

KOH SAMUI 苏梅岛



骆驼书

48Hrs 玩转苏梅岛

Top3 大苏梅岛经典度假行程

帕岸岛 满月派对狂野之旅

安通国家公园 独木舟探险之旅

海岛系列
Islands Guide

guide.qunar.com

About Koh Samui

关于苏梅岛

01 关于苏梅岛

Before the Trip

行前计划

02 最优住宿推荐

05 最佳交通工具

Classic Koh Samui

经典苏梅岛

07 Top3 苏梅岛地区经典度假行程

12 48Hrs 吃喝玩乐玩转苏梅岛

Do's & Don'ts!

必备物品 & 注意事项

20 必备物品 & 注意事项

Explore Koh Samui

探索苏梅岛

21 沙滩狂的岛屿地图

22 帕岸岛 / 满月派对之旅

27 涛岛 / 潜入深海与珊瑚共舞

32 南缘岛 / 远离尘嚣做岛屿的主人

34 安通国家公园 / 独木舟探险之旅

版权声明 / 本攻略刊载的所有内容(包括但不限于文字、图片、图表、软件、程序、版面设计)的知识产权均属本网站或相关权利人所有。未经权利人书面许可,任何人不得引用、复制、转载、摘编或以其他方式使用上述内容或建立镜像。违反上述声明者,本网站将依法追究其法律责任。

Qunar 温馨提醒 / 本攻略信息仅供参考,去哪儿网并不对其准确性、适用性做任何明示或暗示的担保。由于季节、天气等自然或人为原因,景点信息(包括但不限于价格、产品行程等)有可能会不时发生变动,如有变动请以该景点官方最新公告为准,恕不另行通知。并请务必于出行前提前做好准备,以免造成您的出行不便。

苏梅岛,
被游客称为“最接近天堂的美丽海岛”,
拥有最丰富的岛屿度假旅程——
在苏梅岛欣赏绝美夕阳,
在帕岸岛参加世界知名电音派对,
在涛岛海域潜水,
在安通国家公园独木舟冒险……
与世隔绝的纯净海岛风光,
融合泰式与世界各地的美味料理,
带给人最完美的度假体验。
岛屿之美,尽在苏梅!



推荐苏梅岛必玩体验



【浪漫】

与阳光大海温暖相遇

或柔和或强烈的阳光，铺满大海与沙滩，整个岛屿让人有种原生态的感觉，像是一片未被开发的纯净之地，和热闹的曼谷与喧嚣的普吉岛有着不同的气质。有人说，安静的海滩、不甘寂寞的山、一块花布、一卷草席、一本闲书，就着 40°C 的高温，就是“苏梅式”的悠闲。在这个温柔纯净的海岛，你可以穿越那片海，在阳光下尽情放纵自己！



【动感】

畅享无与伦比的水上活动

距离苏梅岛半小时航程的涛岛是泰国最有名的潜水胜地，同时也是全世界发放潜水执照最多的地方，旅行途中顺便考一个潜水执照回去，也算是苏梅岛旅游的收获。此外，你还可以在安通国家公园划独木舟来趟不一样的探险之旅，近距离感受海水的温度。



【夜色】

在查文海滩过夜生活

岛上夜生活最丰富的要属查文海滩。白天安静的大街在夕阳落下后便仿佛被魔法点燃：琳琅满目的商店和满大街的摊贩，各种广告车在街头缓缓而过，杂耍人在餐厅外玩火招揽客人，这里有来自世界各地的美食，沙滩边小店内还可眺望海波与星光……



【享受】

体验完美的泰式 SPA

在苏梅岛上做 SPA 是一种绝顶享受——眼前是辽阔而平静的大海，空气中弥散着花的清香，脑海里是浪花舞动的样子，身体则完全浸泡在布满玫瑰花瓣的 SPA 池中。从 SPA 池子出来，还可以跳到白沙海滩上的 SPA 专用床上，再来一次纯正的推油。



【舒适】

宅酒店享受尊贵待遇

苏梅岛拥有各式或顶级或简易的酒店、客栈。宅在酒店，你可以依偎在窗边看迷人海景，还可以在酒店泳池舒展筋骨，扫去出海的疲惫，更可以享受当地特色的美食。日间休息放松，晚间纵情狂欢，这里可让你随心所欲，尽情享受属于自己的奢华。



Smart
Traveller
聪明旅行家



小王子 / 本名邱明宪

期许自己如同小王子一样到处游历，开阔眼界。小王子本业是网页设计，后来一脚踏进旅游业并考取了国际领队执照。领团去岛屿的过程中有心寻找不同的风景，开启了对于岛屿旅行的认知。借着一次转职的空档，通过一趟泰国旅行去走访数个不同的岛屿，形成所谓的“跳岛旅行”。现在，小王子以岛屿旅行传教士自居，至今已有超过 20 次的岛屿旅行经验，写了一个岛屿旅行的博客，出了一本关于泰国岛屿旅行指南《岛力全开 - 泰 High 全攻略》，经常在台湾的谈话节目中推广岛屿旅行。

个人博客

小王子的岛屿旅行信息集散地 3.0 island-hopping-trip.blogspot.tw

微博

@小王子的旅事记

苏梅岛是泰国热门的旅游地，这里一年四季都是夏天，除了丰富的海上活动，还有泰式按摩、电音派对、美食美酒等顶级度假体验。而真正的岛屿旅行，便是在大洋伞下躺一个下午，身边放一杯清凉的饮料或啤酒，什么都不做，只是纯粹地放空情绪，能拥有自己的海与天空，就是一种奢华了。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

对于未曾到过苏梅岛的旅行者，能否简要介绍一下这个地方？

泰国的岛屿因交通方便、消费低廉、服务质量高、饭店选择多样，成为欧美游客的最爱，近年也有许多的亚洲游客爱上慢步调的泰国岛屿旅行，其中又以苏梅岛与周边岛屿为泰国最热门的旅游地，交通便利、有多种玩法是其最受欢迎的原因，不过由于离岛资源有限，所以当地物价也是泰国比较高的地方，正因如此，游客数量并没有达到饱和，旅游质量相对比较高，也保护了当地的自然环境与海滩美景。其次，由于欧美游客人数多，欧美投资也多，岛屿上充满不同特色的酒店，个性又舒适。这些岛屿除了有浮潜、深潜、风帆、独木舟等海上活动，还有泰式按摩、Spa、满月电音派对、酒吧体验、精致的海鲜料理等，完全满足游客的度假生活。

能否描述一下你对当地人和他们生活的观察与感受？

苏梅岛的当地人已经越来越少，大多数都是从泰国各地来到这里工作的游子，这里的人来自泰国各处，料理也充满各地的风味特色。由于岛上观光客多，这里当地人的生活多半依照着服务游客的时间来做调整，但在某些地方仍可看见当地人的特色生活，比如早晨早起可见当地人热爱的赛鸟，小巷弄间可见各种传统美食，虽然游客多，但这里的人依旧维持着自己喜爱的生活方式——当个快乐的岛屿人。

对前来苏梅岛驻足的游客，可否推荐一些值得尝试的体验？

- 在苏梅岛体验泰式料理教室，享受一日成大厨的成就感；游逛知名夜市，感受传统泰式小吃；欣赏世界游人必访的纳通码头夕阳。
- 帕岸岛拥有“世界三大电音派对”之一满月派对，每到月圆之夜，长长的白沙滩上就会挤满世界各地的音乐爱好者，沙滩上有各种音乐演出、火舞表演，可手拿鸡尾酒，在沙滩上享受一夜音乐的沐浴。
- 在最合适潜水的涛岛参加潜水课程，探索海底充满奇幻美丽的热带鱼及珊瑚。
- 在安通国家公园独木舟探险，穿梭在 44 个样貌完全不同的群岛当中，还可到最大岛上登顶俯瞰整个安通岛群，欣赏眼前如画的奇幻世界。

Where to stay 最优住宿推荐

远离了喧嚣的都市之后,来到与世隔绝的岛屿度假,晚上好好地睡一觉可是非常重要的事情。要选择邻近海滩、可以看见海景的区域,还是喜欢热闹的区域,选好住宿区域及房型,都是一门学问,这里提供最完整的酒店选择方式,让你轻松找到适合自己的住宿。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

按区域划分:不同的区域价格不同

岛屿有地区的分别,有些是闹区,有些则偏远,有部分靠近码头,各种条件的不同会导致价格差异,建议依照度假习惯与预算来选择。以下的价格比较是以同样房型规格进行比较,比如同样是两人套房、大小差不多、同样有泳池、海景,这些规格条件下的价格比较。需要注意的是,苏梅岛、帕岸岛、涛岛三岛为主要完整生活机能岛屿,岛上的饭店有各种不同的选择,南缘岛则只有一个饭店,以下详细分类可对照饭店种类来选适合你的房型。



▲ Samui Buri Resort

苏梅岛闹区:

查文区 (Chaweng)、拉迈区 (Lamai)、迈南区 (Maenum)

三个主要闹区,白天及晚上都有市集,所以房价相对比较高。其余地区的饭店皆为非闹区,价格可比闹区少两成左右。

👍 查文区推荐: Samui Resortel & SPA

🏠 Deluxe Pool Access Room

¥ 约 4,000-8,000 泰铢

🌐 www.samuiresotel.com

👍 拉迈区推荐: SILAVADEE Pool Spa Resort

🏠 Ocean View Jacuzzi Dxl

¥ 约 7,000-9,000 泰铢

🌐 www.silavadeeresort.com

👍 迈南区推荐: Samui Buri Resort

🏠 Deluxe Pool Access

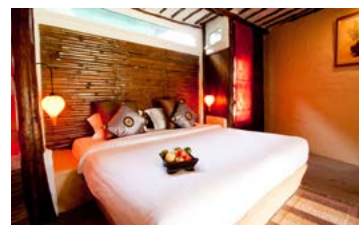
¥ 约 5,000-8,000 泰铢

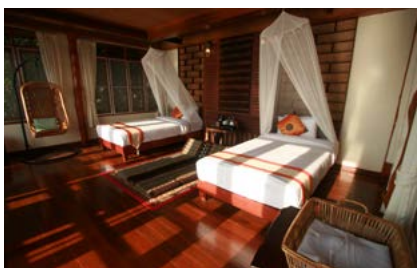
🌐 www.samuiburi.com

帕岸岛闹区:

哈润海滩 (Haad Rin Nok)、哈润奈海滩 (Haad Rin Nai)

这里的闹区当然就是邻近满月派对的海滩,或甚至直接位于海滩上的饭店,这些饭店比起其他地区的饭店有明显的价格差异,满月派对期间,价格差异超过一半以上。区域优势就是派对结束后可直接走向回饭店,甚至可直接请朋友到房间玩。





涛岛闹区：

沙里海滩湾 (Sai Ree Beach)、美哈湾 (Me Haad Bay)

涛岛主要有两个闹区，不过这里不像苏梅岛的热闹市集或是帕岸岛的满月派对，这里的闹区主要因为是码头出入的地点以及潜水客搭船出海的地点，这块区域聚集较多的商家以及潜水中心，晚上也有一些餐厅跟酒吧，整体来说是比苏梅岛及帕岸岛安静许多。涛岛饭店差价不大，大部分的饭店价格一晚约在 1,500-3,000 泰铢之间，仅有少数特别贵的饭店除外，其中也有淡季跟旺季的差别，但通常不会超过两成的起伏。

以规格划分：不同的规格价格不同

基本上每一家饭店都会有不同的规格，规格有包含房间大小、房型、服务项目以及所在位置，每个部分都会产生不同的差价，建议可依照旅游人数、旅游目的来作选择。以规格来说，比较没有区域性的问题，不过还是有先天位置的差异，比如有些饭店不靠海边，就没有海滩房型的这种现实的因素。

套房型

(房型名称：Suite、Family)

通常指的是拥有独立客厅的房型，有些甚至有厨房，是住宿机能完整的房间，房间的区域也比较大，有部分饭店有四人房型以及儿童房的组合，房价约 8,000-15,000 泰铢。

- 👍 Briza Beach Resort & Spa
- 🏠 Family Suite 2 Bed room
- ¥ 约 12,000-15,000 泰铢
- 🌐 www.thebriza.com/thebriza

▼ Briza Beach Resort & Spa



▲ KANDA BURI RESORT&SPA

基本型 (房型名称：Grand、Grand Deluxe)

这是一般的房型，通常是饭店比较外围的区域，没有客厅，或是房间内多一组沙发，不会面海或是靠近海滩，是饭店最基本的房间样式，通常拿来给较多人数的团体或是当作特价房型，房价约 3,000-4,500 泰铢。

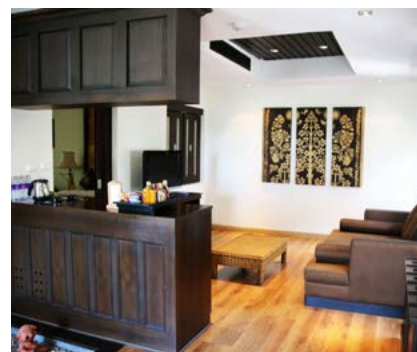
- 👍 KANDA BURI RESORT&SPA
- 🏠 Deluxe hillside
- ¥ 约 3,000-4,000 泰铢
- 🌐 www.katagroup.com/kanda-buri/home.htm

独栋型 (房型名称: Villa、Cottage)

单独一间不与其他房间连在一起的房型，有可能是基本房，也有可能是套房，有部分饭店都是这类的房间形式，如果较大型的饭店，这样单独的房间价格会比较高，房价约 5,000-8,000 泰铢。在泰国 Villa 代表独栋，不代表一定有泳池，也不一定具有完整的住宿设施，单纯指的就是独栋房间，在订房的时候请注意。

- 👍 DARA SAMUI BEACH & SPA
- 🏠 Srivijaya Duplex Pool Access
- ¥ 约 5,800-8,000 泰铢
- 🌐 www.darasamui.com

➤ DARA SAMUI BEACH & SPA



➤ NEW STAR BEACH RESORT

tips

泳池、景观或沙滩型 (房型名称: Pool Villa、Beach Front)

除了房间规格外还有不同的附加设施或是独特景观，如单独或区域共享的泳池，可以看见海景的房间或是沙滩上的房间可直接走向沙滩。

这类的房型通常是饭店里比较高价的空间，数量通常不多，并不是每一家饭店都会有这样的房型，也有部分的高级饭店可以整区拥有海景跟泳池，但不会靠近海边，价格也会是最高的，一般约 7,000-20,000 泰铢。

- 👍 NEW STAR BEACH RESORT
- 🏠 Beachfront villas
- ¥ 约 13,000-18,000 泰铢
- 🌐 www.newstarresort.com

小王子推荐订房网站

目前有许多订房网站可以订到苏梅岛及周边岛屿的饭店房间，这里推荐两个综合评价最好的网站。

1. Agoda (www.agoda.com)

由于是世界性的网站，所以有提供简体中文订购，照片相当清楚，价格也很透明，经常性有促销活动，订房非常便利。

2. Sawadee.com

此网站为泰国当地的订房网站，可订的酒店比国际性的网站还多，许多特别的酒店都可以订得到，也有中文页面，会有不定期的促销，是当地权威的订房网站。

订房小须知——请注意酒店标价“+”号

酒店或订房网站，价格之后有部分会多“+”号，这是订房前一定需要了解的。

当定价后面多一个“+”时，表示需要加上 10% 的服务税，如果有两个“+”，表示要再加上 7% 的增值税，如果遇到三个“+”的时候，则需要再加上 18.7% 的地方税。当你遇到结账时感觉价格不一样，就是因为税金的关系，要仔细看。

饭店价格高低分布参考

价格的高低是以当地岛屿的相对值去比较，不是绝对的数字。以星级来看，每一星级区间大概在 2,000 泰铢。(低: 1 星; 中低: 1.5 星; 中: 2-2.5 星; 中高: 3 星; 高: 4-6 星)

区域	位置	木屋	面海房	沙滩旁	沙滩 + 泳池
闹区	近海滩	中	高	中高	特高
	不靠近海滩	低	高	无	无
远离闹区	近海滩	低	中	中	高
	不靠近海滩	低	中	无	无
偏远区	近海滩	中	中	高	中高
	不靠近海滩	低	低	无	无



How to get around 最佳交通工具

Smart Travel 苏梅岛交通贴士

苏梅岛少有国际直飞班机，都要经由曼谷飞往苏梅岛，除搭乘飞机外，还有火车及巴士可以选择，除苏梅岛外涛岛也可以内陆直接搭船抵达，其余的岛屿则皆需由苏梅岛或涛岛换乘快艇或大型游艇。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

交通

飞机 / 搭机前往苏梅岛，快速又方便，如遇旺季，像泼水节、水灯节、圣诞节及跨年，通常票价会大幅增加，不过虽然价格高，搭机的过程却有非常独特的风情，不但可以享受豪华贵宾室，还可以体验世界最美最环保的苏梅岛国际机场，这一趟票价绝对值得。

苏梅岛国际机场被称为“花园机场”，采用泰式 VILLA 茅草屋的样式所建筑的机场，整个区域没有使用钢筋水泥，全部以木造格局打造，由于全开式宽敞设计，让机场与风景融为一体，且通风良好机场区域内居然完全不需要空调设备，也因为这样而连续三年获选世界 10 大特色机场，除此之外，登机门就是休息室，这里有提供无限制的点心跟饮料还有无线网络，让你即使要离开前，还是可以保持在度假心情。

只要搭乘曼谷航空在曼谷机场转机，就可以享用曼谷航空提供的贵宾室，只要出示登机证就可以进入，且没有时间的限制。宽敞且色彩缤纷的贵宾室，提供精致泰式点心 Buffet 及饮料无限享用，并且有免费的公用电脑可使用，这里还提供免费的无线网络，许多游客来到这里常因为太过舒适而不想离开了。

¥ 4,000-6,000 泰铢（票价依淡旺季浮动，以上为参考票价）

🌐 www.bangkokair.com

火车 & 巴士 / 搭乘飞机快速又方便，但缺点就是价格较高，由于苏梅岛机场是曼谷航空所有，也只有曼谷航空拥有停留权，近年来油价上涨机票也跟着上涨。另推荐从曼谷搭乘火车或巴士，再转船前往苏梅岛，虽然时间较长，但费用节省至飞机票的 1/10。曼谷搭乘火车至苏叻塔尼 (Suratthani) 在转乘船至苏梅岛，火车票需在网上订购或至曼谷火车站购买。曼谷搭乘巴士至春蓬 (Chumphon) 转乘船至苏梅岛，巴士票与船票需在曼谷考山路地区购买或网上订购。火车一天约有 11 班到达春蓬及苏叻塔尼，而从春蓬往涛岛及苏叻塔尼往苏梅岛的船一天只有两班。要搭巴士 + 船票需跟船公司定，下面提供的船公司即为订票公司，可以网上订购或到曼谷考山路现场购买。要搭火车 + 船票，火车票需在火车站订购，船票则可以在火车站的游客服务站订购或到曼谷考山路订购。

🌐 www.thairailticket.com/esrt/Default.aspx?language=1



火车由于需要跟旅行社以套票的方式配合，虽然有卧铺可选择，不过因为订票的方式比较复杂，位置少不容易订到，故较不推荐，最方便的方式还是推荐飞机或巴士。

巴士与船公司接驳 / 目前拥有巴士加游艇接驳完整服务的公司在苏梅岛地区仅有一家，但在岛屿之间的接驳及游程服务有两家，以下为从曼谷出发后之行程、时间以及价格（以 Lomprayah High Speed Ferries Co.,Ltd. 船公司为标准）。

苏梅岛周边地区主要营运之船公司：

1.Lomprayah High Speed Ferries Co.,Ltd.

🌐 www.lomprayah.com

2.Seatran Discovery

🌐 www.seatrandiscovery.com

去程，曼谷出发

出发地点	曼谷	涛岛	帕岸岛	苏梅岛
出发时间（日间）	06:00	14:45	16:10	16:40
出发时间（夜间）	21:00	08:45	10:45	11:20
组合票价（泰铢）		1,050	1,350	1,450

回程，苏梅岛出发（多停留春蓬码头及华欣）

出发地点	苏梅岛	帕岸岛	涛岛	春蓬	华欣	曼谷
出发时间	08:00	08:20	09:45	11:45	17:00	20:30
出发时间	12:30	12:50	14:15	16:30	21:30	00:30
组合票价（泰铢）		300	600	1,100	1,400	1,400

飞机与巴士时间比较表

目的地	交通方式	所需时间
苏梅岛	<ul style="list-style-type: none"> 国内巴士至春蓬或苏叻他尼，船至苏梅岛 从曼谷转国内线飞机 	8 小时巴士，2 小时船程 4-5 小时（不含转机时间）
龟岛	<ul style="list-style-type: none"> 国内巴士至春蓬或苏叻他尼，船至龟岛 搭乘飞机至苏梅岛后搭船至龟岛 	8 小时巴士，1.5 小时船程 4-5 小时飞机，1.5 小时船程
帕岸岛	<ul style="list-style-type: none"> 国内巴士至春蓬或苏叻他尼，船至帕岸岛 搭乘飞机至苏梅岛后搭船至帕岸岛 	8 小时巴士，50 分钟船程 4-5 小时飞机，50 分钟船程

岛上交通工具

苏梅岛周边岛屿由于有岛屿大小及路况的差异，交通工具上有部分的落差，这也是岛屿旅游的乐趣，可以采用不同方式畅游岛屿，以下介绍几种不同的交通工具，并提出每一个岛屿可选择的方式。

岛屿交通工具推荐表

岛屿	苏梅岛	涛岛	帕岸岛	南缘岛	安通国家公园
可使用之交通工具	环岛公交车、摩托车、汽车	摩托车、沙滩车	摩托车、汽车	步行	独木舟

双排车 Song Taew / 在当地有环岛公交车之称，这并不是公营的公交车，而是私人改装车载客，当地有管理单位，环岛公交车会绕着苏梅岛的主要道路走，可随招随停，车上写有预计抵达的地点，以大地标为主，费用会依照距离、人数来喊价，到达后收费，记得要先确认详细价格才能上车。

¥ 约 40-100 泰铢 / 人

租用摩托车 / 只要路宽大小合适，大部分岛屿都有租用摩托车，不过由于岛屿有些路面有沙地及石头路，骑车时还是要格外小心。租用摩托车不需要国际驾照但需要押护照，并会提供两顶安全帽，现在岛上警察对于观光客戴安全帽的要求很严格，记得一定要戴，租车前要先检查车体状况，确认没有外部伤痕以免租车单位胡乱开价。

¥ 约 200-300 泰铢 / 天（以 50-100cc 的车子为主，CC 数越高价格越高）

租用沙滩车 / 除了一般摩托车外，还可以租用沙滩车，因为岛屿常遇到沙地及石地，骑沙滩车就可以避免打滑的状况发生，不过因为沙滩车较重，会比较不好操控，如果要租用时要小心。

¥ 约 500 泰铢 / 天

独木舟 / 独木舟的使用有分三种，一种是酒店内免费借用，一种是团体泛舟行程团费，只有极少数单纯租用独木舟，独木舟的租用费用以半天计算。

¥ 约 500 泰铢 / 半天

租用汽车 / 汽车租用在较大的岛屿上也是很普遍的，有各种房车供选择，还有不少欧美游客喜欢租用的吉普车，另外手排车及自排车都有，如果人多一起去的话，租用汽车也是很不错的选择，但请一定要先熟悉路况才行。

¥ 约 400-600 泰铢 / 天（不同 CC 数及车型价格会有差异）

租车费用一览表

车型	一日租用费（泰铢）	备注
摩托车 (100cc)	250-300	有分为自动车跟打档车，以及 CC 数的差异，价格会不同
汽车 (1,600cc)	400-600	CC 数不同，价格也不同，还有休旅车、吉普车型可以选择
沙滩车	350-500	不同大小车型价格也不一样



在泰国租用车最大的问题就是行走方向是靠左行驶，与大陆地区相反，所以刚上路的时候会很不习惯，租车时一定要慢慢开，先习惯方向及转弯方式，以免发生危险。

top3

苏梅岛地区经典度假行程

每个人的假期不同，想要完全感受苏梅岛地区的游玩精华，我们特别安排 3 种不同假期长度的玩法，让你从快速跳岛到深度旅行，能够有完整的行程安排参考。行程安排顺序为推荐参考，请依照自己的喜好来做调整，可以让你组合出属于自己的完美假期。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

跳跃苏梅岛五日玩不停



用五天时间，锁定最精彩的行程，看见最美苏梅岛，最 high 满月派对，独木舟探险，海鸥岛浮潜，从山玩到海，还可以逛街 SHOPPING，让你在最短的时间内，玩出最独特的苏梅岛。

👥 假期短、时间有限的上班族游客以及 一群 好友结伴

📍 4 晚都住在苏梅岛

¥ 约 38,000 泰铢

Day1

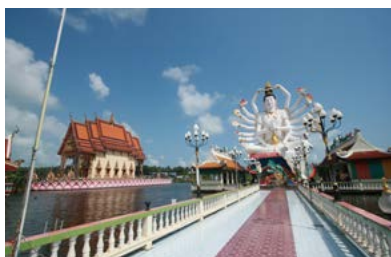
抵达苏梅岛—学习做一日主厨—泰式料理教室—逛查文大街体验市井生活、品尝当地特色点心

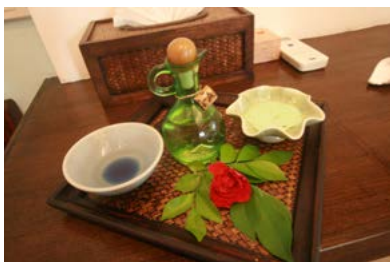
Day2

苏梅岛码头搭船出海—抵达南缘岛—至芒果湾浮潜—返航—拉迈夜市特色街区，选择几项小吃边走边逛，感受海岛的悠闲漫步

Day3

租用摩托车，环岛—富贵大金佛、千手观音—午餐—阿公阿妈石—纳蒙瀑布+骑大象—纳通码头看夕阳—纳通码头小吃夜市—码头搭船前往满月派对—狂欢开始满月派对—返航





Day4

宅酒店享受饭店设施—巷弄秘密小吃探险—下午可以寻着环岛的路线走走主要的大卖场，如 TESCO、MARKO—享受 SPA 护肤疗程—晚餐



Day5

花园机场免税店、书店以及候机贵宾室

上山下海酷玩苏梅岛、帕岸岛、涛岛、安通国家公园八日推荐

八天的假期将可以得到一场更完整的苏梅岛旅行，这一趟除了精彩的苏梅岛跟帕岸岛的满月派对之外，还有更多时间踏上涛岛潜水、安通国家公园一日游，体验更深度的岛屿、感受一场玩家级的旅游行程。

👫 假期多天，情侣蜜月、电音派对迷、潜水控

📍 5 晚住苏梅岛 +2 晚住涛岛

¥ 约 45,000 泰铢

Day1

抵达苏梅岛—学习做一日主厨—泰式料理教室—逛查文大街体验市井生活品尝当地特色点心

Day2

苏梅岛码头搭船出海—抵达南缘岛—至芒果湾浮潜—返航—拉迈夜市特色街区，选择几项小吃边走边逛，感受海岛的悠闲漫步





Day3

搭船从苏梅岛至涛岛—租车报名潜水体验课程—涛岛环岛—沙里村夜间散步



Day4

涛岛—潜水课程报到—潜水前教育课程& 发配装备—沙里村午餐—出海潜水—返航领取证书—晚上在沙里村享用当地特色餐点与散步



Day5

涛岛出发搭船前往帕岸岛—租车环岛帕岸岛—小吃夜市—步行街散步—满月派对



Day6

凌晨搭船回到苏梅岛—抵达苏梅岛租车—午餐—环岛—纳通夕阳—纳通小吃夜市—查文大街散步



Day7

(参与一日体验游) 船行至安通国家公园—独木舟环群岛—慈母岛与山中湖—船上自助午餐—哇他乐岛休息与登山—返回苏梅岛



Day8

花园机场免税店、书店以及候机贵宾室

彻底玩翻苏梅岛、帕岸岛、涛岛十日大探险

十天的假期，你不但可以体会苏梅岛的乐趣，更可以拿到一份真正的潜水执照，而且你还同时拥有夜生活、美丽风景与美食，这一趟十天的旅程，一定会改变你未来对于旅行的想象。

👥 假期较长、非初次到苏梅岛，家族旅行、海岛控、个人冒险

📍 6晚住苏梅岛 + 1晚住涛岛 + 1晚住南缘岛 + 1晚住帕岸岛

¥ 约 65,000 泰铢



Day1

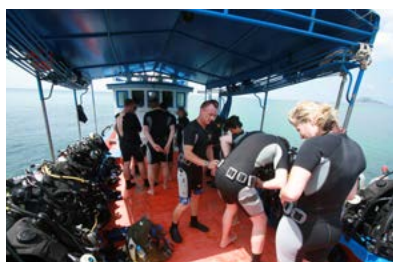
抵达苏梅岛—学习做一日主厨（泰式料理教室）—逛查文大街体验市井生活品尝当地特色点心



Day2

苏梅岛码头搭船出海—抵达南缘岛—至芒果湾浮潜—游客离开后，开始独自享受无人岛的美妙，散步白色海鸥沙滩，在无边际的海滩伴着落日享用晚餐—夜宿南缘岛 Nang Yuan Island Resort





Day3

南缘岛搭船至涛岛—租车报名潜水体验课程—涛岛环岛—沙里村夜间散步



Day4

散步海滩至潜水中心—潜水课程报到—潜水前教育课程&发配装备—沙里村午餐—出海潜水—返航领取证书—晚上在沙里村享用当地特色餐点与散步

Day5

涛岛出发搭船前往帕岸岛—租车环岛帕岸岛—小吃夜市—步行街散步—满月派对

Day6

凌晨搭船回到苏梅岛—抵达苏梅岛租车—午餐—环岛—纳通夕阳—纳通小吃夜市—查文大街散步

Day7

(参与一日体验游) 船行至安通国家公园—独木舟环群岛—慈母岛与山中湖—船上自助午餐—哇他乐岛休息与登山—返回苏梅岛

Day8

苏梅岛码头出发搭海钓船出海海钓一日

Day9

宅酒店享受饭店设施—巷弄秘密小吃探险—下午可以寻着环岛的路线走走主要的大卖场, 如TESCO、MARKO—享受SPA 护肤疗程—晚餐

Day10

花园机场免税店、书店以及候机贵宾室

48

Hrs 吃喝玩乐玩转苏梅岛

这两天如果你不想出海,那就从饭店的服务为起点开始学习当个泰国大厨,接着用当地完美的 SPA 呵护肌肤,接着走访经典的庙宇与天然风景,当然也要追逐一下世界知名的夕阳,品尝一下经典的小吃,然后逛街买东西,最后来场舒适的泰式按摩作为睡前的放松,在 48 小时内环岛玩转苏梅岛。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

1 分钟认识苏梅岛 (Koh Samui)

苏梅岛是亚洲公认最受欢迎岛屿的第三名,这里拥有无尽的美食、汇聚世界各国设计风格的精品饭店,有天然的景色、精彩的水上活动、丰富的夜生活,可以说是最时尚的小岛。

岛上知名的查文区 (Chaweng) 与拉迈区 (Lamai) 是苏梅岛的闹市区,这里拥有众多餐厅、酒吧及饭店,岛上五个区域的海滩,拥有不一样的沙滩特色,数百家来自世界各地的设计师依照苏梅岛地形设计出各种不同风格的饭店,让一个岛屿拥有多样貌。

由于岛上盛产椰子,椰子系列的 Spa 疗程在整个泰国首屈一指,许多曼谷的高级 Spa 用品都来自于苏梅岛。

如何到达苏梅岛:

大多数人会选择快捷方便的飞机来到苏梅岛,还能感受花园般的机场氛围。此外,也有一部分人会选择转乘火车和巴士,开始一段不寻常的旅行。(详细请见前面的交通贴士)

当地主要交通工具:

环岛公交车、摩托车、汽车(详细请见前面的交通贴士)

Day1 > 泰式料理教室 - 泰式精油 SPA - 纳通码头赏夕阳 - 查文街、拉迈街夜生活



查文的环岛公路上有非常多租摩托车地点，可选位于 Samui Resotel & Spa 的正对面的 S.S. Motorbike For Rent (Moo 3, Had Chaweng 1, Chaweng, Chaweng - Koh Samui, Koh Samui, 84320)。环岛时间约 1.5 小时，每个地点之间用时 20-30 分钟左右。做完 Spa 一定要去赏夕阳，大约用时 1.5 小时。



tips

一个人三道菜的份量以亚洲人来说是可以两个人吃的，所以建议可以只一个人参加，另一个人一起参与，两个人轮流做，这样会比较划算。



上午

海滩漫步与早餐

大部分海滩饭店的餐厅也都在海滩旁，这里的早餐有西式中式及泰式可以选择，你可以选择先在沙滩上散步后再来享用一顿拥有美丽海景与独特味蕾享受的苏梅岛式早餐。



一日成大厨——泰式料理教室

用三个小时就让你化身泰式料理大厨，这可不是随便说说，在苏梅岛上有一个专业的泰式料理教室，通过三个小时的时间，教你煮出三道最地道的泰式料理，你可以好好把自己的好手艺炫耀给朋友了。

泰式料理教室会准备完整的食材，并由一位主厨及数字助理厨师协助料理教学，过程中大厨会细心地讲解食材及料理原理，让完全不懂做菜的人也可以在短时间之内做出三道好菜，结束课程后还会给参与的游客一本当天课程的食谱及光盘教材，让你回到家也可以做出好菜。

推荐店家——Stica 泰式料理教室

当地知名的教室，交通方便，老师细心且教室空间完整宽敞，除了一般体验型学习外，还有专业厨师的教室，如果你想要精进泰式料理的厨艺，这里也可以学的到。

📍 46/6 Moo3, Soi Colibri, Chaweng Beach

🕒 11:00 及 16:00 两个上课的时间

💰 一个人一次课程约 1,950 泰铢

🌐 www.sitca.net

下午

肌肤也该度个假——泰式精油 SPA

午餐后选择一家自己喜欢的 SPA 店好好护理一下肌肤，让按摩师用天然的椰子保养品，以两个小时的疗程，让你的肌肤变得更光滑细嫩。

苏梅岛为泰国椰子的主要产地之一，也因为这样，椰子保养品与 SPA 的结合也是当地最大的特色，当地 SPA 调理师的双手都会长期使用椰子油来进行保养呵护，让芳疗师在与受疗者之间进行肌肤接触时，感受到最温柔的触感。

SPA 的空间有室内与室外，以天然植物或是海景为主题，让受疗者的感受与大自然融为一体，也更能舒适放松，这些可是一般城市 SPA 所无法企及的。

推荐 SPA——Peace Tropica Spa

拥有大范围的花园空间以及私密的双人空间，是当地性价比非常高的 Spa。

📍 17 Moo1, Bophut, Koh Samui, Surattani 84320 THAILAND

🕒 10:00 ~ 22:00

☎ (66)77430199

💰 依照 SPA 服务程度有 2,000-5,000 泰铢可选择



晚上

醉人夕阳美景——纳通码头夕阳

来到纳通码头（Nathon Pier）欣赏世界知名的夕阳，和朋友或爱人好好享受这迷人片刻吧。纳通是前往泰国本岛最重要的码头，由于是在最西边，可以毫无障碍地望向海面，每到傍晚时刻，就会聚集非常多的当地人或游客来此地看夕阳。下午5点就已经开始有人潮开始聚集，等待着在6点左右看到最美的夕阳，由于这边是交通的枢纽，骑车停车一定要非常小心。

🕒 17:40 ~ 19:00（最佳观赏时间）

💰 免费

👍 夕阳时间约 5:30 开始，建议提早到

吹吹海风享受岛屿人的晚餐时光——纳通小吃夜市

夕阳西下后直接到纳通码头的小吃夜市享用晚餐，这里聚集最多元的泰国小吃，是纳通地区美食的集散地。早年由于许多渔夫或观光船家的工作人员在码头结束工作之后想要吃点小吃喝点啤酒，开始就有几间摊贩聚集在此，后来当地的工作人口越来越多，这里的小吃也越来越多，最后形成了苏梅岛地区著名的小吃夜市。

夜市的桌椅都是公用的，你可以选择许多种自己喜欢的小吃，点上泰式猪脚饭、牛肉米粉汤、各式各样的酥炸烧烤，再点上一杯冰凉啤酒就着习习海风，当上一晚的当地人。

📍 纳通入口处

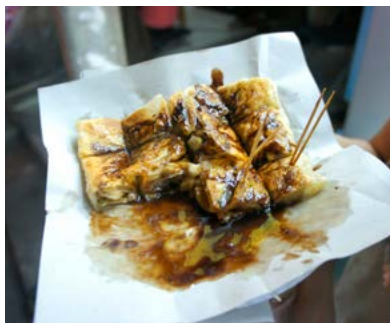
🕒 17:00 ~ 22:30

💰 1 碗米粉汤约 30 泰铢，1 串烧烤约 15 泰铢，猪脚饭约 40 泰铢

👍 米粉汤、猪脚饭、酥炸鸡腿、糯米饭

超便宜泰南口味的沙嗲与鱼浆粉丝

骑车经过环岛公路，在查文附近就会闻到烤沙嗲味道，这里的老板来自普吉岛，经营当地改良后的特色小吃，除了沙嗲肉串外，还有老板祖传的自制海鲜鱼浆粉丝，岛上



参加海钓，船家到饭店接驳。回来后中午休息一会，又可以继续租用摩托车开始一天新的旅行。原则是，只要参加一日或半日游活动绝大部分都是服务单位来接驳，游客不需要自行前往。如果是租用摩托车来说，具有一定的弹性，可自由地掌握时间。但仍有些岛屿可能不适合骑摩托车或是本身有完整的公交车系统。



仅此一家，吃完保证还想再吃。

- 📍 位于 4169 环岛公路靠近查文区，就在苏梅岛邮局附近，因为没有招牌，请注意在门口烤沙嗲的摊位
- 🕒 10:00 ~ 22:00
- 💰 10 串沙嗲串烧 35 铢，1 碗鱼浆粉丝 60 铢

好买好逛的岛屿夜生活——查文街、拉迈街

回到查文大街，开始采购各种纪念品给家乡的朋友，或是想想自己的房里缺些什么，这里也有许多的雕塑与装饰品，或者找间小酒吧，跟着来自世界各地的旅人，一起看欧洲足球赛。

来到苏梅岛夜生活也是非常重要的，在岛上两大主要区域查文区及拉迈区有两个主要的街区，是游客与当地主要的物资集散地，也是来到苏梅岛一定要逛的地方。

查文街区最长，沿街有饭店、餐厅、夜店、商家、知名连锁店以及民生用品商店等，不过主要街道的消费普遍会比较高，但选择也比较多，在这里你可以看见街上来自世界各地的旅人，以及当地最特别的商品、最大的餐厅，来到这里买东西，可千万记得要杀价。

若住在拉迈区也可选择拉迈步行街。拉迈街区是比较小型的商店街，不过比较特别的是每周日会封街成为步行街，原本的道路将会摆上更多的小摊贩，许多小吃以及特别的摊位都会在这个时候出现。

- 🕒 查文大街每天都有，拉迈则是每周日 18:00 ~ 23:00

路边不可错过的甜点——印度甩饼 Pancake

当地的外国游客非常多，有一种运用烤饼为基底并搭配当地食材的小吃就悄悄地在苏梅岛出现，这种推车小摊在查文大街最多，摊贩老板会将甩饼烤得酥脆，再搭配上水果，像是香蕉或草莓等，压平后淋上厚厚的一层巧克力，然后切成小块，外皮配上水果跟巧克力，满口幸福的甜味，这是来苏梅岛必吃的小点心。

- 📍 查文区的流动摊贩，无固定位置，在热闹的街上都可以看见摊位
- 🕒 不定时，约在 15:00 后流动摆摊
- 💰 30-40 泰铢

Day2 > 出海海钓 - 大金佛 - 纳蒙瀑布 - 经典泰国东北料理 - 泰式按摩



上午 早餐

如果早于 7:00，饭店早餐还没开始，如果出海海钓时间较早，可以再前一晚先请饭店准备早餐外食。即使没有带也别担心，出海的船家一般会提供简单的面包及水果。

小钓手海味探险——出海海钓

在蔚蓝的大海上享受静静的钓鱼时光，船家为你准备好了吃的食物、冰凉的饮料与水果，让你的船程一点儿都不无聊。钓到鱼之后，船家还会为你料理出一道丰盛的海鲜。你可以选择与许多来自各地的朋友一同钓鱼或是自己包船海钓，都可以让你在苏梅岛享受到另一种钓鱼风情。

- 🕒 海钓至少需要半天时间
- 💰 单人海钓费用为 1,700 铢，包船人数为 2-10 人，价格为 8,000-12,800 铢，包含船资、料理费用以及用具等
- 🚗 由海钓船家到饭店接驳，不需要自行前往
- 👉 www.ungsafari.com/big-game-fishing.php



中午

本地人最推荐的餐厅——Sabeinglae Seafood

这里的经典菜色为黑胡椒芹菜螃蟹，现捞的大螃蟹用黑胡椒酱汁熬煮，蟹肉不需费力就可以脱离蟹壳，蟹肉中的黑胡椒气味及芹菜香味丰富了蟹肉，这种口感是只有靠海的岛屿加上泰南香料料理方式才可以做出来的独特风味。

除了螃蟹之外，酥炸帝王虾、猪肉冬阴功（酸辣汤），都是当地料理的完美呈现，这家餐厅已被港台的媒体以及几本著名的旅游指南所推荐，来到苏梅岛千万别错过这家餐厅。近年来由于游客越来越多，所以价格稍微上涨，会比一般路边小吃店的贵些，但比起岛上其他海鲜餐厅，仍是亲民的价格。

📍 438/82 Moo1, Maret Road, Lamai Beach, Koh Samui 84140 位于环岛公路上，就在 Mercure Samui Fenix 这家饭店旁

🕒 10:00 ~ 22:00

☎ (66)815387045

¥ 饭面约 60 铢，盘餐大约 80-100 铢，其他餐点约在 80-270 铢，部分海鲜为浮动价格



下午

钟声传向天际——大金佛

位于机场附近，飞机要降落前都会看到一尊庄严的金色大佛，这就是当地知名的“富贵金佛庙”——大金佛（Wat Phra Yai）。这个庙宇是苏梅岛的信仰中心之一，也是观光客必来的景点，在大金佛周围有一圈的铜钟，敲响钟声时象征你的声音可传达给神佛。

若希望能够供奉庙内神佛，除了购买香花之外，这里最特别的是可以捐助建庙瓦片，只要 50 铢，就可以写上自己的名字和愿望，而后这个瓦片及捐款，就会用在新建庙宇上。

📍 苏梅岛的右上方，沿着 4171 公路最尾端，靠近机场旁

¥ 免费景点



华丽泰式庙宇风华——千手观音彩色庙

邻近大金佛，是当地另一个信仰中心——千手观音彩色庙（Wat Plai Laem），这座庙宇拥有广大区域的寺庙建筑群，建筑色彩绚丽并且有着相当华丽的装饰，区域中心是天然形成的湖，湖的中心有一座寺庙以及一尊千手观音和一尊弥勒佛，远远看去就像是漂浮在水面上一样。

寺庙内还有讲述佛祖故事的精彩壁画，对于喜爱建筑的游客来说，这里是非常重要的景点。

📍 4171 公路上，离大金佛不远，再往更上方走即可抵达

¥ 免费景点



浑然天成的害羞景观——阿公阿妈石

这是苏梅岛重要的地标之一，只要是介绍苏梅岛的照片，一定会出现的景点就是两块天然岩石，被命名为“阿公阿妈石”（Hin Ta & Hin Yai Rocks），位于拉迈区。阿公石的形象与男性生殖器官非常相似，阿妈石则是与女性的生殖器官相似。来到这里看见这特别的风景，不禁感叹大自然的鬼斧神工。

📍 在 4169 环岛公路上，苏梅岛的下方，接近那蒙一号瀑布附近，就在公路的旁边

¥ 免费景点，摩托车停车每台车 10 铢，汽车 20 铢



与大象一同漫步溪流——纳蒙瀑布

苏梅岛有两个知名的瀑布，分为称为“纳蒙1号瀑布”（Na Muang Waterfall 1）与“纳蒙2号瀑布”（Na Muang Waterfall 2），2号瀑布由于位于山区，交通不便，观光客比较难抵达，1号瀑布则是非常热门的景点。纳蒙1号瀑布是当地人经常戏水的地方，因为附近有大树跟溪流，许多游客也会来到这边乘凉看风景。

这里除了瀑布风景之外，还有涉水式的骑大象活动，周边有许多特色小店，贩卖当地的知名纪念品，价格非常便宜。

🕒 全天开放

¥ 免费景点，摩托车停车每台车 10 铢，汽车 20 铢



晚上

经典泰国东北料理必选餐厅——Tum Zaap Restaurant

这家餐厅是当地经典的东北料理，口味多变是这里最大的特色。这里的酥炸鱼块是整条于切块后酥炸，再搭配上独特的辣酱、柠檬与蒜头，各种口味的融合是当地最独特的吃法。整条盐巴烤鱼也是推荐菜色之一，最后别忘了吃点芒果糯米当作甜点。

📍 4169 环岛公路上，查文区接近曼谷航空办公室，有明显招牌

¥ 饭面约 80 铢，盘餐与甜点约 100-150 铢，炸鱼烤鱼则会依照鱼的大小计算



最私密的口袋小吃——牛肉米粉汤

你吃过泰国米粉汤吗？泰国南部的牛肉米粉汤是泰国非常知名的米粉汤种类，在苏梅岛这家没有店名的米粉汤却是当地人大力推荐的美食。

牛肉软嫩适中、高汤鲜甜、米粉嚼劲十足，再搭配上烤丸子，就是这家小吃店最佳组合，保准你吃完还想吃。

📍 苏梅岛的旅游大学（141/21 Moo 6 Bophut Koh Samui）对面，有一位胖胖的老板娘的店家就是

🕒 11:30 ~ 18:00

¥ 30-50 泰铢



适时的放松肌肉才可以继续玩——泰式按摩

玩累时更应该好好对待自己，苏梅岛有传承自普吉岛的皇家泰式按摩技术，主要街道、饭店内以及海滩边都有泰式按摩，价格虽然会比泰国本土稍微贵一些，但是服务可一点都不含糊，推荐尽量选择大一点的店家服务比较好。

推荐泰式按摩——My Friend Thai Massage

在苏梅岛上有四家连锁店，以干净、舒适为要求，是一次不会让你失望的泰式按摩体验。

📍 My Friend Holiday Branch114 /62-64 Chaweng Beach Road, Bophut, Koh Samui Surratthani. 84320

🕒 12:00 ~ 22:00

☎ (66)77413364

¥ 依按摩时间及部位不同，价格为 200-1,000 铢





苏梅岛可享受 最舒适睡眠的酒店

选择好的饭店能让你一夜安睡，苏梅岛上拥有来自世界各地的设计师所精心打造的饭店，目前已拥有 120 家以上风格不同的饭店，从连锁酒店到设计型饭店，精美的建筑与精致的服务，是苏梅岛饭店的最佳写照。

——去哪儿网聪明旅行家小王子

01 > 小小的幸福空间——AL' S LAEMSON

这家饭店的每一间房皆为独立空间，白色现代设计风格，位于查文区，离查文大街骑车只需五分钟，拥有私密安静的沙滩，虽然不像大饭店般设施齐全，但仍有泳池、餐厅等配套服务，价格实惠，是性价比极高的小饭店。

- 📍 154/14-15 Moo 2 | Chawaeng Beach, Chaweng
- ☎ (66)77914750
- ¥ 3,000-6,000 泰铢
- 🌐 www.alslaemsonsamui.com



02 < 泰式禅风——ZAZEN BOUTIQUE RESORT & SPA

Zazen 的名字来自日本，意思是寻找内心的平静，以其为宗旨，Zazen 的设计融合了日式与泰式的禅风，木造与石雕佛像在饭店里处处可见，饭店内部种满热带植物，让人心境平和。从餐厅到房间的设计，处处充满禅意，不管是 Spa、餐厅还是饭店服务，都具有安静、舒适、美感元素，是值得住的好饭店。

- 📍 177 Moo 1, Bophut Beach | Tambon Bophut
- ☎ (66)77425085
- ¥ 6,000-12,000 泰铢
- 🌐 www.samuizazen.com

03 > 豪华别墅——Kirikayan Luxury Pool Villas

这是一个从套房到完整泳池别墅型家庭房都有的豪华饭店，泰式的服务与华丽在 Kirikayan 完全展现，不管你是想要两人的度假套房还是包含厨房、客厅的家庭套房，这里都可以提供完整的选择。最特别的是大空间房型特别多，拥有私人泳池及两个房间，另外这里还提供拥有整个顶楼海景的房间，对于想要奢华住宿空间的游客，这里是一个非常棒的空间选择。

整个饭店以泰式木造为主，设计概念为传统泰式民间的想象，并融合了简化后的泰式风格，隐约中可见泰国佛教的禅风。饭店整体的颜色较为沉稳，整区的木造家具建筑也增加了儿童玩乐时的安全性，完全可以满足一般家庭游客的需求，想要一家人住在一起的话，非常推荐这家饭店。

📍 Maenam Soi 1 Maenam Koh Samui

☎ (66)77332299

¥ 8,000-26,000 泰铢

🌐 www.kirikayan.com/main.html



04 < 欧式设计演绎迷人香氛——The Scent Hotel

这是一家由欧洲知名酒店经营集团在亚洲地区的策略主题旅馆设计的精品饭店，整个饭店的设计主题以香氛为主要气味，饭店是上世纪四五十年代的殖民风格。饭店规模不大，虽然没有大饭店的奢华，却拥有香氛精品美学。仅有 15 间客房以欧式、中式、中泰三种风格混合，用最精致的细节呈现美感。餐厅为每位客人量身订做菜单，从家具、盥洗用品到欢迎卡、迎宾水果、夜床，处处体贴极致的服务。总之，这里没有大饭店的管家，却有无可挑剔的服务，想要感受设计风格与极致服务，这家饭店不可错过。

📍 58/1 Moo 4, Bangrak Beach, Koh Samui

☎ (66)77962198

¥ 6,500-15,000 泰铢

🌐 www.thescenthotel.com/default-en.html



05 > 现代极简风格别墅——X2 Resorts Samui

X2 为泰国设计饭店集团，呈现出现代极简与丛林的设计风格，是许多来自世界各地设计师的住宿首选。苏梅岛地区的饭店大部分都是泳池独栋别墅，以木造与清水模为基础，将“少就是多”的设计概念体现在整个饭店中，可以让住客完全无压力地享受精致睡眠。饭店房间里的设备都已配合整体设计的极简风格，从浴缸、电视到床铺、床单甚至窗帘，都维持着一贯固定的调性设计。虽然极简，饭店整体的设计中仍带有一定成分的泰式风格，无论是柚木的地板与装潢，还是泰式的屋檐设计，都让整个饭店充满强烈的设计感。

📍 442 Moo 1, Bann Hua Thanon, Maret, Koh Samui

☎ (66)21687533

¥ 8,000-22,000 泰铢

🌐 x2resorts.comresortssamui

Do's 必备物品

防晒油 / 在阳光普照的岛屿上，晒出古铜色肌肤是很多人的梦想但千万别晒伤，防晒油一定要带

泳衣 / 随处可见海滩，不跳下海游泳，是对不起自己的，带着漂亮的泳衣一定会为旅行增加更多乐趣

潜水蛙镜 / 海底生态丰富，记得带有呼吸管的浮潜蛙镜，才可以跟鱼儿打招呼

帽子 / 一顶大草帽，可以让你在海边待得更久，也更有度假气息

墨镜 / 岛屿阳光强烈，带上一副墨镜，可以让你更帅气

防水袋 / 随身携带的手机、相机等用品要用防水袋，玩水才会更尽兴

T-shirt / 炎热的气候容易流汗，而且经常接触海水，要多带轻便衣物换洗才玩得开心

Don'ts 注意事项

玩得开心也要注意当地人的礼仪，不可以因为观光因素而去打扰到当地的生活。

- 参观庙宇不可穿着比基尼
- 女生不可主动触碰和尚身体
- 不可摸小朋友的头
- 骑车时方向与国内左右相反，转弯时要特别注意
- 要议价即要购买，议价后不买是非常没礼貌的事情
- 当地艺术品与销售个人画作店家不可拍照



沙滩狂的岛屿地图

01 > 苏梅岛 (Koh Samui) —— 性感

适合人群：热闹、设施最完整的岛屿，适合各种旅游人群，尤其是携带家眷的家庭旅行

02 > 帕岸岛 (Koh Phanga) —— 狂野

适合人群：岛上以众多夜店著称，以年轻热爱音乐与饮酒的人群为主，适合喜欢狂欢跟来自世界各地的旅人交朋友的人

03 > 涛岛 (Koh Tao) —— 深海底

适合人群：喜欢慢步调、热爱水下运动（尤其潜水）以及冒险的游客

04 > 南缘岛 (Koh Nangyuan) —— 静离岛

适合人群：岛上仅有美景跟安静的元素，适合喜欢完全安静度假、离开尘嚣的游客

05 > 安通国家公园 (Ang Thong Marine National Park) —— 鬼斧神工

适合人群：由于需要较多的体力去攀登跟划独木舟，适合富有冒险精神、喜爱摄影与爬山的游客





Best
Itineraries
城市达人
线路推荐

帕岸岛 满月派对之旅

整个岛上几乎都是为了派对而准备,不管是派对用的衣服、酒精饮料、装饰品,还是各式荧光用具,都是为了给晚上的派对加分,说它是个狂欢派对岛可是一点都不为过。此路线是以住在帕岸岛来规划,若住在苏梅岛则可晚上搭船前往参加满月派对活动。

畅享满月派对通宵狂欢,来一场尽兴难忘的电音朝圣之旅。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子



小王子 | 图文 / 旅行传教士
拥有旅游国际领队的执照,是最出名的“跳岛旅行”专家

tips

推荐在帕岸岛住上两晚,第一个晚上通宵玩满月派对后,可简单的乘车或步行回饭店。

若是从苏梅岛出发:

记得出发前换好轻便的衣服,准时到码头领取吊牌并搭船前往帕岸岛。

满月派对当晚八点后船家会安排上船,船程约20分钟,回程船次从1:00开始,每半小时会有一班,但由于回程的人非常多,建议提早前往码头等船。

www.kosamui.com/transfer/boat-transfer.htm

1分钟认识帕岸岛 (Koh Phanga)

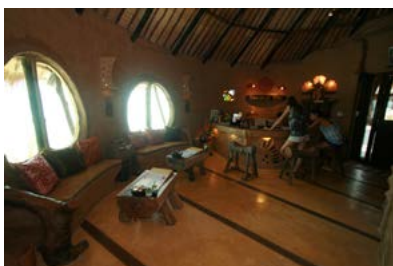
帕岸岛位于苏梅岛北方,岛上主要闹区为通色拉镇(Thongsala Town)与哈润镇(Haadrin Town)。这里拥有“世界三大电音派对”之一满月派对,岛上的活动几乎都与夜店有关。

满月派对

某一天,几位在帕岸岛结伴旅行的欧洲游客想要帮朋友庆生,于是买了许多啤酒,随意找到哈润沙滩,并邀请岛上一些游客。举行了一场热闹的音乐啤酒派对。后来所有参与者都对这场派对念念不忘,便相约每月月圆时都来场派对,便有了“满月派对”。

🕒 月圆之日、圣诞节 & 跨年 (2015年满月派对日期: 1月4日、2月3日、3月5日、4月3日、5月2日、6月2日、6月30日、8月1日、8月29日、9月27日、10月27日、11月25日、12月25日、12月31日)

🌐 fullmoonparty-thailand.com



通色拉码头经过圆环直走右边可看见



15:00

Cocohut Beach Resort & Spa——与满月派对零距离

小王子推荐的满月派对首选酒店 Cocohut Beach Resort，步行五分钟即可抵达哈润海滩，由于有小山阻隔，隔音效果极佳，房间完全听不到吵闹的音乐声。

酒店拥有广阔的区域，并且有各种不同的房型，从普通房、海景房、滨海别墅到家庭房一应俱全，让各种不同需求的游客都可以选择合适自己的住处。酒店拥有三个不同的泳池，一个大人共享、一个小孩共享以及一个由四间公寓房围起来的私人泳池，可以满足一群朋友想要私人空间的需求。这里拥有户外海景 Spa 按摩椅及室内专属空间，以贝壳屋为设计的想象，让来到这里做 Spa 的游客都仿佛在海底的贝壳里享受肌肤的滋润。

此外，饭店拥有自己的餐厅、酒吧、专属沙滩，让游客在酒店便可享受完整的岛屿舒适假期。

📍 130/20 Had Rin Nai, Sun set, Leela or Seekantang Beach Moo 6 T. Bantai A.Koh Phangan Suratthani 84280, Thailand

☎ (66)7737-5368

¥ 位于高处的一般套房一晚 2,800 泰铢，而滨海的泳池别墅一晚则要 12,000 泰铢

🌐 www.cocohut.com

延伸体验 > B52 Beach Resort——与派对一样精彩的酒店

B52 本是一种调酒的名字，代表的是热情的心，而这与酒店提供热情服务的宗旨如出一辙。酒店位于靠近通色拉地区一个安静的海滩上，由于靠近码头地区，便利商店或餐厅设施齐全。房间以及吧台都是以非洲茅草屋风格设计的，茅草屋顶延伸至房间门口看起很像电影中精灵住的房间，略带原始与野性的美感。这样的设计搭配让私人海滩可以说是梦幻绝配。海滩的风景可以直接看见苏梅岛，更是观赏夕阳美景的好去处，浪漫美景尽收眼底，是个求婚的好地方。如果想参加满月派对，饭店还提供免费的接驳车前往哈润海滩。

📍 31/22 Moo 1, Koh Phangan, Suratthani, Thailand

☎ (66)7737-7231

¥ 最便宜的套房一晚只要 1,200 泰铢，最贵的是家庭房一晚则需要 7,500 泰铢，价格有分为淡季旺季跟满月周，请要先上网确认房价

🌐 www.b52resortphangan.com



16:00

上街采购派对必备行头&到小吃夜市填饱肚子

白天抵达帕岸岛租好摩托车之后，可先到哈润镇购买一些经典的派对用品，如火舞绳、荧光衣或是荧光的装饰品。也可以来这里逛逛由派对嬉皮风所衍生而来的银饰创意手作专卖店，欣赏当地的创意商品，可作为伴手礼或纪念品。

傍晚可以先到小吃夜市（Night Food Market）品尝当地经典小吃，由于当地大部分的餐厅主要针对欧美地区的游客，所以西式餐厅非常多，而当地地道的食物反而比较少，小吃夜市就成了当地最具有传统特色的地方了。每天傍晚小吃摊贩开始聚集，热闹非凡，除了当地的泰国人之外，许多热爱泰国食物的欧美游客也都将这里视为必来的景点。除了摊贩外，这里还提供一个室内用餐区且有专人维护清洁，是个很干净的小吃夜市。

🕒 17:00 ~ 22:00

¥ 烤小卷一串是 20 泰铢，饭面类 30-50 泰铢，炸鸡肉 20 泰铢，综合冰沙 20 泰铢

👍 烤小卷、酥炸鸡肉块、烧烤或是冰凉的新鲜水果冰沙

码头右手边道路直行到底即可看见



tips

现场越晚越热闹，若不是住在帕岸岛，由于回程船班有限，离开派对时可以买点摊贩的小点心或是纪念品，可慢慢缓和收拾情绪，一边与路上的朋友拍照，一边往码头方向走。



18:00

步行街——在市井小天堂体验慢生活

这是个小而精致的步行街（Walking Street），没有满满的纪念品或是食物，远离了满月派对那样热闹的地方，却拥有满足当地人生活衣食住行基本需求的小集市，是当地人很喜欢的地方。

原本通色拉是个非常安静的地方，过去的游客几乎都是为了满月派对而来，停留的时间不长，近几年越来越多的人选择来到这里待上一个月，开始享受除了满月派对外帕岸岛的另一种安静生活，而步行街的地点刚好是店家聚集的地方，为了满足游客的来访延长了开店的时间，之后摊贩越来越多，渐渐成为一个物资集散地。政府为了保持交通顺畅、维持秩序并让这里的街道持续活络而实行了每周日一的步行街，未来如果人潮持续增长还有可能会延长开放时间。

🕒 每周六 16:00 ~ 22:00

🌐 www.kohphanganthailand.com



21:00

抵达满月派对——享受世界级的狂欢魅力

领取入场手环（搭船前往才会有，门票与船票由船家销售，住在岛上则不会有），选择自己喜欢的荧光装饰以及荧光刺青，选一壶自己喜爱的调酒，随着音乐与人群走向满月海滩。

满月派对当晚，整个哈润海滩上的每家饭店都会为自己的海滩点上许多特别的灯、滑梯等装饰，还有乐团与DJ演出，火舞与荧光舞的表演，沙滩上也开放摊位的进驻，提供食物、纪念品、荧光刺青、酒精饮料等，此外海滩上还设有许多高高低低的舞台，好让所有的游客尽情享受。

¥ 门票 1,600 泰铢；一桶鸡尾酒约 120-300 泰铢（已住帕岸岛可直接前往满月海滩参与派对，如当晚从苏梅岛前往派对则需要购买门票，门票与船票可于船家处购买）



21:30

沿著海滩而行，感受音乐的律动

海滩上满满的都是来自世界各地的朋友，各个酒吧饭店各有不同的音乐风格及演出方式，又是火舞表演、现场演奏、镭射等画面，在海滩上尽情奔放，你可以不断地换地方，从沙滩头一路走到沙滩尾，看看每一个饭店或是酒吧呈现出什么样风格的音乐。或是选定一个自己喜欢演出后站上表演舞台让音乐带动身体舞起来，或是与一群来自世界各地的朋友一起跳舞，再或是玩起互相拍照的游戏。



24:00 至次日 1:00

探险特别活动

过了 12 点有一些地区还会有特别的活动，如满月派对的字体用火点燃的仪式或特殊表演，此时可到处探险，可以看见不同的演出。每一次看都会有不同的特色，只有亲身体会才能真正了解。



次日凌晨

在沙滩上等待日出

如果搭船来是一定要回去的，不能等着看日出，如果住在岛上，还有精力的话，可以留下来看日出。



派对前的准备工作 ——派对动物必备行头

先不说是否要在众多派对动物中鹤立鸡群,但要快速融入这个“世界三大电音派对”之一的满月派对,你至少要戴上各种荧光配备,或涂上各样的荧光刺青,在闪光与音乐中,任音浪冲击你的灵魂。

——去哪儿网聪明旅行家小王子

01 > 荧光衣

全身荧光几乎成了满月派对人们的标准,用特殊荧光染色剂制作的荧光衣是夜店闪亮的必备元素,衣服上画有各种当地独一无二的满月派对图样,让你成为派对的闪亮焦点,可在哈润海滩及满月派对现场购买。除了荧光衣,这里还有各种让你想象不到的荧光配件,都是满月派对里最特殊的荧光时尚。

¥ 200-400 泰铢



02 < 火舞绳

一条绳子的两 endpoint 上火之后,通过各种角度的甩动,会在黑夜中画出不同的线条,这是当地知名的火舞。有许多来自欧美的游客特别到此地来学习火舞,不过在没学习前,表演有很高的危险性,各位一定要小心。哈润海滩以及满月派对现场可以买到。

¥ 200-400 泰铢

03 < 荧光绳

除了火舞之外,还有一种更简单的方式,那就是使用荧光绳的表演,虽然不像火舞一样火光四射,但是荧光绳一样可以画出各种不同的美丽线条,在当地也是很热门的一种表演方式。哈润海滩以及满月派对现场可以买到。

¥ 200-400 泰铢

04 ▽ 入场吊牌

只要是搭船玩满月派对身上都会有一个挂牌，用来辨识你是搭哪一个船家的船，另一方面也是方便进出满月派对的现场，这个吊牌虽然不能让你带回去，但却是派对中非常重要的证件，千万要保存好。

¥ 免费



05 ▽ 纪念手环

只要入场满月派对都会得到一个手环，这个手环就是门票，可以带回家作纪念品。手环的样式每年都会更换，有时遇到特别的节日也会更换，这可是参与过满月派对的战利品之一。

¥ 免费



06 ▽ 荧光刺青

除了穿上荧光衣之外，还可以在身上画个荧光刺青，你可以在展示版上选择自己喜爱的图样，请刺青师帮你画在指定的地方，不管是动物、神兽、各种涂鸦还是想要自己的名字写上去，刺青师都可以帮你完成。

如果不喜欢刺青师的画作，你也可以买颜料请朋友或自己画，颜料遇到水就可以洗掉。

¥ 100-500 泰铢（图样大小不同有差异）



07 ▽ 桶装鸡尾酒 (Bucket)

来到满月派对非得要喝上一桶鸡尾酒。在整个满月派对上，随处都可以看见各样手提小桶装着不同的饮料，里面包含一罐气泡饮料跟一种烈酒，你可以选择适合自己口味的方式调配，就像当地人所说的，你可以选择自己喝醉的方式。

¥ 150-300 泰铢

tips

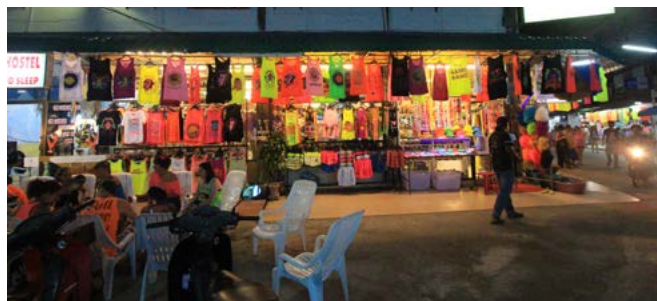
由于烈酒混上气泡饮料变得很好喝，常让你忘记自己的酒量而喝太多，所以喝酒请一定要适可而止。



08 ▽ 更多荧光配备

满月派对有着特殊的荧光时尚，所以除了荧光衣之外，你还可以买到各种荧光的配件，如荧光T恤、荧光帽、荧光发饰、荧光项链、荧光缎带、荧光鞋带、荧光随身包甚至荧光眼镜等，你可以随自己的心把自己打扮成一个闪闪发亮的夜店人。这些配件可在满月派对海滩上的小摊购买。

¥ 荧光帽 250-300 泰铢，荧光发饰、荧光缎带 15-40 泰铢





▼
Best Itineraries
城市达人
线路推荐

涛岛 潜入深海与珊瑚共舞

来到涛岛，放下手机，脱下沉重的装扮，化身世界潜水客，穿着潜水服，背上氧气瓶，踩着蛙鞋跳进海底世界。晚上则在沙滩边，吃着 BBQ 看电影，享受安静而缓慢的夜生活。这就是涛岛，一个以潜水、度假为主题的美丽岛屿。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

开启潜水度假的美好旅程，品尝舌尖上的泰式美味，入住自然生态酒店。

▼
tips

涛岛并不是南缘岛

一般旅行社苏梅岛行程中有“南缘岛+涛岛浮潜”这样的组合，过程中会先到南缘岛游玩，用餐后再前往涛岛周边浮潜，因为这样使许多人会误解南缘岛就是涛岛，其实一般旅行社行程并没有真正安排上涛岛游玩。

1分钟认识涛岛 (Koh Tao)

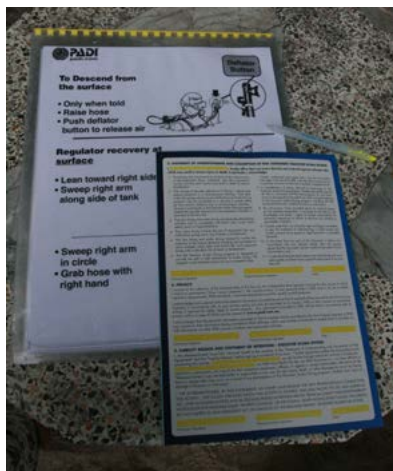
涛岛的另一音译为“到岛”，泰文意思指的是“龟岛”，岛上可看见许多写着 Turtle Island 的标示，许多欧美的旅游书也都这样称呼这座岛。大约 60 年前，这还是座无人岛，泰皇拉玛五世曾经到此访查而留下著名的题字碑，后来这里盖了一座专门关政治犯的监狱，在泰皇大赦后犯人离开了，此后陆续有一些渔民来此定居开垦。

大约在 20 年前，这个仅有简陋的小船和没有任何设施的木屋的小岛，因其天然的环境以及适合潜水的海底美景吸引背包客至此。这个只有 21 万平方公里的小岛周边就有 28 个适合潜水的海域，还包括有 8 公里长的珊瑚礁。如今这个国际知名的“潜水岛”，每年有超过 10 万名热爱潜水的人到访这里，2005 年涛岛上还举办了一场潜水嘉年华，722 位潜水好手同时潜水，破了吉尼斯世界纪录，也成就了涛岛在亚洲地区的潜水地位。

当地交通：

租车（码头附近以及沙里村都有租车店，因为饭店有部分饭店接送，所以车可以骑回饭店，在码头租车则可直接从码头出发再回到码头还车）一般摩托车一日租金在 250-350 泰铢之间，各间差异不多。

一般岛上饭店都有接送服务（步行约5分钟内路程的饭店不提供），也有单程计价的出租车可接送至饭店，价格约100-300泰铢。



tips

沙里村有非常多潜水中心可以报名一日潜水行程，体验潜水课程需至少提前一日报名方便店家安排。目前涛岛的中文教练不是很多，如果潜水教室有中文教练时，会特别注明。

Day1 > 潜水初体验-探索美丽珊瑚群-Angel Thai Food-度假酒店

上午

码头美哈村——吃个早餐

涛岛接驳码头所在地就是美哈村 (Mae Haad Village)，这里是所有游客进出的必经地，便利店、提款机、许多小店铺、餐厅、诊所以及旅游服务中心都在此。

推荐早餐店——Pranee's Kitchen

从码头出来沿左手边一直走就会看到。早餐只有西式早餐，以三明治、火腿、汉堡为主的早餐价格很亲民。

📍 Mae Haad, Koh Tao, Thailand

🕒 07:00 ~ 20:00

¥ 西式早点套餐约90泰铢

沙里村——潜水中心集散地

沙里村 (Sai Ree Village) 拥有一条沙里海滩 (Sai Ree Village)，沙滩主要的道路上有潜水中心、餐厅、书店等，白天是潜水客出海的地方，晚上这里则充满着烤肉香味，是夜间休闲的好去处。

这里聚集了许多潜水中心，可根据自己的程度挑选适合自己的体验课程。深潜并不需要考执照，只要你具备基本的游泳能力，就可以参与一天的体验潜水 (Discover Scuba & Fun Dive)，在专业的潜水教练带领下体验潜水乐趣，欣赏涛岛美丽的水下世界。

潜水初体验——抵达潜水教室、身体状况调查、潜水基本知识以及选择合适的装备

到达潜水教室后，会有专业的潜水教练了解参与者的身体状况，是否有心脏病、高血压或其他不合适潜水的疾病，教练还会解说潜水基本知识，从身上的配备、使用方式、潜水过程中水下沟通所需手势以及遇到问题的解决办法等。选择合身的潜水衣、加重衣、呼吸管及蛙鞋，需要试穿试戴确认合适后，给予你专用的防水袋放置潜水装备。课后会有小小的评量测试已确定大家都已了解。

注意事项：一定要会游泳才可以潜水，所以会有这个先决条件，如果因不会游泳而在潜水过程中发生意外，潜水学校将不需要负任何责任。

推荐店家——Scuba Junction

📍 159/89, Moo 2, Chaweng Beach, Bophut, Koh Samui, Suratthani

☎ (66)77456164

🕒 06:00 ~ 19:30

¥ 一日体验课程 (Discover Scuba) 2,000-2,800泰铢，包含课程、所有装备及一罐氧气瓶。如想要延长潜水时间再多一罐氧气瓶，加收850泰铢（一罐氧气瓶约可使用2.5-3个小时）；其他课程：PADI初级潜水3天半课程9,800泰铢（其余潜水执照课程及其他配套请参考网站）

🌐 www.scuba-junction.com

中午

下水前享用 El Toro 美食——以世界料理征服全球潜水客的胃

此时可先去用餐与休息，养足精神与体力才可以完整参与下午的潜水。El Toro 以丰富的菜单著称，包含德国、墨西哥料理以及意大利披萨和泰国菜。由于价位便宜选择多样，地道的意大利 Pizza 是这里推荐的餐点，大 Pizza 只要250泰铢，受到世界



tips

第一次下水测试

集合出发后会先有初次的下水测试，主要是让潜水体验者习惯身上的装备及水下的呼吸，并且会有一个水下蛙镜进水练习，让潜水者可以放下紧张感并自行排除进水，这是这趟潜水最重要的一件事情。若有经常游泳习惯者应该 1-2 次就可以熟悉，若比较少游泳者，需要多练习几次。



tips

潜水客的休闲指南 > 美景 + 啤酒 = 完美

来到涛岛的潜水客，除了潜水之外就会找个风景美丽的地方，开上一瓶冰凉的啤酒，享受放空的时间。

各地潜水客的欢迎。另外这里还有一个 54 寸的大电视，晚上会播放经典的电影，一边吃饭一边看电影，非常惬意。

📍 Moo 1, Sairee Beach, Koh Tao, Surat Thani, 84280, 介于 Ban's 及 ACBar 之间

🕒 08:00 ~ 23:00

💰 泰式料理饭面类约 70 泰铢，德国料理套餐约在 300 泰铢，披萨两人份约 250 泰铢

👍 意大利 Pizza，各种口味都好吃

下午

悠游海底——美丽珊瑚群景观 & 领体验证书

与其他参与的学员集合后出发，由于体验潜水属于初级潜水，教练会选择水下 18 米以上的高度，并且无风浪及过多高低起伏的地点。这段时间会由潜水教练带着所有潜水者一同游往水下各个美丽景色，这时候可以看见各种热带鱼类、贝类珊瑚礁等，你会发现原来海底拥有另一个世界的美。

附近潜入水里的岩石表面覆盖着海葵及珊瑚，有许多地点适合各种级数的潜水探险。海底能见度为 20 ~ 40 公尺，有丰富多样的海洋生态，包括梭鱼、驴鱼、玳瑁龟、有时还会出现温和的鲸鱼鲨。想要寻求更刺激的冒险，不妨试试深海潜水，到达 16 公尺高的天然岩壁裂缝，潜水者可以顺着岩壁爬升。

潜水时间约 3 个小时，乘着船在落日的余晖下返航，回到岸上整理好装备后教练会发正式的体验潜水证书，虽然不能代表你已经可以自行潜水，但至少证明了勇气可嘉。



晚上

Angel Thai Food——以地道泰式美味激活味蕾

回到沙里村散步并享用晚餐，这里有各式的烧烤店、餐厅、酒吧，海滩上正播放着上世纪 90 年代的电影，带你回到过去的时光，与一群来自世界各地的旅人，一起享受夜间涛岛的休闲。

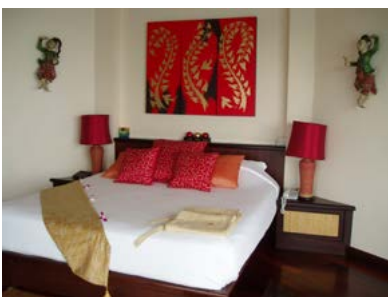
其中 Angel Thai Food 是当地人推荐的小店，位于码头外的主要道路上，外观非常不起眼，但却是纯正的泰式料理，口味酸辣带劲。当地的许多餐厅为了迎合来自世界各地游客的口味，泰式料理都有口味上的调整，但这家店却维持着纯正的泰式口味及便宜的价格，一开始都是当地人光顾，后来许多欧美游客也爱上这里，来到这里必点打抛饭，酸辣调得恰到好处。

📍 Mae Haad, Ko Tao, Surat Thani(从码头出来后直走右手边即可看见)

🕒 08:00 ~ 20:00

💰 泰式料理每一盘大约在 50-100 泰铢之间

👍 打抛饭



Dusit Buncha Resort Koh Tao——岛上元老级木造生态酒店

这家酒店拥有 10 年以上的经营历史，由最开始仅提供住宿跟用水的简易木屋发展到如今拥有设施齐全的 40 个以上房间，且拥有完整视听设备的度假酒店。

除了拥有离南缘岛最近的美景之外，整间酒店以木造为主要建筑结构，在不破坏景观、生态的原则下，依照原有的石头地形建造。酒店每一间房都是海景房，同时也为客户打造安全又方便的海滩设施以及观景台。酒店的餐厅位于最靠近南缘岛的海边，你可以一边欣赏美景一边享用餐点，同时享受顶级的服务。

📍 31/ 3 Moo 1 , T. Koh Tao , Surathani 84360

☎ (66)77456730

¥ 最便宜的房型价格为 2,500 泰铢，最贵的家庭房是 11,000 泰铢，还有最邻近海边的高级套房则是 13,000 泰铢

🌐 www.dusitbunchakohtao.com

延伸体验 > Jamahkiri Resort & Spa——石头式城堡酒店

涛岛的后山由于交通比较不方便，需要经过又窄又难走的砂石路，一般游客根本不会去，可是这里却有一家经常满房的酒店，吸引着你不来不可。

如果从这个海湾经过，你会看到一座如同用石头堆砌的城堡一般美丽的建筑物，那种与当地融合在一起又透露着奢华气息，便是这家酒店的建筑特色。

饭店的老板当初希望能够建造一个属于涛岛的城堡乐园，游客不需要外出，便可以享受这里的热带花园、望海的泳池、SPA 水疗中心、健身房、餐厅，甚至私家潜水中心，正是在这个愿望的指引下成就了如今的酒店样式。

这里还有一个私人码头，除了载客出海潜水外，还可直接以私人船只送客人至码头搭船，非常豪气。涛岛上拥有唯一一个合法的标准温泉，这可是少数泰国岛屿中拥有天然温泉的酒店。

来到这儿，你可以将自己的假期完全交给他们，他们必将会为你准备一趟精彩的旅程，而你只需要好好地在城堡中享受。

📍 21/2 Moo 3 Koh Tao, Suratthani 84360, THAILAND

☎ (66)77456400

¥ 标准房为 5,900 泰铢，家庭房则是 13,900 泰铢，最贵的总统级套房则是 20,000 泰铢

🌐 www.jamahkiri.com



虽然岛上有许多租车店，不过建议在码头附近或是饭店里租，饭店租车不需要押护照，离开饭店时才一同结账。在码头附近租车，可方便离开时还车。

在沙里 (SaiRee) 往美哈 (Mae Haad) 的路上就可以看见



从涛岛最南边的码头骑车到这里需要 15 分钟，这里是一个安静的区域，仅有几家饭店



Day2 > 拉玛五世皇像 -欣旺湾 -洽洛村 -南缘岛瞭望处



上午

饭店海滩漫步与早餐

涛岛是大量潜水客聚集的地方，有许多饭店提供简易的房间，吃早餐可能需另付费。早餐一般为自助式或泰式。由于地形关系，部分饭店会有高低不同的用餐区，让你的美味度假早餐也有广阔的视野。

拉玛五世皇像及题字碑——最佳吹海风发呆地

泰国人最崇敬的国王之一拉玛五世皇曾于 1899 年来涛岛，并在他认为最美的地方留下了题字碑，后来岛上的人便在此地建立了一座五世皇的雕像面对着大海，象征着五世皇保佑海域的平静与安全。来到这里你就会理解拉玛五世皇为什么要在这里停留，一望无际的大海、白色的沙滩、各种不同岩石的堆栈，让你不得不放慢脚步，潜水客也喜欢在这里放空自己，体会那份宁静。这里的海滩上有一些按摩摊位，能够一边欣赏美景，一边享受沙滩按摩。

欣旺湾——俯瞰海湾歇心地

欣旺湾 (Hin Wong Bay) 是涛岛重要的潜水湾，由许多大小不一的岩石所组成的湾口，因交通较为不便而成为涛岛上特别幽静的地点，这区拥有特殊岩石地形加上绿色的海面以及蓝色的天空，如同上帝的画作一样美丽。这边有一家小小的店 Hinwong Bungalows，提供简单的饮料，一些熟知这里的潜水客都会带上一本书来到这里，点上一杯冰凉的饮料，享受一下午的悠闲时光，或者你也可以租用一条小船自己下海潜水，享受纯粹私人的潜水空间。



下午

洽洛村——安静又美丽的角落

洽洛村 (Chalok Baan Kao) 是岛上最美丽最安静的角落，这里已经远离了主要的沙滩与码头，拥有的是岩石与珊瑚礁，虽然这里只有短短的小沙滩，但却拥有一望无际的海景，来到这里仿佛整个美景都是属于你的。



傍晚

南缘岛瞭望处——绝佳赏日落浪漫地

南缘岛瞭望处 (Nangyuan Viewpoint) 是距离南缘岛最近的地方，肉眼就可观望到不到 5 公里以外的南缘岛美景，此外，像是欣赏一幅画一样看着天然形成的南缘岛，静静地漂在海上，如果时间适当，还可以在这里看见夕阳映照下的红色海面，这可是大自然送给你的礼物。



晚上

Dusit Buncha Resort Sunset Restaurant

这家餐厅的厨师来自曼谷，以正式纯正料理为主要餐点，最受欢迎的是泰式酸辣汤、椰子色拉等，你可以选择室内用餐与室外用餐，除了美味佳肴外，还能看见美丽的海景与夕阳，增加食物更多风味。跟朋友一起享受这美景与美食，一定会是难忘的记忆。

📍 31/3 Moo 1, T. Koh Tao, Surathani 84360

🕒 07:00 ~ 22:00

📞 住客可免费使用餐厅设施，游客则需要点上饮料或用餐

🌐 www.dusitbunchakohtao.com



Best
Itineraries
城市达人
线路推荐

南缘岛 远离尘嚣做岛屿的主人

白天的南缘岛总是人来人往,但下午 3:00 以后,随着最后一班船驶离了南缘岛,这里几乎变成无人岛。而岛上唯一一家酒店的住客,仿佛变成了岛屿的主人。岛上没有灯,也没有电视,只有月亮跟星星的陪伴,在这里享受完全的寂静,那样安静,那样纯粹。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

在安静的南缘岛观光、浮潜,在唯一的餐厅享用自助餐,入住唯一的酒店独享纯净的海水、沙滩。



tips

1. 由于南缘岛是私人岛屿,所以上岛一律要收费,并且不得从事任何商业摄影,如婚纱摄影、商品摄影,如果需要此类服务,需先与岛上酒店经理联系,并支付相关费用。
2. 岛上也因为注重环保,不得携带任何塑料瓶进入,上岛时会检查,并且为了不伤害当地美丽的珊瑚,也不可以穿蛙鞋进入。
3. 由于整个岛屿受到生态保护,岛上主要以步行方式游岛。

1分钟认识南缘岛 (Koh Nang Yuan)

南缘岛,一个离涛岛不到 5 分钟船程、离苏梅岛约 1 小时 45 分钟船程的私人岛屿。岛上仅有一家酒店、一个用餐地点、一个潜水中心,仅有若干服务人员驻留在岛上,当地人称连接小岛的白色长长沙滩为“摩西之路”,因为沙滩很浅,每当干季时沙滩就会又大又明显,到了雨季时便会细细长长的,有时甚至整条沙滩都会不见,三座岛屿也因此成了不连结的小岛。只要你延着阶梯登上观景台,然后再攀登两块大石头就可到达岛屿的最高点,即可俯瞰到独特的“白色海鸥”风景。

如何前往:

这里虽是私人岛屿,却是很多游客热爱的景点,所以整个苏梅岛岛群的大型飞翼船都有停靠点,一天两个班次,单程票价为 550 泰铢,从涛岛来这里则需要租一艘小型长尾船,单程 100 泰铢。来南缘岛一般都要参加一日游行程,包含船资、门票等项目。

👉 南缘岛一日游旅行社 Lomprayah Snorkeling : One-Day Trip

🌐 www.lomprayah.com/E/packagegetour.htm

饭店会接驳至码头，不管你住在哪里，当地报名行程时旅行社会先确认你的住宿地点，并和你约定接送时间，假设你住的离码头远就要更早起，如果你离码头近就可以晚一点才出发。



tips

若不在岛上过夜，可回到南缘岛搭上回程的飞翼船后返回苏梅岛。

上午

从苏梅岛出发前往南缘岛

前往南缘岛的是较大型的飞翼船，船上有一个 MINI BAR，船票提供两杯饮料的兑换券，船上有冷气，座位很舒服，很容易就会睡着。不过由于船程较长，容易晕船的游客请记得先吃晕船药。

抵达南缘岛上观光或浮潜

抵达南缘岛后，可漫步于纯白色如海鸥展翅般的沙滩，接着爬上最高点俯瞰南缘岛的三个小岛与白沙形成的美丽景致。接着就可以到处拍照、爬山到最高点或是在岸边进行浮潜。这里沙滩上有提供洋伞及躺椅，不过是要付费的，租用费用为 50 泰铢。

Easy Diver 潜水中心

除了提供浮潜服务之外，岛上还有一个深潜的潜水中心，拥有专业的教练指导，绝大部分的客户都是来自岛上的住户，当然也有专门为了此处的海域远道而来的潜水控。

- 📍 这个潜水中心是涛岛上潜水中心的分店，方便服务客户
- ¥ 最便宜的体验潜水要 4,000 泰铢，其他课程约是涛岛的 1.5 倍
- 🌐 www.kohtaoeasydivers.com

中午

在南缘岛餐厅用午餐

中午于南缘岛餐厅享用自助餐：蔬菜色拉吧，白饭、青菜两份（当令蔬菜）、咖喱鸡肉、炸鸡肉，水果（西瓜、菠萝），菜色虽不多，但是量绝对足够。餐厅也可以点各式的饮料啤酒以及简易的餐点，不过价格一般是苏梅岛上的 1.5 倍。

- ¥ 1 瓶啤酒 60-80 泰铢（苏梅岛上 1 瓶啤酒约 40 泰铢）

下午

搭上浮潜用船前往涛岛周边的芒果湾浮潜

稍微休息后搭乘浮潜小船前往涛岛旁的芒果湾（Mango Bay）浮潜美丽珊瑚礁与鱼群就围绕在你身边。由于距离很近，上船时船家会发救生衣及潜水蛙镜，并讲解适合潜水的区域。这里并没有上岛，而是直接在芒果湾停船后让游客下海浮潜。

感受无人岛的饭店——Nang Yuan Island Resort

南缘岛酒店仅有 20 间左右的房间，位于南缘岛的大岛上，这里因为缺乏水资源，可冲洗的淡水仅在下午 5 点到晚上 10 点提供，旺季时电力 24 小时提供，但到了淡季电力也仅下午 5 点至 10 点提供。

或许你会觉得不方便，但这里的房间到了旺季可是一房难求的，虽然生活条件不太完善，但对于许多想要完全放空度假的人，反而珍惜这样的机会，远离一切，好好地享受无人的时空，那种天空、沙滩、海水甚至夕阳都是你独有的，这不就是最大的奢华吗？

- 📍 46 Moo 1, Tumbon Koh Tao, Amphur Koh Pha-Ngan, Suratthani
- ☎ (66)774608893
- ¥ 淡季最便宜的套房一晚 1,200 泰铢，最贵的是家庭房，一晚需要 14,000 泰铢
- 🌐 www.nangyuan.com



Best
Itineraries
城市达人
线路推荐

安通国家公园 独木舟探险之旅

前身为泰国皇家海军基地,受到严密保护的原始群岛,一直到1980年才正式开放成海洋公园,成为热爱搭乘独木舟旅行的游客们的探险仙境。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

体验独木舟群岛探险,慈母岛登山,赏山中湖,哇他乐岛度假观光,登顶眺望梦幻美景。

tips

目前安通国家公园一日游由专门的服务船家负责所有行程,需在当地旅行社报名,所有交通跟活动所需皆由船家负责。

🏠 SAMUI ISLAND TOUR.

☎ (66)77421506

¥ 大人1,850泰铢,小朋友1,000泰铢(这是整体费用,包含了景点门票等)

🌐 www.samui-islandtour.com

1分钟认识安通国家公园 (Ang Thong Marine National Park)

前身为泰国海军基地的安通国家公园,由各种不同大小的礁岩小岛所组成,可以看见各式各样的无人岛。这也是泰国当地人必访的国家公园,位于苏梅岛西北方约30公里处,船程约1.5小时,整个国家公园内一共有42个石灰岩小岛,岛上有各种热带林木与生物,众多的猴子也是各个岛屿间主要的住民,为了保护当地的生态环境,这里受到非常严密的管理。

从地形来说,这里同时拥有石灰岩峭壁、洞穴、白色沙滩、岩洞以及隐密在群山中美丽的淡水湖,由于开发少随处可见种类繁多的鸟类及哺乳类动物,我们可以爬上最高的山顶,俯瞰整个群岛壮阔的美景,岛与岛之间不整齐的连贯,却有种不对称的美感,搭配上蓝色天空、青绿海面,仿佛是另一个仙境。

每年的11月至12月是固定休园时间,由于开放之后进来的游客越来越多,这里需要多一点时间让大自然休养生息,也让生态环境不至于受到太大的破坏。目前安通国家公园区内对游客开放的岛屿仅有哇他乐岛(Koh Wua Ta Lop)以及慈母岛(Koh Mae Koh;又音译为“媚科岛”),也只有这两个岛屿为游客提供相关服务设施,其他的岛屿皆需自行租用船才可以登岛,并且因为这些岛屿都是生态研究之所,必须



饭店接驳至码头，不管你住在哪里，当地报名行程时旅行社会先确认你的住宿地点，并跟你约定接送时间，假设你住的离码头远就要更早起，如果你离码头近就可以晚一点才出发



tips

- 由于划独木舟的过程中没有任何遮蔽物，请做好防晒措施，记得一定要擦防晒霜，也准备好帽子、长袖衣物等，不然一天活动结束后，保证你晒得跟“烤鸭”一样，更重要的是晒伤的痛苦会让你的度假乐趣大减。虽然有许多工作人员会在身边帮忙，但独木舟环游过程中请一定穿着救生衣，以防万一。

以两人一艘独木舟为分配原则，船家会在带领大家进行环湖的过程中，介绍当地的地形、生态等。两个人一起划独木舟可让一人先负责拍照，一人负责划船，一段时间后交换，过程就不会那么累了。不过不用担心，并不需要一直划，中间会休息。

独木舟的行程顺序会因为人数多少而有所变动，由于每个小岛上能容纳的人数有限，人太多时将会分批上岛而调整前后顺序，也就是你有可能是上午先到哇他乐岛，下午才划独木舟。

- 岛屿的入口有一个简单的小摊会提供水及饮料，方便游客购买，但价格比较高，建议还是自己带水比较划算。

提前申请。



上午

船行至安通国家公园

前往安通的船上备有简单的小餐点（面包、三明治）、水果、饮料、水，过程中大家会在甲板上晒太阳，吃东西聊聊天。快抵达时，工作人员会开始说明今天的行程跟注意事项并给大家救生衣。

看尽安通——独木舟群岛探险

独木舟环群岛游是目前安通国家公园唯一开放的游客活动，当然也是最安全、最方便的方式。由于独木舟非常贴近海面，让你仿佛是在海面上行走，可以用平面的方式感受安通，并近距离接触这些特别的石灰岩、山洞，体验一种特殊的趣味。旅程中，登上慈母岛与哇他乐岛可以从另一个高度来观赏安通国家公园的美。各种山林植物、动物，和平地与大自然相处着，自己仿佛也成了这个自然环境中的一份子，平静安适地生活着。

慈母岛与山中湖

到了慈母岛（Koh Mae Koh）后，停妥独木舟便开始登山，船家会约定时间与大家在同一地点集合。所有的游客开始进入慈母岛看山中湖，这时候由于路小人多，大家以小心为原则来好好欣赏漂亮风景。

整个岛屿的中心有一座淡水湖叫做山中湖（Lagoon），如同母亲的肚子，孕育着生命，因此叫做慈母岛。

要看山中湖也要经过几处陡峭的楼梯，由于这里的地形有非常多的大岩石，为了进出的安全以及观景的方便，在不破坏原有地形的前提下修建了部分人工的阶梯，有些地方几乎是垂直的90度，一定要备加小心。

山中湖可从高处往下俯瞰或是从另一个湖上平台，让游客更接近湖面，翠绿色的湖面下，可清楚地看见自由游动的鱼类，这里也是游客必来的照相景点。除了看山中湖，这里也是当地环群岛游时乘独木舟的地方。





中午

船上自助午餐

观赏完山中湖之后便到船上享用午餐，午餐以当令的蔬菜与水果并加上咖哩鸡肉或鸡腿与泰国香米煮成的米饭，由于天气炎热，搭配的是冰凉的可乐等气泡饮料，由船家提供，基本上都吃得饱，完全不需要担心。

下午

哇他乐岛观光休憩 & 登山

吃完午餐之后搭船（不需要再划独木舟了）前往哇他乐岛（Koh Wua Ta Lop），这是国家公园内最大的岛屿，也是总部所在，由于群岛并没有提供任何住宿设施，仅哇他乐岛上可申请搭设露营帐篷。这里由于属生态保护区，无豪华的设施，但设有办公室、提供简易的饮料或零食的小卖铺、有急救中心及救生员。

但近年来此处已成为游客主要的观光地点，在长长的沙滩上设有一个很大的排球场供游客游玩，服务中心可借到排球，此外还可借用浮潜工具就近在海边浮潜，沙滩上还有卖冰凉的椰子以及冰淇淋的小摊，带给游客完美的度假感受。

到了哇他乐岛之后开始自由活动，你可以先好好休息、在椰子树下睡个午觉之后，再爬山登顶，或是可以选择到海边浮潜，甚至找一群朋友，跟来自世界各地的朋友来场国际沙滩排球赛。

许多游客来此也一定会登顶观赏哇他乐岛的风景，因为此岛拥有整个群岛最高的山。但由于不破坏原来地貌，这里并没有人工的楼梯设施，仅依照地形开辟出一条陡峭的登山道路，并且有几条方便游客爬山可以拉住的缆绳，所以在这里登山需要一定的体力。如果体力够，不休息的话，登顶需要半小时。

为了方便游客观景，山上有四座不同高度的观景台，一般游客通常能够爬到第二层观景台，第三及第四层更为陡峭难、度更高，但也唯有登到第四层才有机会俯瞰整个群岛的风景。

然而要登到第四层有一个重要的条件，那就是事先得准备一双方便携带又防滑的鞋子，一般穿着海滩拖鞋的游客是很难爬上去的。登山的过程很辛苦，但只有登上最高山才能体会到原来安通是如此的美丽，才可以见识到这如梦似幻世界般的美景。



tips

在椰子树下享受大自然的午睡时光

出发前记得带上大毛巾，在哇他乐岛时，可以铺在地上，躺在椰子树下睡一个舒适的午觉，或点上冰凉椰子，带本自己爱看的书，静静地享受与自然共存的平静。如果想要在椰子树下睡午觉，请先确认树上没有椰子，不然睡到一半，可能会被突然掉下的椰子给砸醒。



去哪儿? Qunar.Com

聪明你的旅行



更多骆驼书下载



骆驼书

中国最聪明、最接地气的出境游便携指南

由当地旅游达人带路的优质行程

必玩体验、住宿、美食、购物、交通、24Hrs 特色游玩路线

以及私享深度路线

让你的境外游玩绝不是一条平凡之路

扫一扫 关注我们



去哪儿骆驼书微信二维码



去哪儿骆驼书微博二维码

去哪儿骆驼书下载 / guide.qunar.com 官方微博 / weibo.com/lvyougonglve
想法、建议, 请告诉我们 / luotuosu@qunar.com