

天水十大必游景点全解析：自然奇观与人文瑰宝一站式打卡指南

天水核心景点分布与特色速览

天水位于甘肃省东南部，作为丝绸之路东段的重要节点，拥有3000多年建城史和86处国家级文物保护单位。其十大必游景点涵盖石窟艺术、石窟艺术、历史遗迹、自然山水四大维度，形成“一山一水一石窟”的经典旅游动线。麦积山石窟（世界文化遗产）、伏羲庙（国家5A级景区）、南郭寺（唐代佛教圣地）、甘谷大象山（秦岭西段最高峰）、玉泉观（道教文化发源地）、胡氏民居（明清建筑群）、麦积镇（石窟艺术村落）、甘谷八里铺古镇（非遗美食聚集地）、甘谷县博物馆（陇东南文物精华）、武山鸳鸯湖（黄河干流湿地）构成完整游览体系。

麦积山石窟：东方雕塑陈列馆

作为世界文化遗产，麦积山石窟现存437个洞窟、7800余尊塑像，其中北周至北周过渡时期的“七佛阁”群像堪称艺术巅峰。景区采用“数字孪生”技术还原洞窟原貌，游客可通过AR眼镜观看历史场景重现。重点洞窟推荐：第133窟（东方维纳斯）、第44窟（敦煌风格飞天）、第157窟（盛唐泥塑）。

伏羲庙：中华文明发祥地

这座始建于元代的祭祀场所，完整保存明清建筑群，主殿内伏羲手书《卦辞》真迹与女娲泥造人像构成文化奇观。每年农历五月十三的“公祭伏羲大典”吸引全球华人参与，现场可体验古法占卜、卦台问事等民俗活动。建议清晨前往避开人流，注意殿内禁止燃香火。

南郭寺：唐代诗僧玄奘故里

寺内保存着唐代《西行记》碑刻和玄奘译经手稿复刻件，寺后“放生崖”摩崖石刻记载着唐代高僧在此讲经的历史。每年农历二月十九的观音诞辰，周边村民会抬着千手观音像巡游，可观赏传统社火表演。需注意崖边湿滑，建议穿防滑鞋。

甘谷大象山：秦岭生态秘境

海拔2854米的秦岭主峰，拥有冰川遗迹和第四纪冰川冰斗地貌。登山需穿越原始森林，沿途可见秦岭四宝（金丝猴、大熊猫、朱鹮、羚牛）。建议携带登山杖和防寒衣物，6-9月为最佳观云海期，山顶观景台可俯瞰洮河流域。

玉泉观：道文化活态博物馆

创建于西周时期的道教圣地，保存着《道德经》西周抄本残卷和唐代铜制北斗七星像。每年农历三月初三的“朝圣节”有道士主持的“步斗”仪式，游客可参与抄经体验。景区内“甘露池”泉水富含硒元素，每日限定供应，需提前登记领取。

胡氏民居：明清建筑活化石

甘谷县八里铺镇保存着27处明清宅院，以“四合五天井”格局和砖雕门楼闻名。胡氏宗祠内的《家训碑》记载着“诗书传家”的治家理念，后院菜园仍保留着传统农耕工具。建议穿汉服拍摄古风照片，

注意避免触碰明代壁画。

麦积镇：石窟艺术生活圈

中国石窟艺术第一村，镇内民宿多由石窟洞窟改造而成。推荐入住“石窟雅舍”，房间内配备AR导览屏讲解洞窟历史。每日清晨6点有村民自发组织的“石窟晨练”，包含太极、剑术等传统健身项目，可参与体验。

甘谷八里铺古镇：非遗美食天堂

拥有“中国民间文化艺术之乡”称号，古镇内“张记饴饸面”传承人使用明代石磨研磨面粉，每日限量供应手工面。正阳关牛肉面馆的“三辣一麻”汤底配方源自清末，需排队40分钟才能品尝。注意古镇石板路狭窄，轮椅通行困难。

甘谷县博物馆：陇东南文物库

馆藏西周青铜器“甘谷方鼎”和汉代“四神画像砖”为镇馆之宝。常设展览“陇右文明史”通过全息投影技术复原西周车马坑场景，每周三闭馆进行文物修复。需提前在公众号预约讲解服务，重点展品每15分钟轮换讲解。

武山鸳鸯湖：黄河湿地生态廊道

亚洲最大人工湿地保护区，每年4-5月有10万只候鸟栖息。景区内“观鸟塔”配备红外感应设备，可实时观测珍稀鸟类活动。夏季可体验“黄河皮划艇”，需在指定区域划行，禁止进入核心保护区。注意防蚊虫，建议携带驱蚊喷雾。

FAQ：

1. 天水最佳旅游季节是何时？

答：5-6月牡丹花季和9-10月秋色最佳，夏季注意防暑降温。

2. 景区联票包含哪些景点？

答：伏羲庙、麦积山、南郭寺、玉泉观、胡氏民居五景点联票价格380元，需提前3天预约。

3. 哪些景点需要预约？

答：麦积山、甘谷县博物馆、武山鸳鸯湖实行分时预约制，其他景点现场购票。