

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。



VIST
Ulaanbaatar
www.visitulaanbaatar.net



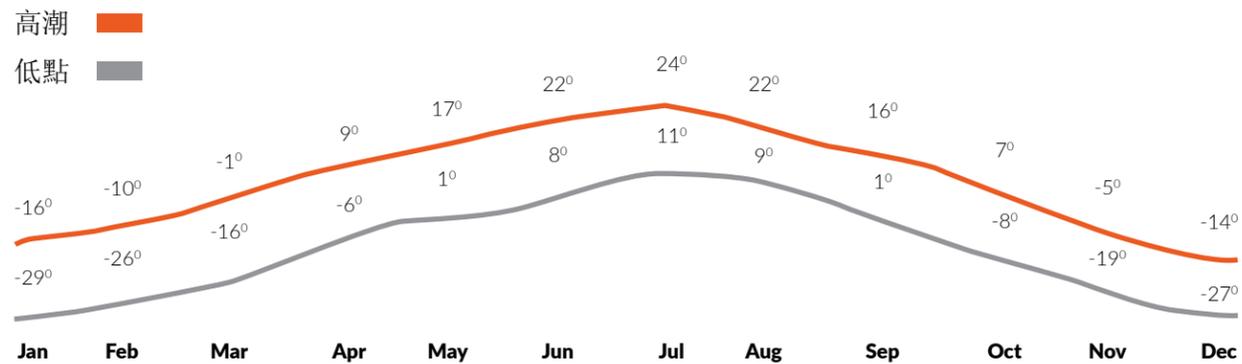
MONGOLIA
ALWAYS MOVING

ULAANBAATAR
magazine



Download Now!

烏蘭巴托市年平均氣溫

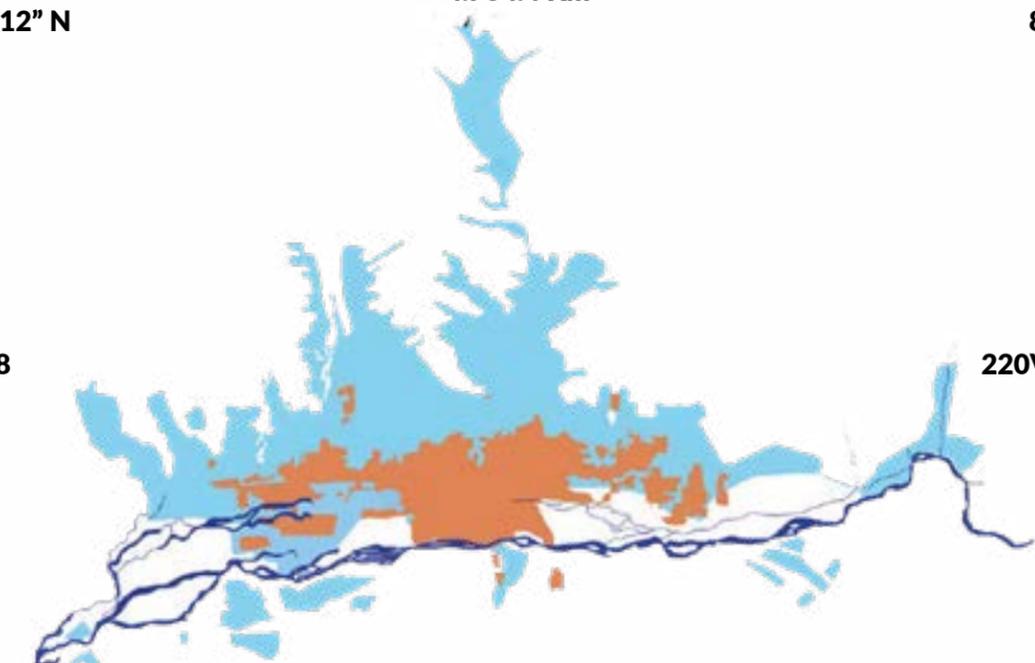


春天 5 C°	大多數日子都有風，溫暖，天氣涼爽	秋天 7 C°	溫暖的日子開始消失，寒冷的天氣開始降雪到達
夏天 30 C°	熱，但請記住它可以下雨時很冷	冬天 -25 C°	它是最冷的首都之一，所以你應該帶一些保暖的衣服

經度和緯度 106 55' 12" E 47 55' 12" N	領土面積 4.704.4 Km²	普通遊客來蒙古每年 808,956
--	---------------------------------------	-----------------------------

時區 GMT +8	電 220V 50HZ
---------------------	-----------------------

國家/地區代碼 +(976)	人口位於 蒙古 3'504'741 烏蘭巴托 1'640'781	貨幣 MNT
--------------------------	--	------------------



CONTENTS

Mongolia

烏蘭巴托、城市靈子	2
蒙古包.....	6
蒙古传统文字.....	7
蒙古民族服装.....	9
蒙古隐蔽形象.....	10
關於烏蘭巴托市的 10 個事件.....	16
欣賞蒙古傳統音樂的魅力.....	18
烏蘭巴托週邊度假勝地.....	24
友誼之都週邊生態環境.....	26
烏蘭巴托週邊度假勝.....	28
詳細了解 9 頁.....	30
飯店.....	32
第一天行程.....	34
國際品牌大風暴.....	41
乌兰巴托以外的旅游景点.....	42
購物與服務中心.....	44
大都市博物馆.....	47
乌兰巴托夜市.....	48
现场俱乐部.....	49
UB EVENTS.....	50
年老鷹節日.....	55
蒙古：仅需点击几下.....	60
乌兰巴托周边户外娱乐活动.....	64
生态乌兰巴托360指南.....	66
观赏鸟群.....	68
历史文化古迹.....	70
博格达汗山国家公园.....	72
HIKING ROUTE.....	74
烏蘭巴托市必去拍照地點.....	77
蒙古国旅游增 值税退税指南.....	78

烏蘭巴托、城市靈子



世界上有大大小小的城市很多，但每個劇團都有一個不平凡的童話故事，都有一個輝煌的古老故事。各地區的水土、山峰、防禦工事、獨特的色彩、獨特的日本歷史魅力，以及獨特的不斷擴張的歷史、靈性、火紅的文化。這就是術語“Genius Loci”所指的地方。

白根是Negasekai互相同意世界歷史上有四個人，這是一百萬年前寫下的人類歷史。

這是事實，我很生氣。這座現代城市裡的燈

籠，還不是一百萬年前人類歷史的點點滴滴，也是一千多年前古漢王朝和大蒙古帝國歷史記錄的光輝典範。這是佛教傳統的獨特作品，是古今人們智慧的結晶。這是分佈在世界各地的蒙古精神家園。這是一座永遠現代化、充滿生命力的城市。

它有著豐富的歷史、神奇的故事、原始的自然風景、神秘的寺廟建築、現代風格的建築，還有超過100萬熱情友善的居民住在這裡。

當您前往廣州這座城市時，您將接近天才基因

座之謎，並且您將能夠與友好的城市人民互動。當我們互相交流的時候，我們不必親臨這個地方，見面的回憶也比以往更美好。鄭汝此事業，誠心歡迎您光臨蒙古唯靈園烏蘭巴扭市。

您對蒙古之旅的開始有何感想？

蒙古國中心城市

每年都有超過千人前往蒙古並開始前往蒙古旅遊。每次去村莊我都想去蒙古，每次去都會探索村莊的深巷，所以我想給蒙古人民的歷史留下

一個印象。到了博物館、博物館、博物館、古董店、古廟、電影廳、展覽館，你就會有一點體驗。我們的首都，引進了蒙古人民獨特的文化，蒙古古今的知識，進一步充實，再充實。

蘇河位於巴天城中心區，巴天城中心區是你必須離開的地方。同一個地方還有一尊吉志漢的大型雕塑。蒙古人被崇拜崇拜，蒙古其他地方滅亡，蒙古其他地方滅亡。蒙古人民統一了國家，依法治國，文化立了，地方開發了，改革了，蒙古人民興旺發達。



讓您熟悉蒙古歷史時代的另一個地方是位於烏蘭巴托市附近的川金布拉達嘎成吉思汗騎馬雕像公園及13世紀主題樂園。

那麼，烏蘭巴托市和生活在這裡的市民又是如何狀況呢……烏蘭巴托市是蒙古民主革命發源地，是時尚文化藝術、教育、科學、經濟中心，如今，百餘所高校的15萬大學生以及企業精英、就職於本國和國際性集團的管理人員、千萬個國家機關的15萬大學生以及企業精英、就職於本國和國際性集團的管理人員、千萬個國家機關在城市的建築程度。在博物館和畫廊中展示蒙古國寶級藝術作品和現代美術大師們的經典作品。在劇場舞台上演繹現代與國際經典

歌劇，電影院裡蒙古本土影視作品和好萊塢大片不斷地開幕。匯集多國美食的餐廳裡，人們與自己的家人、親朋好友、同事用餐。風華正茂的青年們在咖啡廳裡談天說地，在燈光閃爍的迪廳裡熱情奔放的年輕人們隨著國內外DJ手的狂熱節奏盡情地狂舞。而在海納國際馳名品牌的高樓大廈旁，常常會出現穿著傳統蒙古服飾的牧馬人悠哉悠哉地觀光。

如今，女士們在忙碌的一天開始之際讀一讀蒙語版《時尚》雜誌，商業精英們用蒙語翻閱《福布斯》，透過「彭博」蒙語電視台及時收看經濟報道，閱讀愛好者閱讀加繆、卡夫卡、村上春樹等著名作家的作品。這是烏蘭巴托市民一天生活的情景，是他們生活的節奏，是世界眾多城市共有的節奏。但也許你之前從未體會過烏蘭巴托的節奏。

傳承文化遺產的城市

蒙古人民如今仍在保護並不斷恢復佛教文化。在蒙古歷史上，佛教曾被三次大規模傳播，並形成了另類佛教文化和藝術，如今僅蒙古地區才有蒙藏、漢藏、漢蒙民族風格混合搭配的佛教寺廟。20世紀初蒙古曾有1250座佛教寺廟，但在上世紀30年代的大清洗政治活動中大部分寺廟被毀滅無影。

由300多個蒙古工匠在1904-1908年間建成的崇靖喇嘛廟（興仁寺），本身就是個獨特建築遺產。其內收藏的珍品充分體現了蒙古佛教文化歷史的變遷。這裡不僅有札那巴札爾活佛和徒弟們製作的精緻作品，還有多倫淖爾風格的銅像和經書、寺廟跳欠面具。

至今活躍依舊的甘丹寺，仍是國內外遊客和信教民眾前來跪拜的聖地。當然，來者皆為脆拜寺廟正殿內的

27公尺高章冉澤大佛而來。章冉澤佛是仁慈之大佛。1911年，蒙古博格達汗第八世哲布贊丹巴活佛為求國泰民安，下令塑造章冉澤大佛像，但在上世紀30年代大清洗時期曾被破壞，後於1996年蒙古人民重新塑造瞭如今的大佛像。如您到甘丹寺內細心觀察，會發現很多歷史蹤影。

那達慕上蒙古男兒三項競技，最能體現游牧民族傳統文化特色。那達慕是蒙古人普天同慶的盛會，是流傳千百年並保留至今的游牧民族文化免疫力。蒙古人認為那達慕能夠促進群眾的凝聚力，給家庭帶來平安，使得蒙古民族在思想與文化上擁有認同感。每到夏季，蒙古國各地都會舉辦不同規模



蒙古包

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）达拉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Lodoi jaltzan1269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。

蒙古民族服装



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、牙签、镊子等。上述物品有用贵重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（TOORTTSOG、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。

蒙古隐蔽形象



萨满教

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。

蒙古隐蔽形象



佛教

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TÖGÖNTUMUR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。



驚嘆寺

佛教文化受到嚴重打擊的非常時代，這裡沒有中斷過虔誠的喇嘛們念經、打鼓、敲鑼的聲音。甘丹寺有純蒙古風格和蒙-漢、藏-漢風格的六座廟之外，還有佛教學院、宗教藝術學院等。有很多信教民眾前來拜佛燒香，當你走進甘丹寺殿堂時，燒香味撲鼻而來，給一種美妙感覺。

甘丹寺大廳裡章冉澤大佛像，高八十尺左右，最早1911年塑造。而1937年紅色革命時代破壞，運往當時的蘇聯地區後不知去向。1991年蒙古人民重新啟動恢復大佛之像的工作，1996年竣工。

美國著名演員、旅行家米歇爾羅德里格斯來蒙古看甘丹寺大佛像後向記者稱「有26.5米高佛像的這座廟宇，不僅僅是舉行拜佛禮儀的地方。我覺得這座佛像更是蒙古人民崇尚自由、主權和嚮往美好未來的象徵。蒙古人民為了擺脫社會主義體制後的自由生活而重造世界像人類。」



關於烏蘭巴托市的 10 個事件

烏蘭巴託有著貫穿古今歷史的特殊身份，這裡有才華橫溢的藝術天才、矯健的體育健將、誠信的企業家、高素養的青年等等。這是一座有發展志向的城市，有著光明未來的城市。是跟世界各地的城市一樣選擇空間多、機遇重重的快節奏城市，有著豐富城市文化和奇聞怪事，充滿刺激。

1

教育中心

烏蘭巴托市有145000名大學生攻讀在69所高等院校，命名為大學生城市。比如，蒙古國立大學、科技大學、畜牧農科大學等等國有大學之外還有國外高等院校也在開展教育事業。



2

蒙古金融中心

蒙古現有14家商業銀行在烏蘭巴托市開展金融活動成為蒙古國金融中心。另外還有亞洲發展銀行、歐洲銀行、中國銀行、渣打銀行、東晉三菱銀行、ING銀行、三井住友銀行等國際大型在蒙古開展業務。

3

礦業經濟交易中心

目前蒙古國產出16,927,600噸煤炭、349,000噸銅精粉、2,101.8公斤黃金、1,654.4噸鉬精粉、582,600噸鐵礦、331,400噸鐵精粉、12,800噸螢石礦、3,700噸螢石精粉、85,500噸鋅精粉、2,436.5噸銀精粉等等。烏蘭巴托市作為礦業產品貿易中心吸引力國際大型礦業公司的興趣。比如力拓公司、Areva 和 Turquoise Hill 資源公司等等國際大型礦業企業在蒙古國經營業務。

5

礦業經濟交易中心

如果您沒看過蒙古那達慕，那請不要說自己對蒙古有多了解。一到夏季，蒙古大地到處舉行不同規格的那達慕。其中最隆重、龐大、壯觀的那達慕是在烏蘭巴托舉行的國家那達慕。還有另類那達慕是富有宗教色彩的宗教那達慕，這個那達慕上不僅上演摔跤、射箭、賽馬蒙古傳統活動外，更主要的是跳欠、喇嘛捏面塑比賽、翁增喇嘛念經大賽、經文辯論賽等宗教活動。

4

現代“茶葉之路”

絲路與茶葉之路，是人類歷史上穿越亞歐大陸的兩大路線。路經當時烏蘭巴托市的茶葉之路，是通貨量僅次於絲綢之路的主要貿易通道。如今的烏蘭巴托，仍是穿越歐亞大陸鐵路之樞紐，對區域路線佔有重要地位

6

現代“茶葉之路”

當你從城市走出去僅幾公里之外，從幾百萬年前一如既往地保留至今的原始自然風貌出現在你眼前，一望無際的原野及牧民傳統生活方式、古寺廟遺址、自然生態構造、古人建造的陵墓以及異想天開的岩畫，讓你遐想連篇。

7

歷史上的烏蘭巴托

據傳說，方圓千里被稱為「白城」的薩日達格寺金頂在絢麗的陽光下閃爍出金色光芒。薩日達格寺在活佛札那巴扎爾建立佛教中心的宏偉夢想下1654年建於肯特大山脈深林中，但尚未發揮其主導作用，卻在1687年被破壞，使後人倍感惋惜。通過後來的考古工作驗證，這裡曾有外圍石牆院的九座廟和3座塔。考古工作中出現的佛像手工非常精湛看得出這裡曾經是雕塑藝術之寶地。目前，發現了佛教五大教派的千餘佛像雕塑，每座雕塑手工均不同。據推測，應有更多的佛像在被埋藏。在考古過程中發現一個大型的佛像遺址的同時，也發現出17世紀武器、盔甲、鐵匠工具等物品。

成為如今烏蘭巴托市歷史之淵源的這個地方，曾經是佛像雕塑藝術的奇蹟，更是對如今的烏蘭巴托歷史添加了濃濃的藝術色彩。



8

度假寶地

烏蘭巴托有很多綠色、環保行旅遊資源，這讓您很容易融入到大自然中。如您希望親近大自然，每年四季都可以攀登世界首個自然保護區之一博格達山保護區的策策公峰，在山腳下的烏蘭巴托市附近騎自行車遊覽或釣魚、騎馬、騎駱駝。在夏季，沿着圖拉河玩遊艇或乘坐旋翼機、滑翔機、熱氣球翱翔藍天。冬季，坐上狗拉雪橇觀光或腳踏滑雪板飛躍而下。並且，烏蘭巴托市內或周邊地區有很多其他的知識、歷史、文化題材旅遊項目，讓你玩得不亦樂乎。

9

市內貿易中心

遊客最喜歡去的市集，是被稱為黑市的那仁圖拉露天市集。這裡是名副其實的大百貨，並且價廉物美，這裡每天都是車水馬龍的情景。當然，烏蘭巴託也有賣著國際著名品牌及奢侈品的國際標準大型商場。蒙古國尚未推出奢侈品稅，所以這裡是您低價購買世界著名品牌的好地方。另外，還有成為蒙古品牌形象的羊絨產品以及民族服裝、裝飾品，富有民族特色的禮品等。

10

安全寧靜的都市

烏蘭巴托市內很少發生犯罪行為，群眾祥和而大度、寬容，並且市民們會說外語，向他們求助，會很友好地提供幫助。在旅遊季節期間，烏蘭巴托街道上有許多帶有「Tourist guide police」標籤的志工，他們會給您各方面的幫助。

欣賞蒙古傳統音樂的魅力

蒙古人傳統音樂中的蒙古長調、呼麥、馬頭琴、民族舞被聯合國教科文組織列入人類非物質文化遺產。

長調、呼麥

每個國家、民族的傳統藝術能夠反應這個民族的生活方式、民俗、情感特質。高亢的蒙古長調、深沉的呼麥是蒙古人民藝術天賦的結晶，是民族音樂精粹。蒙古人對大自然的崇尚，對人生的領悟，他們心靈深處的感悟，完全透過呼麥、長調體現。從呼麥能感悟到山水風景以及風聲、流水聲、飛禽的鳴叫、人與自然的融合和人類內心深處。而與悠揚的馬頭琴相融相合的長調歌曲，自由奔放，曲調悠長，是安撫自然世界和人類靈魂的神奇傑作。現今再大的藝術表演廳的空間都不足以容納呼麥和長調的澎湃氣勢。

柔術與民族舞蹈

蒙古柔術表演，是凡到烏蘭巴託的客人最喜歡看的藝術表演之一。古代蒙古，在大汗、貴族的宮廷、那達慕節日、藝術活動中，少女們透過他們柔術表演，形容展示佛祖的姿態、動物的動作、蒙古民族傳統圖案形式等等。

蒙古的柔術發展成為經典藝術表演

蒙古每個部落的舞蹈，表現出他們舞蹈動作特徵和內心情感。喀爾喀蒙古舞的動作體現貴族的尊貴以及他們禮節至尊的態度，多用腰部扭動動作。而西部蒙古人的舞蹈，手和胸部、肩部動作居多，動作敏銳而強勁，抖肩、聳肩等動作較多。

希望您欣賞馬頭琴和呼麥的伴奏下盡顯蒙古民族藝術特色的蒙古舞、柔術等表演。

蒙古傳統音樂



ULAANBAATAR



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》

2025.05.01-09.30 | **2025.07.01-08.31**
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.



Tsagaanlavaiensemble@gmail.com
Tsagaan Lavai Ensemble
72720011, 91616641

MONGOLIA
ALWAYS MOVING



THE LEGEND OF GENGHIS KHAN

MONGOLIAN NATIONAL HORSE SHOW

EVERY DAY FROM JUNE 5, 2025 TO
SEPTEMBER 15, 2025



國家歌舞團

國家歌舞團為來訪烏蘭巴托 的客人表演蒙古傳統音樂 之最。這種民樂表演的意 境，領您遊覽阿爾泰山脈高 峰、庫蘇古爾湖畔、東大 草原和南部戈壁灘。如您到 現場看表演，您會一次性將 蒙古呼麥、長調、馬頭琴演 奏、蒙古舞蹈表演、柔術表 演一覽眼，大飽耳福。國 家歌舞劇院有《蒙古大汗》、《黃金家族》、《太陽傳說》、《遷徙》等自創舞蹈和《月亮杜鵑》等歌劇供您欣賞。

國家民樂交響樂團

蒙古國家民樂交響樂團的歷史可以追溯到匈奴帝國。並且，13-14世紀的宮廷音樂合奏團規模之大，前無古人，可以說是那個時代的里程碑。蒙古帝國時期宮廷禮

樂合奏團不僅被馬可波羅、 卡爾平尼、威廉·盧布魯克等人的遊記中記載，更是在《蒙古秘史》、《大元史》、《蒙古黃金史綱》 《 蒙古源流》《青史演義》等歷史著作。

蒙古國家民樂交響樂團富含象徵意義，是蒙古傳統音樂、精神文化的亮點。

蒙古國家民樂交響樂團沿襲

了祖先嚴格的演奏規矩，並且恢復了很多元代宮廷彈奏樂器，使樂器種類更加豐富多彩，也使得這家樂團風格獨一無二。可以說這個樂團的演奏使您親身感受八百年 「前的後設宮廷音樂氛圍。

蒙古政府出令，蒙古國家民樂交響樂團在國家統一節慶、大型活動及國家外交禮儀上表演。

歌劇舞蹈學術劇院

歌劇舞蹈學術劇場由交響樂團、獨唱樂團、芭蕾舞、合唱團等文藝團隊以及行政、生產、表演台、燈光組等後勤單位所組成，有280名文藝創作者工作。文藝著作庫中含有 100多種世界經典和民族歌劇、芭蕾舞著作，每年登台表演26場歌劇和21場芭蕾舞，其中向觀眾演出 100多次世界經典歌劇。

烏蘭巴託有

Altan urag. Arga bilig. Khusugtun、Domog等民族音樂組合經常上台表演。他們把蒙古傳統音樂風格和搖滾、爵士音樂結合，創造了新的民樂潮流。

蒙古新晉音樂組合參與國際電影製作， 在國際大型舞台上上演自己的作品，參加各大音樂節，也有樂隊的作品入圍格萊美獎提名。

烏蘭巴託有很多原始生態音樂、民族歌舞、新晉風格的組合、樂團，可惜在這裡無法給大家一一敘述。沿襲古代遊牧祖先宮廷奏樂起舞的音樂傳統，並結合時代音樂風格，創造現代民族音樂潮流的這種組合樂隊的作品，唯獨在烏蘭巴託才能享受他們的盛宴。

蒙古人藝術巔峰

國家歌劇學術劇場

國家歌劇學術劇場創立於1956年， 是元老劇場之一，含有700-800座的兩個表演廳，容納500個人的一個表演廳。本劇場表演蒙古和世界經典著作，也表演了莎士比亞 《哈姆雷特》、《李爾王》、《奧賽羅》、《麥可貝爾》、《理查三世》、《羅密歐與茱麗葉》等世界經典著作在台上復活。

馬頭琴樂團

很多外國友人說，當聽到馬頭琴音樂腦子會浮現廣闊的草原、碧藍的天空和萬馬奔騰的情景，會產生到親眼目睹蒙古大地的衝動。而在海外漂流的遊子們常提到，當聽到馬頭琴聲，家鄉的美景浮現在眼前，彷彿回到了蒙古大地的懷抱。

馬頭琴樂團由有專業素養的樂手組成，這是蒙古引以為傲的民樂樂團，樂手們技藝高超，表演出神入化。樂團在中國、南韓、北朝鮮、加拿大等國家巡迴演出，也在俄羅斯的彼得羅夫歌劇院、 位於法國的聯合國教科文組織總部演藝廳、義大利、奧地利金色大廳、瑞士聯合國歐洲總部大廳、德國柏林愛樂音樂廳、日本三得利音樂、Accoros、Orchard hall等國際大型舞台上演。

蒙古國國家大劇場

蒙古國國家大劇場創建於1950年。 弘揚宣傳民族歌曲、民族舞蹈、那達慕是取之不盡用之不竭的、獨一無二的文物。本劇場歷史依靠蒙古人民的古老歌曲、舞蹈、那達慕、 口傳傳承，著作庫收集豐富而依靠百姓才能智慧取之不盡用之不竭的在流暢。

新晉民謠器樂組合

木偶劇場

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文艺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。

Tumen ekh乐团

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的独特文艺

烏蘭巴托週邊度假勝地



1. 空中飛翔

從山頂逆風跳下時展開降落傘會受到對流氣層的影響，空中停留的時間更多。烏蘭巴托周圍有好幾個受降落傘愛好者們青睞的地方。穿過雅爾瑪格平原就可以到達博格達山阿爾查特山口，其海拔1200-1400米，頂峰離地面 200米高。從這個山頂上飛下，在空中能夠停留2-10分鐘。烏蘭巴托東邊的巴彥珠日和山海拔1800公尺，頂峰離地600公尺。從這裡最高能飛到1000公尺的高空，停留時間超過10分鐘以上。

2. 自行車旅行

雖然烏蘭巴托市沒有自行車專用道，但這裡的居民都非常喜歡騎自行車。1800年發明的這種交通工具，1900年左右蒙古學者沙格吉首次在烏蘭巴托街道上騎行，這也是蒙古人第一次看到自行車。如今，一年四季的那個季節都可以在烏蘭巴托附近騎行7-70公里。



3. 狗拉雪橇

13世紀來到亞洲的馬可波羅在他的遊記中記載了亞洲人使用狗拉雪橇方面的內容。烏蘭巴托東北方向特爾勒吉森林公園的沿河區域有雪橇旅遊計畫。

4. 騎馬旅行

您來了蒙古不騎馬而返，那是非常遺憾的一次旅行。雖然蒙古馬沒有歐美賽場上種馬那麼魁梧，但騎上蒙古馬旅行，會給你留下回味無窮的美好回憶。

5. 騎駱駝

聽到烏蘭巴托市郊就可以騎上駱駝，你也許會不敢相信，不過確實如此。蒙古駱駝是世界上少數國家才有的雙峰駱駝，冬天騎上雙峰駱駝不僅威風凜凜，而且很溫暖。希望駱駝之旅，使您的旅行更加豐富多彩。



6. 策策公山頂

要想在烏蘭巴托市附近登上觀光，那我推薦您去博格達汗

山的達新哈達山岩和策策公峰。從市中心往西南方向走45公里到中央省宗莫德市，然後從這裡走7公里土路到滿珠師禮寺後步行上山。上山的前半路較陡，不過越往上走坡度越小，沿著較平坦的山脊往上走不一會兒就達到海拔2268米高的策策公頂峰。

7. 高爾夫球場

烏蘭巴托附近有好幾座以國際標準建造的高爾夫球場，場上的球洞大概有二十多個。蒙古夏季陽光充足，但不是很熱，清涼而乾燥，非常適合打高爾夫。在這個季節，亞洲其他國家非常炎熱，並且多雨。因此，許多亞洲國家友人們專程到蒙古打高爾夫。

8. 感受刺激

蒙古許多天然河流適合坐漂流艇遊行，河流中有很多驚險、刺激並能夠考驗老手們經驗與能力的區域。如果您想就在城市附近遊玩，那麼上烏蘭巴托前面的圖拉河即可。圖拉河發源於哈根哈日湖，水流較平穩，偶爾有湧水的小區域，穿越704公里後匯入鄂爾渾河。



9. 不凍河

烏蘭巴托前面的圖拉河凍成冰天雪地了，卻附近的不凍河緩緩流淌。如果你敢做，可以跳進刺骨的不凍河水裡躺一下。踩上河邊冰面的剎那間會感到刺骨的冷，不過緩緩地會感到腳下發燙。

10. 蒼天的精靈一鳥

蒙古有61科、204屬的472種鳥。其中81種鳥就地過冬，391中鳥為候鳥。每年3月份後過冬鳥的活動就活躍起來。我們會在烏蘭巴托附近的森林中碰到這些鳥類。



友誼之都週邊 生態環境

穿越遊牧民族大地的始發站是烏蘭巴托市。這座城市，起源於375年前蒙古中部希熱圖諾爾湖邊叫「烏日格」的城鎮。從當時的發源地遷徙了300公里之外，形成了今天的烏蘭巴托市。雖然沒有歷經千年城

市之文化底蘊，但這座城市也有自己獨特而豐富的故事。當您深入了解遊牧民族之生存智慧、文化傳統之後，會明白這座城市的與眾不同。這裡是好客的遊牧民族之都，和諧城邦—烏蘭巴托市。



1. 特爾勒吉森林公園特爾勒吉森林公園，以

其生態自然風貌、獨特的天然地質構造和各種旅遊特色項目，吸引著來到烏蘭巴託的遊客。在這裡可以騎馬馳騁或坐槳船沿著圖拉河捕魚消遣。如您想鳥瞰森林公園全景，請搭乘機動滑翔機從天空居高臨下。



2. 13世紀歷史主題樂園歷史樂園會直接帶您

穿越到13世紀的蒙古，重溫歷史。共六個部分組成：驛站營、工匠營、牧民營、薩滿營、書籍營、大汗宮殿營。您可以在這些營地裡觀賞、認識古代蒙古人生活環境條件和藝術、教育方式，試穿可汗、皇后、勇士們的服裝。您將自己放在最佳狀態，準備穿越至13世紀。您的旅行會留下與眾不同的感覺。

3. 成吉思汗雕像成吉思汗雕像位於離

烏蘭巴托54公里外的川金布拉達嘎，這個地方也有很多歷史故事。加上基礎建築共40公尺高，設有美術館、展示館、餐廳、禮品店等。這個雕像是世界最大的騎馬雕像。遊客可以搭乘電梯登上馬脖子上的觀光平台，放眼瞭望一望無際的大草原

4. 彥山

幾乎世界每座城市都有飽覽全城的高點，齋桑山是烏蘭巴託的那個點。市民和遊客從這裡瞭望夕陽下的天邊，俯瞰車水馬龍的城市。位於首都烏蘭巴托南部的齋桑山頂上有蘇軍紀念碑。為了紀念哈拉哈河戰爭中犧牲的蘇聯軍勇士

們，1971-1979年間建造該紀念碑。齋桑山西腳下有大佛公園，公園中有23米高金色佛像。另有像徵和平的大鐘與呼天叫地的大鼓



5. 寂靜無聲的阿格拉嘎寺

如您能抽空從烏蘭巴托離開100公里之外，那我建議您去趟阿格拉嘎寺。從市裡到阿格拉嘎寺全程都是柏油路。在這裡，您可以看到巧奪天工的藝術大師們將自己傑作與大自然融為一體的情景。手藝高超

的喇嘛利用自然遺址物塑造了傳說故事中的神靈造型。四角羊等各種特殊造像仿如是转基因動物，又如暗示上天作弄人間萬物。標有「乾坤樹」詞的松樹旁邊有一座座椅型岩石。

坐在這裡眺望天邊升起的朝陽或西落的夕陽，在您眼前展現別具一格的風景。

6. 胡斯泰自然保護區胡斯泰自然保護區，

以蒙古野馬樂園聞名。這裡有許多科屬的植物、飛禽、哺乳類，是活生生的自然活博物館。這裡有馬

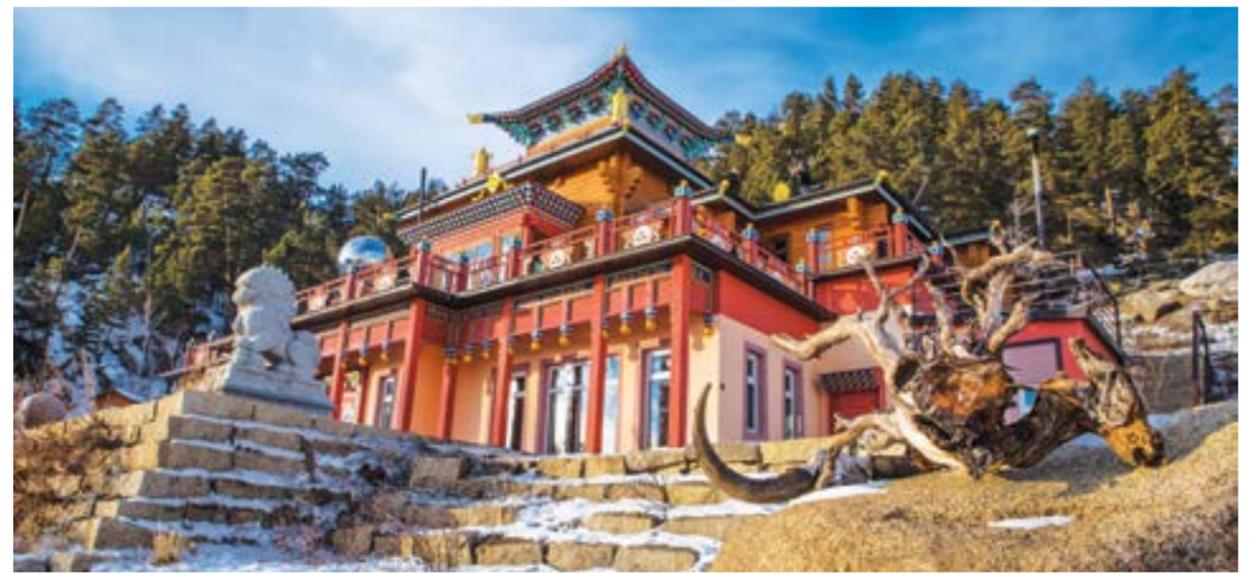
鹿、豬、盤羊、羚羊、旱獭、野狼、猞猁、兔獅、狐狸、沙狐等哺乳類，老鷹、禿鴛、胡鷺、鴻雁、大鴉、斑翅山鶴、鸕鶿等鳥類。這裡可以步行觀光、騎馬遊行或開車旅行。也有一些歷史遺址。在這裡您可以隨心所欲地遊玩觀光。



7. 滿珠師禮寺

滴珠師禮佛是「聰穎智慧之佛」。該寺廟是滿珠師禮佛第一轉世喇嘛魯布桑詹畢樂丹讚的主張下1733年博格達汗山南角始建。因為滿珠師禮寺與博格達山風景融合的無可挑剔，被稱為「喀爾喀五台寺」。20世紀初期這裡有500多喇嘛，是座在蒙古地區頗有影響力的大寺。如今，大寺遺址被保護，當作博物館。

博物館東側的大鍋是工匠扎拉布兄弟幾人在1726年建造的寺廟後勤所用的大鍋。一次可以準備1000人的伙食，直徑215公分，深140公分，容量為1800公升，自重2噸。一次準備1000伙食時，用2頭成年大牛或10多隻羊的肉，燒4車木柴。



烏蘭巴托週邊度假勝地

在烏蘭巴托大街小巷裡的餐廳中, 要想找到眾人認可和喜愛的餐廳嚐嚐口味, 我們可以從早到晚在不同國家、民族風味餐廳串門。蒙古人定居於城市之後, 不斷地品嚐、學習和動手做世界各地的美食。



游牧人美食

我認為游牧人的美食會得到遊客的青睞。石頭烤羊肉、烤全羊、蒙古盒子、蒙古包子、蒙古羊雜湯、手把肉等傳統美食有著獨特的美味。無論在豪華餐廳、大街小巷某個角落裡的小餐館或您蒙古朋友家, 你都能嚐到這些美食。

當一回國王

烏蘭巴托的法國餐廳, 法式高貴典雅的裝飾風格上搭配了蒙古游牧歷史圖片, 餐廳大廳優雅而敞亮, 您在這裡可以嚐到正式的法國美味佳餚的同時, 也可以吃到用養面做的各種美食, 請你到這裡當一回國王。

寧靜的壽司

日本餐廳在蒙古以新鮮的生魚片和優質的米出名, 在這裡也可以吃到牛肉湯烏龍麵。用白、紅、灰、黃等各種顏色的盤子盛壽司, 以此表示價格的不等。依人數可選擇4-6人安靜的包廂, 並可享有壽司套餐優惠價格。也可以嚐嚐日本麥啤酒、日本清酒和朝日啤酒。

白樺林

把烏蘭巴托市稱為俄化都市一點都不為過。烏克蘭、俄羅斯美食中很少採用炒、烤製作方法, 因此味兒不是那麼濃。用葡萄、葵花和各種圖案裝飾的牆面、桌子、樓梯……………這優雅的餐廳美中不足就是沒有空位。我建議您點個白樺樹脂做的美酒開開胃。在這舒適、優雅、溫馨的俄式餐廳盡享美食離開時總覺得自己在白樺林中停留了很長時間似的。



不被複製的意式風味

烏蘭巴托有義大利餐廳。黑色燈飾、帶有綠影的黃色牆面、白頂、棕色桌子、套上白罩的椅子、寬而大氣的吧台, 還有剛出爐冒氣的意式點心他們相信自己做的是正宗意大利麵。美味薄麵披薩以及義大利大廚親手做的義大利麵供您享用。這裡的美食的意圖。

沒有任何複製、蒙古當地化

享受美式餐廳氣氛 美国人生活的追求标准可能就是: 应有尽有。餐桌上盐、醋、油、番茄酱、花椒粉、牛排料统统给你准备上。吧台后面调酒师调鸡尾酒, 在黑色桌子旁边棕色高凳子上坐满了客人。当您透过窗口观看路上交错的汽车刹那间, 服务生前来送上菜单。菜单上有鸡肉、猪肉、牛肉、奶油、葱、西红柿、奶酪等美国当地西餐应有尽有。

佛國的问候

印度人總是為前來作客的人虔誠地祈禱, 希望佛祖保佑他們。如果您想目睹他們的虔誠, 請到烏蘭巴托的印度美食餐廳。

「Namaste」凡是對略懂或會說梵語的人說這句話, 可以說送上了您希望他幸福、快樂的祝福和尊敬。

在烏蘭巴托, 去印度吃過印度餐的人常說那裡做得沒有烏蘭巴托的好吃, 燒焦味兒很濃。只有親自去品嚐, 您才能感受到西瑪利亞雪山長的印度調味料跟生長於蒙古大地的美食原料融合的如此之默契。其味道和香味兒是征服客戶的秘密武器。當你走進金黃色與棕紅色搭配的溫馨環境時, 穿著亮色鞋、波著紗巾的姑娘們面帶微笑迎接您, 印度餐代名詞咖喱的味兒撲鼻而來。

亞洲美食

烏蘭巴托市內, 推薦您品嚐台灣風味的餐廳並不多, 台灣餐廳有各種各樣的包子供您選擇。而且, 可以透過玻璃牆看到大廚們在廚房內正為您準備美食的場面。

蒙古人最愛吃的應該是韓餐。只因如此, 在烏蘭巴托有很多高低檔不同的韓國餐廳, 您可以根據自己的需求選擇任一餐廳。

速食

烏蘭巴托的蒙古本土快餐和國際快點日益迅速地發展。蒙古快餐廳為您獻上傳統蒙古餐和西餐, 而KF-C、Pizza Hut、Burger King 等國際快餐提供您再熟悉不過的美餐。

也許您聽到有人說快餐無營養價值等類的話, 不過我相信使用蒙古天然食品的這些美餐肯定符合您的要求。

龍的咆哮

蒙古國與有著豐富飲食文化的大國毗鄰。在歷史的長河中, 蒙古人或多或少受到了中國飲食的影響, 例如蒙古包子、盒子、爛面等均源於中國, 只不過游牧人民學過來後加大了肉的比例。烏蘭巴托有很多中餐館, 口味如何, 那得問問知情者, 如有人能夠給你提建議, 那最好不過了。

一夜五種感受

您在烏蘭巴托可以一夜之間體會五種不同感覺。豪華靚麗的高級俱樂部以及參差不齊的紅磚裝飾並安裝耀眼光的小型俱樂部, 不管到哪個俱樂部, 都可以與球迷們碰杯討論球賽。也可以去現場演奏的、hiphop、R&B 風格的酒吧和跳薩爾薩舞的地方。也有專為25歲以上成年人開放的特殊夜總會。烏蘭巴托俱樂部文化正在逐漸拓



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

在烏蘭巴托找不到一個不做包子的餐廳，餐廳或家庭。包子是每逢過節期時吃的主要食物之一。動物肉配上洋蔥、鹽和其他香料調製成餡料，用擀好的麵包住以後再用擀麵杖擀成平坦的形狀以後叫做餡料餅，餡料餅用熱油炸成。在節慶，野餐，旅行的時候最適合外帶的常見食品。蒙古傳統節日那達慕的時候到處都能遇見吃著餡兒餅的人們，到時候到處都能看見賣餡料餅的蒙古包餐館兒，會讓您身不由己的想嚐一口。

2. 餡餅

動物肉配上洋蔥、鹽和其他香料調製成餡料，用擀好的麵包住以後再用擀麵杖擀成平坦的形狀以後叫做餡料餅，餡料餅用熱油炸成。在節慶，野餐，旅行的時候最適合外帶的常見食品。蒙古傳統節日那達慕的時候到處都能遇見吃著餡兒餅的人們，到時候到處都能看見賣餡料餅的蒙古包餐館兒，會讓您身不由己的想嚐一口。

3. 石頭烤肉

把羊肉下鍋以後蓋上鍋蓋，用火煮熟的熟食叫做KHORKHOG「石頭烤肉」。做這道菜的時候首先把羊肉切成小塊兒，同時準備加熱好的石頭，有程序的放進鐵鍋裡頭加上蔬菜和調味料之後把鍋蓋蓋緊。加上少量的水會讓烤肉變得更嫩有湯水。石頭烤肉製作過程非常有趣且值得參觀。羊肉對人體有補充營養的功效所以這道菜變成了野餐或旅遊時必做的主要美食。

4. 烤全羊

BOODOG也是属于一种石头烤肉，但是做法不同。把山羊肉或者早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. 煮羊頭

煮熟的羊頭屬於蒙古民族的尊貴菜餚。也是平常值得品嚐的菜色。把全羊頭用小火烤到脫毛為止，然後清理乾淨再用燉法煮熟，配上蔬菜即可。因為羊頭對人體有大補的作用所以對蒙古人來說是一道非常受歡迎的菜。蒙古族菜餚的獨特之處在於食用新鮮草藥的動物肉。純天然草本為食的動物肉類和乳製品對遊牧文化有著很大影響力。所以，蒙古的傳統餐點非常好吃又美味。

6. 肉乾湯

肉乾被稱為成吉思汗士兵的食物。因為肉乾佔空間小，營養成分非常好。把肉切成小塊不脫水而風乾的製造技術來自於千百年前傳下來的遊牧文化。把肉乾弄成肉粉之後放入鍋子裡代替鮮肉煮成肉乾湯。在烏蘭巴託的某餐廳向遊客推薦肉乾湯是很常見的現象，因為肉乾湯蛋白質含量和營養成分很高的食物之一。肉乾湯通常搭配麵條和綠蔥調味。

熬製煮熟。

7. 馬奶酒, 乳製品 8. 奶茶

馬奶酒是一種特殊的飲品，將把馬奶灌入特殊的容器中釀成的純天然產品。每個有馬的牧民家庭都有製作這種飲料並且獻給客人的習俗。口味帶酸的這種獨特飲料在烏蘭巴託市附近也都能品嚐到。蒙古傳統節日那達慕以及我國高級會議都必備的這種飲品只有在蒙古國才品嚐到的機會。除了馬奶酒以外各種各樣的乳製品都值得品嚐。

在亞洲普遍的另一種茶文化蒙古國也有。也就是每個普通蒙古家庭飲用的奶茶。奶茶的製作方法有很多種例如加肉乾，鮮肉，小黃米，米等等。也有無數的加工方法和秘方。總而言之如果您造訪烏蘭巴託的話建議您品嚐多種奶茶，找到您喜歡的口味。也許您會感受到好客又有禮貌的蒙古家庭主婦的善良的心。

9. 烤羊肝

這是一個非常獨特的菜，綿羊肝和綿羊尾巴 配上洋蔥和其他香料烘 烤而成。綿羊肝含有多种对人体有益的维生素。綿羊尾巴成名为肥而不膩的非脂肪性肥肉。這道菜只能用綿羊肝臟配上綿羊尾巴做成，這代表着古代的蒙古人非常懂得他們的搭配益處。這是一道短時間之內能做成而且營養成分很高的美食，因此很受大家的歡迎。

蒙古傳統的肉類菜餚可搭配所有的蔬菜類來吃。

每個美食故事的後方都隱藏著蒙古民族傳統文化與飲食文化的痕跡。

飯店



ULAANBAATAR/乌兰巴托/ 酒店

这家历史悠久的标志性的酒店建于1959年，位于市中心繁忙的交叉口周围。在1990年代之前，几乎所有游客都选择住在这里或BAYANGOL酒店，因为这两家酒店是当时的顶级住宿首选。在新建的酒店中，ULAANBAATAR酒店仍然是蒙古酒店行业的旗舰。



BLUE SKY/蓝天/酒店

这家酒店位于乌兰巴托南部，拥有25层，已成为该市最具标志性的建筑之一。作为一家五星级酒店，它拥有200间宽敞且设计优雅的客房，并设有一个行政俱乐部休息室，满足现代国际旅行者的高雅品味。酒店距离苏赫巴托尔广场仅几步之遥。预订南向客房的客人可以享受博格达汗山的壮丽景色。



BEST WESTERN TUUSHIN酒店

这家五星级的BEST WESTERN TUUSHIN酒店位于乌兰巴托市中心，距离苏赫巴托尔广场仅100米。酒店于2016年被评为蒙古最佳酒店称号，并提供198间高品质客房。位于25楼的餐厅提供城市及周边地区的壮丽全景。



NOVOTEL/诺富特乌兰巴托酒/ 酒店

位于乌兰巴托，距离苏赫巴托尔广场仅600米的诺富特乌兰巴托酒店提供空调客房和时尚的酒吧。酒店设有餐厅、花园、室内游泳池和健身中心。客人可以享受24小时前台服务、客房服务和货币兑换。酒店内提供舒适的休息区。每间诺富特乌兰巴托酒店的客房都配有书桌、平板电视和私人浴室。客人还可以享用欧陆式早餐。此外，酒店还设有台球区供娱乐使用。附近的景点包括蒙古历史国家博物馆、成吉思汗雕像群和乌兰巴托歌剧院。苏赫巴托尔广场是对历史、风景和观光感兴趣的旅行者的理想选择。



BAYANGOL 酒店

另一家旗舰酒店，也是乌兰巴托的标志性建筑之一，这家酒店由两座塔楼组成，地理位置优越，服务设施完善。几乎所有主要的城市地标都在步行五分钟范围内，众多餐厅也方便步行可达。



CHINGGIS KHAAN/成吉思汗/ 酒店

成吉思汗酒店位于东京街和北京街，是一家四星级酒店，坐落在一个安静的住宅区，距离城市的政府、商业和文化中心仅有15分钟步行路程。酒店设有室内游泳池、按摩和桑拿服务、时尚夜总会、卡拉OK室以及各种餐饮场所。



The Corporate 酒店

此酒店是一家位于市中心的连锁酒店，专为商务旅行者设计，为顾客舒适的入住体验提供公寓式客房。对于前往乌兰巴托出差的客人来说，是理想的选择。



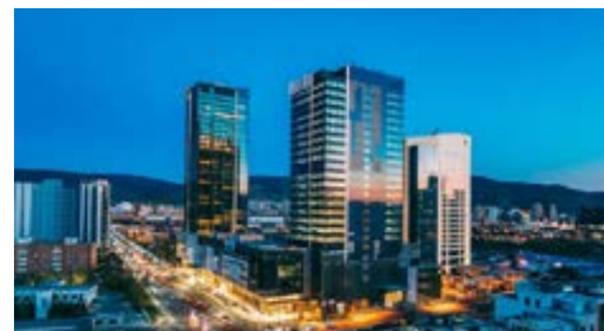
KEMPINSKI HOTEL KHAN PALACE酒店

由凯宾斯基国际集团管理的这家酒店历史悠久，位于乌兰巴托繁华的都市区附近。酒店提供独特现代的住宿体验，拥有99间豪华客房和套房。酒店设有各种餐饮场所，是举办中型会议的理想场所。



乌兰巴托 RAMADA酒店

这家酒店提供博格达汗山景和热闹市街的壮丽景色。位于市中心之外，方便前往乌兰巴托的风光名胜和主要景点。酒店拥有125间客房，其中包括20间套房和行政客房。酒店距离甘丹寺仅几步之遥。



香格里拉乌兰巴托大酒店

香格里拉乌兰巴托酒店位于城市正中心，是蒙古的真正五星级酒店之一。酒店拥有290间优雅宽敞的客房，每间客房的面积为42平方米，融合了现代与本土特色的设计风格。



城市游，



1. 苏赫巴托尔广场

我们的城市游从首都的核心——苏赫巴托尔广场开始。广场周围是许多历史建筑和雕像，展现了城市的文化魅力。



2. 成吉思汗博物馆

成吉思汗博物馆及文化中心于2022年开馆。博物馆拥有15个展厅，其中包括一个250座的大厅，提供虚拟导览及众多公共活动。



3. 蒙古国家博物馆

广场西侧是蒙古国家博物馆，是游客了解蒙古人民历史的必去之地。

乌兰巴托之旅



4. 戈壁羊绒店 / GALLERIA纪念品商店

Galleria纪念品商店是位于苏赫巴托尔广场附近的最大纪念品商店之一，提供丰富的选择，是您为亲友挑选礼物的理想场所。广场东侧是蒙古最有声誉的羊绒店——戈壁羊绒店，提供优质的羊绒制品，特别推荐他们的睡袋。

第一天行程



5. 卓金喇嘛寺

在现代市区的中心，有一个名为卓金喇嘛寺的寺庙群，作为受欢迎的旅游景点，寺内还设有博物馆，供游客参观。



城市游，



1. 甘丹寺

体验蒙古佛教中心的最佳时间是在早晨，因为每天早上僧侣们都会为人民祈祷，带来平和与祝福。

第二天行程



2. 伊桑纪念碑

2. 扎伊桑纪念碑位于扎伊桑山顶，是一个具有历史意义的纪念碑，您需要爬上许多楼梯才能到达山顶。但到达顶部后，您将获得一览无余的首都城市壮丽全景。纪念碑下方是二战期间使用的坦克，坦克的南侧有一座佛像，周围是一个公园，您可以在这里放松并拍照留念。



乌兰巴托之旅



3. 博格达汗冬宫

博格达汗冬宫位于扎伊桑以北约2公里，是蒙古前精神领袖博格达汗的冬宫。冬宫是最初四座博格达汗住所中唯一保存下来的，也是蒙古最古老的博物馆之一，拥有丰富的历史遗物和展品，是蒙古最大且最具历史价值的收藏之一。

4. 图门赫乐团

如果您对蒙古传统文化遗产感兴趣，图门赫乐团是您必去的地方，他们通过现场表演展示了蒙古丰富的文化。



城市游，

第三天行程



1. 13世纪文化遗址

距离成吉思汗雕像群约一个小时车程的地方，是一个旨在模拟蒙古13世纪环境的景点。在这里，您可以骑马、练习射箭、品尝传统美食，并住在像13世纪一样的蒙古包中。这里还提供贵族传统服饰，供您拍照留念，仿佛回到了那个时代。



2. 成吉思汗雕像群

距离特尔吉国家公园40公里的成吉思汗雕像群，是一座40米高的不锈钢材质制造的成吉思汗骑马雕像，是世界上最高的骑马雕像。

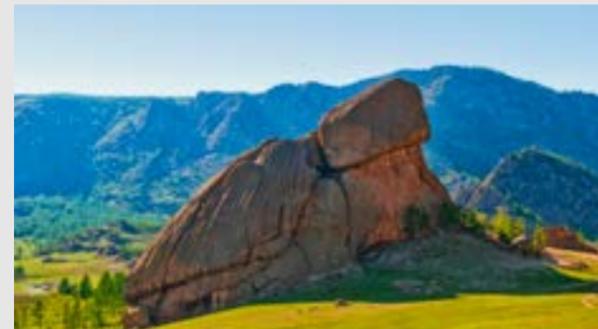


乌兰巴托之旅



3. 龟石

沿着主路行驶，您会在左侧看到一块几乎与龟形状相似的岩石，您可以从岩石后攀爬，直至石颈部分，享受独特的景观。



4. 千僧洞

首先，我们将看到一个岩石构造，曾为躲避苏联士兵的庇护所。在20世纪中期，成千上万的僧侣曾在这座洞穴中躲避，以求生存。洞穴旁边有骑马或骑骆驼的地方，如果您有兴趣，可以体验这些传统的交通方式。





*Thank you for choosing
 Sustainable Mongolian Cashmere*

Nomadic heritage
 Luxury
 Timeless
 Beauty



國際品牌大風暴

烏蘭巴托市中心有許多國際品牌的奢侈品和潮流風格服裝。

在烏蘭巴托大街小巷隨處可看到Grunge、搖滾、嘻哈、潮流穿著的年輕人。這裡的年輕人不但喜歡國際潮流服飾，也創造了屬於自己的品牌。例如 Michel&Amazonka.

SMOK、Musette&Mon-alun、Aruina Suri、Divine、Multiverse。我們是心情。

Donna Bayar 等全是蒙古人自己的品牌。這些華麗的服飾，你在蒙古本土購買的話能為您節省不少開支。而且款式多一樣，肯定有您喜歡的那一種。



羊絨世界品牌

蒙古羊絨產品已成為了世界知名品牌。蒙古羊絨纖維極細，製作的產品輕如羽毛，柔軟光滑，保暖。如果您想感受蒙古羊絨的品質，這裡有羊絨帽子、手套、圍巾、上衣、襪子、外套供您選擇。也有輕便的旅行被子。

烏蘭巴託的禮品

如果您想給自己烏蘭巴託之旅留個特殊紀念，那不妨買些唯獨這裡才有的一些別緻的工藝品和禮品。



卜卦之羊拐骨

打開繫口的精緻毛氈袋子，您會看到四個羊拐骨和一張紙。這是蒙古祖祖輩輩傳承下來的卜卦羊拐骨。其四面各代表山羊、綿羊、駱駝和馬，把四個拐骨往平面上輕輕撒放後對照紙張，以此看當天的運氣。

八卦鎖

為了方便搬遷，游牧蒙古人的蒙古包、牲畜圈都以拆解、組裝結構做成。正因如此，收藏一萬多隻八卦鎖模具的國際智力博物館館長巴特烏力吉說「世界上有很多種八卦鎖，但難度遠遠趕不上蒙古的。全以木材製成的蒙古八卦鎖，可以說是蒙古包的縮影。」



音樂專輯

如果您想感受蒙古民族傳統音樂，那麼請選擇如下音樂專輯。著名作曲家詹參諾日布 (Jantsannorov) 先生《Let the Mount Burkhan Khaldun Bless You》專輯，奧能《宇宙》專輯，新朋克 (Shinetsog) 的馬頭琴音樂專輯《Harmony of》。這些好音樂您從Hi Fi Records 的各個分店都可以拿到。



天然食品

烏蘭巴托到處都有天然產品。其中較普遍的有天然沙棘果汁、白樺樹木耳榨汁，加工型飲料的品種較多。並且，用純天然原料做的化妝品，是外國遊客們最喜歡的產品。

蒙古酒，也是遊客帶出最多的蒙古產品之一。以蒙古傳統工藝用牛奶製作的奶酒和大麥製作的蒙古高檔燒酒，都被客人們喜愛。

乌兰巴托以外的旅游景点

成吉思汗营地旅游点



“成吉思汗营地”旅游点成立于1992年，是蒙古国第一个私人旅游综合体。该地方由三个区域组成：大营区、低地营区和限制区域。该点旨在向国内外游客推广蒙古民族遗产和游牧文化。

文殊菩萨寺庙



这座寺庙供奉的是文殊菩萨，始建于1733年，作为智慧菩萨化身的常驻寺庙。鼎盛时期，这里拥有二十多座寺庙和三百多名僧人，宗教仪式时常有超过一千名僧侣参加。

寺庙收藏着大量珍贵稀有的佛教经文，包括用金墨书写在银箔上的经书。文殊寺坐落于博格德汗山的山脚下，被誉为全国最美丽的寺庙之一。

虽然在20世纪30年代的政治清洗中遭到摧毁，但仍有一些原始佛教艺术作品仍得以保存至今，包括壁画等。

1990年蒙古民主革命后，寺庙的重建工作陆续展开。1992年，那些被处决的僧人正式获得了平反。1998年，寺庙遗址被国家列为受保护文物。

如今，主殿已重建并作为博物馆对外开放。参观寺庙遗址不仅能深入了解蒙古的宗教与历史，还能徒步探索周边的森林和山丘，是一处极佳的自然与文化结合的旅行胜地。

阿格拉格寺庙

阿格拉格·布特尔寺庙位于乌兰巴托以北约92公里处。寺庙坐落于美丽的岩石山丘之中，四周环绕着落叶松和桦树林，主殿周围是巨大的天然岩石，其中一些岩石上雕刻有佛教圣物。一条特殊的冥想路径引导佛教信徒和游客通向领悟人与自然的联系，并帮助净化心灵与精神。寺院本身坐落在Dalyn Khavtsal山一个美丽的森林山谷之中，属于中央省博尔诺尔苏木管辖范围内。

它位于连接俄罗斯和蒙古的主要柏油公路上，因此来自各方向的旅人都可以轻松地在在此停留，进行一段短暂的朝圣之旅。

寺庙周围著名的石雕艺术包括金翅鸟伽楼罗、佛像、女神延金拉玛、壁虎和蝎子雕像等众多作品。

这是一处理想的站点，适合所有对蒙古佛教遗产及自然之美感兴趣的人参观！你甚至可以尝试短暂的冥想体验！

这里的自然风光非常迷人，非常适合一天的短途旅行。



胡斯台努鲁国家公园 (HNP)



胡斯台努鲁国家公园是蒙古第一个由专注于自然与环境保护的非政府组织管理的国家公园。它是蒙古管理最为完善的国家特别保护区之一，同时也是普氏野马（学名：Equus przewalskii）独特的重新引入项目所在地。

这种蒙古人称为“塔希”（Takhi）的野马在20世纪60年代于野外灭绝，然而自1992年起，普氏野马已通过全球各地动物园的繁育项目成功地重新引入至胡斯台及蒙古其他地区。

“胡斯台努鲁”意为“桦树林山脉”，地理位置靠

近乌兰巴托，是蒙古自然保护方面的一个成功案例。

除了野马，这里还保存有大量的考古遗迹，如新石器时代的墓葬遗迹。此外，虽然较为罕见，但该地区还栖息着猞猁、盘羊和豹子等野生动物，有时也能看到成群的蒙古瞪羚。

多家旅游公司提供前往该地的一日游项目。胡斯台努鲁国家公园面积达506平方公里，拥有459种植物、44种哺乳动物和217种鸟类。

更多信息可访问官方网站：

www.Hustai.mn

購物與服務中心



国营百货商店

国营百货商店作为蒙古的象征，已屹立近一个世纪。这里提供种类繁多的商品和服务，包括超市商品、化妆品、珠宝、当地制造的羊毛和羊绒产品、儿童用品、家电、电子产品、展览空间、文具、纪念品以及金融服务——所有这些都集中在一个地方。商店内有超过20,000种来自全球知名品牌的产品，包括配饰及相关物品，满足顾客的多样化需求，提供丰富且高质量的购物体验。



HUNNU MALL购物中心

HUNNU MALL是蒙古首个大型购物与服务综合体，占地面积50,000平方米，能够同时容纳12,000人。全年提供各种娱乐活动和服务，包括溜冰场、拥有1,000个座位的多功能电影院、适合各年龄段儿童的游乐中心、鼓励创造力和手工项目的家居DIY商店以及提供自然清新空气的HUNNU花园公园。该商场还拥有众多国际餐厅、官方品牌商店和各种服务，所有这些都集中在同一个屋檐下。



香格里拉购物中心

香格里拉购物中心位于乌兰巴托市中心，是购物、餐饮和娱乐的黄金地段。它提供一种轻松却世界级的购物体验，满足您所有的购物需求。除此之外，购物中心还设有多家精致餐厅以及际美食广场。购物中心内还拥有IMAX影院和儿童游乐场，是一个适合全家人享受的地方，汇聚了高端品牌、快时尚品牌和多样化娱乐选项，一切尽在同一个屋檐下。



纳仁图拉市场

纳仁图拉市场是蒙古第一个也是最大的传统市场，每天约有10,000名摊商在此经商，为大约100,000名顾客提供服务。此外，来自国内外的游客以及乡村地区的游客也都纷纷造访纳仁图拉市场。市场位于首都东部，面朝朝阳，纳仁图拉国际贸易中心已运营多年，以其丰富的商品选择而闻名，是一个可以找到几乎所有物品的地方，“除了狗爪和绿羊皮”。它是蒙古最著名、最大的露天市场和购物中心。



MAX MALL购物中心

自2011年以来，MAX MALL购物中心以提供世界级零售和服务而闻名，提供舒适的购物环境，将顾客所需的一切汇聚于一体。除了管理自身运营外，MAX MALL还是全球品牌如EUROMEBEL、COCCINELLE和GEOX的官方代理，进一步提升了乌兰巴托的繁荣景观。



乌兰巴托百货商店

乌兰巴托百货商店提供种类繁多的商品，包括男女成衣、运动器材、儿童服装、羊毛和羊绒产品、纪念品、鞋类以及品牌专区。商店内还设有食品和文具店、书店、珠宝店等。此外，百货商店还拥有170多个部门，包括护肤品、香水和美容产品在内的奢侈全球品牌。



EMART 超市

EMART HYPERMARKET 成立于1993年，是韩国第一大型超市零售公司，目前，随着2006年沃尔玛韩国的成立，我们在韩国共经营148家分店（包括EMART TRADERS），截至2013年12月，在中国共经营16家分店。此外，到2023年，我们计划将业务扩展到200多家门店，同时打入越南和蒙古等海外市场。



GALLERIA乌兰巴托购物与服务中心

您将体验到独一无二的购物体验。在这里，您可以参观世界上最大的羊绒店，拥有丰富选择的蒙古纪念品店，最大的火锅餐厅，MG牛排馆，NAGOMI餐厅，必胜客，肯德基以及许多其他品牌店，包括MICHEL&AMAZONKA、ECCO、TROLLBREADS、OTORI DESIGN、LEXTER和EPL DIAMOND等。



*Thank you for choosing
 Sustainable Mongolian Cashmere*

Nomadic heritage
 Luxury
 Timeless
 Beauty



KHANBOGD CASHMERE LLC

MINISTER TOWER Olympic Street 5, Khoroo-1, Sukhbaatar District 976, Ulaanbaatar, Mongolia

(976) - 7272-0666, (976) - 11 454-236

marketing@khanbogdcashmere.com, cashmere@khanbogd.mn

www.khanbogdcashmere.com | www.khanbogd.mn



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，您可以在这里看到下面并见证很多事件：朝气蓬勃的少年在这里秀踏板车和滑板车技巧，风华正茂的年轻人围坐苏赫巴托将军骑马雕像石狮子铁链谈天论地，还有热恋的情

刚毕业的大学生、相隔多年后重逢的老同学？，仿如每位蒙古人的人生与这个广场有某种莫名的联系。

位于蒙古国苏和巴托广场附近

家博物馆，深藏著让你整目舌的集体秘密。这里与众不同的历史长廊让你瞬间穿越至数千年前的历史时代。在这里可以了解蒙古民主革命的历程。蒙古民主革命虽然只有短短25年的历史，但

许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

必去之地，被称为世界最高骑坐像的40公尺高、用250吨钢材锻造成的成吉思汗雕像，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、穿著风格和生活方式又如何。也可以亲身踏上乌兰巴托市的伊和骑日山口、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點離這些神秘的人聲鼎沸的城市之近如此之近。

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。它还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。



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。



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。



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。

现场俱乐部



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。



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。



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。



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。

1 烏蘭巴托冬季節

/1月/

烏蘭巴托冬季節目的在於向大家宣傳和推薦美麗的蒙古國冬天，傳統習俗，傳承，獨特的文化。並且向年輕一代的人傳此文化，介紹不斷發展的冬季極限運動類和新旅行線等項目。活動包括國家冰射箭錦標賽、全國冰蹀錦標賽、爬冰牆比賽、滑雪板比賽，冰上象棋比賽，滑冰表演，冬季自行車，四輪摩托車遊行等舉行冬季比賽。



2 烏蘭巴托冬季节庆

/2月/

这项由蒙古徒步协会组织的节庆活动旨在推广冬季旅游，吸引了来自世界各地的徒步旅行者。它为游客提供了一个绝佳的机会，亲身体验蒙古冬季的美丽景色



老鷹節

/3月/

據說，用老鷹打獵的傳統做法早6000年前在中亞游牧民族中形成，而蒙古國一直保存到現在。「老鷹節」將於3月5日在首都烏蘭巴托，秋天10月份的第一個週末在老鷹之鄉阿爾泰山脈地區巴彥烏列蓋省舉行。老鷹節以老鷹比賽的形式舉行，觀察老鷹的狩獵能力。老鷹被安置在山頂上，當它的主人在山下召喚他訓練的老鷹，鷹必須得到主人的認可並且飛過來坐到他手臂上。以最快的速度 and 最瀟灑的飛行模式坐到準確位置為領先，才能定奪得分情況。此外，人造生物被騎馬的人拖到地上，檢查老鷹的獵物觀察情況和狩獵能力。



4 烏蘭巴托馬拉松大賽

/5月/

每年五月的第三個星期六舉行的國際馬拉松賽每年有三萬餘人參加包括外國和本國公民以及各年齡段的老人，孩子和年輕人。參加比賽的運動員分成兩組，分別是專業運動員和業餘愛好者。



“UB自行車之旅” 国际自行车/六月举行/

/5月/

是由喜爱健康生活方式的公民和运动员们参加的活动。



腾格尔世界萨满节/五月举行/

/6月/

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。



7

「草原風」摩托節

/6月/

該節是專為極限運動愛好者設計的活動，今年舉行的第四屆摩托節行程從俄羅斯的貝爾加湖到烏蘭巴托市再到內蒙古地區。來自世界各地來的摩托車愛好者都會騎著他們心愛的車子來參加這項活動。



8

“遊戲時間”
現場音樂會

/7月/

PLAY TIME 音乐演唱会（7月份）將舉辦在離烏蘭巴托市30公里處Mongolian Shiltgeen Tsogtsolbor。這演唱會已成了國際文藝創作者們每年向往來觀看的演唱會之



9

蒙古袍那達慕

/7月/

蒙古袍那達慕節每年7月10日在蘇赫巴特爾廣場舉行，作為本世紀游牧文化的一部，分向全世界推廣蒙古族和蒙古少數民族服裝和裝飾品為目的。蒙古袍那達慕節慶期間，我們將能夠參觀蒙古民族的特色裝飾品，民間藝術表演，蒙古袍時裝秀，蒙古包，蒙古族手工藝品展會等。



那達慕節日

/7月/

那達慕是蒙古人民驕傲的歷史，奇蹟般的文化和習俗的典範。那達慕也叫男兒三向比賽，在嚴格的規定下進行摔角，射箭，賽馬比賽。根據祖傳下來的規定來進行比賽，選手必須穿著特殊的衣服。比賽結束以後嘉獎勝利的摔角手，射箭手和馬，他們將得到的榮譽和封號。這個節日是旅客朋友最受歡迎的活動之一。



DANSHIG 宗教那
達慕

/8月/

DANSHIG 那達慕（8月）「Danshig 那達慕-Khu-ree tsam」宗教、文化那達慕每年八月第一週末休假日舉辦。本那達慕佛教傳承文化和「男士三種那達慕（三種娛樂）」連結在一起舉辦的大型宗教、文化活動。



烏蘭巴托美食節

/8月/

向國內外遊客推廣蒙古美食文化，向國內引進國際美食文化以及發展特殊興趣旅遊項目是舉辦「國際美食節」活動的意義存在。在活動期間，各個餐廳都會用最健康的食材準備他們最拿手的特色菜餚和居住在首都的外國朋友也會準備他們國家的特色飯菜到美食節給遊客朋友們提供品嚐國際特色美食的機會。「烏蘭巴托美食節」是所有美食愛好者不能錯過的活動。

13

乌兰巴托步行旅行节

/8月/

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。



14

KHIIMORI國際騎馬射箭比賽

/9月/

（九月）提出蒙古民族的習俗、傳承、獨特文化的射箭騎手發揮技能、智慧比賽的那達慕。



15

乌兰巴托国际摄影节

/9月/

摄影节将首次举办，旨在通过来自世界各地的专业和业余摄影师的镜头，捕捉蒙古的生活方式、文化、传统以及令人叹为观止的自然景观，并将蒙古的独特魅力推向国际舞台。



年老鷹節日

時間：3月

地址：烏蘭巴托



行持录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年的特價鸟类特历史的文化流產。在蒙古受到切感的一般是1-4岁的老鹰，5-6岁时返回大自信。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鷹将录登记工作。度节的目的是展示哈萨克民就用老度持续的习偿，在蒙古国的黄寒乌兰巴托市“蒙古游牧民的冬季节日”期间举行。

老鷹節以他標賽的形式組織比賽，由以下主要比賽組成：

評判沒人們的脫軌、老舊和馬的設備
名灣基百习惯讚人-从固定地图高呼叫它并飞则主人的手臂上。

測試來的老鷹最擅長捉他們的活物-賽爾（主人在他們的馬後面推換驅力或動物皮膚，讓老鷹捕捉。）
我們呼籲參加東亞酌收民族的一無二的老鷹節



如今的蒙古國，完好地傳承並保留著千百年以來的遊牧文化傳統。這項特點使其更加引人注目。要想在蒙古體驗遊牧文化，您未必要奔波千里之外

的那達慕活動。在烏蘭巴托市舉行的國家那達慕規模最大，涉及範圍和項目最多，富有欣賞價值。那達慕開幕式當天，尊貴的九尾蠶旗（蘇魯定）被禮義兵帶到那達慕現場，身著節日盛裝並不遠千里趕來的蒙古人高聲歡呼，表示迎接九尾蠶旗。那達慕男兒三項競技是蒙古人流傳千百年並保留至今的文化，是吸引遊客的獨特文化。

在那達慕期間也會舉行各種其他活動，其範圍及意義非常廣泛。這些活動的舉行，使那達慕變得更加豐富和有趣。在這段時間，您可以從多種角度觀察烏蘭巴托市，並且能夠體會首

都人民豐富的生活節奏。那達慕期間，露天舞台上上演節奏分明的現代藝術表演及高亢悠遠的民族歌劇，組織蒙古民族歌舞表演。「蒙古服飾節」當天，

成千上萬個穿著蒙古服飾的國內外人士參加活動。穿著時尚的青年們在迪廳跟著 DJ 們的節奏徹夜狂歡。

傳統與現代文化形成明顯對比的那達慕節日，您能夠體會到友好、好客、熱情的古今與未來的烏蘭巴托節奏。這種節奏使您對這座城市戀戀不捨。

如今的蒙古國，完好地傳承並保留著千百年以來的遊牧文化傳統。這項特點使其更加引人

注目。想在蒙古體驗游牧文化，您未必奔波千里之外，只要走到烏蘭巴托市周圍的牧民家裏，即可感覺到游牧人民的友情好客。騎馬遊行在草原到牧民家裏做客，品嚐主人做的傳統美食並住宿於他們家，把自己當成他們家庭成員，會給你帶來無比的溫馨。早晨站在牧人家蒙古包外，瞭望寂靜又空曠的草原上潔白羊群，您會產生彷彿如穿越至幾個世紀前的那種神秘感。

牧民家裏您所看到的場景，並非是特意做給遊客看的表演，是他們實實在在的生活情景。是他們從祖先傳承至今並內心敬仰的傳統文化。



那達慕的開幕式。
國家九尾白旗入場儀式



“也許你讀了無數遍關於走進蒙古牧民家裏時主人熱情對待客人的篇章，但親身感受那種熱情才是最珍貴的。”

——華特迪士尼幻想工程公司副總裁 Jay Rasulo

美麗自然風景

從未受過人為破壞的原生態自然風貌，是向世人宣傳蒙古的一張名片。離烏蘭巴托非常近的市郊外大自然中出現從千萬年前生存至今的野生動物時，會情不自禁地失聲讚歎。特爾勒吉森林公園會使您穿越到幾百萬年前的自然空間，讓您所看所聞回味無窮。這裡有巧奪天工的烏龜岩山和與自然風貌融為一體的寺廟，讓你看得美不勝收。您在這裡可以騎馬馳騁或坐槳船沿著圖拉河捕魚消遣。如您想鳥瞰森林公園全景，請乘跳傘或機動滑翔機從天空中居高臨下。

胡斯泰山自然保護區內步行觀光、騎馬遊行或開車旅行皆可。在這裡您可以看到僅在蒙古境內生存

的野馬群。在千萬年前成群結隊地棲息於陸地並在蒙古岩畫中普遍刻面的這類馬群，使您產生穿越到古代自然空間的感覺。除此之外，也會看到胡斯泰山林中馬鹿、貓獅、狼、狐狸、豺狼等哺乳動物和海東青、禿鷹、鷹、胡兀鷲、大鵝、斑翅山鶴、鸕鶿等 217 種飛禽。

烏蘭巴托市是您遊行廣闊無垠的蒙古大地之樞紐。如果您只為轉站為目的路過烏蘭巴托，不到市內觀光、探那我真會替您惋惜，因為這裡有很多讓你大開眼界的旅遊資源。

就因如此，我衷心邀請您到游牧民族之首都，親臨游牧民族富有活力的這座城市。

特日勒吉国家公园

和平公主庙 (GUNJIIN SUM)



这座庙宇坐落于松林环绕的自然美景之中。1699年，一位满族公主远嫁蒙古，成为蒙古贵族登多布道尔济的王妃。她于1740年去世前留下遗愿：“我嫁给蒙古男子，与他共度一生，因此我也成为了蒙古人。”

请让我长眠于蒙古的土地上。”

从那时起，来自孙臣部落的侍从们便守护着她的陵墓。直到1930年，这座神圣的墓地未曾遭到破坏。但在1948年进行考古发掘时，才发现墓地已被盗墓者破坏。

墓地主要由六个部分组成，包括石碑、守护墓地的设施、博格德门、一座堡垒、神圣墓地以及主墓。墓穴位于神圣墓地之中。守护墓地的建筑设有一座内堡，嵌于一座更大的外堡中。堡垒高2.5米，长宽各70米，覆盖面积达4900平方米。墙体厚度为四块砖并排而成。

在堡垒内部的正前方，矗立着高达10米、宽6米的博格德门，由多根立柱构成。神圣墓地就位于这座大门附近。

龟石 (TURTLE ROCK)

“龟石” (Melkhii Khad)，是一块令人惊叹的花岗岩自然岩石，高达24米（约79英尺），外形酷似一只巨大的乌龟，因此得名“龟石”。它的古老名称是“蒙格特哈德” (Mungut Khad)。

阿里亚巴勒冥想寺



阿里亚巴勒冥想寺坐落于特日勒吉国家公园，距离龟石仅3公里。它是一座佛教冥想寺庙，最初建于1810年，但在1938年的宗教清洗期间被毁。并在2004年至2007年间，寺庙得以重建并修复。站在寺庙上，可欣赏国家公园的美丽景色，令人心旷神怡。

特日勒吉国家公园是蒙古三十个国家公园之一，以壮丽的花岗岩山脉、传奇的“龟石”、针叶林以及图勒河和特勒吉河流域的丰富生态景观而闻名。公园距离乌兰巴托市区仅60公里，车程约一小时，是时间有限的游客理想的旅游地。

这里既展现了蒙古的游牧文化和民族遗产，又拥有丰富的动植物种类，是了解蒙古自然与文化的绝佳地点。

游客可以探访阿里亚巴勒悬空寺，这座寺庙坐落于高山山脚，环境宁静，富有灵性。绿意盎然的草甸

为徒步旅行者提供了极好的线路。若你对植物学感兴趣，建议夏季前往，这时野花盛开，美不胜收。

特日勒吉河与图拉河的交汇处是观鸟的好地方。即使在冬季，这里依然吸引着众多探险者。

公园提供多种住宿选择，从五星级豪华酒店到蒙古包营地应有尽有，还有一些当地牧民提供的“民宿蒙古包”，这类住宿日渐受欢迎，尤其适合预算有限的游客。这里也是进行骑马旅行的最佳地点之一。

简而言之，这是一个“应有尽有”的国家公园，交通便利，值得一游。



蒙古：仅需点击几下



城市是将人们聚集在一起的社区，乌兰巴托也不例外。它拥有自己的“网络空间”，就像世界各地的人们在公园、操场、俱乐部和热门聚会场所相遇一样。在互联网普及方面，乌兰巴托是蒙古乃至整个亚洲地区连接最完善的城市之一。

如果您熟悉网络世界，只需点击几下即可制定旅行计划。通过互联网，乌兰巴托如今以前所未有的方式与国际社会紧密相连。无论在工作场所、在家中、或是在街上都在使用互联网——在理

发店、超市、咖啡馆和餐馆中，随处可见人们低头看手机的身影。

无论你喜不喜欢，互联网已成为沟通的重要方式。因此，如果你计划前往蒙古旅行，下面这些网站将对你非常有帮助：

若你正在寻找在蒙古举办活动或会议的机会，或需要企业出行安排方面的帮助，蒙古正迅速成为新兴的MICE旅游目的地之一。详情请参阅以下网站：

这些网站是计划在乌兰巴托市区内外旅行的游客理想的线上资源平台。本地的网络用户经常访问这些网站，以获取最新的旅游信息和出行机会。甚至可能通过其中的某个途径，开启一段难忘的蒙古之旅。目前，乌兰巴托已有一些俱乐部专为志趣相投的旅行者而设，定期组织每周的徒步和登山活动。这些俱乐部成员还经常自愿参与修建和维护乌兰巴托周边山地的新徒步线路。这类活动不仅增进彼此交流，也帮助游客更深入地探索当地自然环境，我相信你也会发现这些网站非常有用。详情请参阅以下网站：

在这里，传统并未在现代化的浪潮中消失。只需从乌兰巴托市区驱车十几公里，你就可以深入体验蒙古的游牧文化。这种近距离的文化接触让你有机会骑上蒙古马，感受地道的蒙古式骑乘——这是真正热爱旅行的探索者不可错过的一种体验。

蒙古也是世界上最理想的越野驾驶目的地之一。最棒的是，你可以自由选择任何一条乡村小路，开车进入原始地带，再徒步探索周边的自然风光与野生景观。越野旅行（Overland Driving）是一种自由度极高的旅行方式，让你全方位感受蒙古的土地、声音与景色。

以下是几家专门提供此类体验的公司

www.MongoliaQuest.com

www.MongolianOutdoorTravel.com

如果你敢于挑战、不惧高空，想以“鸟瞰”的视角探索蒙古，那一定不要错过像“飞行中心（Fly Center）”这样的地方，它位于通往特日勒吉国家公园的途中。在这里，你可以尝试滑翔伞和超轻型飞机飞行等极限体验。

www.monrevetours.com

您是否正在寻找在蒙古国组织活动或举办会议的机会？或者您需要任何商务旅行安排方面的协助？蒙古正迅速成为新兴（MICE）的会展旅游目的地之一。欲了解更多信息，请访问以下网站：

没人会否认，蒙古在山地骑行方面堪称天堂。夏季郁郁葱葱的绿色群山，冬季被丝绸般白雪覆盖的冰封河谷，使四季皆适合骑行。如今有几家公司提供专业向导和租赁装备。请访问以下网站：

www.mongolia-expeditions.com

乌兰巴托虽然夏季短、冬季寒冷，但这并不妨碍享受真正的冬季旅行体验。狗拉雪橇成为了最近很受欢迎的活动之一，相关信息可参考：

dogsledtoursmongolia

乌兰巴托周边户外娱乐活动



一项旅行从展开滑翔伞开始，借助垂直风流的支持，顺畅地从空中探索周围的景色。乌兰巴托周围有多个适合滑翔伞爱好者的场所，提供独特的飞行体验。

1. 垂直风流

从雅尔马格露台可以到达博格达山的 Artsat Valley，海拔高度在1,200至1,400米之间，比周围地区高出200米。

2. 更多体验，少风险

如果你想在乌兰巴托周围旅行，可以去博格达汗山的达什因哈德 (Tsetsee Gun 顶峰) 徒步旅行。你从市中心出发，沿着沥青路行驶45公里到达图布省的左蒙 (Zuun Mod)。然后继续走7公里的土路，直到到达曼珠尔寺 (Manjusri Monastery)。从这里，你将放下车辆，开始徒步旅行。

乌兰巴托周边户外娱乐活动



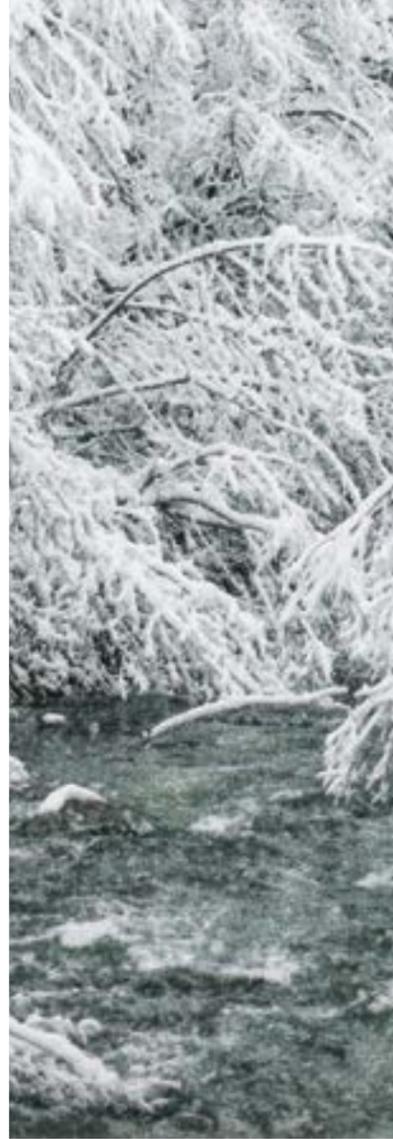
3. 骑行之旅

乌兰巴托市内没有专用的自行车道，但乌兰巴托的居民热爱骑自行车。20世纪初，学者沙吉 (Shagj) 曾骑着由1800年一个农民 Efim Artamanov 发明的设备，飞速穿过乌兰巴托街头，这也是蒙古人第一次接触到自行车。到了1990年代，一些蒙古年轻人骑自行车环游世界。在乌兰巴托及其周边，您可以根据喜好进行7到70公里的山地骑行活动，全年开放。

4. 骑马

来蒙古旅行，怎能不骑一次马呢？蒙古马或许不像其他马种那样威武雄壮，但它们稳健自信的步伐，将为您带来一次独特的草原骑行体验。路线的前半段较为陡峭，但之后坡度逐渐变平，您将到达海拔2,268米的山顶峰 Tsetsee Gun。

乌兰巴托周边户外娱乐活动



5. 骆驼跋涉

您能相信在城市附近骑骆驼吗？通过骑双峰驼，您可以为旅程增添难忘的记忆。双峰驼是稀有的物种，分布极为有限。特别是在冬天，骆驼储存了足够的脂肪，驼峰显得更加稳固舒适，骑行体验更加愉悦。

6. 河流体验

在蒙古，有许多河流可以为旅行者提供挑战和力量的体验。对于那些离城市较近的日间旅行者，图拉河（Tuul River）是一个推荐的目的地。图拉河长达704公里，源自哈吉因哈尔湖（Khagiin Khar Nuur），流入奥尔洪河（Orkhon River），河流平缓，沿途有激流和倒木，给皮划艇爱好者带来兴奋感。

7. 不冻的溪流

在冬季，图拉河沿岸有几个不冻的溪流。您可以前往这些地点，感受比冬天更冷的水域，体验清凉的水流。站在冰面上，感受裸足的脚步在寒冷中发热、麻痒的奇妙感受。

8. 地理缓存

在蒙古及其大城市周围，隐藏着一些地理缓存。你知道乌兰巴托的居民藏了什么吗？

9. 天空守护者

在蒙古及其大城市周围，隐藏着一些地理缓存。你知道乌兰巴托的居民藏了什么吗？

10. 高尔夫

乌兰巴托周围有许多高尔夫球场，最多可设20个洞。乌兰巴托夏季的气候干燥而凉爽，阳光明媚，是打高尔夫的理想环境。在这个季节，很多游客会前来乌兰巴托的高尔夫球场打球，因为亚洲其他主要城市此时可能会遭遇炎热或雨季。

乌兰巴托周边户外娱乐活动



生态乌兰巴托360指南



作为“生态乌兰巴托360指南”项目的一部分，目前已在乌兰巴托及其周边绿色区域规划出20条旅游路线。这些区域包括特日勒吉、博格德汗山、嘎楚尔特、乌里雅斯泰河、贝勒赫、色勒赫、沙尔嘎-莫里特、汉德盖特、伊赫巴彦、琴格勒泰哈尔汗、沙迪夫兰、吉吉德、阿尔贡特和哈尔坦金达瓦等地。

旅游活动：

游客可以享受徒步旅行、山地骑行、骑马、观赏花卉和哺乳动物、摄影、野外滑雪和雪地徒步等活动

生物多样性与自然景观：

“生态乌兰巴托360”旅游路线为游客提供观察丰富野生动植物与奇特自然地貌的机会。可以在这些区域观察到17种野生动物、22种植物、30种鸟类，以及其他独特的地质与自然景观。

部分野生动物种类包括：

- Cervus elaphus (赤鹿)
- Moschus moschiferus (西伯利亚麝香鹿)
- Marmota sibirica (西伯利亚旱獭)
- Canis lupus (灰狼)
- Capreolus pygargus (狍子)
- Sciurus vulgaris (欧亚红松鼠)
- Capra sibirica (西伯利亚山羊)
- Vespertilio sinensis (亚洲杂色蝙蝠)
- Ochotona dauurica (达乌尔鼠兔)
- 赤鹿
- 以及多种田鼠

鸟类种类 (部分示例)：

- 大雕鸮 (Bubo bubo)
- 半领鸢 (Buteo hemilasius)
- 天鹅雁 (Anser cygnoides)
- 黑鹳 (Ciconia nigra)
- 西伯利亚松鸡 (Tetrao parvirostris)
- 黑兀鹫 (Aegypius monachus)
- 大天鹅 (Cygnus cygnus)
- 赤麻鸭 (Tadorna ferruginea)
- 太平鸟 (Bombycilla garrulus)
- 纵纹腹小鸮 (Athene noctua)
- 红额金翅雀 (Acanthis flammea)
- 大斑啄木鸟 (Dendrocopos major) 等



植物与花卉种类 (部分示例)：

- 大棘豆 (Great burnet)
- 普通蒲公英 (Common dandelion)
- 蓬 (Lambsquarters)
- 鸟樱桃 (Bird cherry)
- 荆棘玫瑰 (Prickly rose)
- 车前草 (Plantago depressa)
- 块根耶路撒冷鼠尾草 (Tuberous Jerusalem sage)
- 翡翠植物 (Jade plant)
- 曼陀罗 (Henbane)

- 苜蓿 (Alfa)
- 矮伞树 (Dwarf umbrella tree)
- 黄花景天 (Aizoon stonecrop)
- 金盏菊 (Pot marigold)
- 紫丁香 (Common lilac)

这项生态项目不仅让人们体验自然之美，也提高了对本地生态系统和濒危物种的保护意识，非常适合热爱大自然与户外活动的旅行者。



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、褐鹳、灰雁、田野鹅、大天鹅、鸕鶿、红冠鸕鶿、黑鹳、黑鹳、毛鹳、鹅卵石鹳、鸣鹳、绿鸭、普通鹳；

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山口

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：黑鹳、鸕鶿、黑松鸡、褐鹳、斑鹳、苍鹰、红斑鹳、红冠鸕鶿、凤头鸕鶿、红冠鸕鶿、西部啄木鸟、黑喉鹳、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

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、黑尾膝鹳、黑尾膝鹳、蜂鸟、斑鸕鶿、红胸燕鸥、游隼、卵石鹰、游隼、游隼、瑞曼尼燕鸥、马拉鸕鶿、盔鸕鶿、柳雀、蓝喜鹊、红耳鹳，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

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

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：黑松鸡、黑腿鸕鶿、黑腿鸕鶿、黑腹苍鹰、黑腿鸕鶿、欧亚鸕鶿、红耳鹳、黑尾膝鹳、隼、阿马尔隼、田鼠。

生存环境：森林、山谷灌木
观赏适合季节：4-9月份



注意事项：山谷、森林中步行远距离，所以适合穿着，保障准备；
观赏地点特征：可以看到其他自然植物

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

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 TENGER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。

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。

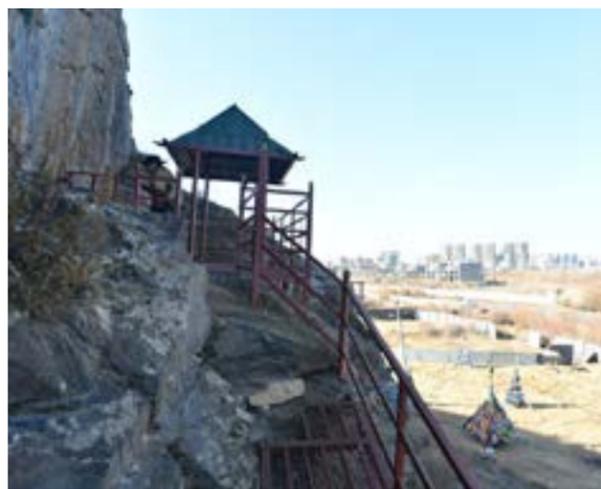
巾。钉在外套下摆的装饰品被描绘成一排。最有趣的是，他戴的那顶高帽子的帽顶钉得像一根羽毛。研究人员认为，这项帽子的图片是13世纪蒙古贵族女性所戴的bogtag帽子。蒙古元代大皇后的画像上就画有这种帽子，在肯特省德格尔汗苏木地区出土的蒙古族妇女墓葬中也发现过几顶这种帽子。这幅《大天之门》是蒙古族妇女的第一幅白描画。

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11分区IKH TENGER山口东侧



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，就是按照一定的顺序，陪葬一些器物。

相关年代

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）。





博格达汗山国家公园

博格达汗山国家公园是世界上第一个国家公园，位于蒙古乌兰巴托市。它是联合国教科文组织认定的人与生物圈保护区。地理上，它是唯一位于国家中心的特别保护区，全球其他国家没有类似的国家公园位于其国家的中心。

博格达汗山国家公园的总面积：

42,271.24公顷

限制区域：

12,035.09公顷

保护区：

23,314.748公顷

野生动植物区（A和B区）：

6,921.66公顷

最高峰Tsetsee Gun：

海拔2,268米

该山脉位于一个社区位置，周围居住着首都乌兰巴托的120万人口及其他城镇，南边则是中央省的佐木德浩特（Zuunmod）和塞日各冷（Sergelen）镇，总人口约为17.3万。

动物种类：

博格达汗山国家公园拥有52种哺乳动物，其中40.3%为啮齿类动物，25.0%为食肉动物，7.7%为食虫动物，9.6%为翼手目动物和有蹄类动物，7.7%为兔形目动物。

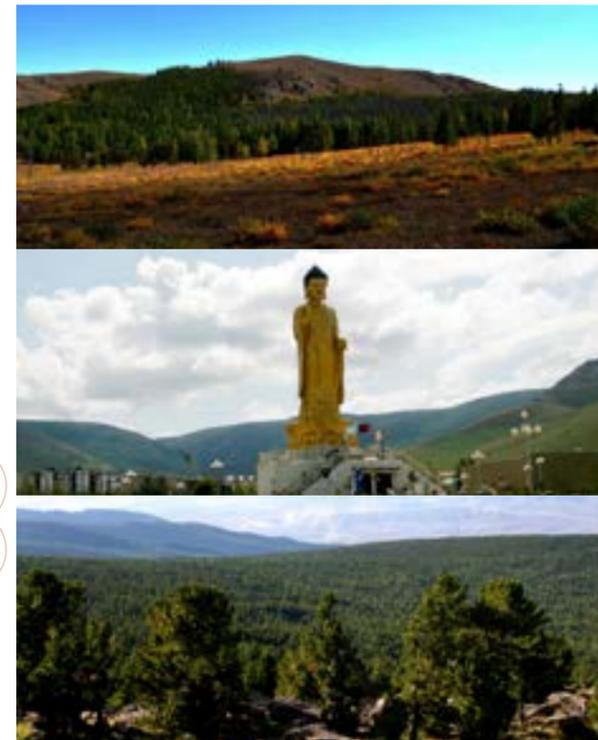
植物种类：

该公园的植物种类总数为427种，属于60个科的265个属，主要科类包括：

- 菊科（Asteraceae）：46种
- 蔷薇科（Rosaceae）：37种
- 豆科（Fabaceae）：36种
- 毛茛科（Ranunculaceae）：29种
- 狭叶苋科（Scrophulariaceae）：20种

鸟类种类：

在博格达汗山国家公园和图拉河流域，记录了218种鸟类，属于119个属、41个科、13个目，其中有7种属于国际濒危物种，13种属于区域濒危物种。



森林覆盖面积：

该国家公园的森林覆盖面积占总面积的53.1%，即22,129公顷。其中，98.8%（即18,153公顷）为自然森林，0.1%（即14公顷）为人工栽种或人工培育的森林，1.1%（即201公顷）为灌木丛和灌木丛地带。

旅行路线：

博格达汗山国家公园的旅行路线分为越野骑行和徒步两种类型。共有10条旅行路线，沿途可以看到丰富的野生动物、文化遗产、岩画、岩刻、古墓和寺庙。这些历史遗迹在旅行路线中极大地吸引了游客的兴趣。根据统计，过去三年内，约有5,000名外国游客和145,000名国内游客前往该国家公园。



HIKING ROUTE

01 Route Mt. Bogdkhan Богдхан уул



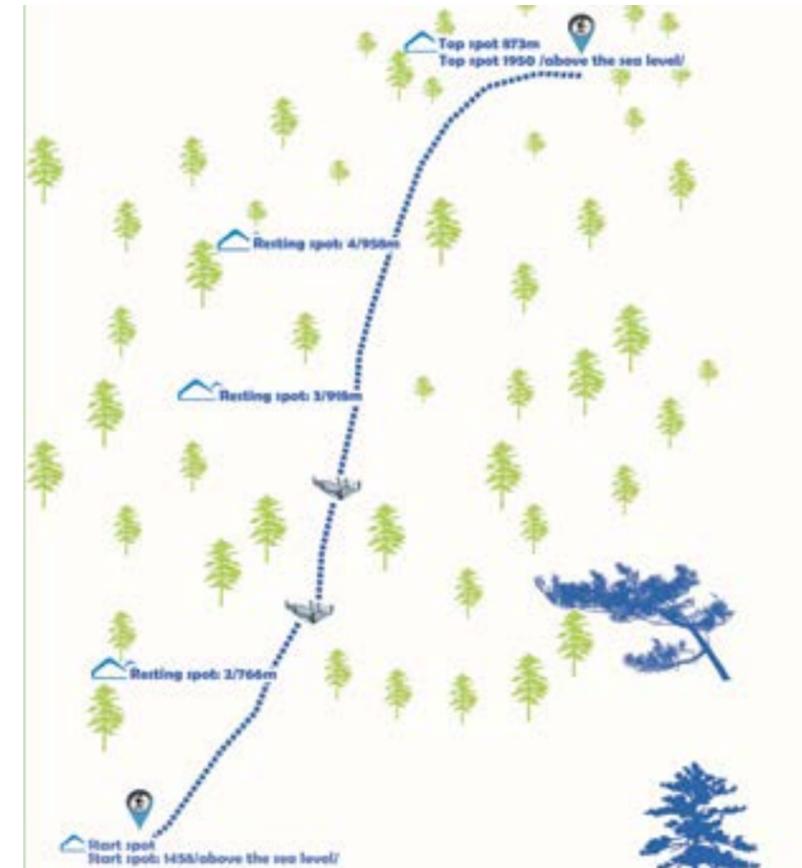
02 Route Mt. Chinggis (Gorkhi-Terelj National Park)



03 Route Uguumurin Am



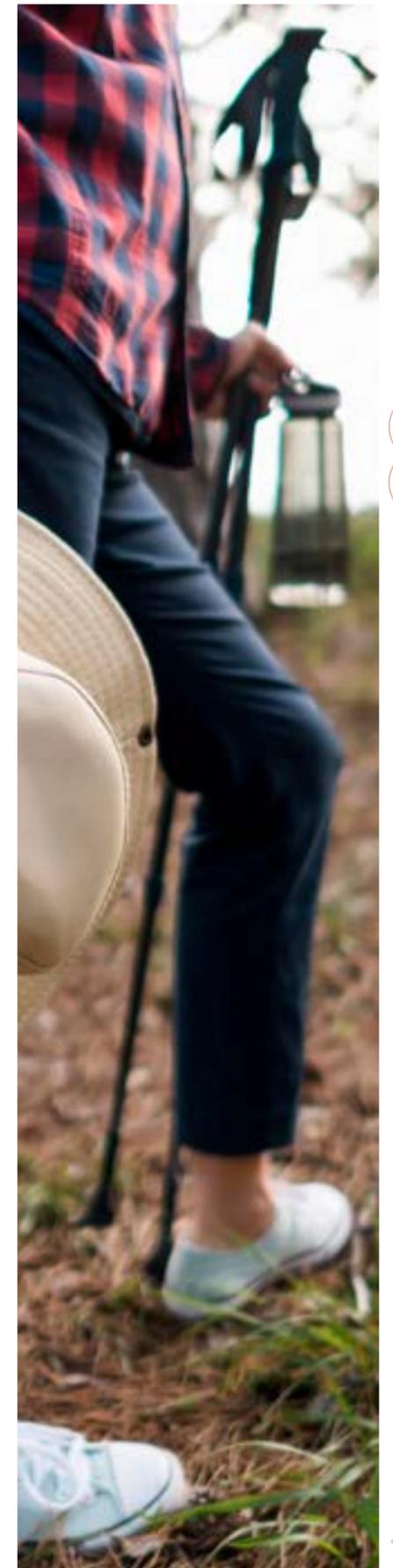
Zaisan-Baruun shiree hiking route



MONGOL OLLE

MONGOL OLLE TRAIL

Route 01 Mt. Bogdkhan
Route 02 Mt. Chinggis
Route 03 Uguumurin Am





烏蘭巴托市必去拍照地點

烏蘭巴托市是您開始和結束您旅行的大門。請別錯過去以下地方參觀！

1. “ULAANBAATAR” 字母雕像

來到蒙古國旅遊的90%以上的遊客首先來到首都烏蘭巴托再繼續他們的旅程，“ULAANBAATAR” 字母雕像是這座城市的象徵，也是外國遊客朋友們必去的一個參觀點。



2. 蘇和巴特爾廣場

位於蒙古國首都烏蘭巴托市正中心，為了紀念蒙古人民革命領袖和軍隊司令蘇和巴特爾的榮譽而成名為蘇和巴特爾廣場。不僅是外國遊客，還有國內的遊客，正在結婚的情侶和畢業生都會經過此地拍照留作紀念。



3. 成吉思汗騎馬塑像景點

當您來到這座位於烏蘭巴托東部53公里以外的圖拉河附近的成吉思汗騎馬塑像景點時會感覺到您所在的地方就是世界級名人成吉思汗的故鄉。



4. 翟山紀念碑

翟山紀念碑位於烏蘭巴托市南部，博格達汗山脈中的小山頂。因為這裡能看到烏蘭巴托市的全景，所以首都公民和國內外遊客朋友們喜歡到這兒來度過休閒時光的一個人景點區域。在翟山上有蘇聯戰士的紀念碑。它是為了紀念在哈啦哈河戰役中英勇犧牲的蘇聯士兵們而建造的。在它的牆角底部刻著，“這裡是蘇聯戰士在陽光下永恆的記憶，不朽的火焰。”等字母。



5. 滿天星鬥



MONGOLIA

MONGOLIA WHERE THE LAND MEETS THE SKY



蒙古国旅游增值税退税指南

探索蒙古，享受免税购物

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

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 	<ol style="list-style-type: none"> 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 	<ol style="list-style-type: none"> 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。

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

X:20 "SUKHBAATAR SQUARE - CHINGGIS KHAAN INTERNATIONAL AIRPORT"



X:20 "5 SHAR - CHINGGIS KHAAN INTERNATIONAL AIRPORT"



ТАКСИНЫ ҮНИЙН МЭДЭЭЛЭЛ TAXI INFORMATION

НИСЭХ БУУДАЛААС УБ ХОТРУУ
FROM AIRPORT TO CITY CENTER 100,000₮
30\$

НИСЭХ БУУДАЛААС ЯАРМАГ
FROM AIRPORT TO YARMAG 80,000₮
25\$

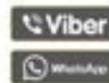
НИСЭХ БУУДААС БУЯНТ УХАА
FROM AIRPORT TO BUYANT UKHAA 70,000₮
20\$

1 ТАКСИ / 3 ХҮН /
1 TAXI SHARE / 3 PERSON / 35,000₮
10\$

VIP TAXI 150,000₮
45\$



☎ 1800-1880, 9490-1880
🌐 www.taximongolia.com



BRANCH 1

地址：蒙古，烏蘭巴托市，蘇赫巴托爾區，6th Khoroo, 蘇赫巴托廣場
电话：+(976) 7010--8687
工作时间：週一至週日 09:00-18:00



BRANCH 2

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



BRANCH 3

地址：蒙古国乌兰巴托-15160, 青格勒台区第一分区苏和巴托广场-9, 和平大街邮政大厦大楼, 信箱-1106
电话：70108687
工作时间：08:00-17:00



BRANCH 4

地址：蒙古国乌兰巴托市拿莱河区第六分钱Terelj乡村 "MONGOL OLLE" 信息中心
电话：76092191
工作时间：工作日09:30-18:00



BRANCH 5

地址：蒙古，圖布省，庫什格特山谷，成吉思汗國際機場，旅遊 資訊中心
工作时间：週一至週日 08:00 - 20:00



BRANCH 6

地址：蒙古国乌兰巴托市巴彦祖尔赫区孔霍村11区 "MONGOL OLLE" 信息中心
电话：76092191
工作时间：工作日 09:30-18:00



НИЙСЛЭЛИЙН АЯЛАЛ
ЖУУЛЧЛАЛЫН ГАЗАР

ubpass

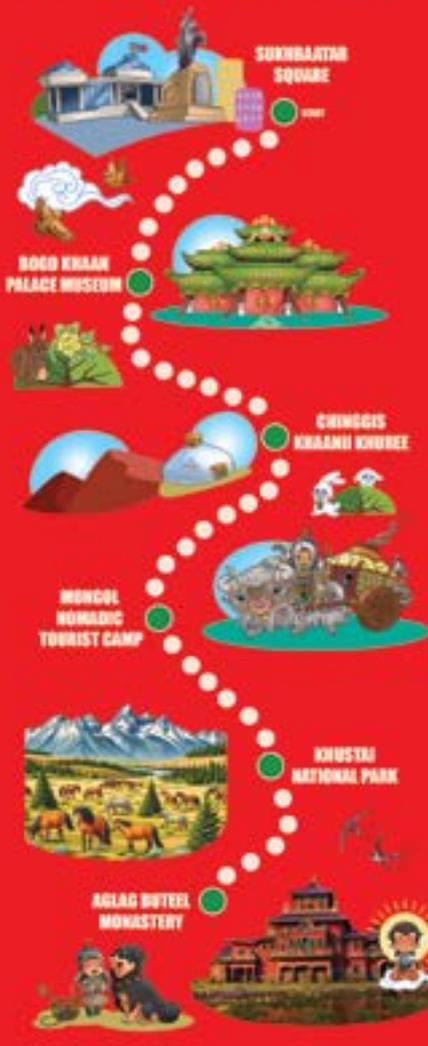


SCAN NOW!



Ulaanbaatar City tour bus

ATTRACTIONS OF THE WEST PART OF ULAANBAATAR CITY



ATTRACTIONS OF THE EAST PART OF ULAANBAATAR CITY



ATTRACTIONS NEARBY ULAANBAATAR CITY

