

# 宁波

书藏古今·港通天下





宁波地图



## 交通

### 外部交通

#### 飞机

宁波唯一的机场是宁波栎社国际机场，机场距宁波市区约 12 公里，从机场至主要铁路公路站点、高速公路入口处、市区仅需 10-30 分钟车程，交通非常便捷。

##### 宁波栎社国际机场

目前，机场已开辟至北京、上海、广州、深圳、成都、重庆、厦门、青岛、大连、乌鲁木齐、哈尔滨、昆明、兰州等 30 多条国内航线。

##### 机场大巴

##### 1. 机场至市区方向

中途停靠客运中心站、汽车南站，终点民航售票处（兴宁路 91 号）。

##### 2. 市区至机场方向

地点：民航售票处（兴宁路 91 号）

时间：7:00-19:00，每间隔 1 小时整点发车；早班车 5:45 发车

##### 3. 机场至客运中心站方向

地点：宁波栎社国际机场候机楼

时间：9:30-18:30，每间隔半小时发车

##### 4. 客运中心至机场方向

地点：宁波客运中心站内出站口

时间：9:00-18:00，每隔半小时发车

#### 火车

宁波现在有 1 个客运火车站——宁波火车东站，有始发上海虹桥、苍南、杭州、厦门北、厦门、温州南、合肥、福州南、福州、南京的动车组和始发重庆北、成都、南宁、阜阳、西安、郑州、长春、六安、南昌、贵阳的普快列车。

地址：东方商务中心南侧规划福明路以西，规划桑田路以东，兴宁路以南，临近中兴路、环城南路等主干线，儿童公园斜对面

交通：10、12、14、18、22、123、201 通宵、335、388、505、516、522、541、541 高峰大站、505、782、758、903 火车东车站。

#### 客车

宁波市内共有汽车南站、中心站、东站、北站、西站和中巴南站 6 个公用型汽车客运站。

##### 1. 宁波客运中心站

由汽车中心站始发的定线定班省际直达班车（除上海）以及北京至丽水、衢州、金华、新昌、嵊州、台州、温州、绍兴等区域的班车。

地址：鄞州区通达路 181 号

交通：乘坐公交至宁波客运中心站下车。

##### 2. 宁波汽车东站

由汽车东站始发至舟山、象山等地区的班车

地址：江东区宁穿路 707 号

交通：乘坐公交至汽车东站下车。

##### 3. 宁波汽车北站

由汽车北站始发至舟山、慈溪、四川等地区的班车。

地址：江北区江北车站路 100 号

交通：乘坐公交至汽车北站、桃渡路下车。

##### 4. 宁波汽车南站

由汽车南站始发至上海、杭州、嘉兴、湖州等地区及区内的宁海、象山、余姚、慈溪、溪口等地的班车。

地址：海曙区鄞奉路 535 号

交通：乘坐公交至临时南站下车。

#### 轮船

宁波市内三江汇聚，水路客运交通发达。可去周边县市，都非常方便。

##### 1. 宁波港客运总站

地址：中马路 142 号

电话：0574-87356332

交通：乘坐公交至外滩（汽车北站）下车。

##### 2. 镇海客运中心

地址：城关镇沿江西路 85 号

电话：0574-86270277

交通：乘坐公交至镇海客运中心站下车。

### 内部交通

#### 公交

宁波公交由普线、双层线、空调线、夜间线、大站线、区间线的运营网络构成。公交车多为自动投币，车上司机大多备有零钱可找换，部分公交车有人工售票。

票价：票价为 2 元，部分公交与中巴实行分段收费。如果说去一些偏远的区域就是三元，比如市区去镇海，北仑这些地方。

电话：0574-87227085

#### 出租车

宁波市起步金额 10 元 /3.5 公里，之后每车公里 2 元，每趟另加 2 元燃油附加费，有等候费。单程载客在 10 公里以内，不得向乘客收取空驶费；超过 10 公里部分，可按规定计收空驶费每公里 0.8 元。

夜间（22:00-次日 5:00）每公里加收 0.6 元。

叫车电话：

协惠出租 0574-87921850

银河出租 0574-87346346

▲ 贴士：宁波除了早晚高峰期以外，其余景点一般都很畅通。

### 备忘录



攻略由网友共同编写，欢迎投稿补充，发邮件至：g-web-cm@tuniu.com

最终解释权归途牛旅游网所有，电话：4007-999-999

更多途牛旅游攻略尽在：<http://www.tuniu.com/guide/>

下载途牛 APP，搞定旅游这点事儿



## 景点



### 余姚市

#### 丹山赤水

风景区地处四明山腹地，是一处以峡谷景观为依托，以道教文化、浙东古山村风情为文化内涵，以绝壁、奇岩、古桥、流溪、飞瀑为特色的风景名胜，道家尊之为第九洞天。

门票：40元  
时间：8:00-17:00

#### 天下玉苑

天下玉苑是一个以玉文化和佛文化为特色的大型文化主题公园，位于余姚市大隐镇九龙山脚下。大隐是一个具有2500多年历史的古镇，是浙东第一个古人类聚居的城址，是河姆渡文化的延续。

门票：80元  
时间：8:00-17:00

#### 河姆渡遗址

河姆渡遗址是新石器时代遗址，遗址总面积约四万平方米，堆积厚度四米左右，上下叠压着四个文化层，其中，第四文化层的时代，距今约六千到七千年，是中国现已发现的最早的新石器时代地层之一。



河姆渡遗址 Christian Tian 摄

门票：30元  
时间：8:30-17:00

### 慈溪市

#### 杭州湾海滨游乐园

杭州湾海滨游乐园位于已兴建的杭州湾大通道南岸东侧13km处，是国内目前最大的海涂蓄淡水水库，初步形成以“围垦文化”为题，集休闲、娱乐、餐饮为一体的综合风景旅游景区。并被水利部批准为“国家水利风景旅游区”。

门票：20元  
时间：全天

#### 达蓬山摩崖石刻

达蓬山摩崖石刻由佛迹洞摩崖题刻和秦渡庵画像石刻组成。佛迹洞摩崖题刻位于达蓬山磨坊岗南侧佛迹洞东壁，共三则，189字，宋隆兴二年武林钱竦、锦屏陈邦彦，淳熙九年县宰唐仲温，清康熙丙子年赐进士翰林院修撰秦宗游题刻。

### 奉化市

#### 雪窦山

雪窦山位于浙江省奉化市溪口镇西北，为四明山支脉的最高峰，海拔800米，有“四明第一山”之誉。山上有乳峰，乳峰有窦，水从窦出，色白如乳，故泉名乳泉，窦称雪窦，山名亦因此得名，风景区包括溪口镇、雪窦山、亭下湖三部分。

门票：120元  
时间：8:30-16:30

#### 溪口滕头旅游区

嵌在奉化与溪口之间的滕头生态旅游区，位于奉化城北6公里，离宁波27公里，至机场15公里。距溪口12公里。它以“生态农业”、“立体农业”、“碧水、蓝天”绿化工程，形成别具一格的生态旅游区，在国内外颇享盛名。

门票：80元

#### 四明山

四明山森林公园位于浙东四明腹地的余姚四明山镇，为省级森林公园。公园占地面积6.9万亩，林区内古木参天，千峰竞翠，湖泊连绵，奇岩众多，生态旅游独呈风采。

门票：50元  
时间：8:30-17:00

#### 三江口

三江口位于宁波市区中心繁华地段，是宁波城市的象征景观。那里的景色十分美丽，素有“宁波外滩”之称。附近有灵桥、江夏桥、甬江大桥、新江桥、江夏公园、杉杉公园、日本曹洞祖庭道元禅师入宋纪念碑等。





三江口 victerm 摄

门票：免费

时间：全天

### 溪口

溪口风景名胜区位于宁波市西南二十公里，由溪口镇、雪窦山、亭下湖三个景区组成，以刻水、古刹、蒋氏故里和幽谷飞瀑名闻遐迩，早在汉代就有“海上蓬莱”之誉，乃陶渊明笔下著名的桃花源。

门票：200 元

时间：8:00-17:00

### 海曙区

#### 天一阁

天一阁位于浙江宁波市区，是中国现存最早的私家藏书楼，也是亚洲现有最古老的图书馆和世界最早的三大家族图书馆之一。天一阁占地面积 2.6 万平方米，建于明朝中期，由当时退隐的兵部右侍郎范钦主持建造。

门票：30 元

#### 城隍庙

城隍庙又称宁波郡庙，位于市中心繁华地带。宁波城隍庙是我国现存规模最大的城隍庙之一。该庙戏台是单檐歇山顶，藻井呈鸡笼形，朱金装饰。郡庙内保存着 30 余块碑刻及宋井等古迹。如今，这里商店林立小吃遍布，是热闹的商业区。



城隍庙 david shenlu 摄

地址：浙江省宁波市海曙区县学街 22 号

### 江北区

#### 保国寺

保国寺历史悠久，创于东汉，建于唐代，兴于北宋，现存大殿即为北宋祥符六年（1013 年）所重建，是江南最古老、保存最完整的木结构建筑，具有很高的历史、艺术和科学价值，为江南一绝的古建筑瑰宝。



保国寺 超人 swanghj 摄

#### 江北天主教堂

该教堂位于江北区中马路 40 号，由浙江教区的法籍苏主教兴建。清光绪二十五年（1899 年）增建钟楼。整座钟楼（包括琴室），由大堂、主教公署、本堂区及寝室、更衣室、藏书楼、慈母堂、印书房等组成。建筑面积 4846.4 平方米。教堂钟楼具有哥特式风格。保存完好。



江北天主教堂 gaojun 1020e 摄

### 镇海区

#### 招宝山

招宝山是浙江宁波十大风景游览区之一，位于宁波市镇海区东北面甬江口，是集海天风光、人文景观、海防遗址、宗教文化、状元文化及院士文化于一体的综合性游览景区。

地址：浙江省宁波市市区外 15 公里

电话：0574-86281106



## 郑氏十七房

镇海郑氏十七房景区，位于宁波市镇海区海滨小镇澥浦镇，紧邻329国道，距上海240公里、杭州170公里、舟山40公里，杭州湾跨海大桥、舟山连岛大桥、杭甬高速、甬台温高速贯通四周，交通十分便捷。



郑氏十七房 小王子 2010 摄

## 鄞州区

### 梁祝文化公园

梁祝文化公园，地处宁波市鄞州区高桥镇，为晋代梁祝墓、庙古遗址所在地。一九九七年，梁山伯古墓遗址和出土文物在梁祝公园被发掘。梁祝文化公园以倡导梁祝爱情为文化内涵，以梁祝故事情节为线，形成一个规模宏大的爱情主题公园。

地址：宁波市鄞州区龙观乡高桥镇梁祝村

电话：0574-88011238

### 雅戈尔动物园

宁波雅戈尔动物园坐落于东钱湖旅游度假区内，首创水上观赏动物游线，让游人饱览来自全球的珍禽异兽，观看精彩刺激的动物和民族风情表演。



雅戈尔动物园 limbosun 摄

门票：130元

时间：8:00-16:30（5月-11月）；8:30-16:30（12月-次年4月）。

售票时间：7:45-15:30（5月-11月）；8:15-15:30（12月-次年4月）。

### 东钱湖

东钱湖又称钱湖，是浙江省著名的风景名胜，由谷子湖、梅湖和外湖三部分组成，环湖周长45公里，面积22平方公里，是浙江省最大的（天然）淡水湖，面积为杭州西湖的4倍。



东钱湖 定春君 摄

地址：浙江省宁波市鄞州区东钱湖镇

电话：0574-5680117

门票：20元

时间：8:00-17:00

### 五龙潭风景区

景区面积16.17平方公里，属山地型旅游区，区内群山环抱，峰峦挺拔，悬崖耸立，溪谷幽深，地形变化丰富。以山奇水秀谷幽、山乡风情浓郁为特色，集游览观光、休闲度假、礼佛朝圣、山地健身功能于一体，可满足游客回归自然山水、品味山村风光，感知浙东地方文化，享受休闲世界的需求。

### 阿育王寺

阿育王寺是我国现存唯一以阿育王命名的千年古刹，座落于鄞山分支育王山西麓。面对玉几山，左界育王岭，右是赤莹山峡谷，有世外桃源之感。

地址：浙江省宁波市鄞州区五乡镇宝幢明伦村

电话：0574-88488998



## 住宿

### 开元大酒店

酒店距沪杭甬高速公路宁波大朱家出口 1.5 公里，距离栎社机场约 25 分钟车程，距火车站约 10 分钟车程，交通便捷。客房的卫生非常干净，每天都有服务人员来更换毛巾和打扫室内卫生，早餐和晚餐都非常不错，种类多味道还好。

地址：宁波江东区百丈东路 812 号

### 威斯汀酒店

在市中心，就天一广场隔壁，去哪都方便。连锁五星品牌酒店，服务和房间都是一贯的标准。

地址：宁波海曙区日新街 75 号

### 华侨豪生大酒店

酒店位于繁华的市中心，毗邻月湖和天一阁，距离火车站 2 公里，距离机场 30 公里，距离会展中心 20 公里，距离长途汽车站 2 公里，交通便利。客房及套房优雅舒适，各项配备设施齐全温馨，为商旅人士提供物超所值的细致服务。

地址：宁波市柳汀街 230 号（与长春路交叉口，临近月湖盛园 / 天一广场）

电话：0574-27866666

### 万达索菲特大饭店

宁波万达索菲特大饭店引地处鄞州新区，毗邻大型购物中心万达广场，与都市商业区的繁华和现代相得益彰。这座酒店的风格吸纳了法兰西的浪漫情怀和中国的古典文雅，并与甬城深厚的旅游文化相融合。



cattias.photos 摄

地址：宁波市鄞州区四明中路 899 号（紧邻万达商业广场）

### 嘉和大酒店

宁波嘉和大酒店是一家城市商务型四星级酒店。主楼高 21 层，有风格迥异、豪华舒适的各类客房，同时又荟集了超大型特色餐饮与现代化的会议设施、休闲娱乐设施等。



嘉和大酒店 Maggie 陈 摄

地址：宁波市海曙区新典路 108 号（临宁波汽车南站）

### 南苑酒店

宁波南苑酒店是浙江首家五星级酒店，坐落于市中心最繁华商圈，距离天一广场约一公里、毗邻拥有宁波“第二老外滩”之称的月湖盛园。

地址：宁波市灵桥路 2 号

### 富博酒店

富博酒店（天一广场城隍庙店）位于宁波市中心，天一广场旁，与城隍庙隔街相望，西接月湖，北临逸夫剧院，交通便利。酒店拥有各类客房，整体设计风格以精致小巧为主，将商务的便利与居家的温情巧妙融合。

地址：宁波海曙区县学街 115 号

### 四季青藤酒店

酒店位于宁波市中心三江口的培罗成大楼中，酒店坐拥三江口美景，地处最时尚、奢华的和义大道购物中心，紧邻宁波最繁华的商业中心天一广场。

地址：宁波市海曙区和义路 45 号







## 溪口千层饼

千层饼是溪口特产，已有一百多年历史，始于清光绪年间，采用上等白面粉、糖、冬苕菜、芝麻精制而成，形似香干，质地松脆，清香可口，别具风味。



千层饼 htting520 摄

## 雪菜大黄鱼

雪菜大黄鱼，选料和制作都十分讲究，是宁波地区的传统名菜。



大黄鱼汤 redgyo 摄

## 冰糖甲鱼

“冰糖甲鱼”，制作非常讲究，色泽光亮，甜酸香糯，味道多样，甲鱼与冰糖同炖，具有滋阴、调中、补虚、益气、祛热等功能。

## 锅烧河鳗

制作“锅烧河鳗”，选料较严格，以取用冬季背黑肚白、嘴水、头大，重约650克左右的河鳗为佳。此菜鳗肉酥烂，含有高蛋白、钙、磷及维生素等成分，营养价值极高。

## 火踵全鸡

宁波十大名菜之一，具有鸡肉酥嫩，汤味鲜香，形状美观，原汁原味的特点。

## 腐皮包黄鱼

腐皮包黄鱼，是富有宁波地方特色的十大名菜之一。它的制作要求很高，选取新鲜的大黄鱼，大条的小黄鱼亦可，洗净，剔净鱼骨鱼刺，待用；选用优质豆腐皮，用湿布使其返潮，将鱼肉包在里面，切成段，入油锅炸至金黄色即可装盆。

## 苕菜小方烤

苕菜小方烤是一道集美味、营养于一身的菜肴。该菜含有丰富的优质蛋白质和必需的脂肪酸，并提供血红素（有机铁）和促进铁吸收的半胱氨酸，能改善缺铁性贫血。

## 特色餐厅

### 鼎泰丰

新店环境好，服务员勤快，服务细仔入微相当到位，透明橱窗能见识厨艺，小笼包味道正，甜食可口，价格略贵

地址：江东区民安东路268号F栋1楼国际金融中心内

### 缸鸭狗

缸鸭狗是宁波有名的百年老店，是宁波绝对的一大标志性招牌，以小吃闻名。那里的汤团颗颗饱满，芝麻馅甜而不腻，入口爽滑，口感甚好。尤其是洒在面上的那层桂花，清香扑鼻，混合着糯米的香味，刺激着人的感官，绝对会令你胃口大开。

地址：海曙区天一广场水晶街68号

电话：0574-89081926

### 贴阁碧

本地人喜爱光顾的餐厅。出品宁波家常菜，味道挺不错。价廉物美。生意特别好，记得提前订位。

地址：东渡路16号

电话：0574-56681666

### 素牌千层饼

很好吃的千层饼，上面还有满满的一层海苔粉，内部多层次口感酥脆，还有白色芝麻增加香味，也很填肚子，玩累了吃几块非常好。

地址：近郊奉化市溪口武岭西路102-103号

### 东福园饭店

宁波老字号，里面的服务员训练有素，跟一些星级餐厅不相上下。

菜的分量尚可，没有少到夸张的地步，菜的味道都不错

地址：鼓楼公园路7号（避风塘对面）

### 城隍庙小吃街

城隍庙历来是饮食摊、店的集中地。这里的各色小吃既有宁波地方





## 购物场所

### 银泰百货

位于宁波市中心，是宁波最繁华地段。整个商圈很大，环境很不错，品牌很多。

地址：海曙区中山东路 188 号银泰百货天一店

电话：0574-87093888

### 杉井奥特莱斯广场

舒适商场氛围中，一百多个国际一线品牌、高端时尚服饰、运动户外用品、时尚家居、儿童用品，折扣力度超大。广场内、各类中餐厅、快餐店、咖啡店、在购物之余，也是休闲小憩享受世界美食的福地。

地址：中国浙江省宁波市鄞州区联丰中路

电话：0574-88323939

### 印象城

一家综合性商场，及餐饮、娱乐、购物为一体，商场停车位很多，环境较好。

地址：鄞州区钱湖北路 288 号

### 城隍庙步行街

城隍庙步行街（城隍庙南市场）是由大型商业方城、步行街不夜城、城中城精品楼、餐饮娱乐园组成的城隍庙南市场。价位适中，服装类商品齐全，除专卖店或表明“谢绝还价”的商户外，其他店铺均可讲价。

交通：乘坐 11、1、8 路在城隍庙站下车。

### 鼓楼步行街

鼓楼步行街的古建筑和相隔仅一条马路的范氏故居古董市场很有意思。还有集绿地、休闲、购物于一身的天一广场，更是不可不去。

交通：乘坐 504、380 路在鼓楼站下车。

### 来福士广场

来福士广场位于江北区，是年轻消费者购物、休闲、聚会的首选地之一。

地址：大庆南路 99 号

电话：0574-87566222

交通：乘坐 501、380 路在槐树路站下车。

## 备忘录

---

---

---

---

---

---

---

---

## 娱乐

### 娱乐活动

#### 夜场

宁波人爱玩会玩，市内知名的夜消费场所就有很多。其中天一广场和老外滩是游客们的必去之地。

#### 水幕电影 / 音乐喷泉

依托于天一广场喷泉，是声光电的完美结合。周围是难得的城市绿地，也与附近的药皇殿、天主教堂等遥相呼应。

#### 烧烤 / 垂钓

周末约上三五好友垂钓烧烤不失为悠闲的放松。

### 娱乐场所

#### 宁波大学烧烤

烧烤场地位于河岸附近，纯粹野外环境，风景还可以，风较大。有烤炉、工具出租，食物自备。

交通：宁波大学校园内，甬江边。

#### 东钱湖福泉山烧烤

位于旅游风景区的专门烧烤区，风景佳。

交通：在宁波火车站乘 906 路公交可直达景区或在宁波乘 901、902、365、106、388、621 到东钱湖镇再转乘 906、960 可直达。因保护生态，上山须乘景区专车。

#### 鄞江垂钓乐园

有钓鱼椅、钓竿等免费使用，代送餐。

地址：宁波鄞州区鄞江镇

费用：门票 10 元加 10 元 / 斤

交通：宁波中巴南站到鄞江或樟村的车 3 分钟一班到鄞江镇垂钓乐园下车，25 分钟路程。

#### 8 毫米酒吧

地址：宁波海曙区马园路 108 号

电话：13906618528

#### 兵临城下酒吧

地址：宁波海曙区柳汀街 263 号

电话：13505749117

## 备忘录

---

---

---

---

---

---

---

---

