

沈阳

滑雪胜地·历史名城



张学良将军

1901. 6. 3 — 2001. 10. 15



简介

钢筋混凝土的层层簇拥下，沈阳故宫里每一根廊柱仍在诉说宫廷秘史；张氏帅府中每一块砖瓦依稀描绘着民国往事；九一八博物馆中则一直在讲述那段屈辱的伤痛……饱经历史长河的冲刷后，沈阳城那些厚重的过去，依旧等待后人来倾听。

基本情况

沈阳给人的印象，有一些沧桑，也有几分硬朗气概，就像这里的东北汉子。曾经的盛京如今多了不少现代感，中街的喧嚣霓虹、东北最高的摩天楼、热闹火爆的刘老根大舞台，昔日的皇城根儿俨然披上了大都会的光芒，成为东北地区的核心城市。



沈阳 - 大帅府 rongqiu zhang 摄

地理

沈阳地处辽宁省中部、东北平原的南部，是东北地区最大的城市。沈河区的中街地区、和平区的太原街地区、皇姑区的北行地区是沈阳市内最为繁华的商业区域，也是美食较集中的区域。

气候

属于温带季风气候，年平均气温 6.2-9.7℃，自 1951 年有完整的记录以来，沈阳极端最高气温为 38.3℃（1952 年 7 月 18 日），中心城区极端最低气温为 -32.9℃（2001 年 1 月 15 日），近郊近年来最低气温为 -35.4℃（沈北新区 2001 年 1 月 11 日）；之前沈阳还观测到 39.3℃（1920 年）的高温，和 -33.1℃（1950 年）的低温。

最佳旅游时间

4 至 10 月的沈阳气候宜人，是一年中的黄金旅游时节。

亮点

穿越旧时皇城，感受昔日盛京

沈阳故宫是中国现存仅次于北京故宫的最完整的皇宫建筑，位于沈

阳市沈河区明清旧城中心，代表了满族早期皇宫建筑的最高艺术成就，体现了满族早期独有的历史文化内涵。

一座大帅府，半部民国史

作为东北地区保存得最完好的名人故居，张氏帅府中的大小青楼、赵四小姐故居，以及各种亭台楼阁无处不散发着民国的气息。在帅府中静下心来逛逛，倾听那些战乱年代的传奇爱情故事，你的心中会有怎样的感触呢？



沈阳张氏帅府 鑫杨 摄

冬季到沈阳来看雪

沈阳的雪其实也并没有什么不同，只是空气变得清新，城市也都清爽起来，若是你也有着爱雪的情结，冬天就来沈阳看雪吧。

目录

| | |
|------------|----|
| 简介 | 1 |
| 交通 | 4 |
| 线路推荐 | 6 |
| 景点 | 7 |
| 住宿 | 10 |
| 美食 | 12 |
| 购物 | 15 |
| 娱乐 | 16 |



感受“东北第一街”的繁华

中街距今已有近 400 年的历史了，这条沈阳城最繁华的商业街商场林立，几乎网罗了天下所有的品牌，而且在这里可以尝到各种当地特色美食，来沈阳不可不逛。



30K8218ca1 K S Kong 摄

节日

皇寺庙会

沈阳的实胜寺又称为“皇寺”，每年的重大节日期间这里都会举行热闹的传统庙会。届时可以欣赏到高跷、秧歌、舞狮梅花桩、民间吹打、绝活绝技表演、二人转、评剧、“大威金刚舞”等丰富的文体表演。此外庙会还设置了风味小吃、服装鞋帽、烟酒糖茶、土特产品、旅游商品五个展区。人们更可在这里看到糖画、皮影、蛋雕、剪影等各种传统民间手艺。



2013 春节沈阳皇寺庙会之祈福求佑 guotm 摄

时间：春节、“五一”、“十一”等节假日期间

地点：沈阳市和平区皇寺路实胜寺

西迁节

西迁节是锡伯族的传统节庆，是为纪念 220 多年前锡伯族人从东北迁往西北边陲保家卫国的壮举，这是锡伯族人最盛大的节日，要举行文艺会演和赛马、叼羊等丰富多彩的文体活动。

时间：每年农历四月十八日

地点：沈阳市皇姑区北陵公园

沈阳韩国周

沈阳会在每年举办中国沈阳韩国周，旨在促进沈阳与韩国的多层次友好交流。届时将有各项丰富多彩的活动，包括可以看到不少韩国演艺明星的演出。除了文艺、文化活动之外，同时还将举办中韩旅行商大会。若对韩国文化感兴趣，那么这个节日可别错过哦。



2013 沈阳韩国周大巡游的朝鲜族女青年 guotm 摄

时间：一般在每年 5 月至 8 月间举行

沈阳国际旅游节

沈阳国际旅游节是当地最为热闹的旅游节庆，期间将有各种丰富多彩的主题活动亮相，如开幕式汇演、花车盛装巡游、东北民族民俗传统舞蹈表演、现代创意表演等；同时还会融合美食节、购物节、啤酒节、采摘节、摄影大赛、国际著名景区的推广会以及商品展示会等精彩的活动，是名副其实的交流与欢乐的盛会。



International Tourism Festival Zheng Qu 摄

时间：日期不定，通常在每年夏季举行、持续时间为一个多月

沈阳清文化国际旅游节

沈阳清文化国际旅游节是以清文化旅游周为主体的沈阳民俗风情旅游节，从 1998 年开始举办，现在已是集经贸、旅游、文化和学术交流为一体的盛会。旅游节期间，将围绕清文化举办多种活动，如皇家礼仪大游行、皇帝出巡、满族宫廷舞蹈、萨满中秋祭舞蹈、盛京文化庙会等等，文化氛围十分浓厚。

时间：每年 9 月中下旬，持续 10 天左右



沈阳冰雪旅游节

每年冬季的冰雪旅游节不仅让人们能够领略“千里冰封、万里雪飘”的北国风光，还通过开展滑雪、冰上速滑比赛、冰上娱乐、冬泳比赛等多种冰雪游乐项目，让人们尽情享受冬季健身运动带来的乐趣。同时，棋盘山冰雪大世界、北陵公园等地还会举办大型雪雕游园会、灯会等活动，甚至会有假面舞会、社区的秧歌队表演，热闹非凡。



冰雪旅游节 lyozhou

时间：每年 12 月至次年 2 月

实用信息

冬季保暖

- 1、沈阳的冬季比较寒冷，通常在零下 5 度至零下 25 度间，冬季来旅游记得提前注意天气预报，穿着羽绒服、羊毛衣、羊毛裤以及保暖棉裤。同时，棉鞋、棉帽、棉手套、围巾一个都不能少。
- 2、沈阳冬季的室内和室外温差较大，容易感冒，建议备着感冒药。每天晚上洗个热水澡，吃饭时多喝些热汤。
- 3、相机和手机也需要保暖，电池在低温下容易放电，从室内到室外记得把数码产品裹在保暖袋里或揣衣服里，以防止失灵。

旅游服务电话

| 部门 | 电话 |
|-------------|-----------------------|
| 沈阳旅游局咨询电话 | 024-86898222 |
| 沈阳旅游质量监督管理局 | 024-86909943 |
| 沈阳市旅游局 | 024-22818222/22821999 |
| 沈阳旅游咨询中心 | 024-22708198 |
| 沈阳市气象局 | 024-96121 |
| 沈阳市交通局 | 024-23911278 |
| 沈阳市公安局 | 024-23105195 |
| 沈阳市海关 | 024-22845367 |
| 出租汽车管理办 | 024-22936901 |

语言

走进沈阳，特别是想看二人转的，当然要懂点沈阳话。沈阳方言是北方方言次方言北京官话的地方变体，是沈阳城区和郊区通行的方言。在今天通用的沈阳方言中，还不同程度的留下了满、蒙古、等民族的语汇。在沈阳交流是不成问题的。

常用语言

| 方言 | 意义 |
|------|---------------------|
| 耍大刀呐 | 反问句，比喻对方做事目中无人或行事出格 |
| 卖呆儿 | 观看、观瞧 |
| 牵驴 | 为卖家故意当引线，吸引不知情者上当 |
| 膈应 | 令人讨厌 |
| 得瑟 | 臭美、沾沾自喜、骄傲自大、卖弄等意思 |
| 埋汰 | 脏，不讲卫生 |
| 电炮 | 拳头或拳头打脸 |
| 装大象 | 硬充明白的，有时也叫“装民工” |
| 欠削 | 欠打 |
| 北大的 | 真正含意是“大北监狱出来的” |

银行

沈阳有中国工商银行、中国建设银行、中国银行、招商银行、中国邮政储蓄银行等，各类大小网点遍布，非常方便。

邮局

沈阳市内邮局网点遍布，沈阳的邮政编码为 110000。

沈阳市邮政局

地点：中国沈阳和平区兰州北街 33 号

电话：024-23403023

医院

沈阳市医疗资源丰富，医院分布比较均匀。耍大刀呐

■ 中国医科大学附属第四医院

地点：沈阳市于洪区崇山东路 4 号（崇山院区）；沈阳市和平区新华路 11 号（和平院区）

电话：024-62255001

■ 辽宁省人民医院

地点：沈河区文艺路 33 号（大南街与小南街之间）

电话：024-24810438

■ 第一人民医院

地点：沈阳市大东区清泉路 67 号

电话：024-31956485

■ 沈阳军区总医院

地点：文化路 83 号

电话：024-28856114

消费指数

到沈阳旅游，外部交通是一大消费内容，一般住经济型酒店一般



■ 抚顺机场售票处 - 海城街 - 望花区政府 - 机场

时间：首发车时间为 5:00，末班车时间为 22:00，每小时一班，逢整点发车。

票价：33.5 元 / 位

火车

沈阳是东北地区最大的铁路枢纽。京哈、沈大、沈吉、沈丹和沈抚等多条铁路干线交汇于此。沈阳市城区主要有两座客运火车站，即位于和平区与铁西新区分界线上的沈阳站，以及位于沈河区和皇姑屯区分界线上的沈阳北站。

沈阳北站：位于沈阳市区北部，是东北地区第一大铁路枢纽站，中国五大铁路枢纽之一。沈阳北站的公交枢纽站位于站前广场内，目前有 21 条始发公交线路和一条始发长客线路。沈阳北站的列车则可前往全国各地，过往停靠的列车次数也较沈阳站多。

地点：沈阳市沈河区北站路 102 号（近友好街）

电话：024-62041168

交通：周边有 152、217、236、244、264、269、800 路等公交线路；乘坐地铁 2 号线至“沈阳北站”可到。

沈阳站：沈阳站位于沈阳市和平区太原街西面，在沈阳西北方向，是以前的老站、沈阳南站。沈阳站地处沈阳的商业区，离商业街比较近，比沈阳北站繁华些。沈阳站的始发车或途经列车多为辽宁省内，或距离辽宁省较近地区之间的列车。

地点：沈阳市和平区胜利南街 2 号（近中华路）

电话：024-62062222

交通：周边有 206、207、237、243 路等公交线路；乘坐地铁 1 号线至“沈阳站”可到。

长途汽车

沈阳是辽宁省乃至整个东北地区最发达的公路客运枢纽中心，依托密集的公路网向四周辐射延伸，公路客运线路可覆盖整个东北甚至全国各省的大中城市。另外也开通了至营口、鞍山、锦州、抚顺、本溪、丹东等地的高速巴士。

1. **辽宁省快速汽车客运站（虎跃快客站）：**快客站离火车站约 500 米远，日均发车 300 余个班次，全部为高等级客车运营的高速直达线路，线路辐射东三省、北京、上海、河北、河南、山东、山西、江苏、内蒙古、广州等 15 个省以及 2 个直辖市。

地点：沈阳市沈河区惠工街 120 号（近家乐福超市）

电话：024-62233333

交通：附近有 115、147、163、228、247、253、295 路等公交车经过。

2. **沈阳长途客运总站：**位于大东区珠林路立交桥东南侧（2013 年 3 月从崇山东路的原址搬迁至此），和地铁一号线滂江街站 B 出口以及“龙之梦”公交枢纽站紧挨着。新长客总站目前主要线路有：康平、法库、新民、公主屯、丁家房、吴长岗、沟帮子、包家屯、黄家岭、彰武、西丰、桓仁铅矿、辽源、安阳等方向。

地点：沈阳市大东区滂江街 22 号龙之梦公交枢纽站

电话：024-86847956

交通：乘坐地铁一号线至“滂江街”站下，或者乘公交 207、257、134、116 路等线路均可达客运总站。

3. **沈阳长途客运南站：**离沈阳火车站很近，主要承发至大连、鞍山、辽阳、本溪、铁岭、抚顺、营口、大石桥、海城、金州等省内城市以及部分周边省市的班车。

地点：沈阳市和平区胜利南街 15 号（沈阳站售票处路东）

电话：024-23513112

交通：公交 103、202、223、324、501、502 等路，以及坐地铁 1 号线至“沈阳站”下均可到。

4. **沈阳南塔客运站：**位于市区南部的万柳塘路和文化东路口，离南塔公园不远。该站主要承发往省内各地以及黑龙江、吉林省内部分城市的班车。

地点：沈阳市东陵区万柳塘路 109 号

电话：024-24823035

交通：乘坐公交 224、239、245、259、260、275 路等可到。

5. **沈阳北站长途汽车客运站：**离火车站约 500 米，在惠工广场的东面，每天从这里发往省内及全国各地的诸多车次，是沈阳市内的主要长途客运站之一。

地点：沈阳市沈河区惠工广场团结路 59 号

电话：024-88529078

交通：附近有公交 253、267、800 路等车经过；也可乘坐地铁 2 号线至“金融中心”站，然后沿惠工南一路向东步行约 200 米可到。

当地交通

公交车

沈阳市现有公交运营线路 140 多条，可以通达城区中的沈河区、皇姑屯区、铁西区、和平区和大东区，基本上所有的市内景点都有公交车可到。市内公交大巴多为无人售票车，一元一票制，需自备零钱。沈阳晚间公交车末班车收车时间比较早，最早的 18 点左右就没车了，大部分公交车会在 19 点左右收车，市内的公交车只有少数几趟是在 22 点以后运营的。

环路公交：是一条较为特别的线路，它从南一马路始发，经民主路、南五马路、文化路、朝阳街（南顺城路）、正阳街、中街路、中山路等，至沈阳站北终点，呈环状行驶。环路分南环（环一）和北环（环二），即正向和逆向，南北环向的首末班车均为 5:00 和 23:00，票价 1 元。

地铁

沈阳是中国第七座、东北地区首座开通地铁的城市，截至 2013 年沈阳共开通了两条地铁线路，呈十字状分布，站点涵盖了市内各大重要交通枢纽及商业区。两条线路可在市中心的青年大街站相互换乘。

地铁一号线

一号线目前西起沈阳经济技术开发区（起始站为十三号街站），东至大东区黎明地区（终点站为黎明广场站），途经沈阳站、太原街、青年大街、中街等地，沿线共设 22 站。

时间：十三号街站首班车 5:30、末班车 22:00；黎明广场站首班车 6:00、末班车 22:00。



地铁二号线

二号线目前北起市区北部的三台子地区（起始站为三台子站），南至市区南郊（终点站为全运路站），途经北陵公园、火车北站、市政府、青年公园、奥体中心等地，沿线共设 19 站。

时间：全运路站首班车 5:30、末班车 22:00；三台子站首班车 6:00、末班车 22:00。

地铁票价：目前地铁一、二号线均统一执行阶梯式票价，即 8 站以内 2 元、9-12 站 3 元、13 站以上 4 元。两条地铁之间换乘，站位累计计算。乘客可在各站售票亭办理地铁储值票（卡），押金 20 元，退卡时退还押金。凭储值卡乘车可享受 95 折优惠，在售票亭和自动售票机处均可充值。



出租车

沈阳市出租车白天起步价 8 元 / 3 公里，之后 1.82 元 / 公里，超 15 公里后 2.7 元 / 公里。晚上 22:00 以后起步价 9 元 / 3 公里，之后 2 元 / 公里，超 15 公里后 2.94 元 / 公里。夏季空调车的价格与夜间车价格相同。

▲ 贴士：已告别沈阳 40 年的有轨电车，将于 2013 年下半年在沈阳浑南新区重现，届时乘坐新型的有轨电车去机场会更方便，而且沈阳又将多一道流动的风景区。

线路推荐

沈阳的景点主要以市内的历史遗迹以及东北郊区的棋盘山景区为主。一天时间可参观完市内的主要历史景点。如果有充裕的逗留时间，除了一日游中几个必去景点外，还可以去省博物馆、棋盘山、九一八历史博物馆、世博园等景点，同时还可去太原街、五爱市场等商业繁华中心逛逛，多方面了解沈阳。

一日游

北陵公园→太原街→沈阳故宫→张氏帅府

一早可乘地铁 2 号线去北陵公园，参观清昭陵，临近中午坐地铁至太原街解决午餐。午饭后坐地铁 1 号线至中街，去沈阳故宫参观，然后步行 5 分钟到张氏帅府以及旁边的金融博物馆参观。之后去距离张氏帅府约 700 米的南关天主教堂看看，傍晚可回中街逛逛以及享受美食。

二日游

休闲二日游

D1: 沈阳故宫→张氏帅府→清昭陵

沈阳故宫以汉族传统建筑风格和布局为主，兼备了蒙、满等民族风格和布局。一座大帅府，半部民国史。这里曾经是张作霖的府邸，如今则记录着军阀割据时期的民国历史。

D2: 东陵公园→棋盘山

感受东陵的宁静，漫步棋盘山的自然，而无论是踏青、滑雪、狂欢、登山、赏景、戏水，不必东奔西走，棋盘山都能满足你的需求。

文化二日游

D1: 北陵公园→清昭陵→沈阳新乐遗址博物馆→辽宁省博物馆

上午乘坐公交车到北陵公园站下车，参观游览世界文化遗产清昭陵。之后去西侧的新乐遗址博物馆参观。中午可到市府广场游览一番，接着到位于市府广场东南角的辽宁省博物馆免费参观。傍晚乘坐 215 路到中街车站下车，可休闲购物，可唱歌泡吧，也漫步于清沈阳故宫的红墙之外。

D2: 沈阳故宫→张氏帅府→沈阳金融博物馆→南关天主教堂→周恩来少年读书处

早起来刘老根大舞台买好晚上演出门票，然后前往中街南侧的世界文化遗产清沈阳故宫参观。之后从故宫往南步行到张氏帅府，走进张学良将军的故居。从帅府出来参观旁边的沈阳金融博物馆。下午可到中街不远处的南关天主教堂看异国风格的教堂建筑。之后可以到周恩来少年读书旧址拜访一下。傍晚返回中街去刘老根大舞台看一场热闹的二人转。

三日游

D1: 辽宁省博物馆→北陵公园→太原街

早上坐地铁至市府广场参观省博物馆。之后可步行至实胜寺（皇寺）看看，这里是清朝政府在东北地区建立的第一座藏传佛教寺院。下午乘坐地铁 2 号线往北，到北陵公园游玩，参观著名的清昭陵。

D2: 沈阳世博园→刘老根大舞台

早上可乘坐 168 路至世博园花上大半天在世博园与大自然来个亲密接触。晚上可在正阳街的刘老根大舞台看一场地道的东北二人转。

D3: 沈阳故宫→张氏帅府→五爱市场→南关天主教堂

早上参观沈阳故宫，然后步行至张氏帅府和金融博物馆看看。下午去五爱市场逛逛。然后可到一旁的南关天主教堂参观。如果接下来时间充裕，可至九一八历史博物馆参观，重温那段难忘的历史。

▲ 贴士：可能不少游客更想去棋盘山爬山看看湖景、逛逛影视城，冬天的时候还可以在棋盘山的冰雪大世界疯一番。所以在三日游行程的第二天可以根据喜好，把目的地换成棋盘山。





张氏帅府西院 Steven Yu 摄

门票：50 元 / 人

地点：沈阳市沈河区朝阳街少帅府巷 46 号

时间：夏季 8:30-18:00；冬季 8:30-17:30。售票时间：夏季 8:30-17:00；冬季 8:30-16:30。

交通：乘坐 118、133、173、215、228 路以及环路等公交可到达。

清昭陵

沈阳市区北部的北陵公园内坐落着清朝第二代开国皇帝皇太极及其皇后的陵墓—清昭陵。昭陵通常被称为“北陵”，建于 1643 年，是清初关外陵寝中最具代表性的一座帝陵。园内草木葱郁、古树参天，这里山、水、楼、林俱全，是皇家陵寝和现代园林合二为一的游览胜地。



清昭陵隆恩门 utpala 摄

门票：北陵公园入园门票（不参观昭陵）6 元 / 人；套票（含入园门票和昭陵门票）：旺季（4 月 1 日至 10 月 31 日）为 50 元 / 人，淡季（11 月 1 日至次年 3 月 31 日）为 30 元 / 人。

地点：沈阳市皇姑区泰山路 12 号

时间：公园 6:00-22:00 开放；陵寝 8:00-17:00 开放。

交通：乘坐公交 131、157、210、217、326 路等线路，或乘地铁 2 号线至“北陵公园”站下皆可到。

辽宁省博物馆

辽宁省博物馆是新中国成立后的第一座博物馆，目前共有近 12 万件精品馆藏，以辽宁地区考古出土文物和传世的历史艺术类文物为主体。透过丰富的历史文物以及辅助资料，人们可全面地了解到辽宁省乃至东北地区的历史概貌，是历史爱好者不可错过的去处。



辽宁省博物馆 PHO100121-029 tiny sui 摄

门票：免费开放（凭有效证件领取参观券入馆）。每天上午控制参观人数在 2000 人次内，下午控制参观人数在 1000 人次内，团体参观须提前三天电话预约。

时间：每周二至周日 9:00-17:00（16:00 停止入场）；每周一（国家法定假日除外）闭馆，除夕日闭馆。

地点：沈阳市沈河区市府大路 363 号

交通：可乘 214、216、228、248、326、800 路等公交车至市府广场站或中级法院站下车；也可乘地铁 2 号线至“市府广场”站下车。

清福陵

东陵公园位于沈阳市东部近郊，公园内是清朝太祖皇帝努尔哈赤和皇后叶赫那拉氏的陵墓，陵号为“福陵”，人们也习惯称为“东陵”。这座拥有 380 多年历史的皇家陵墓依山傍水，环境幽静肃穆，而这里的建筑则气势宏伟，处处彰显着皇家的威严。福陵与沈阳的昭陵、新宾县永陵合称“关外三陵”。



瀋陽清福陵, China Kuanping Lin 摄

门票：40 元 / 人

地点：沈阳市东陵区东陵路 210 号

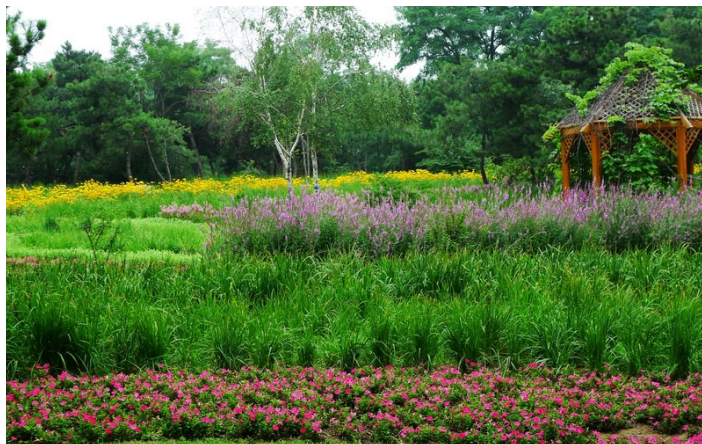


时间：旺季（4月至10月）7:30-17:30；淡季（11月至来年3月）8:00-16:30。

交通：乘坐公交148、168、218、385路、以及沈抚三号线公交都可到达。

沈阳世博园

沈阳世博园（即沈阳市植物园）地处沈阳市东部风景秀丽的棋盘山旅游开发区中心地带，是2006年中国沈阳世界园艺博览会的会址。这里荟萃世界园艺花卉精品，汇集自然景观、人工景观、滨水湿地景观为一体，环境宜人，被誉为“森林中的世博园”。



P1000880 . 简 摄

门票：50元/人

地点：沈阳市东陵区双园路301号

时间：8:30-17:00

交通：从沈阳北站可乘168路北线公交到世博园，此外还有168路南线、168路支线b、168路支线c、180、384、385、以及沈抚一号线均可经过世博园。

“九一八”历史博物馆

“九一八”是每一个中国人都该铭记的日子，沈阳九一八历史博物馆内以大量真实记录的图片、栩栩如生的细节向人们展示了日本侵略者发动“九一八”事变、奴役中国人民的罪行和沦陷区人民的苦难生活及不屈不挠的斗争事迹，时刻警示着后人勿忘国耻。

门票：免费开放（凭有效身份证件入馆）

时间：夏季8:30-17:00（16:00停止入馆）；冬季9:00-16:30（15:30停止入馆）；周一闭馆。

地点：沈阳市大东区望花南街46号

交通：周边有163、212、298、325、399路等公交车可到。

棋盘山

位于沈阳市东北的棋盘山是沈阳最大的自然保护区，在山顶斜下方曾有一巨石棋盘，传说仙人吕洞宾和铁拐李曾在此对弈，故得此山名。棋盘山虽然不高，但这里山峦起伏、景色秀美，这里有湖泊、森林、溶洞、还有古刹、甚至滑雪场，有名的棋盘山冰雪大世界和关东影视城也坐落在风景区内，是休闲度假的好去处。



棋盘山下见茶博馆 Chris Chao 摄

门票：20元每人

时间：全天

地点：沈阳市东陵区棋盘山风景区

交通：从沈阳北站、马路湾乘168路公交车到终点即是。

南关天主教堂

沈阳市中心耸立着一座典型哥特式风格的教堂，它是法国传教士方若望所建，人们称为“小南教堂”。教堂全部用青砖雕造，顶端是两座高高矗立的尖塔，内部有二十四根石柱支撑，穹隆部位镶嵌着巨大花纹，恢宏大气。这座教堂始建于1873年，于1900年被义和团焚毁，后于1912年在原址上重建而成。



南关天主教堂 Ray Mahoney 马汉年 摄

门票：免费

时间：5:00-18:00

地点：沈阳市沈河区南乐郊路40号（五爱市场北面）

交通：周边有103、223、246、266、503路等公交车经过。

实胜寺

实胜寺全名为莲花净土实胜寺，始建于明崇祯元年（1636）秋，竣工于崇祯三年八月初一，历时三载，是清政府在东北地区建立的第一座正式藏传佛教寺院，也是清军入关前盛京最大的喇嘛寺院。

地点：辽宁省沈阳市和平区皇寺路206号

交通：市内乘坐123、138、140、203、209、215、216、243、248、260、281、295、326路公交车在北市场站下车即到



沈阳紫烟熏衣草庄园

沈阳紫烟熏衣草庄园位于沈阳市沈北新区马刚乡马泉村，沈阳国家森林公园西南侧（距沈哈高速公路清水台出口 10 分钟车程），占地面积 5000 余亩，核心区域 1600 亩。庄园以“爱情、浪漫、最美之地”为主题，是集熏衣草及其他香草景区观光、影视摄影拍摄基地、礼仪庆典、熏衣草产品开发、会员制五星级度假酒店（规划中）、剧场、森林氧吧健身中心，特色餐饮娱乐服务于一身的现代化休闲度假庄园。



熏衣草庄园 Charlie Ma 摄

电话：024-88619008

地点：辽宁省沈阳市沈北新区马十线

备忘录

住宿

沈阳的酒店业非常发达，在沈阳选择住宿并不是个难题。一般来说选择在繁华商业区以及出行方便的地铁沿线区域、或交通枢纽区域都可以。比如中街区域、太原街至沈阳站一带、沈阳北站附近，都有大量各种档次的酒店。对于旅游者来说住在中街这一带是首选，因为沈阳故宫和张氏帅府这两个标志性景点就在这里，而且中街交通和商业都相当发达，不论是购物还是品尝老字号美食都很方便，而且这一带的快捷酒店也不少。

三皮青年旅舍

三皮青年旅舍位于市区北部，离北陵公园约 1.5 公里，离沈阳北站也不远。旅舍的内部格调和装饰均具有国际青旅的特色，且价格实惠，是驴友们的温馨驿站。



三皮青年旅舍 pally 摄

房价：42 元起（每床位）

地点：沈阳市皇姑区鸭绿江街 21 号

如家快捷酒店

这家如家酒店位于小西路与万寿寺街的交汇处，处于沈阳最繁华区域，步行可到中街和沈阳故宫，离市府广场也很近。酒店附近交通便捷，离最近的地铁站怀远门站只有 500 米，是普通游客不错的选择。

房价：135 元起

地点：沈阳市沈河区万寿寺街 62 号（近小西路）

锦江之星

锦江之星（太原街店）地处太原街商圈，毗邻中山广场，步行约 10 分钟即可到沈阳火车站。酒店周围交通便利，200 米范围内有不少于 15 条路线的公交车，离地铁 1 号线太原街站仅 400 米。

房价：169 元起

地点：沈阳市和平区北二马路 35 号

莫泰 168

莫泰 168（北站北出口店）紧邻沈阳北站及长途客运站，离地铁 2 号线岐山路站较近，住在这里对于需转乘火车、长途汽车的游客，以及商务出差人士来说相当便捷。



美食

沈阳历史上是个多民族聚居的城市，尤其是清代受到满族文化的影响颇深，在满族菜肴基础上，借鉴和发展了传统宫廷的精良技术。同时沈阳又荟萃了全国名菜精华特别是鲁菜。在中街和太原街一带可以尝到各种小吃佳肴。

沈阳美食非常丰富，有各种色香味俱全的名菜，比如兰花熊掌、凤腿鲜鲍、麒麟送子、红梅鱼肚、游龙戏凤等；还有美味独特的风味小吃，如朝鲜族西塔大冷面、朝鲜族打糕、老边饺子、烤牛肉、老山记海城馅饼、满族小吃那家白肉血肠、回民小吃马烧麦等。

特色美食

那家馆白肉血肠

那家馆始创于清朝同治末年，距今已有 130 多年历史，是由满族人那吉有所创。那家馆白肉血肠的特点是：选料考究、制作精细、调料味美；白肉肥而不腻、肉烂醇香、血肠明亮、鲜美细嫩；配以韭菜花、腐乳、辣椒油、蒜泥等佐料，更加醇香鲜嫩，脍炙人口。



白肉血肠 杨旭 摄

李连贵熏肉大饼

李连贵熏肉大饼在沈阳是家喻户晓的特产小吃，熏肉用 10 余种中药煮肉，其皮肉剔透、肥而不腻，大饼则用煮肉的汤油加面粉、加调料调成软酥，抹在饼内起层，外酥里软、滋味浓香。实际上这个美食是在 19 世纪中叶于吉林省四平市首创，1950 年创始人李连贵的后人继承祖业，背着老汤迁到沈阳，在中街西头广生堂胡同开设了李连贵熏肉大饼店，从此名声大噪，成为辽沈地方风味名品之一。



262/366. 熏肉大饼 . Fiorano~ 摄

老边饺子

始创于 1829 年的沈阳老边饺子馆是世界上历史最长的饺子馆。老边饺子之所以久负盛名，主要因为其用料讲究、口味鲜醇，并以独特的汤焯馅制作工艺，形成了松散易嚼、鲜美可口、香而不腻的独特风味。如今的老边饺子在全国各地甚至在日本都有连锁店。



老边饺子 林晓

马家烧麦

沈阳中街的马家烧麦是沈阳最早的回民饭店，始创于 1792 年。马家烧麦选用上等的面粉制作烧麦皮，以新鲜牛肉紫盖、三叉等部位作馅，其制作精细、造型美观、口味好，所以深受群众欢迎。



马家烧麦 M!Ss Kr!stine 摄



老山记海城馅饼

老山记海城馅饼成品形圆色黄、皮面脆韧、馅心嫩爽，配以蒜泥、辣椒油、芥茉糊等蘸食，美味无穷。这道小吃始创于辽宁海城县城，故名海城馅饼，老店于1939年迁到沈阳。

沈阳回头

沈阳回头是一道独特的清真小吃，历史悠久。其做法是将面粉揉好面团，用手将剂子按扁、擀平、抽薄、上馅，折叠成长方形再把两头包紧制成，其色泽金黄、皮焦馅嫩、口味鲜香。



沈阳回头 utpala 摄

西塔大冷面

西塔大冷面是朝鲜族的传统美食，面条劲道易嚼，特殊熬制的汤头清凉滋味足，在炎热的夏天来上一碗那绝对是享受！爱辣的朋友如果再来上一大勺辣椒面拌在面中，那吃起来就更爽了。

满汉全席

满汉宴席是沈阳的特色名典。其取材广泛，包括“山八珍”、“陆八珍”、“海八珍”三种。其中，山八珍是熊掌、猴头、罕达堪、飞龙、虎肾、麋鹿、人参、蕨菜等；陆八珍为吃什蟆、驼峰、口蘑、玉皇蘑、凤爪蘑、玉米珍、沙丰鸡、松鸡；海八珍即鲨鱼翅、刺参、鲜贝、紫鲍、乌鱼蛋、蟹肚、鱼皮等。但如今真正会做满汉全席菜，和吃透满汉全席文化的人，几乎是凤毛麟角。因此如今平时鲜有机会能吃得，但盛京满汉全席是沈阳市非物质文化遗产项目的地位始终如一。



满汉全席 dolphinmacy

特色餐厅

李连贵熏肉大饼店

李连贵熏肉大饼虽然不是沈阳的原生特产，但在沈阳城已经火了不少年头了，早已成了沈阳人最喜爱的风味美食之一。酥酥脆脆的大饼夹着香嫩的肉，就着鸡蛋汤，这美味只有尝过才知道。



李连贵熏肉大饼店 utpala 摄

菜系：小吃

地点：沈阳市和平区中山路4甲1号（近沈阳站）

老边饺子馆

百年老字号的老边饺子馆以花样层出的各种美味饺子出名，其中冰花煎饺、焗馅饺子、三鲜饺子最受欢迎，此外还有虾爬子饺子、百花饺子、酸菜饺子等特色饺子。



有名的“老边饺子馆” 勒色 摄

菜系：东北菜

地点：沈阳市沈河区中街路208号（近商业城）



购物

特产

沈阳比较有名的特产有：不老林糖、中街大果、八王寺汽水、雪花啤酒、老龙口酒、克拉古斯香肠、沈河大酱、红梅味精、沈阳红药等，以及沈阳羽毛画、彩石镶嵌画等工艺品。

不老林糖

不老林糖是由“北方制糖大师”林瑞丰独家创制的糖果，是沈阳的著名特产。不老林糖曾在上世纪九十年代初风靡全国，其口感香醇细滑、甜而不腻，有各种口味，至今深受大家欢迎。



不老林糖 大晶跑掉 ~ 摄

彩石镶嵌画

彩石镶嵌画是沈阳较常见的民间传统工艺品，是以各种颜色的天然大理石为主，并以枯石、玛瑙、汉白玉、金星石等彩石为原料，运用大理石各种彩石的自然形态特征、纹理脉络和丰富的色彩，汲取古代壁画艺术制成的石质画工艺品。



彩石镶嵌画 bcb 摄

老龙口酒

老龙口酒始创于清朝乾隆元年，据说因酒坊位于盛京（沈阳）龙城之东门，龙城东门乃龙城之口，因而御封得名“老龙口”，曾是大清朝廷的宫廷贡酒。

沈阳羽毛画

沈阳羽毛画是沈阳的特产工艺品，通常以孔雀、锦鸡、血雉等禽鸟的羽毛为原材料，再上塑模后用水粉颜料作画而成。沈阳羽毛画题材广泛、色彩绚丽，无论山川、人物、花鸟、鱼虫甚至神话故事等均可入画，富有浓郁的装饰性。



羽毛画 Pete John 摄

辽中玫瑰

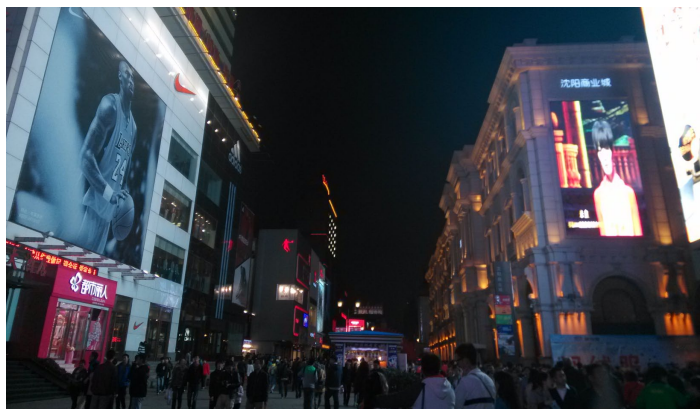
辽中种植玫瑰历史悠久，因有着平坦的地势，独特的小气候，特别适合玫瑰种植的条件。辽中玫瑰品种繁多，如黑玫瑰、红玫瑰、卡罗拉、红鹤等。沈阳的各大花店几乎都有辽中的鲜花。

购物场所

沈阳是东北地区最大的商业中心城市，过去素有“坐沈阳买天下、坐沈阳卖天下”之称，现在这里拥有数条商业街、百货大厦，还拥有综合商品市场以及特色商业街。

沈阳商业城

坐落于中街商业街上的商业城是沈阳城最富盛名的老字号大型商场，拥有 20 年的经营史，是深受沈阳人钟爱的购物场所之一。这里的消费水平可满足各个层次和年龄段的人群。经过近年的改造升级，商业城变成了一座华美的欧式建筑，目前已拥有近 700 个品牌，如今在这里可买到各种商品。



Zhongjie has romance David Zhu 摄



时间：9:00-21:00

地点：沈阳市沈河区中街路 212 号（近朝阳街）

兴隆大家庭

“兴隆大家庭”在沈阳同样是家喻户晓的大型商场，它隶属于辽宁省最大的民营商业集团。兴隆大家庭位于中街商业街，这里百货购物、美食、娱乐样样齐全，而且经常会有商品优惠促销活动，时常可在这里看到人头攒动的景象，十分热闹。

时间：9:00-21:00

地点：沈阳市沈河区中街路 115 号（近正阳街和沈阳故宫）

五爱市场

沈阳五爱市场是全国著名的批发市场之一，更是东北亚最大的轻工商品流通市场。五爱市场共有两万多个摊位，在这里几乎可以买到各种服装、家电、小百货、玩具礼品、小食品、特产等商品，是名副其实的“超级市场”。



DSCN2917 langstonenglishinterns 摄

时间：5:00-15:30（早上 5 点到 8 点通常是批发时间，一般 8 点之后是零售时间）

地点：沈阳市沈河区热闹路 77 号（近小南街）

▲ 贴士：五爱市场的人一直很多，而且不少小偷会混迹其中，所以逛的时候要注意保管好随身财物，买东西记得要砍价。

西塔韩国风情街

沈阳西塔街坐落在沈阳市和平区的北部，这里有一座清初修建的白塔，且位于沈阳老城之西，西塔街由是得名。西塔街是传统的朝鲜族聚集地，上个世纪九十年代以来，许多韩国的中小企业集中到这里投资，兴办韩国特色的百货及餐饮娱乐产业，西塔街迅速繁荣起来，被人们誉为“小汉城”。

地点：辽宁省沈阳和平区西塔韩国风情街

备忘录

娱乐

娱乐活动

沈阳大秧歌

沈阳人酷爱秧歌，不论男女老少，扭起秧歌来都散发着浑身的活力与激情，那份豪放与粗犷令人振奋。不论是在社区里还是街头的广场上，总能在早晚或是节假日时看到各种秧歌队或是踩高跷表演。



秧歌 庞辉

棋牌

沈阳国际棋牌竞技中心位于棋盘山北麓，功能齐全，设施先进，曾于 2000 年承办了国际象棋世界杯赛，著名棋手谢军、加里亚莫娃曾在此对弈过招。这里是棋牌爱好者的青睐之地。

酒吧夜店

除了传统的二人转外，沈阳也不乏现代时尚的娱乐项目。沈阳就有几大酒吧街。西塔地区是朝鲜族风情街，经营着众多的酒吧、餐厅及娱乐场所。三好街酒吧一条街位于沈阳市沈河区文化路，有近 30 家大小不同，风格各异的酒吧；酒吧设计古朴典雅，有浓郁的欧美风情。崇山路的酒吧也很有特色，一般学生比较喜欢光顾。五里河体育场附近，酒吧比较集中。



沈阳夜店 g_yulong 摄



娱乐场所

棋盘山冰雪大世界

棋盘山冰雪大世界位于沈阳市东北部的棋盘山风景区内，距市区17公里，交通十分便利，冰雪世界森林茂密，山峦起伏，冰面辽阔，占地面积50万平方米。每到冬季这里雪花飞舞，万物皆白，一派雪域风情，是沈阳冬季冰雪旅游的胜地，也是每年中国沈阳国际冰雪节的举办地点。棋盘山冰雪大世界现已成为东北地区项目丰富、设施完备的大型冰雪旅游胜地。



棋盘山冰雪大世界 zhaomw 摄

价格：人均120元

交通：沈阳北站乘168路，马路湾乘168、330、331路公交车可到。

收起详情

电话：024-88628588；024-88628688

地点：沈阳市棋盘山风景区内

东北亚滑雪场

东北亚滑雪场位于沈阳市新城子区马刚乡的沈阳国家森林公园内，距沈阳市区28公里，是辽宁省内最大、雪道最多的滑雪场，也是集旅游观光、健身娱乐、休闲度假为一体的大型休闲场所。这里是东北长白山南端的余脉，林木覆盖率高。冬季，漫山白雪皑皑、银装素裹、雪松兀立，其间数条雪道自山顶蜿蜒而下，在滑雪的同时，还能领略到独特的森林风光。



滑雪场 jkiller 摄

价格：人均68元

电话：024-88611986；024-89778333

地点：近郊沈北新区马刚乡老寺沟沈阳国家森林公园内

刘老根大剧院

晚上酒足饭饱后，如果想感受点“东北味儿”，不妨去剧场看一场二人转，二人转的搞笑段子一定会让你捧腹不止、乐翻一整晚。沈阳有很多地方都可以看二人转，位于沈河区正阳街的刘老根大舞台，是沈阳最古老的剧场，也是沈阳看绿色二人转最有名的地方。



刘老根大舞台 W. Jiang 摄

天沐温泉

营口熊岳天沐温泉度假区坐落于东北百年古镇熊岳，占地13万㎡，北眺望儿山，西临渤海湾，旅游资源丰富，是一家集度假客房、各式餐饮、高端会议于一体的温泉度假酒店。熊岳温泉水以高温、高矿物质、高出水量之“三高”而闻名全国，富含钾、镁、钙、钠、铁等矿物质和稀有元素镭、氡，对关节炎、类风湿、肠胃炎、坐骨神经痛、偏头痛均有神奇的康复功效，被誉为“东北第一泉”。



天沐温泉外景 因非子 摄

价格：人均168元

电话：0417-7011111

地点：辽宁省营口市熊岳镇鲅鱼圈区

备忘录

