



# 度假海南

DUJIA HAINAN

有爱  
无扰

黄学坚 李丽丽◎编著

自游 自驾 骑行 潜水 高尔夫 度假线路全指引

探索海岛秘境 体验未知风情



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS



# 度假海南

DUIJIA HAINAN

有爱  
无扰

黄学坚 李丽丽◎编著



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS

## 内 容 简 介

到海南旅游的人，总会感叹：要是能在这儿住上几天就太好了！本书贴心为你提供一个完整细致的海南度假攻略，告诉你一个不知道的海南岛，告诉你来过岛上但未必去过的海岛各地！

本书内容主要包括海南不同地区的度假攻略，并根据各类度假人群的不同要求，推荐最佳的度假方式。特别是为需要减压放松的中、高端收入人群、情侣、家庭、会议加度假的商务人士提供精准的吃、住、行、游、购、娱指南。

### 图书在版编目(CIP)数据

度假海南 有爱无扰/黄学坚,李丽丽编著. —北京:北京大学出版社, 2011.8  
ISBN 978-7-301-19346-4

I. ①度… II. ①黄…②李… III. ①旅游指南—海南省 IV. ①K928.966

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第157886号

书 名: 度假海南 有爱无扰

著作责任者: 黄学坚 李丽丽 编著

策 划 编 辑: 张亚丽

责 任 编 辑: 张亚丽

标 准 书 号: ISBN 978-7-301-19346-4/K · 0794

出 版 者: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路205号 100871

网 址: <http://www.pup.cn> <http://www.pup6.com>

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62750667 出版部 62754962

电 子 邮 箱: [pup\\_6@163.com](mailto:pup_6@163.com)

印 刷 者: 北京宏伟双华印刷有限公司

发 行 者: 北京大学出版社

经 销 者: 新华书店

720mm×1020mm 16开本 11.75印张 177千字

2011年8月第1版 2011年8月第1次印刷

定 价: 38.00元

---

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

举报电话: 010-62752024

电子邮箱: [fd@pup.pku.edu.cn](mailto:fd@pup.pku.edu.cn)



# 前言

**海**南岛的身份在不断地升级，不断地变化，唯一不变的，是她的美。一年四季阳光普照，空气清新，海浪、沙滩、仙人掌，潜水、快艇、高尔夫，沙滩漫步、雨林穿梭、温泉夜宿……这里有很多你想到的和想不到的度假方式，让你留恋忘返。最简单的，每天吹着椰风对着海浪，你就可以一天一天地待下去，忘记时光流逝、忘却烦恼压力！这里是度假者的天堂，每一个来过的没来过的人，都有关于这个热带岛屿的浪漫梦想。

是的，这是度假的最佳选择地！这里有海口、三亚、文昌、博鳌、兴隆、七仙岭、五指山、尖峰岭、蓝洋等闻名遐迩的度假目的地，许多地方是大多数旅行者没有去过的。这里不仅可以在天涯海角伫足，还可以在石梅湾遐想，四季可以挥杆，日日能够潜水。随着人们对她的关注越来越多，她已华丽蜕变为国际旅游岛，免税店进驻海口、三亚，更为度假的游客提供了购物免税的便利。

海南岛的高速公路一路畅通，全程免高速费，适合自驾的你；这里椰风徐徐，适合骑行的你；这里海水洁净、沙滩柔软，适合寻爱的你；这里小吃丰盛、海鲜诱人、酒店舒适，适合举家出游的你；这里星级酒店遍地，各种设施俱全，适合商务旅游的你。

翻到下一页吧，规划一个完美的度假旅程给自己，四季海南岛，不一样的风情！海南岛欢迎你。

# 目 录 /C/O/N/T/E/N/T/S/

第1章 概述.....	1
海南历史文化溯源 .....	1
海南形成及地理地貌 .....	2
海南气候特征 .....	3
海南少数民族 .....	3
海南入境签证政策 .....	4
海南境外旅客购物离境退税政策 .....	4
离岛旅客购物免税政策 .....	5
海南岛的进出交通 .....	7
海南岛内的交通 .....	18



## 第2章 度假在海口..... 37

行在海口 .....	38
机场、码头、公交专线	
吃在海口 .....	41
正宗海南粉、牛腩、猪脚饭	
住在海口 .....	43
75家星级酒店, 400多家社会旅馆	
购在海口 .....	47
蝶翅画、岛服、海鲜、干货	
娱在海口 .....	48
酒吧、足疗、KTV、印象·海南岛	
游在海口 .....	51
西海岸带状公园、野生动植物园、五公祠、乡村旅游、高尔夫球会	



### 第3章 度假在三亚..... 67

行在三亚..... 68

市内公交、出租、市郊班车

吃在三亚..... 69

清真鲜鱼汤、安游海鲜、刺鲑鱼火锅

住在三亚..... 72

鸟巢度假村、星级度假酒店

购在三亚..... 77

黎锦、珍珠、贝壳、椰雕

娱在三亚..... 78

KTV、夜总会

游在三亚..... 80

亚龙湾、天涯海角、潜水观光、高尔夫、  
游轮夜游、游艇出海



### 第4章 度假在文昌高隆湾..... 97

行在高隆湾..... 98

东环高铁、海汽快车

吃在高隆湾..... 98

龙虾、石斑鱼、海蛇

住在高隆湾..... 98

度假酒店、木屋别墅

游在高隆湾..... 100

铜鼓岭、东郊椰林、白金海岸

### 第5章 度假在琼海博鳌..... 107

行在博鳌..... 108

东环高铁、海汽快车

吃在博鳌..... 108

海鲜排档、酒楼

住在博鳌..... 109

家庭旅馆、豪华酒店

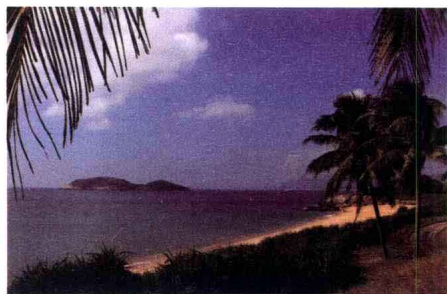


娱在博鳌 ..... 110

咖啡馆、酒吧

游在博鳌 ..... 111

博鳌亚州论坛、峡谷探秘、高尔夫



## 第6章 度假在万宁兴隆 ..... 119

行在兴隆 ..... 120

东环高铁、海汽快车

吃在兴隆 ..... 120

美食街、海鲜舫、加井咖啡

住在兴隆 ..... 120

艾美、金纬、温泉度假酒店

娱在兴隆 ..... 122

歌剧院、红艺人表演

游在兴隆 ..... 123

石梅湾、加井岛、分界州

## 第7章 度假在保亭七仙岭 ..... 129

行在七仙岭 ..... 130

海汽快车、自驾

吃在七仙岭 ..... 130

老奶奶的农家乐园

住在七仙岭 ..... 130

特色温泉度假酒店

游在七仙岭 ..... 131

呀诺达、槟榔谷、高尔夫



## 第8章 度假在五指山 ..... 137

行在五指山 ..... 138

海汽快车

吃在五指山 ..... 138

野牛肉、五脚猪



住在五指山 ..... 138

休闲别墅

购在五指山 ..... 139

装饰工艺品

游在五指山 ..... 139

雨林景区、漂流、古村探访

## 第9章 度假在乐东尖峰岭 ..... 145

行在尖峰岭 ..... 146

海口空调车直达

吃在尖峰岭 ..... 146

黄流老鸭、农家饭店

住在尖峰岭 ..... 146

天池旅游区度假酒店

游在尖峰岭 ..... 147

森林公园、坡鹿、森林徒步



## 第10章 度假在儋州蓝洋 ..... 153

行在蓝洋 ..... 154

商务快车便捷转乘

吃在蓝洋 ..... 154

温泉泡餐、鱼头火锅宴

住在蓝洋 ..... 154

特色温泉度假酒店

游在蓝洋 ..... 155

植物园、书院、古盐田、温泉保健

附录 ..... 160





# 第1章 概述

## 海南历史文化溯源

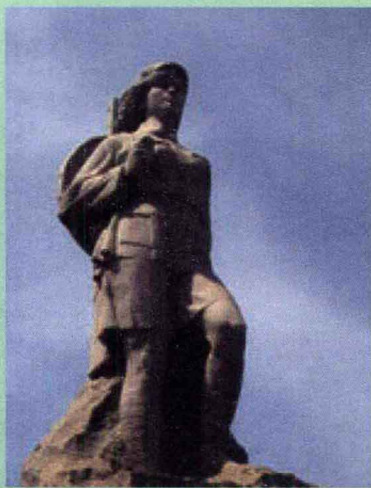


“一去一万里，千之千不还；崖州在何处，生度鬼门关”。这句诗是唐朝宰相杨炎被贬海南岛时郁闷心情的写照。从隋朝开始，海南岛便是那些冒犯了皇帝或实权派的官员和文人及家人甚至宗族被赦免死罪后的贬谪之地。

五千年前新石器时代，生活在长江以南的古百越人一支骆越人开始划着独木舟和竹筏，登上了当时还是荒无人烟的海南岛，建立了原始母系氏族公社。他们是黎族人的祖先，也是海南岛最早的居民。两千多年前秦始皇统一中国后，海南岛就被视作国家的边陲，历代中央政权都对海南岛进行了有效的统治。随着朝代更迭，政治争斗和残酷战乱迫使生活在中原的人们不断南迁。从秦朝开始，海南岛上陆续迁入了逃难族群、流放贬官、戍边驻军、官府移民、官员商贾等各种人群，人口不断增长。新中国成立后，南下转业干部、农垦农垦建设、归国难侨、知识青年下乡及建省后人员迁居更成为海南有史以来最大移民群体，使海南成为多民族的移民地区。

1950年5月1日海南全境解放，成立了海南行政区，隶属广东省。1988年4月26日海南省成立，并成为中国最大的经济特区。海南省目前辖海口市、三亚市、文昌市、琼海市、万宁市、儋州市、东方市、五指山市、陵水县、保亭黎族苗族自治县、定安县、澄迈县、临高县、白沙黎族自治县、昌

省名 海南  
简称 琼  
别称 椰岛  
面积 陆地 3.39 万平方千米，海域 210 万平方千米  
人口 2010 年底常住人口 867.75 万人。少数民族人口约 140 多万人。  
区号 0898  
邮编 570000  
省会 海口市



江黎族自治县、乐东黎族自治县、琼中黎族苗族自治县、屯昌县、洋浦经济开发区和西南中沙群岛办事处。

## 海南形成及地理地貌

海南与大陆原本相连，但地处火山地震带，地壳活动十分频繁。至少在 100 万年前，这里发生了一系列地壳断裂，海南与大陆相连的部分下沉成为琼州海峡。至此，海南岛形成了一个孤岛，至今海南岛北部还现存 40 座死火山遗迹，当年的火山爆发也遗留下遍及海岛北部的火山岩地貌，以及岛内各地蕴含不同矿物质的温泉资源。

海南岛的地势中间高四周低，北部是平原，中部和南部分布着山地。海南岛热带原始森林面积达 989 万亩（1 亩 = 666.67 平方米），59.2% 的面积被绿色森林覆盖。独特的热带山地雨林和季雨林生态系统孕育了复杂的植被类型和丰富的野生动植物资源，有 4600 多种植物，570 多种动物，拥有中国最独特的热带植物大观园和生物物种基因库。海南岛有 154 条河流，它们如放射状奔涌入海。海南有长达 1528 千米的海岸线，以及海南岛周边数百个无人小岛。海南岛的海岸线上岩礁巍峨壮观，沙滩宽阔洁白，海底珊瑚遍布，它们都是美丽的热带海岸风光。

海南省在中国的最南端，包括海南岛及其周围海域，拥有除东沙群岛外南海诸岛、所有的西沙、中沙和南沙群岛全部的岛，有沙洲、礁石、暗礁、暗沙和暗滩 251 个，海域面积达 210 万平方千米。





海南岛是海南省的主体，也是中国第二大岛，与广东雷州半岛相隔 11 海里，即琼州海峡，同广西共同环抱北部湾。海南岛东与菲律宾以南海比邻，南与马来西亚、印度尼西亚、文莱隔南海相望，西跨北部湾与越南相接，地处东南亚经济圈。

## 海南气候特征

海南全境处于热带，属于干、湿季分明的热带岛屿季风气候。12 月至次年的 3 月为干季，4 至 11 月为湿季。海南年均气温为  $22^{\circ}\text{C} \sim 26^{\circ}\text{C}$ ，年均海水温度  $26^{\circ}\text{C}$ ，一年有 300 多个阳光普照的日子。最冷月是 1~2 月，平均气温仍有  $18^{\circ}\text{C}$ ；最热月是 6~7 月，平均气温  $27.7^{\circ}\text{C}$ 。海南全年



暖热，没有冬天，夏去秋来，秋去春至，无霜无冻。海南一年四季东北和西南季风总是交替影响，空气湿润，雨量充沛，年均降雨量 1758 毫米，即使在炎热的夏天，也总是凉风习习。海南春夏秋 3 季常有热带风暴、台风，带来降雨甚至形成灾害，冬天常有北方的冷空气或寒潮带来降温。

## 海南少数民族

海南人口最多的少数民族是黎族，也是海南独有民族。黎族目前人口约有 124 万，多数生活在中部和南部山区。“三月三”是黎族最盛大的传统节日，每年农历三月初三，各市、县、乡镇、村都要举行隆重的欢庆活动。这时，男女青年饮酒、对歌、跳舞，谈情说爱，狂欢至深夜。黎族的特色饮食是用山兰糯米、兽肉类烤制的竹筒饭，用山兰米酿造的



山兰酒是黎族的特产。黎族绚丽的织锦（黎锦）是最有特色的纪念品。

海南苗族来自于内地，至今已在海南岛生活了四百多年，目前人口约有6万，多数生活在黎族居住地的周边。农历“三月三”节同样是海南苗族的节日，节日里青年男女都在唱山歌、吹芦笙、跳芦笙舞、谈情说爱中度过。海南苗族的特色饮食是用桑叶等植物的汁液作天然色素，拌于糯米中蒸成“五色饭”。苗族的银饰品、蜡染布料也是最有特色的纪念品。

海南有回族约7千人，主要聚居在三亚凤凰镇的回辉村和回新村。海南的回族一部分来自宋、元时代躲避内战或被元军强迫移民的越南中部古国占城，一部分来自中国内地东南沿海地区，少部分是经古代“海上丝路”散落在海南的古波斯人和阿拉伯人的后裔。海南回族的节日主要有伊斯兰开斋节、古尔邦节等。海南的回族从前以出海捕鱼为生，现在多从事蔬菜种植和经营旅游工艺品，岛上经营的珍珠、贝壳等海南特色纪念品很多都是回族人民生产和经销的。

## 海南入境签证政策

海南享有“免签证”和“落地签证”政策。凡与我国有外交关系或官方贸易往来的国家或地区的人士，持护照到海南可享受“落地签证”政策。在海南签证后，可在中国内地任何口岸出境。

凡是日本、新加坡、马来西亚、泰国、韩国、菲律宾、印度尼西亚、德国、奥地利、意大利、俄罗斯、瑞士、瑞典、西班牙、荷兰、美国、加拿大、澳大利亚、新西兰、英国、法国、芬兰、丹麦、挪威、乌克兰、哈萨克斯坦26个国家5人以上的旅游团队到海南可享受“免签证”政策，停留时间不超过15天，可通过海南的旅行社办理免签证。其中，俄罗斯、韩国、德国3国旅游团组团人数放宽至2人以上（含2人），入境停留时间延长至21天。

香港、澳门居民可凭《港澳同胞回乡证》或《港澳居民来往内地通行证》来海南，无需申请签证。台湾同胞可在海南口岸申请一次出境有效的《台湾居民来往大陆通行证》。

## 海南境外旅客购物离境退税政策

从2011年1月1日起，海南向境外游客（在我国境内连续居住不超过183天的外国人和港澳台同胞）推行离境退税政策：在退税定点商店购买退税物品，购物金额达到起退点，并且按规定取





得退税申请单等退税凭证;在离境口岸办理离境手续,离境前退税物品尚未启用或消费;离境日距退税物品购买日不超过 90 天;所购退税物品由境外旅客本人随身携运出境;所购退税物品经海关验核并在境外旅客购物离境退税申请单上签章;在指定退税代理机构办理退税。

目前对境外旅客购物离境退税的起退点暂定为 800 元人民币,退税率统一为 11%,离境退税税种为增值税。境外旅客在办理退税时可自行选择现金退税或银行转账退税,以及自行选择人民币或自由流通的主要外币。

退税物品包括服装、鞋帽、化妆品、钟表、首饰、电器、文具、体育用品、医疗器械、家具等,共 21 大类 324 种。需要指出的是,食品、饮料、水果、烟、酒、汽车、摩托车等不能享受退税。

## 海南第一批离境退税定点商店出行指南一览

### 海南民生百货商场有限公司

电话:66709394

地址:海口市海秀路 8 号

公交线路:1 路、2 路、4 路、10 路、13 路、15 路、16 路、19 路、22 路、24 路、28 路、29 路、34 路、36 路、40 路、41 路、50 路、夜 1 路(明珠广场站下后步行)

### 海南生生百货商场

电话:68581792

地址:海口市龙华区滨海大道珠江广场 1 至 4 楼

公交线路:3 路、17 路、18 路、21 路、22 路、23 路、26 路、37 路、42 路、夜 2 路(生生百货站下)、夜 1 路、6 路、8 路、9 路、31 路、32 路、39 路、48 路、49 路、50 路、54 路、旅游 A 线、旅游 B 线(万绿园站下过天桥即是)

### 三亚夏日百货有限公司

电话:88223333

地址:三亚市大东海海韵路 1 号

公交线路:旅游专线(天涯海角)、旅游专线(大小洞天)、19 路、18 路、17 路、15 路

## 离岛旅客购物免税政策

### 政策运用对象

年满 18 周岁,乘飞机离开海南本岛但不离境的国内外旅客,包括海南省居民(以

下简称岛内居民)。

### 享受政策的条件

1. 已经购买离岛机票和持有有效的身份证件,国内旅客持居民身份证(港澳台旅客持有效旅行证件),国外旅客持护照;  
2. 在指定的离岛免税店内付款购买免税商品,商品品种和免税购物次数、金额、数量在国家规定的范围内,并按规定取得购物凭证;  
3. 在机场隔离区凭身份证件及购物凭证,在指定的提货点提取所购免税商品,并由旅客本人乘机随身携运离岛。



### 离岛免税店

海口、三亚两地各开设一家离岛免税店进行试点。其中,三亚免税店在原批准设立的离境市内免税店基础上,增加其实施离岛免税政策功能,自本公告执行之日起启动试点。海口免税店待离岛免税店经营主体、选址及相关配套设施确定并经有关部门批准后启动试点。

### 免税商品品种

限定为进口品。试点期间,具体商品品种限定为:首饰、工艺品、手表、香水、化妆品、笔、眼镜(含太阳镜)、丝巾、领带、毛织品、棉织品、服装服饰、鞋帽、皮带、箱包、小皮件、糖果、体育用品共 18 种。国家规定禁止进口,以及 20 种不予减免税的商品除外。

### 免税税种

为关税、进口环节增值税和消费税。

### 免税购物离岛次数

非岛内居民旅客每人每年最多可以享受 2 次离岛免税购物政策,岛内居民旅客每人每年最多可以享受 1 次。旅客购物后乘机离岛记为 1 次免税购物。岛内居民旅客身份以居民身份证签发机关为主要依据进行认定。

### 免税购物金额、数量

离岛旅客(包括岛内居民旅客)每人每次免税购物金额暂定为人民币 5000 元以内



(含 5000 元), 即单价 5000 元以内(含 5000 元)的免税商品, 每人每次累计购买金额不得超过 5000 元, 同时各商品品种购买数量不得超出规定范围。此外, 旅客在按完税价格金额缴纳进境物品进口税的条件下, 每人每次还可以购买 1 件单价 5000 元以上的商品。

### 离岛免税政策实施流程

离岛免税店进口免税商品, 离岛旅客在店内选购付款, 免税店根据旅客离岛时间运送货物, 旅客在机场隔离区提货并乘机携运离岛。

## 海南岛的进出交通

### 上岛离岛 方便快捷

海南岛是个孤岛, 但有多种方式上岛, 海口和三亚就是进出岛的口岸城市。海口的交通最为方便, 是航空、海运、公路和铁路的交通枢纽, 也成为多数人进出海南岛的首选之地。三亚目前没有海上客运, 只开通了航空客运, 陆路游客也都是从海口乘车或自驾而来, 但三亚却集中了全海南甚至国内的顶级景点和酒店, 越来越多的游客把三亚当作度假的首选目的地。

#### 特别提示

- ☆ 逢年过节和旅游旺季, 海南交通都会异常繁忙。此时不仅价格优惠较少, 还容易引起诸多麻烦, 出行最好错开这些日子, 并请随时咨询。
- ☆ 南下冷空气、大雾、暴雨、大风和热带气旋都会不同程度地影响进出岛的交通, 这些不可抗拒的因素所造成的延误及产生的相关费用需要自己承担, 旅行前必须多一手准备。

### 飞机上岛

#### 海口美兰国际机场

海口机场已经开通了国内航线 84 条、地区航线 2 条、国际航线 9 条, 与国内外 56 个城市建立了航班飞行联系, 在中国民用机场中排名前十位。全国多数省会和部分热点城市都有往返海口的航班, 其他城市还可以通过转机与海口、三亚机场相连。海南航空公司总部就设在海口, 开通航班的其他航空公司也都在海口设有办事处和售票处。海口街头的机票代理点鳞次栉比, 除了供应公开折扣价格的机票外, 有的还出售更廉价的团体票和包机票, 方便度假游客选择。

### 指南①

海口机场距市区25千米，车程30分钟。机场大巴途经府城，终点站在市中心海秀路民航宾馆（金融国际大酒店旁边，望海国际大酒店马路对面），票价15元。从机场乘出租车到市区约40元。

### 指南②

美兰机场办理国内出港航班登机手续的时间为起飞前100分钟，停止办理时间为起飞前40分钟（国内其他机场一般为30分钟）。

### 指南③

国内许多机场规定，携带高尔夫球杆乘机的旅客必须购买公务舱机票，并且球杆只能够托运。海口和三亚机场对携带球杆没有舱位限制，即使购买普通舱位时球杆也可以当作行李托运。

### 指南④

与海口建立固定航班的城市：哈尔滨、沈阳、大连、北京、天津、呼和浩特、石家庄、太原、青岛、济南、徐州、南京、上海、合肥、郑州、武汉、杭州、宁波、温州、南昌、长沙、广州、珠海、深圳、汕头、湛江、福州、厦门、桂林、南宁、北海、贵阳、成都、重庆、昆明、西安、兰州、香港、澳门、曼谷、新加坡。

## 三亚凤凰国际机场

自2003年国家民航总局批准海南省作为开放第三、四、五航权的首个试点省份后，三亚机场的地位就日渐突出。在未来不远的时间内，三亚机场将建成中国南部最大的备降和枢纽机场，并塑造成一个热带滨海度假型的国际机场。

### 指南①

三亚机场距市区14千米，车程15分钟。机场大巴途经三亚湾椰梦长廊，终点站在市中心解放一路，票价15元。从机场乘出租车到三亚湾约20元，到市区约30元，到亚龙湾约70元。

### 指南②

凤凰机场和美兰机场规定，海鲜只允许携带熟食登机，冰冻海鲜和海鲜活物不能作为手提行李和托运行李登机，必须办理货运运输手续并另行交费；热带水果中的榴莲也必须通过货运办理并另行交费。

### 指南③

三亚机场与国内多数机场同样规定，旅客必须在航班规定离站时间前90分钟到达机场办理乘机手续（波音747、757等大型客机须提前至120~180分钟），飞机起飞前30分钟（国际航班飞机起飞前40分钟）为截至办理时间。

### 指南④

与三亚建立固定航班的城市：哈尔滨、沈阳、丹东、北京、太原、济南、南京、上海、郑州、武汉、杭州、宁波、长沙、广州、深圳、厦门、成都、重庆、昆明、贵阳、香港。





## 1 轮船上岛

广东的广州市、徐闻县（海安港），广西的北海都有轮船往返于海口。琼州海峡平常风平浪静，乘坐海轮漂洋过海是一种浪漫的体验。

海口秀英港船期时刻及价目表

航 线	船 名	船期及开船时间	票价（元/人）	
海口——广州	椰香公主号	海口—广州：每三天发一班 广州—海口：每三天发一班 航行：360 海里，18 小时	特等 450	三等 A220
			一等 300	三等 B180
			二等 260	四等 130
海口——海安	信海 12 号 信海 16 号	每天 24 小时，客满发船，约 每隔 1.5 小时发一班 航行：18 海里，全程 1.5 小 时	42.5	
海口——北海	信海 11 号 椰城 2 号 北部湾 1 号 北部湾 2 号 北部湾 3 号	每天对开 2 班，18:00 时 发船 航行：119 海里，11 小时	特等 360	一等 A280
			一等 B240	二等 290
			三等 160	四等 120