



给力呈献
最新超值版

第一次游东南亚就精彩 微旅行，随时发生！
有了“深度游”，再也不用担心你的旅行了

➤超Easy!

4种方式教你在东南亚这样玩

➤超经典!

10大耍家重磅推荐热门地

➤超火爆!

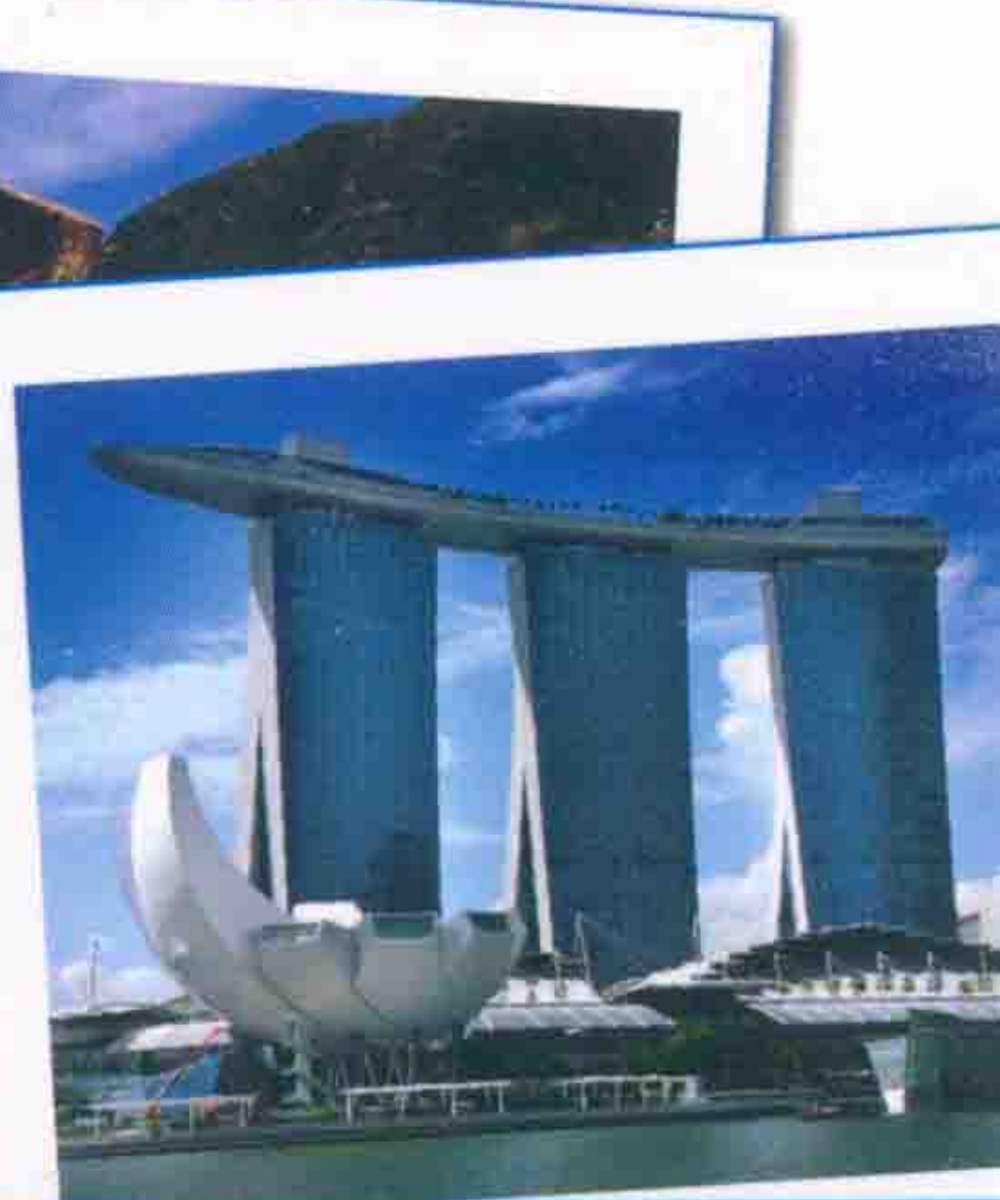
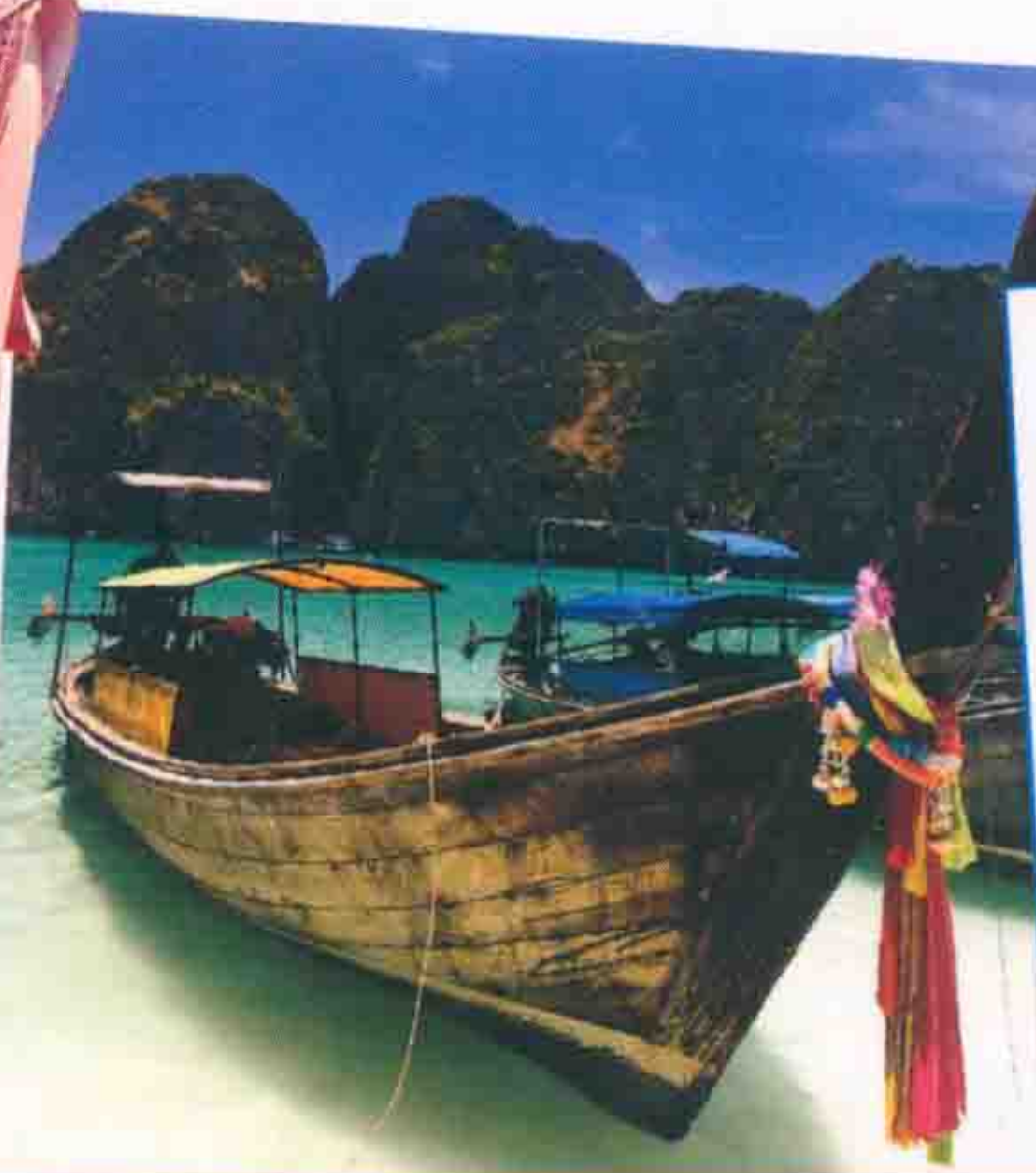
11个东南亚热门国家High不停

东南亚

深度游

Follow Me

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

东南亚深度游

践行有态度的旅行

Follow Me

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



图书在版编目(CIP)数据

东南亚深度游 Follow Me/《亲历者》编辑部编著. —北京:中国铁道出版社, 2014.1

(亲历者)

ISBN 978-7-113-17589-4

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 (2013) 第256894号

书 名: 东南亚深度游 Follow Me

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 凌遵斌

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 薄 静

责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮码: 100054)

印 刷: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂印刷

版 次: 2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

开 本: 720mm×880mm 1/16 印张: 21 插页: 1 字数: 350千字

书 号: ISBN 978-7-113-17589-4

定 价: 58.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道出版社的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部联系调换。

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

A 10大耍家“微东南亚”



戴学军 性别：男 职业：公务员
曼谷大皇宫内各式建筑的塔尖给我留下很深刻的印象，那些塔尖的颜色完全不同于中国庙宇深藏古朴的砖红色，它们以金色为主，辅以红、蓝、绿、黄等颜色，色彩绚烂，金碧辉煌。

张纬 性别：男 职业：IT白领
泰国给我印象最深的当地人友好的态度。小餐厅的老板会用蹩脚的中文为我们介绍菜品，“马杀鸡”店的老板娘会和我们一边聊天一边看邓丽君的演唱会，在问路的时候路边的行人都会好心的为我们指路……

菲菲 性别：女 职业：广告策划
在马来西亚，我走过吉隆坡、马六甲、槟城等城市，看过双子塔、荷兰红屋、槟榔山、珍南海滨等美景，吃过娘惹菜、海南鸡饭等美食。这一段时间过的悠哉惬意，都不想离开了。

乐美 性别：女 职业：设计师
马来西亚的槟城有很多华人，在那里游玩的时候，有时会忘掉自己身在异国，因为那里有浓厚的中国风情。

寸头 性别：男 职业：建筑师
初次来到新加坡给我的感觉是空气清新，环境优美，不愧为清爽的都市后花园，在这里无论向谁寻问路都十分热情、耐心！美食丰富有滋有味，也是快乐购物的天堂！

李茜 性别：女 职业：模特
我对胡志明的印象还不错，那些不大的法式建筑却很精致，让人看不够，其建筑的颜色有黄色、粉色，让人温暖，也别有一番风情。

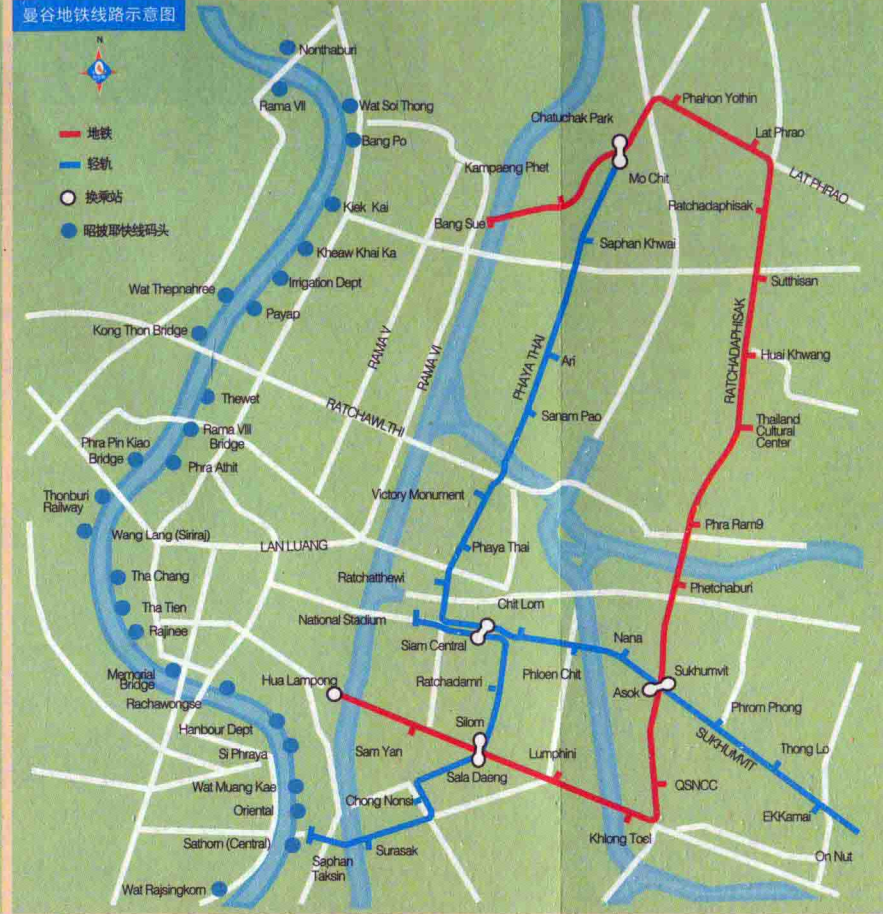
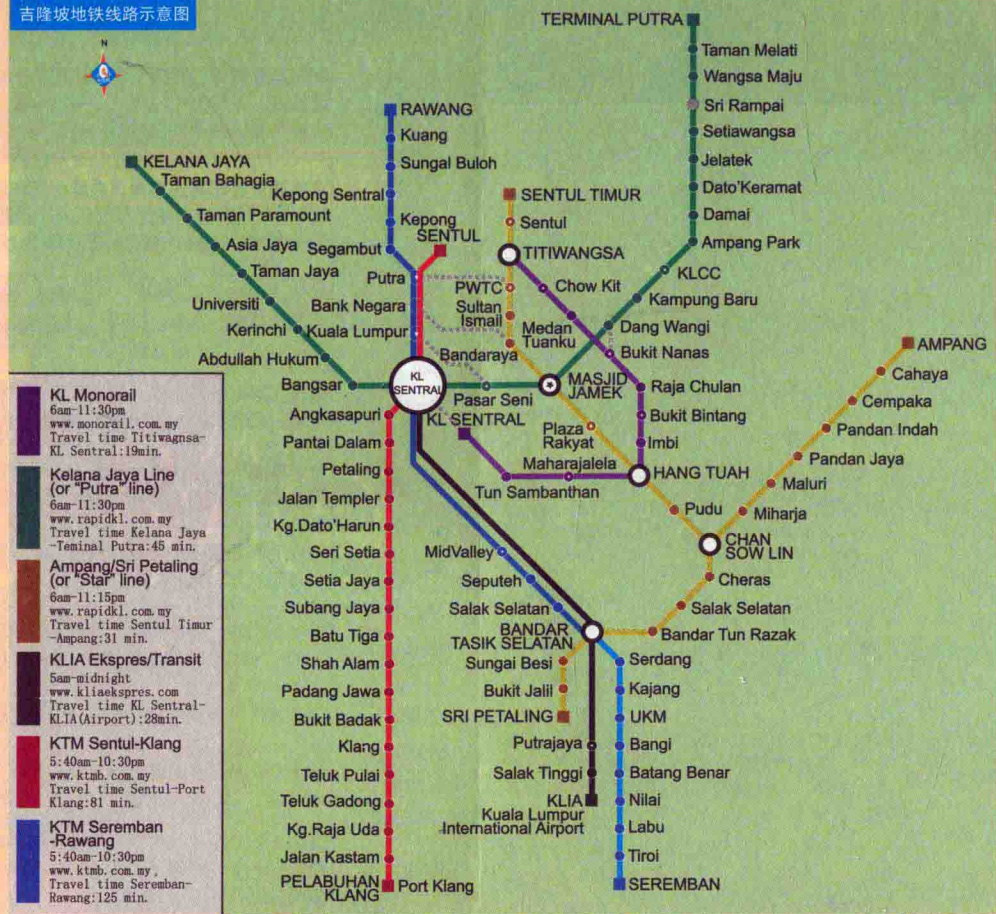
梅梅 性别：女 职业：咨询师
去年就开始计划的东南亚之行，到今天终于完成了。我觉得吴哥窟、吉隆坡、曼谷、文莱、新加坡都不错。虽然东南亚之行结束了，但我的旅行生涯还没有结束，我要继续前行。

童书 性别：男 职业：摄影师
菲律宾长滩岛有看不够的美景，尝不完的美食。乘坐当地特色的嘟嘟车、螃蟹船，去海钓、深潜，坐在帆船上放歌，面对大海做SPA……

子涵 性别：女 职业：医生
特别怀念在巴厘岛的日子：白天在泳池游泳，在沙滩上晒太阳，在海边儿看落日。晚上在洋人街吃烤龙虾，然后去做SPA，最后听着海浪声入眠。

陈飞 性别：男 职业：记者
踏上吴哥那片土地时，便能感受到千年前的繁华和岁月留下的深深痕迹。这是一座被岁月蒙上面纱的宫殿，无论多少过客来探究，它们始终保持朴实之美，并且在暮起幕落中屹立成永恒！

东南亚深度游Follow Me



B 东南亚旅游7问7答



去东南亚旅行需要准备什么药物？
东南亚地处热带，全年气温偏高，但在飞机、酒店、餐厅及车辆等公共场合冷气又过于充足，冷热交替容易感冒。其次，东南亚海鲜比较多，在吃海鲜时不要喝冰水，容易坏肚子。此外，旅行途中难免有磕碰、坐车晕车、蚊虫叮咬等情况，所以应该带上如感冒通、晕车药、创可贴、胃药、驱蚊药等。

在东南亚旅游的时候要注意些什么细节问题？
去东南亚国家旅行，有很多细节问题需要注意，如在泰国，不能摸小孩，进入寺庙要脱鞋，女士见僧人要避让，游览大皇宫时女士不能穿短裙和凉鞋。在新加坡不要随地吐痰、乱扔杂物，否则会被罚款。到饭店后，记得拿饭店的名片，上面有饭店的联系电话和地址，以备迷路好找酒店。

在东南亚住宿要注意什么？
东南亚星级酒店在房间内都有安装收费电视，一般有PAY或P字样的绿色按键，一定要看清楚了，因为键按下去，可能就会收取一定的费用。冰箱里面的东西用过多数也要付费，但一般有两瓶带标签的矿泉水是免费的。

此外，东南亚的酒店出于环保原因，无论星级，均须自备牙刷、牙膏、拖鞋、电吹风筒等个人生活用品；酒店一般都备有游泳池，也要自带泳衣等用具。至于贵重物品，放在总台保险柜比放在房间里保险。

东南亚旅游小心蚊虫叮咬？
去东南亚旅行，很难避免被蚊虫叮咬，被蚊虫叮咬后，可能会不小心得上登革热。传播登革热的主要是一种学名叫“白纹伊蚊”的蚊子，就是我们俗称的“花蚊子”，身上和足上有黑白相间的花纹。白纹伊蚊喜欢栖息在室外，一天中叮咬人的高峰时段约在日出后两小时及日落前两小时。

为了防止蚊虫叮咬，在户外活动时别喷香水；外出活动，记得在身体裸露部位喷洒驱蚊水，如果是去野外，最好穿长袖衣和长裤，适时用蚊香；出现发热、头痛、关节痛等症状，要及时在当地就医。

去东南亚旅行，需要在国内办好哪些国家的签证？
如果整个东南亚都走一遍的话，越南、新加坡和文莱的签证是必须提前办的，菲律宾签证如果你没有发达国家签证也是要提前办的，其他国家可以不提前办签证。不过，为了避免突发情况发生，或者到了目的国家的机场后不能办理落地签证，最好是提前在国内办好你所要去国家的签证。

东南亚旅游，需要付小费吗？
东南亚的有些国家会收取小费，比如泰国就有给小费的习惯。在泰国，做SPA时，或酒店服务生帮你提行李、送开水到房间、帮你打扫房间均要付小费，一般为20泰铢。但新加坡与马来西亚都没有付小费的习惯。

去东南亚需要带插头转换器吗？
吉隆坡和新加坡均是英式插座，巴厘岛是德标插座（双圆孔插座）。一般手机和平板充电等小功率电器可以买个万能插头，但若使用电热杯等大功率电器建议用专用各国标准转换插头。

东南亚美食		
国家	美食	特色
泰国	冬阴功汤	泰国“国汤”，以虾、蟹、鸡肉、猪肉为原料烹饪而成的酸辣汤，味道鲜美
印度尼西亚	杂拌什锦菜	印度尼西亚风味的沙拉，用新鲜的高丽菜、小黄瓜、豆芽，加上蛋、油豆腐、虾片，淋上微辣的花生酱汁制作而成，清爽开胃
柬埔寨	空心菜	是柬埔寨最珍贵蔬菜之一，富含维生素。在炒空心菜时，用美味的蚝油，能使其味道更加美味
马来西亚	沙嗲	南洋风味的烧肉串。肉串在烧烤时抹上由花生酱、椰酱、幼虾等调制而成酱料，香醇无比
越南	越南河粉	越南人最爱的美食。河粉的特点是白、韧、细，将米粉在开水中烫熟后，加入牛肉、鸡肉，再搭配葱丝、红辣椒、青柠檬汁等调味料做成，味道非常鲜美
菲律宾	烤乳猪	用一整只猪来做的，把内脏掏干净以后填入香蕉叶和其他一些香料，然后在炭火上慢烤。这样烤制的乳猪皮更脆，油脂更少，鲜嫩无比
新加坡	辣椒螃蟹	烹制辣蟹通常是以鲜活青蟹为主，烹饪时加上辣椒和番茄酱等酱汁，香辣中带着微甜的可口滋味

中国驻东南亚各国的大使馆				
国家	使馆名称	地址	电话	对外办公时间
泰国	中国驻泰国王国大使馆	57 Rachadapisake Road,Bangkok	02-245-0088	周一至周五9:00 ~ 17:00
马来西亚	中国驻马来西亚大使馆	马来西亚吉隆坡市安邦路229号	03-2142-8495	全天
新加坡	中国驻新加坡共和国大使馆	新加坡东陵路150号	065-6418-0249	周一至周五9:00 ~ 12:00, 15:00 ~ 16:00
越南	中国驻越南社会主义共和国大使馆	46 Hoang Dieu Road,Hanoi	04-3845-3736	周一至周五8:30 ~ 11:30
印度尼西亚	中国驻印度尼西亚共和国大使馆	Jl. Mega Kuningan No.2, Jakarta	021-576-1037	周一至周五8:30 ~ 12:00, 14:00 ~ 17:00
柬埔寨	中国驻柬埔寨王国大使馆	No.156,Mao Tse Toung Blud,Phnom Penh	023-1290-1923	—
缅甸	中国驻缅甸联邦共和国大使馆	NO.1, Pyidaungsu Yeiktha Road, Dagon Township, Yangon	01-221-280	周一至周五 8:00 ~ 11:30, 14:00 ~ 16:30
老挝	中国驻老挝人民民主共和国大使馆	Wat Nak Road, Sisattanak,Vientiane,Lao P.D.R	021-315-100	周一至周五8:00 ~ 11:30, 14:00 ~ 17:00
菲律宾	中国驻菲律宾共和国大使馆	1235 Acacia Street, Dasmarinas Villige Makati City,Metro Manila	02-887-7726	周一至周五9:00 ~ 11:00, 14:00 ~ 16:00
文莱	中国驻文莱达鲁萨兰国大使馆	No.1, Simpang 462, Kampong Sungai Hanching, Jalan Muara, Bandar Seri Begawan	073-233-9609	周一至周五8:30 ~ 12:00及 14:00 ~ 17:00
东帝汶	中国驻东帝汶民主共和国大使馆	Av. de Portugal, Praia dos Coqueiros, Dili	0670-7746-1209/332-5163	周一11:00 ~ 12:00, 周二至周五9:00 ~ 12:00

东南亚国家国际电话区号			
国家	电话区号	国家	电话区号
泰国	066	老挝	0856
马来西亚	060	文莱	0673
新加坡	065	菲律宾	063
越南	084	缅甸	095
柬埔寨	0855	东帝汶	0670
印度尼西亚	062	—	—



东南亚节日

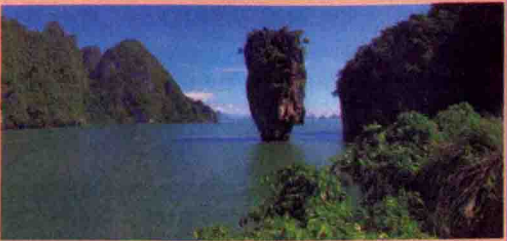
时间	节日	概况
※1月1日	※元旦	※世界范围内的法定节日
※1月底或者2月初	※春节	※春节在农历正月初一，在越南全境和整个东南亚的华人社区都会举行
※4月12日	※泼水节（泰国春节、情人节）	※泼水节又称“宋干节”，是泰国、老挝、缅甸、柬埔寨等国家的重要节日。届时当地的民众则会举行各种泼水庆祝活动
※5月月圆之日	※卫塞节（佛教节日）	※卫塞节是佛陀出生、成道觉悟、逝世的一天。在泰国、老挝等佛教兴盛的国家会举办唱颂祈祷仪式和点烛活动等
※5月14日至15日	※菲律宾水牛节	※古老的水牛节源于对丰产神的崇拜。在菲律宾的奎松省和黎刹省举行以庆祝丰收。水牛是农民使役的主要牧畜，因此农民对水牛有着深厚的感情
※11月份	※泰国水灯节	※是泰国的传统节日，每逢水灯节的夜晚，无论是城市或在乡镇，只要是濒临河港或湖边的地方，水面上都会飘满水灯，闪亮着一片烛光，辉映着青年男女们双双的幸福观影，还有“放水灯”之歌
※7月	※新加坡百鸟争鸣节	※新加坡传统节日，节日期间，家家户户都把自己饲养的最好的鸟拿出来参加比赛。画眉、夜莺、白眼圈鸟和长尾鸟等聚首斗歌，场面动人
※7月	※马来西亚花卉节	※为期一周的庆典，有壮丽的花车游行。伴随着花车的还有乐队、马队和舞蹈团，为观众献上精彩的表演
※五月的最后一个星期日	※菲律宾五月花节	※少女会穿上白色缀满鲜花的长袍，跟随在圣母像之后，举行圣母像大游行
※10月至11月	※柬埔寨送水节	※王宫周围、湄公河畔张灯结彩，金边市民放假3天。在王宫广场前的湄公河上会举行龙舟大赛
※11月1日	※菲律宾万圣节	※为纪念已经逝去的亲人，一家人会到墓园去献鲜花和蜡烛，并通宵守夜
※佛历六月下弦四日	※柬埔寨御耕节	※节日的前两天傍晚要在圣田周围举行祭火仪式。仪式上的男女主持人分别称为马克王和梅霍，参拜湿婆像后，由马克王扶犁在前，梅霍在后播种。耕完3圈后把马克王的牛牵到国王的观礼台前，如果牛吃摆在桌上的庄稼，就表示丰收

东南亚国家气候特点

国家	气候状况
泰国	泰国地处热带，绝大部分地区属热带季风气候，终年炎热，全年温差不大，可谓“四季如夏”。3~5月气温最高，平均32℃~38℃，称为“热季”，空气干燥；6~10月下旬，此为“雨季”，全年有85%的雨量集中在雨季，月平均温度维持在27℃~28℃
马来西亚	马来西亚终年高温多雨，内地山区年均气温22℃~28℃，沿海平原年均气温25℃~30℃，年温差一般不超过5℃。气温日变化比年变化大，日较差可达10℃~15℃。但日最高气温很少超过35℃，日最低气温很少低于20℃。年降水量可达2000毫米以上，季节分配均匀，无干早期
新加坡	新加坡属热带雨林气候，气温湿热，日温差和年温差极小，月平均气温24℃~27℃，年降雨量2400毫米，没有台风的袭扰。通常10:00~15:00这段时间内比较闷热，气温在35℃左右；夜晚和清晨在海风的吹拂下，气温降至20℃上下，十分凉爽
越南	越南属热带季风地区，各地气候颇不相同，但总的特点是气温高，湿度大，风雨多。越南的气候分为雨季和旱季，每年5~10月为雨季，降雨量约占全年降雨量的80%；11月至次年4月为旱季
柬埔寨	柬埔寨属于热带季风性气候，分雨季和旱季。雨季是5~10月，约占年降雨量的75%，雨季的高峰期是7~9月。旱季为10月至次年的4月，11月和1月相当凉，最高气温在20℃上下
印度尼西亚	印度尼西亚属于热带雨林气候，全年高温多雨降水平均。年平均气温在28℃左右。每年4~10月降水较少11月至次年3月降水最多
老挝	老挝属热带、亚热带季风气候，年平均气温约26℃年，全年可分为雨季和旱季。5~10月为雨季，气温在25℃~30℃，空气湿度接近100%。11月至次年4月为旱季。4~6月份很热，平均气温达到35℃
文莱	文莱属热带雨林气候。全年分旱季（5~8月）和雨季（11月至次年4月）。全年平均气温22℃~31℃
菲律宾	菲律宾属季风型热带雨林气候，高温多雨，湿度大。月平均气温24℃~28℃，年雨量2000~3500毫米。年均气温27℃，年降水量2000~3000毫米
缅甸	缅甸大部地区属热带季风气候，年平均气温27℃。1月为全年气温最低月份。平均气温为20℃以上；4月是最热月，平均气温30℃左右。6~9月是雨季，降雨量因地而异，内陆干燥区500~1000毫米，山地和沿海多雨区3000~5000毫米
东帝汶	东帝汶境内多山，平原、谷地属热带草原气候，其他地区为热带雨林气候。天气炎热，潮湿，有雨季和旱季之分

到东南亚要做的10件事情

- ◆1.观赏东南亚各具特色的佛教寺庙；
- ◆2.在大小海滩的海滩上，享受日光浴；
- ◆3.逛夜市，品尝美食，购买特色工艺品；
- ◆4.做一次SPA，无论是泰式的，还是菲式的；
- ◆5.骑一回大象，穿行在热带丛林里；
- ◆6.去泰国欣赏一次人妖秀；
- ◆7.去印度尼西亚、菲律宾远望浓烟滚滚的活火山；
- ◆8.登上迷人的海岛，来一次浮潜；
- ◆9.在吴哥窟的巴肯山上，观赏落日；
- ◆10.逛东南亚各大城市的唐人街，感受不一样的中国风情。





目录

contents

Part 1 031-051

东南亚旅行必备的N个锦囊

行前锦囊 1

出入东南亚的4个技巧/032

交通锦囊 2

行在东南亚的6大方法/038

住宿锦囊 3

住在东南亚的5大选择/041

吃喝锦囊 4

吃在东南亚的4个诀窍/044

购物锦囊 5

购在东南亚的4种攻略/046

应急锦囊 6

应对突发情况的8大措施/048

导读 011-029

A 东南亚经典游：超级耍家这样玩

“败”家团——6天5夜扫货行 / 012

观光游——9天8夜深度游 / 014

亲子行——7天6夜乐不停 / 018

情侣游——7天6夜私密行 / 021

B 东南亚旅游TOP榜：顶级畅游抢鲜看

东南亚最美的10大海滩 / 024

东南亚最著名的10大寺庙 / 027



Part 2 053-097

泰国深度游

国家印象：未到先知游泰国/054-055

行程安排：5天4夜自由行/056-057

■ Day1: 曼谷大皇宫

■ Night1: 曼谷河岸观光夜市

■ Day2: 清迈

■ Night2: 清迈夜市

■ Day3: 芭堤雅海滩

■ Night3: 芭堤雅四方水上市场

■ Day4: 普吉岛

■ Night4: 神仙半岛

■ Day5: 皇帝岛

必游景点：玩遍泰国跟我走/058-083

曼谷大皇宫/058

四面佛/062

清迈/066

芭堤雅海滩/071

普吉岛/075

泰国海岛风光/080

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 084-097

“吃货们”在哪扎堆儿 / 084

安逸的住宿地哪里找 / 089

想去哪里就去哪里 / 091

扫货攻略一看便知 / 095



Part 3 099-143

马来西亚深度游

国家印象：未到先知游马来西亚 / 100-101

行程安排：5天4夜自由行/102-104

■ Day1: 苏丹阿都沙末大厦&双子塔楼

■ Night1: 吉隆坡塔

■ Day2: 马来西亚王宫&国家清真寺

■ Night2: 茨厂街

■ Day3: 马六甲

■ Night3: 鸡场街

■ Day4: 槟城

■ Night4: 前往兰卡威

■ Day5: 珍南海滨

必游景点：玩遍马来西亚跟我走/106-132

双子塔楼/106

国家清真寺/112

马六甲/116

槟城/122

东姑阿都拉曼国家公园/127

槟城海滨风光/130

游玩资讯：吃住行购全囊括/133-143

“吃货们”在哪扎堆儿/133

安逸的住宿地哪里找/137

想去哪里就去哪里/139

扫货攻略一看便知/142

Part 4 145-169

新加坡深度游

国家印象：未到先知游新加坡 / 146

行程安排：3天2夜自由行 / 147

■ Day1：鱼尾狮像&乌节路

■ Night1：珊顿大道

■ Day2：牛车水&小印度

■ Night2：东海岸公园

■ Day3：圣淘沙

必游景点：玩遍新加坡跟我走 / 148-156

鱼尾狮像 / 148

圣淘沙 / 152

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 157-168

“吃货们”在哪扎堆儿 / 157

安逸的住宿地哪里找 / 161

想去哪里就去哪里 / 163

扫货攻略一看便知 / 166



Part 5 171-205

越南深度游

国家印象：未到先知游越南 / 172

行程安排：5天4夜自由行 / 173-174

■ Day1：河内

■ Night1：三十六行街

■ Day2：下龙湾

■ Night2：前往顺化

■ Day3：顺化

■ Night3：顺化皇城夜景

■ Day4：胡志明市

■ Night4：头顿海滩

■ Day5：湄公河&古芝地道

必游景点：玩遍越南跟我走 / 176-191

河内 / 176

胡志明市 / 182

湄公河 / 187

顺化皇城 / 189

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 192-204

“吃货们”在哪扎堆儿 / 192

安逸的住宿地哪里找 / 196

想去哪里就去哪里 / 198

扫货攻略一看便知 / 203

Part 6 207-241

印度尼西亚深度游

国家印象：未到先知游印度尼西亚 / 208

行程安排：5天4夜自由行 / 209-210

■ Day1: 独立广场&中央博物馆

■ Night1: 拉拉东朗餐厅

■ Day2: 拉古南动物园&印度尼西亚缩影公园

■ Night2: 史纳延购物城

■ Day3: 布罗莫火山

■ Night3: 去往巴厘岛

■ Day4: 库塔海滩&乌鲁瓦图断崖

■ Night4: 海神庙

■ Day5: 婆罗浮屠

必游景点：玩遍印度尼西亚跟我走 / 212-230

独立广场 / 212

海神庙 / 217

万隆会议纪念馆 / 221

婆罗浮屠 / 224

库塔海滩 / 228

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 231-241

“吃货们”在哪扎堆儿 / 231

安逸的住宿地哪里找 / 235

想去哪里就去哪里 / 237

扫货攻略一看便知 / 240



Part 7 243-275

菲律宾深度游

国家印象：未到先知游菲律宾 / 244

行程安排：3天2夜自由行 / 245

■ Day1: 西班牙王城

■ Night1: Dads

■ Day2: 长滩岛

■ Night2: 海边烧烤&菲式SPA

■ Day3: 宿雾

必游景点：玩遍菲律宾跟我走 / 246-265

马尼拉 / 246

达雅台 / 251

圣佩特罗古堡 / 255

巧克力山 / 258

长滩岛 / 262

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 266-274

“吃货们”在哪扎堆儿 / 266

安逸的住宿地哪里找 / 270

想去哪里就去哪里 / 272

扫货攻略一看便知 / 274

Part 8 277-309

柬埔寨深度游

国家印象：未到先知游柬埔寨 / 278

行程安排：3天2夜自由行 / 279

■ Day1: 金边

■ Night1: 金边中央市场

- Day2: 西哈努克
- Night2: 海滩日落
- Day3: 吴哥窟

必游景点: 玩遍柬埔寨跟我走 / 280-299

金边王宫/280

吴哥窟/285

圣剑寺/290

洞里萨湖/294

胜利海滩/297

游玩资讯: 吃住行购全囊括 / 300-308

“吃货们”在哪扎堆儿/300

安逸的住宿地哪里找/304

想去哪里就去哪里/306

扫货攻略一看便知/308

Part 9 311-335

东南亚其他景点深度游

必游景点: 玩遍东南亚其他景点跟我走 / 312-334

瑞光大金塔/312

阿南达寺/316

曼德勒山/319

塔銓寺 /322

香通寺 /326

水晶公园 /330

帝力 /333



东南亚深度游

践行有态度的旅行

Follow Me

《亲历者》编辑部 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



图书在版编目(CIP)数据

东南亚深度游 Follow Me/《亲历者》编辑部编著. —北京: 中国铁道出版社, 2014.1

(亲历者)

ISBN 978-7-113-17589-4

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 (2013) 第256894号

书 名: 东南亚深度游 Follow Me

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 凌遵斌

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 薄 静

责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮码: 100054)

印 刷: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂印刷

版 次: 2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

开 本: 720mm×880mm 1/16 印张: 21 插页: 1 字数: 350千字

书 号: ISBN 978-7-113-17589-4

定 价: 58.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道出版社的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部联系调换。

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

前言



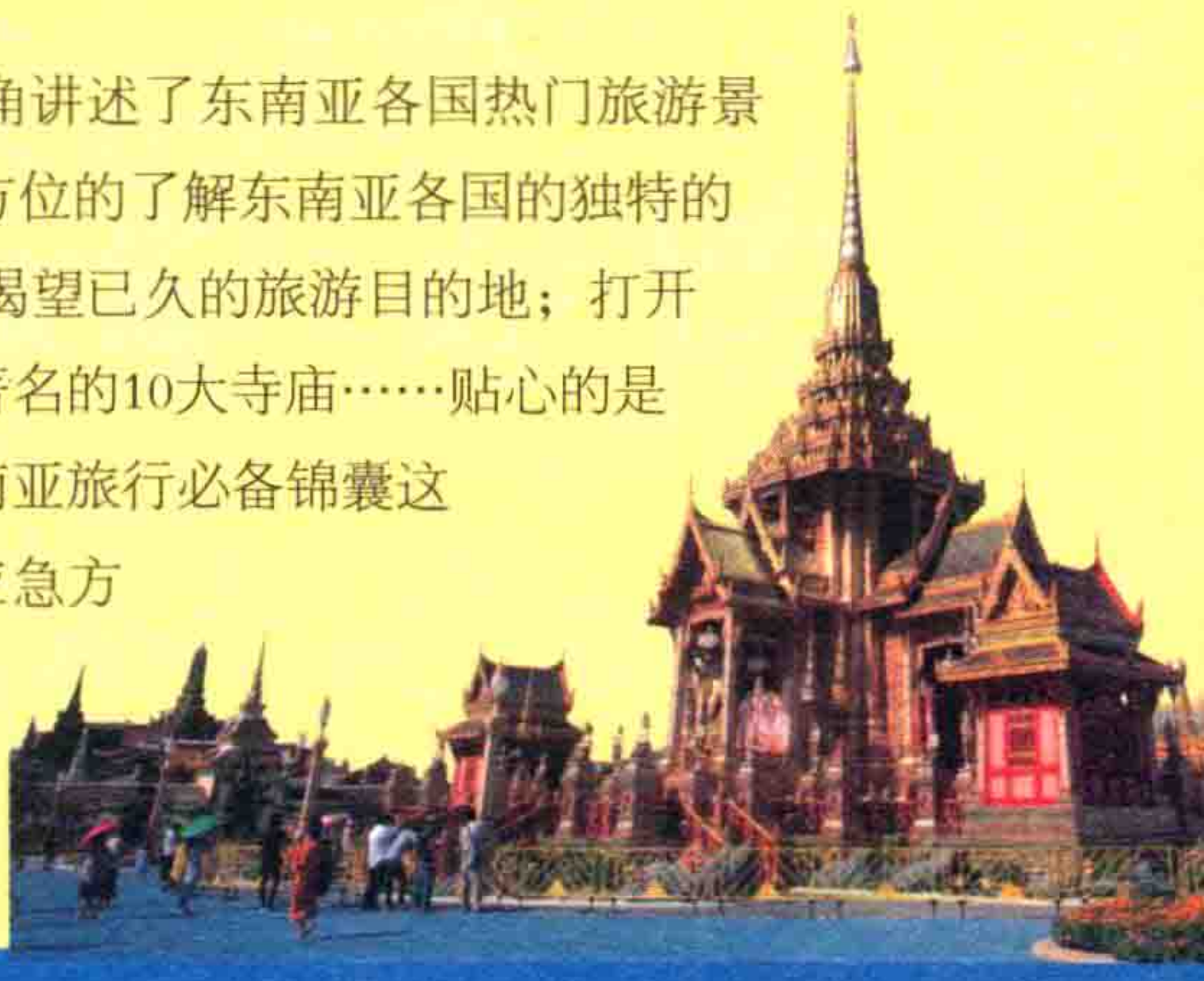
提起东南亚，你首先会想到什么：新马泰、沙滩、岛屿、海滨度假村、SPA、佛寺、热带雨林、火山、娘惹菜、夜市……或许一千个人心中就有一千个不同的东南亚。但我们对于东南亚的印象大多数只是停留在只言片语的认识中。当我们真正周游在东南亚国家的时候，才发现我们对它们的了解真是太少太少了。

我们知道东南亚有众多漂亮的海滨风光，如泰国的芭堤雅、普吉岛，马来西亚的兰卡威，印度尼西亚的巴厘岛，菲律宾的长滩岛……都有着迷人的沙滩、海水和椰林。可是我们当中又有多少人知道：芭堤雅除了海滨风光之外，还有屹立在海边的全柚木结构建筑真理寺；普吉岛附近的皇帝岛、皮皮岛、神仙半岛有与普吉岛一样美丽的海景；兰卡威最为著名的海景位于珍南海滨上；世界著名的活火山——阿贡火山在巴厘岛上，菲律宾的长滩岛有大片珊瑚磨碎后形成的白沙滩……

我们或许都知道东南亚有世界文化遗产吴哥窟、金碧辉煌的曼谷大皇宫、高耸入云的马来西亚双子塔楼，但是否知道印度尼西亚的婆罗浮屠与柬埔寨吴哥窟、中国长城、埃及金字塔并称为“古代东方四大奇迹”；是否知道金光闪闪的瑞光大金塔；是否知道在佛寺遍布的东南亚，有着马来西亚人建造的宏伟的国家清真寺；是否知道号称“世界最大的游乐园”——水晶公园就在文莱；是否知道深受中国文化影响的越南，有座精美的“小故宫”——顺化皇城。

你难道没有兴趣去探寻东南亚这些美好有趣的事物吗？如果你也同我这般迷恋东南亚的海滨风光，向往东南亚的古寺古庙，想感受东南亚的热带风情，那就拿起这本书，开始属于你的东南亚之旅吧！

《东南亚深度游Follow Me》一书以亲历者的视角讲述了东南亚各国热门旅游景点，系统地搜罗了东南亚各国著名的旅游圈，让你全方位的了解东南亚各国的独特的文化，更深入的体验东南亚。翻开本书，你会找到你渴望已久的旅游目的地；打开目录，你会发现这里囊括了东南亚10大最美海滩、最著名的10大寺庙……贴心的是本书还为亲子行、情侣游提供了最佳的旅游地；在东南亚旅行必备锦囊这一块，我们还为游客提供了吃住行购以及旅行中的应急方法，为你的东南亚旅行提供最方便最有建设性的攻略；不容忽视的是本书在叙述景点、餐厅后面还附加了旅游达人最切身的体会——微印象。





目录

contents

Part 1 031-051

东南亚旅行必备的N个锦囊

行前锦囊 1

出入东南亚的4个技巧/032

交通锦囊 2

行在东南亚的6大方法/038

住宿锦囊 3

住在东南亚的5大选择/041

吃喝锦囊 4

吃在东南亚的4个诀窍/044

购物锦囊 5

购在东南亚的4种攻略/046

应急锦囊 6

应对突发情况的8大措施/048

导读 011-029

A 东南亚经典游：超级耍家这样玩

“败”家团——6天5夜扫货行 / 012

观光游——9天8夜深度游 / 014

亲子行——7天6夜乐不停 / 018

情侣游——7天6夜私密行 / 021

B 东南亚旅游TOP榜：顶级畅游抢鲜看

东南亚最美的10大海滩 / 024

东南亚最著名的10大寺庙 / 027



Part 2 053-097

泰国深度游

国家印象：未到先知游泰国/054-055

行程安排：5天4夜自由行/056-057

■ Day1: 曼谷大皇宫

■ Night1: 曼谷河岸观光夜市

■ Day2: 清迈

■ Night2: 清迈夜市

■ Day3: 芭堤雅海滩

■ Night3: 芭堤雅四方水上市场

■ Day4: 普吉岛

■ Night4: 神仙半岛

■ Day5: 皇帝岛

必游景点：玩遍泰国跟我走/058-083

曼谷大皇宫/058

四面佛/062

清迈/066

芭堤雅海滩/071

普吉岛/075

泰国海岛风光/080

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 084-097

“吃货们”在哪扎堆儿 / 084

安逸的住宿地哪里找 / 089

想去哪里就去哪里 / 091

扫货攻略一看便知 / 095



Part 3 099-143

马来西亚深度游

国家印象：未到先知游马来西亚 / 100-101

行程安排：5天4夜自由行/102-104

■ Day1: 苏丹阿都沙末大厦&双子塔楼

■ Night1: 吉隆坡塔

■ Day2: 马来西亚王宫&国家清真寺

■ Night2: 茨厂街

■ Day3: 马六甲

■ Night3: 鸡场街

■ Day4: 槟城

■ Night4: 前往兰卡威

■ Day5: 珍南海滨

必游景点：玩遍马来西亚跟我走/106-132

双子塔楼/106

国家清真寺/112

马六甲/116

槟城/122

东姑阿都拉曼国家公园/127

槟城海滨风光/130

游玩资讯：吃住行购全囊括/133-143

“吃货们”在哪扎堆儿/133

安逸的住宿地哪里找/137

想去哪里就去哪里/139

扫货攻略一看便知/142

Part 4 145-169

新加坡深度游

国家印象：未到先知游新加坡 / 146

行程安排：3天2夜自由行 / 147

■ Day1：鱼尾狮像&乌节路

■ Night1：珊顿大道

■ Day2：牛车水&小印度

■ Night2：东海岸公园

■ Day3：圣淘沙

必游景点：玩遍新加坡跟我走 / 148-156

鱼尾狮像 / 148

圣淘沙 / 152

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 157-168

“吃货们”在哪扎堆儿 / 157

安逸的住宿地哪里找 / 161

想去哪里就去哪里 / 163

扫货攻略一看便知 / 166



Part 5 171-205

越南深度游

国家印象：未到先知游越南 / 172

行程安排：5天4夜自由行 / 173-174

■ Day1：河内

■ Night1：三十六行街

■ Day2：下龙湾

■ Night2：前往顺化

■ Day3：顺化

■ Night3：顺化皇城夜景

■ Day4：胡志明市

■ Night4：头顿海滩

■ Day5：湄公河&古芝地道

必游景点：玩遍越南跟我走 / 176-191

河内 / 176

胡志明市 / 182

湄公河 / 187

顺化皇城 / 189

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 192-204

“吃货们”在哪扎堆儿 / 192

安逸的住宿地哪里找 / 196

想去哪里就去哪里 / 198

扫货攻略一看便知 / 203



Part 6 207-241

印度尼西亚深度游

国家印象：未到先知游印度尼西亚 / 208

行程安排：5天4夜自由行/209-210

■ Day1: 独立广场&中央博物馆

■ Night1: 拉拉东朗餐厅

■ Day2: 拉古南动物园&印度尼西亚缩影公园

■ Night2: 史纳延购物城

■ Day3: 布罗莫火山

■ Night3: 去往巴厘岛

■ Day4: 库塔海滩&乌鲁瓦图断崖

■ Night4: 海神庙

■ Day5: 婆罗浮屠

必游景点：玩遍印度尼西亚跟我走/212-230

独立广场/212

海神庙/217

万隆会议纪念馆/221

婆罗浮屠/224

库塔海滩/228

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 231-241

“吃货们”在哪扎堆儿/231

安逸的住宿地哪里找/235

想去哪里就去哪里/237

扫货攻略一看便知/240



Part 7 243-275

菲律宾深度游

国家印象：未到先知游菲律宾 / 244

行程安排：3天2夜自由行 / 245

■ Day1: 西班牙王城

■ Night1: Dads

■ Day2: 长滩岛

■ Night2: 海边烧烤&菲式SPA

■ Day3: 宿雾

必游景点：玩遍菲律宾跟我走 / 246-265

马尼拉/246

达雅台/251

圣佩特罗古堡/255

巧克力山/258

长滩岛/262

游玩资讯：吃住行购全囊括 / 266-274

“吃货们”在哪扎堆儿/266

安逸的住宿地哪里找/270

想去哪里就去哪里/272

扫货攻略一看便知/274

Part 8 277-309

柬埔寨深度游

国家印象：未到先知游柬埔寨 / 278

行程安排：3天2夜自由行 / 279

■ Day1: 金边

■ Night1: 金边中央市场