

# KRABI

# 甲米



骆驼书

**甲米海湾**：48Hrs 完美探索

**经典甲米**：TOP 5 奇异体验

**外海四岛**：跳岛游侠的探险

**皮皮岛**：电影海滩风情

## 海岛系列

Islands Guide

[guide.qunar.com](http://guide.qunar.com)





## About Krabi

### 关于甲米

01 关于甲米

## Before the Trip

### 行前计划

02 最优住宿推荐

07 最佳交通工具

## Classic Krabi

### 经典甲米

10 玩家最爱 / Top5 奇异人文体验

12 48Hrs 甲米海湾探索之旅

## Do's & Don'ts!

### 必备物品 & 注意事项

16 必备物品 & 注意事项

## Explore Krabi

### 探索甲米

17 玩乐达人的岛屿地图

18 外海四岛探险之旅

21 洪岛 / 探访红树林之旅

24 兰达岛 / 慢节奏的海岛之旅

27 皮皮岛 / 电影海滩风情之旅

**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。

甲米,  
泰国南部的热带半岛,  
洁白柔软的细沙、  
温暖清澈的海水、  
随风摇曳的棕榈树,  
勾勒出一幅天堂的美景。  
层叠堆积的山丘岩层,  
吸引着万千游客前来攀岩,  
划独木舟穿越溶洞,  
又能让人感受到遗留已久的浓厚文化。



## 推荐甲米必玩体验



### 【游在甲米】

#### 山水如画

山，遇水则灵，水，遇山则清，山水合一，才能成为一幅画。甲米的海景正是以其随处可见的石灰石山而著名。

这里是熔岩区，山冒出海面，形成一座座形状各异的小岛，千姿百态，别有趣致。

这些小岛有名字的不多，大部分也比较冷清，就这么随意地，好像被一只“看不见的手”撒落在碧绿海面，成为甲米最抢眼的景致。也正因如此，比起普吉岛，甲米的明山秀水，更多了几分“清水出芙蓉，天然去雕饰”的美。



### 【玩在甲米】

#### 乐趣无限

甲米的水质很适合潜水，尤其是在海岸旁岛屿的附近。除了潜水，甲米也是现代“蜘蛛人”所爱——据说已经有460条攀岩路线。如果潜水和攀岩都太过激烈，你可以找一处僻静的海湾去喂鱼，水清得动人蓝得彻底，有成群黄绿相间的热带鱼，洒下一片面包，它们就蜂拥而至。



### 【吃在甲米】

#### 海鲜盛宴

甲米岛，异常朴素，不仅有宁静的海滩，还有地道的泰国美食，甚至烤鸡腿和水果飞饼等甲米的特色小吃，一般路边摊就有卖，味道都不错。甲米盛产海鲜，龙虾、生蚝、鱿鱼等新鲜打捞的海鲜在海鲜店中供游客挑选，并用泰式烹饪方法烹调，令游客尝到不一样的海鲜盛宴。



### 【乐在甲米】

#### 市集淘宝

日落时分，Ao Nang 海滩惬意的夜生活刚刚开始。这里商店、餐馆林立，也有热闹的夜市出售当地特产、手工艺品，人头攒动处往往是喜欢淘宝的“外来”MM们。这里也有灯红酒绿处，不过酒吧更纯粹、更安静，点上一杯，与朋友聊聊天，享受这休闲美好的时光。



### 【醉在甲米】

#### 浪漫风情

甲米是安达曼海岸边最美丽的地方，这里有温暖而干净的海滩，有远离世俗的慢节奏生活，忘掉那些需要用烛光 and 葡萄酒来装点心情之类的事情吧，因为这座岛屿无处不美景，无处不浪漫。每一片沙滩都互不打扰又各具风情，非常适合与爱人牵手共度闲适时光。





## Smart Traveller 聪明旅行家



小王子

本名邱明亮，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的执照。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”。这趟跳岛之后又探访过许多不同的大小岛，发现每一个岛屿都有属于自己的个性和迷人风采。

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

甲米，天堂般的热带岛屿，30 多个离岛如珍珠般散落在这片海域。这里碧海蓝天奇珍异石，与世俗人间似近又远，如秘境般的飘渺，这也许是好莱坞电影《迷幻沙滩》选择在此取景的原因吧。

### ——去哪儿网聪明旅行家 小王子

#### 对于未曾到过此地的旅行者，能否简要介绍一下这个城市？

甲米位于泰国南部，是一个有如天堂的热带半岛。洁白柔软的细沙，温暖清澈的海水，棕榈树随风摇曳，瀑布潺流不绝，野生动物随处穿梭，这里到处诗情画意，美不胜收。甲米区别于其他泰国岛屿，这里包含了甲米市区（Krabi）、奥南海湾（Ao-nang）、莱雷半岛（RaiLay）、兰达岛（Koh Lanta）、洪岛群（Koh Hong）、皮皮岛（Koh Phi Phi）以及数十个邻近的大小岛屿。这里有千年的史前遗迹，特殊的绿色石灰岩地形，适合攀岩的层岩景观，美不胜收的海滩，热带雨林，以及与世隔绝的半岛。甲米是美丽多变又富有探险气息的度假胜地。莱昂纳多·迪卡普里奥的电影《海滩》几乎都在此地取景也就不足为怪了。

#### 能否描述一下当地气候以及住宿状况，特别是跳岛旅行的建议？

甲米受到西南季风影响，全年仅有两季：1~4 月为热季，5~12 月为雨季。雨季期间下雨频率高，但雨量还是很少。年平均气温为 16.9~37.3℃ 之间，气候舒适宜人。安达曼海域适合出海的季节为 11 月到 4 月。

依照特殊地形而建的酒店是甲米的一大特色。兰达岛里有获奖无数的世界奢华酒店；皮皮岛上潜水客热爱的小旅店将居住环境与自然有机融合，备受游客推崇。

数十个大小岛散落在甲米海湾内，你可以选择一日一岛、三岛、四岛、五岛等旅行组合，搭乘长尾船涉猎每个岛屿，在甲米成为跳岛旅行的高手。

#### 对前来这里驻足的游客，你可否推荐一些值得尝试的体验？

甲米地区独特的地质特点也让它成为泰国最合适攀岩的场所。莱雷湾石灰岩山丘层叠，这里有 700 多处合适攀岩的区域，吸引着来自世界各地的攀岩爱好者。攀到山顶就可以俯瞰整个安达曼海以及小岛群，一览众山小。

划独木舟也是不错的游览方式，深入山中的溶洞，观赏钟乳石、石笋等等。你甚至会发现墙面上史前人类遗留下来的岩画。

# Where to stay 最优住宿推荐

岛屿旅行中,住宿是一场重要的体验。

甲米以及周边岛屿涵盖有海湾、半岛、离岛等不同的型态,再加上石灰岩山、海上喀斯特地形等特色地质环境,许多酒店依照地形设计出不同的特色酒店。这里有奢华饭店也有如家一般的民宿,可依照自己的预算、天数以及旅游行程规划出另一种只专属与自己的旅程。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

## 奥南区 (Ao Nang Beach)

奥南是甲米最热闹的海湾,这里有一整条的夜市,路上尽是提供旅游服务的旅行社,路旁还有许多各式各样的餐厅。不管白天还是晚上,世界各地的旅人在此处穿梭在。这里的饭店种类也比较多,从海滨饭店、特色饭店到民宿有多种选择。奥南有码头,出海也方便,还有美丽的夕阳,来甲米旅行一定不要错过住在奥南。



▲ Peace Laguna Resort & Spa

### Peace Laguna Resort & Spa

#### 高档酒店 | 童话世界般的湖景

以石灰岩地形为背景,小小的木屋围绕着一个翠绿色的湖,湖面上倒映出山景与木屋,湖上偶尔会有小木船滑过,这是一个童话般的场景,这家饭店也因此而闻名。

舍弃了海滩的元素,善用地形的特色,让住客仿佛进入另一个幻想中的世界。除了木屋的造型,房间内部是自然的柚木地板。设施非常齐全:舒适的床铺、大屏幕电视、淋浴设备等等。享受,自然,再加上梦幻的景致,让岛屿度假有了别样风情。

📍 193 Moo2, Ao Nang Beach, Krabi

☎ (66)75637344~7

¥ 公寓房型 2,500-4,500 泰铢, 较大型的独栋木屋 6,000~9,000 泰铢

🌐 [www.peacelagunaresort.com](http://www.peacelagunaresort.com)

### Krisda Villa

#### 中档 | 温馨如家的花园民宿

这里离南湾大约五分钟车程,没有一般海岛饭店的奢华。这是一个由一家人开设的民宿,只有一个服务生、一个妈妈跟一个园丁还兼任司机。房间内部设计极为简单,只有一张床铺跟一组梳妆台,当然还有电视跟小冰箱。房间像是妈妈打扫过的一样干净。总共仅有 16 间客房,但提供非常多的服务,包含租车、接送、住宿、洗衣还有餐点,也可以代订行程,推荐给预算有限又喜欢家的感觉的游客。

📍 239/3 Moo 5, Saithai, Muangkrabi, Krabi

☎ (66)75662320

¥ 平均一间饭店一晚只要 900~1,700 泰铢

🌐 [www.krisdavilla.com/home.html](http://www.krisdavilla.com/home.html)

▼ Krisda Villa







## Centara Grand Beach Resort & Villas Krabi 高档 | 与世隔绝的度假村

入住这家饭店，必须先搭上长尾船 10 分钟左右的船程。你会看到一条从海中延伸到山里的灰色漂浮道路，那是一条通往饭店的海中道路。

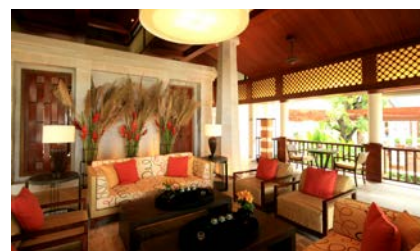
离奥南不远的半岛上，这家饭店是被山隔绝的秘境，出入的方式只能搭船，所有饭店的设施全部被包在石灰岩山里，就像是电影里的场景。虽然与世隔绝，这里的设施也称得上是一个完整的度假天堂。

房间的设计以天然木质家具为主，部分房间还有户外浴缸，可以一边泡澡一边欣赏美丽的风景。这家饭店可以为你打造一个专属的旅游行程，许多欧美的游客会把一整月的假期安排都交由饭店打理。

📍 396-396/1 Moo 2, Ao Nang, Muang, Krabi

¥ 基本房型约 8,000 泰铢，有专门的按摩浴缸的临海房价格为 14,200 泰铢

🌐 [www.centarahotelsresorts.com/ckbr/ckbr\\_default.asp](http://www.centarahotelsresorts.com/ckbr/ckbr_default.asp)



^ Centara Grand Beach Resort & Villas Krabi

## 其他推荐

### Krabi Aquamarine Resort & Spa

这家酒店并不邻近海边，但是拥有独栋与大泳池的住宿，住宿环境很棒，性价比很高。作者尤其推荐家庭房。

📍 169 Moo 3, T. Aonang, Muang, Krabi 81000, Thailand

¥ 基本房型约 2040 泰铢，两张床的家庭房旺季约 6700 泰铢

🌐 [www.krabiAquamarineresort.com](http://www.krabiAquamarineresort.com)

### Aonang Princeville Resort & Spa

近奥南海滩的精品饭店，当地最推荐的合乎穆斯林规定的清真餐厅，提供标准的伊斯兰食品。

📍 164 Moo 2 Ao-nang Beach, Muang, Krabi 81000 Thailand.

¥ 基本房型约 3500 泰铢，蜜月套房约 10000 泰铢；旺季会有些差异

🌐 [www.aonangprinceville.com](http://www.aonangprinceville.com)

### Krabi La Playa Resort

这是一家设备完整的套房饭店，距离海滩仅需 15 分钟。高楼层的房间里透过落地窗还可看见海景，饭店内设有会议室以及儿童游戏区。

📍 143 Moo 3 Tambon Ao Nang Amphur Muang Krabi

¥ 基本房型约 3000 泰铢

🌐 [www.krabilaplaya.com](http://www.krabilaplaya.com)

## 诺帕叻沓拉海滩 (Nopparat Beach)

靠近奥南区的海滩，处于国家公园的范围内，这里有绵延的白色沙滩。因为是浅滩，并不适合游泳，但却是晒太阳的好地方。许多游客喜欢在这里铺上毯子看海野餐。



▲ SALA Talay Resort and Spa

### SALA Talay Resort and Spa 中档 | 绿色时尚饭店

以绿色生态为主题的饭店。虽然并没有直接建在沙滩上，与诺帕叻沓拉海滩仅有一个马路之隔，饭店周围环绕着热带树木与绿地，与整个饭店主题相应在一起。

这家饭店一共有 59 个房间，围绕着一个大型的泳池，餐厅就面对的海滩，一边吃饭还可以享受美景，饭店内有标准的健身房以及儿童游戏区 (Kids Club) 就算带着小朋友，也不用担心没地方可以玩哦。

📍 123 Moo3 Ao Nang Beach Muang, Krabi

☎ +66 75 810 888

¥ 一般套房约 2500 泰铢，家庭房约 6000 泰铢

🌐 [www.salatalay.com](http://www.salatalay.com)

## 其他推荐

### Railay Bay Resort & Spa 高档酒店 | 看尽小岛精华

这家饭店是莱雷最早开设的饭店，一开始只是小小的背包客旅店。现在已经发展成为拥有 130 间客房的大规模度假酒店，这些客房可分为七种不同的房型，包含有小型套房、私密的泳池 VILLA 等等。最受欢迎的莫过于莱雷海滩上面朝大海的滨海套房，私密的居住环境，贴心的服务以及落地窗前壮丽宽阔的海景，都让人忍不住去享受它。

📍 Railay beach 就在莱雷湾上

☎ (66) 819152700

¥ 一般房约 3,500~5,000 泰铢，最贵四人房泳池别墅约 10,500~18,500 泰铢，值得注意的是海滩旁的面海房淡季一晚只要 5,820 泰铢

🌐 [www.railaybayresort.com](http://www.railaybayresort.com)

### RedGinger Krabi

时尚设计饭店，简约设计加上泰式与中式元素，处处可见配色的巧思。

📍 Ao Nang, 142 Moo -2 Ao Nang, Krabi, 81000, Thailand

¥ 基本房型约 4500 泰铢

🌐 [www.redgingerkrabi.com](http://www.redgingerkrabi.com)

### 莱雷湾 Railay Bay

甲米延伸的半岛，是当地的攀岩胜地。特殊的喀斯特地形几乎与海滩连在一起，饭店依照这个特色而建。喜欢安静或者玩攀岩的游客会选择住这里。



## 兰达岛

兰达岛因为禁止建造新房舍以及限制房舍高度，这里几乎没有太多的消费活动以及夜生活。进入这里交通方式只有渡轮，距离曼谷地区也比较远，却成了世界许多富人，包含好莱坞明星的度假天堂。这里有几家世界知名的奢华饭店，游客在这里享受完全不被打扰的假期。

### The Houben Hotel 中档酒店 | 对比冲击的设计饭店

岛上这座极富泰式风格的饭店采用极简主义设计，红白黑三种配色，整个饭店呈现一种前卫又年轻的气息，吸引了来自世界各设计产业的设计师入住。饭店并没有靠海滩，但拥有一个小湾口，最引人瞩目的设计是湾口上长形的红色泳池，延伸到湾口最前端，仿佛可以直接从湾口游入海中。房间数仅有 15 间，且间间临海。房间内部用极简的黑白配色，落地窗直接面对海景，连浴室内部都可以看海。

📍 272 Moo 5, Koh Lanta Yai, Krabi

☎ (66)75665144

¥ 房价约 3,400~7,500 泰铢，淡旺季有些差异

🌐 [www.thehouben.com](http://www.thehouben.com)

✓ The Houben Hotel



↗ Pimalai Resort & Spa

### Pimalai Resort & Spa 奢华酒店 | 好莱坞大明星的后花园

就是这样一个交通不便却很昂贵的酒店，订房却要总是等到半年之后，可能很多人会诧异，其实不然：2014 TripAdvisor 票选旅者最佳选择饭店；2011 泰国 Tatler 杂志评选最佳餐厅 The Seven；2011 年 World Luxury Spa Awards “最佳奢华度假村 SPA”；2010 年“绿色饭店大奖”、“世界奢华饭店大奖”；2009 年“世界奢华饭店大奖”、“绿色星球大奖”等。酒店园区遍布各种园林园艺，从每个角落到每一间客房的门口都是不同的造景设计，让饭店区域与环境天然交融，漫步其中就仿佛在欣赏一场园艺表演。据饭店的经理透露，这里是好莱坞大明星的度假胜地，除了奢华的设施，更有私密空间，让住客独享清静。

📍 99 Moo 5, Ba Kan Tiang Beach, Koh Lanta, Krabi

☎ (66)75607999

¥ 一般房大约 12,000 泰铢，最高级的海滩 3 房泳池别墅 75,000 泰铢

🌐 [www.pimalai.com/en/index.asp](http://www.pimalai.com/en/index.asp)

### MoonLight Resort 中档酒店 | 拥抱自然的环保饭店

两种天然环境，一边海滩，一边天然湖景与树林。房间用的是茅草屋顶以及木造加上竹造的屋身。内部装潢几乎都是可回收的材料。这里虽然没有豪华设施，但房间内所需的基本配备齐全。配置简单的饭店本身与自然环境共处的方式，让住客能够真正感受到岛上的天然风情。住在环保酒店本身就是一种与自然和平共处的态度。

📍 69 Moo 8 Ban Klongtob, Ko Lanta Yai, Lanta Island, Krabi

¥ 一般双人房房价约 2000 泰铢，家庭房约 7,500 泰铢，淡旺季有些差异

🌐 [www.moonlight-resort.com](http://www.moonlight-resort.com)

➤ MoonLight Resort





## 皮皮岛

皮皮岛的饭店都位于大岛上，饭店的选择不多，大部分是潜水客的小旅店。中型的饭店也少。由于岛很小并无法大量开发新饭店，岛上仅能步行，设施大多以简易方便为主。



▲ Phi Phi Andaman Legacy Resort

### Phi Phi Andaman Legacy Resort

#### 经济型 | 优质首选酒店

在皮皮岛少数的中档饭店之一，位于通赛湾的尾端，设计是以简易泰式搭配欧洲风格，质量与价格比相当优质的饭店。

饭店旁就是皮皮岛海鲜餐厅聚集点。走出海滩的地方就是皮皮岛夕阳最美丽的角落。到了傍晚饭店会准备好丰富的美食等待房客来享用，晚上在这里还有酒吧可以喝酒聊天以及火舞的表演。

📍 1 Moo 7 Phi Phi Island Ao-Nang Muang Krabi

☎ (66)75601106

¥ 一般房型淡季约 1,800 泰铢，最贵的房型旺季约 3,700 泰铢

🌐 [www.phiphiandamanlegacy.com/main.htm](http://www.phiphiandamanlegacy.com/main.htm)

### Chaokoh Phi Phi Lodge 经济型 | 价格超优的复古饭店

饭店建筑能看到早期皮皮岛饭店的样式，有种复古的情怀。虽然年头长，但饭店本身的维护是非常用心的。饭店内的设计以大理石地板为主。房间内部空间比其他的饭店都宽敞。最特别的地方就是，饭店内部的设备继承了早期皮皮岛的旅游形态，房间分为仅有电风扇跟有空调的房间。风扇房费只需 1000 泰铢，是当地非常划算的住宿。

📍 157 Moo 7, Ao Nang, Muang Krabi

¥ 一般房型淡季约 1,000 泰铢，最贵的房型旺季约 3200 泰铢

🌐 [krabidir.com/chaokohphi](http://krabidir.com/chaokohphi)

▼ Chaokoh Phi Phi Lodge



## 其他推荐

### Kinnaree House

这是岛上标准的长期住客的小套房，价格便宜住宿简单，性价比很高，非常适合预算有限的游客，推荐选择。

📍 125/84 Moo 7 Phi Phi Don Village

¥ 一般房型淡季约 1450 泰铢

🌐 [www.kinnareehouse.com](http://www.kinnareehouse.com)

#### 酒店预订注意事项——价格 + 号

在订房网站浏览时会发现价格之后有部分会多 + 号，这个 + 号代表什么是订房前一定要了解的。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。

所以如果一个房间的定价为 1200

定价与税金则为

1200+ 正确价格为:  $1200 \times 1.1 = 1320$

1200++ 正确价格为:  $1200 \times 1.1 \times 1.07 = 1412$

1200+++ 正确价格为:  $1200 \times 1.1 \times 1.187 = 1677$

当你遇到结账时感觉价格不一样，就是因为税金的关系，要仔细看喔。

## tips



## How to get around 最佳交通工具

# Smart Travel 甲米交通贴士

甲米地区是海湾与岛屿的连接,飞机仅能抵达甲米。从甲米市区到奥南有巴士可以搭乘,从海湾到外海的莱雷、蓝达岛、皮皮岛都需要乘船。甲米靠近普吉岛,交通可搭乘巴士直达或从搭船从皮皮岛转搭船。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

### 交通

**飞机** / 飞机仅能抵达甲米,约一个多小时,票价4000~6000泰铢。廉价航空公司的票价大约可以定到2000泰铢以内。到达甲米后需乘巴士前往奥南区,再从此处搭船去其他岛屿。

#### 机场穿梭巴士 /

从机场至甲米镇: 约25分钟

一般交通巴士: 90泰铢

出租车: 600泰铢

一般双排车: 喊价300~600泰铢

Air Asia 特约双排车: 50泰铢(缺点要等候一定的时间才会开车)

#### 从机场至奥南海滩: 约40分钟 /

一般交通巴士: 150泰铢

出租车: 600泰铢

一般双排车: 喊价300~600泰铢

Air Asia 特约双排车: 50泰铢(缺点要等候一定的时间才会开车)

**巴士** / 从曼谷有各种巴士可前往甲米。巴士从曼谷南区巴士站发

车,车程约12小时。车型分成24人座的VIP巴士以及50人座的二等巴士。甲米到甲米之间也可搭乘巴士,约三小时,价格200泰铢。

#### 从曼谷至甲米

车型	出发时间	价格(泰铢)
一等VIP车型, 24人座	19:00,19:30	921
二等空调巴士, 50人座	20:00	592
二等空调巴士, 50人座	18:00	565

#### 从甲米至曼谷

车型	出发时间	价格(泰铢)
一等VIP车型, 24人座	17:30	921
二等空调巴士, 50人座	17:30	592
二等空调巴士, 50人座	16:20	659

[www.sawadee.com/thailand/transfer/bus-krabi.html](http://www.sawadee.com/thailand/transfer/bus-krabi.html) (时间表查询)

[home.transport.co.th/en.html](http://home.transport.co.th/en.html) (长途巴士网站)



**渡轮 (Ferry)** / 渡轮是甲米附近主要的交通方式，船程 1~2 小时左右。一般甲米车站、奥南或是其他岛屿上的旅行社及旅游服务中心都可以买票，包括当日票，预售票以及包含岛上接驳的套票。由于网上没有岛屿接驳交通时刻表，下表为作者实际走访记录整理而成：

#### 甲米至皮皮岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
09:00	10:30	500
10:00	11:30	450
13:30	15:00	500
15:00	16:30	450

#### 皮皮岛至甲米

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
09:00	10:30	450
10:30	12:00	450
14:00	15:30	450
15:30	17:00	450

#### 兰达岛至皮皮岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
08:00	10:00	450
13:00	15:00	450

#### 皮皮岛至兰达岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
11:30	13:30	450
15:00	17:00	450

#### 奥南至皮皮岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
09:00	10:45	500

#### 甲米至兰达岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
11:00	13:00	450

#### 兰达岛至甲米

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
08:00	10:00	450

#### 奥南至兰达岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
10:30	12:45	600
15:30	17:45	600

#### 兰达岛至奥南

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
13:30	15:30	600

#### 皮皮岛至奥南

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
15:30	17:30	500

#### 奥南至普吉岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
10:30	12:30	700
15:30	17:15	700

#### 兰达岛至普吉岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
08:30	12:45	850
13:30	17:15	850

#### 皮皮岛至普吉岛

出发时间	抵达时间	价格 (泰铢)
09:00	11:00	600
14:30	16:30	600

**岛上交通工具** / 甲米有市区、海湾、大小岛等不同的路况，催生了不同的交通方式，这也是岛屿旅行的特色。需要注意的是，泰国车辆奉行靠左行驶原则，与大陆地区相反。所以租车的话刚上路的时候会很不习惯，一定要慢慢开，先习惯方向及转弯方式，以免发生危险。

**双排车** / 这是当地比较特色的，来往甲米市区到奥南海湾非常方便的交通工具。搭乘的人数比较多，也比较舒适一些。仅有甲米市区到奥南区可以搭乘（其他岛屿因为路况的问题而没有双排车）。车子随招随停，价格用喊价的方式，算人头，每个人大约是 30~100 泰铢不等。

## 岛屿交通工具推荐

地区	甲米市区	奥南	莱雷	兰达岛	皮皮岛
可使用交通工具	双排车 改装摩托车 摩托车、汽车	双排车 改装摩托车 摩托车、汽车	步行	改装摩托车、 摩托车	步行

**摩托车 /** 可租用摩托车的地区有甲米市区、奥南海湾以及兰达岛。由于从奥南前往甲米市区的路并不好认，建议租用摩托车在奥南海湾地区活动。进市区建议用乘车的方式。租车费用一天200~300泰铢，50~100CC的车子为主。排量越大价格越高。

**改装摩托车 /** 甲米以及兰达岛上最兴盛的交通工具：一般摩托车的车身上加上座位改装。跟双排车不一样，仅能搭载一组乘客。按单程价格计费，改装的座位区可以挤上多少人都没有关系，经常看见一台改装车塞上四、五个人，也是一种特色风景。单程计价大约在30~150泰铢之间。

**租车 /** 甲米市区到奥南有汽车出租。鉴于到甲米的人几乎都会待在奥南，其他离岛一日或半日游程也都有专车接送，所以出租汽车并不常见。租赁的车辆手动挡自动挡都有，建议熟悉路况再租用。租赁费用400~600泰铢/天，价钱视不同车型和排量而定。



## 通讯

**明信片 /** 甲米明信片国际邮资为15泰铢，除了小离岛之外，其他地区都有邮筒可直接投递。一般卖明信片的店家、饭店都有代寄的服务，寄到国内约需要两周时间。

因为饭店或店家都是一段时间才会统一寄出，所以通常会延迟寄送。自己去投邮筒的话速度就比较快了。

**货币兑换 /** 甲米地区有银行以及饭店可兑换泰铢，奥南最多，兰达岛屿PP岛也是。小离岛上无法兑换。

汇率以美元兑换最优惠。第一优先兑换为银行柜台，次之才是饭店。如果有一般小店家愿意兑换时，通常汇率也不是很好。建议可先在国内换好泰铢，必要时再到当地兑换。







## 玩家最爱 奇异人文体验

来到甲米,跳岛、美食都是不可错过的体验。除此之外,甲米还有其他地区没有的特殊人文体验,不管是出海、当地的生活方式、书店乃至婚礼,甲米都会让你耳目一新。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

### 01 > 吓破胆的攀岩婚礼

泰国有许多种特殊的婚礼:传统泰式婚礼、潜水婚礼、热气球婚礼、独木舟婚礼等等。而在甲米最特别是攀岩婚礼。2007年开始每一年的情人节在甲米都会举办一场国际攀岩婚礼,不过不需要真的攀岩,会由攀岩教练带着新郎与新娘上到攀岩场的高处,并由当地的牧师或和尚当见证人完成婚礼。攀岩婚礼后新人会领取由泰国观光局颁发的独一无二的结婚证书。



### 02 < 沿海流浪的海上吉普赛人

海上吉普赛人虽然定义为许多种不同民族的混合,但大部分是生活于缅甸及泰国安达曼海沿岸,兰达岛上正好生活着一群海上吉普赛人。

海上吉普赛人沿海生活,传统住宅为高脚屋,有一部分的屋身突出于海面上,并用木架撑着。海上吉普赛人并没有国籍,过着海上的游牧生活。虽然会跟所在地生活结合,但他们仍坚持自己的生活方式。

这里的海上高脚屋绝大多数都是海上吉普赛人所建,不过他们并不欢迎游客进入他们的居所。除非他们邀请你,否则不要擅闯,这是对当地生活不敬。



### 03 ▽ 千变万化的海上便利店

在甲米各个海岛之间穿梭着许多长尾船，其中有一种长尾船上面挂着的不是到达地点、不是饭店名称或是船家的名字，而是各种不同的食物还有一个大菜单，这就是“海上便利店”。

由于各岛屿间物资运送比较麻烦，有些岛屿物资非常缺乏，有一些船家开始将自己的船改装成可以烹煮以及载运食物的船。

可别小看这海上的便利商店是用小小的长尾船改装，船上的货品一应俱全：炒面炒饭、泡面、烤玉米、冰淇淋、三明治、冰沙饮料、啤酒等等。所以来到这里旅行，看见海上便利店时不妨招招手，尝试一下便利商店能够提供什么特别的食物。



### 05 ▽ 特殊的第四种定价

岛屿有许多 BBQ 吃到饱的店家，定价分为男生（Boy）、女生（Girl）以及儿童（Kids）。根据食量，男生最高，女生次之，最便宜的当然是儿童。不过有一些店家有着另一种不同的定价就是“Ladyboy”——人妖。

这个定价介于男生与女生之间，少于男生却多于女生，原因就是泰国人妖这样特殊性别的男生。但不是人妖才可以用这个价格，那些气质、打扮非常女性化的男生也可以用这个价格，这是当地非常特别的一种民情。



### 04 ▽ 一家书店世界语言

岛屿上除了卖衣服跟饰品店之外，最特别是书店。书店几乎在每个岛屿都有，而且几乎每一家书店都卖超过 5 种语言以上的书籍，这在城市里的书店不太多见。因为岛屿虽小但有来自世界的游客。游客离开时会把他们带的书卖给当地书店。你如果想看书，也可以在当地买，看完再卖给书店，这样就会省去行李的重量。





48

# Hrs 甲米海湾探索之旅

甲米的生活脱离不了各种岛屿探险，你可以选择挑战攀岩或是连续跳岛，泛舟进入雨林找寻史前人类遗迹，让国家地理频道节目般的探险连续上演在你的旅行当中。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

Day1 > 雨林岩洞 - 贝壳海滩 - 甲米夜市 - 烧烤自助餐

上午

**穿梭雨林岩洞泛舟 寻找史前人类的遗迹**

甲米除了热带岛群之外，还有原始森林与洞穴。一趟长达四小时的独木舟之旅，不但要在狭窄的红树林区穿梭，还要勇闯漆黑的岩洞。这样辛苦的行程绝对物超所值。

我们从甲米北部路克湾（Ao Luek）区附近的 Bor Thor 河口的码头出发，这是个建在河上的小村庄，从这里搭上独木舟开始一场探险旅程。

泛舟的路上可见许多原始林木，第一个目的地是骷髅洞（也有称为鬼头洞或批华吐 Tham Pee Hau Toe），洞穴里有钟乳石、石笋以及贝壳化石等奇景，墙面有大量超过 3000 年以上穴居人的壁画，图样清晰，还用了红、黑、黄、褐等不同颜色。最著名的图样为身上布满红色线条，有手有脚可是头上却有角的奇怪生物。洞穴中还有人的双手，但却有一只手是六个手指。还有一个像是外星人，头上冒出天线。过去只能在书上看见的那些史前人类的遗迹在这里触手可及。许多外国人喜欢带小朋友来做一趟探险与教育的旅程。离开鬼头洞，经过红树林区，河道开始变得宽窄不一。导游会带着游客们探险各种岩洞，经过狭小又漆黑的岩洞后居然别有洞天：翠绿的湖水衬着四周灰白的山，所有人都会忘记泛舟的辛苦，静静的欣赏这片美景以及宁静。

推荐旅行社：

SeaLand & Trek Co., Ltd. [krabisealand.com/krabi](http://krabisealand.com/krabi)  
Borthor Kayak Krabi [www.borthorkayak.com](http://www.borthorkayak.com)



tips

雨林泛舟有几种选择，且有不同的服务公司，分为半日游与一日游。一日游会探险更多的岩洞以及冷泉，有部分行程不包含鬼头洞。

🕒 08:30~16:00

💰 1700 泰铢（一日游）



## 下午

### 全世界唯一贝壳海滩——史前贝壳冢海湾

在距离奥南约20公里的贝壳化石海滩( Shell Fossil Beach ),是全世界地质奇景之一。这里原本是一片大淡水沼泽区,有非常多的植物与海洋生物,尤其是蜗牛与贝类生物。地质的改变,约在7500年后这些蜗牛与贝类的遗骸变成化石,形成一片片像水泥一样的碎片覆盖在海岸边,成了天然的生态教室,详实记录着千万年来的生态景象。这里不只是特殊的生态景点,许多当地人也会来散步。可以看见美丽的南茂湾(Nam Mao Bay),黄昏的时候落日余晖映照在安达曼海上,天空呈现饱和的橘黄色,海滩上片片贝壳映出不同的层次,像是一幅未干的油彩画作。由于这里的化石数量非常惊人,附近的摊贩都是贩卖大量的贝壳饰品。比起其他地方,这里的贝壳饰品相对便宜许多。

- 📍 Ban Laem Pho, Krabi Town, Thailand 从南湾码头往4203道路直走就会抵达
- 🕒 08:30~17:00
- 💰 免费



## 晚上

### 甲米夜市—体验最当地的夜生活

想要融入当地的生活当中,那么就要离开奥南,去往甲米镇夜市(Krabi Town Night Market,只有周五都周日晚上才有)。从奥南出发大约30分钟的车程(仅需要50泰铢)就可到达甲米夜市。方形的夜市,中间为餐桌以及表演舞台,周围的就是各种不同的泰国小吃:海鲜、油炸物、糯米饭、水果等等。晚上会有一些当地活动在这里举办,比如选美、小朋友的跳舞比赛等等,活生生的当地居民娱乐生活的缩影。

- 📍 Maharad Rd. 与 Maharad Soi 10 交叉口
- 🕒 周五到周日晚上 17:00~23:00
- 💰 炸鸡块约15泰铢、炒饭约40泰铢。



## 晚餐

### Bernie's Place 烧烤自助餐——丹麦厨师的手艺

一家不断被 Lonely Planet 提及的综合服务餐厅,包括餐厅、自助餐、酒吧以及旅店。柏尼(Bernie)是这家餐厅的主人,原本在丹麦从事厨师的工作,1992年开始环游世界。1998年来到甲米。当时甲米还是个小村庄,没有机场,也没有像样的餐厅与质量好的饭店。他便立志要建立一家好餐厅好住宿的旅店,让更多人可以来这里享受更好的服务。因为他经常会提供旅游信息,这里也成了旅游咨询中心。推荐泰式料理与丹麦料理,最知名的是250泰铢吃到饱的自助餐,有色拉、饮料、海鲜及烤肉。

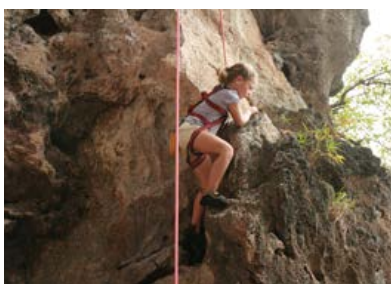
- 📍 Moo 2, 4203 Road, Ao Nang, Mueang Krabi, Krabi
- 🕒 16:00~23:00
- 💰 晚间时段为250泰铢吃到饱
- 🌐 berniesplaceaonang.com

## Day2 > 莱雷湾攀岩体验(基础训练-进阶训练)-家庭式泰式料理-酒吧街

### 莱雷湾攀岩探险体验 Laile Rock Climbing

莱雷湾有很多攀岩爱好者梦寐以求的完美天然攀岩场。攀上最高点,可以俯瞰莱雷湾以及安达曼海洋的美景。大约在八十世纪末,一群喜欢攀岩的新西兰游客来到莱雷旅行,发现这里的地形非常





合适攀岩，开始在当地进行多条路线的攀岩探索。当地人也开始学习攀岩，并成立了攀岩学校。目前已经有大小数十家的攀岩学校在甲米设立，三成以上来到甲米的游客一定会参加攀岩活动。

这里有七百多条合适攀岩的路线，从一般五岁小朋友可以攀岩的环境到法国标准专业等级的攀岩场都有。你可以选择半天的简易攀岩体验，或是全天的进阶攀岩，甚至是三天以上的专业攀岩课程。当然，最偷懒的休闲莫过于躺在沙滩上，好好欣赏岩壁上的芭蕾。

#### King Climbers

📍 194/5 Moo 5, Tambol Saithai, Muang, Krabi, 81000. Thailand.

🕒 08:00~18:00

☎ (66)75637125

¥ 半日 1,000 泰铢，全日 1,800 泰铢，私人教练三日 6,000 泰铢

🌐 [www.railay.com/railay/climbing/climbing\\_courses.shtml](http://www.railay.com/railay/climbing/climbing_courses.shtml)



### 上午 基础攀岩训练

早上 8 点多，报名攀岩行程的旅行社会将你从饭店接送至码头，码头搭乘长尾船至莱雷，领取装备后，就会开始基础攀岩训练。

攀岩教练开始教导所有安全装备的使用以及固定安全绳，接着开始学习两两互相协助攀岩观念，确认观念完成沟通后开始分组攀岩。

这里的分组仅有年纪的分别，小朋友有合适的攀岩场地，大人则在一起攀岩。但仍有难易度的差别，也可以自己选择想要的攀岩场地。



### 中午 回程或午餐

参与半日体验会搭船直接回到甲米，并由接送车送回饭店。一日游下午则是进阶攀岩，此时就是午餐及午休时间。



## 下午

### 进阶攀岩训练

教练会带到更高更难的岩壁区，由教练开始开路并教导挑战方式。下午的进阶攀岩教练会更仔细的教如何一步一步的往高处攀。难度较高，体力花费也比较大。进阶攀岩也有难易不等的区域让参与者挑战，只要至少挑战成功一条路线，就可以看见美丽的海景，往往这时候也会忘记疲惫。



## 晚餐

Restaurant Jeanette's——家庭式泰国料理及瑞典菜

这是一家泰国菜与瑞典菜的综合餐厅，国际背包客口中流传推荐，不管是餐食与服务都是高水平。餐厅是舒适的家庭气氛，当地的手工雕刻家具，精致的泰丝枕头，墙壁上挂着的都是当地的艺术家的作品，喜欢的话可以买走。

📍 245/8 Ao Nang Beach road 81000 Ao Nang, Krabi

🕒 16:00~23:00

💰 瑞典菜单点约 200 泰铢起

👍 牛排、炖肉以及肉丸，都让来自瑞典的游客交口称赞的家乡美味

🌐 [www.janettekrabi.com](http://www.janettekrabi.com)



### 酒吧街

位于奥南海湾街区中的酒吧街有各种不同形态的酒吧，不同于曼谷或芭提雅，这里的酒吧以装潢设计和调酒内容为特色。有各种不同国家的来这里开设酒吧，使得这里的酒吧异国情调浓厚。

📍 Walking Street, 4203 Road, Ao Nang Beach, Mueang Krabi, Ao Nang - Krabi

🕒 15:00~22:00 (每家店家营业时间不定)



### 推荐酒吧：

#### Full Moon Bar

一个放松而又舒适的酒吧，分为室内区跟室外区，距离海滩不到 100 米。不同于一般的酒吧吵杂，这里有悠闲的音乐与宽敞的空间。偶尔也会安排当地乐团演出。饮料的类别也相当多种，包括特制的无酒精饮料，非常合适带小朋友一同享受悠闲的气氛。

📍 Moo 2, Walking Street, 4203 Road, Ao Nang Beach, Mueang Krabi, Ao Nang - Krabi

🕒 14:00~ 次日 2:00

💰 调酒饮料 120 泰铢起



#### Blue Water Cafe & 60's Bar

一个以蓝色和 60 年代为主题的酒吧。店内的装潢以 60 年代为主：老照片、车牌以及吉他组成。店内的音乐与大屏幕电影都是以 60 年代为主题。搭配海洋主题，整个酒吧的蓝色墙面，呈现出一个前卫的 60 年代风格。一样有室内区及室外区，酒吧内除了饮料，还有提供各种不同的异国餐点。

📍 273Moo 2, Walking Street, 4203 Road, Ao Nang Beach, Mueang Krabi, Ao Nang - Krabi

🕒 15:00~22:00 (每家店家营业时间不定)

💰 调酒饮料 140 泰铢起，餐点套餐 150 泰铢起



### Do's 必备物品

#### 衣 /

衣着要轻便，鞋子能防滑，最好携带一双（或当地购买）海滩拖鞋。不要带昂贵首饰，因为上山下海容易掉，也容易让歹徒滋生贪念。建议准备一件防风小外套，海上的日夜温差较大，避免感冒。短袖、T-Shirt 和泳衣可以多准备几件，玩水后可直接更换且易干好洗。

#### 食 /

岛屿旅行非常热，一定要随时补充水份。当地水不可生饮，建议购买饮用水。不能喝太多椰子汁，一人一天不可喝超过 2 颗椰子，不然很容易拉肚子。饮食不要过量，并注意新鲜度。尽量不生食海鲜，少吃 BBQ。禁食保育类野生动物食品及加工品。榴莲及山竹不可带到车上或旅馆内食用。

#### 住 /

岛屿住宿可选择安静偏远的地方，若非热门区域，晚上太晚尽量不要出门。

#### 行 /

泰国行走方式为靠左行，与中国相反，切记。长途坐车请看好自己的贵重财物，尽量随身携带。留心巴士内或公共场所的小偷。随身携带酒店的名片，回酒店迷路时能派上用场。不要介入任何赌博游戏或牵扯与毒品有关的任何行为，泰国政府对这些违法的处罚相当严厉。

#### 购 /

岛屿上购物，除了卖场及便利店之外，到处都能砍价：衣服、帽子、配件或纪念品等。不过泰国岛屿多是欧洲游客，经常会遇到杀不下来的状况。

一般店家都重视开市以及打烊。夜市大约四、五点开始摆摊，此时逛街的人少客人还没出现，店家希望能够先开市，价格会比较好谈。大约在 11 点半左右快要打烊时，观光客都去酒吧或回饭店，此时店家也会抱着能多卖就多卖的心态，自动降价。

### Don'ts 注意事项

**太便宜的接驳车不可搭乘** / 甲米接驳除航空公司、饭店以及经常性的公共巴士外，其他有固定标价的民营单位。但有些接驳车会刻意用低价揽客，不会直接载到目的地，而是先到旅行社，强迫你购买行程或是订饭店，请千万要注意。

**浮潜不能不穿救生衣** / 不要因为会游泳而不穿救生衣。大多数游客不熟海域，且跳岛旅行会一天跑几个岛，每个地方的状况跟气候都有些不同。

**不可随便喂食动物** / 出海时，船家会带些面包喂食鱼群。出海还会遇到蜥蜴或是猴子等当地自然生态的动物，千万不可喂食，因为可能会引发动物抢食，对于独木舟上的游客造成一定危险性。

**岛屿上不可接饮用自来水** / 岛屿上的自然水大部分为海水淡化，水是咸的且不够卫生，即使煮过还是有味道。如果要泡茶或煮泡面，请用瓶装矿泉水。



## 玩乐达人的岛屿地图

### 1. 甲米镇 (Krabi)—访古探险

适合人群：拥有特殊地形、古老城镇以及遗迹的海湾城市，合适喜爱生态与遗迹探险的冒险家或者喜爱悠闲步调的家庭旅行者。

### 2. 奥南海湾 (Ao-nang)—不夜地球村

适合人群：拥有最多世界各地人开办的餐厅、饭店，适合吃货型游客。

### 3. 莱雷半岛 (Rai Lay)—攀高峰

适合人群：这里有最佳攀岩场地，独家的海景住宿，适合喜爱探险挑战极限的游客。

### 4. 兰达岛 (Koh Lanta)—静谧奢华

适合人群：这里没有太多娱乐活动，但却有奢华级的饭店，合适想要享受清静以及高档服务享受的游客，约会、蜜月或是家庭旅行皆宜。

### 5. 洪岛 (Koh Hong)—岩海交错

适合人群：乘船、独木舟与岛屿上的探险，体力上不会太辛苦，却能一览各种不同的岛屿美景，合适爱好摄影、游泳、潜水的游客。

### 6. 皮皮岛 (Koh Phi Phi)—电影人生

适合人群：电影场景的特殊气氛，也是跳岛的月台中继站。这里能体验到独一无二的电影风情，合适喜爱水上活动、以及独特电影风格旅行体验的游客。







▼  
*Best  
Itineraries*

城市达人  
线路推荐

## 外海四岛探险之旅

甲米海湾周边有许多小岛，其中包含造型奇特的巨石以及沙滩美景。跳岛一日游中最推荐的就是四岛旅行，包含了鸡岛、管子岛、莫岛、波达岛以及停留在莱雷海湾上的一柱庙，一趟混合了奇岩、沙滩、浮潜与悠闲的旅程，值得每个人来探索。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

抽一天时间，徜徉在周边的小岛之间，享受碧海蓝天的舒适惬意，探索大自然的瑰丽和神秘。



小王子 | 图文 国际旅游领队  
设计出身，后开始在旅游业探索，尤其是对岛屿旅行有独到的认知。

> 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。



### 上午 鸡岛浮潜 (Chicken Island)

鸡岛是附近海域面积中最大的小岛，距离兰达岛约 20 公里左右。岛如其名，有个长长的脖子与鸡头的样子，连着胖胖的身体，远远就可以看见这座神奇岛屿的外观。不只是造型特殊，这座岛的附近有水晶般透彻的海水与大片珊瑚礁，船将会停留在此地，一边欣赏拍照这个可爱的岛屿，并让游客下海浮潜。

### 管子岛 (Tube Island) 的美景与沙滩

管子岛连接着三个岛屿：鸡岛、管子岛与莫岛。一般来到此地时看不见沙滩，仅有浅水下的白色沙滩是可见的。岛上的游客们会在这里等待退潮，那时三岛之间慢慢会显露出细长的白色沙滩路，可以踩着白色沙滩行走三个岛屿之间。踏在细软的白沙上，海浪会轻轻的打在你的脚上，有种“海中漫步”的乐趣。海水退



潮后，原本湿润的沙地变得蓬松像海绵一样，游客会铺上毛巾，躺在松软的白色沙滩上享受大自然的天然床铺。



### 中午 波达岛午餐 (Poda Island)

波达岛由波达诺克岛 (Rok Nok Island)、波达奈岛 (Rok Nai Island)、青波岛 (Koh Thap) 和莫岛 (Moh Island) 由北到南垂直排列。每座岛上都有优美的白沙滩、湛蓝海水和浅水珊瑚礁。其中最美的是波达诺克岛，小岛的形状像斧头或鸡头，在退潮时沙丘露出水面连接凯岛 (Koh Kai)、青波岛 (Koh Thap) 和莫岛 (Koh Mo)。午餐通常为饭盒或是简易的船上自助餐，会因为选择的行程不同而有所差异。岛上有非常便宜的沙滩按摩。由于海岸线长，海水呈现翠绿色如调酒般的颜色，是来自世界各地游客特别喜爱的岛与之一。



### 下午 莱雷海滩一柱庙 (Phra Nang Cave)

最后一站来到莱雷海滩的潭帕南湾 (Tham Phra Nang Bay)，海湾前是一大片延伸到大海的白沙滩。海滩的一端是帕南 (Phra Nang) 洞穴，里面祭拜着帕南公主神像，所以这里又称为帕南宫主神祠。一柱庙的名字则是因为神祠内摆满了男性阳具的木雕品当做祈福的工具。传说某次一位渔夫出海前用阳具木雕祭拜女神，出海后不仅渔获丰收，回程时还躲过狂风暴雨，从而演变成现在的祭拜习俗。

### 傍晚 在奥南海滩看夕阳

奥南海滩是海湾最长的海岸线，面对广阔的安达曼海峡。这里也是各岛屿旅游的港口，上午八点海岸上的小船陆续出来，到了傍晚四点左右，小船纷纷返航。太阳也从这里下山，海岸线上许多返航的客会席地而坐等待夕阳。由于奥南的沙滩为黄色沙滩，黄色的夕阳洒在海平面上，延伸至海滩，整个海滩展现出金黄色的美感，是当地不可错过的梦幻美景。





## 晚上

### 奥南步行街

夜幕低垂后，甲米奥南就成了另一个旅游重镇，白天的船只此时都停泊在海湾上，各个街区不同的贩卖店，旅行社以及酒吧街开始热闹起来，来自世界各地的旅人将奥南海湾点缀的如联合国一般。

奥南海湾上的街区，这条街超过七公里长，有饭店、旅馆、旅行社、餐厅、潜水店，小艇与独木舟出租店，还有更多的纪念品及服饰贩卖区。在这里你能吃到最特色的餐厅，看到很多的伴手礼，比价各种不同的行程，可以说是奥南游客停留最久的地方。许多游客还会特意选择住在这里，享受这里的夜生活。

📍 Walking Street, 4203 Road, Ao Nang Beach, Mueang Krabi, Ao Nang - Krabi

🕒 15:00~22:00 (每家店家营业时间不定)



## 晚餐

### Tandoori Night's——印度料理王

2013 Tripadvisor 优选餐厅，也是被当地游客誉为经典印度料理的推荐餐厅。最经典的料理为唐杜里鸡、提卡鸡肉马萨拉、羊肉塔瓦、印度奶酪、飞饼、咖哩土豆卷饼，热度与辣味完美结合。

📍 246/17 Moo 2, Ao Nang, Krabi Town

🕒 09:00~22:00

¥ 单点餐 90~300 泰铢



## tips

四岛一日游行程顺序会因气候，人数多寡而有变动，不一定是照上面的顺序安排。

内容最大的差别在交通工具，有分为快艇跟长尾船，价格大约有一半的差异。快艇比较舒适，速度快，提供简易自助餐；而长尾船提供的餐食则是饭包。

📍 一般街上的旅行社皆可买到套装修程

🕒 9:00~15:00

¥ 快艇约 1100 泰铢、长尾船约 500 泰铢



▼  
*Best  
Itineraries*  
城市达人  
线路推荐

穿过狭窄的通道，恍如闯入世外桃源，静谧美好的沙滩和多彩的珊瑚都吸引着人来一探究竟。

## 洪岛 探访红树林之旅

洪岛 (Hong Island) 为甲米当地知名的岛屿，这里是一个岛群。洪岛因四面都被石灰岩紧紧包围，只有狭窄的通道可以进入到岛内而得名。岛内有美丽的礁湖以及巨型红树林区，居住着许多吃螃蟹的猕猴。这里除了白沙滩、各式海洋生物和多彩多姿的珊瑚礁群，还有生态旅游，尤其可以划独木舟探访红树林区，是到甲米必访的行程之一。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

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*

### 1分钟认识洪岛

洪岛 (Hong) 在泰文意为“房间”，由于地形特殊，四周围绕着石灰岩山，中间夹有红树林，区域里有多条狭窄的通道口，就像一个房间一样。除了白色沙滩，还有各样的海洋生物及珊瑚礁群。湾内海水平静，有与世隔绝的静谧。洪岛的西边有一做浅滩，沙滩洁净细白，非常适合散步或休息，丰富的生态环境完美展现了大自然的神奇瑰丽。

↓  
上午

### 洪岛泄湖 (Hong's Lagoon)

洪岛的泄湖位于甲米的内海，四周被绿色的山壁所包围，水面也呈现纯粹的绿色，感觉像是风景染上的一片绿。船会慢慢的穿越泄湖的地形并慢慢开往大海。你会被惊人的泄湖山景惊呆，感觉自己漂流在一幅画中，而自己就成了画中人，静静坐在船上，穿梭在这秀美的山水之中，心境都跟着开阔不少。

### 帕别岛 (Pak Bia Island)

这里是由两个小岛所组成的小沙滩，非常适合浮潜。两个小岛通过一条白色的沙滩连结，像两点中间的一条白线。每到雨季，沙滩会被海水淹没。站在沙滩上就可以轻易看见清澈海水中许多的鱼群。因此这里是洪岛群中合适浮潜的地区之一。

带上潜水蛙镜后以及船家提供的面包，在教练的指导下潜入水中，融入清澈见底的海水，看着五彩缤纷的水底世界：种类丰富的鱼群、美丽鲜艳的珊瑚，尽情享受被鱼群包围的乐趣。





## 中午

### 拉丁岛 (Lading Island)

这个岛屿属于喀斯特石灰岩地形小岛，石灰岩下有许多被海水侵蚀的洞穴与石柱，各种不同的造型都是大自然的杰作。早年这里是燕子筑巢的洞穴，当地居民几乎都靠采集燕窝为生。近年来因为燕窝产量下降，这里的特殊山洞反倒成了热门的观光景点。居民开始将洞穴改成小型的商店或是让游客休息与用餐的地方，并且在岛上最大的树上安置了一个自制的秋千，面朝大海，游客一边荡着秋千一边享受海风吹拂，秋千也成了游客到岛上必拍的背景。

午餐通常由船家提供简易的餐点在岛上供游客享用，餐点非常简单，仅有白饭、咖喱鸡肉、青菜以及水果，部分船家则是提供简易餐盒。



## 下午

### 洪岛 (Hong Island)

来到四面的石灰岩紧紧包住的洪岛也是岛群中最大的岛屿，岛上除了奇特的岩石风景外，海底还有美丽的珊瑚礁群。岛上有许多的猕猴。最令人惊奇的生物是岛上的大蜥蜴，个性温驯，会在岛上到处休息并下水捕捉猎物。可以给它们拍照但千万不要碰触与喂食。

岛上并没有太多人工设施。可以漫步岛屿享受雨林的气息，还可以浮潜入水欣赏鱼群：鹦鹉鱼、比目鱼以及海鳗有时还可以看见小鲨鱼，感受与鱼群共游的乐趣。

在洪岛上可以随意的浮潜，岛上也提供独木舟免费使用，你可以沿着岩石山壁感受整个洪岛的环岛景色，如果滑的稍远则可以进入鳶湖的红树林区，低矮的红树林可以听见许多鸟叫声，安静的滑在鳶湖上，穿越过许多由海水切割出的狭小岩石通道，感受洪岛群自然特色的魅力。





## tips

洪岛的一日游的顺序会因为游客人数以及当天气候有些变动，有时还会因为船家方便多停留一些岛屿。一般当地旅行社套餐费用也会因为多停留一些岛屿而提高价格，请自行斟酌决定。有时会有低价通常是搭乘长尾船，长尾船由于船身小速度慢，有时候载的人多也比较危险，所以并不推荐。

- 📍 一般街上的旅行社皆可买到套餐行程
- 🕒 9:00~15:00
- 💰 快艇约 1400 泰铢

## 晚上

### 奥南海鲜街 (Seafood Street) —— 新鲜是海鲜的灵魂

来到海边，不吃海鲜真是对不起自己。位于奥南海湾上有一条街汇集超过 10 家以上的海鲜餐厅，这些海鲜餐厅各有自己的风格，但都提供绝对新鲜的海鲜。餐厅都是同时拥有室内跟室外的空间，现点现煮。部分餐厅还可以看见海景与落日。这里的餐厅在 Tripadvisor 上几乎都是当地前 50 名的餐厅，质量相当优秀。

- 📍 79/1 M.3 Ao-nang Krabi, Ao Nang, Krabi
- 🕒 10:00~22:00
- 💰 100-300 泰铢之间，视份量与内容而定

### 推荐餐厅

#### Red Chili Thai & Italian Restaurant —— 意大利料理

这家餐厅同时提供泰式料理与意大利料理。餐厅里总是坐满意大利人。餐点以披萨为推荐，饼皮厚实软嫩，配料用料实在，是意大利游客找寻家乡味的首选。不过价格稍微偏高一些且座位数不多，所以通常需要排队等位一阵子。

- 📍 23/20 Moo 2, 4203 Road, Ao Nang, Mueang Krabi, Ao Nang - Krabi
- 🕒 09:00~22:00
- 💰 披萨一份约为 400 泰铢以上







## Best Itineraries

城市达人  
线路推荐

# 兰达岛 慢节奏的海岛之旅

这里没有嘈杂的环境，没有人挤人。白天沙滩，晚上逛街，商店九点就打烩，安静是这个岛屿的最大特色。你可以选择好莱坞级的奢华饭店，或是与生态合而为一的度假饭店。来到这里，只要带上几本书，就可以学着大明星，住进私密又奢华的饭店，尝试一下人间蒸发的度假方式。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

兰达岛遗世独立，蕴含丰富的不经人工雕琢的自然人文景观，如海南移民聚落、海上吉普赛人等



## tips

### 1 分钟认识兰达岛

兰达岛 (Koh Lanta) 位于甲米的东北方，有大小兰达岛之分。兰达国家公园灯塔可以眺望整个安达曼海峡的海景。缓慢的生活节奏和奢华饭店，俨然是好莱坞大明星的后花园。没有特别的海上活动，没有刺激的探险行程，来这里静静和自己相处，享受一天悠闲缓慢的生活。



### 上午

#### 六座沙滩——寻找属于自己的悠闲

在兰达岛西部有六块主要沙滩，沙质白净细致。你可以轻易找到一个完全没有人的海滩，找个阴凉的树荫，铺上毛巾，伴着海浪声睡上一觉。如此清净的海滩休闲，只有在兰达岛才会实现。

#### 克依当海滩——心灵的日光浴

克依当海滩 (Klonh Dao Beach) 是当地最著名的海滩之一，有数公里长的白色沙滩，沙滩上有不少特色的饭店与餐厅。

白天海滩上的游客享受着各自的悠闲时光，或是安静地做一场日光浴，或是挑选一间舒服的小酒吧阅读聊天，再或是来个沙滩泰式按摩，彻底放松身心，回归自然。

到了晚上这里也不会冷清，夜生活丰富多彩，非常适合来一顿海滩上浪漫的烛光晚餐。特制的美味炭火烧烤令人食指大动，火舞表演也热闹登场，一边享受美味一边欣赏热辣激情的表演，浪漫精彩的夜晚一定不会虚度。



## 午餐

### 老屋餐厅 Apsara——诉说中国移民历史的活档案

位于兰达旧城区里的老屋餐厅，在 TripAdvisor 网站上几乎零差评。老板是当地的第三代，不但拥有好的语言能力，还有令人惊讶的好手艺。

他将老房子整修改装，维持原有的老味道，加强房子的结构。老屋的另一端可以直接走进海滩。餐厅的泰式料理是以地道泰国南部口味为主，不管是泰式炒面、炒饭，或是鱼虾类的料理，味道都一流的赞。

📍 Lanta Old Town, Ko Lanta, Thailand

🕒 10:00~22:00

¥ 泰式炒面一份 50 泰铢，其余海鲜类则看份量而定



## 下午

### 兰达旧城区 Lanta Old Town——似曾相识老地方

位于兰达岛的东部，是岛上最早开发的地方。百年前福建海南地区的居民至此经商开垦，慢慢落脚，所以这里满目都是融合中式与泰国南部高脚屋的木造建筑，甚至可见鸟笼、大红灯笼以及华文牌匾。城区仍居住着会说闽南语的华人，有几家老建筑改建的咖啡馆、餐厅以及民宿。

### 灯塔的浪漫——安达曼日落绝景

骑着租用的摩托车，一直往岛的北方走，进入了兰达岛国家公园的管理处。这里保留了大片的南洋柚木以及雨林生态，野生的猴子在树林间飞荡。

这里有兰达岛的地标建筑：灯塔。爬上去后你将会看见环绕 180 度的安达曼海景，两边的沙滩景观完全不同。你可以坐下来，好好欣赏属于你自己的落日绝景，此生难忘。

🕒 这里全天开放，合适观赏落日时间为 16:30~18:00







## 晚上

### The Frog Wine Cellar & Restaurant

#### ——12 国红酒的主题餐厅

这家餐厅于 2008 年开业，位于色拉当村的餐厅街上。餐厅包含室内用餐空间、音乐包厢、红酒储藏室以及室外花园空间，主要提供精致的西式料理与红酒。这里储藏超过 12 个国家 800 瓶以上的红酒。创意料理有牛排类、面条类以及色拉类，而所有的工作人员都会流利的英文，是想要尝试当地精致料理的好选择。

- 📍 Saladan Town, Ko Lanta
- 🕒 17:00~22:00
- ¥ 基本餐点一人 250 泰铢以上
- 🌐 [www.thefroglanta.com](http://www.thefroglanta.com)



#### 其他选择：

### Pa-pa Restaurant ——高脚屋上的海鲜餐厅

位于色拉当村，外围还有花园环绕。每到旅游旺季，这家餐厅几乎是一位难求。餐厅除了提供泰式料理及海鲜料理外，还有提供牛排、披萨及意大利面。价格偏高，可是份量非常足，因此非常受到欧洲游客的欢迎。

- 📍 Saladan Town, Ko Lanta, Thailand
- 🕒 12:00~23:00
- ¥ 泰式炒饭约 90 泰铢，牛排约 500 泰铢



## 晚餐后

### 色拉当村 Saladan Village ——惬意的海风夜生活

最北端的色拉当村，是码头、商店、餐厅的聚集地。到了晚上这里的夜生活值得体验。大街上有纪念品店、小酒吧、几家西装店、一间眼镜行以及便利商店。沿着海滩有一整排的餐厅，以高脚屋的方式建在海面上。商店间数并不多，九点左右打烊，除了一些酒吧与餐厅还开着，这里的街道也相当的安静。你可以漫步街道上，选择一家酒吧坐坐，享受徐徐吹来的夜风。





Best  
Itineraries

城市达人  
线路推荐

# 皮皮岛 电影海滩风情之旅

这里号称跳岛游客的“月台”，来自世界的旅人为了造访电影中的世外桃源来到此地。白天可以随着船只进出造访邻近的岛屿，或选择一个沙滩躺上一整天。到了晚上，岛上餐厅、酒吧、商店点亮了整个岛屿。如果觉得吵杂，也可以选择跟船出海，享受一趟如电影场景般的夜间旅行。

——去哪儿网聪明旅行家 小王子

位于甲米以南的热门的皮皮岛由两个弦月海滩组成，美丽浪漫，吸引着万千游客。



tips

1分钟认识皮皮岛

皮皮岛（正式名称为 Phi Phi Island 或简称为 PP 岛），分为大皮皮与小皮皮两个岛，小皮皮仅能浮潜。大皮皮岛是唯一有住宿跟商店的岛屿。岛上一边为罗达兰湾，一边为通赛湾，而主要商店聚集的区域则是在皮皮东村。

上午

通赛湾 (Ton Sai Bay)

大皮皮岛的主干道和码头在这里。海岸非常美丽，蓝绿色的海平面与弦月型的海湾绵延 2 公里长。这里有许多的商店、旅行社、餐厅、潜水中心以及饭店。白天这里是游艇及长尾船停留和游客来往的集散地。到了晚上，这里海边的海鲜餐厅香味四溢，火舞表演上场，好生热闹。许多造访甲米或普吉岛的游客通常会参加大、小皮皮岛的游程。真正的旅行家会选择在岛上住一晚，才可以感受到这个岛屿的真正魅力。莱昂纳多的电影《海滩》就是以皮皮岛为原型。不一样的是电影中的岛屿是完全私人且宁静的，而真实的皮皮岛早在电影上映前就已经是世界旅人必访的岛屿之一。来到皮皮岛，除了出海潜水之外，岛上可玩的有泰拳主题酒吧、泰式炒面专卖店、俯瞰岛屿的观景点。

罗达兰湾 (Loh Dalum Bay)

这里是大大皮皮岛的另一个弦月海湾沙滩，比通赛湾更长。这里没有码头，却是长尾船、独木舟等当地一日游行程的起点。因为没有任何商店与餐厅，成全了这里一个宁静的沙滩。





## 中午

### Unni's Restaurant——孤独星球力荐西餐厅

在皮皮岛上，想要来套浪漫的西式晚餐，这家餐厅是第一选择。餐厅主要经营美式餐点、墨西哥料理、法式料理、瑞典料理等等，在当地被称为经典国际料理餐厅。摆盘精致并且口味地道，菜色选择多样，价格也不贵。

推荐菜色除了法国料理之外，还有手工自制 Bagel。

📍 125/36 Moo 7 Ton Sai Village, Koh Phi Phi

🕒 10:00~21:00

💰 150~300 泰铢



## 下午

### 多选择的潜水体验

皮皮岛也是泰国岛屿中知名的潜水乐园。不同于涛岛，这里大约可以潜到 30 米深。不过真正的美丽海景大约在 10~25 米处。海底可见鲸鲨、银鲨及鲷鱼还有浅海珊瑚群。甲米以及普吉岛的游客也会光临皮皮岛，因此这里海域比较拥挤些。来自中国大陆以及香港的游客非常多，所以非常多的潜水中心提供中文教练。

💰 一日深潜体验行程约 2,800~3,500 泰铢

⚠️ 这里的潜水中心非常多，价钱一定要多比较，因为差价很大



## 傍晚

### 在皮皮岛观景点 (View Point) 看夕阳

这个观景点是整个皮皮岛上的最高点，约 200 米高，步行约需 40~50 分钟。从这里可以欣赏皮皮岛美丽的弦月型海湾，以及皮皮岛中间狭窄的沙滩及大片的椰子林。皮皮岛周围围绕着青色的海水与象牙白沙滩形成完美的对比。

大约下午四点左右，游客开始纷纷往上爬，等待皮皮岛的最美日落。

观景点旁有一家小商店，有卖冰凉饮料以及啤酒，可以满足爬上高点后疲惫的游客，许多游客会在这里买上一罐啤酒，用微醺的情绪迎接金黄色的夕阳，不过这里卖的饮料啤酒可比岛上商店贵上一倍。



## 晚餐

### Only Noodle——一碗炒面打天下

一间餐厅只有卖泰式炒面，其他什么都不卖，却被来自世界的背包客大力推荐，因为这家店里，有着来自世界的呼唤。

泰国南部泰式炒面是出名的香 Q，包含粉丝及粿条，并搭配出不同的口味。店里整面墙都是全世界游客的留言。桌上除了餐具就是白纸以及粗粗的色笔，你来到这里不只吃面，还要留下你的字迹，跟着世界的旅行者，一起停留在这个店里。

📍 当地传统市场 (Local Food Market) 的转角处

🕒 16:00~21:00

💰 60~100 泰铢之间



### 其他推荐餐厅

#### Papaya Restaurant——营养师餐厅

建立于 1988 年的餐厅，除了食品之外，餐厅车库般的装潢风格、墙面的涂鸦还有店内的一只懒猫也是其特色。餐厅经营多种风味，主打泰式料理。创办人拥有正规的烹饪执照，他还是一位营养师，对食物营养成分的调配非常讲究。餐厅墙面有妙趣横生

的涂鸦。店里的猫是顾客们最爱的招待员，经常不客气的躺在桌子上睡觉，成了店里的活招牌。

📍 Ko Phi Phi Don, Thailand

🕒 10:00~21:00

💰 80~300 泰铢左右

🌐 [www.papayarestaurants.com](http://www.papayarestaurants.com)



## 晚上

### 雷鬼酒吧 Reggae Bar——体验泰拳的魅力

夜里的皮皮岛，除了餐厅外，最热门的就是酒吧。除了一般喝酒或可以跳舞的酒吧，雷鬼酒吧 Reggae Bar 是岛上最特别的是一家结合泰拳的餐厅酒吧。这家酒吧主题跟雷鬼没有太大关系，主题是泰拳。餐厅中间有一个泰拳场，你可以选择一边看泰拳一边吃饭或喝酒。不过这里的泰拳是表演性质，而非真实打鬥。大约 11 点过后，一些游客酒后自愿上场打泰拳，这才是最精采的时候。如果你有勇气的话，也可以尝试一下喔。

📍 码头右转直行，看见 Island Divers 左转，直行第四个路口右转，看见 7-11 后再右转即可看见

🕒 17:00~2:00

💰 酒类饮料及餐点约 200~500 元

🌐 [www.facebook.com/pages/Reggae-Bar-on-Phi-Phi-Island/101529296569522](https://www.facebook.com/pages/Reggae-Bar-on-Phi-Phi-Island/101529296569522)



### 延伸体验 > 独一无二的夜访玛雅湾 (Sleep on Board in Maya Bay)

不同于从一般从甲米及普吉岛的游客，参加了一日游的行程通常只能在大皮皮岛吃午餐，后前往小皮皮岛浮潜。如果从大皮皮岛出发，则可以选择停留在小皮皮岛以及玛雅湾。当地最热门的活动就是复制电影情节里的夜访玛雅湾。

夜访玛雅湾从下午三点出发，避开了一般一日游最热门的时候。中间会停留威京洞穴以及合适浮潜及游泳的小皮皮岛海滩。大约在日落时抵达玛雅湾欣赏落日。船家会在岛上准备一些食物和水果，甚是有啤酒。大约 22 点，海边开始提供烧烤食物，以及动人的音乐。你可以沉醉在这梦幻的海湾夜景里。甚至跳入海中，享受一下夜游的乐趣。

次日早上，欣赏玛雅湾的日出，同时享受船家提供的简易早餐。此时玛雅湾并无其他游客，这里的海滩仍属于你：在海滩上晒太阳，或是滑着独木舟探险附近的洞穴，跳入海中游泳。在接近中午其他游客来之前，再返回大皮皮岛，结束这趟电影中的旅程。

💰 2540 泰铢

🌐 [www.mayabaytours.com/#!sleep-aboard/ckqh](http://www.mayabaytours.com/#!sleep-aboard/ckqh)





# 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](http://guide.qunar.com) 官方微博 / [weibo.com/lvyougonglve](http://weibo.com/lvyougonglve)  
想法、建议，请告诉我们 / [luotuoshu@qunar.com](mailto:luotuoshu@qunar.com)