
从云端到深海
刁曼岛
Tioman Island
磨房
doyouhike.net
交通
美食
住宿
潜水
摄影：牛油蛋卷
AirAsia.com
亚洲航空

导读 CONTENTS


图片来自网络

01 刁曼岛 Tioman Island

P3 手绘地图
P4 如何到达
P4 关于美食
P5 关于住宿

02 潜水 Diving

P6 潜水环境
P6 潜店介绍
TIPS：OW 和 AOW 潜水课程
TIPS：Fun Dive 休闲潜水
P7 潜点介绍

03 潜水之外 Others

P9 浮潜
P9 徒步
P9 快艇绕岛
P9 深海垂钓
TIPS：Snorkeling 浮潜事项
TIPS：水下摄影



磨房 doyouhike.net

本指南由磨房提供
编辑：雪梨
美编：Norna

本指南部分图片来自网络，版权归原作者所有，如有问题请联系磨房。

Tioman Island

刁曼岛（Tioman Island）位于马来西亚半岛东海岸外约 30 公里处，是彭亨海岸外最大的火山群岛，这里的海水非常清澈，肉眼就可透视到 13 米深的海底。刁曼岛以其丰富的海洋生态而闻名，同时也为游客提供极富挑战性的潜水区，海底能见度可达 33 米，是世界知名的潜水天堂。

磨房户外指南

绘图：Norna
图片来自网络



如何到达

到达刁曼岛有多种路径，海陆空均可前往，我们这里主要说说从吉隆坡如何到达刁曼岛：



1 从国内出发

亚航国内直飞吉隆坡的城市

北京 上海 深圳 广州 成都 杭州
昆明 桂林 南宁 香港 澳门

2 吉隆坡—丰盛港 Mersing

2014 年 5 月 9 日起，亚航从 LCCT 机场迁至吉隆坡国际机场（KLIA2）运营，从机场再前往 TBS 车站。

TBS——丰盛港 Mersing

在 TBS 柜台买到丰盛港的车票，大概五个小时到达丰盛港。

3 丰盛港—刁曼岛

- 船票可在丰盛港城内各处代理点或者码头直接购买。发船时间在早 7 点到下午 5 点之间，开船时间不固定，一般根据潮水的涨落来确定发船时间。
- 渡轮（35 马币，往返 70 马币，2 ~ 3 小时）：从丰盛港码头开始，按从南至北的顺序在岛上靠岸下船。



摄影：爱旅游的小延

关于美食

刁曼岛以马来饮食为主，岛上的华人餐厅相对较少，味道都还不错。当然，在海岛，海鲜也是必不可少的。


图片来自网络


图片来自网络

- 岛上除了沙浪村 (Salang) ，其他村落的餐厅都是酒店附属的。建议在预订酒店时附带酒店的配套餐饮。
- 沙浪村有中式海鲜餐厅和经济马来餐厅，选择相比酒店较多，除了西餐、烤羊排、披萨等西方餐饮外，还有沙嗲鸡肉和牛肉串等特色马来饮食。由于是度假胜地，消费一般都比马来西亚其他城市来得高，
- 如果想要经济实惠的海鲜大餐，建议自己买新鲜食材去餐厅加工，这样平均每人每餐的加工费在 10 马币左右。

岛内交通：轮船和吉普

1、最经济实惠的是坐船，从小岛北边的村庄到小岛南边。
2、岛上有些村庄之间会有吉普往来，价格一般视人而定。
3、也可以租摩托车穿越于各个村落。

成功酒店的小型机场

刁曼岛上的成功酒店有私人机场，但需要提前预定。飞机从吉隆坡的梳邦（Subang）机场起飞，你可以在吉隆坡直接打车到达梳邦机场，参考费用是 70-80 马币。

www.berjaya-air.com

Tips

由于刁曼岛是免税岛，这里的东西比起其他地方要便宜将近一半，特别是烟、酒和巧克力的价格十分诱人，所以在岛上就请尽情享用吧。当然，你也可以打包带走。


摄影：爱旅游的小延

关于住宿

刁曼岛有各种标准的住宿，包括高级度假村、普通旅舍、长屋以及潜店住宿。
住宿场所主要集中在交通便捷的西岸上，东岸的 Juara 也不少旅馆。此外，游客也可以在 Tekek、Salang 、Genting 和 Air Batang 等小村庄里找到比较便宜的住宿。

Berjaya Tioman Beach Resort

这是岛上唯一的国际标准五星酒店，坐落于岛屿西岸，设施齐全。
www.berjayaresorts.com


图片来自网络

Tekek

Tekek 是刁曼岛的中心，虽然这里的环境比较一般，但是离机场近，交通方便，设施相对完善，无论去哪个方向都很方便，而且还有免税商店和数家美味餐馆。

参考住宿：
Sri Tioman Beach Resort
Coral Reef Holidays

ABC

位于 Tekek 码头北侧 2.5 公里，游客集中 ,沙滩一般 ,沙滩上随处可见珊瑚，旅馆性价比较高。

参考住宿：
Jjohans Resort
South Pacific
Abc Bungalows


摄影：爱旅游的小延


图片来自网络

Juara

这是岛东岸唯一能住宿的地方，或许也是岛上风景最秀美的地方，但是旅馆之间都相隔较远。

参考住宿：
Paradise Point
Juara Mutiara Resort
River View Place

Salang

拥有一片迷人的海滩，家庭旅馆、潜水用品商店、餐馆和酒吧也一应俱全。不过这里海水较深 ,游泳要注意安全。

参考住宿：
Ellas Place
Salang Beach Resort



- 由于刁曼本岛的海洋公园 Ma-rine Park 禁止任何垂钓活动，加上完善的管理，因此海洋公园的鱼群特别丰富。
- 有着洁白沙摊、被称为蜥蜴岛的 Tulai 及沙浪 (Salang) 等地，都是非常受欢迎的潜水地点，在沙浪海滩可以潜泳到真正的珊瑚园，这里还拥有各色海扇和海葵，以及许多美丽的雀鲷鱼和天竺鱼。
- Tulai 和 Renggis 岛屿附近的浅滩礁石很适合进行浅滩潜泳以及深海潜水。
- Chebeh 拥有海底洞穴，无人居住的 Sepoi 和 Labas 两个岛屿也拥有美丽的礁石。
- 每年的 4~9 月期间，由于不受季风的影响，海面平静无波，是最适合潜水的季节。



刁曼岛有二十多间潜店，但是能提供中文服务的不超过三间。

1 TDB–Tioman Dive Buddy



这是在华人圈中最出名的一家潜店，老板是马来西亚华人。TDB 位于刁曼岛的第一站 Genting，潜店会有基本的住宿提供。
www.tiomandivebuddy.com

2 Tioman Reef Divers

这是刁曼岛上的首家 NAUI 潜水店。有中文潜导。
www.tiomanreefdivers.com

3 B&J Diving Centre

在刁曼岛的潜水店中，BJ 拥有很高的知名度。但是，目前为止潜店还没有中文潜导，建议英文好的同学可以来这家潜店。
www.divetioman.com

其他潜店

Tioman Dive Centre
www.tioman-dive-centre.com
Eco-Divers
eco-divers.net
Ray's Dive Adventure
www.raysdive.com

TIPS：Fun Dive 休闲潜水

Fun Dive 即是在获得 OW 潜水证后进行的休闲潜水活动，可以在潜导的带领下尽情畅游海底世界。

TIPS：OW 和 AOW 潜水课程

深潜也就是水肺潜水，必须要经过专业培训取得潜水证方可进行，初级的休闲潜水课程有 OW 和 AOW。

OPEN WATER DIVER（开放水域潜水员，简称 OW）课程大约 3-4 天可以完成，在掌握基本的潜水技能、并通过考试后即可获得 OW 潜水证。OW 的水深限度为 18 米。如果想继续体验更深的海底世界，就要去升级学习 AOW 课程。

ADVANCED OPEN WATER DIVER（开放水域进阶潜水员，简称 AOW）升级为 AOW 一般需要 2-3 天，需要完成 5 项专场课程的学习。一旦成为 AOW，潜水深度为 30 米，可以做夜潜、船潜等多种更为有趣的活动。

注意：
虽然学习 OW 课程不要求任何潜水资质，但出于对学员安全的负责，教练会要求学员能够完成水上漂浮十分钟和三百米浮潜，并且不惧怕水，方可进行学习。


摄影：牛油蛋卷

潜点介绍

刁曼岛的潜点很丰富，一共有二十多个潜点可以去，一般根据潮汐、天气、风浪来决定每次去的潜点。刁曼的潜点大致可分为 3 大类：海岛周边的珊瑚礁、离岛周边的珊瑚礁和人造礁。

Golden Reef

又名黄金礁，这里有很多有趣的洞穴，最常见的生物是洄游鱼类，运气好的话还能见到成群的隆头鹦哥。

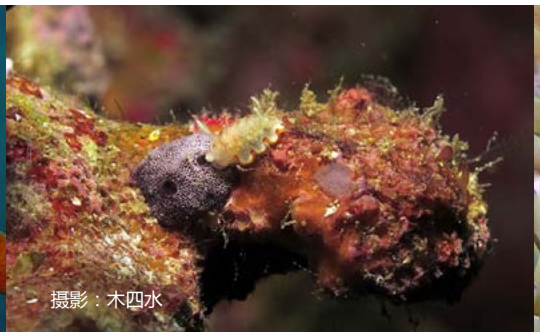
Soyak Island

这里有完整的珊瑚礁，以硬珊瑚为主，水深 14 米。有海龟、隆头鹦哥、大海狼、Jackfish、河豚和珊瑚鱼类等，这里也是海蛞蝓的大本营。

Roger Wreck

人造礁之一，退役了的渔船沉下水底形成的潜点，这里聚集了上千只的黄尾鲷、大海鳗、Cuttlefish、河豚和海蛞蝓。


摄影：木四水


摄影：木四水


摄影：木四水

Tips：黄金礁有一条 4 米长的护士鲨，想看它要有很好的潜水技巧，因为进入洞穴的通道只能一人通过，出来时也只能由原路折返。

Chebeh Island

该岛的东部、北部和西部都能潜水。这里有完整丰富的珊瑚礁，海扇与硬珊瑚相映成趣，底部有很多有趣的洞穴，在刁曼海域能看到的海底生物在这里几乎都能找到，偶尔还能见到鲸鲨。

Labas Island

这里是微焦的天堂，一些罕见的生物在这里都能轻易地找到。此岛最大特点是由岩石组成的海底洞穴和通道，曲折蜿蜒，别有洞天。


摄影：木四水


摄影：木四水


摄影：木四水

Tiger Reef

老虎礁的水流相当湍急。这里是小鱼的温床，常常可见一群群的海狼，海丽等在此掠食，而且海兔种类繁多。Tiger Reef 是拍广角和微焦照片的首选。

Macgicsion Rock

在这里可以找到的海底生物有黑鳍鲨、黄尾鲷、象耳、海龟、海狼、珊瑚鱼类、海蛞蝓等，但数量不太多。

海洋环保

虽然岛上有很多喂鱼的活动，但为了海洋生态，请避免喂鱼。

潜水时不要碰触任何海洋生物，除了气泡，请什么都不要留下。



1 浮潜 Snorkeling

刁曼岛是马来西亚最大的海洋公园。刁曼岛的水下环境中，肉眼就能看到大量的海洋生物。除了水肺潜水，在刁曼岛海洋公园，一定要尝试的就是浮潜。

浮潜一日游套餐参考价格：80 马币



2 徒步 Hiking

徒步旅游有两条路线：一条是“登山探险”，另一条是“丛林探险”。在原始丛林中，游客可以穿梭在宛如大蛇缠绕的野藤蔓间，听着此起彼落不知名的鸟叫虫鸣，欣赏开得灿烂鲜艳的野花，上山下海，刁曼岛不会让你失望！



3 快艇绕岛

刁曼岛由 64 岛屿所组成的火山群岛。环岛航行又刺激又欢乐，运气好的话还可以看到很多别样的生物呢！



TIPS：Snorkeling 浮潜事项

浮潜很简单，仅利用装备（即浮潜三宝：面镜、呼吸管、脚蹼）就可以进行！这让很多人都误以为浮潜很件很安全的事情，认为只要穿了救生衣甚至会游泳就万无一失了，但是危险由此而生，出海浮潜，玩得太 High、潜得太深或者遇到急流，可能会因为害怕而惊慌失措，甚至呛水并出事故。

经常可以看到各地浮潜发生的惨痛事故，甚至比水肺潜水发生的事故还多，所以一定要掌握必须的浮潜技巧，不可掉以轻心。

4 深海垂钓

喜欢钓海鱼的发烧友，有钓鱼船专门载人到深海垂钓，可千万不要错过。



TIPS：水下摄影

如果只是玩玩浮潜，那么一台三防相机就够用了，一般可以下潜到 3 米左右拍照，操作也足够简单。对于水肺潜水来说，最重要的是给相机配一个专业的防水壳，当然价格也不菲。

如果不经常水下摄影，建议在网上或者潜店租赁一个防水相机，或者请潜店的潜导帮忙拍照，当然不是免费的啦。



关于磨房

发现心世界 doyouhike.net

磨房网始于 2000 年，注册用户超过 100 万，是国内最有影响力的自助旅行和户外运动社区。

磨房微信
微信号：mofangweixin

微博 @ 磨房
weibo.com/doyouhikenet

磨房 APP
doyouhike.net/appdownload

关于 AirAsia

亚航最具规模的低成本航空公司

飞我莫属 \ 亚洲最具规模的低成本航空公司
超过 60 条航线覆盖澳大利亚、全亚洲、服务航点遍布全球。短短 10 年，已拥有 116 架崭新的空中巴士。超值的价格，高品质服务，让超过 1 亿乘客从此爱上飞行！

飞得划算 \ 按需选择定制 旅程经济更精彩！
为提零持“现在人人都能飞”的理念，AirAsia 主张使用者付费的平等概念，搭飞机时只付你想付的，没有用到通通省下来，就这么简单！

梦想飞行 \ 谁说少花钱就要牺牲品质？
让我们证明鱼与熊掌可以兼得！规模最大、航班最密集的 AirAsia。一直坚持以优质的服务带给乘客舒适的飞行体验！ 2009 年 AirAsia 被亚太航空中心（CAPA）评选为年度最佳航空公司，2009、2010、2011、2012、2013 年分别连续五年被 skytrax 评选为“世界最佳低成本航空公司”

请关注我们

亚航微博　　亚航微信

