

18^个超好玩又便宜的出境旅游点

Beauty 4 著



五千块玩转TOP景点!

1. 阳光、沙滩、蔚蓝海水的海岛国家
除了巴厘岛、普吉岛，还有更蔚蓝的海水去处告诉你!
2. 可以疯狂采买的Shopping好去处
哪个城市可以买到经济又实惠的名牌商品，一次告诉你!
3. 深度体验东南亚文化的东南亚之旅
世界文化遗产与古迹，绝对不能错过!
4. 适合全家大小出游的出境景点
带着全家大小一起出境，不麻烦，一定让你从老到小都玩得尽兴!
5. 彻底解放身心的森林浴及SPA之旅
上班族忙碌过后的最佳旅游去处，尽情享受奢华的身心解放!

中国旅游出版社

责任编辑:高 瑞 刘姗姗

责任印制:冯冬青

装帧设计:中文天地

图书在版编目(CIP)数据

18个超好玩又便宜的出境旅游点/Beauty 4 著. —北京:
中国旅游出版社, 2008.1

ISBN 978-7-5032-3310-4

I.1… II.B… III.旅游指南—东南亚 IV.K933.09

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第171427号

北京市版权局著作权合同登记号:图字:01-2007-0748

书 名:18个超好玩又便宜的出境旅游点

作 者:Beauty 4

出版发行:中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲9号 邮编:100005)

<http://www.cttp.net.cn> E-mail:cttp@cнта.gov.cn

发行部电话:010-85166507 85166517

排 版:北京中文天地文化艺术有限公司

经 销:全国各地新华书店

印 刷:北京翔利印刷有限公司

版 次:2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

开 本:635毫米×965毫米 1/16

印 张:16

字 数:286千

印 数:6000册

定 价:35.00元

I S B N 978-7-5032-3310-4

版权所有 翻印必究

如发现质量问题,请直接行部联系调换

Beauty 4

中文名字叫黄淑霞

爱好美与和谐，

仁慈、善良、体贴、沉着的天秤座

从事旅行社工作近二十年，担任国际资深领队及境内专业导游。带团经验丰富，带过境内外大小观光、考察及奖励旅游团体，征战世界各地：从东南亚、日本、韩国、美国、加拿大到澳洲，等等。足迹遍布冰天雪地的阿拉斯加，以及充满阳光的普吉岛、巴厘岛。

由于近二十年带团经验，让Beauty 4学到许多处理危机和亲切待人的处事态度，加上天生口才就好，因此也常获得各大媒体谈话节目的邀约。

Beauty 4认为，带团最大的好处除了能环游世界各地，体验各地风俗民情外，最大的收获就是从中结识了不少好朋友。



18 ^个超好玩 又便宜 的出境旅游点

Beauty 4 著

中国旅游出版社

试读结束，需要全本PDF请购买 www.ertongbook.com

写在前头



① 旅行所要的不仅仅是一个美好的回忆，更要以安全为考虑的前提，才能为旅程带来无限乐趣。

② 每一次自助旅行宛如到陌生的国度去探险，人一旦对环境不熟悉，就比较容易发生危险，因此处在一个陌生的环境切记不要单独一人逞强冒险，如此才能确保自身安全。

③ 不管到任何一个国家，就算治安很好，切记钱财不露白，重要物品财物等务必要妥善放在最安全的地方，重要证件，如护照、签证、机票最好也要能多复印一份留底备用，如此才不会造成旅游上的不便。

④ 本书所提到的汇率、总共所需花费等金额是以当初Beauty 4去旅行的时间点为基准，这些金额数字会因为旅游淡旺季、汇率时间不同而有变化，因此仅供各位读者参考，实际旅游请读者参照旅行社的报价。

⑤ 初次出国旅游者建议慎选没有知名度的旅行社，切勿贪小便宜，因为届时是到一个完全陌生的国家去旅行，可靠的旅行社往往能发挥良好的功效。在签订旅游契约前要注意：联络人、旅行契约内容、保险等，在行程前确认好，以免到时发生纠纷，求偿无门。

⑥ 出国在外，不比在家方便，但只要凡事多加注意，入乡随俗，随遇而安，相信你能和Beauty 4一样每趟旅程都充满美好的回忆。



目录

Contents



Part



Part

疯狂自由行——购物、美食、娱乐

- II · 1 日本东京 购物者必去的胜地 53
- II · 2 新加坡 无障碍现代购物城 72
- II · 3 马来西亚 最佳吃喝玩乐聚集地 87
- II · 4 中国香港 美食、迪士尼、购物天堂 104



- I · 1 刁曼岛 一岛一饭店的世外桃源 7
- I · 2 宿雾、薄荷岛 阳光、沙滩、海洋、珊瑚礁 26
- I · 3 帕劳 玩水者和鱼群的天堂 37

亲水假日——阳光、沙滩、蔚蓝海水

写在前面

3



18 超好玩又便宜
的出境旅游点



Part V



Part IV



Part III

SPA、森林浴——远离城市喧嚣，彻底解放身心

- V · 1 巴厘岛 来趟浪漫之旅 205
- V · 2 沙巴 风下之乡 220
- V · 3 济州岛 韩国的夏威夷 232
- V · 4 泰北 前往异域的故乡 245



全家出游——寓教于乐，适合全家大小

- IV · 1 韩国 一探明成皇后、大长今的祖国 169
- IV · 2 珍拉汀湾 (Club Med) 随性安排玩行程 183
- IV · 3 新加坡 干净、效率、治安佳 193

东南亚风情——体验东南亚文明

- III · 1 泰国(中部、东部) 一个没有战争的东方乐土 119
- III · 2 柬埔寨 世界文化遗产——吴哥窟 132
- III · 3 波德申 海中天度假村——海上天堂 144
- III · 4 越南 好山好水文明古国 155

PART I



亲水假日

——阳光、沙滩、蔚蓝海水

I·1 刁曼岛 一岛一饭店的世外桃源 / 7

I·2 宿雾、薄荷岛 阳光、沙滩、海洋、珊瑚礁 / 26

I·3 帕劳 玩水者和鱼群的天堂 / 37





I · 1 刁曼島

一島一飯店的 世外桃源



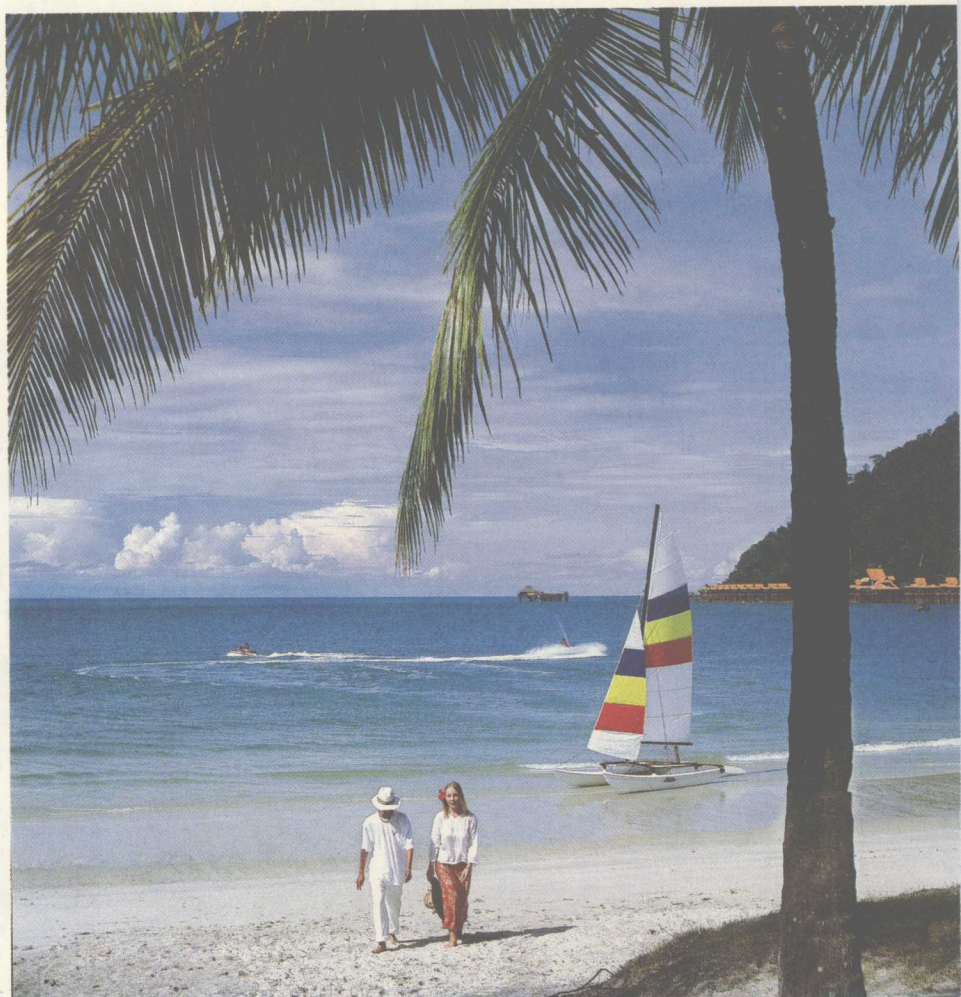
1 Beauty 4 行前导览



马来西亚的刁曼岛。一个被评为世界十大美丽海景之一的海岛。

它最大的特色就是“一岛一饭店”，所谓一岛一饭店就是一个海岛上只有一家饭店，而这家饭店就霸占了整个岛屿与整片海洋。

海岛上的饭店属于马来西亚Berjaya集团，这个集团公司同时也包下了从马来西亚各地到刁曼岛的交通，有自己私人的飞机载送客人，而这个集团同时也拥有另一个“一岛一饭店”的海岛——热浪岛。





刁曼岛就像是与世隔绝的世外桃源，四个房间一栋的小木屋让人顿生仿佛置身大自然的荒野之中的感觉。岛上除了是水上活动的天堂外，同时也非常适合全家大小一同出游，不管是小孩、年轻人或是老人，任何年龄层的游客到这里，都可以找到自己的“归宿”，每个人都可以找到“乐子”，这个小岛“麻雀虽小，但五脏俱全”。

1 地理位置概述



刁曼岛位于马来西亚东部，是由64个小岛组成的火山群岛中最大的一个，从吉隆坡前往刁曼岛还需55分钟的飞行时间。

2 语言



刁曼岛隶属于马来西亚，因此英语是生活基本语言，另外马来语、国语、台语，在有些居住地也可以通用。

3 气候、服装



刁曼岛早晚气候都很凉爽，吹来的风清爽宜人，而且最棒的是因为岛上种植了许多椰子树，不会有酷热的感觉。和一般印象中的海岛不同的是：刁曼岛的一边是一整片森林，森林遮蔽了大片阳光，在这里不但可以做森林浴，更可以避暑，而岛的另外一边就是阳光和沙滩，沙滩上还有几个秋千，边荡秋千、边吹海风，真是令人心旷神怡，一下子就放松了心情，沙滩上的沙子又白又细，海水清澈见底。

适合到刁曼岛的季节是每年的3~9月，其他月份由于东北季风较大，不适合出海。

4 交通资讯



●●● 前往刁曼岛 ●●●

飞机：中国—马来西亚吉隆坡（约4小时）—飞往刁曼岛的专属飞机（50分钟）—巴士到饭店（约10分钟）。

专属飞机为Berjaya集团所包的私人小飞机，49人座，非常安全。



●●● 当地交通 ●●●

这个岛上唯一的大众交通工具只有巴士，不过这个巴士很古老，有种怀旧的感觉，约10分钟的车程就可以往返机场与饭店。

18
的超好玩又便宜
出境旅游点

5 货币兑换



马来西亚的货币单位为林吉特 (RM)，面值1~1000，1林吉特马币=2.20元人民币，中国银行可以兑换。马来西亚境内银行、机场等地均可兑换。另一个方法是刷卡购买物品，因为汇差的关系，因此这是比用人民币兑换马币更划算的选择。

此外，在携带外币的金额限制上需要特别注意，马来西亚对非马来西亚居民的规定为携带美元现金5000元以内；其他等值外币则限定在4万元以内（旅行票不限）。



6 时差



马来西亚时区与中国相同，故无时差。

Beauty 4 * 小故事

很多人以为小飞机都很危险，说真的，我到过那么多地方旅行，有多次乘坐小飞机的经验，其实小飞机还算是安全的，比较特别的是，19人座的小飞机旁边就是螺旋桨，真正可怕的不是飞机发生危险，而是螺旋桨发动所产生的巨响，往往令人耳鸣。记得我第一次坐19人座的小飞机，下飞机之后，耳朵嗡嗡作响，真的不是很舒服，有一种难以形容的痛，像是小虫在我耳朵里面乱窜乱咬。有搭小飞机经验的人多半会告诉我们：坐飞机不舒服时，可以用鼻子吹气（像擤鼻涕一样），或是吞口水、喝杯水，再不然就是吃个口香糖，只不过这些方法我全都试过了，还是没用。后来我一问，原来全团只有我会如此，因为我就刚好坐在离螺旋桨最近的座位。最后我想到一个改善耳鸣的良方，要改善这种恐怖耳鸣的状况最好的方法就是：捏住鼻子，像擤鼻涕一样用力吹气，当耳朵发出啵啵的两声时，耳鸣自然不药而愈，这个方式屡试不爽，或许下次搭小飞机时，你也可以试试。



2 Beauty 4 经验谈

非玩不可的好地方



1. 东南亚最干净的海岛

刁曼岛的海水相当清澈干净，干净到根本不需要浮潜就可以看到各式各样的鱼，“水至清则无鱼”在这里完全不适用。可以说，刁曼岛是我看过的东南亚最干净的海岛。

来这里喂鱼的小朋友和老人家都很开心，因为他们只需要把双脚往海水里一站，手上拿着面包屑或吐司，就会有一群“饿”鱼围攻过来，不用带蛙镜或任何潜水设备。如果你皮肤白得像吐司一样的话，可要小心了，这群“饿”鱼马上会把你的脚当作吐司来啃（还好，这里没有食人鱼）。

常听人说“外国的月亮比较圆”，其他地方我不知道，但我说刁曼岛的月亮真的很圆，一望无际的天空，光用宽大二字还不足以形容，

刁曼岛

一岛一饭店的
世外桃源



什么叫“海阔天空”？来刁曼岛就可以马上体验这个心境。

一般人对于海岛的印象不外乎是浮潜、香蕉船、冲浪等水上活动。刁曼岛上除了水上活动外，还有与一般海岛不同的森林探险，不过这项设施多半是要自费，你可以选择骡子（驴子与马交配生下来的叫骡）等动物载你绕行森林，逼真一点，你还可以打扮成骑士，换穿上特别准备的马装、戴上安全帽、穿上背心，体验骑士的快感。此外，害怕骑驴骑马的人不用担心，这里还有脚踏车出租，你可以骑着“铁马”沿着海路奔驰、寻梦。

2. 蜥蜴岛浮潜

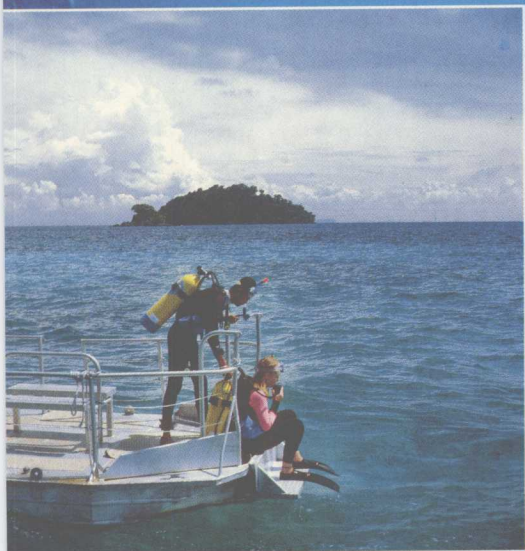
刁曼岛，出海乘坐的是15~20人座的快艇，沿着海路，大致上会走两个景点：第一个景点是蜥蜴岛，如果想学浮潜，这个景点绝对是浮潜的不二选择。

但是这个岛有个特色：岛上经常会出没一些野生的蜥蜴，最大的可以长到1米长。一般出海往往都是一大早就要出去，一些携家带眷全家旅游的家长，都会带小朋友同行，但请千万要注意，不要让累倒的小孩在树荫底下倒头就睡。

记得有一年，我陪一个小孩在树荫底下睡觉，才一转头，一只小蜥蜴突然从草丛里面跑出来，两个人四只眼看着小蜥蜴。这还没完，小蜥蜴后面还紧跟着一只大蜥蜴，大蜥蜴后面又带了几只小蜥蜴，后来查书我才知道，原来这群蜥蜴是一家人，平时全家大小一

起活动，只要你不主动攻击它们，它们也不会来攻击你。但说真的，还是别把小朋友放在树下单独睡觉比较安全。

蜥蜴岛上的海水一样很清澈，这里的教练，会教游客使用蛙镜和呼吸管。我浮潜的功夫就是在刁曼岛学的。起初我学浮潜也很害怕，不过现在我的浮潜技术一流，还可以教人。在刁曼岛学浮潜很轻松自在，当地教练的浮潜技术都是一流的，加上海水清澈，只要你确实照教练指示，穿好救生衣，大胆做，你会发现整个海底世界都是属于你的。



3. 沙浪村海餐厅

出海第二个景点是沙浪村的海边餐厅，这间海边餐厅的餐点包含在出海行程的价格里，海鲜很新鲜，只要煮一下、蒸一下或烫一下就非常香甜可口。你可以在这里穿着泳装吃饭，午后光脚踩着沙滩散步。

海边有很多躺椅，玩了一上午的浮潜，一定有些疲倦，悠闲地去睡个午觉实在很不错。不想睡觉的人，可以在另一边吃青芒果，海滩旁边种了一整排的芒果树，芒果是那种小颗的、青绿色的。由于这里多半是华人开的餐厅，所以这些芒果都被拿来做法冰冰凉凉的芒果冰，非常好吃。

力气大的人可以将芒果树奋力一摇，芒果会扑通扑通地掉满地，回到饭店后再用盐巴腌一腌，然后放在冰箱，加一点水和糖，这就成了炎炎夏日里岛屿上的消暑盛品。

4. 海洋公园

刁曼岛有一个海洋公园，是政府的保护区，里面没有海豚，却有很多又肥又大的鱼，最大的有60厘米长，游客可以拿面包来喂它们。

和一般岛屿一样，刁曼岛有乘香蕉船、独木舟等活动，不过这个地方现在禁止水上摩托车，因为太危险了。

在海岛内海划独木舟别有一番乐趣，内海的海浪不会很大，可以边划独木舟边欣赏海底生物，各式的鱼类、海胆、海参、海星，你们都可以看见。



5. 海胆、珊瑚美丽带刺

有些游客，一看到海胆、海星就相当兴奋，就想伸手去抓，也许是在日本料理店里吃得不过瘾吧？

因为海胆、海参难处理，再加上味道鲜美，在店里价格还蛮昂贵的，不知道是不是这个原因，那些游客一直想伸手去碰到海胆。我告诉他们海胆有毒刺，千万不能碰，否则手会肿得和年糕一样。在海底浮潜或游泳还是要小心，海胆通常会附在珊瑚礁上面随海水起起伏伏，有些人游泳或浮潜稍不注意，脚就被海胆刺到而发肿。上次有个游客就真的被海胆扎到，整个脚又肿又大，大家七嘴八舌说要阿莫尼亚才能止痛消肿，于是就催他自行尿尿消肿，但他实在痛到尿不出来，于是一个六十岁的阿伯帮了他这个大忙，那游客把脚放在阿伯的尿袋中，不到几分钟马上止痛消肿，还真是神奇。还有人说拿拖板鞋拍打那游客的脚，说是把里头的刺打散，当然还有个更好的办法，如果你随身带有醋的话也是可以消肿止痛的，但谁会去海边还带一瓶醋呢？在大自然里还是用最天然的方式最好。