

www.ncpress.com.cn
新世纪书局

GLOBE
TREKKER

中国国家旅游 杂志
CHINA NATIONAL TRAVEL

pilot productions

合作出版 全球发行

玩转地球 ②

越南·老挝·柬埔寨

Globe Trekker 丛书编辑部 编著

Discovery超人气节目

Globe Trekker首次集结成书！旅游卫视持续热播！

《玩转地球》明星主持人游记首度披露

· 珍藏图片独家放送 · 摄制团队亲身验证精彩旅程 · 实地核查详尽攻略

龍門書局



玩转地球之

越南·老挝·柬埔寨

Globe Trekker 丛书编辑部 编著



龍門書局

图书在版编目(CIP)数据

玩转地球之越南·老挝·柬埔寨/Globe Trekker 丛书
编辑部编著. —北京: 龙门书局, 2012. 8
ISBN 978-7-5088-3850-2

I. ①玩… II. ①G… III. ①旅游指南—越南②旅游
指南—柬埔寨③旅游指南—老挝④游记—作品集—中国—
当代 IV. ①K933.09②I267.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 176109 号

责任编辑: 周晓娟 朱玉芬 穆莉 / 责任校对: 杨慧芳
责任印刷: 华 程 / 封面设计: 张世杰

龍 門 書 局 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

中国科技出版传媒集团新世纪书局策划

北京市艺辉印刷有限公司印刷

中国科技出版传媒集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2012 年 9 月第一版

2012 年 9 月第一次印刷

开本: 32 开

印张: 12

字数: 230 000

定价: 45.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

去梦想的地方

To Fascinating Resorts

近几年来，旅游卫视的一档海外引进节目《玩转地球》（又名《勇闯天涯》）引起观众的强烈反响。“玩转地球”像是最响亮的号角，唤醒人们内心深藏的远游梦，越来越多的人开始关注甚至参与探险旅游、人文旅游的热潮。

这档节目原名Globe Trekker，由英国电视节目制作公司Pilot Productions制作，在60多个国家和地区热播，如美国的PBS、英国的旅游频道、法国的第5频道、Discovery电视网、中国香港的ATV等。这档节目以全新的视角和定位，着重展示原汁原味的当地文化。跟随主持人的行程，仿佛是在亲历奇遇和冒险，体验当地的风土人情，同时可了解最合理的行程安排、最经济的住宿、最具风味的当地美食。

为了让更多的人了解丰富精彩的世界，为了满足更多人的旅行心愿，我们将这档节目的精华内容编纂成书。本套书13册，共介绍了25个旅游热门或独具文化特色的国家和地区，如童话般的北欧四国、浓郁热带风情的东南亚、浪漫的地中海沿岸地区。每本书均分三篇。第一篇是主持人游记，以生动活泼的文笔和精美清晰的图片，再现游历此地的真实感受和见闻，真性情的文字和Globe Trekker独家图片记录下主持人的精彩旅行，也让读者能时时感受到旅行的美丽瞬间。第二篇针对片中介绍到的地方和路过的地方，提供实用而详尽的旅游攻略，如吃、住、行、购物等出行信息，据此攻略，可轻轻松松走一遍主持人的玩转地球之路。第三篇则是对此地精华景点的补充，也同样包含旅游攻略。

本书兼具文字和图片欣赏性与攻略信息的实用性，愿为您提供一场愉悦的阅读之旅，更愿意为您的旅行贡献宝贵信息。出发吧，让我们一起去梦想的地方！

012



第一篇 玩转地球之最佳体验

Part 1 越南

012

- | | | |
|-----|-------------------|-----|
| 第一站 | 胡志明市的紧凑行程让人既刺激又兴奋 | 014 |
| 第二站 | 在芽庄获得旅行最高潮 | 030 |
| 第三站 | 旅行的中转站——岭古半岛 | 038 |
| 第四站 | 造访越南古都顺化 | 040 |
| 第五站 | 带你发现不一样的河内 | 046 |
| 第六站 | 在老街体验民俗风情 | 054 |

Part 2 越南美食

058

- | | | |
|-----|-------------|-----|
| 第一站 | 在芹苴享受象耳鱼的鲜美 | 060 |
|-----|-------------|-----|

第二站 难忘胡志明市的小吃	063
第三站 情迷顺化奢华的美食	073
第四站 河内的玩全情报	076
第五站 品味别具风情的老街美食	081
第六站 下龙湾的美食美景两相宜	085

Part 3 动感越南 090

第一站 在河内初尝摩托车之旅	092
第二站 沉醉芭比湖国家公园的景致	096
第三站 在大叻拜访神奇的驯象师	101

Part 4 老挝 110

第一站 战争留给桑怒的“财产”	112
第二站 Vieng Xai的洞穴文化	115
第三站 金三角地区的丰饶	119



Part 5 柬埔寨

134

第一站 神圣的Phnom Da	136
第二站 拉风的机车之旅	142
第三站 华丽波哥宫的虚影	144
第四站 高龙人民在地雷夹缝中艰难求生	148
第五站 信步金边城镇	157
第六站 在森莫诺隆参加风情独具的婚礼庆典	163
第七站 暹粒的摩托车之旅	167
第八站 在吴哥接受心灵的洗涤	170



第二篇

玩转地球之深度游

159



越南

179

胡志明市	181
芽庄	190
顺化	196
河内	205
老街	217
芹苴	221
大叻	223

老挝

230

琅勃拉邦省	231
-------	-----



琅南塔省 240

柬埔寨 246

贡布 247

西哈努克 250

金边 255

暹粒 264

蒙多基里省 275



第三篇 观光精华区

越南 278

海防 278

吉婆岛 283

梅州 287

沙巴 288

北哈 290

岘港 291

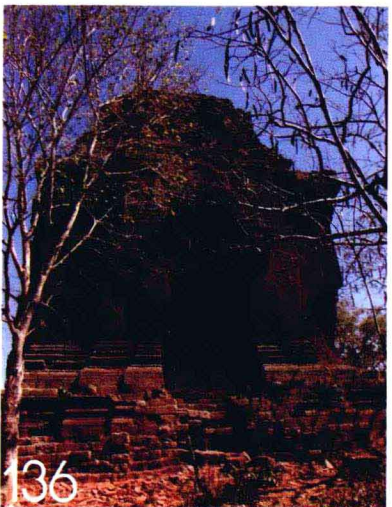
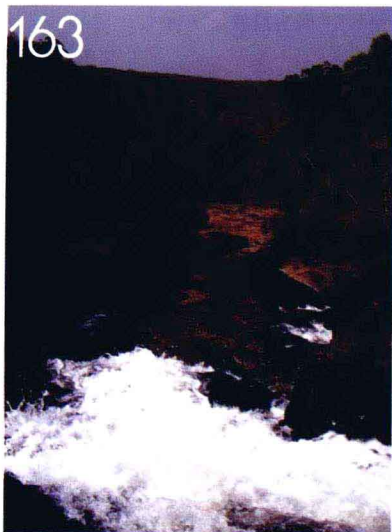
会安 297

美内 303

Buon Ma Thuot 307

波来古 309





昆嵩	310
美萩	311
槟榔	312
朱笃	313
迪石	315
富国岛	316

越南旅游指南 319

老挝 324

万象	324
万荣	335
川圹省	339
华潘省	341
勐赛省	342
博胶省	344
东孔岛	346
东德岛和东阔岛	347
勐新	350
沙湾拿吉省	351
丰沙湾	357

老挝旅游指南 360

柬埔寨 364

班迭棉吉省	364
马德望	365
柏威夏省	370
磅同省	371
戈公港	373
白马市	374
磅湛省	375
上丁	377
桔井	378
腊塔纳基里省	380

柬埔寨旅游指南 382



第一篇 玩转地球之 最佳体验

Part 1 越南

第一站 胡志明市的紧凑行程让人既刺激又兴奋

第二站 在芽庄获得旅行最高潮

第三站 旅行的中转站——岭古半岛

第四站 造访越南古都顺化

第五站 带你发现不一样的河内

第六站 在老街体验民俗风情



▲ 贾斯汀在越南

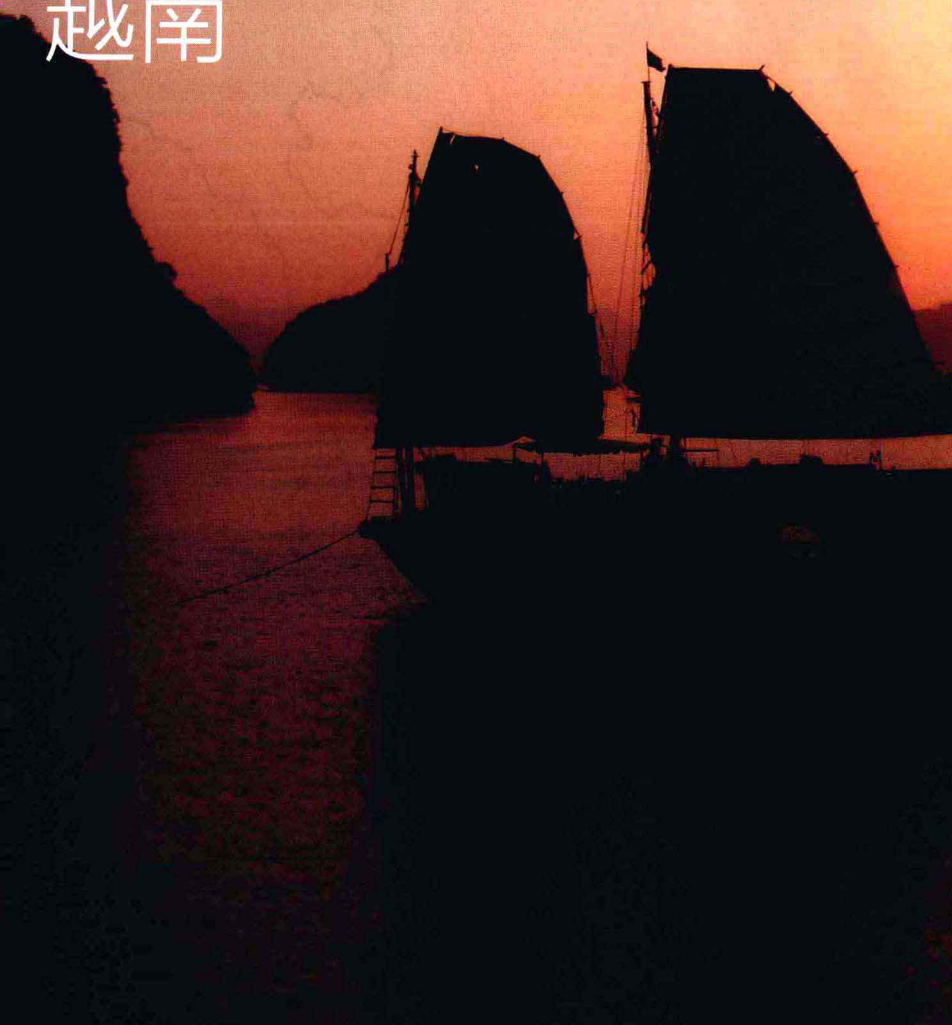


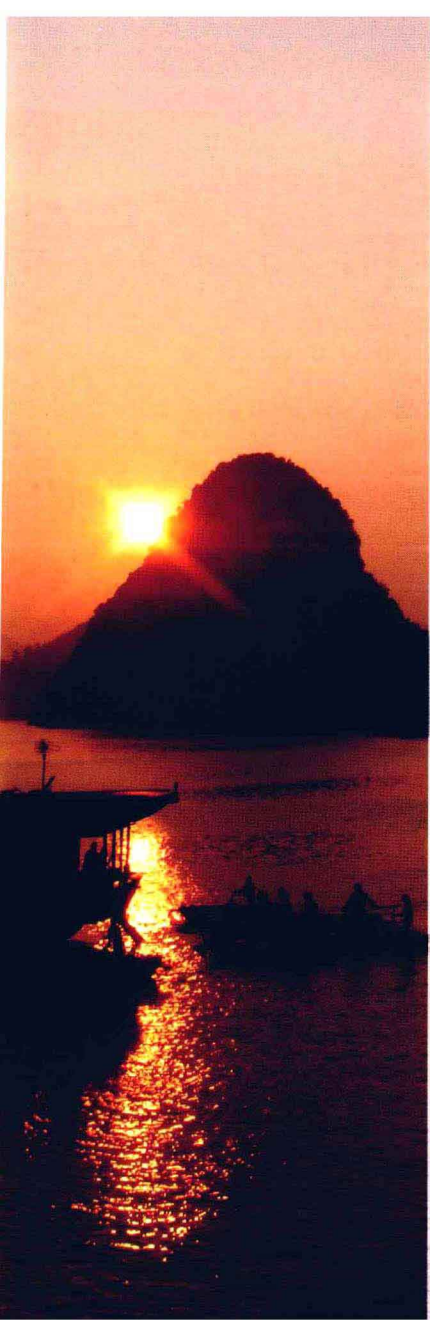
贾斯汀
玩转越南
的线路图



Part 1

越南





天空是纯净的瓦蓝，不见一丝儿云彩；蓝天下绿树成荫，翠绿的树叶似乎没沾一点尘埃；街道两边低矮的楼房虽然陈旧，却并没有让人感到破败，反而散发出浓浓的生活气息；大街上人很多，放眼望去全是自行车、电动自行车、三轮车、电动三轮车、摩托车……车水马龙，一片繁华。

我在这个城市已经待了差不多12个小时了，来这里就像来到了另外一个世界，大街上几乎全是亚洲人面孔，而我作为一个白种人，在这里自然很扎眼了。

越南地处中南半岛东南沿岸，国土狭长，南北两端宽阔，中间狭窄，拥有长达3260多公里的海岸线。越南历史悠久，在1945年建立独立的国家，几经战乱，1986年实行革新路开放后才打开国门，到20世纪后期才允许外国游客入境观光。越南有八千多万人口，人均月收入不是特别高，货币单位是“盾”，天气高温潮湿，越南人的食物以大米和各种鱼类为主。

作为一个游客踏上异国的土地，我总是情不自禁地把这次越南之旅想象成探险，我将从东南海岸的胡志明市出发，沿着海岸一路北上，到达河内后继续向北，在越南与中国交界处的偏远高原区结束旅程。



第一站 胡志明市的紧凑行程让人 既刺激又兴奋

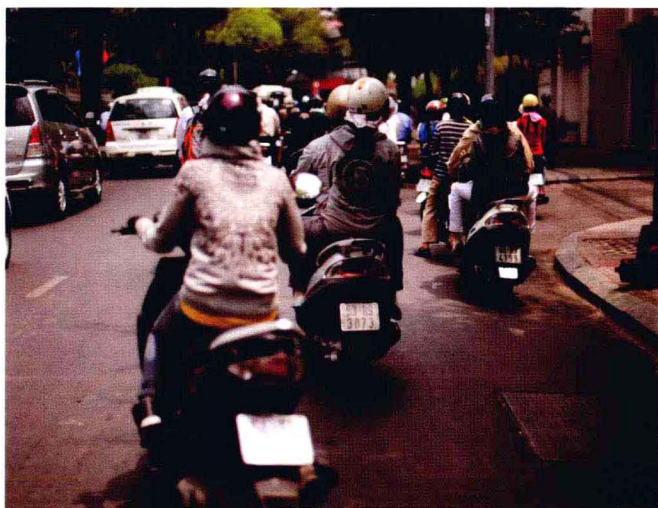
太阳还藏在天幕之下，只在东方露出鱼肚白。随着时间流逝，橘红色的朝霞在天边慢慢地浸染开来，天空从灰蒙蒙、白茫茫转向蔚蓝。一条蜿蜒的河流将这个城市一分为二。黎明即将到来，这个被叫了上千年“西贡”的城市正慢慢苏醒，高大的建筑已沐浴在阳光下，低矮的建筑也呈现出轮廓的剪影……1975年越南民主共和国（北越）接管了这座城市，为纪念越南共产党的主要创立者胡志明，便更名为“胡志明市”。

街头风景

胡志明市是越南的经济中心，吸引了无数雄心勃勃的年轻人来这里实现财富梦想，每天约有400万人驾驶着两个轮的交通工具上下班，机动两轮车、自行车与汽车的比例大约是100:1。车水马龙的街道喧闹嘈杂，充斥着各种各样的声音，比如自行车的铃铛声，摩托车加油门的声音、刹车声、汽车的鸣笛等，还有充满生活气息的叫卖声、兜售声、说话声……

在这样拥挤的街道上骑自行车确实需要些胆量和技术，如果你的胆子很小却又充满好奇，那么可以使用一个安全又轻松的办法——搭乘三轮车。

“打扰一下，我要去堤岸（Cholon）。我该怎么走，是接着往前走还是返回走？要多少钱？”路边这位车夫的车子还是空的，我拿着旅游册子给他指了指我要去的那个地方，希望他能明白。



“1万。”车夫看起来很憨厚的样子，抬起头，怯生生地报了价格。

“1万？1美元吗？”我伸手屈指比划着。

“什么？”车夫好像没听明白，侧耳听我说。

“1美元吗？”

“是的，1美元。”他终于听懂了，我的旅程随即开始。从这里去堤岸大约需要半个小时，在胡志明市，租这种三轮车半个小时一般都是1万越盾。注意在上车前一定要谈好价，不然你很可能多付好几倍的钱。

我坐在改装后的观光三轮车上，既舒适又不耽误观光，视野可以毫无障碍地欣赏到道路两边的街景、行人车辆、贩夫走卒。这是不会骑自行车的人体验胡志明市单车生活的最佳方式。车夫穿着大拖鞋慢悠悠地蹬着三轮车履平地、爬拱桥，我甚至可以买份报纸翻看。抬头看天时，却一不小心瞥见街边房檐角上的雕塑：一条青龙，大嘴阔张，举头平视，弓身舞爪，好像随时都要腾云而去。

享用越南河粉

堤岸是越南华人聚集的地方。这里有宽阔的广场，现代化的建筑，但都在6层以下，到处都是枝叶稀疏、树冠高耸的树木，高高架起的电线和摩肩接踵的行人。游客可在此处找到热闹非凡的日间集市，体验赶集的乐趣。在堤岸你经常会听到有节奏的清脆敲击声，这是早餐的信号，只要跟着敲击声走就能吃到美味的早餐。这不，一个戴着红帽子，穿着浅蓝色长衫的少年昂首阔步，清脆的敲击声正从他的身上传开来。

我的目光刚和男孩接触，他立马就领会到我的意图了，转身给我端来了一碗河粉——越南式的早餐，这是一碗拌着蔬菜、猪肉或者鸡肉、牛肉的米粉。他的摊位实在偏僻，就我一个人在咻溜咻溜地吃面。虽说我还不适应在早上吃油腻的东西，但我别无他选，而这面最大的诱惑在于它20美分一碗的价格。一口下去，我的味蕾全部舒畅开来，吃得意犹未尽。