磨房
doyouhike.net

从云端到深海

兰卡威

Langkawi Island

潜水

交通

美食

住宿

摄影：脆皮侠

AirAsia.com
亚洲航空

导读 CONTENTS

01 兰卡威 Langkawi Island

P3 手绘地图
P4 如何到达
P4 关于美食
P5 关于住宿
TIPS：兰卡威海滩

02 潜水 Diving

P6 芭雅岛
浮潜
TIPS: 水下摄影
TIPS: Snorking 浮潜事项
P6 潜店介绍

03 其他活动 Others

P7 红树林一日游
P7 兰卡威度假
P7 免税店购物

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。

Langkawi Island

兰卡威（Pulau Langkawi），又译朗卡维、凌加卫岛、浮罗交怡。位于马来西亚半岛西北端的海面上，由 104 个小岛组成，涨潮时仅能看见 99 个岛屿，主岛兰卡威是群岛中唯一一个有定居者的岛，清澈碧绿的海水和绵长平缓的沙滩构成了天堂般的海滨度假地，葱郁繁茂的森林与神秘而壮观的岩洞是独具魅力的探险地。

图片来自网络

绘图：Norna

磨房户外指南

如何到达

1 飞机

一、国内—兰卡威

北京 杭州 上海 深圳

每日一班 吉隆坡转机

成都 周一至周五每日一班 吉隆坡转机

广州 每日两班 吉隆坡转机

二、国内—吉隆坡

北京 上海 深圳 广州 成都 杭州 昆明 桂林 南宁 香港 澳门

吉隆坡—兰卡威

吉隆坡到兰卡威每天约有 10 班飞机前往兰卡威，航程约 50 分钟

槟城—兰卡威

平均每天有一班飞机前往兰卡威，航程只需 30 分钟左右。

2 其他交通方式

• 大巴

从吉隆坡往玻璃市港（Kuala Perlis）有大巴直达，车程约 7-8 小时，到达码头以后坐船前往兰卡威。

• 火车

可以从吉隆坡坐火车前往亚罗士打（Alor Setar）或亚劳（Arau），再坐巴士或者出租车前往港口坐船到达兰卡威。

• 水运

可以从马来西亚槟城、瓜拉玻璃市，瓜拉吉打等地方坐船到兰卡威。

摄影：阿和

摄影：那一世

关于美食

• 兰卡威的餐饮以马来、泰国以及中式餐厅为主。从黄昏开始直到深夜，餐厅营业的时间很长，在海边一边聊天一边吃，也是夜生活的一个好去处。

• 身形巨大的濑尿虾是必试海鲜，而炒果条、咖喱面、福建面、烤鱼、马来沙拉等也是不容错过的美食。

推荐餐厅

泰国谷仓

世界上唯一一个建在没有被破坏的红树林里的餐馆，菜式以泰国菜为主。

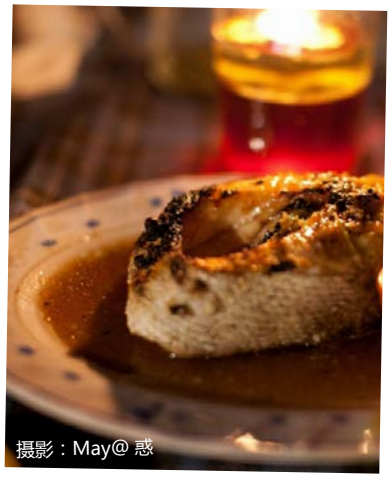
真浪花园海鲜餐厅

海鲜的煮法偏西式和泰式，能按照食客的喜好做成多种风味的佳肴。

暹罗村海鲜饭店

是真浪海滩唯一全冷气又可容纳 500 人的大型餐厅。各种中泰式海鲜大餐令人垂涎。

瓜镇到码头之间和东部沿海有很多大排档，各种东南亚小吃琳琅满目，让你的胃在兰卡威绝不寂寞。


摄影：May@ 惑

提示：

兰卡威的餐馆都是要收 10% 的服务费的，有的不收应该都含在报价里了。

Tips

兰卡威国际机场距珍南海滨风景胜地 8 公里左右。从机场去瓜镇（Kuah）约 25 公里，去珍南海滩（Pantai Cenang）约 8 公里。

岛内交通

岛上交通只有的士，没有巴士和其它工具。搭的士从瓜镇（Kuah）到岛上各处都有明码标价，一般不讲价。

图片来自网络

关于住宿

作为旅游胜地的兰卡威，酒店必然不少，除了豪华五星度假村，当然也有经济酒店家庭旅馆。岛上的住宿主要集中在瓜镇、立咯海滩和珍南海滩，其中立咯海滩一带的价格比较便宜，其他海滩的经济旅馆相对较少。

豪华型

丹娜兰卡威
The Danna Langkawi
www.thedanna.com

四季度假酒店
Four Seasons Resort Langkawi
www.fourseasons.com/langkawi

图片来自网络

图片来自网络

此外还有兰卡威威斯汀水疗度假村、万里达酒店、泰姬陵度假酒店、兰卡威安达曼酒店等五星酒店。

舒适型

假日酒店
Holiday Villa
www.holidayvillahotellangkawi.com

阿瓦纳酒店
Awana Porto Malai Hotel
www.awanaportomalai.org

经济型

Sandy Beach Resort
www.sandybeachresortlangkawi.com

Gecko Guest House
www.booking.com/hotel/br/geckos-hostel.zh-cn.html

图片来自网络

Tips 兰卡威海滩

兰卡威海滩在马来西亚首屈一指，而且数量众多，珍南海滩 (Pantai Cenang) 两公里长的沙滩最繁华，也是旅馆最集中的地方。南边的登雅海滩 (Pantai Tengah) 比较安静，适合家庭度假和情侣蜜月。Pantai Kok 位于西部海岸，最好的海滩都在豪华度假村内，并且只对度假村的客人开放，北部的达泰湾海滩 (Teluk Datai) 也很漂亮。Pulau Beraas Basah 的海滩非常干净，很适合游泳和潜水。

摄影：脆皮侠

潜水

芭雅岛（Pulau Payar）

兰卡威本身的潜水环境一般，但附近的芭雅岛海洋公园会给你意外的惊喜，它的海水发出宝石般的绿色。在众多迷人的潜水地点中，“珊瑚花园”是一个由众多色彩明亮缤纷的柔软珊瑚所覆盖而成的地方，值得一去。芭雅岛周边的海最适合浮潜、游泳等活动，快快下水享受海底世界吧！

浮潜

摄影：波腮东

有两家公司提供往巴雅岛海洋公园的服务。

1 Langkawi Coral 兰卡威珊瑚号

出发时间及离岛时间：
9:45——15:30
包含：自助午餐、浮潜用具
活动及范围：
浮台、玻璃船、巴雅岛海滩
参考费用：250 马币

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。

2 Coral Island 珊瑚岛号

出发时间及离岛时间：
9:30——15:15
包含：午餐（饭盒）、浮潜用具
活动及范围：
巴雅岛海滩，浮潜
参考费用：200 马币

摄影：脆皮侠

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。

兰卡威潜店

图片来自网络

East Marine Holidays Sdn Bhd

提供AW和AOW潜水课程中文教学。
eastmarine.com.my

Langkawi Coral

有浮潜和深潜套餐，也可以考 ow 潜水证。
www.langkawicoral.com

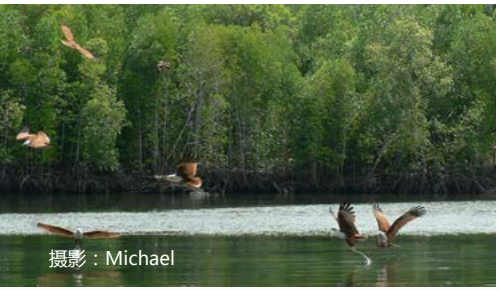
Tips：
如果要在芭雅岛过夜，旅游代理可以在浮台搭帐篷。
关于浮台：海上浮台距离沙滩约两百米，可以容纳近百人，提供自助午餐、更衣室、卫生间，基本设施齐备。

其他活动

图片来自磨房

红树林一日游

对于生态探险有兴趣的朋友来说，红树林一定是首选之地。此行可以见识各种奇花异草，更可以亲自喂食老鹰，除此之外，还可观赏到特殊奇观的钟乳石柱、有着传奇色彩的传奇洞穴、蔚为奇观的蝙蝠洞等景点。



摄影：Michael

跳岛游

兰卡威最受欢迎的游玩项目就是跳岛游，你可以乘坐快艇见识孕妇岛、辛加岛和湿米岛三个岛。沿途还可观赏喂鹰活动，全程耗时约 2~3 个小时，非常超值。

摄影：炸道

天空之桥

这座桥因为离地面极高，而且又窄，所以要想穿过它，需要极大的勇气的胆识。它是目前马来西亚的一道重要的旅游景点。

摄影：infinity83

摄影：阿和

租车环岛

在兰卡威旅行，如果你想更随心所欲，那就租一辆车畅游全岛吧！岛上路况良好、费用便宜，温暖的海风、浪漫的异国风情、颇富乡村气息的马来村落，都是一路行来的绝佳体验。

海钓

兰卡威群岛禁止一切商业捕鱼行为，所以拥有良好的垂钓环境。而且地处热带，一年四季都可以钓鱼。只要准备好鲜美的鱼饵，就可以扬帆出行了。

摄影：阿和

摄影：小吉娃娃

岩洞探险

兰卡威每个岩洞的钟乳石形状都很奇特，而且水滴常流、经年不断，洞里的暗河与浅溪大多与海相通，一进入洞中你就会感到浓重的湿气袭来。这里有最值得探险的传奇洞、神秘的蝙蝠洞、恐怖的女妖洞等一定让爱好冒险的你不会失望。

免税店购物

兰卡威不仅有纯正原始的海岛风光，它还是一座免税岛，百货齐全，应有尽有，这里的东西比起其他地方要便宜三分之一到一半。物美价廉的商品吸引了很多购物的游客，特别是啤酒和巧克力的价格十分便宜。

图片来自网络

Tips

在岛上居住超过 72 小时的旅游者，就能够享受岛上的购物和住宿的全面免税优惠。

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