍摄，最好有外置闪光灯，指数大的才好。

### 南、北戴河和黄金海岸租圈、伞费用参考

#### 1、南戴河：

停车费20元，租太阳伞100元，沙滩椅60元，游泳圈30元，皮艇100元，帐篷120元，另外这边的海边自带帐篷是不收摊位费的。

#### 2、北戴河：

停车费10元，太阳伞80元，沙滩椅60元，游泳圈20元，帐篷100，大部分海滩自带帐篷是不收费的。

#### 3、黄金海岸：

停车费40元，太阳伞200元，沙滩椅100元，游泳圈50元，摩托艇是200/人，帐篷160元，另外这边在海边如果想在靠海近的地方搭帐篷是收30元的占地费的。

另外，提醒下游客，这边大部分海边浴场都是不允许用塑料泳圈的，因为塑料泳圈容易被贝壳划伤，用橡胶泳圈比较安全。

### 安全游泳需要注意的事项

#### 1、涨潮的时候

一般在下午，这个时候你站在海滩上，往海里面看，在离岸边10米或者更近的距离没有人能站在海里面，都是拿泳圈的或者是在游泳，说明这个时候在涨潮期，水位很高，没有能够供站着游玩的区域，所以，这个时候下海一定要注意安全，一不小心你可能就到深水区了。

#### 2、退潮的时候

一般退潮的时候都是在上午和中午。这时候你站在海边，能看到离你30米或者更远的大海里面怎么还有人站在那里玩耍，恩，不用怀疑你的眼镜，真的，南戴河的海滩有3道冈，什么是3道冈呢，就是海水深一点，然后浅一点，然后在深一点，再浅一点，连续3次，这个时候如果没有风，海水会很平缓，就和用泳池一样，可以和朋友们玩做各种游戏，但是需要注意的是，这个和海水在涨潮，你玩的地方是高出来的冈，在你回岸边的途中会有一个或者2个洼的地方，所以你要随时观察涨潮情况，不用要因为贪玩而造成不会够回岸边。不过问题不大，洼的地方很短，稍微会点游泳就没有问题，不要紧张哦。

### 海鲜挑选攻略

#### 1、海鱼：

首先看鱼眼，眼睛呈透明无混浊状态，表示新鲜度高。再看鱼鳃是否紧贴，鱼表面是否有光泽。虾壳应与虾肉紧贴，虾身应完整、有弹性富光泽，壳色光亮。螃蟹及贝类海鲜外壳色彩应富光泽，肢体硬实有弹性。鱿鱼、章鱼等则应皮肤光滑、爪弯曲，斑纹清晰。

也可以用手按海鲜肉质，若肉质坚实有弹性，按之不会深陷，即表示新鲜。再摸摸看肉表面有无粘液，无粘液表示新鲜度高。最后用鼻子闻一闻，如果是一般海鲜特有的鲜味，表示新鲜。反之，若有腥臭与腐败之味则应避免购买。

#### 2、皮皮虾：

主要是挑选活的，死的一般没人吃，其实皮皮虾的季节性很强，主要是春天和秋天肥，到夏天相对瘦一些，夏天吃皮皮虾一般都是蒸着吃，用水煮因为肉比较少一些，所以容易进水影响味道。

公虾与母虾的区别：母虾与公虾的最明显区别就在于腹部靠近头颈的位置有三条乳白色的横线，类似一个“王”字，仔细看公虾在大爪下分别有一个细细的小爪，在熟后更容易区分公母，母虾在夏天是没有虾子的。其实公母无所谓的，喜欢吃虾子的就买母的，喜欢吃肉的就买公的。

#### 3、螃蟹：

首先不管是购买梭子蟹还是红夹子都要购买活的，不要贪图便宜买死螃蟹是很容易食物中毒的，而且死螃蟹都是基本没有肉的，选购的时候要挑选比较厉害的，那怎么才能证明它厉害呢？也就是你一伸手在它面前一晃，它就夹你的那一种，千万不能买虽然是活的可是有气无力的不碰都不动的，拿起来才动动的。

其次要看钙化程度，这又是什么东东？把螃蟹反过来看一下它的肚子是否为瓷白色，这种颜色的螃蟹是最好的，如果是像蜡一样的半透明的都不好，这个就是要在挑选的时候具体比较一下就知道了；一定要亲自过手才行，这个过程需要勇气，但是也是有诀窍的，在捉螃蟹时要捉它的最小的一条腿这样它就不会夹到你了，在捉的过程中用手捏一下小腿中段如果很硬实是好的，但如果很软说明刚脱皮不久，螃蟹没有多少肉。

#### 4、贝类：

在海鲜市场就常见的贝类有：花蛤，麻蚬子，蛏子，扇贝，海螺，牡蛎，海虹，首先要挑选鲜活的，活的贝类都是贝壳紧闭偶然张开一个小缝用手一碰就迅速合上，有的还会喷点水，都是新鲜的。

一般的贝类在离水一两天都能存活。贝类有生活在泥沙中的和礁石上的，礁石上生长的一般有扇贝、海虹、牡蛎只要是活的买回去就可以煮着吃了，生活在泥沙中的如文蛤、花蛤、毛蚶等购买时一定要注意刚刚捕捞上来的蛤蜊是有沙子的，不能购买，要用海水养一段时间才能把内部的沙子吐净，这个时候才能煮着吃，不然会吃一嘴沙子的，一般最好是傍晚购买毕竟在小贩那养了一天已经吐的很干净了。在煮的时候注意不要煮很长时间一般开锅两三分种就好了，时间太长容易把肉煮老了，煮熟后开口的吃，没有开口的可能是没熟或者是坏的，所以最好不要吃。

### 网友爱心小贴士



daishaoWei00

交通：不要打黑车，我发现在老龙头那一块黑车特多，北戴河很少遇到，秦皇岛出租车很便宜，起步价5元，加上一块的燃油附加费。如果自驾，就更方便了。

饮食：说到饮食，当然是吃海鲜了，还是那句话，只要不是海边的，都差不多，另外就是，要长个心眼，先看清楚菜单中的价格，结账的时候也仔细对一下，防止使诈，我们第一家去的渔岛海鲜，多算了100多，差点就糊弄过去了。

——《端午节奏秦皇岛之行》



## 实用信息 · INFORMATION

### 医院

#### 秦皇岛市第一医院

地址：河北省秦皇岛市海港区文化路258号（乘2、3、28、33、34、35、36路公交车到第一医院站下车）

电话：0335-3034187

#### 北戴河医院

地址：河北省秦皇岛市北戴河区联峰路200号

电话：0335-4041624

### 紧急电话

市政服务热线：12345、0335-8091890

秦皇岛市旅游局：0335-3661001

秦皇岛市旅游投诉电话：12301 0335-3661010

北戴河旅游局：0335-4186310

北戴河旅游投诉电话：0335-4186110

## 背景 · BACKGROUND

### 历史 · HISTORY

秦皇岛拥有悠久的历史，在古代称为碣石。公元前225年，中国第一个皇帝秦始皇曾经东巡至秦皇岛，秦皇岛因此而得名。秦皇岛是中国封建社会唯一一座历经了340位皇帝而未曾更名的城市。

秦汉时期这里是东巡朝拜和兵家必经之地。秦始皇第四次出巡到碣石，刻碣石门。并派燕人卢生、韩终、侯公、石生等方士入海求仙人和长生不死之药。汉武帝东巡观海，到碣石筑汉武台，并在此用兵攻朝鲜卫乐王朝，把北戴河金山嘴作为屯粮城。

元朝忽必烈将中书省平滦路设在此地，后改为永平府。

明朝曾在此设立盐署。李自成推翻明朝后，带兵4万余众到山海关征讨吴三桂，吴三桂引清军15万同李自成大战，这就是改变中国历史命运的“石河大战”，经三天苦战，农民军终因兵寡失利，退至境内卢龙县（永平府），重整军队再战，大败，李自成逃回京城。

清王朝统治时期，在山海关设立秦榆县。1898年，清政府正式将北戴河开辟为“各国人士避暑地”。

民国初期，秦皇岛属直隶省渤海道，外国军队、牧师开始进入秦皇岛境内。民主救国运动开始兴起，我党早期革命者李大钊、王尽美都在此开展革命活动，并领导民族救国运动。孙中山于1912年就任大总统后，以全国铁路督办的身份来秦皇岛视察了山海关造桥厂。

1954年，一代伟人毛泽东曾在这里观海并写下了流芳百世的诗句，名为“浪淘沙·北戴河”，使得北戴河的知名度广为流传。

### 地理气候 · ENVIRONMENT

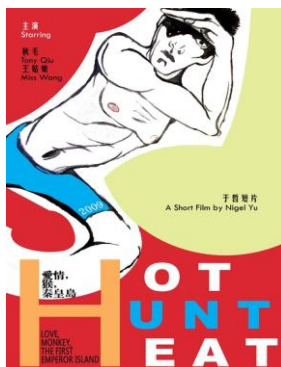
秦皇岛濒临渤海，属于温带半湿润大陆性季风气候，四季分明，年平均气温10.1℃，夏无酷暑冬无严寒，气候温和、湿度宜人。

相对于全国其他地方来说，这里的夏季气候凉爽，干湿宜人，所以到秦皇岛旅游时间建议选择选择在6月到8月，而此时的景致也是最佳。

但是秦皇岛的北戴河地区，却是一个四时皆佳的旅游胜地。不过，北戴河毕竟属于北方城市，人们出行时间还是选择在5月到10月间为最好，另外，北戴河的鸟类资源特别丰富，如果在春、秋两季来此地旅游，能看到候鸟南飞或北归的壮观情形。

## 跟着它们去旅行

### 电影 / 电视剧 · MOVIE

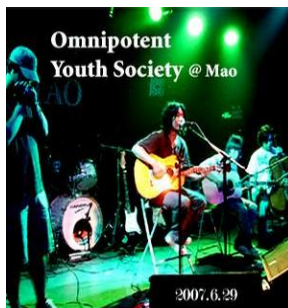


### 爱情，猴，秦皇岛

导演：于哲

一个男人在海边捡到一只灭火器，为了用它来灭火，他开始了梦幻般的寻找.....

### 音乐 · MUSIC



### 秦皇岛

演唱者：万能青年旅店

它描摹了这片土地和海洋的荒凉与冷峻，它发现了这片被装扮成避暑胜地的外表下掩藏着的黑暗之心，它令我得知我和这片土地与海洋的联系，它比很多在这里生长了一辈子的人都更懂秦皇岛，它让我心中的秦皇岛从此永远灯火杳然，浊浪怒号。

### 北戴河之歌



演唱者：Gala


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







顾问介绍



**howard1985**

放飞心情，开始属于自己的美妙旅程。



顾问介绍




**南子兮**

喜欢在路上的80后中文女生，行走的心，走过山川、河流，曾独自旅行过国内新疆、台湾外的所有省份。



顾问介绍



**飞翼般FWing**

旅游不在乎终点，而是在意途中的人和事还有那些美好的记忆和景色。



顾问介绍



**毛\_墨**

爱旅行的瘦子，拼命32郎。



**秦皇岛市旅游局**

官方网站：[www.qhdta.gov.cn/](http://www.qhdta.gov.cn/)  
 新浪微博：秦皇岛市旅游局  
 旅游投诉电话：12301  
 0335-3661010



**特别感谢 以下用户的贡献：**

Hongchaner、Forsandy01、摆渡谢谢、Naizu8866、tanghill、Coolui、李天乐乐、Piparain、hxq0951、一月如星、Liehuohuo、Usaserena、daishaowei00、烟灭就分手008（排名不分先后）

合作伙伴

旅游攻略 <http://www.imlvyou.com>

**你的位置**

期待你的参与：)

