

Now START

内附超实用海南景点示意图

2011—2012
最新全彩版

《Now Start》丛书
编委会 编

《旅游卫视》主编 李婧琛 倾力推荐

海南旅游 现在就开始

超潮！海南旅游快趁早！

不要等着既有钱又有时间的日子啦！

去海南，只要你盘算得好，花不了多少钱！
时间嘛，四五天、七八天都可以玩得很开心！

人家现在是国际旅游岛了，
趁现在还便宜，去玩一圈儿吧！



绝妙体验！

海南最流行的

6种游乐方式

- 1 **潜水** 环境全国最好！
- 2 **夜游** 独享一片温柔的海水！
- 3 **海钓** 海南一项尊贵的游乐活动！
- 4 **观鸟** 户外休闲的另一种方式！

热带水果 种类之多居全国之首！

椰风海韵 惬意挥杆！

玩家推荐！畅游海南不用愁
8天7夜玩转金海南，吃喝玩乐全都有！

● 什么时间去海南旅游最好？
每年的春节前后啊！

● 在海南就餐应注意什么？
吃海鲜，别贪多！

● 遇到困难怎么办？
快看书中的锦囊吧！



旅游教育出版社
Tourism Education Press

Now START

《Now Start》丛书编委会 编



海南旅游, 现在就开始



旅游教育出版社
Tourism Education Press

策划编辑：冉 颖

责任编辑：陈 志

图书在版编目(CIP)数据

海南旅游，现在就开始/《现在就开始》丛书编委会编.

—北京：旅游教育出版社，2010.9

(现在就开始)

ISBN 978-7-5637-2037-8

I. ①海… II. ①现… III. ①旅游指南—海南省

IV. ①K928.966

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第160954号

海南旅游，现在就开始

《Now Start》丛书编委会 编

出版单位：旅游教育出版社

地 址：北京市朝阳区定福庄南里1号

邮 编：100024

发行电话：(010) 65778403 65728372 65767462 (传真)

本社网址：www.tepcb.com

E-mail：tepx@163.com

印刷单位：北京天成印务有限责任公司

经销单位：新华书店

开 本：889×1194 1/32

印 张：7.25

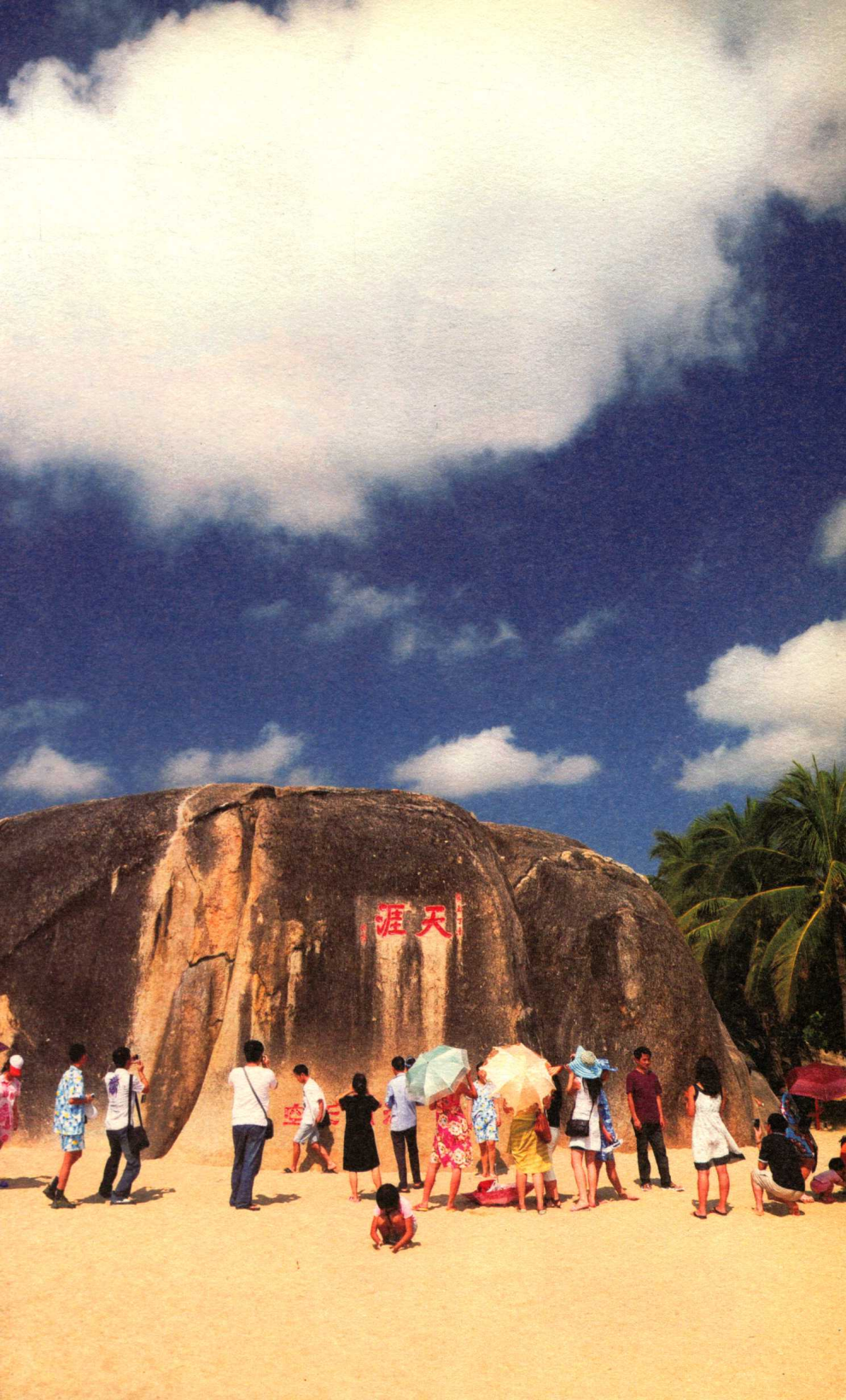
字 数：215千字

版 次：2011年1月第1版

印 次：2011年1月第1次印刷

定 价：28.00元

(图书如有装订差错请与发行部联系)



北部湾





海南旅游示意图

本书以三亚、海口、海南东线、海南中线、海南西线为核心,共分为7个部分,全面地介绍了海南旅游的各种资讯,内容涵盖了海南的历史人文、气候特征与重要景点的游玩攻略。可以说,本书囊括了海南旅行的各个方面,适合广大旅游爱好者参照使用,从而使海南之行变得更加愉快,更加开心!

海南的历史人文

100

A 海南东线

海南东线是海南经济开发最早、设施最完善的地区，包括琼海、万宁、文昌和陵水四个市县。一般环岛的游客多数都会选择这条路线。东线的历史积淀了不少海南近代社会和经济发展的历史。



B 海南中核

海南中线一带主要居住着黎、苗族同胞。他们通行本民族语言，会讲海南话，普通话，但几乎没有本民族的文字，通用汉字。黎族是海南岛最早的居民，其史可追溯到新石器时代，距今已有数千年，悠久的历史积淀，逐步形成了黎、苗族独特的民族文化。

比如，黎族的服饰文化就是一道特色。黎族男子一般上身穿无领无袖无扣如衣，腰间系布带，一块块织成条带，头上戴以布带束发，一块块织



C 海南西线

海南西线是指海南西部区域。其历史源远流长，早在汉代时期就有两位民族将军驻扎于此，宋代苏东坡被贬至儋州，从此兴起了海南本土文化发展的热潮。海南西线包括儋州、乐东、东方、昌江和临高五个市县。这里地处偏远，人口稀少，旅游资源丰富多样。

西祠的景观要素来自于大自然鬼斧神工的造就和当地人的文化创造。这里千年古盐田、中和古城、东渡书院等古迹云集。尖峰岭奇取了国内外各种植物的珍稀植物, 莺歌海盐场、海陵风车群是近代和现代工业文明的标志, 是摄影爱好者的眼中一道独特的人文风光。

的方式生活在这片土地上。他们渴望掌握经文生意内的各种神秘习惯，甚至还有传闻说他们会偷盗庙藏。其实，苗族同胞是和喜欢音乐的民族，只要你尊重他们，他们就会把你当成朋友。如今的西线已经繁华了很多，西线高速公路的开通为人们来这里观光提供了极大

Q 去海南应带什么装备

去海南旅游主要以休闲度假、感受海滨风光为主,虽然对装备的要求不一样,但是带上合适的行李,能使你的南国之行乐趣大增。下面所列的装备清单,有些属于奢侈品,你可以根据自己的行程安排来决定带些什么。

一、必需品

海南烈日炎炎,太阳晒得在海面游泳的游客不仅受不了阳光直射,而且皮肤晒得红红、起水泡,甚至过敏。SPF指数为130,表示皮肤晒伤需要多长时间才会发红的时间,在同样的光强下,每具3.5~4.5分=45分的时间防晒。A类是预防紫外线对皮肤的伤害。紫外线对皮肤最为刺激是UVB波段。比如,A类防晒比B类防晒产品的效果多了2~4倍可以延缓皮肤老化的时间。

景物的更加清晰。

到了海面，不游泳实在是有点辜负了天赐美景，所以潜水用具一定别忘了带。泳衣、泳裤、泳帽、泳镜、泳鞋、水镜、潜水、湿鞋、一寸工牌……

2. 防晒霜

前往海南的女游客，可能会对防晒用品比较好奇。在男导游的带领下，他们需要用到防晒霜来保护自己的皮肤不受紫外线的侵害。男导游们往往提醒女游客注意，涂抹防晒霜时一定要涂抹均匀。如果被汗水冲掉了，还要补涂，可不

海南岛南边之风的热烈程度，从当地普及本土土语，便可见一斑了。例如，如黄莲膏、感冒药、牛黄解毒片、驱蚊水、止痒膏、止痛丹、消暑丹以及风油精等，防蚊虫叮咬可



5. 足够的现金

可以在身上留更多
店消費和海淘商品
的支出也減少了。



6. 替换的衣物

度24℃。最佳旅游时间是4、5月和9、10月份。需自备夏季衣服、平跟舒适的旅游鞋、吸汗透气的棉袜几双(以备更换)。

海南风景优美
所以数码相机一定

果的王国，为了享用它们，水果刀自然也不可缺少。水果刀要放在此处的包包里，不放在贴身的包里，不然是不能坐飞机的，因为使用手机，充电器自然也是不能不带。如果方便，自己可以带上洗漱用品，如牙刷、洗发水。

护发素（必备，海供的又太劣质），

1. 露営用品

种道具并非奢侈品，又易学易懂，因为练习时比较随便或住旅馆，显得简陋，而且装备本身也不便宜，但练习时可以省去住宿费，又十分有乐趣。所以是种很经济，要自己有没有这项兴致了。

再谈道具的挑选，倾向于大一些，可让住得更舒服，最好是那种特妙而跳速式的，这样在帆洞里一样可以享受大海的乐趣。防潮湿，气要带得好。睡袋不能太厚，单层的薄睡袋就足够了。

想提醒中国游客注意的是，露营地一定事先报知国家旅游局旅游服务处取得批准。

上。否則有健康之危險。



2. 遮阳篷和沙滩椅

那种像是一个只有淹没4
方便的遮阳篷。那种
遮阳篷就不那么方便。

3. 炊具、炉具、餐具

在海边野炊，野餐也是一大乐事，不过需要带上很多东西，以及进行复杂细致的准备工作。瓦斯炉、烧烤架等烧烤用具最适宜海边野炊。如果嫌麻烦，带小型的保温锅等上及成的食物，在沙滩上野餐也不错。别忘了带上餐具。如果连锅碗瓢，就只能到饭馆吃饭了。

B Part2“进出海南不用愁”对海南之行的装备、交通、出入境须知作了详尽的讲解，可让前往海南的人们免去做“无用功”的准备，从而更省心、更省力地踏上海南之行的旅程。此外，这一部分还专门讲解了“海南旅游的防骗技巧”、“海南旅游应注意什么”，可让每一位到海南的人做到真正的“有备无患”。

选择海南的3大理由

xuanze hainan de 3da liyou



理由

1

感受国际旅游岛的魅力

海南岛是我国南疆的一颗灿烂明珠，人们常说它和台湾岛是我国的一双眼睛。它得天独厚，在旅游资源上有着十分突出的自然优势，不仅有迷人的海水、雪白的沙滩、明媚的阳光，还有旖旎的海底世界及富有传奇色彩的少数民族风情。经过多年的打造，海南岛已经成为极具魅力的国际旅游岛，不管是国内游客，还是外国游客，总会被它独特的美景所吸引。

海南岛最吸引人的自然景观是那绵长的海岸线，这里海水清澈，沙白如絮，一年中多数时间可进行海浴、日光浴、沙浴和风浴，光是从海口至三亚的东海岸线就有60多处海滨浴场。

尤其值得称道的是，在海南岛的沿海还有不同类型的滨海风光。比如，在东海岸线上，有一种特殊的热带海涂森林景观——红树林，有热带特有的海岸地貌景观——珊瑚礁，此二者均具有较高的观赏价值。仅海口市琼山区的东寨港和文昌市的清澜港就有4个红树林保护区。

此外，山岳、热带原始森林则是海南岛自然景观的另一特色。海南海拔1 000米以上的山峰有81座，绵延起伏，山形奇特，气势雄伟。颇负盛名的有山顶部呈锯齿状、形如五指的五指山，气势磅礴的鹦哥岭，奇石叠峰的东山岭，瀑布飞泻的太平山，以及七仙岭、尖峰岭、吊罗山、霸王岭等，均是登山旅游和避暑的胜地。海南最具有特色的是密布的热带原始森林，有乐东县尖峰岭、昌江县霸王岭、陵水县吊罗山等4个热带原始森林区，其中以尖峰岭最为典型。

除了独特的自然景观外，海南岛的地方特色、人文特色也颇吸引人。海南岛有黎、苗、彝、侗、瑶等30多个少数民族，世居的有黎、苗、回、汉等族。千百年来，古朴独特的民族风情使海岛社会风貌显得丰富多彩。





理由

2

欣赏椰风海韵的美景

海南岛自古就有“椰岛”之称，岛上的奇花异果、阳光沙滩、清新空气……自然是热带雨林以及海洋气候赋予的结果。在岛上任何一个地方，都能让人随时感受到椰风海韵的那份浪漫、悠闲与惬意。

走在海口或三亚的滨海大道上，两旁高大挺立的椰树在蓝天白云下摇曳，就像列兵一样整齐地站立两旁，英姿飒爽。浓郁的热带气息迎面扑来，你的心情会像阳光一样明媚。当你来到“天涯海角”或是“天下第一湾”的亚龙湾时，很容易就会沉醉在椰风海韵中。你可以光着脚丫踩在洁白如玉、细致柔软的沙滩上，当海风轻轻吹起、夕阳斜沉时，你就会完全进入忘我的状态。

当你走在文昌的东郊椰林中时，你马上就会迷失自己。因为这里椰树成片，椰姿百态，有红椰、青椰、良种矮椰、高椰、水椰……远看椰林，似是万马扬鬃，气势壮观，仿佛刚强的战士，筑起了热带海岸线上的绿树长城；近看椰林，犹如少女婷立，婆娑缥缈；椰树叶摇曳，如歌如吟，似乎在轻唱一首无言的情歌。

椰林下，风情小木屋错落于椰树间，座座背林朝海，屋里陈设古色古香，朴素自然。坐在屋檐下品茗赏海，朝见蓝洋托霞，鸥群南翔，渔舟出海；夕观碧波耀金，彩云缀空，归鸥双飞……尤其是冬日的海南，椰风海韵更加迷人。

相信很多人在没有去海南之前都在心中勾勒过海南的椰树林。然而，当那一排排一片片优雅的椰树扑入眼帘时，人们仍然忍不住惊叹椰树的婀娜。椰树是海南的象征，椰子则是海南的主打产品，除了椰子汁之外，海南还把椰子加工成各种产品，比如椰子粉、椰子酒、椰子糖、椰子饼等，还有用椰子壳所做成的工艺品，都是归程时不可不买的物品。



3

体验深海潜水的刺激

潜水是海南最为流行的一项水下运动，不仅能提高游泳技能、增强肺活量、加大肌肉力量，还能起到瘦身减肥的作用，可以说既刺激又充满挑战。对于内地的游客来说，没有比海南岛更好的潜水之地了，因为海南岛是目前国内最棒的潜水胜地。

不说海南全岛，仅三亚的潜水胜地就让人叹为观止。三亚位于海南南段，拥有绵延约8公里的柔软细腻的沙滩，海滩长度约是美国夏威夷的3倍，海底珊瑚礁保存十分完好，是国家级珊瑚礁重点保护区。

那里的海水清澈澄莹，能见度在8到16米，有些地方可达25米左右。因其良好的生态环境，吸引了众多形态各异、色彩斑斓的热带鱼种来此游弋，形成了三亚海底绚烂多姿的景观。三亚也被国际潜水专家一致认为是南太平洋最适宜潜水的旅游胜地之一。

以三亚为中心的“潜水圈”，近处可前往三亚湾、大东海、亚龙湾，远处可前往西岛、蜈支洲岛。

其中，亚龙湾的潜水点最多，出名的有爱琴海潜水度假村、亚龙湾海底世界。爱琴海潜水度假村的主要项目是东排岛和西排岛潜水，人数不算多，因此在一定程度上可以保证服务的质量和潜水的效果。亚龙湾海底世界有世界最大、最完整的软珊瑚族群以及丰富多彩的硬珊瑚、热带鱼类等，在这里潜水，可以真正体会到人与动物的和谐。

蜈支洲岛享有“中国第一潜水基地”的美誉，这里的海底有石斑鱼、海胆、对虾、夜光螺及众多五颜六色的热带鱼和形态各异的珊瑚，很多人都是慕名而来。海南其他潜水之地，也各有千秋。不管怎么样，只要你是抱着潜水的目的来三亚，绝对不能错过亚龙湾和蜈支洲岛。



CONTENTS 目录

19 导读

到海南最应该看的9大美景	19
海南最流行的6种游乐方式	21
去海南不可不吃的10种海鲜	25
在海南最值得一购的5种物品	28
海南不可不看的8种热带植物	30
8天7夜玩转海南	33



39 Part1:海南旅游早知道

海南的历史人文	40
海南的气候特征	42
海南的民族风情	43
海南的常用语言	45



47 Part2:进出海南不用愁

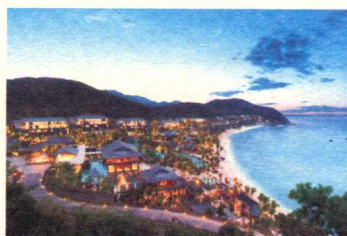
去海南应带什么装备	48
进出海南的交通方式	50
畅游海南的交通方式	54
海南特区人离境须知	58
海南旅游应注意什么	60
海南旅游防骗技巧	63
海南旅游不可不知的网站与电话	65



69 Part3: 三亚旅游圈——畅游海南第一站

A. 游客盛赞的11大美景 ····· 70

亚龙湾·····	70
南山文化旅游区·····	73
鹿回头·····	75
天涯海角·····	77
大东海·····	78
蜈支洲岛·····	79
三亚湾与椰梦长廊·····	82
大小洞天·····	83
崖州古城·····	85
西岛海上世界·····	86
呀诺达·····	87



B. 吃海鲜最in的7大名店····· 90

东郊椰林海鲜城·····	90
大东海明珠海鲜城·····	91
友谊社区海鲜广场·····	92
海香海鲜加工店·····	93
春园海鲜广场·····	93
明润海鲜排档·····	94
雪姐海鲜·····	95



C. “扫货”必逛的4大去处····· 96

第一市场·····	96
明珠广场·····	97
旺豪超市·····	97
解放路步行街·····	98



D. 海景最好的7家酒店····· 99

金茂三亚希尔顿酒店·····	99
三亚喜来登度假酒店·····	100
三亚红树林度假酒店·····	101

仙人掌度假酒店·····	101
三亚铂尔曼度假酒店·····	102
丽思卡尔顿酒店·····	102
天域度假酒店·····	103

E. 最受欢迎的10大家庭旅馆 104

如家海景公寓·····	104
丽湾风景度假屋·····	104
听海轩海边旅舍·····	105
四季和风海景雅舍·····	105
大东海蔚蓝休闲居·····	106
润安海景度假公寓·····	106
三亚蔚蓝18° 海景公寓·····	107
红椰青椰风情度假公寓·····	107
品海阁·····	108
海之韵连锁公寓·····	108

F. 三亚泡温泉的3大胜地····· 109

珠江南田温泉·····	109
田园温泉水都·····	110
丽景温泉区·····	111

G. 畅游三亚的6条锦囊····· 112

锦囊1: 怎样去三亚最合算 ·····	112
锦囊2: 三亚之旅必备法宝 ·····	113
锦囊3: 在三亚如何吃好 ·····	113
锦囊4: 住三亚哪儿最好 ·····	115
锦囊5: 如何参加旅游团 ·····	116
锦囊6: 怎样泡三亚的温泉 ·····	117



119 Part4:海口旅游圈——新兴的旅游名区

A. 游客盛赞的9大美景····· 120

海口老城区·····	120
万绿园·····	121
秀英古炮台·····	122



假日海滩·····	123
东寨港红树林·····	124
热带野生动植物园·····	125
火山群地质公园·····	126
五公祠·····	127
琼台书院·····	128

B. 海口10大特色餐馆 ····· 130

风波庄·····	130
美味珍·····	131
渔歌唱晚·····	132
玉兔食坊·····	133
富乐鸡饭店·····	134
七仙野菜园·····	134
龙泉海鲜酒楼·····	135
大嘴鱼乡大酒楼·····	136
吕记海鲜美食城·····	136
金水门水上海鲜酒楼·····	137

C. “扫货”必逛的6大去处 ····· 138

博爱路·····	138
解放路·····	139
第五大道·····	140
泰龙商城·····	140
明珠广场·····	141
上邦百汇城·····	141

D. 最有特色的6家酒店····· 142

喜来登温泉酒店·····	142
西海岸温泉酒店·····	143
金海岸罗顿大酒店·····	143
康年皇冠花园酒店·····	144
寰岛泰得大酒店·····	145
文华大酒店·····	145

E. 畅游海口的5条锦囊····· 146

锦囊1：在海口如何品尝美食 ·····	146
---------------------	-----



锦囊2: 在海口如何购物	147
锦囊3: 在海口如何选导游	148
锦囊4: 海口住宿小窍门	149
锦囊5: 海口交通小窍门	149

151 Part5:海南东线: 文昌—琼海—万宁—陵水

A. 文昌景点 152

海底村庄	152
铜鼓岭	153
东郊椰林	153
文昌孔庙	155

B. 琼海景点 156

博鳌	156
万泉河	158
红色娘子军纪念园	161
白石岭	161

C. 万宁景点 162

兴隆温泉度假村	162
兴隆热带植物园	163
兴隆热带花园	163
东南亚风情园	164
石梅湾	165

D. 陵水景点 166

南湾猴岛	166
分界洲岛	167
吊罗山国家森林公园	168
牛岭	169

E. 畅游海南东线的7条锦囊... 170

锦囊1: 东线交通指南	170
锦囊2: 住在哪儿比较好	170
锦囊3: 在哪儿吃, 吃什么	171
锦囊4: 该淘什么宝贝	171



锦囊5: 何时游东线最佳	171
锦囊6: 海南东线旅游特色	172
锦囊7: 东线“新贵”游	172

175 Part6:海南中线: 定安—屯昌—琼中—五指山—保亭

A. 定安景点	176
海南热带飞禽世界	176
南丽湖	177
见龙塔	177
文笔峰	178
B. 屯昌景点	179
木色湖景区	179
枫木鹿场	180
C. 琼中景点	181
黎母山	181
百花岭瀑布	182
鹦哥岭	183
D. 五指山景点	184
五指山	184
海南中华民族文化村	187
海南民族博物馆	188
太平山瀑布	189
E. 保亭景点	190
七仙岭森林公园	190
毛感千龙洞	191
甘什岭自然保护区	192
F. 畅游海南中线的6条锦囊...	193
锦囊1: 中线交通指南	193
锦囊2: 住在哪儿最合算	193
锦囊3: 吃就吃有特色的	194
锦囊4: 值得一淘的宝贝	194
锦囊5: 中线最佳旅游时间	195

