



湖北恩施，被評為“中國最美的仙境”！

湖北竟然有這樣一個地方，雖然它不常被人們提起，但是卻擁有諸多美譽：“湖北的小西藏”、“湖北的香格里拉”、“傳說中的秘境”它被評為“中國最美的仙境”！被中國國家地理評為“中國最美的地方”！



沒錯，它就是恩施！去恩施仔細走一遍，你會發現它一點都不像人間，這明明就是曠世仙境，世外桃源！

恩施的春天，遠山如黛，近水微瀾，繁花似錦！

恩施的夏天，是一個“天然的空調房”，是一個名副其實的“世界涼都”！

恩施的秋天，楓林、杉樹層林盡染，畫卷天成，美不勝收！一度被美譽為“南方的喀納斯”！

恩施的冬天，白雪皚皚，玉樹瓊枝，又是一派北國風光，仿若變成了“中國版的阿爾卑斯”！

這個與湘西、重慶接壤的秘境，是湖北唯一的少數民族自治州。它不僅有 29 個淳樸的少數民族，藏于秘境深處的美景更是數不勝數！

由於地處我國中部，它不像麗江、大理、三亞那樣熱門，卻像藏在深閨的姑娘一樣美麗動人，而且這般低調，與世無爭！

恩施的身邊，有武漢和重慶兩大火爐，但炎炎夏日，它卻清涼如春！



恩施的山川
恩施大峽谷：世界上最美的大峽谷之一

恩施大峽谷被譽為“與美國科羅拉多大峽谷難分伯仲”的地方！它隱匿于有着壯美風光的崇山峻嶺之中，是清江大峽谷一段，峽谷全長約 108 公里！恩施大峽谷地幾乎包含了各種喀斯特地貌：絕壁、峰柱、天坑、地縫、溶洞、天生橋、暗河、豎井、石林、峰叢、懸谷……

峽谷里的景色更是雄壯震撼，十公里地縫、百里絕壁、千丈瀑布、傲嘯獨峰、原始森林、遠古村寨等景點世所罕見，美不勝收。

絕壁長廊：在喀斯特地貌里，有絕壁者無峰叢，有峰叢者無絕壁。而這裡兼而有之，不得不說是個奇蹟。行走在 300 米高的絕壁長廊，簡直震撼到顫抖。

“一炷香”：恩施大峽谷最為顯著的標誌之一就是高達 100 多米的“一炷香”，傲立于周邊群峰之中，非常罕見。



地縫觀光梯：恩施大峽谷的雲龍地縫觀光電梯，高度 130.1 米，從狹窄的地縫伸到地表，如同天梯！大峽谷的好山好水好景色，都能夠一覽無餘。

“中國最長旅遊觀光電梯”：除了地縫觀光梯，還有一個“中國最長旅遊觀光電梯”，全長 688 米的觀光梯依山勢而建，呈“Σ”形佈置，遠觀如山野臥蒼龍，氣勢貫如虹。

飛瀑與暗河：恩施大峽谷的飛瀑與暗河並生，瀑群大小各異，高差懸殊，構成一幅幅美麗畫卷。2004 年中法探險隊考察後宣佈，重慶的奉節縣龍橋河至恩施大峽谷的地下暗河全長 50 公里，為世界之最。

恩施地形較複雜，素有“低山成谷，高山圍爐”、“十里不同天，百里不同俗”的諺語，這裡溫度普遍偏低，即使在夏天也非常涼爽。

絕壁環峰叢：
齊岳山：南方最大的山地草場

齊岳山是中國南方最大的山地草場，318 國道就從這裡穿過，它最震撼之處在於騰雲駕霧之美，遠遠看去，看不到它真實的全貌，只能看見“小荷才露尖尖角”式的山頂。雲霧逐漸消散，才慢慢顯露出那曼妙的身姿！

夏天的齊岳山，就是一個天然的避暑聖地，綠草茵茵，牛羊成群，恍若置身托斯卡納的田園風光里。風車、雲海、晚霞、日落……組成了一幅幅動心的畫卷！

冬天的齊岳山，披上了潔白的外衣，又變成了另一番純美的景象！

位置：湖北省恩施州利川市西部
巴東大面山：鳥瞰千山萬水的絕佳地



恩施巴東縣城 15 公里處的大面山，是觀巫峽雲海、賞三峽紅葉、覽長江磅礴、攝峽江落日、俯視長江巫峽大拐彎、鳥瞰巴東新城全景的最佳地點。

第四套五元人民幣的圖案，描述的正是大面山的景觀。

位置：恩施州巴東縣巫峽口

恩施的水
屏山峽谷：清澈如鏡的人間仙境

很多人第一次認識恩施，或許就是因為——屏山峽谷！那一汪清澈如鏡的河水，如同碧玉翡翠，又如同鏡中畫卷，美到窒息，美到沒朋友！泛舟河上，會有懸空漂浮的錯覺，宛如來到神秘幽靜的世外桃源！它也被譽為中國的“仙本那”！

屏山峽谷位於恩施的鶴峰縣，與湖南省張家界毗鄰，是巴文化發祥地之一。這個地方空氣清新，河水清澈，森林覆蓋率高，絕對是一個休閒養生的天然氧吧。

望月橋是整個屏山峽谷最漂亮的地方，這裡水清澈見底，明鏡透徹，整個水面綠得如翠，亮得如玉。由於水太清澈，很難目測河水的深淺，沒有涉水溯溪經驗的話千萬不要下水。

恩施大清江
八百里清江美如畫

取景拍攝地之一。

這裡是典型的喀斯特地貌，方圓十里無人煙，其風光十分秀美。近十里的河道中間只有少數幾戶人家，而且大多沒有人居住了，河谷中保持着極為原始的風貌。

百里絕壁、瀑布、傲嘯獨峰、原始森林、遠古村寨等景點美不勝收，堪稱利川最美的也是國內較為經典的戶外徒步線路。

之所以叫清江古河床，顧名思義，很久很久以前，這裡是河水流過的地方，後來河水改道了，河床就露了出來。

位置：湖北省恩施州利川市團堡鄉分水村
利川騰龍洞：亞洲第一大旱洞

騰龍洞曾在 2005 年被《中國國家地理》評為“中國最美的地方”、“中國最美六大旅遊洞穴之一”！它不僅是中國四大溶洞之一、世界特級溶洞之一，還是亞洲第一大旱洞，直升飛機可在里面起降。

洞中有 5 座山峰，10 個大廳，地下瀑布 10 余處，洞中有山，山中有洞，水洞旱洞相連，洞內終年恆溫 14 到 18℃，空氣流暢。

地址：恩施州利川市騰龍大道 1 號
宣恩天坑：人迹罕至的大自然奇蹟

在恩施的宣恩縣，有一個深達 290 多米的喀斯特天坑。天坑底部面積近百畝，除繩降外無法進入，數十年來很少有人涉足，坑內峭壁森然，隱藏着一個不為人知、生機盎然的“動植物王國”。

因為鮮有人類足跡，天坑內氣候濕潤，氧氣充足，花草芬芳，藤蔓、苔蘚、棕櫚等數十種植物交錯生長，燕子、蝴蝶、昆蟲在這裡繁衍生活……獨特的地貌和氣候特徵造就了這個大自然的奇蹟。

位置：恩施州宣恩縣羅圈岩村
恩施的天路：恩施壁掛公路被譽為“湖北天路”
中國八大盤山公路之一

清江，古稱夷水，全長八百里，或咆哮奔騰，或飛珠濺玉，或潛伏地心，或激蕩明崖，自西向東橫貫恩施州，哺育了世世代代土家兒女，被稱為“土家人”的母親河。神奇的水布垭，秀美的蝴蝶峽，巧奪天工的五兄弟峰，八百里清江果然美如畫……

位置：恩施市三岔鄉汾水河北岸
神農溪：織夫的愛

船工號子、織夫拉絳在整個長江三峽已絕迹多年，但神農溪上的織夫拉絳仍被保留至今，是三峽地區保存最好的織夫“活化石”，曾經以民歌《織夫的愛》唱遍全國，走向世界。

神農溪兩岸山巒聳立，逶迤綿延，層巒疊嶂。峽中深潭碧水，飛瀑遍布，懸棺棧道、原始扁舟、土家風情、石筍溶洞無不令人驚嘆。

位置：恩施州巴東縣城信陵鎮
恩施的森林
坪壩營：被譽為“湖北的大興安嶺”

坪壩營以原生態的森林而著稱，這裡的森林覆蓋率達到 96%！因此被譽為“湖北的大興安嶺”！這裡群山逶迤，溝壑縱橫，洞穴繁雜，負氧離子含量極高，是夏天國內最好的避暑吸氧聖地之一。

森林裡還有別具一格的吊腳小木屋，住在這裡彷彿住進了森林童話……

位置：恩施州咸豐縣坪壩營鎮坪壩營村
恩施的岩洞
清江古河床：國內經典的戶外徒步線路之一

清江古河床，是《遠方的家》曾經踏尋的地方，也是舒淇和張震主演的電影《刺客聶隱娘》的

取景拍攝地之一。

這裡是典型的喀斯特地貌，方圓十里無人煙，其風光十分秀美。近十里的河道中間只有少數幾戶人家，而且大多沒有人居住了，河谷中保持着極為原始的風貌。

百里絕壁、瀑布、傲嘯獨峰、原始森林、遠古村寨等景點美不勝收，堪稱利川最美的也是國內較為經典的戶外徒步線路。

之所以叫清江古河床，顧名思義，很久很久以前，這裡是河水流過的地方，後來河水改道了，河床就露了出來。

位置：湖北省恩施州利川市團堡鄉分水村
利川騰龍洞：亞洲第一大旱洞

騰龍洞曾在 2005 年被《中國國家地理》評為“中國最美的地方”、“中國最美六大旅遊洞穴之一”！它不僅是中國四大溶洞之一、世界特級溶洞之一，還是亞洲第一大旱洞，直升飛機可在里面起降。

洞中有 5 座山峰，10 個大廳，地下瀑布 10 余處，洞中有山，山中有洞，水洞旱洞相連，洞內終年恆溫 14 到 18℃，空氣流暢。

地址：恩施州利川市騰龍大道 1 號
宣恩天坑：人迹罕至的大自然奇蹟



在恩施的宣恩縣，有一個深達 290 多米的喀斯特天坑。天坑底部面積近百畝，除繩降外無法進入，數十年來很少有人涉足，坑內峭壁森然，隱藏着一個不為人知、生機盎然的“動植物王國”。

因為鮮有人類足跡，天坑內氣候濕潤，氧氣充足，花草芬芳，藤蔓、苔蘚、棕櫚等數十種植物交錯生長，燕子、蝴蝶、昆蟲在這裡繁衍生活……獨特的地貌和氣候特徵造就了這個大自然的奇蹟。

位置：恩施州宣恩縣羅圈岩村
恩施的天路：恩施壁掛公路被譽為“湖北天路”
中國八大盤山公路之一

清江，古稱夷水，全長八百里，或咆哮奔騰，或飛珠濺玉，或潛伏地心，或激蕩明崖，自西向東橫貫恩施州，哺育了世世代代土家兒女，被稱為“土家人”的母親河。神奇的水布垭，秀美的蝴蝶峽，巧奪天工的五兄弟峰，八百里清江果然美如畫……

位置：恩施市三岔鄉汾水河北岸
神農溪：織夫的愛

船工號子、織夫拉絳在整個長江三峽已絕迹多年，但神農溪上的織夫拉絳仍被保留至今，是三峽地區保存最好的織夫“活化石”，曾經以民歌《織夫的愛》唱遍全國，走向世界。

神農溪兩岸山巒聳立，逶迤綿延，層巒疊嶂。峽中深潭碧水，飛瀑遍布，懸棺棧道、原始扁舟、土家風情、石筍溶洞無不令人驚嘆。

位置：恩施州巴東縣城信陵鎮
恩施的森林
坪壩營：被譽為“湖北的大興安嶺”

坪壩營以原生態的森林而著稱，這裡的森林覆蓋率達到 96%！因此被譽為“湖北的大興安嶺”！這裡群山逶迤，溝壑縱橫，洞穴繁雜，負氧離子含量極高，是夏天國內最好的避暑吸氧聖地之一。

森林裡還有別具一格的吊腳小木屋，住在這裡彷彿住進了森林童話……

位置：恩施州咸豐縣坪壩營鎮坪壩營村
恩施的岩洞
清江古河床：國內經典的戶外徒步線路之一

清江古河床，是《遠方的家》曾經踏尋的地方，也是舒淇和張震主演的電影《刺客聶隱娘》的

取景拍攝地之一。

這裡是典型的喀斯特地貌，方圓十里無人煙，其風光十分秀美。近十里的河道中間只有少數幾戶人家，而且大多沒有人居住了，河谷中保持着極為原始的風貌。

百里絕壁、瀑布、傲嘯獨峰、原始森林、遠古村寨等景點美不勝收，堪稱利川最美的也是國內較為經典的戶外徒步線路。

之所以叫清江古河床，顧名思義，很久很久以前，這裡是河水流過的地方，後來河水改道了，河床就露了出來。

位置：湖北省恩施州利川市團堡鄉分水村
利川騰龍洞：亞洲第一大旱洞

騰龍洞曾在 2005 年被《中國國家地理》評為“中國最美的地方”、“中國最美六大旅遊洞穴之一”！它不僅是中國四大溶洞之一、世界特級溶洞之一，還是亞洲第一大旱洞，直升飛機可在里面起降。

洞中有 5 座山峰，10 個大廳，地下瀑布 10 余處，洞中有山，山中有洞，水洞旱洞相連，洞內終年恆溫 14 到 18℃，空氣流暢。

地址：恩施州利川市騰龍大道 1 號
宣恩天坑：人迹罕至的大自然奇蹟

