

BALI
RESORT ISLAND

巴厘岛

东南亚必去海岛
全球首选浪漫度假地

走遍全球
海岛系列



中国旅游出版社

策 划: 高 瑞 谷口俊博
统 筹: 北京走遍全球文化传播有限公司 <http://www.zbqq.com>
责任编辑: 王欣艳 王佳慧
封面设计: 董星辰
责任印制: 冯冬青

图书在版编目(CIP)数据

巴厘岛 / (日) 日本大宝石出版社编著; 杜凯译
— 北京: 中国旅游出版社, 2014.1
(走遍全球)
ISBN 978-7-5032-4818-4

I. ①巴… II. ①日…②杜… III. ①旅游指南—印度尼西亚 IV. ①K934.29

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第241783号

北京市版权局著作权合同登记号 图字: 01-2013-1222
审图号: GS(2013)1912号 本书插图系原文原图

本书中文简体字版由北京走遍全球文化传播有限公司独家授权, 全文、图局部或全部, 未经同意不得转载或翻印。

GLOBE-TROTTER TRAVEL GUIDEBOOK

Bali Resort Island 2011 ~ 2012 EDITION by Diamond-Big Co., Ltd.

Copyright © 2011 ~ 2012 by Diamond-Big Co., Ltd.

Original Japanese edition published by with Diamond-Big Co., Ltd.

Chinese translation rights arranged with Diamond-Big Co., Ltd.

Through BEIJING TROTTER CULTURE AND MEDIA CO., LTD.

书 名: 巴厘岛

原 著: 大宝石出版社(日本)

译 者: 杜 凯

出版发行: 中国旅游出版社

(北京市建国门内大街甲9号 邮编: 100005)

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

营销中心电话: 010-85166503

制 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: 北京翔利印刷有限责任公司

版 次: 2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

开 本: 889毫米×1194毫米 1/32

印 张: 11.5

印 数: 1-7000册

字 数: 430千

定 价: 75.00元

I S B N 978-7-5032-4818-4

版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与营销中心联系调换



走遍全球之海岛系列

巴厘岛

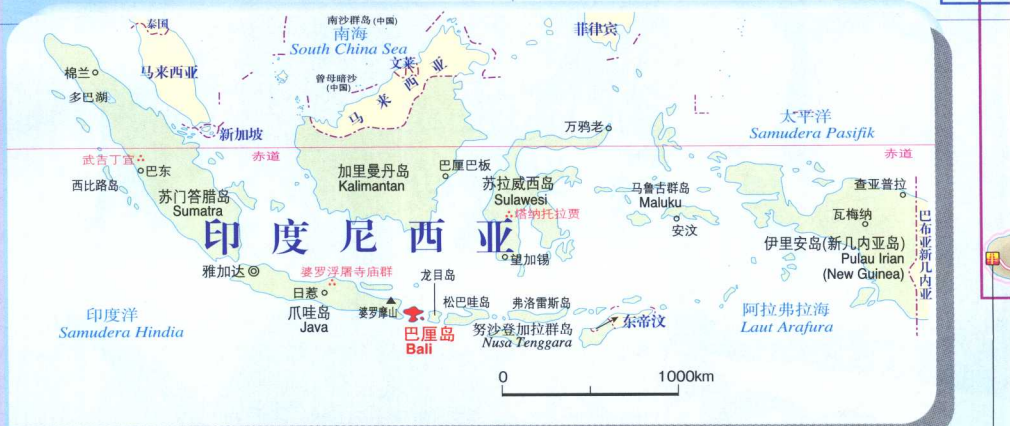
Bali Resort Island

中国旅游出版社

A

B

C

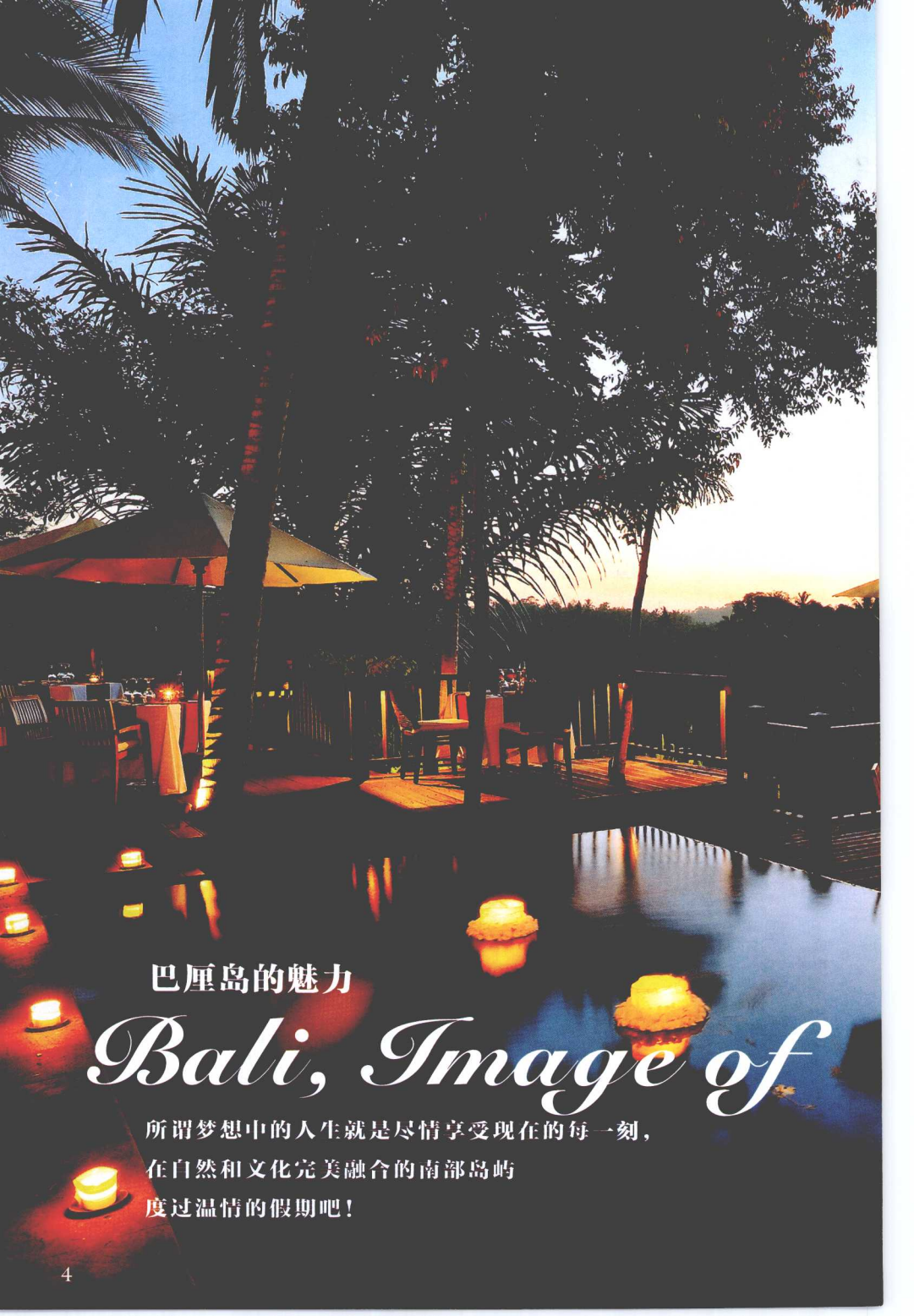




A

B

C



巴厘岛的魅力

Bali, Image of

所谓梦想中的人生就是尽情享受现在的每一刻，
在自然和文化完美融合的南部岛屿
度过温情的假期吧！

Paradise

巴厘岛的魅力	4
如何使用本书	8
巴厘岛游览准确定位	10



卷首特辑

开启轻松假日的大门 巴厘岛度假村的魅力	38
---------------------	----

INVITATION TO BRAND-NEW PARADISE

被古老的森林和蓝色的大海环抱 巴厘岛西部国家公园地区度假村游览指南	50
-----------------------------------	----

NATURAL HOLIDAY IN TAMAN NASIONAL BALI BARAT

56 从海滩到溪谷丰富的游览体验

度假胜地和观光名胜

RESORT AREA & SIGHTSEEING SPOT

巴厘岛 游览地区指南	58
水明漾 & 克罗伯坎 Seminyak & Kerobokan	60
库塔 & 雷吉安 Kuta & Legian	62
金巴兰 Jimbaran	64
努沙杜瓦 & 伯诺阿 Nusa Dua & Benoa	66
沙努尔 Sanur	68
乌布 Ubud	70
巡游乌布周边的田园地带	72
其他区域概览	74
塔班南海滩区域 Tabanan Beach Area	74
赞迪达萨 Candidasa	74
曼吉斯 Manggis	74
罗威那 Lovina	75
艾濯湾 Amed	75
巴厘岛西部国家公园区域 Taman Nasional Bali Barat	75

巴厘岛推荐的巡回观光地

SIGHTSEEING SPOTS IN BALI

● 南部地区巡游	
金巴兰 Jimbaran	76
登巴萨 Denpasar	76
沙努尔 Sanur	76
海龟岛 Pulau Serangan	77
乌鲁瓦图寺 Pura Luhur Uluwatu	77
● 乌布 & 巴厘岛中西部的经典观光地	
乌布 Ubud	78
沙里寺 Pura Bukit Sari	78
母神庙 (塔曼阿云寺) Pura Taman Ayun	78
塔班南 Tabanan	79
海神庙 Pura Tanah Lot	79
● 乌布近郊出发, 去往布拉坦湖 Lake Bratan	
象窟 Goa Gajah	80
耶普鲁 Yeh Pulu	80
坎帝库宁 Candikuning	80
乌伦达努布拉坦寺 Pura Ulun Danu Bratan	81
嘉帝路雅 Jatiluwih	81
巴图卡乌山寺 Pura Luhur Batukau	81

● 乌布近郊出发, 去往京打马尼 Kintamani	
德格拉朗 Tegallalang	82
卡威士石窟 Gunung Kawi	82
圣泉寺 Tirtha Empul	82
巴图尔湖 Danau Batur	82
巴图尔庙 Pura Ulun Danu Batur	83
肯罕寺 Pura Kehen	83
吉安雅 Gianyar	83
● 巡游东部了解巴厘岛文化的精华	
古司法厅 Kertha Gosa	84
百沙基母庙 Pura Besakih	84
席德门 Sidemen	84
水之宫 Tirtagangga	85
登安南 Tenganan	85
蝙蝠寺 Pura Goa Lawah	85
巴厘岛当地出发的旅行	86

爪哇岛中部世界文化遗产游

普兰巴南 Prambanan	89
婆罗浮屠 Borobudur	90
日惹 Yogyakarta	91

92 感受南国的自然和文化

活动 & 巴厘文化体验

ACTIVITY & BALI CULTURE

海上运动 Marine Sports	94
生态探险 Eco Adventure	96
巡航 Cruising	98
潜水 Diving	100
高尔夫 Golf	102
游览巴厘岛中部的主题公园!	103
巴厘岛传统表演的世界	104
巴厘岛代表性舞蹈介绍	106
巴龙舞的故事	108
乌布的文艺团体	110
尝试学习巴厘岛的文艺	112
巴厘岛寺院的祭祀 欧达朗	114
巴厘岛的主要节日	115

116 愉悦身心的享受时光



放松休闲指南

RESORT SPA & ESTHETIC SALON

水疗 & 美容美体的体验方法	118
放松身心的服务项目	120
南部地区的度假村 SPA	122
南部地区的沙龙 & 城镇 SPA	128
美甲 & 美发沙龙	133
乌布地区的水疗 & 沙龙	134
体验价格便宜的按摩沙龙	138

140 从普通杂货到品牌商品



购物指南

SHOP, GALLERY & SHOPPING MALL

巴厘岛购物指南入门	142
超人气! 度假时尚商品	144
时尚潮流商店	146
寻找独特 & 天然材质的 T 恤	154
首饰	156
受欢迎的特产礼品目录	160
室内装饰 & 天然杂货	162
推荐纯天然香皂 & 化妆品	172
艺术蜡染 & 纺织品	174
大型免税店 & 购物中心	178
在超市和食品店寻找土特产	186

188 从早晨到晚上都能品尝到美味



美食指南

RESTAURANT, CAFETERIA & NIGHTSPOT

巴厘岛美食导航	190
巴厘岛 & 印度尼西亚美食图鉴	192
印度尼西亚 & 亚洲美食	196
在乌布的绝美景色中进餐	202
巴厘岛便宜的美食	204
欧洲美食	208
远望海滩用餐	214
世界料理 & 国际美食	218
中国菜 & 海鲜	226
日本料理	230
物美价廉的日本人气料理店	233
自助餐厅	234
乌布 & 周边地区的美景咖啡厅	242
夜店	244
深夜人声鼎沸的巴厘岛人气俱乐部	251

252 悠闲地度过优雅的假期



酒店指南

HOTEL & RESORT IN BALI

巴厘岛的酒店区域	254
“S” 种住宿类型	255
用低廉的价格住宿憧憬的度假村的技巧	256
酒店的标准·指南	258
▶ 享受憧憬中的假日	
南部度假村地区的别墅	259
受回头客喜爱的私人别墅	276
▶ 度过完美的假日	
南部地区最高级的大型酒店	281
▶ 推荐精选酒店	
价格公道的小型精品酒店	300
▶ 呼吸纯净的空气	
乌布及其周边地区的别墅	305
▶ 被沧海和盎然绿意所包围	
地方区域的自然派度假村	319
价格公道的酒店 & 别墅	328
乐园中的结婚典礼	330

331 绝对有用的旅行信息



TRAVEL INFORMATION

基本概况	332
旅行的信息收集	336
电话·网络	337
旅行的季节	338
预算和行李	339
前往巴厘岛	340
中国出发前的手续	342
巴厘岛的 ATM 使用方法	345
中国出入境	346
印度尼西亚出入境	347
印度尼西亚的礼仪和习惯	348
出入境卡填写样本	349
海关申报填写样本	349
Map ● 努拉莱国际机场 (Ngurah Rai Airport)	350
岛内的交通	351
旅行中的印度尼西亚语	353
安全的旅行	355
纠纷预防和对策	357
巴厘岛黄页	358
巴厘岛常见的犯罪形式	358

请出发前必读!

旅行的纠纷和安全信息 ⇒ P.335、P.357

地区 Map

Map 巴厘岛	2
Map 南部度假村地区	14
Map 水明漾	16
Map 克罗伯坎	18
Map 金巴兰	20
Map 库塔 & 雷吉安安全圈	21
Map 库塔	22
Map 雷吉安	24

Map 努沙杜瓦 & 贝诺阿	26
Map 伯诺阿岬	27
Map 沙努尔	28
Map 沙努尔中心区域	29
Map 乌布	30
Map 乌布中心区域	32
Map 乌布南部	34
Map 巴厘岛中部	36



如何使用本书 HOW TO USE THIS GUIDEBOOK

华丽的传统技法的温泉 SPA，强烈乡土色彩的美食盛宴，令人憧憬的度假生活……本书按专题分类介绍巴厘岛的特点，全方位体验多彩的巴厘岛的魅力。请选择适合自己的旅行方式，在巴厘岛享受完美的假日。

当地取材以及调查时间

本书是基于 2012 年的当地调查而编写的。随着时间的推移，数据可能会发生改变。特别是在巴厘岛，商店和餐厅等的停业、营业时间和营业内容以及价格等会经常发生改变，请注意。

另外本书登载的各交通机关提供时间请作为大概参考标准。特别是出租车和巴士的时间，根据道路状况会有很大变化。还有，出租车的价格同样也请作为大概参考。

关于登载的信息

编辑部尽可能地刊登最新、最准确的信息资料，但由于当地的规则或手续等经常发生变更，或对某些条款的具体解释有认识上的分歧，因此，若非本社出现的重大过失，因使用本书而产生的损失或不便，本社将不承担责任，敬请谅解。另外，使用本书之情况或立场，请读者根据切身情况自己做出正确的判断。

住宿设施的价格

本书登载的价格是一个房间的标准价格。附加税金和服务费，有另外的表示方法（参见→ p.9）。

关于餐厅的图标

各餐厅介绍右上的图标，表示那家店的特色。请参照选择餐厅。

-  面向情侣 浪漫的气氛
-  热闹欢快的用餐氛围
-  适合全家人
-  即使一个人也不错
-  能远眺大海和溪谷
-  酒店内部设施

关于 SPA 的图标

各 SPA & 按摩沙龙介绍右上的图标，表示那家店的位置。

-  海滩区域 在海滩区域
-  海景 海景所在地
-  商业区 在商业区
-  溪谷区域 在溪谷区域



关于本书和地图使用的图标

● 酒店的设施·服务

室内设施

-  电视
-  室内保险柜
-  冰箱
-  热水器
-  音乐播放器
-  浴缸
-  吹风机

酒店设施

-  游泳池
-  SPA
-  体育馆
-  商店
-  餐厅
-  酒吧
-  儿童娱乐场
-  残障人士无障碍室

服务项目 & 节目表演

-  有早餐
-  送饭菜到房间的酒店服务
-  可以吸烟的客房
-  洗衣房
-  旅游安排
-  定期的表演
-  瑜伽的日程安排

没有设施

有设施        仅一部分，对应个别要求，付费服务等

● 本书中所使用的符号、缩略记号

-  地址
-  电话
-  免费咨询电话
-  传真
-  网址
-  税金 & 服务费
-  信用卡
-  价格·费用
-  客房数
-  酒店的网络连接
-  前往的方法
-  营业时间、开馆时间

L/O 点餐截止时间

休息日、休馆日

※ 仅登载定休日。巴厘岛新年的宁静日 nyepi 和加隆安日 galungan 前后的休息除外

预约

菜单·项目单

服务语种

 以一个人的用餐费用为基准

Wi-Fi 餐厅的 Wi-Fi 连接

餐厅和商店的接送服务

JL. = Jalan (道路的意思)

Gg. = Gang (小巷胡同的意思)

信用卡

-  A 美国运通卡 American Express
-  D 大莱卡 Diners
-  J JCB 卡
-  M 万事达卡 Master Card
-  V 维萨卡 Visa Card

● 地图中

-  酒店
-  餐厅
-  商店
-  夜店
-  SPA & 美容院
-  旅游咨询处
-  旅行社
-  网吧
-  杂货、小吃摊
-  便利店
-  外币兑换处

-  银行
-  活动项目
-  画廊
-  教堂
-  清真寺
-  博物馆·美术馆
-  寺院 & 王宫
-  主题公园
-  教室 & 烹饪教室
-  遗迹
-  巴士站

-  巴士终点站
-  小巴终点站
-  电影院
-  潜水
-  冲浪地点
-  高尔夫球场
-  医院
-  加油站
-  邮局
-  电话局
-  警察

在巴厘绝对想体验的 **5** 个方面

巴厘岛的游览 CHECK



CHECK POINT 1

在酒店 & 别墅度假

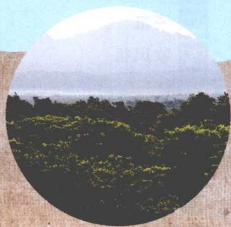


酒店指南
→ p.38 & p.252

从一望无际的印度洋海滩沿岸，到被绿色景观环抱的溪谷区域，炫丽多彩的度假胜地巴厘岛有相继登场的最新酒店自然派度假村，首先 CHECK 这里吧！

★巴厘岛西部

在 国家公园
孟赞干岛 宽阔的
(Pulau Menjangan)
周边也有酒店散布。
内加拉 (Negara)
因有竹筒做的乐器
(Jegog) 而闻名。



CHECK POINT 2

享受 SPA & 按摩，奖励一下自己



放松休闲指南
→ p.116

体验轻松愉快的 SPA 也是巴厘岛的魅力所在。从高级酒店内的 SPA 馆到价格适中的乡村 SPA，选择多种多样。2 小时左右的服务项目，在物价低廉的巴厘可以尽情享受。

出发前想了解的巴厘岛基本信息 TRAVEL TIPS

► 基本概况 → p.332

- **货币和汇率** 货币单位是印尼盾 Rupiah (一般用 Rp. 表示)。
- **签证和护照** 以旅行为目的的中国人必须取得签证，不过可以在指定到达机场办理落地签 (滞留 30 日以内 US\$25)。护照的剩余有效期必须 6 个月以上。
- **时差** 巴厘与中国没有时差。
- **语言** 通用语言是印度尼西亚语。在巴厘岛的度假村区域，英语也广泛使用。
- **小费** 基本上没有小费的习惯，如果享受到好的服务全凭心情给予小费。
- **安全** 在观光地区的外币兑换处，发生过少支付现金的纠纷。另外，请注意在库塔和雷吉安等有骑摩托车抢劫的情况。
- **饮水** 不建议饮用自来水。可以在超市和便利店购买矿泉水。在一些高级酒店会准备免费的饮用水。
- **气候** 大体上 5~10 月是干季，11 月~次年 4 月是雨季。干季是旅行的季节。
- **风俗和禁忌** 进入巴厘岛的寺院，必须围纱笼 (sarong, 贴身裙) 和腰带 (Selendang)。另外，在巴厘岛新年的宁静日 (nyepi)，禁止外出和使用火。
- **关于厕所** 打听卫生间的时候用“洗手间 (kamar kecil)”和“厕所 (Toilet)”。乡村中没有公共厕所，可以利用餐厅和快餐店的。

★巴厘岛北部

是风景秀丽的巴杜尔湖 (Barur) 和布拉坦湖 (Bratan) 所在的高原地带。海岸线上的罗威那 (Lovina) 是观看海豚的胜地。



CHECK POINT 3

搜寻土特产!



购物指南
→ p.140

南部度假村地区的时尚专卖店很吸引人。即使在沙滩散步，餐厅进餐，都能发现令自己兴奋的衣服。搜寻下普通的巴厘岛日用品，顺便散步也不错。

★巴厘岛中部

在传统文艺和艺术的村庄乌布，能够更深刻地感受巴厘岛文化。有梯田和溪谷等丰富的自然景观。



★南部度假村地区

→ p.12 ~ 13

库塔和水明漾等，都是游客很多的地区。可以尽情享受购物和美食的乐趣。



CHECK POINT 4

品尝绝品美食，享受浪漫的气氛

美食指南
→ p.188



使用各种调味料和香草的印度尼西亚美食是度假中绝对的美味。另外，还有可以观赏夕阳的沙滩和绿意环绕的溪谷等，在巴厘岛可以任意挑选浪漫晚餐的地点!

★巴厘岛东部

有圣峰阿贡山 (Gunung Agung) 和布沙基庙 (Pura Besakih) 等巴厘的圣地。在八丹拜 (Padangbai) 和图兰奔 (Tulamben) 的潜水也很受欢迎。



CHECK POINT 5

深度游玩，巴厘岛体验方法



活动 & 巴厘文化
体验
→ p.92

可以参加漂流、自行车旅行、潜水的旅行团，融入富饶的大自然。另外，体验巴厘岛舞蹈和祭礼也是游览的亮点。如果时间充裕也可以去游览文艺村乌布。

搜寻适合您游览的区域！ 南部度假村指南



水明漾 & 克罗伯坎 Seminyak & Kerobokan

Map p.16 ~ 19

在宁静的沙滩和悠闲的田园风景中，散布着高级度假村。海平面上夕阳西下的美景世界闻名。

▶地区信息⇒ p.60



- ◆酒店 有很多面向情侣和夫妻的别墅
- ◆购物 时尚女装的丰富度在巴厘是 No.1
- ◆用餐 集中了受欢迎的晚餐餐厅
- ◆散步 沿着沙滩散步很舒服



库塔 & 雷吉安 Kuta & Legian

Map p.21 ~ 25

聚集了冲浪者和年轻人，洋溢着无国籍的欢乐氛围的区域。也有很多商店和夜总会，中心区域一直热闹到深夜。

▶地区信息⇒ p.62

- ◆酒店 从大型酒店到便宜的小旅馆有很多
- ◆购物 有很多大型商店和冲浪店
- ◆用餐 云集了很多价格适中的餐厅
- ◆散步 去沿海的步行道走走吧



旅行专题

TRAVEL TOPICS

●在飞机内填写《入境审查表》！乘坐印尼鹰航的飞机时，空乘人员会发放《入境审查表》。一般从中国起飞的飞机会有会中文的乘务员，有不懂的问题可以向其咨询。

●签证的延期手续 2010年，对于30天以内的短期滞留者的落地签证，在当地可以申请延期一次（30天）。手续在登巴萨 Denpasar 的出入境管理办公室办理。

●附加税（VAT）退还制度 持有外国护照的个人旅行者，在指定商店购物合计金额在500万印尼盾以上，可以申请退税。



印尼鹰航机内发放《入境审查表》



努拉莱机场（Ngurah Rai Airport）的VAT退还窗口

乌布 Ubud

Map p.30 ~ 35

保留着色彩浓郁的传统文，有美丽的溪谷和田园景观，在郊外建有最高级度假村。

▶地区信息⇒ p.70

- ◆酒店 在郊外散布着高级别墅
- ◆购物 有种类丰富的日用品店
- ◆用餐 有很多乡土小吃店
- ◆散步 漫步王宫和市场所在的中心地区



沙努尔 Sanur

Map p.28 ~ 29

在平静的气氛中很多受回头客欢迎的老字号度假村。村庄和度假村很好地融合，可以享受独特心情。

▶地区信息⇒ p.68

- ◆酒店 有很多价格适中的中档酒店
- ◆购物 有可爱的装饰品店
- ◆用餐 有各种美食和咖啡
- ◆散步 洋溢着古老的气氛



金巴兰 Jimbaran

Map p.20

风平浪静的海滩上，散布着巴厘岛代表性的高级度假村。保留着朴素氛围的渔村，也使人感觉很好。

▶地区信息⇒ p.64

- ◆酒店 受人注目的高级度假村闪亮登场
- ◆购物 商店离中心地区不远
- ◆用餐 海鲜摊位上有各种特产
- ◆散步 愉快地走在海滨和小巷胡同中



努沙杜瓦 & 伯诺阿 Nusa Dua & Benoa

Map p.26 ~ 27

遍布着沿海滩建造的世界闻名的大型酒店，是巴厘岛首屈一指的高级酒店区。伯诺阿畔有各种海上运动设施。

▶地区信息⇒ p.66

- ◆酒店 大型酒店的入住率很高
- ◆购物 有受欢迎的巴厘岛珍藏品
- ◆用餐 酒店内有很多高级餐厅
- ◆散步 沿着沙滩上的步行道散步



乘坐出租车所需时间 & 收费



※地图中所需时间以及收费为大概参考，根据道路状况等会发生改变。
 ※本书调查时，计程出租车的起步价是Rp.5000，之后每1公里收费Rp.4500。
 从南部度假区区域各地去往乌布等地，单程的话很多时候会加收计价器显示价格的30%（需要事先协商）。



