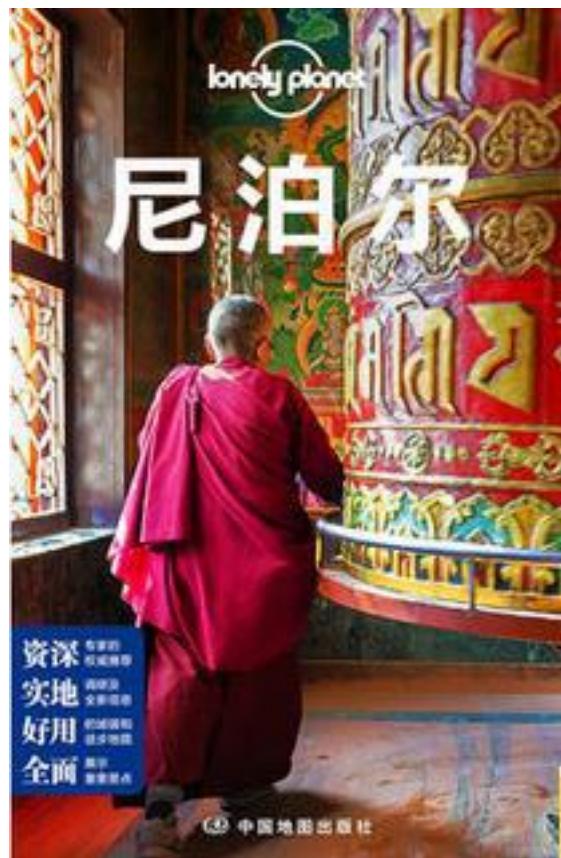


Lonely Planet国际指南系列:尼泊尔 (第二版)



[Lonely Planet国际指南系列:尼泊尔 \(第二版\) 下载链接1](#)

著者:澳大利亚Lonely Planet公司

出版者:中国地图出版社

出版时间:2016-9-1

装帧:平装

isbn:9787503193842

本书内容翔实、介绍全面，通过多幅精彩的地图、彩插及海量文字信息，为读者展现了尼泊尔旅行的方方面面，其中既有出发前的行程规划建议，又有旅程中的实用资讯——景点、住宿、交通等，让你拥有高品质之旅。本书结合尼泊尔的旅游资源，专门为广受认可的5个目的地和两大类活动开辟了章节，并针对旅行者的需求进行了内容上的统一处理。比如，每个目的地章节的开篇都有亮点地图，配以文字，旅行者可以从总体上了

解某一目的地值得推荐的景点、活动等信息，从而在规划行程时有的放矢。总之，涉及面广的信息是本书的主要特点，旅行者持有本书，将会获得尼泊尔旅行的全方位指导和建议。

作者介绍：

被称为业界传奇Lonely Planet出版公司的创始人托尼·惠勒和莫琳·惠勒已经出版了很多的旅行指南，这些指南覆盖了这个星球的每一个国家。

Lonely

Planet创立于1973年，当时惠勒夫妇自己动手出版了一本非常独特的旅游指南：《便宜走亚洲》。之后他们又出版了《鞋带上的东南亚》，这本书很快被人们称为背包客的“圣经”。当时他们勇敢地踏入了别的旅游出版商未曾涉足的市场，他们专为一个新兴的自助旅行人群服务，而这些人群的出现要远远早于大众旅游市场的兴起。

目录: 计划你的行程

尼泊尔和2015年大地震	4
欢迎来尼泊尔	6
尼泊尔	8
尼泊尔TOP15	10
行前参考	18
如果你喜欢	20
每月热门	23
旅行路线	27
徒步游计划	31
户外活动	43
志愿者服务与负责任的旅行	54
地区速览	60
在路上	
加德满都	64
加德满都周边	118
猴庙	118
加德满都山谷及周边	122
环路周边	125
帕斯帕提纳	125
查巴西	128
博德纳	129
山谷北部和西北部	135
Ichangu Narayan	135
纳嘉郡山 (湿婆波利纳嘉郡国家公园)	135
布达尼尔堪达	136
湿婆波利纳嘉郡国家公园	137
帕坦	138
巴克塔普尔	153
巴克塔普尔周边	169
Suriya Binayak Temple ..	169
提米	170
昌古纳拉扬神庙	170
山谷东北部	173
戈卡纳·马哈德夫	173
戈卡纳森林	174
萨恩库	175

山谷南部	176
奇提普	176
朔巴	177
巴平	178
布加马提	181
科卡纳村	182
尚巴嘉央	182
戈达瓦里	182
谷地边缘	184
纳加阔特	184
贝内帕	189
杜利克尔	190
帕诺提	193
山谷以外	195
通往中国西藏的阿尼柯公路	196
通往朗当的道路	197
加德满都至	
博克拉	200
加德满都至阿布卡利尼	202
廓尔喀	203
本迪布尔	205
杜摩	209
博克拉	210
博克拉周边	233
萨朗科	233
蝙蝠洞和马亨德拉洞	234
比格纳斯湖与鲁帕湖	235
前往佐莫索姆之路	236
博克拉至贝尼	236
贝尼至塔托帕尼	237
塔托帕尼至Marpha	238
Marpha	239
佐莫索姆	239
德赖和马哈布拉特山脉	242
德赖中部	246
纳拉扬格尔和珀勒德布尔	246
奇特旺国家公园	248
苏诺里和派勒瓦	262
蓝毗尼	264
悉达多公路	270
布德沃尔	270
丹森(帕尔帕)	271
特里布汶公路	274
黑道达	275
达曼	275
德赖西部	276
尼泊尔根杰	276
巴尔迪亚国家公园	278
苏克拉梵塔野生动物保护区	282
马亨德拉讷格尔	282
德赖东部	284
比尔根杰	284
贾纳克布尔	285
科什塔普野生动物保护区	289

比拉德讷格尔	291
特兰至Hile	291
伊拉姆	293
卡卡比塔	294
徒步游路线	296
选择徒步游路线	297
短线徒步游	297
徒步游沿途生活	298
路线和路况	298
食宿	298
有组织的徒步游	299
珠峰大本营徒步游	299
安纳布尔纳大环徒步游	307
安纳布尔纳保护区徒步游	314
其他安纳布尔纳徒步游	316
Ghachok徒步游	316
甘杜克环线徒步游	316
Panchase徒步游	316
安纳布尔纳	
小环徒步游	316
Khopra Ridge徒步游	317
限制区和其他徒步游	317
骑行、漂流和皮划艇	319
山地自行车路线	320
以加德满都为起点的Scar路	320
加德满都至博克拉	320
上木斯塘-佐莫索姆-至罗马丹	322
穆克提纳斯至博克拉	323
经纳加阔特和南摩菩提佛塔的加德满都山谷环线	323
以加德满都为起点的拉帕公路	324
博克拉至萨朗科和诺丹达	325
漂流和皮划艇路线	325
翠苏里河	325
胡特可西河	326
桑科希河上游	326
色悌河	326
卡利甘达基河上游	327
马斯扬第河	327
格尔纳利河	327
桑科希河	328
塔玛尔河	328
了解尼泊尔	
今日尼泊尔	332
历史	334
人文	345
宗教	352
艺术和建筑	358
环境和野生动植物	364
生存指南	
出行指南	376
交通指南	390
健康指南	398
语言	404
索引	414

地图图例	422
特别呈现	
尼泊尔和2015年大地震	4
徒步游计划	31
户外活动	43
徒步游路线	296
骑行、漂流和皮划艇 ..	319
· · · · · (收起)	

[Lonely Planet国际指南系列:尼泊尔 \(第二版\) 下载链接1](#)

标签

LonelyPlanet

尼泊尔

旅行

旅行指南

2018

游记

工具书

旅游指南

评论

干货满满，非常适合在全然陌生的旅行前，地理，风土，人情，都能有一定的了解，继而根据大而全的特色亮点，选择适合自己的行程方式。【五星推荐】

这是第三版啦 第一次仔细研究这个书 真是太棒了 想得到的想不到的应有尽有
还有很多文化典故和历史政治的介绍 对自由行很有帮助!

今年目的地

2017年1月， Poon Hill+ABC成就达成。地震后的新版。

用LP，你不会吃亏，也不会上当，只是能真真切切地感受到物价的上涨...另外，LP对有趣的评价标准，还真是，有点，有趣呢.....

这本书优于其他同类读物之处在于人文关怀和对环境问题的指引，其中有很多部分是震后首要探讨的，虽然有些内容过时但藉管窥豹是足够了

一定要再去一次尼泊尔呆一两个月！

真是超详尽啊。

Lonely Planet
出版，比网上很多攻略更靠谱一些，很详尽，又很客观。这是中文最新版，值得购买。

等着下个月出差去看看加德满都的风铃～

怀念

2017.9

实用的工具书，旅行指南

LP关于尼泊尔这本还是很干货的，包括告诉你其实可以逃票这种信息；交通和物价信息有待更新。

[Lonely Planet国际指南系列:尼泊尔（第二版）](#) [下载链接1](#)

书评

攻略当然注重时效性，可是这是出书啊，可能年年出新吗？这是2007的版本啊，现在过去3-4年了啊朋友，想想香港回归时的中国和现在有多大变化啊，物价涨了多少，新路修了多少啊？人家尼泊尔是没那么发达，好歹也要有点变化对不对？我觉得评价这玩意儿，不是用“过时不过时”来...

我们在尼泊尔的时候是胖子送给了我们一本lonely planet得书，胖子对我们好好好好，走的时候碰到一个上海来的帅哥，他也是没有攻略只身独闯，我们就在书的扉页签名，并且写上什么送给有缘人之类，写上胖子，我和艾琳的msn，交给了他。并且我们要求他一定要把这本书在尼泊尔境内...

翻过一座山，你便看到不一样的景色、人文……世界是怎样神奇。
在尼泊尔的日子里，我带着这本书寻找已去的和未去的地方。
我永远记得费瓦湖的鱼尾山庄看到了雪山倒影，那是雨季里短暂的一瞬……
我想这大概就是缘分

LP在尼泊尔来说，显然有着非常大的影响力，以至于几乎所有书店都有卖，很多地方回收并转卖二手LP，更以至于有些不懂中午的人能够在LP上面给你指出来你想要的信息……
但对于LP来说，不知道其他语言版本如何，但中午版显然需要更新了，尤其是物价。另外，书中所指的徒步时间对...

07年底去尼泊尔主要用的这本书，还带了一本英文版LP的trekking in nepal，比较之下，这本细节虽然略少，但很全面，对于绝大多数人够了。这里有人做了详细的评注，非常值得一起阅读。<http://forum.xitek.com/showthread.php?threadid=544638>

6月份去了尼泊尔，出发之前难免要看看被很多人称为圣经的LP。一趟旅行下来，发现这本书很多信息已经过时了，还不如自己在路上多问人，自行摸索来的强。可能是季节的原因，加德满都就是一个大型的垃圾场。被很多人称为朴素的尼泊尔人，大多都是见钱眼开，做什么事情都罗嗦...

适合去旅行的路上拿着的小册子。推荐了几条路线，本来对尼泊尔一无所知毫无兴趣的，翻着翻着就想去了。。。

从尼泊尔回来，这书才出。在尼泊尔期间，<<六感飘泊>>提供的资料有限且旧，只能根据网上资料来补充。LP的地图和交通都很详细。

版权归作者所有，任何形式转载请联系作者。作者：三分地儿（来自豆瓣）
来源：<https://www.douban.com/note/604518312/>
怀着紧张的心情早早来到了机场，9:35起飞，生怕去晚了换不到右旋窗的座位，像俩石狮子一样牢牢守住手续办理窗口，工作人员几次劝说“您可以休息一会，提前...

求购中文版的尼泊尔LP.. 全新二手都可. 豆油我.. 求购中文版的尼泊尔LP.. 全新二手都可.
豆油我.. 求购中文版的尼泊尔LP.. 全新二手都可. 豆油我.. 求购中文版的尼泊尔LP..
全新二手都可. 豆油我..

有一年，有一天，我在上海，坐在回家的地铁，脑子忽然蹦到尼泊尔。想去。于是这本书就这么来了。很多年过去了。我在城市与乡村间辗转。那本书，可能散落在家中的某地。书里的电话，地址，TIPS足够多。我猜可能按照它的提示，你是走得完的。而现在我依然还记得的，反而是...

是一本不错的行动指南，但如果从旅行书籍的角度来评价，实在是有点乏味。旅行书籍如果无法让阅读者有想到达书中所言地方的想法，就等同失败~

LP对于旅行来说可以说是必需的，但并不是充分的，这次尼泊尔之行我就充分感受到了这一点。其实到了尼泊尔才会发现，很多东西LP上都没有写到，当然也很有可能是中文版的更新太慢了。很多东西都是需要你自己在旅行中去发掘，这样才更有意义，否则就成了按图索骥了，失去新鲜感、...

内容不够update，貌似是05年的？很多地方的钱啊，都贵过书上的，推荐的地方，也换了招牌了。

去Np，买本图文并茂，尤其是要彩图的书，逛建筑的时候会非常有用。对于认路能力不佳的人，看了LP的黑白地图再看面前的错综复杂羊肠小道除了茫然还是茫然。有带照片的彩图的书明显一...

我的“重返尼泊尔，重返中世纪”网络影展

地址：<http://www.gxcity.com/yingzhan/nepal/>

我前后2次去尼泊尔，第一次去带的是上海一个DJ写的《明天就去尼泊尔》，09年12月去带的是这本，还是这本实用。推荐区尼泊尔的朋友带上这本书。

2009年12月的长途旅行，最多的时间停留...

图腾模样的男人，尼泊尔的化身。

世界上最贫穷的国家之一，却拥有了许多对它神往的游客，尼泊尔人民的友好和开放，深深吸引和感动所有游客。

今生最大的梦想是在乡间有一个带院子的家，今生第二大梦想就是手捧lonely planet的旅游指南走遍他书中所有的角落。与我同行吧，追...

做计划的时候也非常有用，里面的徒步路线，住宿信息很全，省了不少事。可惜从“餐饮”那一章以后，侧边栏再没留出空白处，补充注释很不方便，去年去佐莫索姆徒步，把书都快画花了。9月下旬去巴基斯坦的罕萨河谷，可惜lp没出中文版的《Pakistan & the Karakoram Highway》，只...

去尼泊尔时，只是靠的网上的lp和一路的好运气。依然是那句老话，当去过一个地方后，再看这些书，感触多多。那些心情，那些害怕和快乐，都深刻在字里行间了。

是的，尼泊尔是的，我很想去的地方 是的，毛主义盛行的地方
是的，喜马拉雅的南麓，一个与西藏异曲同工的地方 是的，战乱的地方
是的，我会去，但不是现在 · · · · ·

[Lonely Planet国际指南系列:尼泊尔 \(第二版\) 下载链接1](#)