

# 友好-乌兰巴托市

探索友好的蒙古首都乌兰巴托，感受蒙古人民丰富的历史和文化底蕴、充满活力的夜生活、令人心动的巴士之旅、蒸蒸发展的艺术和迷人的自然风光。

## CHINGGIS KHAAN MUSEUM



[www.visitulaanbaatar.net](http://www.visitulaanbaatar.net)

**MONGOLIA**  
ALWAYS MOVING

Citypass.  
ulaanbaatar



Download Now!

# EVSEG NIRUN

Mongolian Premium Cashmere

MONGOLIAN CASHMERE

## 100% 蒙古羊绒制品

TOP  DONJ

  
ALFRED ROWLAND  
LONDON

# 欢迎来到出厂价

## Mongolian premium cashmere

📍 **EVSEG LARGEST FACTORY STORE**  
On the road to Zaisan hill, southwest  
to the Bogd Khan's palace museum  
Tel: 11 343595, 9995 3027

📍 **EVSEG | NIRUN STORE**  
North of The National Library of Mongolia  
/ known as "Bambaruush cafe" /  
Tel: 11 330217, 9995 3027

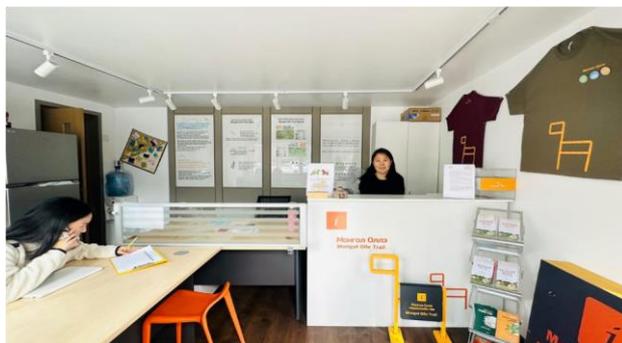
📍 **STATE DEPARTMENT STORE**  
State Department Store 2nd floor  
Tel: 11 343595, 9995 3027

# 旅游信息中心

我们提供国内外游客和公民提供旅游信息和咨询服务，而为了宣传乌兰巴托市旅游观光产品及服务并推广乌兰巴托旅游产品和服务



地址：蒙古国乌兰巴托市 BAGA TOIRUU-15，青格勒台区第4分区首都行政四号楼一楼  
电话：70108687  
工作时间：08:00-17:00



地址：蒙古国乌兰巴托市苏和巴托区第四分区韩国大街-42，“MONGOL OLLE”信息中心  
电话：76092191  
工作时间：工作日 09:30-18:00



地址：蒙古国乌兰巴托-15160，青格勒台区第一区苏和巴托广场-9，和平大街邮政大厦大楼，1106 电话：76092191  
电话：70108687 工作时间：工作日 09:30-18:00



地址：蒙古国乌兰巴托市拿莱河区第六分钱分 TereIj 乡村“MONGOL OLLE”信息中心信箱-



地址：蒙古国中央省 Khushgiin Khundii，成吉 11 思汗国际机场旅游服务中心  
工作时间：24 个小时



地址：蒙古国乌兰巴托市巴彦祖尔赫区孔霍村  
“MONGOL OLLE”信息中心电话：118 电话：76092191  
工作时间：工作日 09:30-18:00

# 乌兰巴托, 城市的灵魂



世界上的城市虽有大小之分,但每一座都有非凡的传奇故事,辉煌依旧。每个地方的水土、山峦、城堡,不仅带有与众不同的传奇色彩、独特魅力和历史记忆,也不断地延伸独具一格的历史进程、精神价值、灿烂文化。这就是古罗马人所称的“Genius Loci”意义所在。



不知您是否会相信拥有四个世纪历史的乌兰巴托市，更是蕴藏着百万年前人类历史的痕迹。

是的，您没有听错。华灯璀璨的这座现代城市，不仅蕴藏着百万年前人类历史的点点滴滴，也承载着两千年前古代游牧汗国的历史印记以及蒙古大帝国时期的辉煌声誉。乌兰巴托的佛教艺术作品风格独树一帜，那是古今游牧人民智慧之杰作。乌兰巴托是分布于世界各地蒙古族人精神家园。是不断创造现代价值的、富有生命力的城市。

乌兰巴托拥有引以为豪的历史、神奇传说、原始自然风貌、神秘的寺庙和现代化风格建筑，这里居住着友情好客的百万余居民。

请光临乌兰巴托市，亲近其Genius Loci之神秘，与友好的都市人们交朋友。请相信至此一游不仅丰富您的阅历，会给您留下更美好的回忆。正如此因，诚心欢迎您光临蒙古人精神家园乌兰巴托市。

那么，将您的蒙古之行始于我这本杂志，您觉得如何？

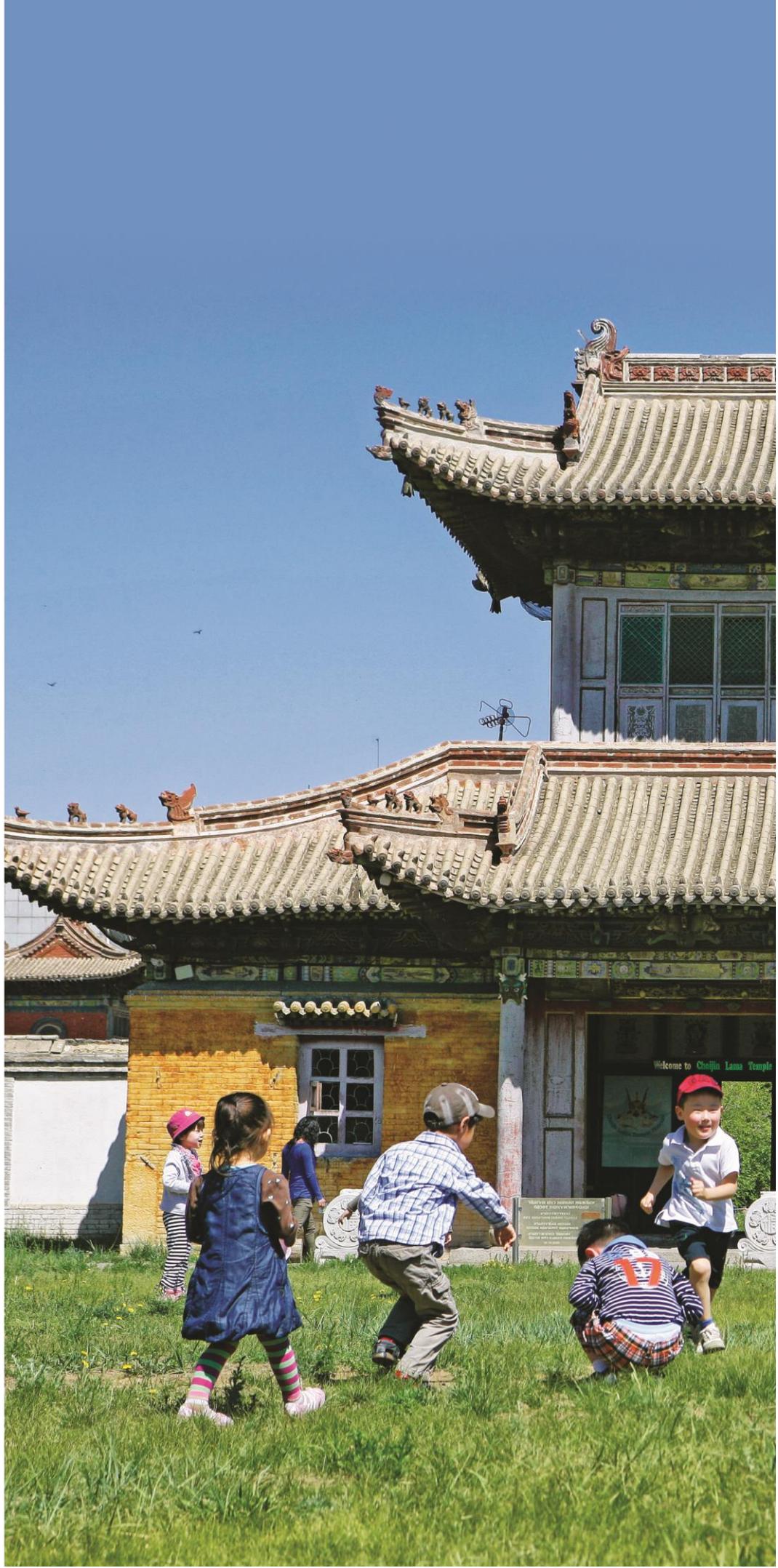
### 蒙古国中心城市

每年有成千上万的游客从乌兰巴托开始他们蒙古之旅。我希望来蒙古的每位游客到乌兰巴托每个深巷小道里探索，因为那里有被深藏的蒙古游牧民族历史印象，如果您到乌兰巴托的博物馆、图书馆、珍品收藏馆、古老寺庙、影院、展览馆游览，多多少少会感觉到这些。我们的首都，引领您融入到游牧民族独特文化气息中，提高您对古今蒙古的认知，使您的蒙古之旅更加丰富，更有价值。

在乌兰巴托市，苏和巴托中央广场是您必去之地。在广场上有成吉思汗的大雕像。蒙古人民对成吉思汗的崇拜，不是因为他征服世界，是因为他统一了当时自相残杀的蒙古各部并成立游牧民族统一国家，立法治国，在文化与经济领域进行改革，对其后的蒙古民族繁荣昌盛起到奠基作用。

让您熟悉蒙古历史时代的另一地方是位于乌兰巴托市附近的川金布拉达嘎成吉思汗骑马雕像公园及13世纪主题公园。

那么，乌兰巴托市和生活在这里的市民又是如何状况呢……乌兰巴托市是蒙古民主革命发源地，是时尚文化艺术、教育、科学、经济中心，如今，百余所高校的15万大学生以及企业精英、就职于本国和国际性集团的管理人才、千万个国家机关人员穿行在城市街道和此起彼伏的高楼大厦内，在某种程度体现这座城市的生活节奏。在博物馆和画廊中展示蒙古国宝级艺术和现代美术大师们的经典作品。在剧院舞台上演绎现代和国际经典歌剧，电影院里蒙古本土影视作品和好莱坞大片不断地开幕播放。汇集多国美食的餐厅里，人们与自己的家人、亲朋好友、同事用餐。风华正茂的青年们在咖啡厅里谈天说地，在灯光闪烁的迪厅里热情奔放的年轻人们随着国内外DJ手的狂热节奏尽情地狂舞。而在海纳国际驰名品牌的高楼大厦旁边，常常会出现穿着传统蒙古服饰的牧马人悠悠哉地观光。如今，女士们在忙碌的一天开始之际读一读蒙语版《时尚》杂志，商业精英们用蒙语翻阅《福布斯》，通过“彭博”蒙





语电视台及时收看经济报道，读书爱好者们阅读加缪、卡夫卡、村上春树等著名作家的作品。这是乌兰巴托市民一天生活的情景，是他们生活的节奏，是世界众多城市共有的节奏。但也许你之前从未体会过乌兰巴托的节奏。

## 传承文化遗产的城市

蒙古人民如今仍在保护并不断恢复佛教文化。在蒙古历史上，佛教曾被三次大范围传播，并形成了另类佛教文化和艺术，如今仅蒙古地区才有蒙-藏、汉-藏、汉-蒙民族风格混合搭配的佛教寺庙。20世纪初蒙古曾有1250座佛教寺庙，但在上世纪30年代的大清洗政治活动中大部分寺庙被毁灭无影。

由300多个蒙古工匠在1904-1908年间建成的崇靖喇嘛庙（兴仁寺），本身就是个独特建筑遗产。其内收藏的珍品充分体现了蒙古佛教文化历史的变迁。这里不仅有札那巴札尔活佛和徒弟们制作的精致作品，还有多伦淖尔风格的铜像和经书、寺庙跳欠面具。

至今活跃依旧的甘丹寺，仍是国内外游客和信教民众前来跪拜的圣地。当然，来者皆为跪拜寺庙正殿内的27米高章冉泽大佛而来。章冉泽佛是仁慈之大佛。1911年，蒙古博格达汗第八世哲布赞丹巴活佛为求国泰民安，下令塑造章冉泽大佛像，但在上世纪30年代大清洗时期曾被破坏，后于1996年蒙古人民重新塑造了如今的大佛像。如您到甘丹寺内细心观察，会发现很多历史踪影。

那达慕上蒙古男儿三项竞技，最能体现游牧民族传统文化特点。那达慕是蒙古人普天同庆的盛会，是流传千百年并保留至今的游牧民族文化免疫力。蒙古人认为那达慕能够促进群众的凝聚力，给家庭带来平安，使得蒙古民族在思想与文化上拥有认同感。每到夏季，蒙古国各地都会举行不同规模



# 为什么是乌兰巴托?

在区域经济活动中起到搭桥引线作用的乌兰巴托市，吸引着世界各地富商的青睐。

### 商业环境

乌兰巴托的经  
济稳定增涨，  
目前乌兰巴托有

**112,719**

家企业单位。

### 文化活动

在乌兰巴托每年举行社  
会各项公共活动、  
文化活动。

### 历史

希望您到乌兰巴托市内  
博物馆、图书馆、古寺  
庙、影院、展览馆，更  
加深刻地了解这座城市  
的历史。



### 人口

乌兰巴托居住人口

**3,504,741**

其中积极参与经济活动的人口

**1,265,210**

### 运输

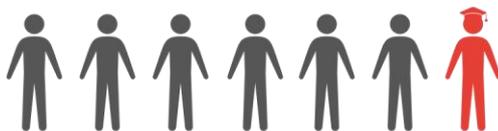
内外航空公司推出乌兰巴托到世界20多个城  
市的直飞航班。



连接邻邦中国、  
俄罗斯的蒙古南北向铁路经过乌兰巴托市。

### 教育

乌兰巴托市每七人中一位是大学生，



蒙古目前国内就读大学生17万人，  
在国外就读3万多人。

### 旅游

每年有

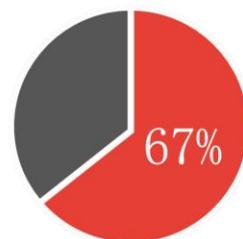
**30多万**

旅客在乌兰  
巴托进行短期和长  
期的旅行。

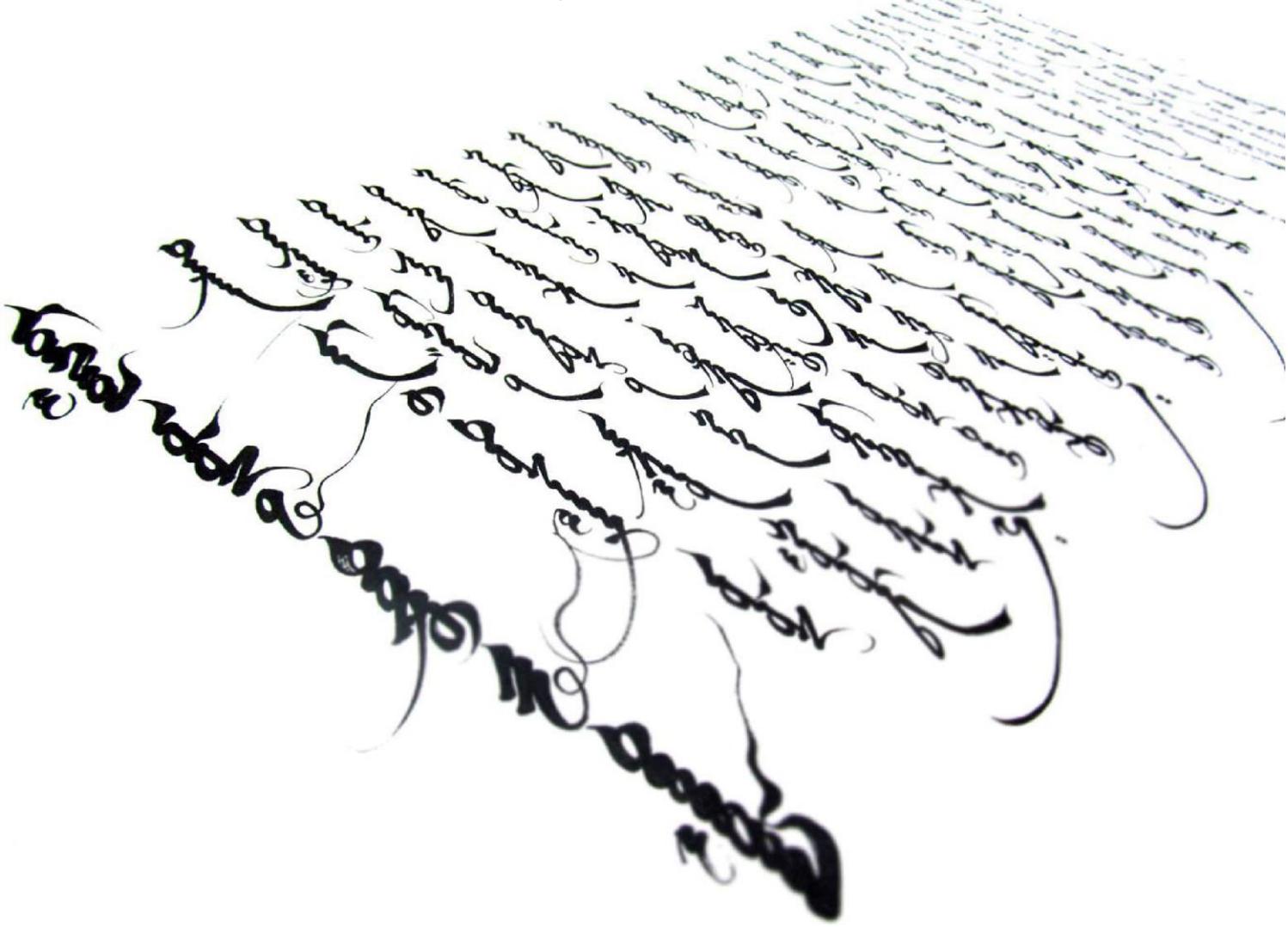


### 居民

乌兰巴托市总人口的  
67%是青年人。



# 蒙古传统文字



蒙古人的古代祖宗匈奴帝国生存于公元前 3-1 世纪，匈奴帝国创造“RUN”文字使用于邻国交往中。这个“RUN”文字鲜卑、东胡、室韦等都使用而突厥继承应用。

蒙古人在历史上除了蒙古文字外还使用过“契丹文字”，八思巴喇嘛 Lodoijaltsan 1269 年创造的“方字”，1648 年卫拉特高僧札亚·班智达（那木海扎木苏）创造的托忒文字，1686 年高僧扎纳巴扎尔所创造的“SOYOMBO 文字”、“横写方字”，1905 年 KHANCHEN AGVAAN 创造的“BAGINDRA 文字”、“拉丁文字”等等蒙古文字。古代蒙古文字纪念为 1267 年 ABAGA 汗信件、1289 年 Argun 汗信件、乌力吉图汗信件和在国外保存到稀罕的历史纪念文物居多。蒙古维

吾尔文字好像适应于游牧民族生活和关联大自然自然，而特征是从上往下，顺时太阳转向正方向书写。文字构造笔划少。一个字有上、中、下三种字样标记。书写特征为文字笔划相互连接写成词。蒙古文字字母由 7 个元音、26 个辅音构成，用眼辨认简单，书写方便。笔划基本分为 TITEM（冠）、NURUU（腰）、SHUD（牙）、GEDES（圆肚）、SHILBE（蹄）NUM（弓）、EVER（角）、SUUL（尾）等名称而来源于从古到今的畜牧生活。生活在蒙古大草原上的古代种族、部落的住处—毡房即蒙古包历史很悠久，从公元前 500 年前开始制作毡子起围起遮挡蒙古包之起开始产生蒙古包。所以蒙古包发展有了 2500-3000 年的历史。十三世纪的蒙古包很相似近代蒙古包。

# 蒙古包



蒙古包形状圆形，利于全面占用住宿面积，低矮便于游动，最适合于常年刮风中保持稳定。使用毛毡围栏修饰能遮挡寒冷保持温暖，蒙古包圆形顶窗起到通风，照明作用。

蒙古每年 300 天有太阳，其中秋季、冬季、春季冷冻季节从蒙古包顶窗进入的阳光起到温暖蒙古包的作用。蒙古人从古代根据包顶窗口阳光照射位置来确定一天的时间时刻。比如，早晨阳光照射在蒙古包木架围壁上顶，所以可以点数木架围壁上边的交叉头确定上午时点，下午在蒙古包东北角毡毯上阳光照射位置确定到晚上的时点。与此相同，赛音诺因汗盟（省）达赖朝音汗王家巧匠们把蒙古包后半圆毡毯绣成为阳光照射位置的时点时刻。

蒙古包的大小容量利用折合木架围壁数量表达。古代蒙古包木架围壁一般以单数制定，现在可以双数折合围壁制作蒙古包了。比如，蒙古包大小分别为 4、6、8、10、12 个折合围壁。最大的蒙古包里一个折合围壁容纳一名带床带被带用品的人，据此最大蒙古包里能容纳 12 个带床带被子代用品的人。至蒙古民族服装流传了悠久的历史而透彻的吸收了蒙古民族的生活特色。根据气候、环境、四季变化民族服装分为很多种类。蒙古人夏季穿 TERLEG（单薄袍子），春、秋季节穿加棉袍子或羔羊皮袍，冬季穿羊皮袍子。

蒙古民族服装相似于披衣没有任何口袋。为了保暖使用带子，带子佩戴主要常用的蒙古刀套、鼻烟、烟袋等随身物品。游牧人刀套中携带快刀、筷子、牙

# 蒙古民族服装



筌、镊子等。上述物品有用贵金属和宝石装饰使用。

按照穿戴装饰很容易辨别主人。女人服装能辨别成婚和未婚。古代人服装习俗很普通，后来装饰花纹、镶上贵重装饰方面发展越来越漂亮。这些服装的花纹装饰离不开古代装饰传承。古代蒙古人服装大部分棕色、黑蓝色为重。蒙古人穿着斜插或方形正面袍子而采用加工的皮革、羊毛、猎物毛皮、棉布等材料，并使用贵重物品、花纹、金、银、珊瑚、珍珠、宝石做装饰。蒙古各民族各有自己的头饰装饰（TOORTSOG、YUDEN、ZARANTAI 等等）而之起发展成各种各样戴着靴子。裁缝制作袍子时把领子粘胶熨烫，裁开大体

放层棉花扎针缝纫。现代时期缝制袍子不分祖传继承，什么时候都可以穿戴，越来越多样化而成熟发展。

# 大都市博物馆



毕力格可汗纯金皇冠  
7世纪

位于成吉思汗广场附近的蒙古国家博物馆，深藏着让你瞠目结舌的秘密。

因此，蒙古人民对大汗智慧的崇拜程度远过于其军事伟业。

不仅是外来游客，当地市民也喜欢到苏和巴托广场消遣。您可以在这里看到并见证很多事件：朝气蓬勃的少年在这里秀踏板车和滑板技巧，风华正茂的青年们围坐苏赫巴托将军骑马雕像下面石狮铁链谈天论地，还有热恋的情侣、刚毕业的大学生、相隔多年后重逢的老同学。 彷如每位蒙古人的人生与这个广场有某种莫名的联系。

位于苏和巴托广场附近的蒙古国

家博物馆，深藏着让你瞠目结舌的众多秘密。这里与众不同的历史长廊让你瞬间穿越至几千年前的历史时代。在这里可以了解蒙古民主革命的历程。蒙古民主革命虽仅有25年的历史，但很多国际政治领袖认可蒙古的民主革命发展历程非常成功。

位于乌兰巴托市附近的川金布拉达嘎成吉思汗骑马雕像公园和13世纪主题公园，也是您补习蒙古历史知识的好课堂。川金布拉达嘎离乌兰巴托仅54公里外，是市民休闲和游客观光

的必去之地。被称为世界最高坐骑像的40米高、用250吨钢材塑造的成吉思汗雕像，应该是到蒙古旅游的各地游客留影最多的景点。

您可以光临离乌兰巴托市98公里外的“13世纪公园”，亲眼观察800年的游牧民族是如何受教育，穿着风格和日常生活方式又是如何。也可以亲身踏上乌兰巴托市的伊和腾日山口、嘎楚尔特山口的古代寺庙等“蒙古秘史”和其他历史文献中被记载的圣地。你不会相信这些神秘的地点离这座人声鼎沸的城市如此之近。

## 成吉思汗博物馆

成吉思汗国家博物馆展出了 10,000 多件原始展品，展示了从匈奴第一个游牧国家的创始人冒顿、单于到 20 世纪初蒙古统治者和统治者所享受的重要真实事件和文物。博物馆有 9 个临时和永久展览室、一个展览修复实验室、两个教学室、一个图书馆、一个迷你电影院、一个“银树”厅、一个礼品店和一个咖啡厅。它一次可容纳 450-500 位客人，并具有所有当前的安全性。



您想了解二十世纪初蒙古历史和喜马拉雅文化、宗教艺术吗？那请您到宝格达汗博物馆观赏。这是蒙古末代皇帝第八宝格达汗的冬季宫廷博物馆。1911年12月29日第八宝格达汗活佛扎藏丹巴尊为“蒙古国宗教、执政双权皇帝”并进行了仪式。该宫廷修建于1893-1903年间，由7个宫廷所组成。在此您能观赏到二十世纪名匠的创造的佛像、雕像、丝绸珍品、蒙古图画等作品外还能观赏到绿度母等独一无二的贵重艺术真品作品。宝格达汗冬季宫廷中能欣赏到皇帝所使用的贵重希物。



## 宝格达汗博物馆



## 智力博物馆

它是蒙古第一家私人博物馆，展示了来自130多个国家的11,000件智力作品。大多数展品都是通过游戏简化对复杂科学领域理解的作品。参观博物馆很有趣，因为观众不仅可以看，还可以摸、玩、了解。比如：共有5,000多个拼图，形状从两块到673块不等。例如，从一个简单的双树拼图拆解673个木制拼图需要56831步。您还可以从大型的各种几何拼图中查看世界七大奇迹拼图的一个版本。此外，您还可以看到拼图宇宙飞船、拼图房子、拼图人、拼图神庙、拼图建筑等众多精彩作品。



## 乌兰巴托市博物馆

乌兰巴托市博物馆始建于1956年，当时的名称是“乌兰巴托市历史陈列馆”，位于目前所在的历史建筑内。1960年，历史陈列扩大为“乌兰巴托市历史与重建博物馆”。2011年，博物馆更名为“乌兰巴托市博物馆”。乌兰巴托市博物馆以博物馆藏品为基础，组织公众了解乌兰巴托自1639年建馆至今的发展历史，博物馆藏品中收藏了3,400多件具有城市发展文化意义的实物展品。

## 佛教



蒙古人的精神生活中从古代传承下来的信仰之一是萨满教。蒙古领土上生存的姓氏部落公元前三个世纪，转变阶级社会之前是原始社会状态，所以萨满教是从新石器时代开始信仰传承的比较古老的习俗。萨满教崇高信奉敬仰是长生天，认为长生天隐处保护人生环境即自然、土地、水、植物、动物、自然现象、祖宗行踪的佛。主要佛主长生天产出而制空保护人以及物质现象缘分的多种佛，解释为这些佛由 99 个天佛所组成，给人慈善美好吉祥的西方 55 个天佛，东方 44 个不详天佛。吉祥 55 个天佛中 50 个天佛是祈祷的，5 个天佛是祭祀的。而 44 个不详天佛中 40 个天佛是祈祷的，4 个天佛是祭祀的、这些西方和东方天佛相互

争斗，所以世上各种好坏事情因由这些天佛之间矛盾导致变动。萨满教观点视为世间由 3 个部分组成即天堂、地狱和天堂地狱之间的世间。蒙古人的主要信教是佛教。佛教在蒙古三次传承，研究家们记载第一次传承是蒙古人的祖代匈奴时期。佛教中期传承时代是十三-十四世纪即成吉思汗到 TOGOONTUMUR 汗时代。在蒙古第三次佛教传承基础是从 1578 年 3 月达赖喇嘛来到蒙古地区传承宗喀巴即开始传教大业，因此在蒙古地区传承了宝格达宗喀巴信教，诞生了很多高僧喇嘛，建成数百个寺庙，建立了哲学寺庙学校。这个时代蒙古佛教代表人为喀拉赫高僧 ZANABAZAR，他制定了佛教道德、寺庙纪律、念经习俗行为。但是这时没有

照搬外来习俗，根据蒙古文化保留了蒙古佛教特点制定了蒙古信教而传承到了现代蒙古人中。



# 隐藏于贝壳 里的珍珠





## 甘丹寺

佛教文化受到严重打击的非常时代，这里没有中断过虔诚的喇嘛们念经、打鼓、敲锣的声音。甘丹寺有纯蒙古风格和蒙-汉、藏-汉风格的六座庙之外，还有佛教学院、宗教艺术学院等。有很多信教民众前来拜佛烧香，当你走进甘丹寺殿堂时，烧香味扑鼻而来，给一种美妙感觉。

甘丹寺大殿里章冉泽大佛像，高八十尺左右，最早1911年塑造。而1937年红色革命时代破坏，运往当时的苏联地区后不知去向。1991年蒙古人民重新启动恢复大佛之像的工作，1996年竣工。



美国著名演员、旅行家米歇尔罗德里格斯来蒙古看甘丹寺大佛像后向记者称“有26.5米高大佛像的这座庙，不仅仅是举行拜佛礼仪的地方。我觉得这座佛像更是蒙古人民崇尚自由、主权和向往美好未来的象征。蒙古人民为了象征摆脱社会主义体制后的自由生活而重造这座佛像。望大佛保佑全天下人类”。

如今的蒙古国，完好地传承并保留着千百年以来的游牧文化传统。这一特点使其更加引人注目。要想在蒙古体验游牧文化，您未必要奔波千里之外。

那达慕的开幕式。  
国家九尾白纛旗入场仪式

的那达慕活动。在乌兰巴托市举行的国家那达慕规模最大，涉及范围和项目最多，富有欣赏价值。那达慕开幕式当天，尊贵的九尾纛旗（苏鲁定）被礼义兵带到那达慕现场，身着节日盛装并不远千里赶来的蒙古人高声欢呼，表示迎接九尾纛旗。那达慕男儿三项竞技是蒙古人流传千百年并保留至今的文化，是吸引游客的独特文化。

在那达慕期间也会举行各种其他活动，其范围及意义非常广泛。这些活动的举行，使那达慕变得更加丰富和有趣。在这段时间，您可以从多种角度观察乌兰巴托市，并能够体会首

都人民丰富的生活节奏。那达慕期间，露天舞台上上演节奏分明的现代艺术表演及高亢悠远的民族歌剧，组织蒙古民族歌舞表演。“蒙古服饰节”当天，成千上万个穿着蒙古服饰的国内外人士参加活动。穿着时尚的青年们在迪厅里跟随着DJ们的节奏彻夜狂欢。

传统与现代文化形成明显对比的那达慕节日，你能够体会到友好、好客、热情的古今与未来的乌兰巴托节奏。这种节奏使您对这座城市恋恋不舍。

如今的蒙古国，完好地传承并保留着千百年以来的游牧文化传统。这一特点使其更加引人

注目。想在蒙古体验游牧文化，您未必奔波千里之外，只要走到乌兰巴托市周围的牧民家里，即可感觉到游牧人民的友情好客。骑马游行在草原到牧民家里做客，品尝主人做的传统美食并住宿于他们家，把自己当成他们家庭成员，会给你带来无比的温馨。早晨站在牧人家蒙古包外，瞭望寂静又空旷的草原上洁白羊群，您会产生恍如穿越至几个世纪前的那种神秘感。

牧民家里您所看到的场景，并非特意做给游客看的表演，是他们实实在在的生活情景。是他们从祖辈们传承至今并内心敬仰的传统文化。





高日黑-特里  
尔吉自然景区



“也许你读了无数遍关于走进蒙古牧民家里时主人热情对待客人的篇章，但亲身感受那种热情才是最珍贵的。”

— 华特·迪士尼幻想工程公司副总裁 Jay Rasulo

## 美丽自然风景

从未受过人为破坏的原生态自然风貌，是向世人宣传蒙古的一张名片。离乌兰巴托非常近的市郊外大自然中出现从千万年前生存至今的野生动物时，会情不自禁地失声赞叹。特尔勒吉森林公园会使您穿越到几百万年前的自然空间，让您所看所闻回味无穷。这里有巧夺天工的乌龟岩山和与自然风貌融为一体的寺庙，让你看得美不胜收。您在这里可以骑马驰骋或坐浆船沿着图拉河捕鱼消遣。如您想鸟瞰森林公园全景，请乘跳伞或机动滑翔机从天空中居高临下。

胡斯泰山自然保护区内步行观光、骑马游行或开车旅行均可。在这里你可以看到仅在蒙古境内生存

的野马群。在千万年前成群结队地栖息于陆地并在蒙古岩画中普遍刻画的这类马群，使您产生穿越到古代自然空间的感觉。除此之外，也会看到胡斯泰山林中马鹿、猫鼬、狼、狐狸、豺狼等哺乳动物和海东青、秃鹫、鹰、胡兀鹫、大鸨、斑翅山鹑、鹌鹑等217种飞禽。

乌兰巴托市是您游行广袤无垠的蒙古大地之枢纽。如果您只为转站为目的路过乌兰巴托，不到市内观光、探索，那我真会替您惋惜，因为这里有很多让你大开眼界的旅游资源。

就因如此，我衷心邀请您到游牧民族之首都，亲临游牧民族富有活力的这座城市。



# 关于乌兰巴托市的 10个事件

乌兰巴托有着贯穿古今历史的特殊身份，这里有才华横溢的艺术天才、矫健的体育健将、诚信的企业家、高素养的青年等等。这是一座有发展志向的城市，有着光明未来的城市。是跟世界各地的城市一样选择空间多、机遇重重的快节奏城市，有着丰富城市文化和奇闻怪事，充满刺激。

## 1 教育中心

乌兰巴托市有145000名大学生攻读在69所高等院校，命名为大学生城市。比如，蒙古国立大学、科技大学、畜牧农科大学等等国有大学之外还有国外高等院校也在开展教育事业。



## 5 国家那达慕和宗教那达慕

如果您没看过蒙古那达慕，那请不要说自己对蒙古有多了解。一到夏季，蒙古大地到处举行不同规格的那达慕。其中最隆重、庞大、壮观的那达慕是在乌兰巴托举行的国家那达慕。还有另类那达慕是富有宗教色彩的宗教那达慕，这个那达慕上不仅上演摔跤、射箭、赛马蒙古传统活动外，更主要的是跳欠、喇嘛捏面塑比赛、翁增喇嘛念经大赛、经文辩论赛等宗教活动。

## 2 蒙古金融中心

蒙古现有14家商业银行在乌兰巴托市开展金融活动成为蒙古国金融中心。另外还有亚洲发展银行、欧洲银行、中国银行、渣打银行、东晋三菱银行、ING银行、三井住友银行等国际大型在蒙古开展业务。

## 3 矿业经济交易中心

目前蒙古国产出16,927,600吨煤炭、349,000吨铜精粉、2,101.8公斤黄金、1,654.4吨钼精粉、582,600吨铁矿、331,400吨铁精粉、12,800吨萤石矿、3,700吨萤石精粉、85,500吨锌精粉、2,436.5吨银精粉等等。乌兰巴托市作为矿业产品贸易中心吸引力国际大型矿业公司的兴趣。比如力拓公司、Areva和Turquoise Hill资源公司等等国际大型矿业企业在蒙古国经营业务。

## 4 现代“茶叶之路”

丝绸之路与茶叶之路，是人类历史上穿越亚欧大陆的两大路线。路经当时乌兰巴托市的茶叶之路，是通货量仅次于丝绸之路的主要贸易通道。如今的乌兰巴托，仍是穿越欧亚大陆铁路之枢纽，对区域路线占有重要地位

## 6 大自然的城市

当你从城市走出去仅几公里之外，从几百万年前一如既往地保留至今的原始自然风貌出现在你眼前，一望无际的原野及牧民传统生活方式、古寺庙遗址、自然生态构造、古人建造的陵墓以及异想天开的岩画，让你遐想连篇。

# 7

## 历史上的乌兰巴托

据传说，方圆千里被称为“白城”的萨日达格寺金顶在绚丽的阳光下闪烁出金色光芒。萨日达格寺在活佛札那巴札尔建立佛教中心的宏伟梦想下1654年建于肯特大山脉深林中，但尚未发挥其主导作用，却在1687年被破坏，使后人倍感惋惜。通过后来的考古工作验证，这里曾有外围石墙院的九座庙和3座塔。考古工作中出现的佛像手工非常精湛细腻，看得出这里曾经是雕塑艺术之宝地。目前，发现了佛教五大教派的千余佛像雕塑，每座雕塑手工均不同。据推测，应有更多的佛像是在被埋藏。在考古过程中发现一个大型的佛像遗址的同时，也发现出17世纪武器、盔甲、铁匠工具等物品。

成为如今乌兰巴托市历史之渊源的这个地方，曾经是佛像雕塑艺术的奇迹，更是对如今的乌兰巴托历史添加了浓浓的艺术色彩。



# 8

## 度假宝地

乌兰巴托有很多绿色、环保旅游资源，这让您很容易融入大自然中。如您希望亲近大自然，每年四季都可以攀登世界首个自然保护区之一博格达山保护区的策策公峰，在山脚下的乌兰巴托市附近骑自行车游览或钓鱼、骑马、骑骆驼。在夏季，沿着图拉河玩游艇或乘坐旋翼机、滑翔机、热气球翱翔蓝天。冬季，坐上狗拉雪橇观光或脚踏滑雪板飞跃而下。并且，乌兰巴托市内或周边地区有很多其他的知识、历史、文化题材旅游项目，让你玩得不亦乐乎。



# 9

## 市内贸易中心

游客最喜欢去的市场，是被称为黑市的那仁图拉露天市场。这里是名副其实的大百货，并且价廉物美，这里每天都是车水马龙的情景。当然，乌兰巴托也有卖着国际著名品牌及奢侈品的国际标准大型商场。蒙古国尚未出台奢侈品税，所以这里是您低价购买世界著名品牌的好地方。另外，还有成为蒙古品牌形象的羊绒产品以及民族服装、装饰品，富有民族特色的礼品等。

# 10

## 安全宁静的都市

乌兰巴托市内很少发生犯罪行为，群众祥和而大度、宽容。并且市民们会说外语，向他们求助，会很友好地提供帮助。在旅游季节期间，乌兰巴托街道上有很多带有“Tourist guide police”标签的志愿者，他们会给您提供各方面的帮助。

# 欣赏蒙古传统音乐的魅力



蒙古人传统音乐中的蒙古长调、呼麦、马头琴、民族舞被联合国教科文组织列入人类非物质文化遗产中。



### 长调、呼麦

每个国家、民族的传统艺术能够反应这个民族的生活方式、民俗、情感特点。高亢的蒙古长调、深沉的呼麦是蒙古人民艺术天赋的结晶，是民族音乐精粹。蒙古人对大自然的崇尚，对人生的领悟，他们心灵深处的感悟，完全通过呼麦、长调体现。从呼麦能感悟到山水风景以及风声、流水声、飞禽的鸣叫、人与自然的融合和人类内心深处。而与悠扬的马头琴相融相合的长调歌曲，自由奔放，曲调悠长，是安抚自然世界和人类灵魂的神奇杰作。当今再大的艺术表演厅的空间都不足以容纳呼麦和长调的澎湃气势。

### 柔术与民族舞蹈

蒙古柔术表演，是凡到乌兰巴托的客人最喜欢看的艺术表演之一。古代蒙古，在大汗、贵族的宫廷、那达慕节日、艺术活动中，少女们通过他们柔术表演，形容展示佛祖的姿态、动物的动作、蒙古民族传统图案形式等等。

蒙古每个部族的舞蹈，表现出他们舞蹈动作特点和内心情感。喀尔喀蒙古舞的动作体现贵族的尊贵以及他们礼节至尊的态度，多用腰部扭动动作。而西部蒙古人的舞蹈，手和胸部、肩部动作居多，动作敏锐而强劲，抖肩、耸肩等动作较多。

希望您欣赏马头琴和呼麦的伴奏下尽显蒙古民族艺术特色的蒙古舞、柔术等表演。

蒙古的柔术发展成为一种经典艺术表演





## 国家歌舞团

国家歌舞团为来访乌兰巴托的客人表演蒙古族传统音乐之最。这种民乐表演的意境，领您游览阿尔泰山脉高峰、库苏古尔湖畔、东部大草原和南部戈壁滩。如您到现场看表演，您会一次性将蒙古呼麦、长调、马头琴演奏、蒙古舞蹈表演、柔术表演一览眼下，大饱耳福。国家歌舞剧院有《蒙古大汗》

、《黄金家族》、《太阳传说》、《迁徙》等自创舞蹈和《月亮杜鹃》等歌剧供您欣赏。

## 国家民乐交响乐团

蒙古国家民乐交响乐团的历史可以追溯到匈奴帝国。并且，13-14世纪的宫廷音乐合奏团规模之大，前无古人，可以说是那个时代的里程碑。蒙古帝国时期宫廷礼

### 蒙古国家大剧院

蒙古国家大剧院创建于1950年。歌剧舞蹈学术剧院由交响乐队、独唱乐团、民族舞蹈、那达慕艺术团等文艺团体组成，是取之不尽用之不竭的、独一无二的队以及行政、生产、表演台、灯光无二的文物。本剧场历史依靠蒙古组等后勤单位所组成，有280名文人民的古老歌曲、舞蹈、那达慕、艺术创作者工作。文艺著作库中含有口传传承，著作库收集丰富而依靠100多种世界经典和民族歌剧、芭蕾舞才能智慧取之不尽用之不竭的著作，每年登台表演26场歌在流畅。剧和21场芭蕾舞，其中向观众演出

乐合奏团不仅被马可波罗、卡尔平尼、威廉·卢布鲁克等人的游记中记载，更是在《蒙古秘史》、《大元蒙古源流》《青史演义》等历史著作。

蒙古国家民乐交响乐团富含象征意义，是蒙古传统音乐、精神文化的亮点。蒙古国家民乐交响乐团沿袭

了祖先严格的演奏规矩，并且恢复了很多元代宫廷弹奏乐器，使乐器种类更加丰富多彩，也使得这家乐团风格独一无二。可以说这个乐团的演奏使您亲身感受八百年前的元代宫廷音乐氛围。

蒙古政府出令，蒙古国家民乐交响乐团在国家统一节日、大型活动和国家外交礼仪上进行表演。

### 歌剧舞蹈学术剧院

歌剧舞蹈学术剧院由交响乐队、独唱乐团、民族舞蹈、那达慕艺术团等文艺团体组成，是取之不尽用之不竭的、独一无二的队以及行政、生产、表演台、灯光无二的文物。本剧场历史依靠蒙古组等后勤单位所组成，有280名文人民的古老歌曲、舞蹈、那达慕、艺术创作者工作。文艺著作库中含有口传传承，著作库收集丰富而依靠100多种世界经典和民族歌剧、芭蕾舞才能智慧取之不尽用之不竭的著作，每年登台表演26场歌在流畅。剧和21场芭蕾舞，其中向观众演出100多次世界经典歌剧。

**国家歌剧学术剧场** 国家歌剧学术剧场创建于1956年，是元老剧场之一，含有700-800座的两个表演厅，容纳500个人的一个表演厅。本剧场表演蒙古国和世界经典著作，而且表演了莎士比亚《赛罗》、《麦克贝尔》、《理查德》

## 木偶剧场



蒙古国木偶剧场创建于1948年，在75年时间向儿童少年演出了各种各样的木偶艺术表演，向广大群众传扬文化艺术教育的唯一木偶剧场。蒙古木偶剧场演员成功参加国际木偶表演，进行访问表演，建立友好关系宣传发扬蒙古民族文化、习俗、传统文化。《三世》、《罗密欧与朱丽叶》等世界经典著作在台上复活。

Tumen ekh乐团

### 马头琴乐团

很多外国友人说，当听到马头琴音乐脑子会浮现广阔的草原、碧蓝的天空和万马奔腾的情景，会产生亲眼目睹蒙古大地的冲动。而在海外漂流的游子们常提到，当听到马头琴声，家乡的美景浮现在眼前，仿佛回到了蒙古大地的怀抱。

马头琴乐团由有专业素养的乐手组成，这是蒙古引以为豪的民乐乐团，乐手们技艺高超，表演出神入化。该乐团在中国、韩国、北朝鲜、加拿大等国家进行巡演，也在俄罗斯的彼得罗夫歌剧院、位于法国的联合国教科文组织总部演艺厅、意大利、奥地利金色大厅、瑞士联合国欧洲总部大厅、德国柏林爱乐音乐厅、日本三得利音乐厅、Accoros、Orchard hall等国际大型舞台上演。

### 蒙古国国家大剧场

传统文化的“Tumen ekh”乐团表演蒙古民族传统文艺蒙古民间长调歌、民间舞蹈、民族乐器、古代和现代传统喀拉赫蒙古族的舞蹈、那达慕、呼麦、赞歌、柔术、Tsam和萨满之舞等等各种作品。通过研究、宣传、培训丰富著作资源，对唱形式恢复创造，国际舞台上经常激活蒙古民族独特文艺。

蒙古政府2020年第13号决议将其置于国家保护。乌兰巴托市南IKH TENERG 山口东端朝北的悬崖峭壁上，有用红墨和黑墨绘制的厄尔、汉、藏文字画。这些是苏联科学家AP Okladnikov于1960年首次发现的。红带画7幅，其中多点方栏7幅，单幅29幅，手写速写2幅、3幅、5幅，飞鹰3幅，路上骏马2幅。部分画面褪色保留，例如线条、斑点和方括号的角。它们属于青铜时代，据研究人员称，它们展示了古代游牧生活习俗。

### 新晋民谣器乐组合

乌兰巴托有 Altan urag、Arga bilig、Khusugtun、Domog等民族音乐组合经常上台表演。他们把蒙古传统音乐风格和摇滚、爵士音乐相结合，创造了新的民乐潮流。

蒙古新晋音乐组合参与国际电影制作，在国际大型舞台上上演自己的作品，参加各大音乐节，也有乐队的作品入围格莱美奖提名。

乌兰巴托有很多原生态音乐、民族歌舞、新晋风格的组合、乐队，可惜在这里无法给大家一一叙述。沿袭古代游牧祖先宫廷奏乐起舞的音乐传统，并结合时代音乐风格，创造现代民族音乐潮流的这种组合乐队的作品，唯独在乌兰巴托才能享受他们的盛宴。

蒙古人艺术巅峰

《哈姆雷特》、《李尔王》、《奥

# 历史文化古迹

首都旅游局计划在全市 5 处进行美化工程，将历史文化古迹转化为旅游产品，引入经济流通。开工之初，正在对大天河口的岩画和碑刻进行造景。

## KH TENGER 山口岩画

黑色水墨画紧挨着红色绘画，由写有“永恒天堂”字样的蒙古文铭文、蒙古长袍男子、雪斑回首的 sogo 和巫

描绘成一排。最有意思的是，他戴的那顶高帽子的帽顶钉得像一根羽毛。研究人员认为，这顶帽子的图片是 13 世纪蒙古贵族女性所戴的 bogtag 帽子。蒙古元代大皇后的画像上就画有这种帽子，在肯特省德格尔汗苏木地区出土的蒙古族妇女墓葬中也发现过几顶这种帽子。这幅《大天之口》是蒙古族妇女的第一幅白描画。



师形象组成。画中身着



蒙古长袍的少女目视前方，蒙古人圆嘟嘟的脸庞和嘲讽的眼神刻画得一清二楚。他身穿长裙宽袖长袍，脚穿蒙古靴，头戴厚头巾。他身穿长裙宽袖长袍，脚穿蒙古靴，头戴厚头巾。钉在外套下摆的装饰品被

## 相关年代

与铜器时代相关的岩画；

与 13 世纪相关的水墨画、蒙古文、中国文和藏文铭文历史文化不可动摇的文物；

地址：巴音朱日和区第 1 1 分区 IKH TENER 山口东侧

# 历史文化古迹

## BELKH 山口匈奴贵族遗址

匈奴贵族墓葬群是世界上稀少不多的一座遗址，是一座历史文化不可动摇的古迹，位于 BELKH 山口 SELBE 河西侧，北面高山围住，在南部开阔北部是针叶林，是一座未有完全开发的古迹。

匈奴贵族王陵是蒙古古代历史上最深、最雄伟的墓葬。匈奴人在选择安放贵族的地方时，除了考虑礼仪特点外，还考虑了坟墓用木石的难易程度。坟墓后，地上铺平石，室内空处按一定礼仪填土石。匈奴人在安葬他们的祖先和贵族时，有一种传统，

### 相关年代

就是按照一定的顺序，陪葬一些器物。

公元前三世纪-公元前一世纪

**位置：**苏和巴托区第 20 分区 BELKH 山口蒙古 OLLE 步行旅游路线

蒙古 OLLE 步行旅游路线-1 位于宝格达汗山，从 KHONKHOR 村开始总共连续 14 公里，是一条走在山林边缘，行走享受自然之美的旅游线路。

蒙古 OLLE 步行旅游路线-2 从 GORKHI TERELJ 自然旅游景点地区总共连续 11 公里，是一条享受成吉思汗山的自然之美的旅游线路。

蒙古 OLLE 步行旅游路线-3 位于拿来河区第 6 分区 GORKHI TERELJ 自然旅游景点地区 Uguumur 山口“蒙古 OLLE”步行旅游第三路线（16.8 公里）。



# 乌兰巴托周边度假胜地



如果您是位寻宝爱好者，乌兰巴托附近也许会有让您的满心欢喜的地理藏宝之地，那么。

## 1 空中飞翔

从山顶逆风跳下时展开降落伞会受到对流气层的影响，空中停留的时间更多。乌兰巴托周围有好几个受降落伞爱好者们青睐的地方。穿过雅尔玛格平原就可以到达博格达山阿尔查特山口，其海拔1200-1400米，顶峰离地面200米高。从这个山顶上飞下，在空中能够停留2-10分钟。乌兰巴托东边的巴彦珠日和山海拔1800米，顶峰离地面600米。从这里最高能飞到1000米的高空，停留时间超过10分钟以上。

## 2 自行车旅行

虽然乌兰巴托市没有自行车专用道，但这里的居民都非常喜欢骑自行车。1800年发明的这种交通工具，1900年左右蒙古学者沙格吉首次在乌兰巴托街道上骑行，这也是蒙古人第一次看到自行车。如今，一年四季的那个季节都可以在乌兰巴托附近骑行7-70公里。

## 3 狗拉雪橇

13世纪来到亚洲的马可波罗在他的游记中记载了亚洲人使用狗



如今，一年四季的那个季节都可以在乌兰巴托附近骑行7-70公里。



拉雪橇方面的内容。乌兰巴托东北方向特勒勒吉森林公园的沿河区域有雪橇旅游项目。

## 4 骑马旅行

您来了蒙古不骑马而返，那是非常遗憾的一次旅行。虽然蒙古马没有欧美赛场上种马那么魁梧，但骑上蒙古马旅行，会给你留下回味无穷的美好回忆。

## 5 骑骆驼

听到乌兰巴托市郊就可以骑上骆驼，你也许会不敢相信，不过确实如此。蒙古骆驼是世界上少部分国家才有的双峰骆驼，冬天骑上双峰骆驼不仅威风凛凛，而且很暖和。希望骆驼之旅，使您的旅行更加丰富多彩。

## 6 策策公山顶

要想在乌兰巴托市附近登上观光，那我推荐您去博格达汗

山的达新哈达山岩和策策公峰。从市中心往西南方向走45公里到中央省宗莫德市，然后从这里走7公里土路到满珠师礼寺后步行上山。上山的前半路较陡，不过越往上走坡度越小，沿着较平坦的山脊往上走不一会儿就达到海拔2268米高的策策公顶峰。

## 7 高尔夫球场

乌兰巴托附近有好几座按国际标准建设的高尔夫球场，场上的球洞大概有二十多个。蒙古夏季阳光充足，但不是很热，清凉而干燥，非常适合打高尔夫。在这个季节，亚洲其他国家非常炎热，并且多雨。因此，很多亚洲国家友人们专程到蒙古打高尔夫。



## 8 感受刺激

蒙古很多天然河流适合坐漂流艇游行，河流中有很多惊险、刺激并能够考验老手们经验与能力的区域。如果您想就在城市附近游玩，那么上乌兰巴托前面的图拉河即可。图拉河发源于哈根哈日湖，水流较平稳，偶尔有涌水的小区域，穿越704公里后汇入鄂尔浑河。

## 9 不冻河

乌兰巴托前面的图拉河冻成冰天雪地了，却附近的不冻河缓缓流淌。如果你敢做，可以跳进刺骨的不冻河水里躺一下。踩上河边冰面的刹那间会感到刺骨的冷，不过缓缓地会感到脚下发烫。

## 10 苍天的精灵一鸟

蒙古有61科、204属的472种鸟。其中81种鸟就地过冬，391中鸟为候鸟。每年3月份后过冬鸟的活动就活跃起来。我们会在乌兰巴托附近的森林中碰到这些鸟类。

## 11 寻宝游戏

如果您是位寻宝爱好者，蒙古、乌兰巴托附近也许会有让您的满心欢喜的地理藏宝之地，那么，乌兰巴托人到底藏了什么？您登上[www.geocaching.com](http://www.geocaching.com)网站，即可揭晓。



# 友谊之都周边生态环境





穿越游牧民族大地的始发站是乌兰巴托市。这座城市，起源于375年前蒙古中部希热图诺尔湖边叫“乌日格”的城镇。从当时的发源地迁徙了300公里之外，形成了今天的乌兰巴托市。虽然没有历经千年城市之文化底蕴，但这座城市也有自己独特而丰富的故事。当您深入了解游牧民族之生存智慧、文化传统之后，会明白这座城市的与众不同。这里是好客的游牧民族之都，和谐城邦-乌兰巴托市。

**1 特尔勒吉森林公园**  
特尔勒吉森林公园，以其生态自然风貌、独特的天然地质构造和各种旅游特色项目，吸引着来到乌兰巴托的游客。在这里可以骑马驰骋或坐浆船沿着图拉河捕鱼消遣。如您想鸟瞰森林公园全景，请乘机动滑翔机从天空中居高临下。

**2 13世纪历史主题公园**  
历史公园会直接带您穿越到13世纪的蒙古，重温历史。共六个部分组成：驿站营、工匠营、牧民营、萨满营、书籍营、大汗宫殿营。您可以在这些营地中观看、认识古代蒙古人生活环境条件和艺术、教育方式，试穿可汗、皇后、勇士们的服装。您将自己放在最佳状态，准备穿越至13世纪。您的旅行会留下与众不同的感觉。



乌兰巴托附近有很多让人流连往返的美景

**3 成吉思汗雕像**  
成吉思汗雕像位于离乌兰巴托54公里之外的川金布拉达嘎，这个地方也有很多历史故事。加上基础建筑共40米高，设有美术展馆、陈列馆、餐厅、礼品店等。这个雕像是世界最大的骑马雕像。游客可以乘坐电梯登

上马脖子上的观光平台，放眼瞭望一望无际的大草原。

**4 斋桑山**  
几乎世界每座城市都有饱览全城的高点，斋桑山是乌兰巴托的那个

点。市民和游客们从这里瞭望夕阳下的天边，俯瞰车水马龙的城市。

位于首都乌兰巴托南部的斋桑山顶上有苏军纪念碑。为了纪念哈拉哈河战争中牺牲的苏联军勇士

们，1971-1979年间建造该纪念碑。斋桑山西脚下有大佛公园，公园中有23米高金色佛像。另有象征和平的大钟与呼天叫地的大鼓。

/// 分类法.屏幕.炖鱼头





在胡斯泰山可以观赏蒙古野马

## 5 寂静无声的阿格拉嘎寺

如您能抽时间从乌兰巴托离开100公里之外，那我建议您去趟阿格拉嘎寺。从市里到阿格拉嘎寺全程都是柏油路。在这里，您可以看到巧夺天工的艺术大师们将自己杰作与大自然融为一体的情景。手艺高超的喇嘛们利用自然遗址物塑造了传说故事中的神灵造型。四角羊等各种特殊造像仿如是转基因动物，又如暗示上天作弄人间万物。标有“乾坤树”词的松树旁边有一座椅型岩石。坐在这里眺望天边升起的朝阳或西落的夕阳，在您眼前展现别具一格的风景。

## 6 胡斯泰自然保护区

胡斯泰自然保护区，以蒙古野马乐园出名。这里有很多科属的植物、飞禽、哺乳动物，是活生生的自然活博物馆。这里有马鹿、野猪、盘羊、羚羊、旱獭、野狼、猞猁、兔狲、狐狸、沙狐等哺乳动物，老鹰、秃鹫、胡鹫、鸿雁、大鸨、斑翅山鹑、鹌鹑等鸟类。这里可以步行观光、骑马游行或开车旅行。也有一些历史遗址。在这里你可以随心所以地游玩观光。

## 7 满珠师礼寺

满珠师礼佛是“聪颖智慧之佛”。该寺庙是满珠

师礼佛第一转世喇嘛鲁布桑詹毕乐丹赞的主张下1733年博格达汗山南角始建。因为满珠师礼寺与博格达山风景融合的无可挑剔，被称为“喀尔喀五台寺”。20世纪初期这里有500多喇嘛，是座在蒙古地区颇有影响力的大寺。如今，大寺遗址被保护，当作博物馆。

博物馆东侧的大锅是工匠扎拉布兄弟几人在1726年建造的寺庙后勤所用的大锅。一次可以准备1000人的伙食，直径215公分，深140公分，容量为1800升，自重2吨。一次准备1000伙食时，用2头成年大牛或者10多只羊的肉，烧4车木柴。

# 品尝不同的味道



### 游牧人美食

我认为游牧人的美食会得到游客们的青睐。石头烤羊肉、烤全羊、蒙古盒子、蒙古包子、蒙古羊杂汤、手把肉等传统美食有着其独特的美味。无论在豪华餐厅、大街小巷某个角落里的小餐馆或您蒙古朋友家，你都能尝到这些美食。

### 当一回国王

乌兰巴托的法国餐厅，法式高贵典雅的装饰风格上搭配了蒙古游牧历史图片，餐厅大厅优雅而敞亮，您在这里可以尝到正式的法国美味佳肴的同时，也可以吃到用荞麦做的各种美食，请你到这里当一回国王。

### 宁静的寿司

日本餐厅在蒙古以新鲜的生鱼片和优质的大米出名，在这里也可以吃到牛肉汤乌冬面。用白、红、灰、黄等各种颜色的盘子盛寿司，以此表示价格的不等。根据人数可选择4-6人安静的包间，并可以享受寿司套餐优惠价格。也可以尝尝日本啤酒、日本清酒和朝日啤酒。

### 白桦林

把乌兰巴托市称为俄化都市一点都不为过。乌克兰、俄罗斯美食中很少采用炒、烤制作方法，因此味儿不是那么浓。用葡萄、葵花和各种图案装饰的墙面、桌子、楼梯……这优雅的餐厅美中不足得就是没有空位。我建议您点个白桦树脂做的美酒开开胃。在这舒适、优雅、温馨的俄式餐厅尽享美食离开时总觉得自己在白桦林中停留了很长时间似的。





# 在蒙古必吃的9种美食

由于极端气候条件，蒙古人自古以来都以吃肉为主食。如今，为了适应这个城市化的生活方式，吃着各种不同类型的食物，传统美食在变成节日化风格。

乌兰巴托是个拥有许多国家的饮食文化的城市。

有一些蒙古菜只能在乌兰巴托吃到。

## 1 包子

在乌兰巴托找不到一个不做包子的餐厅，饭馆或家庭。包子是每逢过节期时吃的主要食菜之一。动物肉配上洋葱，盐和其他香料调制成馅儿，用擀好的面包住以后蒸好即可。包好的包子从外观上看起来像上面刻着什么图案，它可以用各种形状包成，也可以用肉馅儿和蔬菜馅儿做。超市里可以看到各种各样的速冻包子。因为速冻包子只需在蒸笼上蒸个15-20分钟就会变成熟食，所以非常受人们的欢迎。

## 2 馅儿饼

动物肉配上洋葱，盐和其他香料调制成馅儿，用擀好的面包住以后再用擀面杖擀成平坦的形状以后叫做馅儿饼，馅儿饼用热油炸成。在节日，野餐，旅行的时候最适合外带的常见食品。蒙古传统节日那达慕的时候到处都能遇见吃着馅儿饼的人们，到这时候到处都能看见卖馅儿饼的蒙古包餐馆儿，会让您身不由己的想尝一口。

## 3 石头烤肉

把羊肉下锅以后盖上锅盖，用火煮熟的熟食叫做KHORKHOG“石头烤肉”。做这道菜的时候首先把羊肉切成小块儿，同时准备加热好的石头，有程序的放进铁锅里头加上蔬菜和调味料之后把锅盖盖紧。加上少量的水会让烤肉变得更加嫩而有汤水。石头烤肉制作过程非常有趣并且值得参观。羊肉对人体有补充营养的作用所以这道菜变成了野餐或旅游时必做的主要美食。

## 4 烤全羊

BOODOG也是属于一种石头烤肉，但是做法不同。把山羊肉或者旱獭肉切成小块儿以后放回皮肤里头再用绳子接好皮肤口烤熟即可。野餐时或者旅游的时通常是由男人完成这顿饭，制作过程使他们享受做饭的快乐。做这道菜制作的详细过程是首先把肉切成小块儿，同时准备加热好的石头，有程序的放进皮肤里头再加上蔬菜和调味料之后把皮肤口用绳子接好，然后用小火烤到脱毛为止，再用大火烧烤直到全熟。这道菜既好吃又适合很多人一起吃，是团队团结的象征。





## 5 煮羊头

煮熟的羊头属于蒙古民族的尊贵菜肴。也是平时值得品尝的一道菜。把全羊头用小火烤到脱毛为止，然后清理干净再用炖法煮熟，配上蔬菜即可。因为羊头对人体有大补的作用所以对蒙古人来说是一道非常受欢迎的菜。蒙古族菜肴的独特之处在于食用新鲜草药的动物肉。纯天然草本为食的动物肉类和乳制品对游牧文化有着很大影响力。所以，蒙古的传统饭菜非常好吃又美味。

## 6 肉干汤

肉干被称为成吉思汗士兵的食物。因为肉干占用空间小，营养成分非常好。把肉切成小块并不脱水

而风干的制造技术来自于千百年前传下来的游牧文化。把肉干弄成肉粉之后放入锅里代替鲜肉煮成肉干汤。在乌兰巴托的某餐厅给游客推荐肉干汤是很常见的现象，因为肉干汤蛋白质含量和营养成分很高的食物之一。肉干汤通常搭配面条和用绿葱调味熬制煮熟。

## 7 马奶酒，奶制品

马奶酒是个特殊的饮品，将把马奶灌入特殊的容器中酿成的纯天然产品。每个有马的牧民家庭都有制作这种饮料并且献给客人的习俗。口味带酸的这种独特饮料在乌兰巴托市附近也都能品尝到。蒙古传统节日那达慕以及我国高级会议都必备的这种饮品只有在蒙古国才品尝

到的机会。除了马奶酒以外各种各样的奶制品都值得去品尝。

## 8 奶茶

在亚洲普遍的另一种茶文化蒙古国也有。也就是每个普通蒙古家庭饮用的奶茶。奶茶的制作方法有很多种比如加肉干，鲜肉，小黄米，大米等等。也有无数的加工方法和秘方。总而言之如果您访问乌兰巴托的话建议您品尝多种奶茶，找到您喜欢的口味。也许您会感受到好客又有礼貌的蒙古家庭主妇的善良的心。

## 9 烤羊肝

这是一个非常独特的菜，绵羊肝和绵羊尾巴配上洋葱和其他香料烘

烤而成。绵羊肝含有多种对人体有益的维生素。绵羊尾巴成名为肥而不腻的非脂肪性肥肉。这道菜只能用绵羊肝脏配上绵羊尾巴做成，这代表着古代的蒙古人非常懂得它们的搭配益处。这是一道短时间之内能做成而且营养成分很高的美食，因此很受大家的欢迎。

蒙古传统的肉类菜肴可搭配所有的蔬菜类来吃。每个美食故事的后面都隐藏着蒙古民族传统文化与饮食文化的踪迹。



# 乌兰巴托市必去拍照地点

乌兰巴托市是您开始和结束您旅行的大门。请您别错过去以下地方去参观!

## 1 “ULAANBAATAR”字母雕像

来到蒙古国旅游的90%以上的游客首先来到首都乌兰巴托再继续他们的旅程，“ULAANBAATAR”字母雕像是这座城市的象征，也是外国游客朋友们必去的一个参观点。



## 2 苏和巴特尔广场



位于蒙古国首都乌兰巴托市正中心，为了纪念蒙古人民革命领袖和军队司令苏和巴特尔的荣誉而成名为苏和巴特尔广场。不仅是外

国游客，还有国内的游客，正在结婚的情侣和毕业生都会经过此地拍照留作纪念。

### 3 成吉思汗骑马塑像景点



当您来到这座位于乌兰巴托东部53公里以外的图拉河附近的成吉思汗骑马塑像景点时会感觉到您所在的地方就是世界级名人成吉思汗的故乡。

### 4 翟山纪念碑



翟山纪念碑位于乌兰巴托市南部，博格达汗山脉中的小山顶。因为这里能看到乌兰巴托市的全景，所以首都公民和国内外游客朋友们喜欢到这儿来度过休闲时光的一个人景点区域。在翟山上有苏联战士的纪念碑。它是为了纪念在哈拉哈河战役中英勇牺牲的苏联士兵们而建的。在它的墙角底部刻着，“这里是苏联战士在阳光下永恒的记忆，不朽的火焰。”等字母。

### 5 满天星斗



# 国际品牌大风暴



## 乌兰巴托市中心有很多国际品牌的奢侈品和潮流风格服装。

在乌兰巴托大街小巷随处可见Grunge、摇滚、嘻哈、潮流穿着的年轻人。这里的年轻人不但喜欢国际潮流服饰，也创造了属于自己的品牌。例如 Michel&Amazonka、- SMOK、Musette&Monalun、Aruina Suri、Divine、Multiverse、We are moods、Donna Bayar 等全是蒙古人自己的品牌。这些华丽的服饰，你在蒙古本土购买的话能为您节省不少开支。并且款式多样，肯定有您喜欢的那一种。

## 羊绒世界品牌

蒙古羊绒产品已成为了世界知名品牌。蒙古羊绒纤维极细，制作的产品轻如羽毛，柔软光滑，保暖。如果您想感受蒙古羊绒的品质，这里有羊绒帽子、手套、围巾、上衣、袜子、外套供您选择。也有轻便的旅行被子。



## 那仁图拉市场

乌兰巴托是世界上最冷的首都之一，而且整个蒙古国近一半人口在这里生活。蒙古每平方平均人口为3，而在这样地广人稀的国家，您要想看人口最集中的地方，那就去那仁图拉市场。您会接触性格、相貌不同的种种人，看到蒙古人生活的很多面，并且这里有很多种类的货物供您海选。



## 乌兰巴托的礼品

如果您想给自己乌兰巴托之旅留个特殊纪念，那不妨买些唯独这里才有的一些别致的工艺品和礼品。



### 卜卦之羊拐骨

打开系口的精致毛毡袋子，您会看到四个羊拐骨和一张纸。这是蒙古祖祖辈辈传承下来的卜卦羊拐骨。其四面各代表山羊、绵羊、骆驼和马，把四个拐骨往平面上轻轻撒放后对照纸张，以此看当天的运气。

## 八卦锁

为了便于搬迁，游牧蒙古人的蒙古包、牲畜圈子中都以拆卸、组装结构做成。正因如此，收藏一万多只八卦锁模具的国际智力博物馆馆长巴特乌力吉说“世界上有很多种八卦锁，但难度远远赶不上蒙古的。全以木材制成的蒙古八卦锁，可以说是蒙古包的缩影。



## 音乐专辑

如果您想感受蒙古民族传统音乐，那么请选择如下音乐专辑。著名作曲家詹参诺日布 (Jantsannorov) 先生《Let the Mount Burkhan Khaldun Bless You》专辑，奥能《宇宙》专辑，新朝克 (Shinetsog) 的马头琴音乐专辑《Harmony of my heart》，Altan urag组合《Blood》。这些好音乐您从Hi Fi Records的各个分店里都可以拿到。



## 天然食品

乌兰巴托到处都有天然产品。其中较普遍的有天然沙棘果汁、白桦树木耳榨汁，加工型饮料的品种更多。并且，用纯天然原料做的化妆品，是外国游客们最喜欢的产品。

蒙古酒，也是游客们带出最多的蒙古产品之一。按蒙古传统工艺用牛奶制作的奶酒和大麦制作的蒙古高档烧酒，都被客人们喜爱。

## 刺绣

您不妨选择色泽鲜艳、针线缜密的蒙古风格刺绣产品。手巧玲珑的人们绣制的布料刺绣产品之外，还有很多用毡子做的刺绣品，这种产品实用价值非常高。



## 乌兰巴托纪事

在乌兰巴托，无论一年四季的哪一个季节，你都可以享受到游牧人热情好客的服务和传统礼节。这里有很多让您意想不到的事件，不仅使您大开眼界，丰富经历，更会留下美好的回忆。



# YALGUUN

## MONGOLIAN BRAND



### BRANCH SHOPS' ADDRESS AND LOCATION OF THE "YALGUUN BRAND"

- The State Department Store, Floor 6th
- The Zaisan Star Shopping Center, Floor 2nd
- Apex Department Store, Floor 1st
- Peace Mall Shopping Centre, Floor 2nd
- Ulaanbaatar Department Store, Floor 4th
- E-Mart Chinggis, Floor 3s

-  Yalguun accessories
-  Yalguun\_accessories
-  [www.yalguun.mn](http://www.yalguun.mn)
-  976-76007575, 976-70117575, 976-90117575
-  [manager@yalguun.mn](mailto:manager@yalguun.mn), [marketing@yalguun.mn](mailto:marketing@yalguun.mn)



**TSAGAAN LAVAI**  
E N S E M B L E



# NOMADIC LEGEND

National art performance and cultural heritage

🇬🇧 "THE LEGEND OF NOMADS" 🇷🇺 «ЛЕГЕНДЫ КОЧЕВНИКОВ» 🇨🇳 《游牧民族传奇》

🇩🇪 "LEGENDE DER NOMADEN" 🇰🇷 "THE LEGEND OF NOMADS" 🇯🇵 《遊牧民の伝説》

**2024.05.01-09.30**

**2024.07.01-08.31**

**EVERY DAY**

**EVERY DAY**

at **6:00 pm**

at **4:00, 6:00 pm**

Tsagaan Lavai Ensemble has more than 50 professional artists who create folk artworks and cultural heritage creations. In addition, its a professional art organization that manages a variety of cultural and artistic entertainment services and operates regularly in the four seasons of the year.



Tsagaanlavaichuulga@gmail.com



Tsagaan Lavai Ensemble



99052944, 91616641

# 乌兰巴托纪事

在乌兰巴托，无论一年四季的哪一个季节，你都可以享受到游牧人热情好客的服务和传统礼节。这里有很多让您异想天开的事件，不仅充实您知识，丰富您的经验，更会留下美好的回忆。

## 1-2月

### 乌兰巴托冬季节

乌兰巴托冬季节目的在于向大家宣传和推荐美丽的蒙古国冬天，传统习俗，传承，独特的文化。并且向年轻一代的人传此文化，介绍不断发展的冬季极限运动类和新旅行线等项目。该活动包括国家冰射箭锦标赛、国家冰踝锦标赛、爬冰墙比赛，滑雪板比赛，冰上象棋比赛，滑冰表演，冬季自行车，四轮摩托车游行等举行冬季比赛。



## 3-4月

### 老鹰节

据说，用老鹰打猎的传统做法早6000年前在中亚游牧民族中形成，而蒙古国一直保存到现在。“老鹰节”将于3月5日在首都乌兰巴托，秋天10月份的第一星期周末在老鹰之乡阿尔泰山脉地区巴彦乌列盖省举行。老鹰节以老鹰比赛的形式举行，观察老鹰的狩猎能力。老鹰被安置在山顶上，当它的主人在山下召唤他训练的老鹰，鹰必须得到主人的认可并且飞过来坐到他的手臂上。以最快的速度 and 最潇洒的飞行模式坐到准确位置为领先，才能定夺得分情况。此外，人造生物被骑马的人拖到地上，检查老鹰的猎物观察情况和狩猎能力。



## 5-6月

### 乌兰巴托马拉松大赛

每年五月份的第三个星期六举行的国际马拉松赛每年有三万余人参加包括外国和本国公民以及各年龄段的老人，孩子和年轻人。参加比赛的运动员分成两组，分别是专业运动员和业余爱好者。



### 第12届Power Expo & Festival

此为集结极限运动、娱乐、音乐节和博览会等多种元素的活动。





### 腾格尔世界萨满节/五月举行/

是蒙古族传统文化的重要组成部分，也是萨满教的重大宗教节日。这一盛会将汇聚来自世界各地的萨满信徒。

### “UB自行车之旅”国际自行车/六月举行/

是由喜爱健康生活方式的公民和运动员们参加的活动。



7-8月



### “草原风”摩托节

该节是专门为极限运动爱好者设计的活动，今年举行的第四届摩托节行程从俄罗斯的贝尔加湖到乌兰巴托市再到内蒙古地区。来自世界各地来的摩托车爱好者都会骑着他们心爱的车子来参加本次活动。

### “PLAYTIME” 现场音乐会

PLAY TIME音乐演唱会（7月份）将举办在离乌兰巴托市30公里处Mongolian Shiltgeen Tsogtsolbor。这演唱会已成了国际文艺创作者们每年向往来观看的演唱会之一。



### 蒙古袍那达慕

蒙古袍那达慕节每年7月10日在苏赫巴特尔广场举行，作为本世纪游牧文化的一部，分向全世界推广蒙古族和蒙古少数民族服装和装饰品为目的。蒙古袍那达慕节日期间，我们将能够参观蒙古民族的特色装饰品，民间艺术表演，蒙古袍时装秀，蒙古包，蒙古族手工艺品展会等。



## 那达慕节日

那达慕是蒙古人民骄傲的历史，奇迹般的文化和习俗的典范。那达慕也叫男儿三向比赛，在严格的规定下进行摔跤，射箭，赛马比赛。根据祖传下来的规定来进行比赛，选手必须穿着特殊的衣服。比赛结束以后嘉奖胜利的摔跤手，射箭手和马，他们将得到的荣誉和封号。这个节日是旅客朋友们最受欢迎的活动之一。



## 乌兰巴托美食节

向国内外游客推广蒙古族美食文化，向国内引进国际美食文化以及发展特殊兴趣旅游项目是举办“国际美食节”活动的意义存在。在活动期间，各个餐厅都会用最健康的食材准备他们最拿手的特色菜肴和居住在首都的外国朋友也会准备他们国家的特色饭菜到美食节给游客朋友们提供品尝国际特色美食的机会。“乌兰巴托美食节”是所有美食爱好者不能错过的活动。



乌兰巴托步行旅行节（八月份）在Gorkhi-Terelj自然景区每年八月份举办。韩国、日本来客参加不行旅行节而外国参加人员一年比一年陆续不断地在增加。



## DANSHIG 宗教那达慕

DANSHIG那达慕（8月份）“Danshig那达慕-Khuree tsam”宗教、文化那达慕每年八月份第一周末休假日举办。本那达慕佛教传承文化和“男士三种那达慕（三种娱乐）”连接在一起举办的大型宗教、文化活动。

## KHIMORI 国际骑马射箭比赛

（九月份）提出蒙古民族的习俗、传承、独特文化的射箭骑手发挥技能、智慧比赛的那达慕。

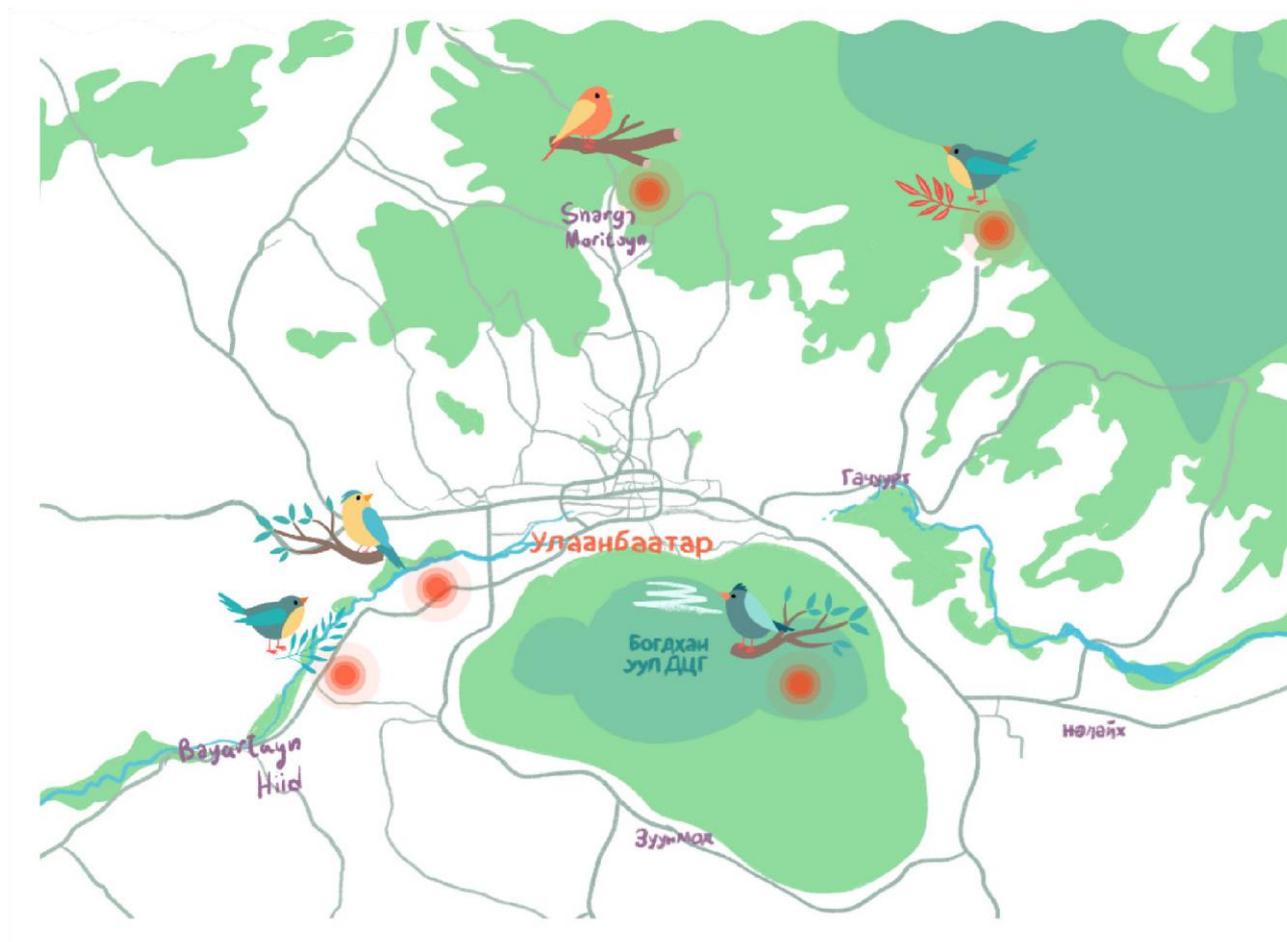


11-12月



成吉思汗日（十一月份），元祖成吉思汗生日是阴历冬季头一个月初一，全国范围内祭拜大皇帝成吉思汗庆祝节日。

# 观赏鸟群



一般出城远走打猎、观赏猎物，但是观赏鸟群就不用去远处，就在乌兰巴托能看到各种鸟类。乌兰巴托市鸟群生育、经过、休息的地点之一，所以对爱好者提供观赏更多种鸟类的机遇。动物中鸟群有自己的特性、飞翔、独特的叫声、有趣的生存环境等等吸引人们兴趣。所以观赏鸟群成为

世界上十大爱好之一。观赏鸟群不需要太多的需求，只要有爱护大自然的爱心和观赏希望就足够，之外您带上望远镜、照相机出发就可以了。蒙古国有519种鸟类统计。在乌兰巴托市附近就能观赏到16群40族鸟群归属中121类227种鸟群。请观赏乌兰巴托鸟群景点。

## 鸿雁湖 鸟类、生存特

性：水鸟、候鸟

通常遇到的鸟类：白骨鹳、黑鹳、褐鹅、灰雁、田野鹅、大天鹅、鸕鶿、红冠鸕鶿、黑鸛、黑鸛、毛鸛、鹅卵石鸛、鸣鹳、绿鸭、普通鸛；位置：松根海尔汗区22站向南2公里处。

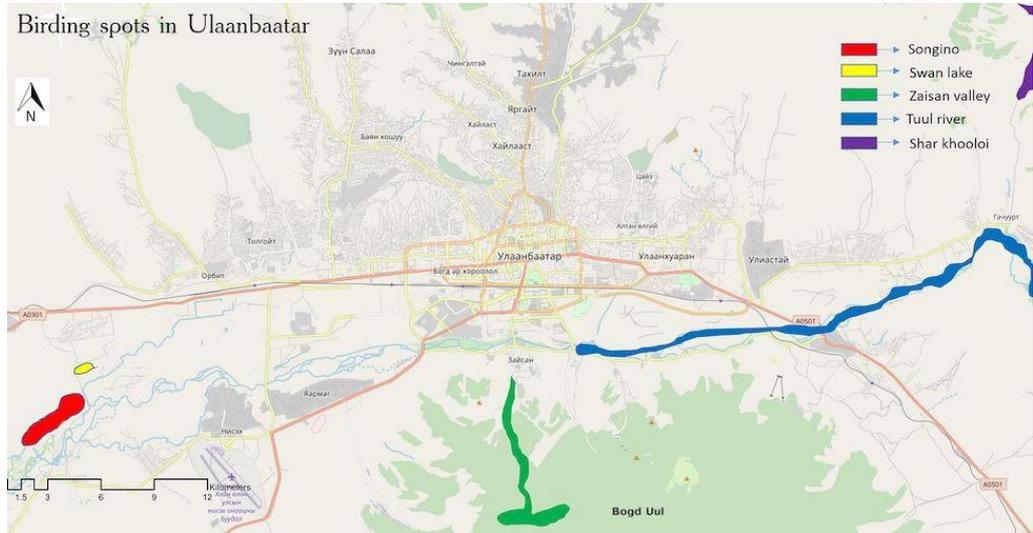
## 宝格达山



鸟类、生存特点：全鸟类代表留鸟和冬季候鸟通常遇到的  
 鸟类：灰鲑鱼、黑尾塍鹬、黑尾塍鹬、蜂鸟、斑鹧鸪、红  
 胸燕鸥、游隼、卵石鹰、游隼、游隼、瑙曼尼燕鸥、马拉  
 鹧鸪、盔鹧鸪、柳雀、蓝喜鹊、红耳鹩, Sooton twist;  
 生存环境：松根山岩壁、图拉河畔观赏适合季节：4-9 个  
 月

### GACHUURT

鸟类、生存特点：  
 针叶林鸟类，候鸟



## 宝格达山

鸟类、生存特性：森林和留鸟

通常遇到的鸟类：五子雀、红腰啄木鸟、西部啄木鸟、蓝腹啄木鸟、大斑啄木鸟、小斑啄木鸟、黑啄木鸟、胡桃夹鹊、竖琴鹊、犀鸟；

观赏地点特征：步行通道，留鸟冬季喂养地点；

注意事项：工作日或行人少时适合观赏鸟。



## Baga Bayan山间

鸟类、生存特点：针叶林鸟类，候鸟

通常遇到的鸟类：针叶林鸟类，留鸟 常见鸟类：黑鹭、鹡鸰、黑松鸡、褐鸢、斑鸢、苍鹰、红斑鸢、红冠鹡鸰、凤头鹡鸰、红冠鹡鸰、西部啄木鸟、黑喉鸢、胡桃夹子、竖琴鹊；

观赏适合季节：冬季

观赏地点特征：幽静、空气新鲜

注意事项：岩壁斜坡居多，所以适合穿着，保障其他准备；

位置：离青格勒台区 Sanzai 公交站 5-6 公里处；

## 图拉河河畔

观赏地点特征：遇到候鸟的重要地点；

位置：松根海尔汗区生物园向北 2 公里处



## GACHUURT

通常遇到的鸟类：针叶林鸟类，留鸟 常见鸟类：黑松鸡、黑腿鹡鸰、黑腿鹡鸰、黑腹苍鹰、黑腿鹡鸰、欧亚鸨、红耳鸢、黑尾鹞、隼、阿马尔隼、田鼠。

生存环境：森林、山谷灌木

注意事项：山谷、森林中步行远距离，所以适合穿着，保障准备；

观赏适合季

观赏地点特征：可以看到其他自然植物节：4-9 月

份



# 老鹰节日

时间：3月  
地址：乌兰巴托



进行狩猎是游牧民族获得食物的传统方式之一。哈萨克人至今保存着6000年的狩猎鸟类和狩猎历史的文化遗产。在蒙古受到训练的一般是1-4岁的老鹰，5-6岁时返回大自然。2010年发起并完成了在联合国教科文组织保护非物质文化遗产公约的鹰狩猎登记工作。鹰节的目的是展示哈萨克民族用老鹰狩猎的习俗，在蒙古国的首都乌兰巴托市“蒙古游牧民的冬季节日”期间举行。

老鹰节日以锦标赛的形式组织比赛，并由以下主要比赛组成：

评判猎人们的服装、老鹰和马的设备

老鹰是否习惯猎人 - 从固定的距离呼叫它并飞到主人的手臂上。

测试谁的老鹰最擅长捕捉他们的猎物 - 察尔盖（主人在他们的马后面拖拽狐狸或动物皮肤，让老鹰捕捉。）

我们邀请您参加东亚游牧民族的独一无二的老鹰节日。



# 乌兰巴托夜市



## EON CLUB

EON club 虽然成立时间补很长，但理所当然成为年轻人最喜欢娱乐的地方之一。营造出三种不同的室内装修环境，其特点是任何年龄层都可以享受娱乐。它具有标准的俱乐部布局，配备齐全的外部灯和 LED 屏幕。在这里您可以体验嘻哈、浩室、电子音乐和电子音乐的节奏。EON Club 位于乌兰巴托最大的娱乐一条龙服务中心，您完全可以从一处享受必要的服务，而体验蒙古最好的 DJ 音乐快乐。

## MINT ULAANBAATAR CLUB





MINT Ulaanbaatar 是蒙古头号最大的夜总会之一。Mint 由俱乐部、休息室、VVIP 艺术和花园所组成。每晚都有自己独特的气氛、装饰、音乐、服务等等外配置了最新型 VOID Acoustics 系统。MINT 有独特的特点，让您度过一个难忘的冒险之夜。在这里您享受可以体验嘻哈、浩室、电子音乐和超新节奏。

#### ZU CLUB

Club Zu 位于乌兰巴托最繁华、灯光辉煌的市中心。它配置才华横溢的 DJ，被认为是城市最火的夜总会。ZU 的舞池还配备了最先进的 Void Acoustics 音响系统、令人惊叹的 Madrix Light、MadrixMaxx 系列系统和应用 Magicfx CO2 新技术。ZU 的两个大房间将为您提供来自著名 DJ TMK 和 EDM 的电子音乐和来自自主舞台的嘻哈音乐。尽情享受 Club Zu 充满活力的气氛。

#### CHOCOO METROPOLIS CLUB

Choco metropolis club 是一家位于灯光辉煌的新标准会所，是代表当代都市艺术潮流和发展程度的中心点。各位 Metropolis 的会友们，我们感受三个不同兴趣的数字化环境，配置高能设备，可以用眼睛、耳朵和心灵来感受，让我们一起创造俱乐部的下一步发展！我们邀请你，欢饮享受。

#### FAT CAT JAZZ CLUB

一般来说，在任何一个城市都会有一个高档优雅的爵士乐俱乐部。“FAT CAT”在我们大都市中心演奏爵士乐，受到人们的热烈欢迎。热恋中的年轻情侣，前来治愈破碎的心灵，怀念旧日美好时光的老一辈享受着爵士乐感受幸福和慰藉。不寻常的音乐让人想起过去，不悲不喜，却有着能触动任何人心灵的魅力。

# 现场俱乐部



## HARD ROCK

在全球拥有 120 多家分店的 Hard Rock Cafe，在乌兰巴托就有一家分店。硬摇滚的铁杆粉丝到访所在国家/地区的分店享受摇滚是一种传统，这也让他们有机会了解该国家/地区的音乐场景。它不仅成为外国人最喜欢的地方之一，也成为城市年轻人最喜欢的地方之一。蒙古乐队定期演奏。此外，您还可以从 Hard Rock Ulaanbaatar 精品店购买您最喜欢的商品，并将它们添加到您的收藏中。

## NICTON CLUB

Nikiton 乐队每周都会在俱乐部演唱他们的全场音乐会，以及每周一、周二、周三和周四举办“The Cover Band”现场表演，以及每周六由蒙探索蒙古，享受免税购物

古摇滚和流行歌星联合举办的全场音乐会。此外，在短时间内，它已成为热爱现场音乐的年轻人的热门聚集地点。

## RIVER SOUND

过去时光中“RIVER SOUND”这个名字已经成为蒙古娱乐品牌的名称，是这座城市夜生活不可或缺的一部分。离首都的中心广场只有几分钟步行路程的俱乐部的常客是国内外宾客、艺术明星、政治人物和年轻的商人。没有蒙古摇滚乐队和歌手，以及访问我国的外国明星。已有 16 年舞台经验的“River Sounds”俱乐部舞台上演出世界摇滚、流行、爵士乐和当代音乐新趋势的经典节奏为您的身体和灵魂充电。

# MONGOLIA

## 蒙古国旅游增值税退税指南

欢迎来到蒙古！申请增值税（VAT）退税，让您的旅行更加难忘。按照这些简单的步骤来收回一部分购物费用。

1. 增值税税率：10%  
符合条件的购买可享受 10% 的增值税退税。
2. 最低消费支出：每张收据 500,000.0 蒙图  
获得增值税退税资格，请确保您的购物收据总额至少为 500,000.0 蒙图。
3. 谁符合资格？  
在蒙古停留时间不超过 90 天的游客有资格获得增值税退税。确保您的访问是为了旅游目的。
4. 免税商品  
退税适用于您个人行李中出口的物品。
5. 不可退税商品：
  - 消费税商品，如酒类、烟草等。
  - 药品，药物类。
  - 食物
  - 黄金、白银和其他稀有金属及矿产资源。
  - 根据成文法绝对禁止出口的其他货物。
  - 根据《增值税法》第 15.17.5 条规定，不得在购物者个人行李中携带出境的物品。
  - 免征增值税的产品

# MONGOLIA WHERE THE LAND MEETS THE SKY



## 蒙古国免税购物的重要信息

### 第 1 步注册



享受免税购物，请通过“EBARIMT”应用程序在线注册，或访问机场到达大厅的免税柜台获取您的数字条形码。

### 第 2 步购物



1. 寻找贴有 TAX FREE 标志的商店。
2. 每张收据至少花费 500,000.0 蒙图（包括增值税）。
3. 请销售助理扫描您的数字条形码以生成免税收据。

### 第 3 步 退税流程



1. 将退税柜台设在钦吉斯汗国际机场二楼。
2. 扫描护照并使用“退税机”申请退税。
3. 购买商品的价值或数量超过一定金额时。它会提示您将货物交给海关官员进行检查。否则可能会导致无法退。
4. 通过出入境检查站后，在机场以现金或通过支付卡领取增值税退税。

感谢您访问蒙古！我们感谢您的光临，希望您享受探索蒙古之美和文化的时光。不要忘记申请增值税退税，让您的购物体验更加愉快！安全旅行！





请扫描此二维码下载“EBARIMT”应用程序。



SHUTTLE BUS SERVICE

## Route 2

New Ulaanbaatar  
international airport



Ramada  
Ulaanbaatar Hotel



Best Western Premier  
Tuushin Hotel



Holiday Inn  
Ulaanbaatar Hotel



Novotel  
Ulaanbaatar Hotel



Chinggis Khan Hotel



Kempinski Hotel  
Khan Palace



CONTACT US NOW  
1800-1700

SHUTTLE BUS SERVICE

## Route 1

New Ulaanbaatar  
international airport



Ibis Styles  
Ulaanbaatar Hotel



Bayangol Hotel



The Blue Sky Hotel



CONTACT US NOW  
1800-1700

Tradition - Meets - Modernity

# HIDDEN GEMS AT YOUR FINGERTIPS

# Citypass<sup>®</sup>

ulaanbaatar



2024  
TRIP

BIG  
SALE

BOOK  
NOW!

## PACKAGE INCLUSION

- ATTRACTIONS
- CITY TOUR & COACH TRIP
- CITY NIGHT EXPERIENCE
- EXECUTIVE TRANSPORTATION

## TYPES OF PASSES WE OFFER

- EXPLORE PASS- PERFECT FOR SHORT-TERM VISITORS
- ALL-INCLUSIVE PASS- UNLIMITED ATTRACTIONS EVERY DAY
- CITY NIGHT PASS - EXPERIENCE CITY NIGHTLIFE
- FLEX PASS - PERSONALIZE AND CHOOSE AT YOUR OWN PACE

Citypass<sup>®</sup>  
ulaanbaatar



Download Now!



Maximize time, budget & memories with Ulaanbaatar Citypass. Choose from captivating attractions, immersive tours & engaging activities. Download our app, select passes, use QR code for hassle-free entry. Explore, save & create unforgettable experiences with ease

[WWW.CITYPASS.MN](http://WWW.CITYPASS.MN)

# Ulaanbaatar

## City Tour

城市之游城市之游包括以下项目：

- ✓ 城市的著名景点
- ✓ 导游
- ✓ 游牧民俗表演
- ✓ 游览当地特色商店

会面点：

📍 14240 乌兰巴托市太平大街苏赫巴托广

场预定：二维码蒙古国



通过乌兰巴托城市巴士旅游服务，您将有机会参观首都的历史文化古迹、博物馆和国家主要制造企业，深入了解蒙古丰富的遗产和工业发展。

此外，我们还提供乌兰巴托Citipass服务，为您提供各种特价和折扣，让您的旅行更加经济实惠、舒适便捷。

**MONGOLIA**  
· ALWAYS · MOVING ·

**Citypass**  
ulaanbaatar

**visit**  
Ulaanbaatar

+976-9030-8687 | [www.citypass.mn](http://www.citypass.mn)