



NEW
2018

《亲历者》编辑部 编著

畅销金版

畅游东南亚 说走就走

◎ 高性价比东南亚旅行手册 ◎

SOUTHEAST ASIA

东南亚自助游

全面 资深 新潮 好用

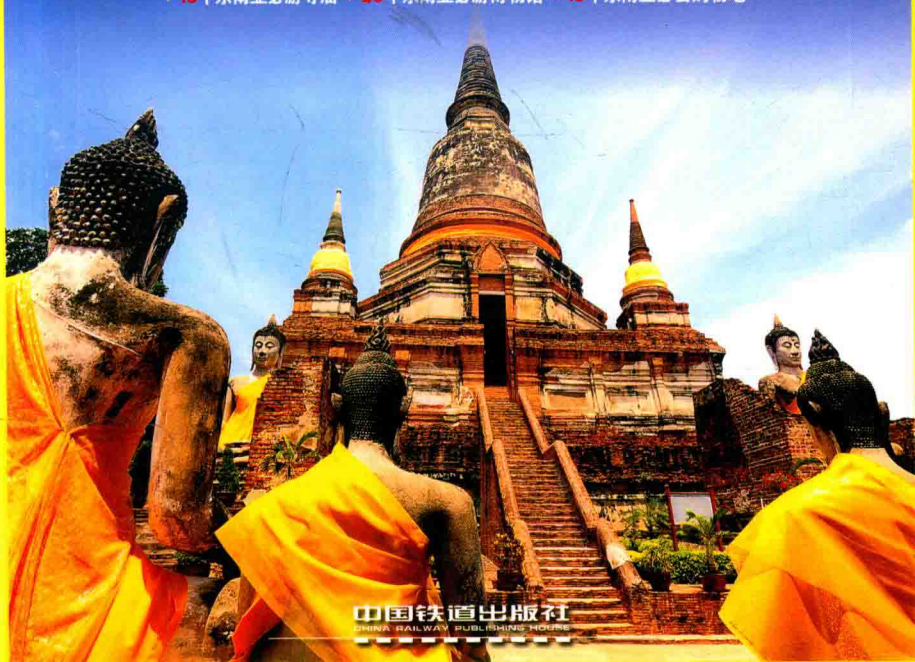
玩全东南亚 11个国家55城600+精选景点与专题

直观好用 手绘城市位置与景点分布示意图

便捷信息 超好用的行前指南与交通资讯

接轨科技 扫一扫二维码便捷获取实用信息

特别标注 ▶ 45个东南亚旅行必游景点 ▶ 25个东南亚蜜月旅行必游景点 ▶ 20个东南亚亲子旅行必游景点
▶ 15个东南亚必游寺庙 ▶ 20个东南亚必游博物馆 ▶ 15个东南亚必去购物地



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



Southeast Asia
东南亚自助游

《亲历者》编辑部 编著

2018
畅销金版

图书在版编目 (C I P) 数据

东南亚自助游 / 《亲历者》编辑部编著. — 北京 :
中国铁道出版社, 2018.1

(亲历者)

ISBN 978-7-113-23803-2

I. ①东… II. ①亲… III. ①旅游指南—东南亚 IV.
①K933.09

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第225587号

书 名: 东南亚自助游
作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智
责任编辑: 杨 旭
版式设计: 戴立志
责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市西城区右安门西街8号)
印 刷: 北京顶佳世纪印刷有限公司
版 次: 2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷
开 本: 889mm×1194mm 1/32 印张: 20 插页: 8 字数: 1100千
书 号: ISBN 978-7-113-23803-2
定 价: 45.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659

目录

CONTENTS

泰国

泰国行前指南..... 26

曼谷..... 45

专题：曼谷独特的公交车文化

大王宫及周边●大王宫/王家田广场/玛哈泰寺/国家博物馆/曼谷国家美术馆/卧佛寺/暹罗博物馆/皇家舰队博物馆/黎明寺/民主纪念碑/考山路/布旺尼威寺

唐人街及周边●唐人街/金佛寺

旧国会大厦及周边●旧国会大厦/胜利纪念碑/律实公园/云石寺

四面佛及周边●四面佛/暹罗海洋世界/暹罗广场/曼谷杜莎夫人蜡像馆/吉姆·汤普生之家/曼谷玩偶博物馆/蓝毗尼公园

其他景点●巧克力庄园/昭披耶河/蛇园

专题：泼水节

曼谷→佛统..... 80

佛统塔/月宫

曼谷→芭提雅..... 81

芭提雅海滩/中天海滩/阁兰岛/信不信由你博物馆/芭提雅步行街/芭提雅公园/东芭乐园/迷你暹罗/真理寺/依律花园/七珍佛山/萨岛/沙美岛

专题：泰拳

曼谷→华欣..... 95

爱与希望之宫/帕亚那空山洞/拷汪宫/华欣海滩/三百峰国家公园/康卡沾国家公园/赵参兰海滨/促猜农场/七岩海滩/华欣火车站/筷子山/华欣山丘葡萄酒庄园



专题：泰式SPA

曼谷→北碧..... 106

桂河大桥/北碧联军战俘公墓/泰缅铁路中心/爱侣湾国家公园

曼谷→彭世洛..... 109

民俗博物馆/屯萨朗苗国家公园/华西拉丹那玛哈泰寺/Mat Aranyik

大城..... 111

景点●大城王宫遗址/邦芭茵夏宫/玛哈泰寺/普斯里善佩寺/卧佛寺/崖差蒙空寺/三宝公寺/拉嘉布拉那寺/柴瓦塔那兰寺/普考同寺/大城国家博物馆

清迈..... 120

清迈古城及周边●清迈古城/松德寺

素贴山及周边●素贴山/蒲屏皇宫/清迈大学/清迈国家博物馆/清迈动物园

其他景点●清迈夜间动物园/因他暖山国家公园

专题：清迈夜市

清迈→夜丰颂..... 137

拜县●草莓园/拜县大峡谷/山地村/云来观景台/倒立小屋

其他景点●帕德康摩寺/春甲铃寺/华温寺/漏苏林国家公园/帕楠寺

清迈→清莱..... 140

王太后行宫/灵光寺/黑庙/玉佛寺/清莱温泉广场/长颈族部落/美斯乐

清迈→素可泰..... 143

素可泰历史公园/兰甘亨国家博物馆/西春寺/派奎寺/金池寺

普吉岛..... 147

普吉镇周边●普吉镇/三大海滩/幻多奇乐园

普吉岛其他景点●查龙寺/芭东佛寺/攀牙湾/皇帝岛/珊瑚岛/神仙半岛/007岛/栲帕吊国家公园/斯米兰群岛/拉威海滩/奈阳海滩/拉扬海滩

普吉岛→甲米..... 162

甲米府/奥南海滩/莱利海滩/沙碟穴/南考耐普/莱雷海滩/丹波寇罗尼国家公园/一线沙/甲米双峰溶洞/甲米夜市/虎穴庙/神奇四岛/甲米沙发里乐园/兰塔岛

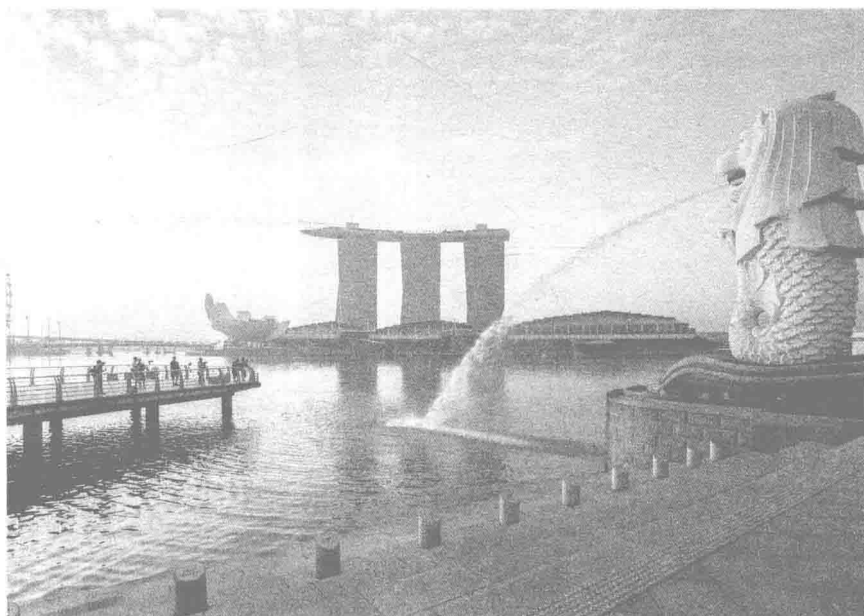
普吉岛→皮皮岛..... 169

通赛湾/罗达拉木湾/蓝通海滩/玛雅湾/维京洞穴/猴子海滩/蚊子岛/竹子岛

普吉岛→苏梅岛..... 172

那通镇/查汶海滩/拉迈海滩/波菩海滩/大





佛海滩/漏南海滩/欣叻瀑布和纳蒙瀑布/
安通国家海洋公园/蝴蝶公园/帕雅寺/阁
道岛/帕岸岛/南园岛

专题：泰国旅游信息中心

新加坡

新加坡行前指南..... 188

新加坡..... 201

滨海湾区景点..... 207

鱼尾狮公园/牛车水/克拉码头/滨海湾花
园/滨海艺术中心/牛车水原貌馆/双螺旋
桥/圣安德烈教堂/浮尔顿大厦/马里安曼
兴都庙/亚洲文明博物馆/新加坡摩天观
景轮/新加坡艺术科学博物馆/天福宫/新
加坡河/莱佛士爵士铜像/詹美清真寺/金
沙空中花园/新加坡国家博物馆/安祥山/
驳船码头/哈芝巷/旧议会大厦/庙街/硕莪
街/粤海清庙/新达城/河马水路之旅/红
灯码头/鸭之旅/福康宁公园/碉堡/新加
坡国家档案馆/裕华国货/加文纳桥/远东
广场

圣淘沙岛景点..... 225

圣淘沙岛/圣淘沙名胜世界/新加坡海底世
界/新加坡环球影城/S.E.A.海洋馆/圣淘沙
4D魔幻影院/圣淘沙高空滑车/节庆大道/
西乐索海滩/丹戎海滩/巴拉湾海滩/圣约
翰岛/老虎摩天塔/蝴蝶公园/昆虫王国/
飞龙探险公园/龟屿岛/新加坡万象馆

专题：玩遍圣淘沙

新加坡殖民区景点..... 240

小印度/赞美广场/园景广场/财富喷泉/艾
米丽山花园/马来传统文化馆/新加坡玩具
博物馆/新加坡集邮馆/圣约翰教堂/苏丹
清真寺/霍替尔兴都庙/马海阿布犹太教堂
甘榜格南/荷兰村

专题：新加坡多样风情

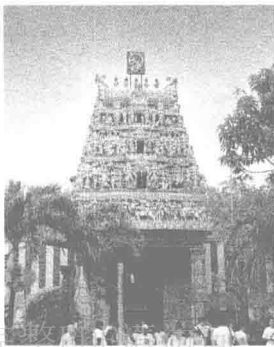
乌节路地区景点..... 252

乌节路/新加坡植物园/新加坡动物园/夜
间野生动物园/老巴刹/三巴旺公园/仟湖
渔场/麦里芝蓄水池/克兰芝乡村/总统府
公园/翡翠山路/爱来魔相3D艺术体验馆/
陈旭年宅第/潮州大厦/杜德阁/东陵村

专题：新加坡热带雨林

东西海岸景点..... 266

东海岸公园/樟宜海滨公园/西海岸公园/
白沙公园/花柏山公园/河川生态园/裕廊
飞禽公园/武吉知马自然保护区/新加坡科



学中心/新加坡国立大学/哈查花蒂玛回教
堂/新加坡知新馆/上海玩具博物馆/双溪
布洛湿地保护区/虎豹别墅/碧山公园/武
吉巴鲁天然公园/拉柏多自然保护区/新加
坡雪城/榜鹅沙滩/裕华园/肯特岗公园/树
梢吊桥

专题：感受不一样的猎奇之旅

马来西亚

马来西亚行前指南..... 284

吉隆坡..... 291

双子塔及周边●双子塔/吉隆坡科学馆/吉
隆坡中央公园/吉隆坡水族馆/吉隆坡塔/
黄金三角

国家清真寺及周边●国家清真寺/吉隆坡
飞禽公园/伊斯兰国家博物馆/伊斯兰艺术
博物馆/吉隆坡鹿园/国家天文馆

苏丹阿都沙末大楼及周边●苏丹阿都
沙末大楼/独立广场/吉隆坡纪念图书馆
画廊/吉隆坡国家历史博物馆/印度人街/
Jamek清真寺/皇家雪兰莪俱乐部/湖滨公
园/国家博物馆/国会大厦/茨厂街/吉隆坡
火车总站/马来西亚王宫

其他景点●云顶高原/黑风洞/丹普乐公园

吉隆坡→热浪岛..... 308

娘嫫茶屋/兰道阿邦海湾/棉花岛/平安岛

吉隆坡→停泊岛..... 311

大停泊岛/小停泊岛



吉隆坡→刁曼岛..... 313

拉兰海滩/莎兰海滩/爪哇海滩

吉隆坡→邦咯岛..... 316

荷兰古堡/福临宫/邦咯岛海滩/马来渔村/绿中海

吉隆坡→沙撈越..... 320

古晋/坝柯国家公园/木庐山国家公园/大海岸/尼亚国家公园/八塘湖/西布

马六甲..... 324

荷兰红屋及周边●荷兰红屋/维多利亚女王喷泉/圣万济教堂/基督教教堂

圣保罗教堂及周边●圣保罗教堂/圣地亚哥城堡/苏丹王宫/马六甲巫统博物馆/圣地亚哥古城门

娘惹文化馆及周边●娘惹文化馆/郑和文化馆/青云亭

其他景点●汉丽宝井/葡萄牙村/圣芳济各教堂/圣彼得教堂

槟城..... 334

景点●槟榔山/槟城卧佛寺/植物园/槟城孙中山纪念馆/缅甸寺庙/蝴蝶公园/极乐寺/槟城国家公园/康沃斯基要塞/圣乔治教堂/卧佛寺/蛇庙/海滨度假村/丘氏祠堂/张弼士故居/海南会馆/鲁班行/姓氏桥

三卡威..... 345

景点●珍南海滨/兰卡威海底世界/巴雅岛/巨鹰广场/天空之桥/丹戎鲁海滩

沙巴..... 354

景点●东姑阿都拉曼国家公园/海龟岛国家公园/丹戎谷自然保护区/西必洛猿人保护区/诗巴丹/京那巴鲁山/西巴丹/哥曼多洞穴/京那巴鲁国家公园/波令温泉/山打根

印度尼西亚

印度尼西亚行前指南... 370

雅加达..... 375

景点●独立广场/中央博物馆/印度尼西亚缩影公园/伊斯蒂赫拉尔清真寺/安佐尔梦幻公园/班达拉岛度假村

雅加达→日惹..... 383

婆罗浮屠/普兰班南/莫拉比火山

雅加达→万隆..... 385

亚非会议纪念馆/博物馆/万隆山城/雅丹火山

巴厘岛..... 387

景点●海神庙/乌鲁瓦图悬崖/圣泉寺/库塔海滩/金巴兰海滩/努沙杜瓦海滩/乌布王宫/象窟/京打玛尼火山/木雕村/蜡染村/布撒基寺/乌布传统市场/爱咏河/蓝点

专题：在巴厘岛度假月必须做的事

巴厘岛→民丹岛..... 402

锡邦河/民丹岛大象公园/高尔夫球会/民丹山/拉古洼水库

巴厘岛→花目岛..... 405

科莫多国家公园/吉丽岛/林加尼山/圣吉海海滩/龙目岛/库塔海滩/沙沙拉村落/陶器村

越南

越南行前指南..... 412

河内..... 418

还剑湖及周边●还剑湖/河内大教堂/巴亭广场/胡志明墓/胡志明故居/胡志明博物馆/河内西湖/河内文庙/越南人类学博物馆/越南军事历史博物馆/越南国家历史博物馆/越南美术馆/独柱寺/水上木偶剧院

河内→会安..... 430

美森谷地/岷港/福建会馆/中华会馆/会安



古城/新奇屋/日本廊桥

河内→海防..... 434

下龙湾/吉婆岛/涂山风景区

胡志明市..... 437

景点●中央邮局/范五老街/胡志明总统府/红教堂/统一宫/市政厅/胡志明市博物馆/湖公河/古芝地道/保大皇行宫/天后宫/大叻/草禽园

胡志明市→顺化..... 446

启定皇陵/顺化皇城/嗣德皇陵/明命皇陵/天姥寺/圣母大教堂

芽庄..... 450

景点●美奈/美奈四岛/火车博物馆/龙山寺/娘屋/达尼拉瀑布/婆那加古塔/情人谷/春香湖/保大避暑行宫/Thap Ba温泉中心

柬埔寨

柬埔寨行前指南..... 460

暹粒..... 473

吴哥窟古迹●吴哥窟/吴哥城/巴云寺/巴肯山/周萨神庙/托玛依神庙/塔布隆寺/圣剑寺/涅槃宫/皇家浴池/豆蔻寺/比拉寺/班黛喀蒂/罗洛士群/女王宫/高布苏滨/崩密列/塔高寺/塔内寺/荣寺/荔枝山

暹粒周边景点●洞里萨湖

专题：怎样游览吴哥

专题：吴哥回廊浮雕上的故事

专题：电影镜头中的吴哥

暹粒其他著名景点●吴哥国家博物馆

专题：洞里萨湖上的水上村庄

暹粒→马德望..... 496

总督官邸/集贸市场/马德望博物馆/Wat Phihetarm/火车站

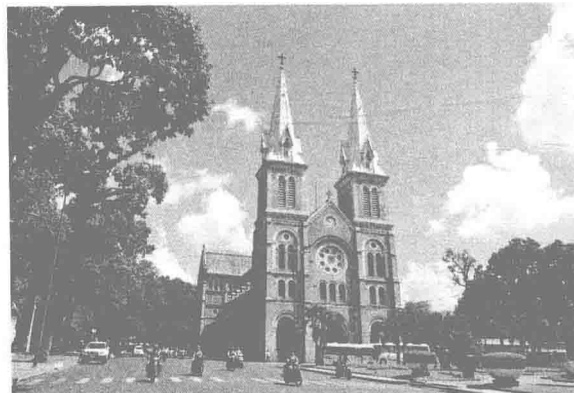
周边景点●农巴南山

农沙帕山/埃普农寺/Wat kor村/Kamping Poy/斯恩

专题：独一无二的“竹火车”

金边..... 504

金边景点●金边王宫/金边国家博物馆/乌那隆寺/独立纪念碑/四臂河/监狱博物馆/塔山寺/万谷湖/兰卡寺/岛寺/马哈蒙雷寺/波车寺/“一战”柬埔寨阵亡者纪念碑/国家图书馆/奥林匹克运动场/中国铁匠寺



金边周边景点 ● 吉索山寺/乌东古王都/瀾公岛/水净华半岛/小香港/洞里巴迪寺/奇核山寺/他茅山野生动植物营教中心/基里隆国家天然公园/巴地湖水上人家/达普依和宾婆古刹/切维

金边→西哈努克..... 524

市内景点 ● 奥荷蒂尔海滩/胜利海滩/独立海滩/索卡海滩/高龙撒冷岛/西哈努克国家公园/蛇岛

周边景点 ● 西哈努克市国家公园/虱头瀑布

金边→贡布..... 533

贡布监狱/波哥山国家天然公园/贡布传统音乐学校/Teuk Chhou Rapids

金边→磅同..... 536

法国总督官邸/河滨公园/三波波雷古/索塔山/索塔丝绸农场/库诺克塔/安德塔寺/KaKaoh村

金边→戈公..... 540

Wat Neang Kok寺/戈公岛/戈公生态保护廊道/戈波罗瀑布/边卡罗绍野生动物保护区/达岱河和达岱瀑布/豆蔻山脉中央保护林/博敦萨瓦尔国家公园/芝帕/戈公野生动物世界/Stung Phong Roul瀑布

缅甸

缅甸行前指南..... 548

仰光..... 551

仰光景点 ● 瑞光大金塔/苏雷塔/皇家湖公园/波特涛塔/昂山市场/仰光唐人街/乔达基卧佛寺/茵雅湖/珍宝博物馆/丁茵水中佛塔/中心公园/国家历史博物馆/羌达海滩/维桑海滩/勃固

仰光→茵莱湖..... 561

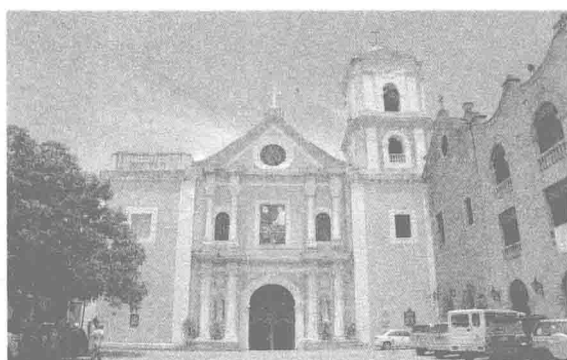
水上市场/跳猫寺/帕瑞佛塔/水上浮岛

仰光→蒲甘..... 563

阿南达寺/瑞山都塔/瑞喜宫塔/蒲甘考古博物馆/波巴山/他冰瑜塔/摩何菩提寺/蒲甘塔林/乔多波陵塔

曼德勒..... 567

曼德勒景点 ● 罗德勒山/因瓦古城/阿马拉



布拉古城/曼德勒古城/实皆古城/马哈牟尼佛塔/敏贡古城/固都陶佛塔

老挝

老挝行前指南..... 576

万象..... 579

万象景点 ● 塔銮寺/万荣/沙格庙/香昆寺/凯旋门/国家历史博物馆/玉佛寺/翁得寺/南鹤湖/库克撒特咸水湖/老挝巴科村/丹塔/达苏恩石窟/班根动物园/老挝国家主席府

万象→占巴塞..... 588

巴色/普占神庙/四千美岛/湄公河小岛群

琅勃拉邦..... 590

琅勃拉邦景点 ● 香通寺/王宫博物馆/浦西山/维苏那拉特寺/考西安瀑布/关西瀑布/坦丁洞/吉利寺/琅勃拉邦夜市

菲律宾

菲律宾行前指南..... 600

马尼拉..... 604

马尼拉景点 ● 西班牙王城/黎刹公园/百胜滩/圣奥古斯丁教堂/达雅台/椰子宫/美军纪念墓园/马尼拉大教堂/马拉干廊宫/菲律宾文化中心/卡撒马尼拉博物馆/圣萨巴斯第安教堂/华人公墓

马尼拉→长滩岛..... 616

白沙滩/卢霍山/普卡海滩/蝙蝠洞

马尼拉→碧瑶..... 621

麦逊宫/班汉公园/碧瑶植物园/Tam-awan村

马尼拉→宿务..... 623

圣佩特罗古堡/中国道观/麦克坦岛/圣婴教堂/麦哲伦十字架/哥伦路/马荣火山

马尼拉→巴拉望..... 627

卡拉伊特岛/迪玛凯岛/图巴塔哈群礁国家公园/圣保罗地下河国家公园

马尼拉→薄荷岛..... 629

巧克力山/眼镜猴游客中心/阿罗娜海滩/罗博河

马尼拉→佐沃岛..... 631

钟楼/抱威教堂/抱威湖高尔夫球场/维干古镇/科迪勒拉山梯田/马可斯纪念馆

文莱

文莱行前指南..... 636

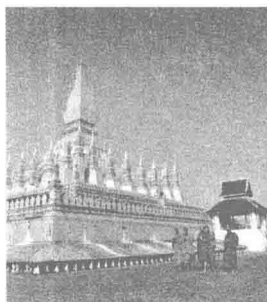
斯里巴加湾..... 638

斯里巴加湾景点 ● 苏丹纪念馆/马来科技博物馆/文莱博物馆/努洛伊曼皇宫/水上村落/水晶公园/赛福鼎清真寺/麻拉海/乌鲁淡布伦国家公园/皇家王权博物馆/博而基亚清真寺/Peradayan森林保护区

东帝汶

东帝汶行前指南..... 648

帝力景点 ● 夏纳纳阅览室/抵抗博物馆/普艺莫里斯/拉美芳山/欧库西/阿陶罗岛/耶稣雕像/帝力滨海/包考





Southeast Asia
东南亚自助游

《亲历者》编辑部 编著

2018
畅销金版

东南亚主要交通示意图

东南亚火车线路分布

东南亚的火车主要集中在中南半岛地区，包括泰国、马来西亚、新加坡、印度尼西亚、缅甸和越南。马来群岛地区的部分国家受到地理条件的限制，没有完善的铁路系统，火车不是非常发达。

泰国

泰国主要有4条国立铁路 (State Railway of Thailand) 干线，以曼谷为中心，分别向北部、东部、南部和东北部延伸，其中北部可到清迈，东部可到老挝，南部可到马来西亚，东北部可到万象。

另外，有梦幻列车和东方快车 (Eastern & Oriental Express) 提供曼谷南下的快车服务，从曼谷途经马来西亚一直到新加坡，沿途美景无限。你可从其官网了解相关信息或者预订座位。



火车线路信息

线路	起点和终点	主要站点
东线	曼谷至柬埔寨境内的亚兰	查强、马德望
北线	曼谷至清迈	大城、罗富里、彭世洛、南邦府
东北线	曼谷至老挝境内的诺凯 (Nong)	大城、呵叻、孔敬、廊开
南线	曼谷至吉隆坡、新加坡	以曼谷为起点，沿马来半岛南行，途经七岩、华欣、合艾，到达吉隆坡、新加坡

马来西亚·新加坡

马来西亚铁路（KTMB）主要包含两条路线，分为西海岸线和东海岸线，其中西海岸线是马来西亚的交通大动脉，主要连接各大城市，同时沿线的风景很多，既有繁华的城镇，也有乡村的稻田；东海岸线经过的全是当地不知名的小镇，游客较少。在东西海岸线上各有铁路分支，例如吉隆坡—丁生港、吉隆坡—巴生港、吉隆坡—石洞等支线，通往其各自的目的地。两条主要线路最后汇集于金马士（Gemas），一直延续到新加坡。



火车线路信息

线路	起点和终点	主要站点
西海岸线	起点和终点都是新加坡或	居銮、宝石、马六甲、吉隆坡、檳城、兰卡威
东海岸线	者是曼谷	话毛生、淡马鲁、直凉、金马茵

印度尼西亚

印度尼西亚的火车主要有印尼西部苏门答腊岛的铁路干线，爪哇岛上以雅加达为中心，分别向正西、正东以及东南方向延伸，其中的两条铁路由井里汶站（Cirebon）和普禾加多站（Purwokerto）站相连接，之后交汇于泗水站（Surabaya），终点至外南梦站（Banyuwangi）。



火车线路信息

线路	起点和终点	主要站点
南苏门答腊岛线路	班达楠榜至巨港	默特罗、明加拉
正西线	雅加达至默拉克	唐格朗、西冷
正东线	雅加达至外南梦	北加浪岸、井里汶、三宝垄
东南方向线	雅加达至外南梦	万隆、普禾加多、日惹

越南

越南只有1条主要铁路，从河内到胡志明市的南向路线以及相反方向的北向路线，这条铁沿线的列车编号有SE1、SE2、TN3、TN4等，其中奇数编号是河内发往胡志明市的，偶数编号是胡志明市发往河内的，时间按快慢不同需30~41小时，沿途涵盖36个大小城镇。另外，其分支铁路其中还有开往中国昆明以及南宁等城市的列车。



缅甸

缅甸铁路以曼德勒为中心，向北延伸2条铁路，往南延伸3条铁路，在勃固市区又往南延伸耶城至终点丹老。由于缅甸的铁路是英国殖民时期修建，速度较慢，而且车厢环境也一般。



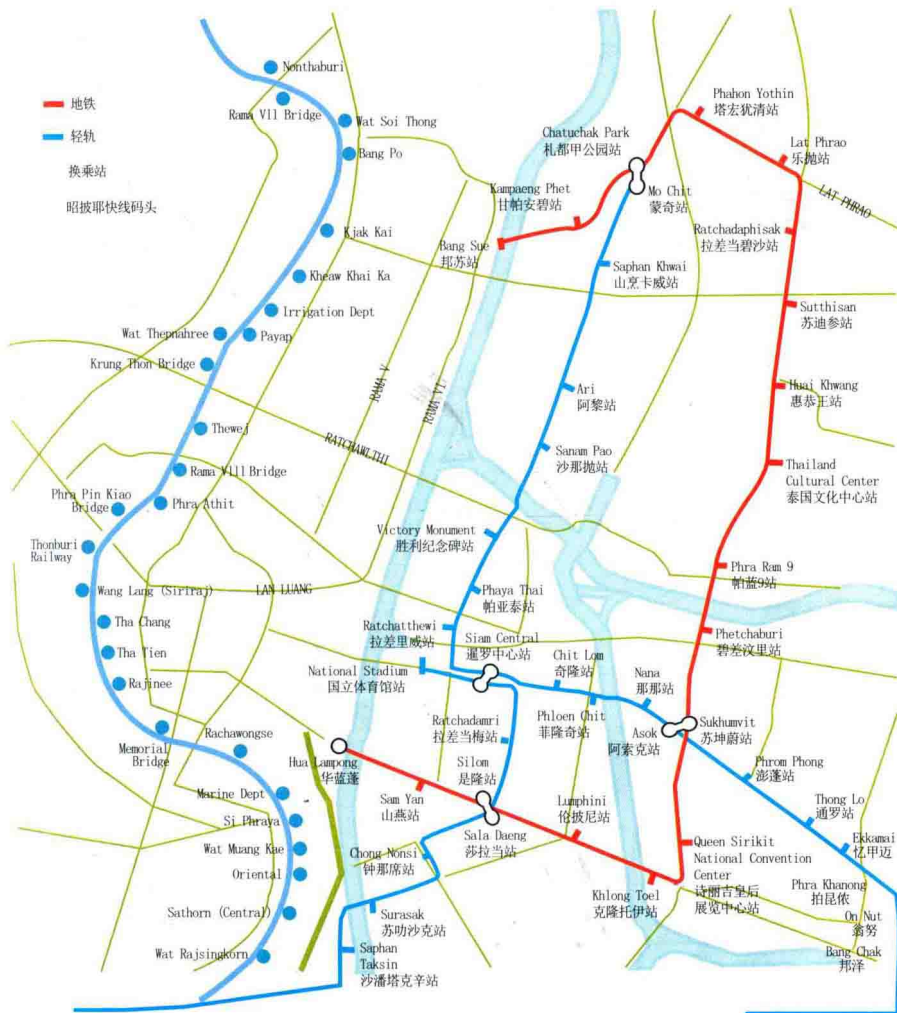
火车线路信息

线路	起点和终点	主要站点
正北线路	曼德勒至密支那	甘勃卢
东北线路	曼德勒至腊戍	眉谬，谷特。
西南线路	曼德勒至仰光	昔卜
东南线路	曼德勒至仰光	蒲甘，马圭，卑谬
最南线	勃固至丹老	斋托，毛淡棉

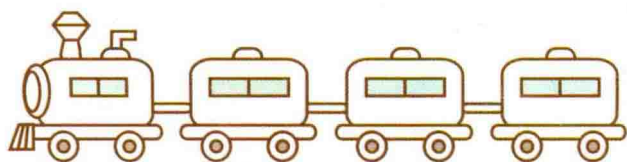
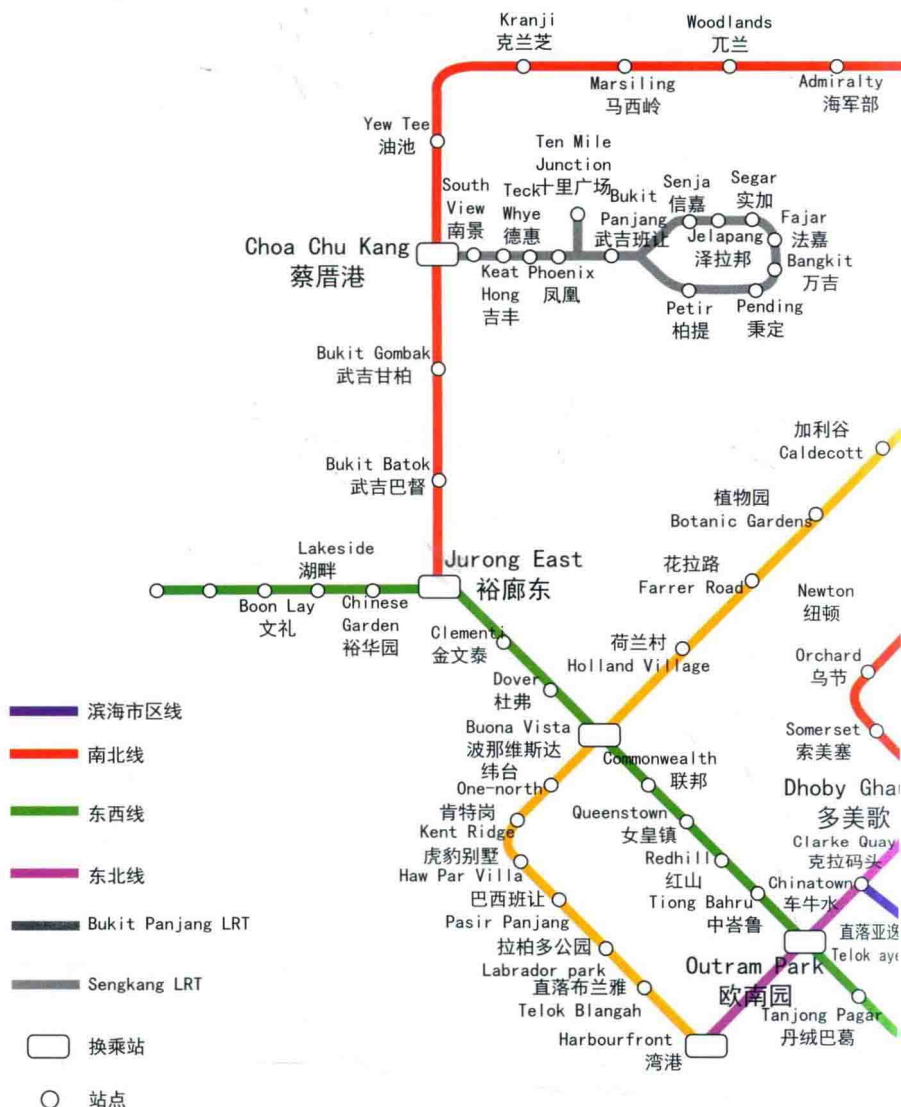
东南亚城市轨道交通图



泰国曼谷地铁、轻轨示意图



新加坡地铁示意图





东南亚其他交通示意图

东南亚交通标识1



让路



停



小心火车



禁止进入



限速30km/h



限5.5吨内



限4.2米高以下



货车禁入



巴士禁入



摩托禁入



单车禁入



不可转头



不可右头



不可超车



禁止停车



禁泊车



保持向左

东南亚交通标识2



十字路口



危险



小心路滑



多弯路



作业中



牧园区



学校区



学生通道
(无斑马线)



前方停车



前方信号



分岔路



偏远地区



园区

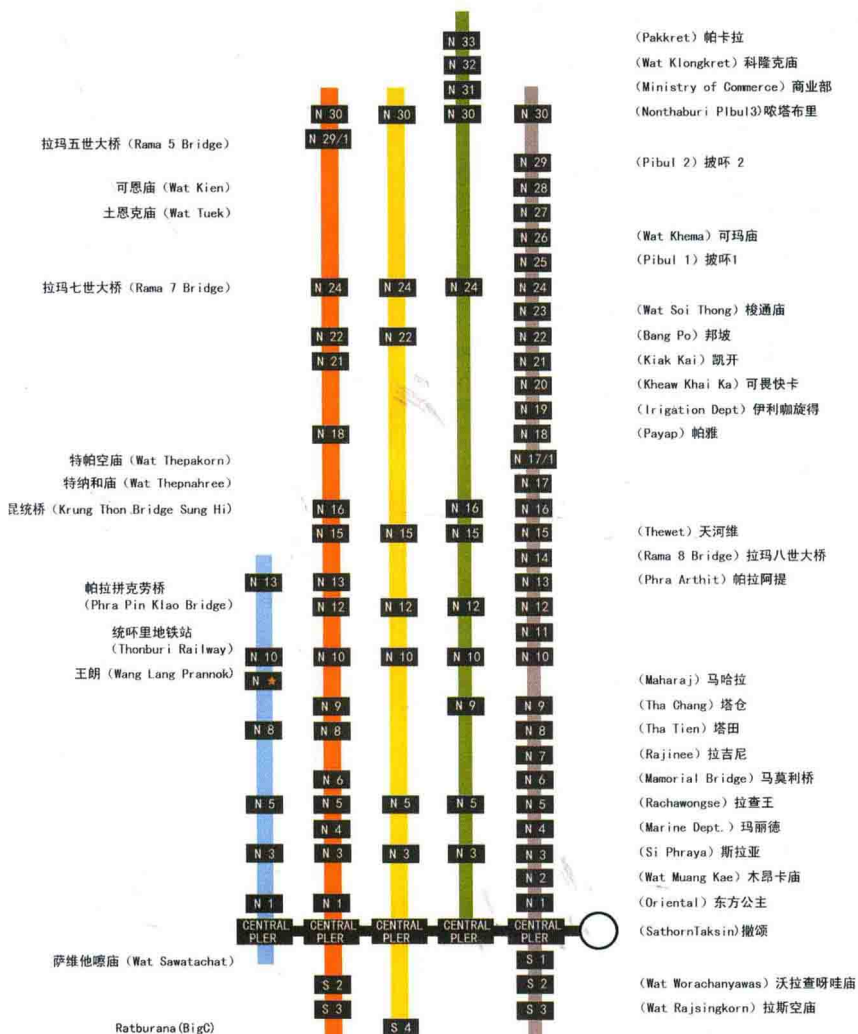


无人看守平安道

曼谷水上公交线路示意图



- Green Flag Boat
- Yellow Flag Boat
- Orange Flag Boat
- No Flag Boat
- Blue Flag Chaophraya Tourist Boat (CTB)



东南亚各海岛示意图

巴厘岛景点及度假村位置示意图



芭堤雅景点及度假村位置示意图



刁曼岛潜水地点分布图

