

玩岛屿

最美岛屿度假攻略

墨刻编辑部 编著



泰国苏梅岛——东南亚异国风情的满月派对
菲律宾长滩岛——盛夏度假玩乐生活
印度万隆——与热带鱼共游清凉之美
日本石垣岛——在南国之境听风赏景
马来西亚兰卡威——亲子乐游之岛
塞舌尔——奢华婚礼毕业旅行
小笠原群岛——夏日度假之选
帕劳——在彩旗很多道风景中潜水
英国关岛——在繁华都市中享受度假生活
巴厘岛——商务旅行，在世界的转角享受爱情
夏威夷——蜜月婚礼毕业旅行

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

图书在版编目(CIP)数据

玩岛屿：最美岛屿度假攻略 / 墨刻编辑部编著. --
北京：人民邮电出版社，2010.7
ISBN 978-7-115-22969-4

I. ①玩… II. ①墨… III. ①岛—旅游指南—世界
IV. ①K918.44

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第085299号

Copyright©2010 by Mook Publishing Ltd.

All rights reserved.

本书经城邦文化事业股份有限公司墨刻出版事业部独家授权，同意经由人民邮电出版社出版中文简体字版本。非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。

玩岛屿：最美岛屿度假攻略

◆ 编 著 墨刻编辑部

责任编辑 张 军

执行编辑 郭佳佳

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号

邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：13

2010年7月第1版

字数：333千字

2010年7月北京第1次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2010-1445号

ISBN 978-7-115-22969-4

定价：38.00元

读者服务热线：(010)67172489 印装质量热线：(010)67129223

反盗版热线：(010)67171154



玩岛屿 最美岛屿度假攻略

苏梅岛·长滩岛·帕劳·塔希提(大溪地)·关岛·石垣岛·兰卡威·万雅老

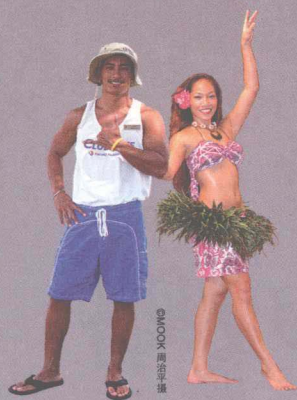
ISLANDS

墨刻编辑部 编著

人民邮电出版社
北京

玩岛屿:最美岛屿度假攻略

苏梅岛·长滩岛·帕劳·塔希提·关岛·石垣岛·兰卡威·万雅老



© MOON 李美玲摄

4 就是爱岛屿

蜜月婚礼·毕业旅行·亲子同乐·高尔夫天堂·商务旅行

12 找个饭店度假去!

印尼巴厘岛地中海俱乐部·马来西亚绿中海度假村
泰国普吉岛悦榕庄·菲律宾埃尔尼多岛度假村

24 10大水上活动乐翻天

帆船·香蕉船·风浪板·沙滩排球·冲浪·海底漫步
水上摩托车·出海赏鲸豚·独木舟·潜水

33 塔希提 Tahiti, French Polynesia

【塔希提岛】帕皮提区·金星测量点与马塔瓦海湾·罗伯温珍珠博物馆·如何选购塔希提珍珠·更高博物馆及餐厅·阿拉荷奇喷水孔·塔希提洲际度假酒店·塔希提美丽殿饭店·塔希提马那瓦套房度假酒店

【波拉波拉岛】礁湖巡游·内陆生态之旅·血腥玛丽·波拉波拉努伊希尔顿度假酒店·波拉波拉洲际度假酒店·塔拉索Spa·波拉波拉四季度假饭店·波拉波拉瑞吉度假酒店

【茉莉亚岛】库克湾与欧普诺胡湾·岛屿内陆生态、文化及农田之旅·提基文化村剧场·茉莉亚洲际度假酒店·茉莉亚希尔顿礁湖度假村饭店·茉莉亚索菲特海滩度假酒店

◎法属波利尼西亚塔希提旅游信息



61 苏梅岛 Samui, Thailand

瀑布森林浴·骑大象·湄南海滩·查汶海滩·拉迈海滩·大佛·阿公石·阿妈石·安通国家海洋公园·帕安岛(满月派对)·龟岛·海鸥岛(南缘岛)·Sabeinglae餐厅·Ko Seng餐厅·Six Senses Hideaway Samui·The Library·安娜塔拉度假村·Kirikayan Luxury Pool Villas & Spa·Ban Laem Sai Beach Resort & Spa·The Imperial Samui Hotel·桑提布里旅馆·Villa Lawana·泰国苏梅岛旅游信息

泰国苏梅岛提供



© MOON 李美玲摄

玩岛屿导引

一望无际的蓝天白云、洁白无瑕的海水沙滩、穿着比基尼短裤的辣妹帅哥、丰富精彩的水上活动,这些都是构筑海岛风情的基本元素。不过岛屿吸引人的不只这些,在重金打造下,许多五星级饭店、高尔夫度假村纷纷入驻海岛,让人在享受海水洗礼之际,也能拥有一个精致浪漫的假期。

本书即搜罗现今最受欢迎的岛屿,包括泰国苏梅岛、菲律宾长滩岛、马来西亚兰卡威、日本石垣岛、

美国关岛、帕劳、印尼万雅老、法属波利尼西亚塔希提岛等地,介绍当地最热门的海滩和旅游胜地,并搭配优美的图片、实用的地图和相关资料,全面提供吃喝玩乐各种旅游信息。此外,还规划了热门度假村单元,并罗列必玩水上活动,让你的岛屿假期安排得更完美。可以说,本书是目前坊间有关岛屿度假的书籍中,最具参考和实用价值的一本。

书中所提供的各项可能变动的信息,如交通、

费用、开放时间、地址、电话,系以本书出版前所收集的资料为准,如果你在旅行中发现有关情况已变更,或是有任何内文或地图需要修正的地方,欢迎随时指正和批评。你可以通过下列方式联系我们:

写信:北京市崇文区夕照寺街14号人民邮电出版社社科人文分社收

电话:67172489

E-mail: skrw@ptpress.com.cn



CHOOK 张淑萍摄

85 长滩岛 Boracay, Philippines

白沙滩·丰富的水上活动·普卡海滩·长滩岛按摩体验·夜生活·海滩路·周边离岛游·D'Mall·菲律宾美食体验·Fairways & Bluewater Resort Golf & Country Club·长滩岛丽晶度假村·太平洋之珠度假村·菲律宾长滩岛旅游信息

99 帕劳, Palau

水母湖·软珊瑚区·硬珊瑚区(万象珊瑚区)·灵芝珊瑚礁区(日本沉船)·七彩鱼世界·浮潜和体验潜水·长沙滩·牛奶湖·蜜月岛·德国水道·帕劳历史·大断层·鲨鱼城·干贝城·北岛水域探险·安德茂瀑布·帕劳国家博物馆·海豚湾·属于母亲的头胎庆典·男人会馆·Mandara Spa·干贝解剖秀 & 帕劳战士舞·艾佩松博物馆·WCTC购物中心·帕劳的工艺品·缅甸(RUR)礼品店·Elis Gift Shop·天池川粤食府·Waves 餐厅·帕劳尝鲜·帕劳老爷大酒店·帕劳旅游信息

129 关岛 Guam, USA

杜梦湾·鱼眼海洋公园·ABC 海滨俱乐部·亚特兰提斯潜水艇·恋人岬·到关岛结婚吧!·西班牙广场·教堂纪念像·自由女神像·圣母玛利亚教堂·阿布根堡·拉提石公园·犹玛特克村和犹玛特克桥·南太平洋纪念公园·杰夫帕哥查莫洛文化村·查莫洛人·泰拉佛佛瀑布公园·欢乐岛特区·DFS 免税商店·关岛品牌商品折扣中心·夕阳巡航晚宴·查莫洛村观光夜市·太平洋岛屿度假村·美国关岛旅游信息



陈西滨提供内部照片

159 石垣岛 Ishigaki, Japan

川平湾·米原海滨露营地·钟宫城钟乳洞·八重狮子 & 石敢当·宫良殿内·桃林寺仁王像 & 权限堂·唐人墓·八重山自然村·グラスアイランド玻璃·八重山民俗村·川平湾黑珍珠·公共设施·美崎町·八重山织工艺馆·八重泉与请福泡盛·米子烧工房陶器·金城烧肉店·乡土料理·石垣四大观景处·Club Med 度假村·日本石垣岛旅游信息



CHOOK 张淑萍摄

177 兰卡威 Langkawi, Malaysia

芭椰岛·首相展览馆·库亚·马哈迪医生·老鹰广场·缆车·水底世界·充满争议的《安娜与国王》·玛苏丽公主墓园·玛苏丽的传说·焦米镇夜市·Barn Thai·Tanjung Rhu Resort·成功度假村·Holiday Villa Beach Resort & Spa Langkawi·The Datai·安达曼饭店·彩虹度假村·兰卡威喜来登饭店·马来西亚兰卡威旅游信息

199 万雅老 Manado, Indonesia

布纳肯·万雅老土瓦国家海洋公园·曼卡岛 & 普力森岬角·西拉丹度假村·梔子花乡村客栈·金马巴惹度假村·印尼万雅老旅游信息

地图索引

P. 33 法属波利尼西亚
P. 33 塔希提岛
P. 33 波拉波拉岛
P. 33 茉莉亚岛
P. 61 泰国示意图
P. 61 苏梅岛
P. 61 苏梅岛各离岛位置图

P. 85 菲律宾示意图
P. 85 长滩岛
P. 99 帕劳位置图
P. 99 帕劳示意图
P. 99 科罗尔岛
P. 129 关岛位置图
P. 129 关岛

P. 159 日本示意图
P. 159 石垣岛
P. 177 马来西亚示意图
P. 177 兰卡威
P. 177 芭椰岛位置图
P. 199 印尼示意图
P. 199 万雅老

☎ 电话

✉ 传真

📍 地址

🕒 时间

🛏 休息日

💰 价格

🚗 交通

🌐 网址

⚠ 注意事项

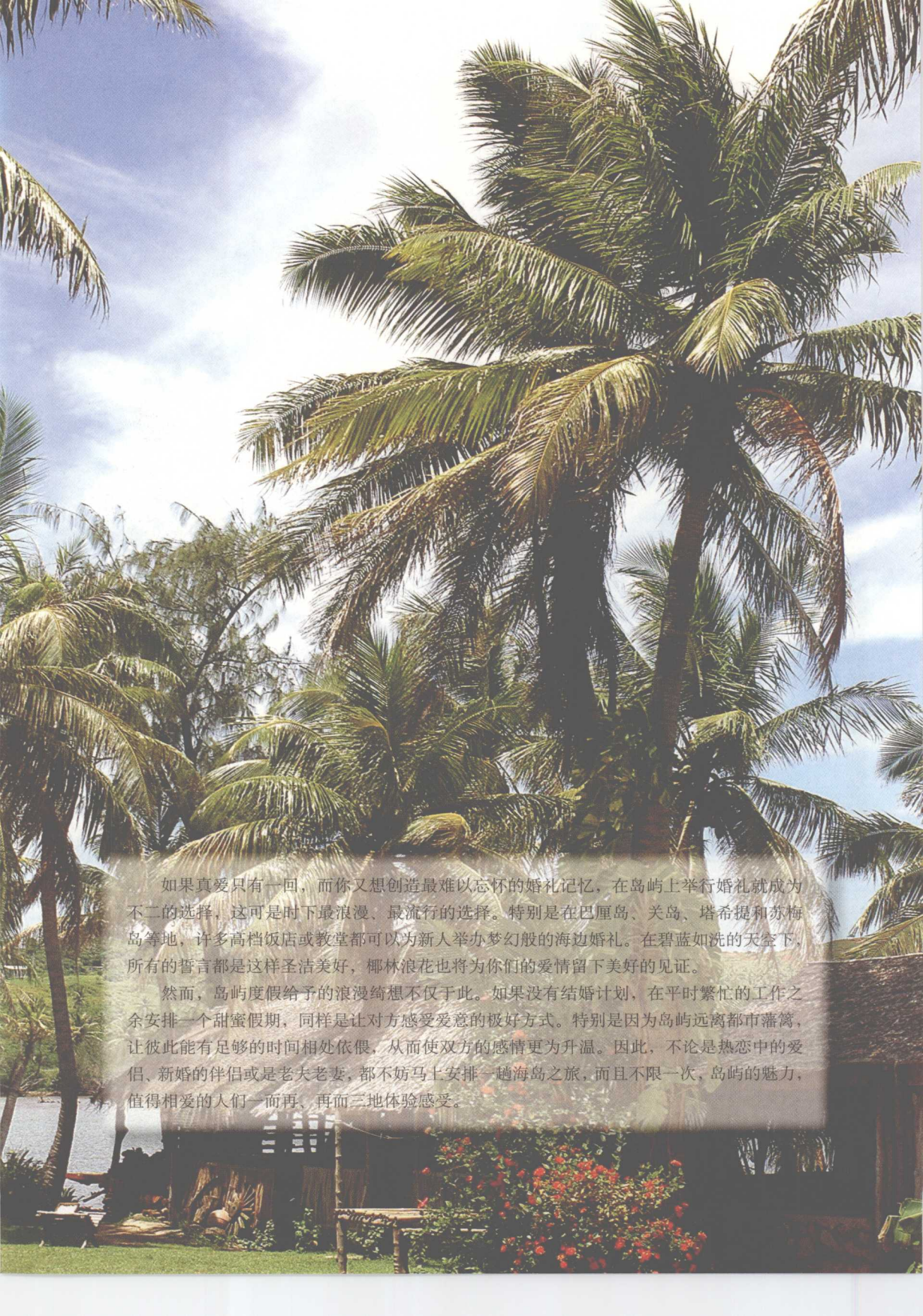
📌 备注

使用时, 读者可参考页面右侧边栏的索引, 可帮助你快速翻阅至欲查询之城市。

Call of the Ocean
就是爱岛屿

蜜月婚礼

椰林浪花下的
爱情见证

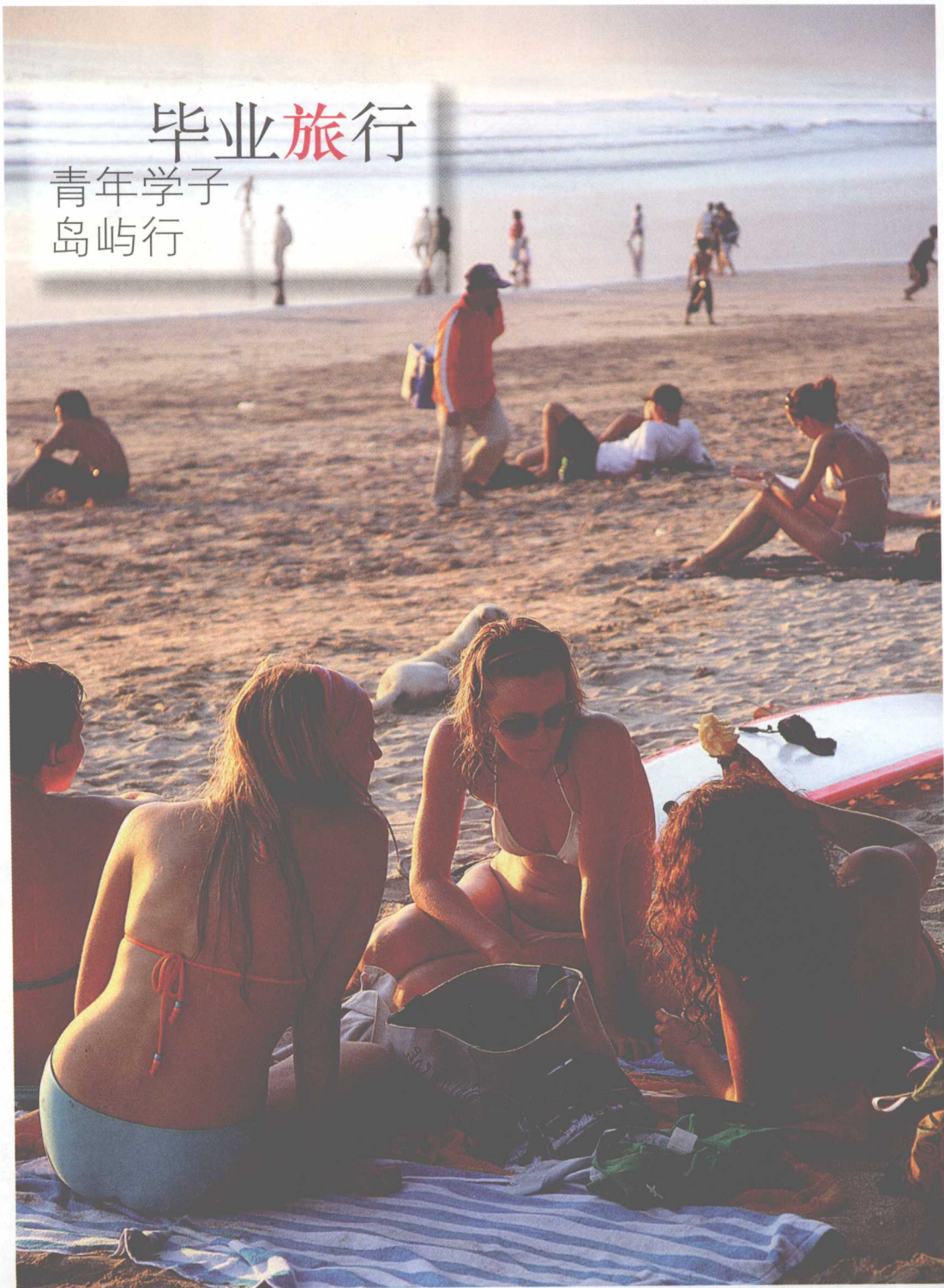


如果真爱只有一回，而你又想创造最难以忘怀的婚礼记忆，在岛屿上举行婚礼就成为不二的选择，这可是时下最浪漫、最流行的选择。特别是在巴厘岛、关岛、塔希提和苏梅岛等地，许多高档饭店或教堂都可以为新人举办梦幻般的海边婚礼。在碧蓝如洗的天空下，所有的誓言都是这样圣洁美好，椰林浪花也将为你们的爱情留下美好的见证。

然而，岛屿度假给予的浪漫绮想不仅于此。如果没有结婚计划，在平时繁忙的工作之余安排一个甜蜜假期，同样是让对方感受爱意的极好方式。特别是因为岛屿远离都市藩篱，让彼此能有足够的时间相处依偎，从而使双方的感情更为升温。因此，不论是热恋中的爱侣、新婚的伴侣或是老夫老妻，都不妨马上安排一趟海岛之旅，而且不限一次，岛屿的魅力，值得相爱的人们一而再、再而三地体验感受。

毕业旅行

青年学子
岛屿行



要毕业了，怎样纪念以往的友情？和同学好友一起出国同乐、探索美丽的岛屿世界吧！岛屿旅行便利安全，消费经济，异国风情浓厚，苏梅岛、长滩岛，或是以水上活动为主的帕劳、关岛、兰卡威和万雅老，抑或深受哈日族喜爱的日本石垣岛，都是毕业旅行的上佳选择。





亲子同乐

欢乐不断的
全家旅游

平时忙碌于工作事业的父母，是不是很久没有跟小朋友一起相处聊天了？如果不想变成小孩眼中陌生而又严肃的父母，就赶快替全家人安排一个欢乐假期吧！这当中，又以到岛屿度假最能赢得小孩的心了。迷人的自然美景加上精彩多样的水上活动，几天下来必定让全家笑容不断、开心满满。建议选择到石垣岛、关岛度假，这两个岛屿上有专为家庭成员设计的度假村，让一家大小轻松地畅玩到底！

对爱好高尔夫球的人来说，选个小岛挥挥球杆，不但经济实惠，而且还能享受到当地明媚的自然风光。

在苏梅岛、长滩岛、关岛和兰卡威等地，有不少设施优良的高尔夫球场，其别出心裁的场地设计，搭配周边浑然天成的美景，让人可以忘却烦嚣，尽享度假的乐趣。

高尔夫天堂

优美的
自然风光

商务旅行

工作之余
勿忘娱乐

公司企业如果要举办商务旅行或奖励旅游，岛屿度假一定是最佳选择。因为不论是近来大受欢迎的泰国苏梅岛、菲律宾长滩岛、印尼万雅老，还是历久不衰的关岛、帕劳和马来西亚兰卡威，抑或是在这辈子一定要奢华一次的塔希提。当地明媚的风光、宜人的气候、浓郁的民俗风情和玩不完的水上游乐设施，都让人能在第一时间就感受到出国度假的乐趣。加上现在大部分的观光岛屿都建有顶级的舒适饭店旅馆，并提供会议厅或宴会厅，更能让商务会议顺利无阻。在工作之余还能享受奢华的饭店设施，旅行、工作两不误，真是两全其美！



找个饭店度假去!

*Club Med
Bali*

印尼巴厘岛地中海俱乐部

地中海俱乐部独树一帜的全包式玩法早就风靡全世界，现在，位于巴厘岛的地中海俱乐部在重金改装之后，以时尚优美的环境和完美奢华的五星级度假方式，掀起更多旅游风潮和话题。来到这里，不用费脑筋、不再赶行程，彻底感受度假真谛、创造难忘的回忆吧！

地中海俱乐部一向擅长利用各地的材质元素创造出只属于当地特有的建筑和环境。然而，巴厘岛的地中海俱乐部经过重新装修后，却是出人意料的时尚摩登。显而易见，来自法国的建筑设计师 Mark Hertrich 已不满足于巴厘岛的传统格局，他以白和红为主色调，搭配原木材质，打破了大家习以为常的巴厘岛风格，创造出浪漫瑰丽的法式风情。

因为爱玩，睡觉也浪费

巴厘岛的地中海俱乐部在重新装修之后，一跃成为亚洲的旗舰俱乐部，这里提供的游乐设施和活动竞赛多到没有几天假期根本玩不完。

早上爬得起床的，可以到椰林花园做瑜伽，晚一点，有清晨健走、活力竞走、曲线雕塑等课程欢迎你的加入；最不能错过的是中午时分的水中有氧活动，在搞笑 G.O. 的带动下，娱乐之外还能健身；水中竞技则是将大家不按国籍分组进行水中比赛，这也是认识各国朋友的好机会；午后，不妨参加风帆、独木舟和浮潜课程。射箭是另一项广受欢迎的活动，在这里，可以好好挑战自己的臂力和专心度。村内亦有高尔夫球场，分成初学、中级和比赛等不同时段。此外，网球场、篮球场、羽毛球、臂球、沙滩排球、低空弹跳……在固定时间都欢迎报名参加，现场同样有专业 G.O. 指导，不怕学不会。

在所有活动中最吸引人的便是空中飞人，其玩法是先爬上阶梯到达两三层楼的高度后，单手拉着单杠将身子晃出去，此时另一手再接住单杠，利用腰力向上伸腿，

独一无二地中海俱乐部

地中海俱乐部创造了全球独一无二的度假概念，这里不仅提供舒适的住宿设施，而且俱乐部内从早到晚都提供不同的游乐设施和活动，让人只是待在村内，就乐趣十足，根本不想离开村子。

特别的是，这里还有一群可爱的 G.O.。G.O. 是 Gracious Organiser (友善的组织者) 的缩写，等于是村子的主人，来到这里的游客便是 G.M. (Gentle Member)。

这群来自世界各国的 G.O. 是村子的灵魂人物，他们个个个性活泼、体力充沛、创意十足，在他们的脑袋瓜里有着用不完的点子。白天他们可能是活动教练，每一项娱乐设计或活动，皆由他们提供协助；一到了晚上，他们又成为舞台上的表演者，你不得不佩服他们的多才多艺。

更重要的是，在这里没有别的消费，地中海俱乐部强调“全包式”的假期，也就是只要付一笔费用，机票、交通、保险及在村内住宿和所有吃喝玩乐的花费（少数活动例外）就包括在内，游客在村内活动只需着轻便的服装或泳装，连钱都不用带！

直至将脚倒钩在单杠上呈倒立姿势并将双手放开，就算大功告成。

晚上也不会闲着，全村的人此时几乎都换上了每天指定的 Dress Code，到剧场欣赏由 G.O. 自编自演的歌舞表演。接下来的时光便是欢乐派对，来自全世界的游人就在 G.O. 的带动下大跳 Disco，让气氛 High 到最高点。

精致丰富的美食饗宴

地中海俱乐部另一项为人津津乐道的地方就是美食。巴厘岛地中海俱乐部目前建有两间餐厅，提供精致丰富的自助佳肴或单点美食，绝对让人食指大动！

巴厘岛地中海俱乐部

📍 P.T. Bali Holiday Village, P.O. Box 7, Lot No.6 (各大旅行社都有到巴厘岛地中海俱乐部的旅游行程，具体信息可上网查询)



Club Med 摄影



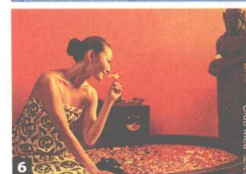
Club Med 摄影



OMOOK 巴厘岛摄影



OMOOK 巴厘岛摄影

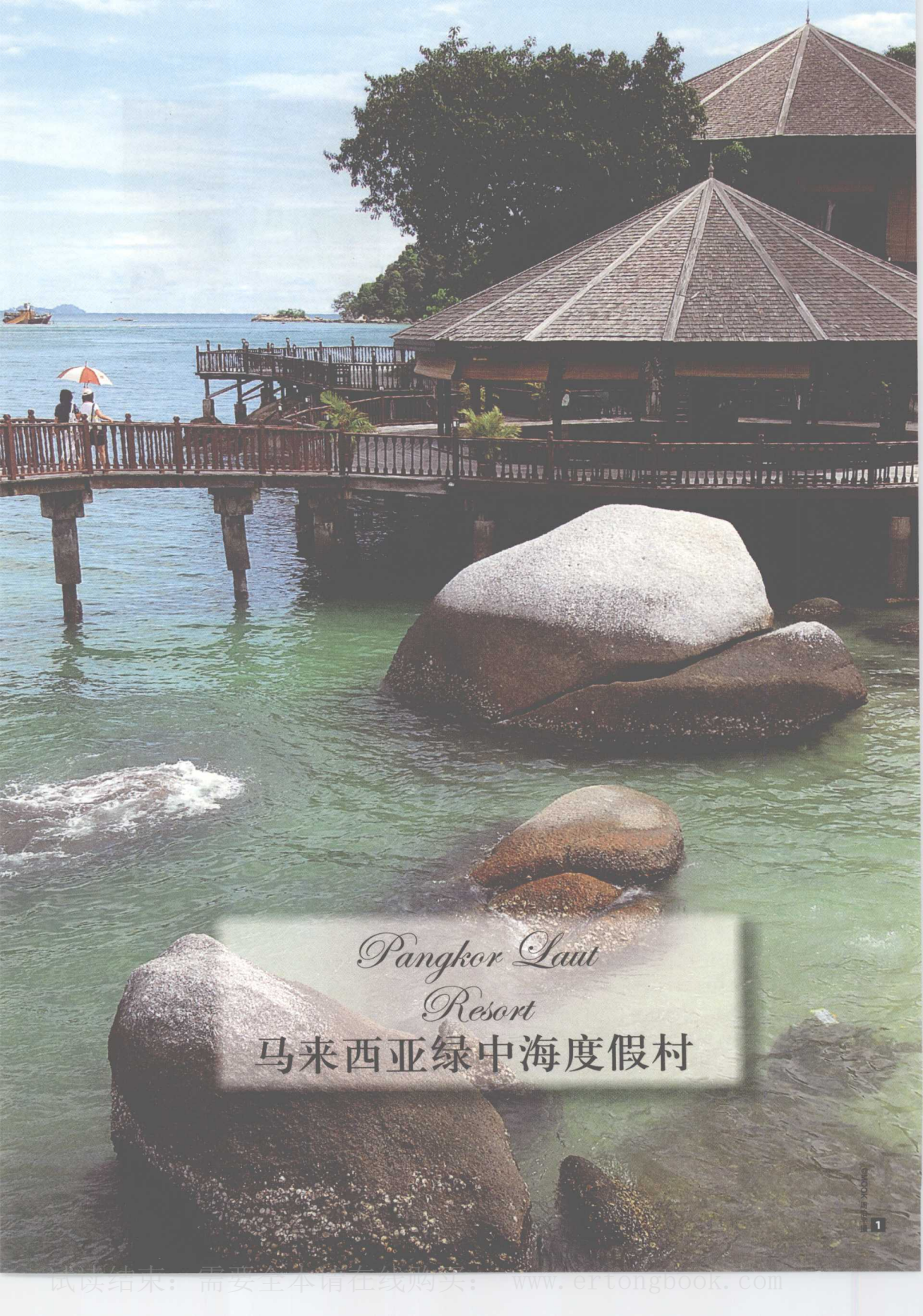


Club Med 摄影



Club Med 摄影

1. 地中海俱乐部全包式的度假，适合全家大小不分老幼一起玩乐。2&3. 这里的两家餐厅提供来自各国的自助式或单点佳肴。4. 空中飞人是地中海俱乐部最热门的游戏，谁的臂力、腰力好，谁就能成功。5. 中午时别忘了到泳池参加水中有氧活动，包准让你午餐时胃口大开。6. 巴厘岛地中海俱乐部 Spa 特别邀请了全球知名的 Mandara Spa 集团进驻，提供各种经典疗程。7. 在俱乐部内不管从事哪项活动，都会有 G.O. 指导和照顾，让你玩得开心、玩得放心。



*Pangkor Laut
Resort*

马来西亚绿中海度假村