

DESTINATION GUIDE

2026.09.02

新疆路书 | 伊犁草原的12种主要玩法

阅读导览

12种主要玩法

内容摘要

12种主要玩法

主要内容

伊犁的草原受到海拔和天山逆温层的影响，绿的此起彼伏，颠三倒四。还受到独库公路、伊昭公路是否开通的影响，直接导致不同的时间，走法不一样。这些走法，我按春、夏、秋、冬四季分别介绍不同的玩法。

春夏部分，根据独库公路是否开通，分成了4月下旬-5月、6-8月两个时间段。

独库开通前的4月下旬-5月，从乌鲁木齐进出意义不大，只做了伊宁起止的，这个时段又根据草原绿的先后顺序，分成了5月15日前、5月15日后。

进入6月，独库开通后，也分两种：一种是乌鲁木齐往返，另一种是伊宁对乌鲁木齐单向进出。

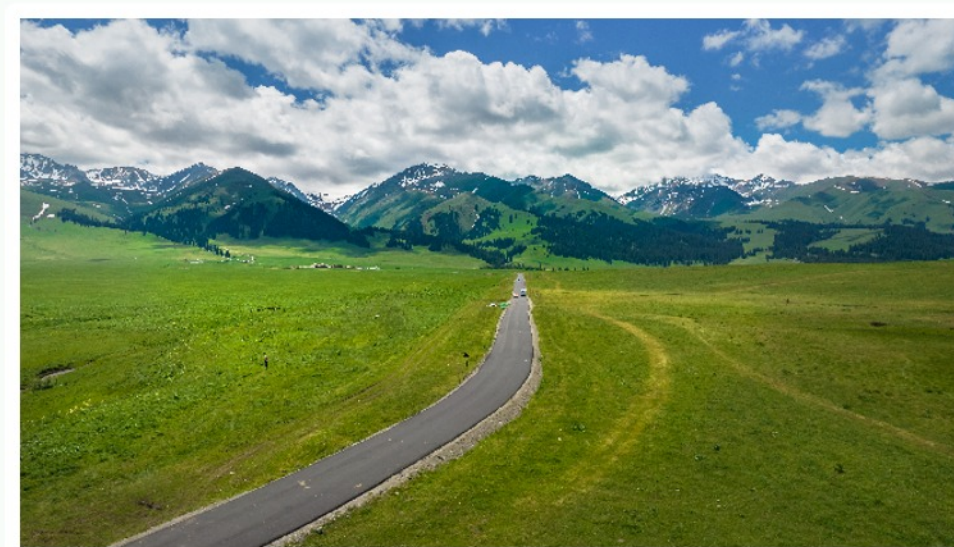
先介绍4月下旬到5月15日这个时段的走法。这个时段，包吱哇乱叫的喀拉峻还没登场。

方案一



► 从伊宁出发，沿着S12主干道，直奔那拉提。

那拉提应该是伊犁成名最早的草原，那拉提面积特别大，有1800平方公里。里面主要是河谷草原、空中草原、盘龙谷道三大主线，外加比较小众的天鹰台、沃尔塔交塔。早春那拉提草的颜色是让人心情很好的嫩绿色，很年轻，不是老黄瓜刷绿漆的感觉。

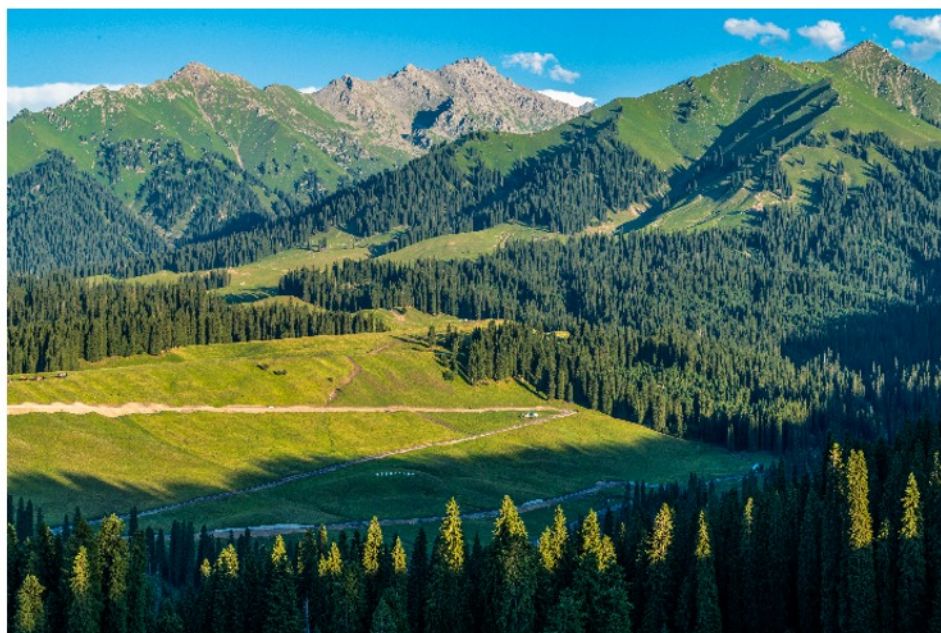


那提拉对面有个花海那拉提，是个可以赏花、采摘水果的农业观光点，还有一些简单的游乐设施，意义不大，钱过多可以去。

还有个那拉提湿地公园，离这里一百多公里，按新疆同行的说法是“不远，挨着”，我以前就是冲着“挨着”去的，其实只是有一些草甸、小河的小屁凑数点，意义也不太大。

那拉提结束后，我们从下面往西朝库尔德宁、恰西走。7座以下小车，可以从这条叫宝柯的乡村道路走。宝柯公路两侧是最原汁原味的新疆乡村风光。这段路正常导航打不出来，可以试试骑行方式，在肖尔布拉克村这拐弯。

到了库尔德宁和恰西，这两个景观上类似，都是看草原、雪山、森林。有段时间，相对来说，库尔德宁看雪山要更好一些，路也好走，恰西是个死胡同，一到旺季，经常堵得死死的。



最后返回伊宁，完成这个环线。伊宁这边的喀赞其、六星街也可以去逛逛的。喀赞其是北疆为数不多的能看民族风情的人文景区，其实也不能算是景区，就是一座生活着十几万人的老城，看看号称“伊犁蓝”的蓝哇哇的房子，可以走街串巷，看看小朋友、逗逗老大爷，感受当地人的日常生活。六星街是个好吃好逛的地方，有很多特色小店、小吃。

还有一个不错的点——惠远古城，历史上，伊犁曾经是新疆的政治军事中心，伊犁将军府就设在惠远古城，它也是目前新疆保存最为完整的清代古城，林则徐被发配伊犁就是在惠远。去惠远古城的人很少，因为感觉大家去新疆更愿意看蓝哇哇的天、绿油油的草。

刚才介绍的这个小环上，可以接三个支线任务，大家可以根据自己的时间选择。

支线任务1：赛里木湖



赛里木湖，湖泊天花板。赛里木湖面积不算特别大，环湖一圈90公里左右，背靠雪山。湖边是草原、蓝天白云、雪山野花，还有蓝到透亮的湖水，属于屏幕装不下的美。赛里木湖属于伊犁隔壁的博尔塔拉州，但一直默默地为伊犁加油，不少人觉得赛湖是伊犁的。



从伊宁往返赛里木湖的时候，会经过果子沟大桥，这有个果子沟景区——一个想收费未遂的景区，号称“伊犁第一景”，早年收了一个月费，被骂了29天，吓成免费景区了，路过可以去看看。



支线任务2：唐布拉百里画廊



从则克台上去。百里画廊和独库公路一样，不是景区胜似景区，视觉上它不怂于北疆那些顶流景区，而且你可以非常散漫自由地走这段，没有门票，不会肉疼心疼。而且人家这个百里画廊一点水分没有，全程一百多公里，不像有的地方，所谓“十里画廊”，还没开始画呢。这段的孟克特古道、布隆沟都可以去看看。

支线任务3：托乎拉苏草原



托乎拉苏草原在精伊牧道的出口处，这也是个小众的点，但我觉得它有火的底气，现在居然都有厕所了。托乎拉苏是那种连绵起伏的丘陵式草原，在喀拉峻没出来前属于比较扛打的，立体感比较强，推荐。

至此，方案一介绍完毕，方案一是基础环，根据各自的时间，可以用5-8天完成。



方案二



方案二是5月16号开始，这个时间不是那么精准，差不多是前后三两天。这时包吱哇乱叫的喀拉峻就开始登场了。

► 方案一的库尔德宁结束后，不返回伊宁，而是沿着X765县道继续西。

X765是沿着特斯河走的，非常漂亮，还会路过一个叫恰甫其海的大水库，湖水是那种很漂亮的深蓝色，因水库在喀拉托海镇，所以也叫喀拉托海湖。

► 一路往西，就到了做牛做马的天花板，能配享太庙的立体草原之王喀拉峻。

立体草原就是山峦式的，由雪山、森林、草原构成的多层立体景观。喀拉峻比那拉提面积更大，有2848平方公里，主要分为三个部分：东喀拉峻、西喀拉峻、阔克苏大峡谷。其中，东、西喀拉峻是联票，统称“喀拉峻大草原”。5月底、6月初的喀拉峻是无敌的，所有草原在它面前统统退后。过了这个时段也能打，但不一定全赢。人一到伊犁，会有一种红尘作伴、策马奔腾解压感，手机还经常很贴心地没信号。



琼库什台也在这，它并不是景区，是一个牧业村，它比较符合大家对新疆草原得要配个木屋的要求。



乌孙古道北疆的入口也在这，村子离喀拉峻直线距离也就二十来公里。但是开车绕过去有一百多公里，一路都是立体草原，景色很美。适合度假。

这里结束以后，返回伊宁，这个中环就结束了，前面提到的三个支线任务，在接下来所有的方案中，都一直是个可选项。不过托乎拉苏在喀拉峻上场后，价值就不大了，可以不考虑。

方案二一般要用6天，时间宽裕的，8、9、10天也行。

方案三



方案三是一个更大的环。

► 喀拉峻结束后，不返回伊宁，继续出发，往夏塔走。

夏塔过去是伊犁通南疆的古道。现在是夏天也能看到雪山、冰川、森林、草原、河流的硬核景区。就是有点远。进出夏塔，如果时间宽裕，可以走成一个环，从南边的路过去，沿途有塞克云端草原和昭苏玉湖。云端草原也还不错，只是雷同了，昭苏玉湖还可以，水的颜色不比赛里木湖差。

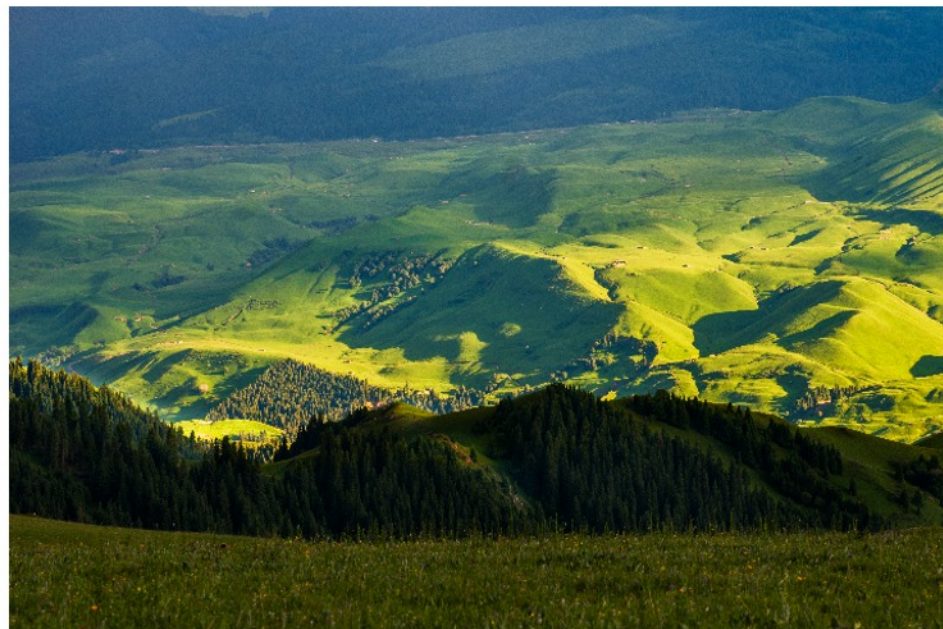
► 返回伊宁的时候，可以从昭苏县城过去。

沿途有昭苏湿地公园，天马浴河就是在这“浴”的。

附近还有个草原石人景区，古代突厥游牧民族，有死后刻石为像的丧葬习俗，这些石人对于专家学者意义不一样，对我们来说就是把散落在草原上的石人搬到一起，弄了个铁丝网，然后收费，自治区博物馆也有，没必要专门跑去看，看久了还渗人。

► 在返回伊宁途中，经过特克斯。

这里途径阿克塔斯草原，这个也比较重要，它也是个典型的立体草原，景色有喀拉峻七、八分的风骨，但人会少很多。



这里还有个伊昭公路的变数，一般每年6月初通车。如果通车了，小车可以从这里返回伊宁。伊昭公路比较有热度，但真正风景美的那段并不长，跟独库公路还是不能比。而且伊昭公路小气候严重，经常会临时关闭。这个方案最少7天，最多就没边了。

方案四



方案四是一个很常用的走法，独库公路开通前，不去那拉提那片，只围绕库尔德宁、恰西、喀拉峻、夏塔展开的一小环。

方案五



方案五是为二刷、同时又是七八月份去的朋友设计。它是个把注意力都放在了昭苏的一个深度方案，路线很简单，是从伊宁出发，往昭苏的一个往返路线。主要是看油菜花、香紫苏、向日葵。7月份是昭苏油菜花的盛花期，国道两边都是金灿灿的天然花海，一直铺到雪山脚下，层次感特别强，7月底，香紫苏、向日葵也陆续到位，有种生机勃勃的感觉。这个不需要很特定的景区，74团、喀夏加尔镇的乡道和县道都很好。这个走下来一般需要5天。

方案六



方案六是伊犁的秋景，伊犁出秋景比喀纳斯要迟10-15天。

► 从伊宁出来，直奔库尔德宁。

这边有个“红黄谷”（导航搜不出来，因为名字是香菜起的），具体位置在莫合八连的山坡上。

还有一个萨哈野果林，导航就搜“萨哈”。这里有很多野苹果树，远看还挺好看的。

► 这边结束以后，往东转到那拉提，接着还是从则克台转到唐布拉百里画廊。

这里有个湿地古杨景区，整个古杨林绵延100公里左右，里面栈道就有10公里长，走在里面，古木倒映在水面，还是比较出片的。

► 最后从这里再盘回伊宁去。

这一圈需要4、5天时间。

方案七



伊犁冬季冰雪游有两个特点：一个是酒店价格太实惠，去年出现最极端的情况，巩留县的五钻酒店含早餐价格才100多元；第二个特点是人少，伊犁冬季冰雪游和春夏草原游，知名度是一天一地，实际上伊犁的雪虽然没有喀纳斯厚，但也足够南方人糟蹋了。

► 从伊宁出发，直奔那拉提。

前面提到的河谷草原，冬天就是个银装素裹的世界，低矮的灌木变成了小小的雪松盆景。空中草原会变成一望无际的莽莽雪原，感觉就是好大一片白。那拉提的滑雪场、温泉一应俱全，是个比较不错的冬季度假地。

► 那拉提结束后，转到库尔德宁。

这个时候库尔德宁就成了林海雪原了。

赛里木湖这个“大西洋的最后一滴眼泪”，冬季也变化多端，有时候是冻眼泪，有时候半冻不冻。赛里木湖每年结冰的时间大概在12月底、1月初左右，冻上之前和开始解冻的一周左右有机会看到冰推，冰推就是风吹着浪，浪推着碎冰到岸边。全冻上以后，因为水质、光线散射等原因，整个湖面呈现出很纯净的蓝色，这个就是蓝冰。还有一个主角叫气泡冰，它是湖底的植物被微生物分解，产生的甲烷气泡，被急速冻结的湖水封印了。气泡冰其实是小景，大点的就像葡萄串一样，拍照的时候，需要屁股撅得比头高，然后忙半天，发现气泡其实没你边上人的鼻涕泡明显，不如拍鼻涕泡。这个方案一般需要5天。



方案八



这个走法适合强气韵加身的人。因为伊犁的杏花实在不稳定，说开就开，说没就没。杏花一般在4月开，但花期很短，只有几天，有人一次就中，有个导游跑了七年，一次没中。最接近的一次，据说第一天漫山遍野的花，晚上一场风一场雨，等第二天他到，花全在地上等他了。

► 这版方案的线路和上一版完全一样，只是停留的点不同，这版到库尔德宁是去一个叫野杏沟的地方，转到那拉提返程的时候，直接去吐尔根。

吐尔根是看杏花比较有代表性的地方，吐尔根野杏林很集中，杏意很浓，真遇上就是漫山遍野、乌泱乌泱的。

►吐尔根结束后，往赛里木湖走。

着边上有个大西沟，也可以看杏花，但是没有吐尔根那种铺开的感觉。

这个环线需要的时间是5天左右，如果花没开，可以在那附近先转，等听到花开了，撒丫子就往那跑。

伊宁起止的结束了，接下来是6-8月独库公路开通后的走法，它有两种进出的方式。一种是乌鲁木齐进出，另一个就是伊宁进乌鲁木齐出，反过来乌进伊出也一样。

先介绍乌鲁木齐进出的三种方案。

方案九

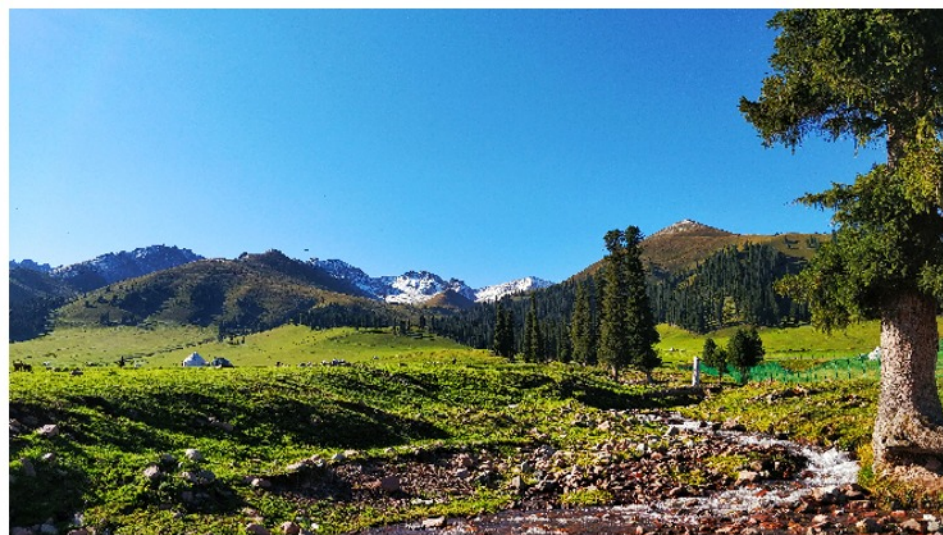


► 从乌鲁木齐出发，到赛里木湖。

这天会很废屁股，疆之大，屁股都害怕。玩过赛里木湖去伊宁的时候，如果是6月中旬-6月底这段时间，可以顺路去看一下薰衣草。有两个看薰衣草的地方要区别一下，一个叫解忧公主薰衣草园，另一个叫解忧公主农场。解忧公主薰衣草园就是个辣鸡购物店，主要是卖一些薰衣草制品，真正可看可拍照的地方不多，面积很小。解忧公主农场面积比较大，而且建得比较适合拍照，高高低低的，有点小山坡，容易出片。农场里面也卖东西，比如小枕头、小香包等，建议还是在外面买。最后提醒，有花粉过敏的就不要激动了，薰衣草花粉容易过敏，一不小心就冲进去，抬出来。

接下来就比较简单了，和5月底之前一样。

► 从伊昭公路到夏塔，再到喀拉峻，接库尔德宁，去那拉提，再走则克台，上唐布拉百里画廊，然后从乔尔玛上独库公路。



► 也可以和方案二的中环一样，不去特别远的夏塔，直接从伊宁到喀拉峻，还是从乔尔玛上独库。

独库公路是一条贯穿南、北疆，全长561公里的路，一年只通车四、五个月，其他时间因为下雪结冰，不通车，独库由于贯穿了天山南北，所以景观特别丰富，多变。一路可以看到悬崖峭壁、森林雪山、草原、戈壁、雅丹，几乎浓缩了新疆所有的美景。

► 从乔尔玛上独库以后，到巴音布鲁克下。

巴音布鲁克是新疆最大的草原。它和那些立体草原不同，它更像内蒙版草原。巴音布鲁克最大的亮点是名字，感觉很诗意的样子，听起来就很向往。最大的价值是九曲十八湾看日落，看九个太阳，这个还是有点抗打的，其他都普通。这个景区的缺点是坐景交时间太长，大门离九个太阳隔了几十公里，充分体现了最大草原的傻大性。



► 最后从天山胜利隧道返回。

这种走法起步要7天，但因为巴音布鲁克不算有强的特色，意义不是特别大。

方案十



► 方案10是在方案一的基础上，玩过那拉提以后，从则克台上唐布拉百里画廊，然后从乔尔玛上独库，这里可以去一下安集海大峡谷。

安集海大峡谷是新疆很头部的一个峡谷，很壮观，壮观到腿发软、脚发麻。颜色也丰富，丰富到脊背发凉。恐高的朋友要谨慎，我们有个胆大腿软的客服小姑娘，非要趴地下，匍匐过去，说是露就两只眼睛看看，但是看完爬不回来了，还是司机拖两条腿拖回来的。



► 拖回来以后，我们返回乌鲁木齐。

这个方案，需要7天起步。

方案十一

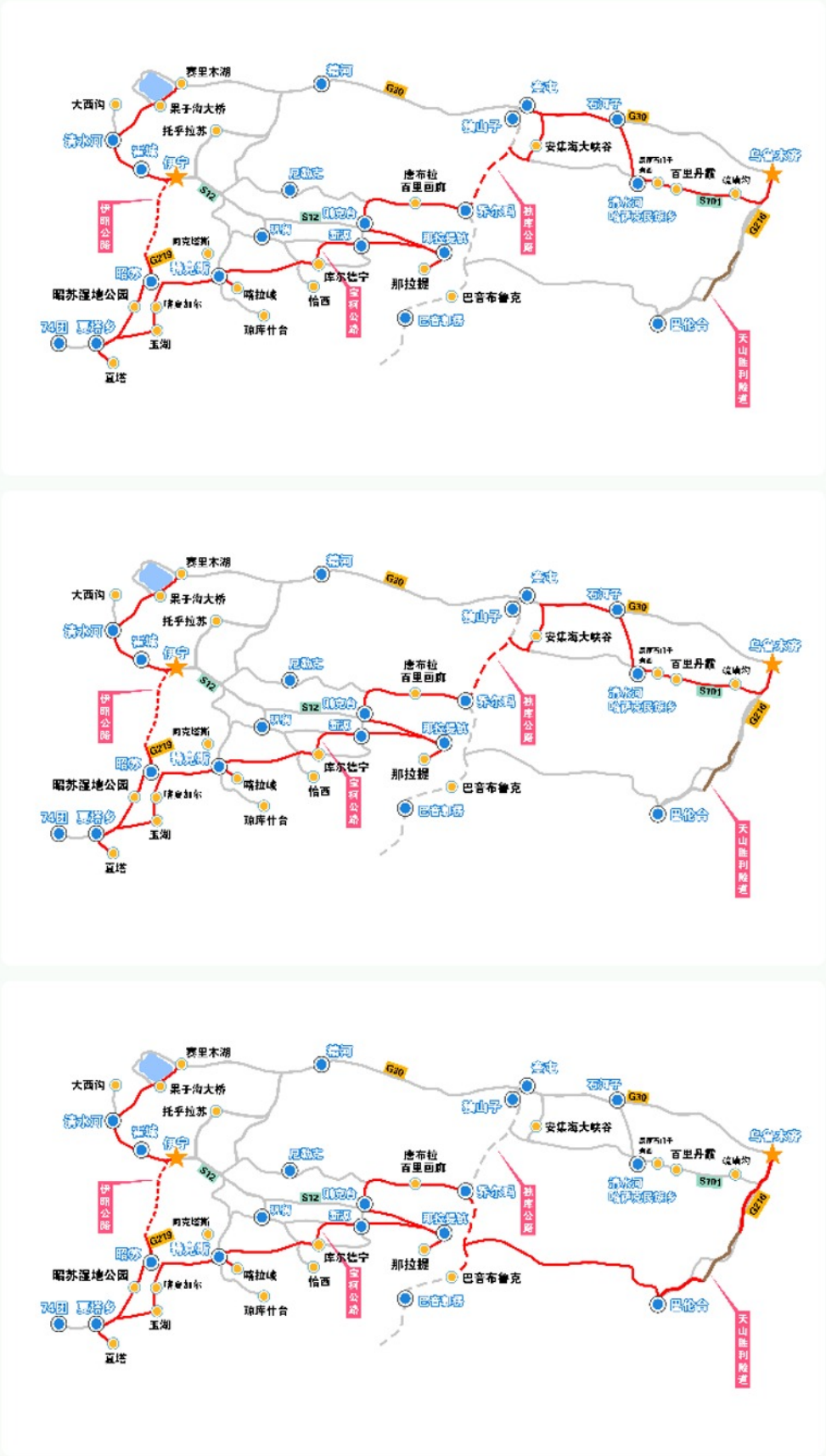


► 方案11要再加一天，区别是返程，走到石河子，往南，走S101。

S101是著名的国防公路。摄影爱好者称它为“天山地理走廊”。这条路还不错，路也好开，目前是限7座以下，它的精华段是百里丹霞，主打丹霞地貌，沿途硫磺沟、康家石门子岩画这些小点可以看看。

方案十二

这个方案是从伊宁进，乌鲁木齐出。这里只提一嘴，本质上如果你所在的城市比较方便直达伊宁，那就可以在方案九、十、十一的基础上，去掉以下这段就行了。



最后，再给点综合性的建议，草原建议上午去，光线柔和。最好考虑一下错峰的问题，住的尽量离景区近一些。先走独库还是后走独库的问题，我觉得最好还是后走，因为独库年年都在临时关闭几次，如果先走了独库，又遇上关闭，后面订的酒店都要调整，比较麻烦。后走独库还有个好处，回程的时候，如果独库公路临时关闭，现在还能从天山胜得隧道返回。

(图片来源摄图网 已获得授权)