



布吉 | 喀比  
攀牙 | 蘇梅





amazing  
THAILAND



泰國地圖可在此下載：



# 泰國南部

# 泰國灣



泰國南部

泰國灣

攀牙灣

布吉島

安達曼海

蘇梅島

喀比

宋卡湖

雀鳥鳴歌比賽

Wat Khaha Pimuk (洞穴寺廟)

## 泰國最美海洋安達曼海

這片海洋形成布吉、攀牙及喀比的美麗海岸，為泰國最受歡迎的海岸度假勝地。清澈的海水孕育出豐富的海洋生物及水底生態，讓旅客盡情享受水上及沙灘活動。



## 布吉四日三夜之旅

### Andamanda Waterpark

DAY 1

Andamanda Phuket於2022年才開業，為全布吉最大規模的主題水上樂園，佔地10萬平方米，5大主題區共有25個遊玩設施，更以泰國神話作為設計靈感，有全布吉最長的滑水梯及漂流河，最大型的人造浪池等，大小朋友都會樂而忘返。



### Phuket Old Town 布吉舊城

布吉舊城曾是出產錫的重鎮，吸引歐亞多國商人聚居，至今仍保留了大量具有中葡殖民地色彩的傳統建築物，這些受保育法例規定、不能隨意拆除改建的店屋，大都被活化成畫廊、商店及Cafe。



### Phuket Walking Street 布吉步行街

每個週末大街Thalang Road變身成夜市，極為熱鬧，而且攤檔、餐廳及咖啡店比以前更多，附近的殖民建築外牆亦畫上大型壁畫，大量打卡位給遊客影靚相。在泰南方言中被稱為Lardyai，代表大型市場，布吉步行街提供各式各樣的傳統泰南菜式、本地手作工藝品及精品，更有街頭藝人表演，是適合一家大細的合家歡活動。



### Rawai Seafood Street

位於布吉島南部的Rawai魚市場，一邊是售賣各種本地及進口海產的攤檔，另一邊則是設有座位的海鮮餐館，食客可以先在海產檔自行選購心水食材，然後再到對面找餐館付費烹調。當中獲米芝蓮必比登推介的Mook Manee Seafood Restaurant，海鮮烹調得宜，而且價錢公道，深受旅客歡迎。



### Blue Tree Waterpark

DAY 2

2022年開業的水上樂園Blue Tree，場地如一個大型泳池俱樂部，可在中央的大型瀉湖泳池中游泳嬉水及玩水上直立板。三大刺激玩意有ZipLine、跳崖以及「炸水」滑梯SuperFly，享受高空滑落並飛彈空中的快感！另外還有忍者樂園、兒童遊樂區、潛水電單車等多種玩意試玩。



### 觀賞日落勝地 - Pa Hin Dam

Pa Hin Dam在泰文中解作「黑石懸崖」，是最新的IG打卡位。在此可以眺望Phromthep Cape以及沿岸海島，包括Koh Kaew Yai及Racha Yai島。



## Koh Khai雞蛋島

DAY 3

雞蛋島是布吉海岸東邊的著名海島群，只需乘坐15分鐘快艇即可到達。三個小島包括蛋黃島（Koh Khai Nai）、Koh Khai Nui及Koh Khai Nok。後兩個小島以純白沙灘及清澈透明的海水馳名，水底更有大量色彩繽紛、不怕人的魚群向你打招呼，在此影相打卡及享受片刻大自然的寧靜最適合不過，亦預訂豪華遊艇來個半日遊。



## 滑浪及水上活動 - Kata Beach 卡塔海灘

DAY 4

卡塔海灘位於布吉西邊海岸，是約芭東海灘後第二人氣海灘。白沙幼細柔軟，水質蔚藍清澈見底，對岸一座海島聳立海中央，擁有夢幻的日落夕陽美景。在雨季時海浪甚大，因此吸引了一班滑浪好手在此玩樂，附近有滑浪學校及滑浪板租借，更會舉行滑浪賽事。岸邊有大量樹蔭，可租沙灘椅或來一場按摩，享受原始的赤腳奢華。



## Mai Khao 邁考地區 - 本土社區體驗

Mai Khao Beach（邁考海灘）是布吉最大的沙灘，足有11公里長，部份屬於Sirinat National Park（詩麗那國家公園），因為備受保護，維持原有美麗及生態，沒有過多遊客及小販。在沙灘南方能近距離看到飛機升降，因此成為打卡秘景之一。在沙灘上可以跟本地人一起捉蟹並炮製成炒蟹，亦能試玩沙灘Spa，對血液循環很有幫助，同時亦有手工檔攤，以廢棄物料再造成手作。



## Laem Hin Pier - 大嘆海鮮餐

Laem Hin Seafood是泰國其中一個最有名的本地海鮮餐廳，如果你在傍晚時份到達，還可以順道欣賞天空幻化成調色盤，夕陽西下的魔法時光，享受迷人的日落美景及悠閒氣氛。海鮮選擇豐富，包括泰式新鮮生蠔，加入了蒜頭、辣椒、青檸及炸蔥頭，風味十足。



### 攀牙灣 Phang Nga

攀牙灣與布吉島只有一橋之隔，隸屬攀牙國家公園管理，園內有水肺潛水發燒友朝思暮想的 斯米蘭群島及素靈群島。

#### James Bond Island

以清澈透明的海水及寧靜的海灘馳名。大約離岸40米，有一座20米高的小島豎立在海中央，名為達舖島 (Koh Tapu)，泰文譯為「釘子」，因為其外型猶如一根直立於海中的釘子。小島為石灰岩柱，屬於攀牙灣國家公園的一部份。自從1974年，著名電影《鐵金剛大戰金槍客》於考平甘島及達舖島取景拍攝，這裡就被稱為占士邦島或007島。



#### Koh Panyi

另一海島班宜島 (Ko Panyi)，則有傳統水上穆斯林村落，極有特色。

位於攀牙府的Koh Panyi，是一條位於攀牙灣內的回教漁村，由於Koh Panyi缺乏土地，整條漁村都是建於水上，非常獨特。在島上東面全都是海鮮餐廳，穿過餐廳，滿是售賣各種手工藝品，明信片 and 紀念品的攤檔，還有賣魚，蔬菜，蝦乾，魚露的市場，當中不容錯過地道小吃Nam Prik Kung Siap (蝦醬辣椒伴蝦乾)和 Hoi Chak Teen (鳳凰螺)。



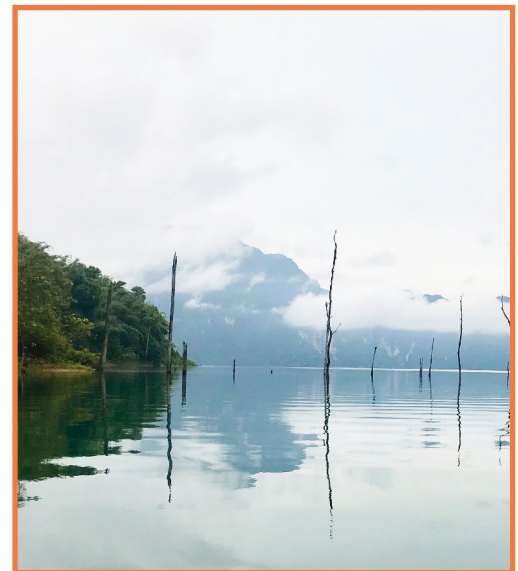
#### 考索國家公園 Khao Sok National Park

攀牙灣還有泰國最大的熱帶雨林考索國家公園 (Khao Sok National Park)，位於泰南、佔地七百多平方公里，是全泰國歷史最悠久的熱帶雨林，擁有境內最漂亮和隱秘的山中湖。

考索國家公園位於泰國灣和安達曼海之間，距離布吉約需2小時車程。有兩個主要方法前往，由陸路入園可先沿山路走進樹林歷險，這裡有極豐富的生物物種，有機會可看到野生鹿、水牛、猴子和大象及雀鳥；亦有多條不同難度、不同面貌的行山徑及洞穴。然而，大部分人會選擇從碼頭乘坐泰式小木船進入山中湖，慢慢欣賞沿途美景。

公園內最有名的山中湖 Cheow Larn Lake，深度達150米，考索國家公園於1980年正式成立，政府為興建大水壩，2年後在公園內撥地160平方公里建造湖泊，本意為泰南地區提供水力發電，現在則成了泰國最大的淡水湖遊客區。

山中湖位於公園的正中央，有人間仙境美譽，全因映入眼簾的是平靜的湖水、翠綠的山群，不同時候遊湖能欣賞到不同的美景。晨早遊湖，霧氣變成仙氣圍繞整個山群，更為山中湖添上一分神秘感，中午時分玩獨木舟遊湖，則能欣賞翠綠湖水，當然少不了醉人的日落景色。



## 戶外活動推介

### 滑浪

布吉有不少滑浪熱點的海灘，適合初學滑浪者試玩，亦有珊瑚浪點給資深玩家。寇立 (Khao Lak) 的滑浪季位於四月尾至十一月中的季候風時期，於Nangthong Beach, Bang Niang Beach 及 Pakarang Beach都有好浪，高度大約為1至3米。



### ATV

在攀牙體驗全地形電單車 (ATV)，要做好越野探險的心理準備。導遊將帶領旅客橫越溪流、深入森林，並在崎嶇陡峭、滿布碎石的山坡或泥濘濕地行駛，參加者毋須駕駛執照，亦可親自操控時速高達每小時80公里的ATV，感受風馳電掣的快感。



### Song Phraek River Rafting

想在安全的環境下感受激流的刺激，攀牙Song Phraek River的White Water Rafting是不錯的選擇。以人工方式控制天然河水流量，加上兩位經驗豐富的教練負責操控橡皮艇去向，即使不熟水性甚至是小朋友，亦可以安心將雙腳繫於艇上，感受9公里的急跌與顛簸。

### Koh Pah

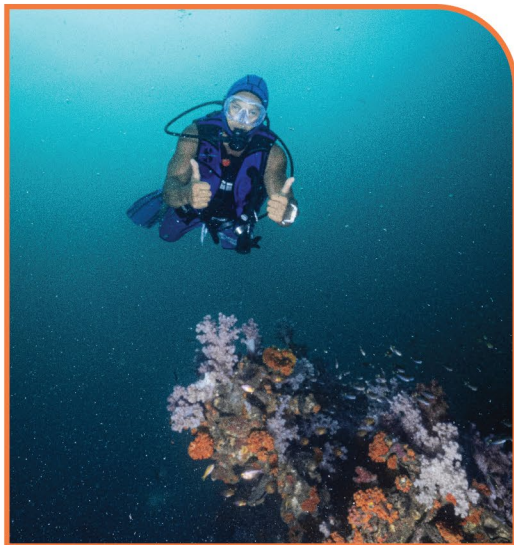
於攀牙的Nam Khem 碼頭出發，乘坐特製精美長尾木船，半小時便能到達打卡隱世小島。於絕美白沙灘上拍照和享用傳統泰式美食，亦可於附近海域浮潛、自由潛水和釣魚。



## 安達曼海潛水之旅

### King Cruiser Wreck

此汽車渡輪在 1997 年沉沒，在 Shark Point 和 Anemone Reef 的東邊一點，因撞上 Anemone Reef 的珊瑚礁而下沉。這艘長 85 米，寬 25 米，處於水下約 33 米之地的渡輪，沉船上覆蓋著大量海洋生物，物種相當豐富，還有無數的魚群風暴，壯麗非常。建議有經驗的潛水人員前往。

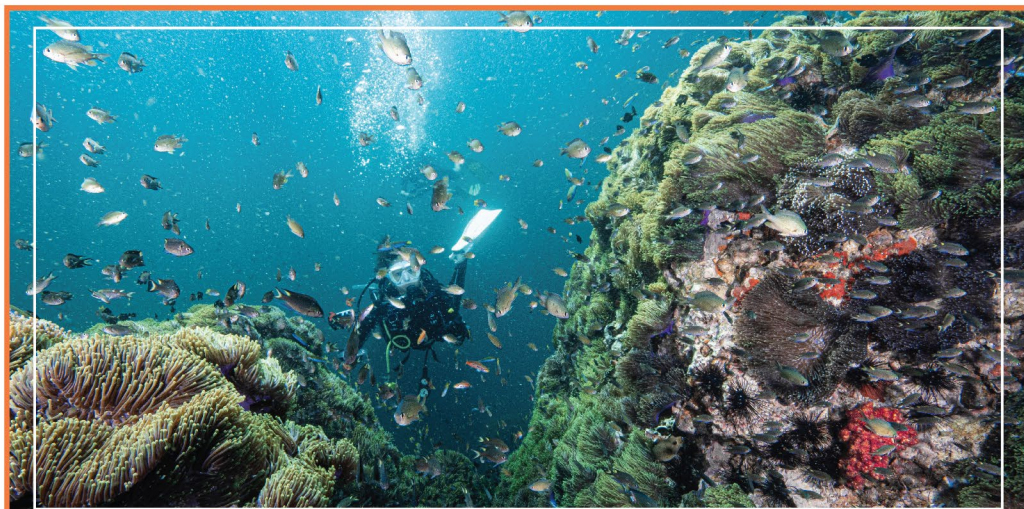


### 安達曼海潛水地圖



### Anemone Reef

布吉最佳的潛水點之一，有大量顏色鮮艷奪目的珊瑚，和豐富的海洋生物，包括海龜、豹鯊、墨魚、海馬、海蛇及稀有斑馬海鰻，亦有不同品種的熱帶魚出沒。



### Shark Point

因該地區經常見到豹鯊 Leopard Shark 而命名，位於 Anemone Reef 和 King Cruiser Wreck 附近，在布吉以東約 28 公里。潛水點包括大量扇珊瑚和多個有趣的岩石，而岩石的頂部被大量色彩繽紛的珊瑚覆蓋著。



### Phi Phi 島

Phi Phi 島座落於布吉島東南方 40 公里的外海，由 6 座島嶼組成。主要島嶼為大 Phi Phi 島以及電影《迷幻海灘》取景地 Maya Bay 所在的小 Phi Phi 島，海底有漂亮的珊瑚礁、岩石和洞穴等，也有海龜、黑鰭鯊等不同的海洋生物棲息，運氣好也能碰見鯨鯊和鬼蝠魞。在 Phi Phi 島的南端，有兩個小岩石島，Bida Nok 島和 Bida Nai 島，擁有五顏六色的軟珊瑚與硬珊瑚礁混合在一起，而豹鯊也經常出現於此。



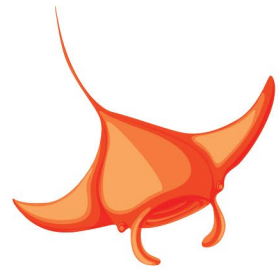


## 安達曼海潛水之旅

### 斯米蘭群島 Koh Similan

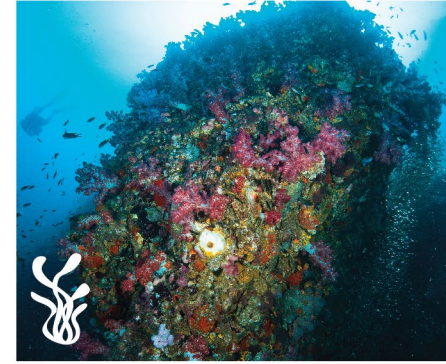
於1982年成立的國家公園，由安達曼海9個主要島嶼組成，離攀牙約70公里。擁有多姿夕彩的軟及硬珊瑚礁、清澈的海水及幻滑的白沙灘，為全球最佳潛點之一。

每年10月尾至5月初斯米蘭群國家公園會開放給遊客前來，而5月尾至10月中則為安達曼海的雨季，水流亦較大，國家公園會於此時關島半年，好讓珊瑚得以休養生息。



### Richeulieu Rock

被稱為安達曼海的瑰寶，石峰位於素林群島以東約18公里，能見度最高可達水下35米，經常有鯨鯊出現，另有大量有趣的海洋生物，包括梭子魚、獅子魚、龍蝦、章魚、黃色虎尾海馬及鬼蝠魞等。



### 素林群島

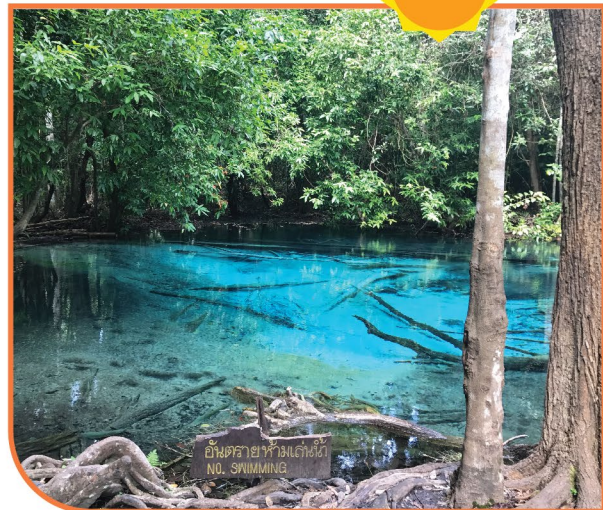
跟斯米蘭群島一樣，每年只有11月至5月才會開放給遊客。由五個島嶼組成的素林群島，國家公園佔地面積135平方公里，其中76%為海域。島嶼周圍有許多潛水和浮潛地點，從緩坡珊瑚礁到花崗岩巨石亦有。水極清澈，不用深潛也能看到色彩繽紛的珊瑚。



## 喀比

### 喀比萊利海灘 Railay Beach

乘長尾船才能前往，由喀比碼頭前往船程約10分鐘。萊利海灘被高聳的石灰岩山包圍，雄偉的斷崖山壁，吸引不少世界級攀岩好手前往。導師會先攀上岩石視察及設定不同難易度的路線，參加者則由地面開始爬上十多米高的懸崖，導師會在地下用繩索吊著參加者，即使失重心亦不會墮地。沙灘上有不少天然鐘乳石洞，而保佑海上安全的女神廟亦是著名景點。海灘另外一邊風平浪靜，可以租用直立式版槳板在海中遊玩。



### 翡翠池及藍池

#### Emerald Pool and Blue Pool

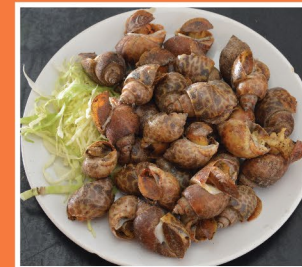
因充滿礦物質而呈翡翠綠色。翡翠池的水如翡翠般碧綠因而得名，有時會呈透明色，有時卻會變得更綠。這個天然溫泉泳池相當大，水深約1.5米，水質清澈，更有魚兒在池中游泳，不少人專誠前來玩水暢泳。穿過森林步道，約15分鐘步程可以到達藍池，池水帶藍寶石般的色彩，神秘夢幻，不過不能下水。

### Namtok Ron Khlong Thom Hot Spring

泉水從山坡沿石級流下而形成多層水池，翡翠池附近約10分鐘車程的Namtok Ron溫泉瀑布，需自備毛巾前往。水溫約40多度，微暖不算太熱，建議只浸15至20分鐘就足夠。水流自一級級的石級流下，形成小小的私人溫泉池及天然按摩池，還有一個天然冷水湖泊，可以下水遊玩。建議早點來避開人潮，園內亦有一個人工溫泉泳池，池底平滑，適合小朋友玩水。入口處有幾檔小食攤檔，可以買點飲品小吃。



### 泰南必吃生猛海鮮



## 喀比跳島遊

### Phi Phi島

由一系列的島嶼組成，大致分為大Phi Phi島，是唯一有人定居與酒店進駐的島嶼；小Phi Phi島則是島嶼當中第二大島，以瑪雅灣最為馳名。



### Thale Waek

被稱為三島一線沙灘的連島沙洲，在潮退時沙灘才會出現，並將Ko Kai、Ko Thap及Ko Mo連接，於每月15日前後5天的時候是到訪的最佳日子。



### Maya Bay

因為拍攝電影《迷幻沙灘》而成名的瑪雅灣，弧形海灣被高聳的峭壁包圍，水質如翡翠般碧綠，每年會進行不定時保育而禁止遊客上灘。



### Koh Gai

因形狀貌似公雞而被稱為「雞島」，這個不受污染的地方，適合游泳及浮潛。



### Koh Poda

距離奧南約8公里，小島三面環海，既有水清沙幼的海灘，亦有豐富繽紛的珊瑚礁，如世外桃源般夢幻。



### Koh Hong

Hong在泰文解作「房間」，位於Koh Yao Noi及喀比之間，雖然面積細小但很受遊客歡迎，海島有兩個被懸崖包圍的海灘。



### Koh Haa

在泰文中意思為「五島」，Koh Haa Yai為當中的最大的島嶼，有沙灘、洞穴及珊瑚礁，是水肺潛水及浮潛勝地。



## 蘇梅島

蘇梅島是泰國第三大島嶼，位處泰國灣西南，島上種有大量椰樹，因為又被稱為「椰子島」。島上的大自然資源豐富，亦有繽紛多樣性的海底世界，加上寧靜清幽的氛圍，適合讓旅客來個洗滌身心的放鬆之旅。

### 養生排毒

蘇梅環境安靜平和，各大酒店及旅館也提供養生排毒的療程，給旅客一個休養生息的機會。



想在旅程中鍛鍊身體，不妨參加當地舉辦的各種運動及健身課程，例如瑜珈、泰拳、TRX等，讓身心保持最佳狀態。蘇梅四面環海，水上活動同樣多元化，可以選擇揚帆出海，坐豪華帆船享受陽光與海灘，或是挑戰獨木舟，在大海小島中穿梭。



Fishermen Village ▶ 漁人碼頭是最新的旅遊區，有小商店、餐廳食肆等，不少遊客前來享用沙灘晚餐。



### Nathon Pier (Sunset)

納通碼頭 (Nathon Pier) 碼頭在蘇梅西岸海面，是登島旅客的主要出入口及往來小島的快艇停靠港口。附近還有納通海灘，景色一望無際，是觀賞日落的好地方。

### 高卡車

位於查汶地區的高卡賽車場，有多款車型可供選擇，7歲或以上就可以遊玩，時速由每小時25公里至最高70公里。



### 海外婚禮勝地

蘇梅島遊人少，地方寧靜，私隱度較高，實屬舉辦專屬私人婚禮的不二之選。而島上專辦婚禮的酒店選擇極多，新人除可在細白沙灘的極美環境下，亦可在絕美泰國灣前舉辦婚禮，更可享受過萬呎配有私人花園和無邊際泳池的獨立別墅。

潛水、浮潛及自由潛水勝地

蘇梅島附近有80多個外島，最著名的安通國家公園(Angthong National Marine Park)、南緣島(Koh Nang Yuan)、龜島(Koh Tao)及帕岸島(Koh Phangan)，擁有純淨零污染的環境，豐富的珊瑚礁、色彩艷麗的熱帶魚群、蔚藍的鹹水湖和石灰岩洞，遊人不多，可以享受寧靜優美的小島風光。



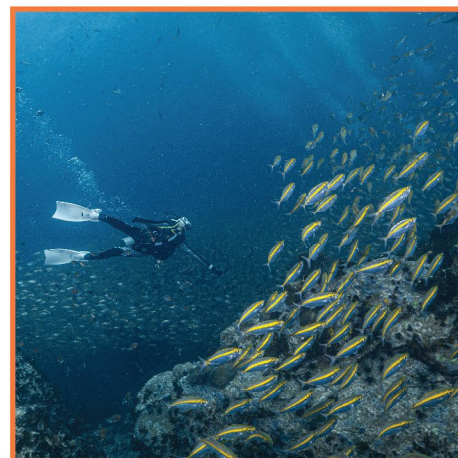
Ko Tao

龜島是泰國最佳潛點之一，海水清澈，能見度極高。水質清澈見底，加上穩定的水流，是學習潛水、自由潛水及考取牌照的好地方。潛水學校費用經濟實惠，是初學者試玩潛水的首選。



世界海洋日

每年6月8日，龜島都會舉辦「世界海洋日」，有廢物循環再造、手工藝自家製作工作坊以及珊瑚種植等活動，致力提高環保意識，並推動海洋保育。



Angthong National Marine Park ▶ 由42個小島組成，可以進行划獨木舟、浮潛、攀岩、遠足等戶外活動。

Ko Nangyuan ▶ 鄰近龜島，環境優美，吸引不少人前來打卡影相。



Koh Phangan ▶ 舉世聞名的滿月派對，吸引大量年輕人及派對動物忘我玩足一晚。

Ko Matsum ▶ 又稱「豬島」，因島上有隻可愛小豬迎接旅客，這個隱世小島上有人跡罕至的白沙灘，只有一家resort及餐廳，充滿原始美。



追蹤我們的社交媒體，率先接收第一手最熱資訊！

