

蚂蜂窝旅游攻略 东南亚系列
www.mafengwo.cn

巴厘岛



南太平洋上的秘境天堂



巴厘岛速览 Introducing Bali

巴厘岛位于小巽他群岛西端，面积约 5560 多平方公里，是印度尼西亚最为著名的旅游休闲区，被许多旅游杂志评选为世界上最令人陶醉的度假目的地之一。

巴厘岛南部拥有迷人的白色沙滩及温暖的阳光，库塔、努沙杜瓦是众多游客最喜欢逗留的区域。游览巴厘岛中部可以说是一次巴厘艺术之旅，需要游客细细体会：巴厘岛石雕的故乡巴土布兰 (Batubulan)，银器村苏鲁村 (Celuk)，艺术重镇乌布 (Ubud) 等，如果喜欢寻找刺激，游客还可参加阿勇河漂流。

巴厘东部及北部对于喜欢户外活动的人来说，这里并不比巴厘南部逊色，相反更加吸引他们。图兰奔是印度尼西亚的最佳潜水点之一，而登山爱好者则喜欢攀登巴杜尔火山。

总之，无论你在巴厘岛的哪个地方，都能感受到这里人们虔诚的宗教信仰和多姿多彩的艺术文化气氛。这里的建筑、音乐、舞蹈、装饰等全都独具风格，让人不由地驻足欣赏。

big 玉 巴厘岛，一个熟悉的名字，也许多数人第一时间脑海浮现出阳光海滩的景象。但当你亲临巴厘一次，就感受到这里给你的感官体验和精神收获远不止这些，这里的历史、文化、宗教、自然风光无一不让你细味其中、流连忘返。

特别推荐 Specials

★巴厘岛的 Villa 风格酒店、民居和马代的水上屋一样都是属于当地的特色，来到这里一定要尝试下，一流的风光和设施能让你度过一个豪华难忘的假期。

★美景欣赏了，美食享用了，舒服的 SPA 怎能错过，融入美景中的按摩环境，地道专业的按摩手法，享受悠闲的假期给你正能量。

★巴厘岛的休闲、慵懒氛围跟巴厘岛舞蹈形成强烈反差，热情的舞蹈、鲜艳的扎染服装，让你深刻的感受到巴厘岛人民的无限热情。

★美丽的度假胜地被海水包围，怎么能不体验一下水上水下的乐趣，无论你是选择冲浪，还是潜水，都会让你感到惊喜和刺激。

目录 Catalogue

- 02 巴厘岛速览 / 特别推荐
- 03 地图
- 04 亮点 / 概况
- 08 线路推荐
- 10 库塔及周边
- 17 登巴萨
- 18 海神庙
- 19 萨努尔
- 20 金巴兰和乌鲁瓦图
- 23 努沙杜瓦
- 26 蓝梦岛
- 29 乌布及周边
- 39 罗威那
- 40 吉利群岛
- 42 实用信息
- 44 出入境

最佳旅行时间 每年 4-9 月为旱季，雨量相对较少，是适合潜水、登山和骑游的最好时节。每年 10-3 月为雨季，除了火山徒步，大部分活动都能进行。

穿衣指南 巴厘岛的全年温度在 28℃ 左右，基本上穿上夏日清凉舒适的衣服就可以玩遍整个小岛。在山区早晚温差大，需要穿稍厚的夹克。当然，进入寺庙时着装部分应当注意得体，详见第 7 页。

消费与汇率 巴厘岛作为全球热门旅游目的地，消费水平其实并不算高，但在旅游旺季 7、8 月和圣诞节前后，酒店费用大多会上涨，有的甚至可以涨到 50% 以上，平均下来每日预算从 300 -1300 元 (人民币) 不等。

官方货币：印尼盾 (Rupiah，简称 Rp)

参考汇率 2015 年 6 月

1 元人民币 ≈ 2147 印尼盾；1 美元 ≈ 13330 印尼盾

1 欧元 ≈ 14980 印尼盾

时差 属于东八区，和中国没有时差。

致谢

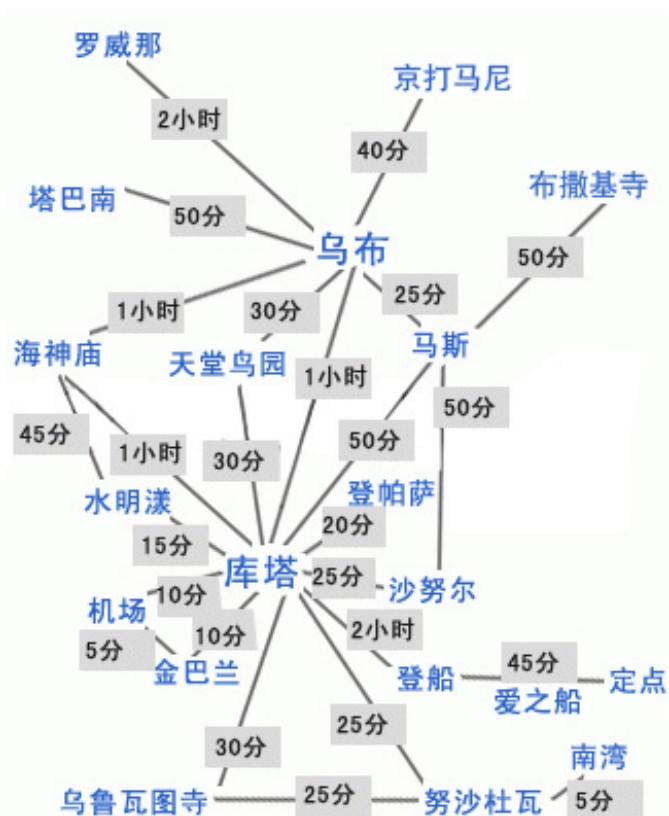
特别感谢：ladybaby 小攸 蔷薇岛主 艾芮卡爱旅行 提供大量的巴厘岛资讯。

此外，还感谢：大李 big 玉 swing 藏马蔷薇 Cindy 小熠 小妖 0725 璩格格 卜卜头 cathyshi genie 樱桃 奈 v 小姐 irvingwangsg 远不放弃 凭海临风

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识产权；未经本公司明确书面许可，任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。



巴厘岛各景点间驾车行驶时间图



以上时间为最快时间，行车速度为一般或慢请多加 10-20 分钟

巴厘岛主要景点中英文对照

库塔	Kuta
雷吉安	Legian
水明漾	Seminyak
乌布	Ubud
登巴萨	Denpasar
萨努尔	Sanur
金巴兰	Jimbaran
乌鲁瓦图	Uluwatu
努沙杜瓦	Nusa Dua
蓝梦岛	Nusa Lembongan
努沙佩尼达岛	Nusa Penida
巴杜尔火山	Gunung Batur
罗威那	Lovina
京打马尼	Kintamani
图兰奔	Tulamben
门姜甘	Pulau Menjangan
龙目岛	Lombok
吉利岛	Gili



亮点 Highlights

★看最美日落

来到巴厘岛这样椰林树影、水清沙白的度假胜地，海滩漫步、边晚餐边看日落，应该是最不浪费美景、美食的方式。较好的看日落的地点有乌鲁瓦图(见第20页)、金巴兰海滩(见第20页)以及海神庙(见第17页)。

★享地道脏鸭餐

脏鸭实际是用当地方法烹制的香料鸭，外皮酥脆，肉质却鲜嫩。乌布的脏鸭餐是为最正宗的，推荐去 Laka leke(见第34页)或是 Bebek Bengil(见第34页)吃一顿地道的脏鸭餐。坐在开敞的餐厅里，清风吹来田野清香，即使只是坐着发呆也是种享受。

★赏精彩舞蹈表演

巴厘岛的传统舞蹈与宗教密不可分，于他们而言，这并非单纯娱乐，也是与神沟通的方式。最为地道的舞蹈表演，在乌布皇宫(见第30页)。

★在悬崖边品鸡尾酒 看夕阳

巴厘岛有一个被 CNN 旅游频道排名世界第一的酒吧，那就是建在高18米的悬崖上的鸡尾酒吧 Rock Bar(见第21页)。在落日时分，点上一杯鸡尾酒，聆听强劲的摇滚乐与海涛的澎湃声交相呼应，欣赏夕阳美景，那是何等浪漫。



 藏马蔷薇 海神庙日落

概况 Overview

地理与分区

巴厘岛位于印度尼西亚的东南方，靠近赤道附近，行政上称为巴厘省，是印度尼西亚33个一级行政区之一，省会设于南部的登巴萨(Denpasar)，巴厘岛是印度尼西亚唯一信奉印度教的地区。

外部交通

大部分航班降落在位于大部分航班降落在库塔附近的新机场，有关机场的更多细节，请见库塔(Kuta)外部交通部分(见第16页)。

内部交通

巴厘岛的公交系统有些奇怪，它的交通中心既不是南部热闹的海滩，也不是中部咽喉乌布(Ubud)，而是两者之间——巴厘岛的行政中心登巴萨

(Denpasar)。几乎所有的景点和城镇都有发往登巴萨的班车，但对于旅游人群而言，就不是很方便了。

在这里不是很建议自驾，因为全岛只有库塔(Kuta)附近的公路较好，其他路段路况较差，而且车是右舵行驶，自驾较为危险。如需长途旅行的话，包车或者报名一日游行程会比较划算。

在库塔(Kuta)或乌布(Ubud)这样的主要旅游区，出租车较为普遍，但拥堵的交通路况很考验你的耐心。因此，在这些区域，如果你自信自己的驾驶技术，那租辆摩托车倒是不错的选择。

如果你对自己的体力足够自信，也可以租上一辆自行车甚至是徒步进行短途旅行，走走停停看路上的风景。

此外，如果你想前往东南部的努沙佩尼达岛(Nusa Penida)或者是更远的龙目岛(Lombok)与吉利岛(Gili)，在一些海滩区也有船可达。

包车(带司机)

包车是在巴厘岛上游玩的主要方式，因为各景点间距离较远，而且很多地点比较偏僻。这些司机通常都能讲一口流利的英语，并能作为导游为你推荐一些好玩的地方及好吃的餐馆。选择大的租车公司自然要比选择私人的更贵。一般而言，有空调的4人座小汽车一天的价格在35美元左右，游览时间约8-10小时，如果时间长应该提前讲清楚，另外协商价格。游览结束后，应根据对司机的服务满意度支付小费，一般情况下是50,000Rp/天。如果你的行程较为紧张，那么基本上包车3天，就能游览完巴厘岛主要的旅游目的地。

Sindy 巴厘岛虽然包车或者打车很便宜，但是从南部的海滩到北部的山区还是要一两个小时的车程的，也是要花些时间和银子的，一般去自由行的人都会选择在南部住几天，北部住几天，那么换酒店的时候就要包车，这又是一笔支出。我的经验是，巴厘岛有很多当地特色的项目是含接送的，比如教堂婚礼，比如阿勇河漂流。所以要利用好这些免费的条件，我们就是在婚礼当天换酒店，从金巴兰退房带着行李去的教堂，典礼后让司机给我们送到了北部的山区，车费全省。另外我们基本不用担心行李的安全问题，一般都是一个专车跟着我们，所以还挺安全的。

巴士(不建议)

从龙目岛等主要城市都有到达巴厘岛主要目的地的轮渡和巴士，巴士公司的选择很多，自助出游、对预算又比较敏感的游客可以选择 Perama 巴士公司。

Perama 公司

Perama除了提供巴士服务，还可以在线预订在印度尼西亚、巴厘岛(Bali)或龙目岛(Lombok)当地的游览项目。在 Perama 官网提前预订的话，每一程都有10,000Rp的优惠，且不需缴付任何预订费，可以到店现付，接受刷卡。

热线: +62 361 750808



 ladybaby 小巷里行人影绰绰，与呼啸而过的摩托擦肩而过



24 小时咨询: +62 361 751875

网站: <http://www.peramatour.com/>

更多关于巴士站点的信息详见具体目的地外部交通的巴士部分。

出租车

从南部乌鲁瓦图 (Uluwatu) 一直到中央区域的登巴萨 (Denpasar), 里程出租车都是很普遍的。起价基本是 5,000Rp, 途中车停计价不停。

Bali Taksi/ 蓝鸟 (Blue Bird) 出租车公司

巴厘岛上最大的出租车公司司机服务态度好, 也很少有故意绕路、多收钱等行为。

服务热线: +62 361 701111

摩托车 / 自驾车

巴厘岛为右舵驾驶, 车行在道路右侧, 但交通规则和设施都没有达到很完善的程度。而且, 印尼法律承认的驾照为印尼当地驾照、国际驾照以及东盟国家颁发的驾照, 中国驾照尚未加入联合国国际驾照公约, 所以尽管没有国际驾照也可以在当地租车, 但一旦出了任何事故保险公司是不予赔偿的, 且当地警方会视为无证驾驶。如果想要出行更自由一些, 安全的选择是租个司机骑车。

如果坚持自驾车, 参考价格 200,000-250,000Rp/ 天;

摩托车一般都是 125cc 自动挡的规格, 价格为 40,000Rp-100,000Rp/ 天不等, 如果租期超过一周的话还能便宜一点。

- 骑摩托车一定要带头盔, 很多热门目的地经常有交通堵塞的情况发生, 在混乱的车流中, 头盔是保障安全的基本。
- 原则上, 租车时需要出示国际驾照 (IDP), 但大部分情况下没有人会向你要这个东西。

自行车

巴厘岛很多地区都适合骑行, 尽管骑行要忍受热带的气温, 但美景和微风足以抵消这个缺点。另外, 龙目岛 (Lombok) 也是环岛的好地方。车行一般都会是山地车和头盔一起出租, 参加骑行项目还会提供早餐、午餐、水果和矿泉水。一般还会加收保险 25 美元 / 人。乌布的骑行项目参考价格: 450,000Rp/ 人。

Bali countryside bike tour(abadi agus)

地址: Jln.Mulawarman (Gianyar)

联系方式: +62 813 5396 6690

餐饮

印尼菜肴大量使用椰浆、胡椒、丁香、豆蔻、咖喱等香料调味, 餐桌上还常备辣椒酱, 这里的食物口味比较重, 烹饪时一般需要用很多的香料来制作。浓重的口味很容易令品尝过的人得出不同的看法, 所以是不是好吃还要自己尝试。巴厘岛人的主食是稻米, 放在椰子壳中蒸熟的米饭



逛DFS刷Visa 满额即赠最高达 45美金优惠!

了解更多



T
GALLERIA

DFS

VISA 心驰所向



(Bubur Injin) 清香四溢。巴厘岛的蔬菜很喜欢用胡萝卜和四季豆，只要是和蔬菜有关的菜，都有这两样，而且还很贵。

印尼巴厘的口味不知道是否符合你的胃口，但是这里新鲜的水果相信一定能让你过瘾，无论在稻田旁的小餐馆还是乌布商业区内的特色餐厅都可以点上一杯新鲜果汁，很多水果的口味可供选择，既健康又美味。

岛上的啤酒最出名的是“Bintang”，专属于巴厘岛的啤酒，在巴厘岛随时可见这个商标。米酒和果酒的话，建议品尝巴厘岛的 Hatten 玫瑰红酒，还有 Tuak 棕榈甜酒（由椰子棕榈花汁液制成）和 Brem（用黑糯米和椰汁发酵而成）。最受外国观光客欢迎的是 Arak，一种无色、无糖的酒精饮料，取 Brem 或 Tuak 蒸馏制成，通常加冰块饮用。上述饮料只要不混合饮用，隔天绝不会有宿醉现象，因为其酒精含量只有 5%，女生也可放胆一试。

以下是巴厘岛的一些名菜

烤乳猪 Babi Guling：是巴厘岛名菜，整只乳猪填满香料，以药草、香料、红椒与米为佐料，架在火上烤到皮脆肉嫩，全身金黄油亮，香气四溢，配上米饭吃。

脏鸭 Bebek Betutu：烤鸭套餐极具巴厘特色，翠绿的酱碟，色彩鲜亮的原只烤鸭，再以绿色的青柠片和鲜红的西瓜片作拌碟，整个构图颜色之丰，令人有惊艳之感。

水果拼盘 Lawar：用切薄的木瓜片、菠萝蜜、青豆、椰子粉、杨桃叶与多种当地的香料做成，这盘菜通常与其它肉类如猪肉或鸭肉一道上菜。

巴厘岛式拼盘饭 Nasi Campur Bali：拼盘的意思就是你可以通过此一道菜，品尝到不同风味巴厘菜肴。盘子中央是饭，周围围着至少 4 到 5 种各式小菜，绝对超值。虽然每一家拼盘都会不同，但一定都是拿手的家常菜。

印度尼西亚美食

Sate：加上花生酱的牛肉或鸡肉串

Nasi Goreng：掺有鸡肉、蔬菜、猪肉、牛肉的什锦炒饭，通常配上脆虾片和一个煎蛋。

Mie Goreng：什锦炒面，原料同上。

Ayam Goreng/Bakar：炸鸡 / 烤鸡。

Cap Cay(读成 chap chai)：翻炒蔬菜。

Gado-Gado：配上花生酱的快炒青菜。

Rujak：加上香料的水果沙拉（冷盘）。

Padang Food：来自苏门答腊等地的菜肴，可说是最普遍的点菜法。通常一次端上十二道或更多的菜，包括牛肉、虾子、青菜、蛋、三种不同作法的鸡肉、内脏、汤、红椒等。食客只须付吃过的料理。



 藏马蔷薇 特色沙拉，里面有一种梨，味道挺特殊的

- 巴厘岛的餐厅名字很多都叫 Warung(“小吃摊”的意思)，Wayan(“老大”的意思)，Warisan 之类的，最好记住全名，地址和联系方式，免得搞错，司机有的时候也不是每个餐厅都知道在哪里的，给他地址和联系方式方便尽快找到地方。

- 去那里旅游的人都是晚上 7 点以后才开始吃晚餐，所以大家早点去的话是不需要订位的，不过去的太早可能餐厅还没开始供应，17:30-19:00 之间差不多。(小牧 提供)

住宿

巴厘岛作为热门旅游胜地，上到豪华五星级酒店，下到海边民居，各种房型都能满足不同需求的你。不管你是选择库塔 (Kuta) 海边的精品酒店，乌布 (Ubud) 那有着世外桃源般的乡间风情的独栋 villa，还是金巴兰 (Jimbaran) 海边的时尚旅馆，或是蓝梦岛 (Nusa Lembongan) 海边的豪华五星，都不会让你失望。而且巴厘岛的酒店基本都有泳池或是临近海边，椰林树影，水清沙白，这样的度假充电模式，应该会让你电力十足。



 ladybaby 乌布的购物场所

购物

巴厘岛不仅是休闲放松的好去处，还是购物者眼中的天堂。在巴厘岛，游客可以购买到很多物美价廉的纪念品，例如木雕、石雕、银饰、蜡染、咖啡豆、香精油等，是馈赠亲朋好友的最佳礼物。此外，巴厘的很多服装价格要比其他地方便宜很多，因此经常可以见到女性穿梭在库塔的大型商场及商店之间，手上提满了大袋小袋，一副满足快乐的表情。

巴厘岛的库塔和乌布是最佳购物点。此外，你还可以去专门生产某种手工艺品的村庄，如苏鲁村（银器）、马斯村（木雕）、巴土布兰村（蜡染布）购买特色纪念品。在这些地方购买不仅价钱便宜，质量有保证，更能亲眼看到这些精美器具被制造出来的全过程。一些物品比国内便宜，如华歌尔内衣、polo 衫、卡尼尔、妮维雅、欧莱雅、精油、咖啡豆等。

小熠 建议行程先去库塔，那有许多购物场所，但不要在库塔买工艺品。工艺品一定要到乌布来买，保证能买到称心如意，独一无二的纪念品。

Ladybaby 推荐购买的当地物品，如最值得购买的手工艺品，如木雕、石雕和蜡染等，如果钱包允许，也可以买几件当地艺术家的作品；巴厘岛本地产的咖啡，咖啡口感不酸不涩，较为甘苦；纯天然原料的精油，价格也不高，如果去明码标价的品牌店，一瓶 40ml 的纯精油是 50 元人民币左右，味道很纯正，适合香薰；用印尼的草药做成的犀牛水，能防止中暑，具有降火的功能；还有花香型和水果香型的香皂，淡淡的味道非常好闻，而且即使使用到最后还是泡沫充盈，香皂的包装很相似，所



以一定要问清楚是否可以面部和身体都可以使用的。

- 在巴厘岛买东西适当带些现金，标价便宜的小商店多数不接受信用卡，而大型工艺品店和免税店里的价格要贵得多。
- 无论是到巴厘便利店，还是超市，都会遇到被售货员多算一笔的情况。所以，提醒各位将要到巴厘旅行的朋友，在结账的时候要多留一个心眼。此外，要小心旅游景点附近有一些貌似艺术家的人向游客索要高价，出售假冒古董。
- 巴厘岛市内的 DFS 可以买雅诗兰黛的化妆品，这里的雅诗兰黛最便宜了，就拿雅诗兰黛眼霜 ANR 套装来说，2 瓶也就 600 多人民币，在国内专柜上一瓶就 500 多。除此之外这里的 OMEGA 手表的价格也是很不错的，值得购买。
- 在家乐福超市可以购买香皂和一些当地特产比如咖啡之类的，这些东西都会比库塔地区的大型商场便宜。
- 切勿到 Duty Free Shoppers 批发商场购物！当地产品的价格都非常昂贵，例如一瓶萨努尔 (Sanur) 制造的 Hatten 玫瑰红酒，比当地的所有餐厅都贵！如果你为了参加特殊场合欲购买漂亮的法国上衣、设计师皮包、珠宝或裙装，绝对不建议你到 DFS 采购：你在 DFS 购买的所有进口商品，包括衣服和配件，都会直接为您将货品送到机场，不能在巴厘岛使用。当你前往观光胜地如海神庙 (Tanah Lot) 的摊贩购买时，要特别小心，像是坦加南 (Tenganan)「Bali Aga」村的冒牌艺术家，因为非常了解「古董」纺织品的价格，却故意将价格开的很高（甚至贩售喷染而非编织的布料）。

小攸提供

娱乐与活动

众所周知，阳光与海滩是巴厘岛的“招牌”，各种海滩活动，如潜水、橡皮船、拖伞、沙滩排球等肯定是少不了的。而受地形及洋流的影响，巴厘岛多数海滩海浪较大，虽不适合游泳，却是绝佳的冲浪地点。

巴厘岛还为来这里的游客提供更多的除水上活动外的休闲娱乐项目。如欣赏一场精彩绝伦的舞蹈、到山区高尔夫球场去打球、找一个 SPA 馆好好宠爱自己、乘浮筏在阿勇河漂流、到罗威那看海豚、骑山地车观赏景色或徒步在丛林中去探索巴厘岛的神秘的奥妙，得到一次难忘的探险体验等等。更多娱乐活动详情请见各部分。

冲浪

冲浪是巴厘岛著名的特色活动。这是一种以浪为动力的海上运动。冲浪者站立于冲浪板上，凌驾于海浪之上。这种独特的感觉没有冲过浪的人是无法想象的。冲浪需要有很高的技巧和平衡能力，同时要善于在风浪中长距离游泳。作为游客及入门级的冲浪爱好者，热闹的库塔海滩上绝佳的冲浪点。然而，冲浪高手会选择乌鲁瓦图、萨努尔等海滩。

你可以花 40-50 美元找专业的公司和教练教你冲浪，一般只要 1-2 小时就能学会，然后可以学一些不同的花样。也可以随便找个小孩子教你，一般只要 10-25 美元，大部分人也能马上学会。



 ladybaby 手持冲浪板的青年

潜水

巴厘岛是最受欢迎的潜水胜地之一。本岛东部的图兰奔 (Tulamben) 地区、东南侧离岛努沙佩尼达 (Nusa Penida) 岛等地都是世界级的潜水点。图兰奔可以说是巴厘岛最具盛名的潜 waters，因为那里有二战时期的遗物——“自由号”沉船。巴厘岛大概有 50 多家潜店提供潜水服务，集中在努沙杜瓦和萨努尔地区，在此加入潜水中心，价格大约是 90 美元 / 两潜，当天往返，价格包括交通费、午餐、潜水费用、饮料、毛巾之类，出发时间大概是早上 8 点，单边行程 2 个小时，午饭前后各潜水一次，随后返程。没有潜水证也可以参加潜水体验，教练会带着你搞定一切。

Spa

采用各种对人体有益的花、草、根、茎的精华综合精油，来按摩全身以强化按摩的触感，是种体贴而无压迫感的按摩方式，消除疲劳，促进血液顺畅，接着再将牛奶或乳酪涂于全身使其吸收，最后如贵妃般浸泡于漂满花瓣的浴缸中享有真正的放松、领略奇妙生命的真正意义，加上身处于与大自然合而为一的世外桃源，绝对会有超五星级的体验与感受！一次 35- 数百美元不等，约需 2 到 3 小时。在乌布及库塔等旅游热区都有较多 Spa 馆分布。

幸福的巫婆 我们也享受了印尼的 SPA，35 美金，2 个小时，和国内的比较不同，手法和按摩都不一样，让人飘飘然了，最重要的还有个大大的池子，按摩完后可以很好的泡下花瓣澡。

漂流

除了海上活动，巴厘的河流也能带给你惊喜。与国内漂流不同，这里的漂流根据刺激程度分级，你可以根据自己的喜好选择。最著名的是阿勇河漂流（见第 36 页），每次旅程约为 56 到 85 美元，一般包括午餐。

民族歌舞表演

巴厘岛人坚信艺术可以与神无限接近。于是，他们将创造的一切艺术都奉献给了神灵，以取悦神灵。舞蹈也常常成为祭祀的一部分。传统的巴厘舞蹈与岛上的绘画、音乐、雕刻一样遐邇闻名。在巴厘岛，舞蹈不是为了娱乐，而是一种与神沟通的形式。以下介绍几种常见的舞蹈：

Kecak Dance (凯卡克猴舞)： 弥漫着令人毛骨悚然的诡异气氛的凯卡克猴舞也许是最广为人知的舞蹈。舞蹈根据印度古代史诗“罗摩衍那”改编，讲述了王子罗摩和公主悉达的爱情故事。舞蹈没有音乐伴奏，取而代之的是 50 名穿方格子裙子的男子围坐在闪烁的火把四周，伴以节奏感极强的模仿猴群的“恰克-阿-恰克-阿-恰克”，带领观众的情绪随之起伏。



Barong Dance (巴龙舞)：巴龙舞是与凯卡克猴舞差不多受欢迎的舞蹈。描述的是善恶势不两立的故事。巴龙 (Barong) 是善神的化身，由双人演出，如同中国的舞狮，只是头部较似北京犬。让特 (Rangda) 是恶神的化身，形如女巫一头杂乱的长发，尖而长的指甲。剧中无论是服装、身段、角色扮演、配乐以及剧情发展上都简单易懂，轻易地超越了语言的隔阂。巴龙舞表达了善与恶两种势力的均衡与无止境的对抗，而非一般戏剧所强调的贬恶扬善。

迎宾舞 (Panyembrahma)：最早源于宗教祭典中欢迎众神下凡的仪式。在庆典、集会上一定会跳迎宾舞，如果一场表演有几种舞蹈形式，迎宾舞必定最先出场。少女列队，手持鲜花欢迎宾客，在舞蹈最后将手中的鲜花洒向人群。

Legong Dance (黎弓舞)：巴厘的舞蹈中数黎弓舞最优雅，由年轻女人表演，以表演者闪闪发光的双眼和颤抖的双手为特征。这些舞者的舞蹈天赋相当受人尊敬，杰出的舞者上年纪后，人们会称她“伟大的黎弓舞者”。

Sanghyang Dance (桑扬舞)：桑扬舞是为了驱逐村子里的恶神而创作的——桑扬是暂时附着在进入神志不清状态舞者身上的圣灵。舞蹈由两个年轻女孩表演，她们在紧闭双眼的同时，以完美的对称性演绎着黎弓舞的另一个如梦似幻的版本。旁边的男女声合唱作为背景，直到舞者猛然跌倒在地。现代的凯卡克猴舞就从桑扬舞发展而来。

主要观赏地：巴士布兰、乌布皇宫以及乌鲁瓦图情人崖

ladybaby 即便是对巴厘当地艺术毫无了解，你也会在舞蹈开场前，迅速的被旋律优美、节奏明快的加麦兰音乐所吸引。十多位乐师聚坐在广场一侧，手持各式敲击乐器合奏出的乐声如此和谐，而他们面带笑容，举止从容。随即舞者出场。你很难想象，看似懒散的巴厘人能设计出如此精致的舞蹈，眼睛、身姿、头部、手指都以不同寻常的方式，协调的舞动，甚至足弓和脚趾的每一次悸动，都能够传递出卓约的情致来。而伴随的乐声也在喧闹与突然静默间，营造出最为强烈的感受。



藏马蔷薇 当地传统舞蹈，主角均为男性，强调眼神，手脚的动作极其独特

风俗禁忌

巴厘岛约有 95% 的人信奉阿加玛印度教，他们相信万物都有神明，如太阳神、月神、山神、路神、湖神、猴神、龟神等等，神无处、无时不在，因此巴厘岛有“神仙岛”之称。其余的多信奉回教、佛教、天主教或基督教等。在巴厘岛，不同宗教的人都能和平共处。在巴厘岛，有近两万个印度教寺庙，每间都有其庆祝建立日，如为每间寺庙庆祝建立日，恐怕得排满 210 天，对于这类纪念日，当地人称之为“欧达朗”。若想拍摄宗教典礼活动须事先获得允许。

此外，还有如下禁忌：

行走时要留意路上的祭祀用品，千万不可踩踏。当地人经常把祭品摆放在门口，街头有些我们看来很普通的事物如树木也被当作神灵祭祀，所以街边也经常摆放着祭祀用品。

印尼人握手或接拿东西必须伸出右手，不可用左手（当地人左手用来如厕），不要摸别人的头，包括小孩的头，也不可用手指人，还要时常保持微笑。

进入寺庙需脱鞋，不可露出手臂及腿，寺庙门口有供免费借用的沙龙和腰带，但应适当布施，另外生理期的女生不得进入寺庙。是、

不要进入印度教寺庙内部，非印度教徒是被禁止进入的，不要被好奇心驱使，即使有人怂恿也应该拒绝。

本地人跪拜祈祷时，不要站在其前方。无论在哪里，这至少是非常不礼貌的。

若有人尤其是祭师坐在地上时，千万不可站在他的右手边。

到当地人家中做客，进入房间的时候要先脱鞋。

头上佩戴花饰，左边代表未婚，右边代表已婚。



ladybaby 祭师



心在旅途 巴厘岛的每一户，每天都会在店门口的地上放置了一个巴掌大的正方形供品盒，用来祭神用的。供品盒有的是用椰子树叶编制而成。供品盒里面放了一些漂亮的鸡蛋花、小食、水果等，当然每一家放的也不尽相同。

语言

巴厘岛的官方语言为印度尼西亚语和巴厘语，当地最多使用的外语为英语，很多博物馆展品都配有英文介绍。巴厘岛很多热门地点都是成熟旅游目的地，基本沟通不会存在问题。

常用语：

你好 (Kenken kabare)

谢谢 (Matur suksma)

我不懂 (Tiang sing ngerti)

多少钱? (Ji kude niki?)

更多语言请下载蚂蜂窝旅行翻译官。

<http://www.mafengwo.cn/app/intro/fanyi.php>

节庆及活动

Nyale 节

时间：通常在 2 月，也会在 3 月举行。

主要活动：Nyale(蠕虫样海鱼) 的收获仪式在龙目岛库塔附近的 Seger 海滩举行，夜晚从诗歌朗诵开始，接着加麦兰演奏，持续至天明，直至 Nyale 开始出现。

宁静日 (Nyepi)

时间：3 月下旬或 4 月上旬

主要活动：宁静日是巴厘岛最特殊的一天，这一天岛上的一切都将关闭，第二天早上 6 点才会开启，这样做的目的是为了不让恶魔相信岛上没人居住的，这样恶魔会孤独的离开巴厘岛等待下一年的到来。

Galungan 节

时间：2012 年 2 月 1 日和 8 月 29 日，2013 年 3 月 27 日 (时间通过一年 210 天的 wuku 历法来定，每年不同)

主要活动：这是巴厘岛最重要的节日之一，用来庆祝传说中的暴君 Mayadenawa 之死，在为期 10 天的节日期间，所有神灵都会下到凡间和民同庆。

Kuningan 节

时间：2012 年 2 月 11 日和 9 月 8 日，2013 年 4 月 6 日

主要活动：Galungan 节是神灵下凡，庆祝在 Kuningan 节达到高潮，巴厘岛人在此时对神灵们表示感谢并说再见。

线路推荐 Tours

巴厘岛精华五日游

巴厘岛的玩法大多千篇一律，因其盛名也通常被国人选做境外海岛游的第一站，自然是要提前做好功课的。要想充分享受海岛风情，度过一个美好假期，腐败是必不可少的。花费主要取决于住和行，大概是每人 10000 多元人民币。如果想偷懒又不想加入旅行团，不妨参考下这个常规线路：

D1：机场—库塔海滩 (Kuta Beach)

抵达巴厘机场，办理落地签证入境。如旅行社或预约包车来接，通常会献上巴厘岛的鸡蛋花。入住酒店后稍作休息，不妨四处走走，感受巴厘气息，顺便预订好后几日行程的旅游公司。下午漫步库塔海滩，逛街购物，在繁华闹市共享晚餐。

D2：海神庙 (Tanah Lot)—圣猴森林公园 (Sacred Monkey Forest Sanctuary)—京打马尼 (Kintamani)—圣泉寺 (Tirta Empul)—象窟 (Elephant Cave)—金巴兰海滩 (Jimbaran)

早餐后去往海神庙，参观圣猴森林公园，北上到京打马尼眺望火山，并在此用午餐，返程的路上可参观圣泉寺和象窟，并在德格拉朗的手工艺品店停留购物。傍晚驱车到金巴兰海滩聆听海浪，享受烛光大餐。

D3：阿勇河漂流 (Ayung White River Rafting)—乌布 (Ubud)

预订好的漂流公司会到酒店接你前往阿勇河漂流，中途观看巴厘舞。下午在乌布地区停留，参观乌布皇宫，逛逛街边的画廊和小作坊，晚餐品尝脏鸭餐厅的美味。之后去做个 SPA，放松调养。

D4：乘爱之船出海—努沙佩尼达岛 (Nusa Penida)—努沙杜瓦 (Nusa Dua)

这一天你可以选择乘坐爱之船出海，前往努沙佩尼达岛 (Nusa Penida) 潜水；或是在库塔和努沙杜瓦海边参加水上运动，尽情挥洒激情。晚饭后可以在酒店做个 SPA。

D5：库塔海滩 (Kuta Beach)—返程

睡个懒觉酒店退房，如果时间充裕，再去逛逛库塔海滩和闹市区，最后淘些旅游纪念品回去。

巴厘四日旅游线路

D1：巴士布兰 (Batubulan)—乌布 (Ubud)—圣猴森林公园 (Sacred Monkey Forest Sanctuary)

初到巴厘岛：建议把艺术村乌布 (Ubud) 作为展开巴厘岛之旅的第一站。如果没有提前订好车，可以在登巴萨 (Denpasar) 市区东面的巴士布兰 (Batubulan) 车站搭乘前往乌布的长途车，车费约 20,000Rp。巴士布兰村本身以石雕出名，可以顺道游览。约一个半小时到达乌布，可以前往圣猴森林公园。请保管好自己的物品，当心调皮的猴子抢夺。也可以在乌布周围散散步，欣赏田园风光。晚上到乌布皇宫欣赏传统舞蹈表演。

D2：乌布 (Ubud)—京打马尼 (Kintamani)—布撒基寺 (Besakig Temple)—圣泉寺 (Tirta Empul)

第一站是京打马尼 (Kintamani)，苍凉的火山矗立在优美的湖水之畔，仿佛在诉说着千百年前英雄美人的传说。有兴趣的话，可以选择一家观景位置绝佳的餐厅，坐在阳台上喝上一杯饮料或者享用一顿火山之畔的午餐，虽然食物一般，但仙境般的景色足以弥补一切。

阿贡山脚下的布撒基寺是巴厘岛最宏大、最神圣的寺庙群，巴厘岛式的宗教信仰、哲学观念在这里都有最淋漓尽致的体现。



第二站是圣泉寺 (Tirta Empul)，传说这是大神因陀罗以剑插地引出的不老不死水，洗涤百病。晚上回到乌布，劳累一天，不妨去做个稻田中央的露天 SPA，不但驱除一身的疲劳，也让心灵回归自然宁静。

D3: 乌布 (Ubud)—马斯 (Mas)—苏鲁 (Celuk)—金巴兰 (Jimbaran)
告别乌布的田园风光之前，去乌布市场大肆采购一番。从乌布到登巴萨 (Denpasar) 的路上，会经过马斯 (Mas)、苏鲁 (Celuk) 等几个艺术村，不管买不买都不该错过参观工艺品创作过程的机会。来到热情的南部海滨，库塔 (Kuta)、萨努尔 (Sanur)、努沙杜瓦 (Nusa Dua) 三个区的酒店，价格依次上升，环境也越来越豪华，可以根据预算和个人喜好选择。

巴厘岛的海滩特别适合冲浪运动，参加一个半天的冲浪培训就能像模像样的在海浪中玩耍了。晚上不妨到金巴兰的海滩餐厅，伴着落日享受一顿海鲜大餐。



 ladybaby 圣泉寺的人群

D4: 乌鲁瓦图 (Uluwatu)—海神庙 (Tanah Lot)

巴厘岛有两座著名的海神庙。如果是爱侣同行，建议去乌鲁瓦图



 爱拉 阿勇河漂流

(Uluwatu)，情人崖边的海誓山盟绝对货真价实。而 Tanah Lot 海神庙遗世独立于危崖之上，可远观而不可亵玩焉，落日余晖也别有一番韵味。摄影爱好者要注意海神庙右边一处突出于海岸线的高地，那是最理想的摄影角度。

下午回到海边，在海滩上发发呆，晒晒太阳，再享受一次 SPA 疗程。金巴兰的 SPA 擅长以花草入浴，调理身体平衡。沉浸在馥郁的花香中，巴厘岛在你的回忆中也将留下淡淡的芬芳。

巴厘岛环岛深度自助游行程（艾芮卡爱旅行 提供）

线路特色：追寻那翠绿色的梯田与纵谷，追寻那海天一色的蓝天与日落的绚烂，追寻那碧海中五彩缤纷的珊瑚礁与热带鱼，追寻那悬崖上的浪花与激情。

交通方式：租摩托车环岛骑行

D1: 飞往巴厘岛—住宿库塔 (Kuta) (第二天再租机车这样可以省一天租金)

D2: 租机车开始狂奔—住宿乌布 (Ubud)

D3: 漫游乌布附近景点

D4: 乌布 (Ubud)—巴坦湖 (Lake Bratan)—罗威那 (Lovina)

D5: 罗威那 (Lovina) 看海豚—门姜甘 (Menjangan) 浮潜—住宿罗威那 (Lovina)

D6: 机车直奔图兰本 (Tulamben)—浮潜看沉船—住宿图兰奔 (Tulamben)

D7: 图兰奔 (Tulamben)—阿曼 (Amed)

D8: 阿曼 (Amed) 漫游

D9: 阿曼 (Amed)—布撒基寺 (Besakig)—开第山 (Kedisan) (京打马尼，巴杜湖边)

D10: 住宿开第山 (Kedisan)—攀爬巴杜火山 (MT.Batur)

D11: 机车直奔萨努尔 (Sanur)—住宿萨努尔 (Sanur)

D12: 飞车金巴兰 (Jimbaran)—畅游乌鲁瓦图 (Uluwatu)—住宿金巴兰 (Jimbaran)

D13: 回库塔 (Kuta)—飞车经塔巴南 (Tabanan)—到海神庙 (Tanah Lot)—住宿库塔 (还车)

D14: 漫游库塔 (Kuta)—搭机返回

详细行程请参见游记 <http://www.mafengwo.cn/i/947415.html>





本文的区域顺序是按旅游热度来排序的：

拥有美丽海滩的南部——艺术气息浓郁的中部——适合户外运动的东部及北部——较少人前往但却同拥有潜水圣地门姜岛的西部——周边的龙目岛 (Lombok) 和吉利群岛 (Gili Islands)

巴厘岛南部

在巴厘岛，库塔 (Kuta)、雷吉安 (Legian) 及更北边的水明漾 (Seminyak) 是旅行者的主要活动区，这一区位于巴厘岛南部。库塔拥有绵延 12 公里的美丽沙滩，水明漾不仅拥有美丽的沙滩日落景象，还会给你带来绝不可错过的购物体验。

此外，南部的萨努尔 (Sanur) 以海上日出著称，萨努尔既不喧嚣也不寂静，是一处“恰到好处”的沙滩；萨努尔周边的龟岛 (Pulau Serangan) 上有亲切的海龟居民可供观赏。

登巴萨 (Denpasar) 看起来混乱不堪，却是旅行者了解巴厘岛居民日常生活的好地方；举世闻名的海神庙 (Tanah Lot) 是巴厘岛最重要的海边庙宇之一，可以在那里饮圣水拜神明，海神庙距离库塔仅 40 分钟车程。

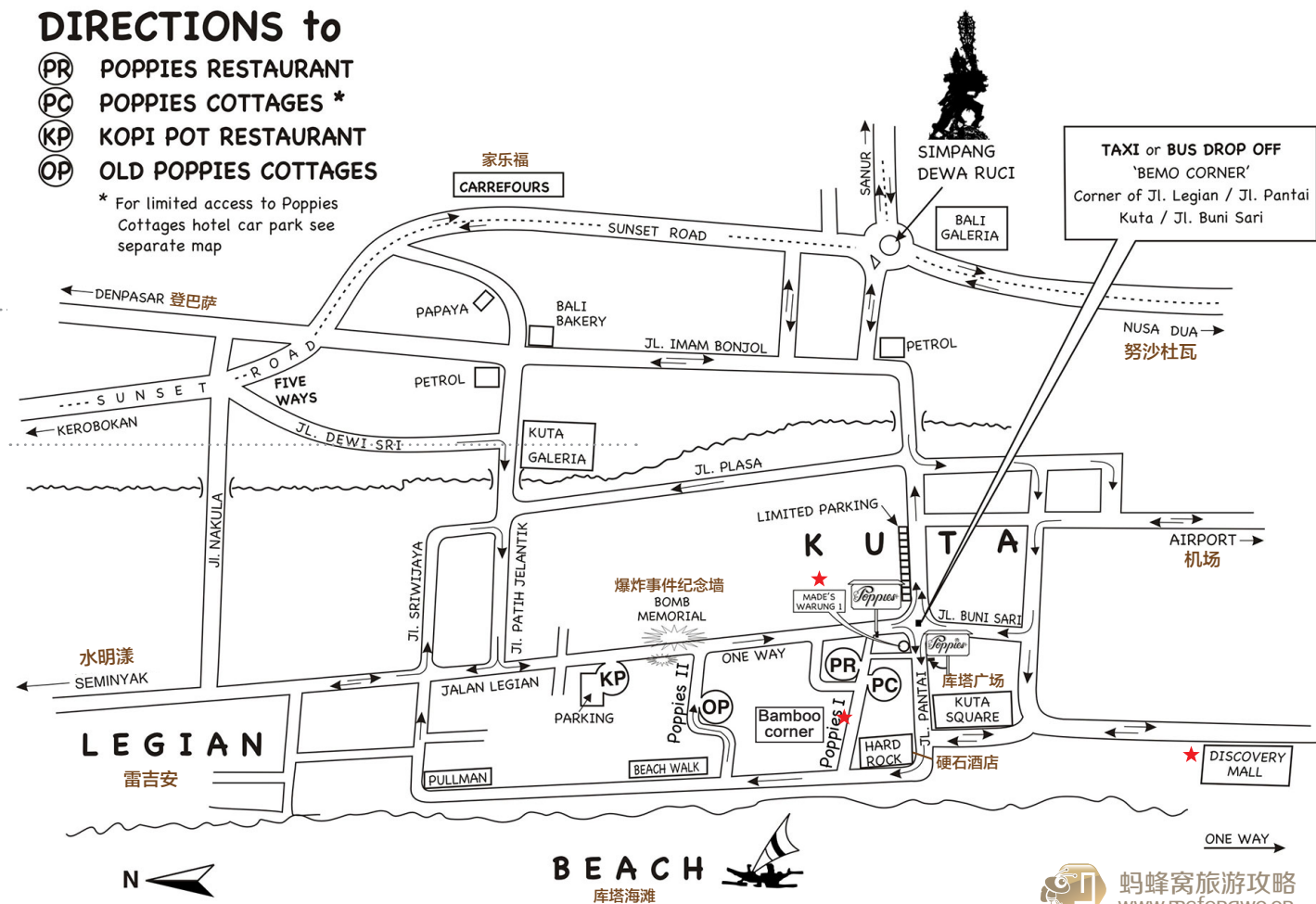
最南端的布科半岛 (Bukit Peninsula) 是冲浪的好地方，著名的金巴兰 (Jimbaran) 就位于库塔区的南面，这里是巴厘岛最让人感到亲切的一片海滩，淳朴的村民使小渔村保持着原有的风貌，让拥有美丽景色的海滩极具亲和力；而布科半岛西南部的乌鲁瓦图 (Ulu Watu) 即是著名的“情人崖”，因为一对相爱的男女在这里跳崖自尽而成为旅游热点。

努沙杜瓦 (Nusa Dua) 是真正的富人度假区，适合商务型人士，喜来登、希尔顿等豪华酒店就坐落于此，并且多数大型酒店都拥有私人沙滩，能让游客不受外界打扰，独自享受阳光和沙滩。周围有不少大型商场、免税店，可以兼顾购物与度假双重需求。

南湾 (Pantai Tanjung Benoa) 则是著名的水上娱乐中心。在这里可以参加拖曳伞、水上摩托车、香蕉船、舢舨、帆船等活动，还可以乘船出海浮潜，观赏海景。

东南部的努沙佩尼达岛 (Nusa Penida) 是一片自由而天然的土地，它还未完全被旅行者所了解，因此景色也极为天然壮阔，生活节奏也很缓慢。巴厘岛热门旅游项目爱之船 (Quicksilver) 的最终目的地便是这个美轮美奂的小岛。蓝梦岛 (Nusa Lembongan) 是距离佩尼达岛不远的一个小岛，这里水清沙白，风景无敌，却又没有过度商业化，很是幽静和舒适。

库塔示意图





库塔 (Kuta) 及周边

这边区域包括从机场开始一路向北的图班 (Tuban)、库塔 (Kuta)、雷吉安 (Legian) 及更北边的水明漾 (Seminyak)。

景点 Sights

库塔海滩 Kuta Beach

库塔 (Kut) 位于岛屿南端，以冲浪和夜生活闻名。由于库塔是较早开发的区域，因而相较其他海滩，这最为热闹。这里的海滩平坦，海浪较大，是玩冲浪和滑板的乐园，沙滩到处都是冲浪板区域和冲浪教练。

ladybaby 沿库塔海滩筑着一道长长的矮墙，墙那边就是沙滩、大海；墙这边就是日夜拥堵不堪的雷根路，路再过去是一条条小巷，通到一片低矮的民居。穿梭在巷中，满眼狭窄、破旧，房屋参杂，墙面残破，地面凹凸，沿街巴厘商贩履着拖鞋，懒散的望着路人，似乎这并不符合巴厘这样一个世界级旅游胜地的身份。但你再仔细一看，巷子的墙上五颜六色的涂鸦，墙边的柱子上刻着古朴的纹饰，房屋各有别致的庭院，托着花篮在神龛前祭祀的女子有平静的眼眸，巴厘，就如穿着破旧衣衫的少女，在不经意的举手投足间，流露出天然韵致。



ladybaby 库塔距离机场不远，且有宽阔的海滩、适宜的海浪，是最佳的游客集散地。

水上乐园 Waterbom Park

在库塔海滩南边，泡泡水上乐园 (Waterbom)，由加拿大财团与巴厘岛公司合作兴建，并依美国国家标准施工，更有印尼最大的水质净化设备，除了大型的游泳池之外，还有五道长达 600 公尺的滑水道。包括了 250

公尺的懒人河 (lazy river)，沿岸种植着热带雨林特有的植物使得河边景色宜人，保证让你直呼过瘾，各项水上冒险刺激的活动，都可以尽情地畅玩。

地址: Jl. Kartika Po Box 1055 Tuban Kuta - Bali 80361 Indonesia
费用: 一日票: 成人 31 美元, 2-12 岁儿童 19 美元; 两日票 (有效期为一周内): 成人 50 美元, 2-12 岁儿童 31 美元。以上费用不包括淋浴、储物柜、毛巾及食品饮料的费用。12 岁以下儿童需由成人陪同进入。

网址: <http://www.waterbom-bali.com/>

联系方式: +62 361 755676

开放时间: 9:00-18:00

Sindy 库塔的水上乐园其实并不大，但是里面的设计非常有趣。首先整个乐园有一个环形的 lazy river，人们可以躺在救生圈上随着水流的方向漂流，其间有瀑布，还有通往各个滑梯的出入口，可以随时上岸去玩别的东西。然后就是我最爱的各种滑梯，包含不同的高度、难度，所使用的保护器械也不一样。我们在经过一一尝试之后，再选择了几个最有意思的反复玩。乐园里人不算很多，每一个滑梯也不需要排很长的队，这是让在国内排队怕怕的我们比较欣慰的。整个乐园里最有趣的是几乎呈垂直角度的滑梯，人站在一个类似于太空舱的封闭空间里，三、二、一之后，脚下的隔板一收，人就掉下去了，超刺激。我在排队的时候看到前面一个女的，在下去的一瞬间就哭了，还有一个老外，数到二的时候受不了了，直接打退堂鼓了。

水明漾海滩 Skeminyak Beach

由于到达这里的交通并不那么方便，因此水明漾的沙滩没有库塔和雷吉安人那么多。但是这里仍是时尚的聚集地，有几十家餐厅和夜总会，还有很多富有创意的商店和画廊，世界级的酒店一字排开。与库塔相比，这里多了几分田园气息，很多人都把这里当作世外桃源。尽管这里商业化迅速，但是白天的海滩格外宁静。巴厘岛式的独特建筑风格，精心地设计和摆设，贵族的奢华气息流露于整个水明漾的点点滴滴。

Pura Petitenget 寺

在 Jl Petitenget 大街旁一个漂亮的巴厘寺庙，建于 16 世纪，寺庙经常在海边举办的仪式庆典。在参观寺庙时，要尊重当地传统，做到举止得体，更多信息，XX 页宗教禁忌。

地址: Jl Pantai Kaya Aya 北面

雷吉安海滩 Legian Beach

与库塔一样，雷吉安 (Legian) 最美丽的景色也在海边，好像除了享受美景美食美酒，在这里也不该再有什么多余的事情可做了。这里也是整个巴厘岛欣赏日落最好的地点之一 (傍晚 5 点半左右，最好提前占据一个好位置)。

另外，雷吉安海滩有专门教授冲浪技巧的速成班。想在蓝海海滩 (Blue Ocean Beach) 冲浪，可以租用冲浪板 (每小时 20,000Rp) 或者在冲浪学校学习课程。Quiksilver 冲浪学校提供 2 个半小时 390,000Rp 的课程 (联系方式: +62 361 7912220)，并且提供每小时 50,000Rp 的出租冲浪板的服务，如果在这里学习冲浪，就可以以每小时 20,000Rp 的优惠价租用。如果是在当地租用，要确保以合适的价格成交。周六或周日的晚间，海边充斥着游客、外国人、当地人和摩托车，海滩上还有篝火和音乐。此外，几乎每天傍晚 5 点在蓝海海滩都有沙滩排球比赛，游客有时也可以参加。



瓊格格 爆炸事件纪念墙

2002 年爆炸事件纪念墙 Bali Bomb Memorial

2002 年 10 月 12 日，雷吉安大街的一个酒吧附近发生了爆炸案，202 人因此丧生。由于这起轰动社会的爆炸案，巴厘岛的旅游业也随之收到冲击。纪念墙上有 202 个遇难者的名字，每年这里都会举办悼念活动，人们抚摸那些名字，以至于有的都已经模糊了。如果你长久驻足在纪念墙前，会有好奇又好心的巴厘岛人向你询问，你是否认识上面的哪一个人。

地址：Jalan Legian, Kuta, Bali 80361, Indonesia

住宿 Sleeping

库塔海滩号称是巴厘岛上最美丽的海岸，其实去过其他国家海滩旅游的人都知道，巴厘岛的海并不美，海水不够清澈，海滩风急浪高，但是库塔海滩的著名在于它的热闹。海滩上有很多小贩，你可以看到各种当地的商品小吃手工艺品，可以在海滩散步，了解当地的民俗风情，海滩风急浪高，不适合游泳，但却是冲浪者的天堂。库塔海滩边各种饭店旅馆酒吧商场云集，如果首选条件是方便热闹的话住在库塔是一个最好的选择。

住在库塔的选择范围很大，通常情况下，便宜经济的住宿 25 美元/晚即可，中档价位的在 100 美元/晚，高档酒店 100 美元/晚起。(小妖 0725 提供)

库塔大部分的星级酒店进门口时是都需要进行安检的，包括车辆和人，有大件包包是需要打开包检查的。(小熠 提供)

巴厘岛硬石酒店 Hard Rock Hotel

为纪念从上个世纪 50 年代到 90 年代末的摇滚表演艺术家们以及反应每个阶段音乐，时尚和艺术的面貌，酒店的墙上以各种图片，纪念品和肖像来装饰，从 ROCKING' TOTS 到 GRUNGE GRAND DADS，酒店的摇滚音乐会让你随之狂欢。这是亚洲第一个以音乐为主题设计的度假饭店，占地 3 公顷，饭店共有 418 间客房和套房。酒店巨大的电视墙上播放着最新的音乐录像带，大厅中央挑高的舞台 CENTERSTAGE 每晚都有小型现场演唱会。酒店的 418 间客房分为六个区域并各以音乐命名：如摇滚、蓝调、另类、流行音乐等。每个房间都包括以下设备：个人 CD 音响、交互式电玩游戏、自选电影等。

地址：Jalan Pantai, Banjar Pande Mas, Kuta, Bali, Indonesia

网址：<http://bali.hardrockhotels.net/>

联系方式：+62 361 761 869

参考价格：1700 元

小熠 硬石酒店曾经是有很大牌明星过来表演的，比如：披头士，猫王等……有很多明星使用过的乐器在那边展览酒店大堂边的酒吧，每晚都有表演，同时现场表演都是可以通过酒店自己的广播调频和电视频道直播，每个房间都可以观看和收听。酒店内预约漂流 HARDROCK 的园林设计和酒店建筑融合的非常巧妙，设计师真的太强了！酒店不同区域是用不同的颜色来区分的，其实跟国内的停车场的概念差不多，因为太大，这样好辨认。

库塔天堂酒店 Kuta Paradiso Hotel Bali

酒店位于著名的库塔海滩南边，豪华的五星级酒店，且交通便利，内有自由形式的游泳池、健身房、餐厅和各种娱乐设施。如果你觉得内部泳池游的不爽快，那就在酒店外美丽的库塔海滩吧。

地址：Jl. Kartika Plaza, PO Box 1133, Tuban, Kuta, Bali, Indonesia

网址：<http://www.kutaparadisohotel.com/>

联系方式：+62 361 761414

叶子别墅 Villa de daun

位于著名的库塔区，隐身在洋人街的一条小巷子里，所以尽管逛街相当方便，但却又感觉不到任何的喧嚣。这所别墅，就像是闹中取静的一片乐土。别墅内拥有私人泳池、厨房及客厅。



ladybaby 个人认为叶子别墅真的很适合蜜月

地址：Jalan Raya Legian, Kuta, Bali 80361, Indonesia

联系方式：+62 036 175 6276

瓊格格 我们订的是叶子别墅两晚 pool villa 的蜜月套餐，包含每日丰盛的早餐、两次下午茶、双人 2 个半小时的 dala spa 和一次精心布置的蜜月烛光晚餐。我们觉得全程蜜月氛围最浓厚的就是这里了。dala spa 超级舒服！外人进来单做一次都要 198 美金。蜜月烛光晚餐也是用料十足，味道十分好，铺满整个私人泳池的花瓣更是浪漫至极！我们入住的是叶子里的 9 号 villa，房间构造十分合理，泳池也很大，形状很适合游泳。

Ramayana Resort & Spa

酒店就在库塔中心地带，离太阳百货只有 5 分钟路程，交通十分便利。有两个公共的泳池，随时可以游泳，有送免费的水果和矿泉水。性价比较高。



地址: Jalan Bakung Sari, Kuta, Bali 80361, Indonesia

网址: <http://www.ramayanahotel.com/>

联系方式: +62 361 751864

Sindy 这个度假村所在的位置极佳,从客房走到头就是海滩,出门往左走就是一整条繁华街道,各种餐厅、酒吧、购物商店鳞次栉比,打车去免税店也不远。而且我们最绝的是,通常都是打车去一个地方,记住路线,然后原路走回来——也不是单单为了省钱,主要是看看沿路还有哪些小店或者好玩的地方,谁让我们俩都能暴走呢。

Mercure Kuta Beach Bali

位于库塔海滩对面,与硬石酒店并肩而立,步行即可到达其他区域。酒店的设施并不算新,但胜在服务好。而且还有一个美丽的无边泳池。

地址: Jln.Pantai Kuta 110x Kuta-Bali Indonesia 80361

网址: <http://www.mercurekutabali.com/>

联系方式: +62 361 767411

卜卜头 当被车子送到酒店后就惊喜。这谈不上有多奢华,也说不上有多现代,酒店也不是很新的,但是格局就很舒服。房间的床又高又大,好舒服;卫生间什么都有。特别值得一提的是他家楼顶的无边泳池,当初就是因为看到了这个才订他家的,虽然只住一晚有点小奢侈。泳池没想象的大,但是也够我扑腾的了,睁眼望去就是库塔海滩的海;泳池边有个默默雕刻的人,总是默默的,给他拍照都不让,也是默默地摇摇头。貌似里面的人和这家酒店一样的低调。

巴厘岛罂粟花酒店 Poppies Bali

罂粟花酒店提供 20 栋茅屋顶别墅,附近栽种着芙蓉花、茉莉、鸡蛋花等。沿着红砖路走,你可以发现莉莉池塘、瀑布、饱经风霜的石像、古老的椰子林区。在过去的三十年前,这里曾经是罂粟花种植地。

地址: Jalan Poppies 1,Kuta,Indonesia

网址: www.poppiesbali.com

联系方式: +62 036 175 1059

小攸 有二十间豪华的茅草屋顶的农舍,这家酒店的花园很有特色。特别提醒,这家民宿是提供机场接送的,不要错过这一服务。



ladybaby Secret Garden Inn

Secret Garden Inn

虽然是简单民宿,却也设了庭院,房间还有个小小的露台,露台上摆设了桌椅,面向着碧蓝的泳池,不期然的就有了些许巴厘风情。

地址: Poppies Lane I, Kuta, Bali 80361, Indonesia

网址: <http://www.secretgarden-inn.com/>

联系方式: +62 361 763051

ladybaby Secret Garden Inn 是库塔的一间简单民宿,不需要定金或者信用卡认证等繁琐手续,只需要发一封 E-mail,说明你来这里的时间和天数。酒店就会认真地回复你:复述你的要求,并承诺为你预留房间……只在信末,委婉的提上一句:如果您到时不能前来,而又未曾提前告知的话,老板会认为是我们的错误的。这一份巴厘式的小心意,便让你无法拒绝了。

餐饮 Eating

库塔餐饮种类丰富,很多便宜又好吃的小馆子集中在这里,更多的是中档餐厅,如果想更加高级的奢华餐厅,不妨前往水明漾 (Seminyak)。

Yogi's Paradise & Grill

位于雷吉安的这家餐馆并不太好找。提供印尼当地菜,也有西餐。菜品味道不错,价格也不贵。因而在网上的排名是库塔区的第一名。

地址: Jl Padma Utara, Gang Abdi | Legian, Kuta, Bali 80361, Indonesia

联系方式: +62 0813 38276781

Made's Warung

Made's Warung 是巴厘当地一家物美价廉的餐馆,主要经营印尼菜,不仅受到当地人的热捧,很多国外游客也慕名而来。Made's Warung 的招牌泰式咖喱鸡、印尼炒饭是游客来此必点的,非常美味并且价格大众化。除此之外,Made's Warung 的泰式酸辣海鲜、椰子冰淇淋、鲜果汁、Arak Madu 也是受到追捧的菜式,值得游客细细品尝。

地址: Jl. Raya Pantai, Kuta

网址: <http://www.madeswarung.com/>

联系方式: +62 361 755297

ladybaby 这家当地餐厅是一座临街三层建筑,饭菜价格便宜又好吃,不只游客喜欢,当地人一样追捧。泰式咖喱鸡 (Nasi Campus)、印尼花生酱沙拉、印尼拼盘饭、印尼炒饭 (Nasi Goren) 和泰式酸辣海鲜 (Tom Yam) 汤是这里的特色菜,另外还有多种蛋糕、美味的自制椰子冰淇淋、鲜果汁、Arak Madu (自产米酒,混合蜂蜜制成的饮料)。餐厅人很多,建议提前预定。这里的香蒜面包是一绝,一定要试试的,上面的 cheese 据说是特制的。

Havana Club

披萨很大个,也很美味。其他菜的分量也不少。此外,晚上还有超大肉串提供。总体来说,性价比较高。但饮料比周边店铺略贵。

地址: Poppies Lane #1, Kuta, Bali, Indonesia

网址: <http://havana-club-bali.com/index1.html>

蔷薇岛主 “岛主找了很久才找到这家位于 kuta 海滩 poppies 1 小巷的 Havana club。寻找这里传说两个人也吃不完一串的超大肉串。我们把餐单翻了几遍也没找到传说中的超大肉串,问了服务员才知道是晚上才提供的食物。看到这个披萨时,我们两个一起“哇,好大啊!”



Bamboo corner

位于著名的 Poppies Lane I 的中段，离海滩需步行 5 分钟。餐馆的外观很简陋，外墙和天花板主要是采用竹子或竹篾片装饰而成。但这胜在物美价廉。最为推荐 Seafood Special (海鲜篮)，有虾、蟹、鱿鱼之类的，份量足，大约人民币 50 元。

地址: Jalan Poppies 1, Kuta

ladybaby 网上闻名的 bamboo corner，是家非常便宜又好吃的餐馆，饭店小小的，常常坐满需要等位。低廉的价格和美味的海鲜篮，令这家狭小门面的小店生意兴隆。这里的鲜榨芒果汁、Avocado 汁加巧克力酱才 5000 盾，但质量丝毫不差。最灵的是海鲜篮 Sea food basket，只要 50,000Rp，1 条烤鱼，1 块烤鱼，3 个草虾，n 个炸鱿鱼（很嫩），薯条和黄瓜片，2 个人吃不完。



ladybaby 海鲜篮

Poppies Bali

地址: Poppies Lane 1, Kuta (离 Hard Rock Hotel 10 分钟)

网址: <http://www.poppiesbali.com/>

联系方式: +62 361 751059

参考价格: 50 元 -100 元

ladybaby 推荐 Fisherman's Basket，内容丰富，满满一盘有: lobster, prawn, fish, clam, 配上塔塔酱，非常好吃。

蟹蟹大家 Kepiting Super

地址: Kompleks Ruko Plaza No.4 /Jl.by pass Ngurah Rai Tuban

联系方式: +62 361 755046

参考价格: 50 元 -100 元

ladybaby DFS 有 2 个门，在另外一个门的对面，店面不大，但这家店的炒蟹强烈推荐。宁可不吃金巴兰的烧烤，看完落日直接来这里。螃蟹分雌和雄 2 种价格，雌蟹他们称有蛋螃蟹。2 个一盘，雌蟹 150，雄蟹 100。可以选择烹调方法，选择 chili sauce，虽然很辣，不过那个味道真的是太过瘾了。一盘蟹肉炒饭，一瓶 bintang 啤酒。2 个人吃得撑死。蟹是膏蟹，膏非常厚，肉也很鲜美。10% 的税，一共 Rp179000，划算。

Celsius Café

蛮不错的海景餐厅，服务员很 nice，可以看到库塔的海景，夕阳很美。

地址: Discovery shopping mall 2F 的餐厅

联系方式: +62 361 769637

ladybaby 是家海景景观超好的海边餐厅位于 Center Shopping 商场的 2 楼，是一个看落日绝好的地方，这样就不用和别人挤在金巴兰海滩上看了。并且餐厅有户外和户内的两个空间，可以选一个窗边的座位，吹着空调喝着果汁欣赏着落日，餐点每份的价格在 30000-45000 盾左右，果汁在 10000-20000 盾之间，价格合理，有意式餐点和印尼餐点的二种选择。点一盘草莓冰和芒果冰来享受，鸡肉沙爹非常好吃，但不附饭。千万别点 tuna 意大利面，不然你会后悔。

Cupumanik

地址: Jl Raya pantai Kuta

联系方式: +62 361 8751661

ladybaby 在 Kuta 海边，一家物美价廉的泰国餐厅。这家餐厅在用餐时间可是大排长龙，最好要先订好位置。Cupumanik 餐厅不论是墙面或者 Logo，都使用了爽快的绿色调，而菜色综合了酸、辣、热…等等的正统泰国味，食物中也充满了药草和香料的气味，在 Cupumanik 里用餐，感觉特别有精神。Cupumanik Thai 目前有三家店，都很不错，真要比较的话，在 Bali Rich villa 里面的比较好。

Breeze at The Samaya

餐厅的环境很好，安静不拥挤，装修很特别，可以选择朝着沙滩的位置。餐厅出品各国美食，各种食材的混合很有新意。服务周到细心，价格适中。

地址: Jl. Laksmana, Seminyak Beach, Seminyak, Bali 80361, Indonesia

网站: <http://www.thesamayabali.com/>

联系方式: +62 361 731149

小妖 0725 Breeze 餐厅位于水明漾的 The Samaya Seminyak 酒店内，但是由于它太有名了，所有很多非住客的游客会特地赶去用餐。我们便是其中的游客之一。餐厅中有一个大大的水池，灯光倒影在水面上，梦境一般。最远处的便是一望无际的大海，可以清晰地听到海浪拍打海岸的声音。其实 Breeze 是一个绝好的看落日的地点。黄昏时刻，当夕阳将天空染成火红的颜色，摇着杯中的红酒，听着浪涛拍岸的声音，看着远处日落的美景心底会溢满了幸福和满足。Breeze 的菜都还算美味，无论是色拉蒸鱼还是软壳蟹当然，我最爱的还是烤猪肋排。味道恰到好处。



购物 Shopping

库塔区域有很多采购廉价商品的地方，总体而言，越靠近库塔越廉价，越接近水明漾，则多了些特色商店，包括服饰跟艺术品。

超市与购物中心

家乐福 Carrefour

位于 Jl Sunset，一共有四层，一楼是肯德基、A&W 西式快餐餐厅，其它部分为停车场；二楼是一些私人店铺、亲子广场（不建议在此购物，请直上四楼家乐福超市内采购）；三楼是美食广场类似百货公司美食区。四楼就是家乐福超市的楼面，一整层都是很宽广，在此处购物价位比去太阳百货还便宜，而且环境干净又舒适。

Mal Bali Galeria

Mal Bali Galeria 是库塔地区的大型购物中心，外形美观，内部经过精心规划，拥有近百家商店，主要销售服装饰品、珠宝、唱片、家居用品、工艺品等，商品琳琅满目，令人眼花缭乱。免税商场很大，可以接待旅行团队。
地址：Jl Bypass Ngurah Rai

Discovery Shopping Mall

是巴厘的大型时尚购物中心，设计现代化，每天吸引了大批的游客前来购物，非常热闹。这里云集了一些国际知名品牌，各种新潮的商品皆可在找到。常常的主打商品为牛仔裤及女士内衣，价格大众化，质量优秀，绝对让游客满载而归。地下一层是 SOGO 百货，销售各种日常用品。游客如果想品尝各种口味的食物，还可前往购物中心顶部的美食城一饱口福。
地址：Jl Kartika Plaza Street, Kuta 80361
网址：www.discoverysoppingmall.com
联系方式：+62 361 755522

ladybaby 这是库塔最好最现代化的商场，POLO 衫很便宜，差不多 300 元/2 件。商场里 POLO 衫专柜很多，沿海边放在大厅里的才有这个特卖价格。（当地到处都是 POLO 衫专卖，一般都打 8 折；女士价格比较好，都有 2 件对折）。

太阳百货 Matahari Kuta

太阳百货的商品种类众多，款式规格齐全，各种时尚精品、工艺品等一应俱全，大大满足了消费者的购物欲望。
地址：Jl. Ciung Wanara No. 1, Kuta Square, 80361 Indonesia
电话：+62 361 757588

ladybaby 一楼是超市和特产工艺品店，二楼就没什么逛头了，就跟中国的百货公司一样。值得买犀牛水、防蚊乳液（怕被蚊子咬的人，来巴厘岛第一天要去超市先买。听说这里的蚊子只怕这里的防蚊液）、红茶及拉茶、TANGO 饼干，不推荐：手工饼及虾饼、超市里的咖啡。

娱乐 Entertainment

冲浪 Surfing

库塔海滩非常适合初级冲浪爱好者，这里几乎没有危险的礁石或珊瑚群。租用冲浪板之前一定要确保板的状况良好，挑选当地口碑不错的装备商店，否则冲浪板损毁需赔偿。库塔的专业冲浪教学很出名，冲浪学校和装备商店有：

Bali learn to surf

这是巴厘岛最早的冲浪学校，位于 Hard Rock 酒店，学员可现在就带你游泳池中适应静水训练。入门课程：45 美元（2-3 小时）；3 天课程：120 美元；5 天课程：200 美元。
地址：Hard Rock Hotel, Kuta Bali
网址：http://balilearntosurf.com/

Pro Surf School

有专门的游泳池和练习区，教练也非常的认真负责。
地址：Jl Pantai，正对库塔海滩
网址：www.prosurfschool.com
联系方式：+62 361 751200

Bali Wave Hunter

租用冲浪装备并提供往返蓝梦岛、龙目岛等地的高端专业冲浪机构，有随行摄影师。
地址：Benesari St, Poppies 2, Kuta, Bali
网址：http://www.baliwavehunter.com/
联系方式：+62 811 389507

SPA/Massage

几乎大部分酒店都有 Spa 服务，最好的方法是货比三家再选择。均价参考：120,000Rp/2 小时。

Putri Bali

有泡泡浴的水疗场所，价格也不贵，有按摩（75,000Rp/小时）。
地址：Wisata Beach Inn, Jl Padma Utara
网址：www.putribalispas.com
联系方式：+62 361 7801841
开放时间：10:00-21:00

Miracle

特别的果酸 Spa，房间内有空调，十分舒适。
地址：Istana Kuta Galeria, Blok PM1/20
网址：www.miracle-clinic.com
联系方式：+62 021 563 9266
参考价格：220,000Rp 起
营业时间：8:30-20:00

Carla Spa

全身精油按摩，价格很便宜，50,000Rp/小时，有多家分店。
地址：Jl. Kayu Aya Oberoi
网址：http://carlaspabali.com/
联系方式：+62 036 13671444
营业时间：9:00-23:00

夜生活

库塔酒吧是旅行者集中的地方，主要集中在 Jalan Legian 大街上，通常



较为吵闹，一般都要折腾到凌晨 3、4 点才回结束。而雷吉安酒吧一般而言比之库塔的要小，却更安静。

The Bounty

室内装饰独特，有像船型结构的不同类型的舞池，晚会从晚上 10 点开始，但真正去会是午夜，这样夜才刚刚开始。

地址: Jl Legian (100 metres south from Mbargo)

联系方式: +62 361 754040

61 Legian

大型的现代化建筑，拥有最好的 DJ 和性感的舞者。

地址: Jl Legian(opposite corner of Poppies II)

网址: <http://61legian.com/>

营业时间: 12:00- 凌晨 3:00

Apache Reggae Bar

每晚都有现场音乐表演，摇滚乐很棒，音乐声很大，酒吧里挤满了当地人和旅行者。

地址: Jl Legian(a little south from the corner of Poppies II)

营业时间: 11:00- 凌晨 3:00

Stadium Sports Café

巴厘岛最好的运动酒吧，宽大的屏幕和能容纳许多人的大厅，碰上球赛还可以结实志同道合的朋友。

地址: Complex Kuta Side Walk, Jl Kartika Plaza

联系方式: +62 361 763100

营业时间: 10:00- 凌晨 1:00

其他

保龄球 Paradiso Bowling Centre

18 道保龄中心，还有台球厅，每局费用约 27,000Rp。

地址: Jl Kartika Plaza No8X

联系方式: +62 361 758880

营业时间: 18:00-23:00

实用信息 Practical Information

库塔换钱宝地在 POPPIES 所在的小弄堂出来对面右手边，靠近十字路口不到一点的地方，是一家属于印尼银行的营业点。

巴厘岛库塔有一家 Authorized 换汇店给出的 RMB 对 RP 的汇率很是不错 1:1140。店名: PT. QUATRO SARI 地址: Jl Buni Sari No 3 Kuta-Bali, 靠近里根街 Legina 和 Pantai 的交叉路口。

PT. DIRGAHAYU VALUTA PRIMA: Jl.Legian no.6,KUTA,Bali

在库塔的 THE LEGIAN 街上，非常靠近 PANTAI KUTA 街，就在 QUICK SILVER 旁边，营业时间:9:00-23:00, 有警卫、验钞机，会写单据，汇率与太阳百货一样，收 1996 的美金。

在太阳百货外、MCDONALD 快餐店旁的一家有保安的兑换店，是库塔最好汇率之一。

kuta paradiso 旁的 kodak 可以换到 9250，太阳百货旁也是换到这个汇率。太阳百货果汁摊对面那间安全可靠，汇率又好，可以在这多换一点。

(小攸 提供)

邮局

在 Jl Selamat，这个小邮局能提供包裹快递服务。

交通 Getting There & Getting Around

外部交通

飞机

大部分游客降落在位于库塔附近的新机场，在登巴萨机场旁边。登巴萨机场 (Denpasar International Airport) 或巴厘岛机场。

24 小时出租车

从机场出发到库塔、登巴萨等地有不少预付费出租车 (prepaid taxi)，参考价格 (含车入机场的费用) 如下:

到图班 (Tuban): 35,000Rp

到库塔 (Kuta): 50,000Rp

到雷吉安 (Legian): 55,000Rp

到水明漾 (Skeminyak): 60,000-70,000Rp

到登巴萨 (Denpasa): 70,000-100,000Rp

到萨努尔 (Sanur): 90,000Rp

到乌布 (Ubud): 105,000-265,000Rp

到努沙杜瓦 (Nusa Dua): 95,000-110,000Rp

如果行李不多，可以步行 200 米左右出机场再打车 (选择有计价器的)，这样可以省掉预付费。

安检

随机不可携带液体，出入关安检都十分仔细，需要足够耐心。

巴士

主要到达库塔的客流均来自巴厘岛机场，南部出发到达库塔的目的地的有金巴兰、努沙杜瓦和乌鲁瓦图，北部则是登巴萨、乌布等地。最常见的巴士公司是 Perama。

船

港口 Benoa Harbour, 位于库塔东北方向，车程 20 分钟，有快艇可以到吉利群岛、龙目岛和蓝梦岛。很多快艇公司提供从库塔到港口的免费接送服务。

内部交通

库塔是最早开发的海滩，这里的主要街道普遍拥挤。选择小路或租用摩托车是比较便捷的出行方式。

汽车

库塔经常堵车，中心区有公共停车场 (费用 5,000Rp/ 小时)，海滩附近停车场车位紧张。在 Poppies I 大街和 Poppies II 大街附近有很多租车行，签合同之前要仔细阅读，大部分车行都会讲车送到客人所住的酒店。

出租车

打表出租车在库塔很普遍，最常见的是正规公司是蓝鸟出租车 (Bluebird) 和 Bali Taksi。库塔并不到，到哪儿的价格都不贵，所以上车前最好坚持让司机使用里程表 (argo)。

摩托车

库塔租摩托车的地方太多了，一般不会超过 30,000-40,000Rp/ 天，如果租期超过一周，价格可能会降到 20,000-25,000Rp/ 天，必须记得向车行索要头盔。



登巴萨 Denpasar

如果交通顺畅，从水明漾车行至登巴萨只需要半小时左右。“登巴萨”意为“市场旁边”，来到这里，不能错过的自然是当地市场。早在殖民开始前，这里就是重要的贸易重镇，也是当地王族所在地。

登巴萨居民中有很多移民后裔如华人、阿拉伯人和印度人，多种文化的融合使登巴萨的市井生活更加丰富多彩，巴厘博物馆 (Negeri Propinsi Bali Museum) 很好地展示了这个亮点。

景点 Sights

巴厘博物馆 Negeri Propinsi Bali Museum

博物馆建于 1901 年，随后 30 年间经历了地震等灾难，后由一位德国艺术家和一些荷兰官员重新创建。博物馆收集了海量的巴厘岛出土文物和当地艺术品，且几乎每件展品都配有英文说明。为回归到最原汁原味的风格，博物馆采用巴厘建筑风格，展厅之间有小凉亭，建筑本身就很美。主要的 4 个展厅：

主展厅：位于入口后面，收藏有石棺、青铜器和木制艺术品。

南展厅：主要展示纺织品，比较著名的是巴厘岛当地的 endek（一种特有布料），还有一些由金银丝线编制而成的当地服饰。

北展厅：重点展示巴厘岛的戏剧表演艺术，有舞蹈服饰和面具的陈列。

中展厅：巴厘岛印度教与其他宗教的展示。

地址：Jl Mayor Wisnu 大街（普普坦广场东侧）

费用：11,000Rp

开放时间：周六 - 周四：8:00-15:30；周五：8:00-11:00

联系方式：+62 361 222680

普普坦广场 Alun-Alun Puputan

也称“就义广场”，1906 年荷兰入侵巴厘岛时，当时的王室成员以无畏又让人有些匪夷所思的方式表达了他们的爱国情怀——集体自杀殉国。

地址：Jl Gajah Mada/Jl Suprati.

雅加托纳坦寺 Pura Agung Jagatnata

与印度尼西亚其他地方不同，巴厘岛的主要宗教是印度教。这座寺庙为祭拜至高无上的神灵桑扬威迪 (Sanghyang Widi Wasa) 而建，是宣扬教义的重要场所。每个月满月和新月时会各举办一次仪式活动，可以到当地的旅游问讯处查询具体日期。

地址：巴厘博物馆旁边

巴厘艺术中心 Taman Wedhi Budaya

艺术中心是位于登巴萨东部的一座本土建筑风格的庞大建筑群。巴厘文化研究院也在这里。每年 6 月中旬开始的巴厘文化艺术节是这里最热闹的时候，游客可以观赏到巴厘岛丰富多彩的舞蹈、音乐和手工艺品等展示。

地址：Jl Nusa Indah

费用：免费

联系方式：+62 222 776

开放时间：周一 - 周四 8:00-15:00；周五 - 周日：8:00-13:00



[ladybaby](#) 卖东西的妇女

住宿 Sleeping

一般而言，不建议住宿在此，除非你打算第二天从汽车站出发去别的地。

Hotel Niki Rusdi

酒店没什么特别的，便宜干净。关键在于靠近 Ubung 公共汽车终点站。如果你打算乘坐清晨甚至是半夜的公共汽车，那么建议你住宿此处。当然，这周边还有不少这样的便宜住宿。

地址：Jl Pidada XIV

联系方式：+62 416 397

参考价格：100,000-200,000Rp

Hotel Familiar Inn

家庭旅馆，房间非常干净，临近街道，有些吵闹。

地址：Jl Nakula 4

联系方式：+62 226 446

参考价格：70,000-120,000Rp

Inna Bali Inn

酒店装饰十分正统，但是品质不错，服务态度很好，有个不错的餐厅。

地址：Jl Veteran

联系方式：+62 361 225681

参考价格：500,000-1,200,000Rp



餐饮 Eating

登巴萨有岛上品种最齐全的印尼美食和巴厘岛当地菜肴，各种大排档和街边小店，各种美食应有尽有。

Atoom Bara

店里有许多的海鲜和烧烤，口感很棒，会给你留下深刻印象。

地址：Jl Gajah Mada 106-108

联系方式：+62 361 222788

Bali Bakery

当地的一家特色面包房，有各种高质量的面包和饮品。

地址：Jl Hayam Wuruk 181, Tanjung Bungkak

联系方式：+62 361 243147

营业时间：8:00-21:30

Warung Nasi Bali

非常正宗的当地食物，价格很实惠，环境也很优美。

地址：Jl Hayam Wuruk 69A

联系方式：+62 361 223889

Warung Satria

餐厅历史悠久，厨师的手艺特别棒，但千万不要太晚才去，不然海鲜都被吃光了。

地址：Jl Kedondong

营业时间：11:00-15:00

参考价格：4,000-10,000Rp

交通 Getting There & Getting Around

前文说过，公共交通的中心就在登巴萨。如果你采用公共交通进行环巴厘岛旅行，那就意味着你得经常来回登巴萨。机场距离登巴萨市区 12 公里，搭乘出租车约 15,000Rp。

内部交通

Bemo(小型公共汽车)

前往巴厘岛各个方向的车站分别是 Ubung、巴杜布兰 (Batubulan) 和 Tegal，而前往登巴萨市区各处以及周边地区车站分别是 Gunung Agung、Kereneng 和 Sanglan。

Ubung

位于城市北边，前往巴厘岛西部和北部。

目的地	费用
吉利马努 (Gilimanuk)	30,000Rp
Mengwi	12,000Rp
Munduk	27,000Rp
内加拉 (Negara)	25,000Rp
Pancasari	22,000Rp
新加拉惹 (Singaraja)	35,000Rp
塔巴南 (Tabanan)	10,000Rp

巴杜布兰 (Batubulan)

位于城市东北边，前往巴厘岛中部和东部。

目的地	费用
安拉普拉 (Amlapura)	25,000Rp
邦利 (Bangli)	17,000Rp
吉亚尼亚尔 (Gianyar)	15,000Rp
金塔玛尼 (Kintamani)	24,000Rp
八丹拜 (Badanbai)	24,000Rp
萨努尔 (Sanur)	7,000Rp
乌布村	13,000Rp

Tegal

位于城市西边 Jl Iman Bonjol 大街上，前往库塔和布科半岛。

目的地	费用
机场	15,000Rp
金巴兰 (Jimbaran)	17,000Rp
库塔 (Kuta)	13,000Rp
Legian	13,000Rp
努沙杜瓦 (Nusa Dua)	25,000Rp
乌鲁瓦图 (Uluwatu)	22,000Rp

Gunung Agung

地址：Jl Gunung Agung 街上

前往地：Kerobokan、Canggu

费用：10,000Rp

Kereneng

地址：市中心东边

前往地：萨努尔 (Sanur)

费用：7,000Rp

Sanglan

地址：Jl Diponegoro 大街上

前往地：Suwung、伯诺阿港

费用：10,000Rp

海神庙 Tanah Lot

海神庙 (Tanah Lot) 是巴厘岛最重要的海边庙宇之一，始建于 16 世纪。该庙坐落在海边一块巨大的岩石上，每逢潮涨之时，岩石被海水包围，整座寺庙与陆地隔绝，孤零零地矗立在海水中；只在落潮时才与陆地相连。礁石中的一个洞穴还藏着几条堪称守护神的小蛇，传说是此寺庙守护神，防止恶魔和其他的入侵者。据说寺庙建成时忽逢巨浪，寺庙岌岌可危，于是寺内和尚解下身上腰带抛入海中，腰带化为两条海蛇，终于镇住风浪。从此海蛇也成为寺庙的守护神。对岸有小亭可以眺望日落景色，成为巴厘岛的一大圣景。

费用：3,300RP

到达交通：位于巴厘岛西南部，距库塔约 40 分钟车程。



在参观完海神庙后可前往旁边街进行游览购物，这里的東西质量一般，但是可以砍价，一折砍起，三折成交，风景明信片最低可以砍 10,000Rp 30 张，折合人民币 60-70 元。经过游人一通砍价之后，其价格大多比库塔海滩边的商店便宜很多。

奈小姐 海神庙为巴厘岛最独具一格的寺庙，建于岩石上，涨潮时四周环绕海水，仿佛在海中心，庙下有一个圣洞，能祈求万事平安、家道兴隆等。

艾芮卡爱旅行 作为巴厘岛著名的景点，海神庙自有其吸引人之处，其一是因为海神庙位于距岸边不远的海上，当潮汐退去，善男信女可以穿过礁岩登庙祭拜，如今海神庙不对外开放，但可以到庙下让庙祝用礁岩过滤的泉水作为洗礼，然后在你额头贴个印记，让你心想事成。其二是这儿的日落，以海神庙或是礁岩为背景的日落，总是让游客呆到最后一缕光线沉落海中为止。

萨努尔 Sanur

萨努尔位于水明漾与登巴萨组成的等边三角形东边的顶点。萨努尔虽说是巴厘岛最早开发的沙滩，但发展不如库塔，也正因为这样，这里没有不会过分喧哗，也不会过分安静，每年七月这里都会组织巴厘岛风筝节 (Bali Kite Festival)。

景点 Sights

迈耶博物馆 Le Mayeur Museum

为纪念比利时印象派艺术家勒·迈耶而建的博物馆。艺术家 1932 年来到巴厘岛后，与当时一位只有 15 岁的当地姑娘结婚，并在此生活，博物馆收藏了大约 90 副画家的作品。

地址：Jalan Pantai Sanur, Indonesia

费用：成人 2,000Rp，儿童 1,000Rp

联系方式：+62 361 286201

开放时间：周六闭馆，其他时间 7:30-15:30

海龟岛（海龟保护中心）

Serangan Island Turtle Conservation Centre

保护中心的建立旨在组织非法买卖海龟的行为，游客可以在这里听听关于目前保护现状的报告，并看看海龟。不过很多人觉得这是一项比较乏味的活动。

地址：Serangan Island, Bali, Indonesia

网址：http://www.ioseaturtles.org/pom_detail.php?id=45

联系方式：+62 813 3841 2716

开放时间：每天 9:00-17:00

交通 Getting There & Getting Around

Bemo

Bemo 停靠在位于萨努尔南端的 J1 Mertasari 大街以及 J1 Hang



艾芮卡爱旅行 萨努尔的海滩



rainie 清新淡雅的鸡蛋花

Tuah 街 Inna Grand Bali Beach Hotel 主入口的外面。Bemo 沿着 J1 Hang Tuah 街开往登巴萨的 Kereneng 终点站。

船

前往蓝梦岛的公共渡船和 Perama 渡船从 J1 Hang Tuah 街尽头的海滩出发。Scoot 快艇在萨努尔 J1 Hang Tuah 街也设有售票处，船也是从附近的海滩出发。这些船都没有使用码头，所以上船时需要涉水。

巴士

Perama 有开往库塔、乌布、罗威那等地的班次，基本上是每天一班。售票处在 J1 Hang Tuah 39，电话为 +62 285 592。



金巴兰 Jimbaran 和乌鲁瓦图 Uluwatu



金巴兰海滩 (Jimbaran Beach) 是整个巴厘岛最令人感到亲切的一片海滩。原来这里还是一个小小的渔村，居住着岛上最为纯朴的村民。商业行为并没有泯灭小渔村的原本风貌，村民们反而用他们特有的热情和朴实使得整个海滩极具亲和力。海滩日落是金巴兰海滩的最大魅力，唯美的落日，像是上帝遗落人间的美好风景。现在的海滩已不复原来的洁净，但在这一边吃海鲜一边赏落日仍是不错的体验。

小妖 0725 据说金巴兰日落是世界上十大著名落日美景之一，而在欣赏落日的同时还可以品尝美味的海鲜大餐，还能观赏到巴厘岛特有的当地舞蹈，真可谓一举三得。在金巴兰吃 BBQ 每一家口味都差不多，关键在于找一个好位置，抢一个有力的地形。这个时候天还是湛蓝的，但是落日的余晖已经将沙滩染成了金黄的颜色。橘黄的落日，火红的晚霞，灰色的云层，好似剪影的渔船和海鸟所有元素均已具备，完美的落日画面。

景点 Sights

金巴兰鱼市场 Jimbaran fish market

传统鱼市场位于北端海湾与 Jalan Tukad Ayung 交接的海滩，鱼商们每天早上来到这，巴厘岛上的好餐厅都是他们的客人，各种种类的鱼、海产等应有尽有。如果你想来到这里体验一把传统繁忙的鱼市场，最好的时间是早上 6:00-9:00。

神鹰广场 Garuda Wisnu Kencana Cultural Park

是苏哈托时代留下的广场，只是一个雏形，并未完工。之所以叫神鹰广场是因为这里本来要竖起一座世界上最高大的神鹰铜像，神鹰背上骑着巴厘岛的最高神明“破坏神”，即 Wisnu 神（梵文中的 Vishnu 神），是印度三位一体神之中的保护者。据传一位高僧曾指点苏哈托，这座铜像铸成之后将庇佑印尼国运昌盛，人民幸福平安，可惜铜像只完成“破坏神”的头部，胸部以及神鹰的头部，苏哈托就下台了，这个耗资巨大的宏伟工程也就此搁浅。这座铜像全部用纯铜铸成，据说全部建成后将高达 118 米，已经完成的神明半身像高 34 米。

地址：Jalan Raya Uluwatu - Jimbaran, Badung 80364 印度尼西亚

联系方式：+62 036 1703603

营业时间：每周二 8:00-22:00

樱桃 “神鹰广场，没去前对它出奇的向往，虽然有好多人说这只不过是一个景点而已，拍拍照，根本没什么意思。但是不知为什么，我还是非常想去这里亲眼看看。当我们真正站在这个庞然大物面前，庆幸自己没有白来！”

海神庙 Pura Luhur Uluwatu

乌鲁瓦图寺为巴厘岛最壮观、最上镜的寺庙之一，因为它位于高高矗立的乌鲁瓦图悬崖上，因而也是观赏乌鲁瓦图悬崖的最佳地点。乌鲁瓦图寺借用山势，辟出一小块平台作为广场，一条石级通往正殿，寺内一片



静谧，只能听到乌鲁瓦图断崖下海浪拍击海岸的声音。这座寺庙虽然不是很大，但是古老而又壮观，很多游人就是为了了一睹其夕照美景而专程造访。矗立在直落碧洋的高崖顶，乌鲁瓦图寺气势宏伟，傲视群寺，昂首迎着夕阳的身影更是名闻遐迩。

日落时分，这里有大受欢迎的 Kecak Dance（凯卡克猴舞）表演，华丽的场景值得一看。

费用：3,300Rp，停车费 1,000Rp 内殿只有印度教徒才能进入。

到达交通：位于巴厘岛西南部，距库塔约 40 分钟车程。

玻璃教堂

外墙为透明的玻璃，站在祭台前就能看到大海，很多人选择在这里举行婚礼，让情人崖和大海见证不渝的爱。

地址：位于情人崖附近的蓝点湾 Blue Point Bay，蓝点湾景别墅 Blue point Bay Villas- Spa 内。

cathyshi 有很多 MM 关心在 Blue Point 拍婚纱照的事情，这里如果不是婚礼套餐的话，很贵的。特别是拍玻璃教堂，住店客人可以拍照，但是也不能穿 former dress，所以就不要幻想带着婚纱来住店啦。

ladybaby 蓝点玻璃教堂，你可安排一次西式婚礼，至于和谁酒店不管。酒店提供司仪，花童，如果没有朋友观礼，酒店还会安排一些观众，他们会很专业的适时鼓掌或赞叹呢，不提供新娘或新郎租赁，请自备。酒店还安排摄影师拍摄婚礼过程，并至无边泳池边拍摄一套。

乌鲁瓦图情人崖 Pura Uluwatu

乌鲁瓦图悬崖又被称为情人崖，传说有一对相爱的青年男女受到父母的阻挠，在这里跳海殉情。这里也是观赏落日的绝佳位置，尤其是那个圆形的露天剧场，每天日落时分表演传统舞蹈 kacak 克差舞，几十名穿方格裙子的男子围坐在闪烁的火把四周，发出节奏感极强的“卡恰”声，场面十分壮观。

地址：位于巴厘岛最南端

费用：20,000 卢比 / 人，看演出 70,000 卢比 / 人

到达交通：搭车约 20,000Rp

genie 接下来前往据说具有神话色彩的乌鲁瓦图情人崖，观赏悬崖断壁的大自然奇景。这里其实还是一个寺庙，进去都要围纱笼或腰带，路边还有猴子，还被奉为神灵，还会抢东西，还要拿钱买吃的赎回来，呢，猴子难道很稀奇么？结果还真有个姑娘的拖鞋被猴给抢走了，买了 20000 RP 的吃的才换回。



艾芮卡爱旅行 所有游客对乌鲁瓦图的美丽夕阳都无言以对，只有赞叹

住宿 Sleeping



ladybaby 蓝点的无边泳池与玻璃教堂

蓝点湾景别墅 Blue point Bay Villas- Spa

位于乌鲁瓦图的山崖上，别墅内著名的无边游泳池，很多游客都会为了一睹它的芳容和绝美落日而选择这里，山崖下是著名的冲浪圣地，来这挑战的冲浪客都是来自欧美的高手。蓝点里还有著名的玻璃教堂，很多新人都在这里举行婚礼，某些意义上，这个酒店已经成为一个旅游的景点了。

地址：Jalan Labuansait, Uluwatu 80364 印度尼西亚

联系方式：+62 361 769888

参考价格：100 美元

叁v小姐 这是巴厘岛比较出名的酒店，那无边泳池就是一个景点，自由行的朋友来这里可以享受一边游泳一边看日落奥，我们只是来这边吃下午茶，然后看看日落就要走了。不过来到这里还是很满足啦。

璎珞格格 “游客要进入参观，至少要每人消费一杯果汁。这里的果汁相较于外面非常贵，因为游客进入只消费果汁还是要收取 21% 的服务费。所以两杯西瓜汁，我们花了 80 几块钱。”

阿雅娜水疗度假酒店 Ayana Resort & Spa Bali

酒店坐落在金巴兰湾上方的 77 公顷热带花园中，景致优美，远离尘嚣，但距巴厘机场只有 10 公里。Ayana 以其沿 1.3 公里海岸线的 290 间酒店客房和 78 套独栋私人度假别墅，成为空间最大、最富盛名的巴厘豪华酒店之一。

其内部的 Rock Bar 酒吧非常出名。The Rock Bar 位于 Ayana 酒店靠海的悬崖下方，在穿越酒店的层层关卡之后，就可来到悬崖边等候。日落时分，火红的大太阳缓缓下沉，而 Rock Bar 的平台上，被工作人员点燃着许多熊熊的火把，慵懒的 Lounge Music 似乎要收买着顾客的心，每一份节奏、每一个音符都挑逗着即将开始的夜晚。坐在酒吧里，欣赏落日、聆听浪涛，应该是无限浪漫的一件事。每周五、六、日，在岩石平台上还会有乐团的演奏。酒吧旁的 Langit 剧院提供传统巴厘岛表演。

旁边的 Langit 剧院提供传统巴厘岛表演。

地址：Jl. Karang Mas Sejahtera, Jimbaran, Bali

联系方式：+62 361 702222

参考价格：3000 元

ladybaby Ayana 酒店因其建于临海的悬崖下的 Rock Bar 闻名。暮色降临时，Rock Bar 灯火通明，强劲的摇滚乐与海涛的澎湃声交相呼应，偶尔的大浪跃起的水花，还能溅上吧台。



小妖 0725 在最后我们行程结束后的总结大会上观众们一致认为，Ayana 是我们此次出行的性价比最高的酒店。除了它出色的性价比，更让人难忘的是酒店的无敌美景，让人沉醉其中，流连忘返。Ayana 的房间并没有大的特色，但是很干净整洁，就是床特别的高，像我这样的三等残废都要费力的爬上去才成。Ayana 有四个公用泳池，分为上下两个有落差相连的，还有一个是悬崖边连着海水的无边泳池，还有一个 Villa 的泳池。酒店的 Ocean pool 无边泳池就在悬崖边，而最特别的不仅如此，这个泳池里的水来自大海，是原始的海洋之水。就这样静静的趴在泳池边，眺望远方的大海和天空，是不是只能用心旷神怡来形容。

宝格丽 Bulgari Hotels & Resorts, Bali

酒店的装饰极具当地风味，床上的锦缎织物是由本地艺术家和设计师和度假村建筑 Antonio Citterio & Partners 在巴厘岛人工耗时四个月共同设计、织成的，茶几上摆放的薄胎瓷餐具的轮廓和质感来自香蕉叶，碟子的特殊釉色来自 Sanur 海滩的火山沙，酒店处处都显现出了设计师的用心和独特。

地址: Jalan Goa Lembeh Banjar Dinas Kangin, Uluwatu Bali 80364 印度尼西亚
联系方式: +62 036 18471000

小妖 0725 低调奢华中的奢华还未曾体会到，低调两字，已经运用得是淋漓尽致。虽然这样敞开着与大自然亲密接触，但是因为周密的设计，所以私密性极强，基本上各个角度都无法看到邻居的院落。据说当时张东健婚礼选在宝格丽，我想私密度是一个很大的原因吧。房间太大了，经常我会绕着绕着走错。书房的上网是免费的，我在巴厘岛住的三个酒店里，宝格丽是唯一免费的。

餐饮 Eating

许多来巴厘岛的游客都会来金巴兰的海滩上坐着吃海鲜，金巴兰海湾有 50 处海鲜餐厅在三个不同的广场上，所有的就餐都是坐在海滩上。这三个区域是最南边的 Muaya，中间的 Kedonganan 和北边海鲜市场边的 Kelan。海滩餐厅以自助式海鲜烧烤为主，通常顾客在冷藏展示柜或冰箱中挑选海鲜美食，吃多少称多少，1 公斤鱼大概 160,000Rp，100 克新鲜的龙虾需要大约 40,000Rp，饮料 200,000-600,000Rp，收取 15% 的服务费，还有情侣套餐，大概 400,000-900,000Rp，可以讲价，要货比三家，可自带葡萄酒，收取开瓶费。

Balique Restaurant

当地一个非常有名的餐馆，提供各种形式的印尼食品，是个适合情侣约会的地方。

地址: Jalan Uluwatu 39, Jimbaran, Bali 80361, Indonesia
联系方式: +62 361 704945

Grocer & Grind

附有现代气息的小酒馆和熟食店，白天的咖啡厅供应三明治和沙拉，用新鲜的本地有机农产品和进口产品，环境优雅、舒适与良好的服务。

地址: imbaran Corner, Jl. Uluwatu (at the new shopping centre at the exit towards Four Seasons)
网址: <http://www.grocerandgrind.com/>
联系方式: +62 361 737321

营业时间: 7:00-23:00

Pepe Nero

这是一间意大利餐厅，提供招牌的意大利面和比萨饼。餐厅能欣赏到金巴兰的美丽景色。

地址: Jl Wanagiri 18 (on the small road that leads through the quarry from the Four Seasons roundabout)
联系方式: +62 361 704672
营业时间: 11:00-20:00
参考价格: 30,000Rp

Jimbaran Beach Club

在沙滩上品尝带有地中海风味的新鲜海鲜，储备充足的酒吧，良好的服务，热带鸡尾酒和时令水果的果汁，定会让你难忘。

地址: Jl Bukit Permai, Pantai Jimbaran (at the beach right before you get to the Four Seasons Resort)
联系方式: +62 361 709959

购物 Shopping

金巴兰市场

位于北部的金巴兰市场，里面有非常多的精品和古董，每天早上附近的居民都聚集在这选购新鲜农产品。

地址: Jl. Uluwatu

Jenggala keramik Bali

是陶瓷大画廊和零售陈列室，此外，还定期举办国际化的展览，由和未来本地艺术家的绘画和其他艺术作品，里面还有个时尚的咖啡厅，非常值得一游，里面可以成批的购买瓷碗。

地址: Jalan Uluwatu II, Jimbaran
网址: www.jenggala-bali.com
联系方式: +62 361 703311
营业时间: 9:00-18:00

娱乐 Entertainment

冲浪

整个布科半岛都是冲浪的好地方，尤其金巴兰这让人感到亲切的一大片海滩，每年都吸引不少的游客前来一展身手。

游泳

这也许是整个巴厘岛最安全的水域游泳，你会发现很多当地的孩子在晚上来海边游泳，这表明水是安全的，你可以放心的在这里舒展。

SPA

Alam Jimbaran Spa

阿拉姆金巴兰水疗中心是一个日间水疗中心，提供传统的巴厘式按摩，



印度阿育吠陀水疗，热石疗法和浴室的草药疗法

地址：JL Kampus Udayana No.9

联系方式：+62 361 703826

营业时间：9:00-21:00

The Body Spa

一流的水疗中心，全身心的美容和按摩，至少提前 24 小时预订。

地址：Jl Uluwatu 99x, Kelan

联系方式：+62 361 764737

营业时间：14:00-22:00

交通 Getting There & Getting Around

外部交通

以机场为起点

出租车

参考价格：Rp 60,000-80,000，金巴兰就在机场南边，出租车费最多 20,000Rp。

耗时：10-15 分钟

实际上只要你预订了金巴兰的酒店有需要机场接送的，酒店都提供这项服务。

内部交通

巴士

Bemos 服务金巴兰几乎是不存在的，但有从登巴萨 Tegal 路过来的零星车辆，可以搭乘。

摩托

在巴厘岛，租辆摩托车是非常有用的，费用约 35,000Rp，在巴厘岛南部这是比走路要好的一种方法。

努沙杜瓦 Nusa Dua

景点 Sights

Pantai Geger

这是在 Nusa Dua 的公共海滩，灿烂的白色沙滩，边上有一些不错的餐厅，还有些按摩女郎可以提供按摩服务。这海滩面向东方，不远处的美丽珊瑚礁，还有巴厘岛最温暖的海水，西面是一个高尔夫球场，景色十分的优美。

Pasifika Museum

这是一个鲜为人知的景点，但如若你欣赏到绝对会赞叹。博物馆里不仅陈列了当地艺术家的作品，也集结了世界各地著名艺术家的艺术作品，例如 Paul Gauguin, Theo Meier, Le Mayeur 等，里面的印度支那展览令人印象深刻。

地址：Blok P, BTDC Nusa Dua (near Bali Collection),

联系方式：+62 361 774935

营业时间：10:00-18:00

参考价格：70,000Rp

Serangan Island (Turtle Island)

你可以透过船内的玻璃底观察海洋生物，正如它的名字所暗示的中，Serangan 是一个海龟保护区。当地群众保持传统的保护房子，直到它们孵化的海龟蛋，然后被释放的年轻人从当地的海滩。除了海龟，他们也有爬行类，鸟类，蛇，蝙蝠。费用 30 美元。

塔曼阿扬寺 / 母神庙 Pura Taman Ayun

母神庙为一处园林寺庙，建造于 1634 年，是巴厘岛内第二大寺庙。其为孟威 (MENGWI) 王国时代的皇家祭坛。寺庙内有很多的祭塔和 29 座祖先的神位。寺庙园林中有美丽的护城河和花园。

地址：Nusa Dua, Bali, Indonesia

住宿 Sleeping

Aman Nusa

顶级度假集团 Aman 集团，旗下酒店是整个巴厘岛最豪华的酒店之一。虽然有相对较少的游客将钱花费在这儿，但如果你想挥霍的在超级豪华度假村用餐，这是个不错的选择，餐厅提供美味的食物和美丽的景色，绝对让你花的值。

网址：<http://www.amanresorts.com/amanusa/resort.aspx>

联系方式：+62 361 772333

参考价格：750 美元

Bali Tropic Resort and Spa

酒店位于 Tanjung Benoa 海滩，阳光、沙滩、SPA，甚是享受。有 3/4 星级海滨度假胜地的 Tanjung Benoa 的条。

地址：Jl Pratama 34a

联系方式：+62 361 772130

营业时间：14:00- 第二天正午

参考价格：950,000Rp

Rasa Sayang Beach Inn

一个简单的旅馆，距离 Tanjung Benoa 海滩 5 分钟距离。

地址：Jl Pratama,Tanjung Benoa

联系方式：+62 361 771643

参考价格：200,000Rp

美丽雅度假村 Melia Bali Villas & Spa Resort

巴厘美丽雅度假村置身于青葱繁花和雕琢精致的大型泳池之中，给客人豪华舒适隐秘的度假空间。388 间巴厘岛风格的高级房间，110 栋独立的别墅，2 栋行政豪华套房全部拥有自己的私人露台，可以看到最为美丽的酒店花园美景。

地址：Lot North 4, P.O. Box 1028 Nusa Dua

网址：<http://www.meliabali.com/en/index.html>

联系方式：+62 036 1775111



樱桃 美丽雅真的是太漂亮了，还有个宽敞的大阳台，在躺椅上可以欣赏美丽的园林，舒坦的没法说。给了小黑2美元小费，他乐的笑开了花。

餐饮 Eating

在奢华酒店边几乎没有什么平价餐馆，主要道路连接努沙杜瓦 (Nusa Dua) 和金巴兰 (Jimbaran)，机场和库塔是大量针对旅行团，日本和其他亚洲餐馆的家。一般来说，这些最好避免。

Benoa Cafe

合理的价格，强烈推荐，可以呼叫在努沙杜瓦 (Nusa Dua) 的 Tanjung Benoa 免费接机服务。

地址: Jl Pratama No 71A, Tanjung Benoa

联系方式: +62 361 8882720

营业时间: 正午 -22:00

Nusa Dua Beach Grill

餐厅经营许久了，在一片梦幻般的白色沙滩上。

地址: Geger Beach (just west of the Nusa Dua enclave reached via a small turning south off the main road to the Nikko Hotel)

联系方式: +62 361 773378

Bumbu Bali

一间精英印尼菜的餐厅，就餐环境非常安静，装修精致，餐厅的服务员在上菜时会介绍每道菜的用料及做法，服务一流。游客如果对菜牌不是很了解，可以点 Rijsttafe 套餐，这个套餐基本上有各种特色菜肴。

地址: Jl.Pratama, Matahari Terbit Bali Tanjung Benoa, Nusa Dua

联系方式: +62 361 774502

樱桃 一个字：爽。慕名而来客人很多，多数都是老外，偶尔看到日本人。当然了中国人也看到了三对，哈哈。现在是淡季都座无虚席，如果旺季的话一定要提前预定才能吃到特色的套餐哦！



樱桃 特色套餐

Kendi Kuning Restaurant

海滩边上的人气餐厅，适合情侣用餐，团体餐等，价格实惠。

地址: Melia Benoa Beach, Jalan Segara Samuh

联系方式: +62 361 775720

娱乐 Entertainment

努沙杜瓦的许多店家都提供水上活动，比如香蕉船、潜水等。你可以在岛上的海滩边上直接预订，或是你所住的酒店组织的，费用约25-30美元。

南湾 (Tanjung Benoa)

位于努沙杜瓦区 (Nusa Dua) 的北部，是巴厘岛主要的水上活动区 (Dive and Water Sports Centre)，可供游客大玩特玩的水上活动种类之多，可称世界之冠，包括全世界最新颖的“飞鱼” Fly Fish、惊险刺激的“火箭” Rocket、可以欣赏巴厘岛全景的高空“拖曳伞”、追求极致速度的“水上摩托车”、“香蕉船”、“独木舟”、“滑水”、“舢舨”和“帆船”等活动，还可以乘船出海，观赏海景，可谓一应俱全。

网址: <http://www.tanjungbenoa.com/>

奈v小姐 南湾主要是玩水上活动的地方，能见度只有40%，因为海底都长满了海藻，所以看上去墨绿墨绿的~到南湾后首先是坐船前往去海龟岛，那里有人工饲养的大海龟，还有鹰，大嘴鸟，蝙蝠等。看完后就回南湾玩水上活动，因为浮潜跟深潜我在海南玩过了~所以这次选择了拖曳伞，25美金/人/圈。上去的时候还真有点离心力啊~我害怕，就闭着眼睛，上到高空才开的眼，一眼望去美景尽收眼底啊。

小熠 南湾水上活动，找代理提前订的。帆船+飞鱼+水上摩托，一共一个人45美金。帆船和水上摩托的价格比国内三亚便宜很多。值得推荐。帆船，飞到天上时超级爽。没有把摄像机带上去，没能拍到美丽的风景。水上摩托是件体力活，油门太紧，女生按起来很费劲，所以开的不快。不过有教练带着，很安全。

Nusa Dua Golf and Country Club

巴厘岛三大顶级高尔夫之一，在繁忙的开球时间内提前预订是十分重要的。

地址: Kawasan Wisata, Nusa Dua

联系方式: +62 361 771791

营业时间: 6:00-16:00

Spa Sekar Jagat

正宗的巴厘式按摩和水疗护理。

地址: Jl Bypass Nusa Dua

联系方式: +62 361 770210

营业时间: 9:00-22:00

Tamara Spa Bali

身体护理美发沙龙，提供身体去角质，美容护理和各种水疗套餐。

地址: Jl Bypass Ngurah Rai, No 999A, Jimbaran

联系方式: +62 361 9174533

营业时间: 9:00-17:00

交通 Getting There & Getting Around

以库塔机场为起点

出租车 95,000Rp-110,000Rp

如果住在这，酒店都有机场接送服务。

去乌鲁瓦图20分钟，金巴兰15分钟



努沙佩尼达岛 Nusa Penida

这是一片自由而天然的土地，几乎完全被旅行者忽略了，有待你慢慢的发掘它的美，想来探险或是休闲的你，慢慢的适应岛上的慢节奏生活吧，不经意间发现不一样的色彩。

景点 Sights

Crystal Bay

这里的沙石又白又细，配上清澈的海水，是野餐的好去处。这里可以让你感受巴厘岛当地真正的田园生活，没被雕琢过的自然景观定会让你惊叹。

FNPF Bird Sanctuary

国家公园基金会 FNPF 是一家印尼非营利性组织，致力于保护野生动物，恢复栖息地。在这里你可以了解到巴厘岛上的动物保护以及 Penida 岛的环境情况。

地址：PED 村

联系方式：+62 361 977978

住宿 Sleeping

并没有很多的游客在这里住宿，但如果你要住宿，岛上有一些家庭旅馆，不用提前预订，直接入住即可。

Friends of National Parks (FNPF)

FNPF 中心提供简单的住宿，里面环境优雅，树林葱郁，交通非常的方便，内设图书馆。

地址：PED 村

联系方式：+62 361 977978

Made's Homestay

美丽的花园里有四个干净的小房间，让人感觉十分温馨。

地址：Sampalan

联系方式：+62 813 3816 0600

RingSameton Inn

房间干净整洁，还有宽敞的停车场和花园。

地址：Ped near FNPF

联系方式：+62 361 7853464

餐饮 Eating

当地有一些西式餐厅做一些简单的料理，Wayan's Warung，位于 PED 村附近的 FNPF 鸟类保护区的海滩上，它的食材新鲜深受游客喜爱。Sampalan 有几个很好的路边 warungs 和夜市提供 siamai 和 bakso，在 Penida 你能尝到刚捕获上来的新鲜鱼类。



 **richen12** 岛上的居民以养殖海藻为生，海岛周围的海水清澈见底，在阳光的照耀下，整个海面泛着整整波光

购物 Shopping

岛上有世界级的潜水点，Crystal Bay、Suana Bay 等都有潜水商店，可以根据自己的需要安排行程。在岛上骑车是非常有益的，Toyapakeh 村和 Sampalan 之间是绝佳的骑车场地，沿路道路平坦，风光美丽。

交通 Getting There & Getting Around

外部交通

从 PadangBai、Sanur、Nusa Lembongan 每天都有公共船只前往 Nusa Penida。

PadangBai

你可以搭乘每日的公共渡轮，客票大约是 16,000Rp。还有一个较小的公共渡轮快艇服务，在 PadangBai 沙滩上，通常带有多达 20 人，一天 4 班，船有足够的乘客就会离开，费用大约是 40,000Rp。

Sanur

Caspla 巴厘岛船，在阿兰达海滩酒店前的 Sanur 海滩上，每天有 3 班，单程 20,000Rp/人，联系方式：+62 361 7912299。

Nusa Lembongan

渡船在 Toyapakeh 村和 Jungutbatu 之间穿行，费用为 30,000Rp，1 小时一班。也可以租一条小船，费用为 150,000Rp。

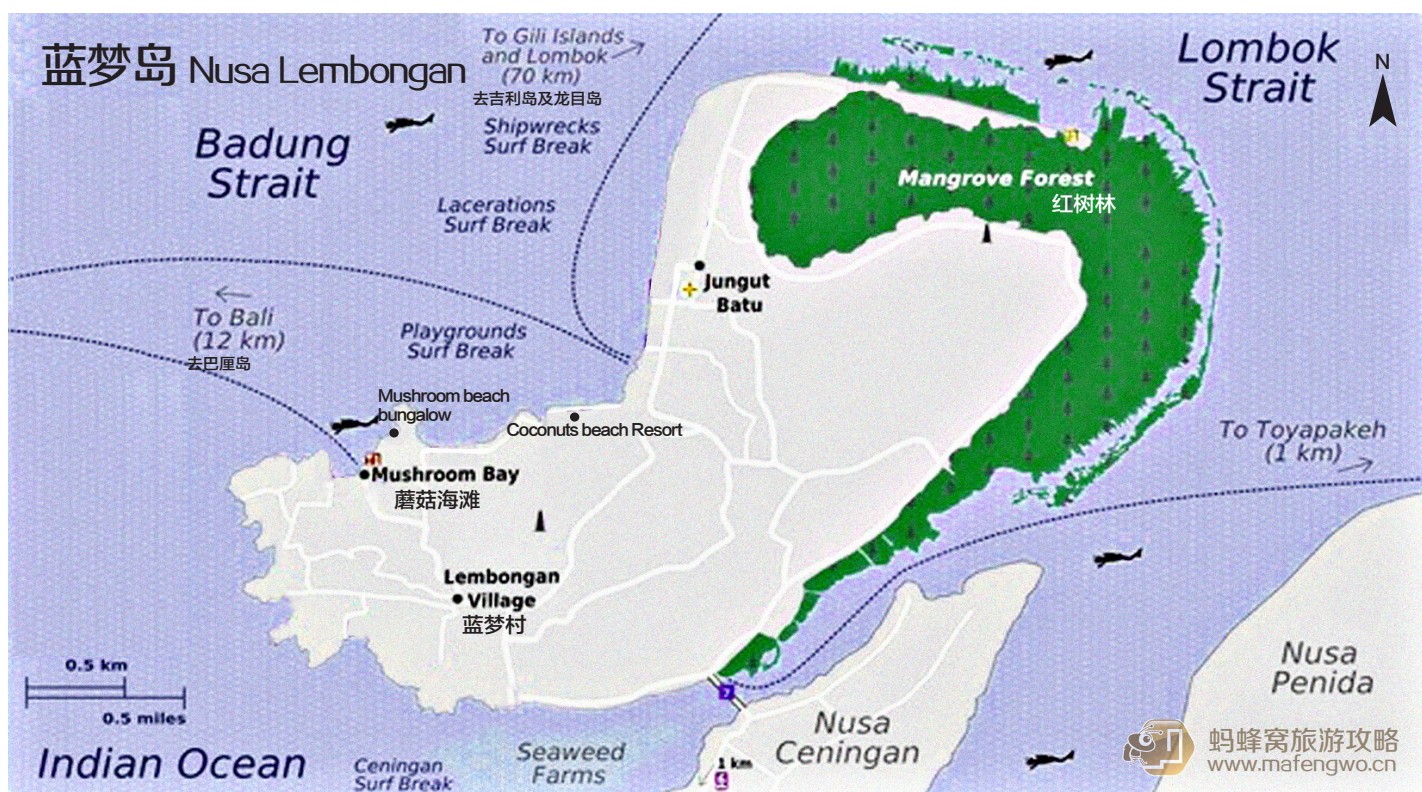
内部交通

岛上的道路很崎岖，交通工具不是很多，租一辆摩托车是最实际的选择，租车点随处可见，花费大约 80,000-120,000Rp/天，当地的公共交通是 Bemos，穿梭于 Toyapakehcun 村和 Sampalan 之间，如果你要租一辆 Bemos（包括司机在内），费用约 50,000Rp/小时。

实用信息 Practical Information

银行

只有一个 ATM 机在 Sampalan 的印度尼西亚国家银行，但不接受 VISA 卡。



蓝梦岛 Nusa Lembongan

ladybaby 蓝梦岛有巴厘最清澈的海水，俗称：玻璃海，便是这样了。这是一个深受上帝眷宠的地方，柔软幼白的沙滩，澄净碧蓝的海水，一切都可以比拟最美好的语言。如梦一般的蓝梦岛。

小熠 蓝梦岛跟普吉岛的 PP 岛相比，安静了很多，虽然也有很多老外，但是因为岛上并没有很多的商店，很是幽静和舒适。港口还是有很多小帆船之类的小游艇的，如果同去的人多，又带够钱，完全可以包一艘小艇来个一日游（海钓，浮潜，深浅等），很多老外就是这么 HAPPY 的。

景点 Sights

Jungut Batu

位于岛的西北边，有无数的饭店和便宜的餐馆。这里吸引了无数的背包客和冲浪者，令人愉悦的白色沙滩。海滩的南边已经开发，并吸引了一些更高级别的酒店和私人别墅进驻，也为蓝梦岛吸引了更多的游客。海滩上是欣赏日落的最佳地点，美丽的日落定会让你惊叹。

蘑菇海滩 Mushroom Bay

这是一个古色古香的，有吸引力和避风的港湾。它有一个巨大的白色沙滩，边上有一些温馨的小餐厅，再往南，就是被人们称为梦幻海滩和日落海滩的地方，这里的任何一面都吸引了越来越多的游客。在岛的北端，有一片红树林，是岛屿上蓝梦村人口的主要聚居地，在这里，你会发现许多传统的海岛家庭。

ladybaby 蓝梦岛的北端，有大片的红树林，不知道为何叫作红树林，我们见到的还是那种充满热带风情的深绿，在赤道的阳光下闪闪发亮，或许到了深秋会变红色？



ladybaby 蓝梦岛有巴厘最清澈的海水



 **ladybaby** 深入红树林，寂静得几乎让人屏息

住宿 Sleeping

蓝梦岛最好的住宿处都在蘑菇海滩 (Mushroom Beach) 和梦幻海滩 (Dream Beach) 附近，很多酒店都值得住。

Lembongan Reef Bungalow

09 年的酒店，房间挺大的，有一个无边泳池。能够提供浮潜服务。

地址：Lembongan Reef Bungalow Desa Jungutbatu, Nusa Lembongan - Bali

网址：<http://www.lembonganreef.com/>

联系方式：+62 821 45393419

参考价格：480 美元

卜卜头 其实应该算是民宿，所有的服务员都很热情，而且所有的笑似乎都不是练习的，而是发自内心的，无比灿烂，看着心情也跟着灿烂。Reef 的房间的确很新，很干净，厕所和淋浴的地方超级大，感觉好奢侈，他家也有浮潜，价格因人数不同而不同。他家餐厅的东西一点不好吃，建议别点意面，居然烧得像干面！吃的喝的也比其他两家要贵。

Dream Beach Huts

地址：South Coast, Nusa Lembongan

网址：www.dreambeachlembongan.com

E-mail：komangdreambeach@yahoo.com

参考价格：价格大约 65 美元 / 天

ladybaby 有非常美的无边泳池，比 Coconut 的好太多了。而且下面也是一弯白沙滩，在 Coconut 可是没有沙滩的。

小熠 这家酒店觉得还是不错的，价格比我们订的酒店便宜，环境也非常幽静，而且还有一块月牙形的私人海滩，非常私密，环境和设计也很有当地特色，我们骑车过去的时候都没看见有住客，极力推荐！

Secret Point

联系方式：+62 0828 97608786

参考价格：淡季 450,000Rp，旺季 550,000Rp。

ladybaby 如果不想在岛上转悠，只想找个安静的酒店住下的话，杰宁甘岛的最南端有个酒店叫：secret point，这里有最汹涌的海浪和最美的落日。但因为需要跨过吊桥，所以 Scoot 公司是无法送达的。但可以联系酒店来接。

蓝梦岛椰子海滩度假酒店 (Coconuts beach Resort bali)

座落在距巴里岛 40 分钟船程的蓝梦岛上，地理位置优越，具有观赏阿贡火山和巴东海湾的绝佳景观。在酒店的第三层有一家浪漫梯田景观餐厅，可提供印度尼西亚风味餐食，酒店的泳池是他们的特色。酒店的价格本身就包括了游艇或者快艇来回。

地址：Jalan By Pass Ngurah Rai 622 Suwung, Denpasar

联系方式：+62 361 728088

ladybaby 从一条毫无标志的坑洼小路转入，就可以找到 coconut beach resort。你一不小心就会错过这个路口，但到了里面，你不会后悔走过这段颠颇的路。可以俯瞰港湾的无边泳池，铺着沙子的咖啡吧，港湾里的海水玻璃般透明，岸边还有不知名的花盛放……酒香不怕巷子深，无非如此。

Mushroom beach bungalow

地址：Tanjung Sanghiang Bay, Lembongan

网址：www.mushroom-lembongan.com

联系方式：+62 361 281974

ladybaby 建筑在蘑菇海滩边的山崖上，巴厘式的茅草尖顶木屋掩映在椰子树下，数层石阶弯弯曲曲的通向山崖下一片月牙般的白沙滩，崖顶有咖啡馆，落日时分的夕阳会将咖啡馆和山崖一起装点成金黄色。酒店不大，所以酒店的每个人都认识你，他们会叫你的名字，然后拍着胸口问你，是否记得他的名字。用不了多久，你就和酒店的每一个人都混得和老友一般了。酒店的饮食也不错，崖下就是白沙滩。他们最好的房间是：sunset1 和 sunset 2。我们住的 sunset 2 视角更好。



 **ladybaby** 这个房间的名字就叫：sunset

餐饮 Eating

The Beach Club at Sandy Bay

一个大型开放式的酒吧，餐厅区紧靠白色沙滩，每日都有烧烤、海鲜等，还有各种鸡尾酒。



地址: Sunset Beach (formerly Scallywags Bar and Grill)

联系方式: +62 828 9700 5656

开放时间: 8:00-20:00

Gomez

墨西哥风味菜肴, 价格也很实惠。

地址: Mushroom Beach

联系方式: +62 821 44682551

开放时间: 12:00-23:00

Ketut Warung

当地最好的 warungs, 美味的印尼菜, 价格也很实惠。

地址: Jungut Batu (behind Mainski Lembongan Resort)

开放时间: 11:00-21:00

参考价格: 20,000-30,000Rp

Pondok Baruna Warung

有美味的家常印尼菜, 西餐, 通常在周六晚上有巴厘式自助, 这是非常值得一游。

地址: Jungutbatu Raya (On the mainroad behind Scooby Doos, opposite Pondok Jenggala)

参考价格: 30,000Rp

Warung Turuy

位于 Jungut batu 村十字路口的 empuaji 寺庙边, 里面的海鲜烧烤还不错。

地址: Jln Raya Jungutbatu

联系方式: +62 813 38626057

开放时间: 07:00-22:00

参考价格: 10,000-25,000Rp

购物 Shopping

岛上小超市都是私人开的, 所以店内不管是饮料还是零食, 都非常的贵, 我们只不过买了点啤酒饮料薯片, 就要 150,800Rp, 相当于 4 人晚餐的一半费用了。” ([小熠](#) 提供)

交通 Getting There & Getting Around

外部交通

从巴厘岛萨努尔 Sanur 到蓝梦岛 Jungut Batu 的工具是各种类型的船, 根据速度与价格不同, 有以下几种可选择:

Public Boat

最便宜的一种船, 在开船前至少提前 20 分钟购票, 船票在靠近 Ananda 酒店的售票点购买。

营业时间: 去程每天 8:00, 10:30 各一班。回程早上 8:00 一班

船程: 根据季节不同在 75 分钟 -2 个半小时。

参考价格: 60,000-80,000Rp

Perama

Perama 是巴厘岛最大的旅行社, 它们的交通实际也是普通船, 只不过人少一些。如乘坐它们的船建议提前一天订船票。

网站: <http://www.peramatour.com/>

营业时间: 去程 10:15, 回程 8:30, 因此你无法乘坐这种船在同一天往返。

船程: 大约 90 分钟

参考价格: 100,000Rp

快船

这些快船是蓝梦岛一些居民经营的, 除 7 月到 9 月建议提前买票, 其他月份不太需要, 票在蓝梦岛上的许多酒店即可购买。

营业时间: 从 Sanur 开船时间为 9:00、14:30、16:00, 从蓝梦岛每天 8:00、10:30、13:00、15:00。

船程: 大约 40 分钟。

参考价格: 200,000Rp

Scoot 快船

由 Scoot 船运公司经营, 在 Jalan Hangtuh 买票, Sanur 可以在 Scoot 办公室买 (在 Dunkin 油炸圈饼旁边在 Sanur 天堂广场旅馆对面), 或者在海滩在出发点附近买票。

网站: <http://www.scootcruise.com/lembongantransfer.htm>

船程: 30-40 分钟。

参考价格: 单程 35 美元和往返 55 美元, 价格包括旅馆接送。

当地人的船

营业时间: 11:30、14:30、16:30, 往返一天都是三趟。

参考价格: 去程 175,000Rp, 回程 150,000Rp。

内部交通

在蓝梦岛上骑着摩托车风驰电掣是件很爽的事, 租费大概 20,000Rp/ 小时。但请记得在酒店拿上地图, 并注意安全。



[ladybaby](#) 蓝梦岛的山路毫无规律的崎岖和弯转



巴厘岛中部

这部分区域以乌布为中心，乌布 (Ubud) 则是巴厘岛的“心脏”所在地。每晚这里都有几十场的传统表演，包括木偶戏以及巴厘舞蹈等。乌布专责的水疗、瑜伽也是你不能错过的体验。另外，你还可以花上一整天时间漫步在美丽的稻田、河谷，村庄等自然景色中。在乌布西北部山区，可以参加阿勇河漂流 (Ayung White River Rafting)，这是勇敢者的挑战项目；圣猴森林公园 (Sacred Monkey Forest Sanctuary) 是一片豆蔻林，林中生活着当地特有的巴厘猕猴；乌布周边的 Bedulu 是象窟 (Elephant Cave) 的所在地，象窟是巴厘岛唯一的石窟寺院遗址，包括三部分：象窟本身、圣泉池及佛教建筑遗迹区；乌布东北 18 公里的小村庄 Tampaksiring 是巴厘岛最重要的寺庙圣泉寺 (Tirta Empul) 的所在地，圣泉寺的圣泉永远清澈，还具疗效，引来善男信女前来顶礼膜拜、沐浴。

乌布 Ubud

乌布是这样一个地方：它的旅游资源如此丰富——宫殿、寺庙、博物馆、森林、稻田，比起南部巴厘的浮躁，这里显得非常闲适和淡定。随着畅销书和同名电影《Eat, Prey, Love》在全球范围的热销与流行，乌布的热度也在上升。但乌布的节奏并没有因此变快，就连最心急的游客到了这里，也可以欣然接受只在咖啡馆泡上半天看风景的悠闲。这就是乌布的神奇之处。主要历史遗迹一般都距离市区中心 20 公里开外，参加一日游是最方便的选择。

乌布 21:00 以后，偏僻一些的路上基本没有店家和行人了，也没有路灯。最好随身带个手电筒照明用，或者照猴子用。(ladybaby 提供)



ladybaby 乌布没有红绿灯，尽管最宽的路不过 2 车道，大多数路只可供两辆摩托车并行；尽管这里有太多的车和摩托，却交通有序。

ladybaby 据说巴厘人大多是很久前逃亡来巴厘的爪哇印度教王室，及其宫廷乐师、画师，可以说巴厘人都是艺术家的后裔，这也是巴厘人的骄傲所在。而乌布则是巴厘的艺术中心。因此留一些时间在乌布，租辆摩托，周游一番，感受一下乌布的艺术氛围，是必不可少的。

Sindy 乌布地处巴厘岛中间的位置，海拔位置相对高一些，由大片的森林、梯田和古老的城镇组成，具有浓郁的文化、宗教特色，代表着巴厘岛文化最核心的部分。

irvingwangsg 早上喝杯巴厘岛的特色咖啡，在田间做个运动，感受乡土气息，然后去乌布街上随意走走，体会巴厘岛的风土人情，下午在街上或泳池边做个超级棒的巴厘式按摩，晚间伴着蛙声阵阵，瑟瑟晚风入眠，人间天堂，不过如此啊！

亮点 Highlights

- ★感受乌布的夜间盛会乌布皇宫的舞剧表演；
- ★游览当地村落感受乌布的艺术氛围和艺术品；
- ★到圣泉寺接受圣水洗礼。

远不放弃 提供乌布及周边旅游线路：

线路设计：乌布—德格拉朗梯田 Tegalalang—圣泉庙 Tampaksiring—海神庙

线路特色：让你体验巴厘的历史文化气息与得天独厚的自然景观的结合，艺术文化与商业旅游的和谐相融。

用时参考：1 天亦可，深度游的话不妨多几天。

线路详情：

在乌布下榻后，就可以在周边游玩了。如果你是艺术文化的爱好者，乌布这个小城镇里的画廊、古董店、木雕石雕店、博物馆就已经够你细味好几天了。如果深入了解和欣赏艺术巴厘，可以选择区乌布的几个博物馆：绘画博物馆、NEGA 博物馆、勃朗哥博物馆。

如果你想休闲地度假和游玩，全身心地放松，可以步行往至乌布北部的农田村落，沿途可以看到溪涧两边的密林中有一座古老的寺庙，里面宁静的环境让你可以放空思想感受天地自然的声音，洗涤心灵。来这里的都是当地的巴厘人，虔诚地先上鲜花、朝拜、祈祷。静静地完成一切，然后静静地离去。

沿着山路，可以看到对面山腰上错落高耸的椰林中，穿插着吊脚的房子，错落有致。建筑多数都是茅顶与木材的结合，与自然和谐地融合一起。整个画面在蓝天白云和流线的山体衬托下，仿佛是宫崎骏漫画中的唯美画面。

翻过山岭，来到山脚可以看到大片的稻田，梯级错落，旁边有一些小餐馆，可以让你停留欣赏。农田两侧，还点缀着很多画廊、木雕店、工艺品店，在这里你可以亲眼目睹这些艺术品的制作过程，也许还可以淘到你喜欢的宝贝。

要想深入了解巴厘的人文与艺术特色，在这条步行路径中会经过 Nega 博物馆，里面展示着各种体验巴厘宗教、文化、历史和自然人文风光的画作与雕刻。

到了傍晚，回到乌布中心，千万不要错过乌布皇宫的舞剧表演。表演时在皇宫的露天剧场举行的，伴随着轻快的敲击乐的响起，少女身穿金色



织锦的红衣，上面有艳丽的装饰。头戴是有鲜花的金冠，金碧辉煌。在灯光映射下，发出夺目的光彩。舞者扭摆腰臀，睁大的眼眸急速闪动，勾魂摄魄，令人过目难忘。

在乌布中心步行游玩够了，就可以驾车向周边出发，深度观看这个可爱美丽的小岛。

乌布在巴厘岛的中部，沿中部往北有著名的 Tegalalang 梯田，它是巴厘最漂亮的梯田之一，这里的山脉横贯东西，山脉南部，土壤肥沃，梯田随形就势连绵而下。灌溉农田的水源源不断从山上留下，滋润禾苗，映衬着青山、椰树，梯田蜿蜒的线条非常迷人。

圣泉庙 Tampaksiring，藏身于山谷之中，有溪流穿行而过，梯田涌翠，古木参天。巴厘人十分崇敬这个庙宇，人们携带者水桶来这里，汲取圣水带回家中，每天居家的祭拜及村庙祭拜所用之水都是从这里带回去的。他们相信这里的圣泉是最有神力的。作为一个宗教国家，学校也会定期组织安排学生来这里接受洗礼，即使是游客，你也可以参与其中的祭拜仪式，接受圣水的洗礼。

海神庙 Tanah Lot (XX) 是少数依水而建的庙宇，当海水退潮时，她与陆地连接在一起；涨潮以后，她便被海水与陆地分开。来这里的游客很多，浩瀚的大海给人视觉与听觉的冲击，海上日落映衬下的庙宇又谋杀了很多摄影爱好者的菲林。

景点 Sights

乌布皇宫 Puri Saren Agung, Ubud Royal Palace

一直到上个世纪 40 年代之前，这里是王族居住的地方，直到今天依然有后裔住在这里。部分皇宫不对外开放。宫殿算不上华丽，但精美的时刻还是值得花些时间好好观赏的，晚上这里有舞蹈表演。

地址：位于宫殿北边的寺庙 Pura Marajan Agung 是皇室私人寺院；往西，有乌布水宫 (Water Palace)，每周会有一场晚间舞蹈表演。

开放时间：每天 9:00-17:00

到达交通：从乌布市场 (Ubud Market) 穿过 Jl Raya Ubud 大街即到



 璎珞格格 乌布皇宫

ladybaby 沿着乌布的主干道，很容易就能找到乌布皇宫。皇宫也并非宏伟的规模。巴厘当地法律规定：建筑高度不能超过椰子树的高度。即

使皇宫也是如此。这真是一条有趣的法律，却也行之有效的保持了巴厘的原生态风貌。据说皇宫内仍有皇族居住，因此游客只可在皇宫的外庭观赏。内庭精致的大门，闪着金光，一如当年的遗世风貌，只安静地伫立，看岁月变迁、人往人来，化作一种淡然而超脱的象征。

圣猴林森林公园 Sacred Monkey Forest Sanctuary

这里是巴厘岛猕猴的天堂，也是一项生态探索计划的实施地，来自各国的科研人员在这里工作，游客们也在这里找到人与自然互动的乐趣。

地址：Jl Monkey Forest, Ubud

费用：成人 30000Rp，儿童 15000Rp

网址：<http://www.monkeyforestubud.com/>

联系方式：+62 361 971304

开放时间：8:00-18:00

不要喂食，以防被咬，如果被咬伤需要打狂犬病疫苗，在入口处附近有紧急救助站。

Sindy 早就听说乌布的猴子很厉害，会抢游客的东西，如果被抢了，只能拿着美金去找管理员帮你拿回来。于是我提高警惕，把所有刚买的东西都塞进了我随身的大包包里，眼镜什么的也都摘掉了，相机也都挂在脖子上。一切准备就绪，我们走进了猴子的世界。

卢克珊美术馆 Museum Puri Lukisan

这里是了解巴厘岛艺术最好的学校，博物馆建于 1954 年，是巴厘岛第一家私人博物馆，这里馆藏丰富，最著名的是 Sobrat 创作的描绘巴厘岛繁荣的日常生活景象的《巴厘市场》(Balinese Market)。可以说，现代巴厘艺术的起点就在乌布，现代艺术家不在将重点放在对宗教主题的描绘，而是更加转向了对日常生活场景的关注。美术馆用 3 个展馆，分别集中展示不同时期和风格的艺术作品。

地址：Jl Raya Ubud 大街（位于乌布市场西边的主路上）

费用：40,000Rp

网址：www.mpl-ubud.com

开放时间：每天 9:00-17:00

Arma 艺术馆 Agung Rai Museum of Art

艺术馆的两栋主楼共占地 4500 平方米，馆内藏有树皮古画等珍贵的画作。ARMA 不仅是美术馆，还是社区文化的交流中心：这里设有 ARMA Café 和 Warung Kopi 咖啡厅，看完画作，可休息一会喝杯咖啡；每天下午都会有孩子在这里练习传统巴厘岛舞蹈 (15:00-17:00，周日则在上午)；此外这里还会不定期地举行一些文化课程。

地址：Jl Pengosekan, Peliata

费用：成人 60000Rp

网站：www.armamuseum.com

开放时间：9:00-17:00

联系方式：+62 361 975742

璎珞格格 这座艺术馆里展出了超多（请允许我使用如此不专业的数量词）巴厘岛传统画作，由于馆内不允许拍照，我很自觉地遵守了规矩，但是我敢保证这里的艺术品一定不会让你失望而归！巴厘岛特有的画风始终吸引着我的目光，丰满的布局、绚烂的色彩、神话般的故事情节，让我现在回想起来都赞叹不已。



璎珞格格 大门

卢丹纳博物馆 Museum Rudana

这里距离市中心有段距离，若不是热衷艺术的游客，多半不会来这里。博物馆大量展出巴厘岛当地画家或传统或现代的画作。不过，如今这里的不少画作都带有西方绘画的风格，本土的精神反而逐渐消失了。

地址：Jl Cok Rai Puduk 44 (on the road to Mas, about a 10 min drive south of Ubud town centre)

费用：20,000Rp

网址：www.museumrudana.com

联系方式：+62 361 975779

开放时间：9:00-17:00

乌布植物园 Botanic Garden Ubud

才开业不久的植物园，花几小时在里面走动、探索山谷，是一个不错的方式，最好是在早晨，避免炎热的午后。

地址：Kutuh Kaja (on the road to Kutuh Kaja village which runs north from Jl Raya Ubud close to BCA Bank)

费用：50,000Rp

网址：<http://www.botanicgardenbali.com/>

开放时间：每天 8:00-18:00

联系方式：+62 361 970951

纺织品艺术中心 Threads of Life Indonesian Textile Arts Center

小而专业的中心里陈列了各种纺织艺术品，这里还经常举行纺织品鉴赏课程，并有一个不错的商店，可以让你更了解当地的纺织艺术。

地址：Jl Kajeng 24

网址：www.threadsoflife.com

开放时间：10:00-19:00

联系方式：+62 318 972 187

乌布周边景点

蜡染村 Tohpati village

蜡染村位于巴厘岛享有“艺术之岛”之誉的乌布（Ubud）又被称为该岛的文化艺术村，是巴厘岛最负盛名的旅游景点。温和潮湿的空气中浸润着浓浓的人文气息，沿途可见一座座画廊、木石的精美雕刻和浮雕店、

艺术品小店。据说这里还聚集着来自欧洲的艺术家们，从 15 世纪开始，西方艺术家发现乌布惊人的艺术魅力后，便纷纷来此寻找创作灵感，为乌布艺术输入西方风格的同时也将乌布之美传播到西方，吸引无数游客来此体味乌布的魅力。

游客可以任意选择自己喜欢的图案，然后女工们会现场给你的衣服上画制，5 分钟以内就可以完成。而且这种蜡染的材料是用当地的一种草汁做的配料，所以颜色都是这种黄褐色，可以很快渗透到布料的纤维中，待完全干透以后，就算用水洗都洗不掉色。画过的布也不会摸上去硬硬的，非常自然。

地址：Jln Raya Supratman 23.Tohpati. Denpasar, Bali

费用：5,000Rp

朵v小姐 “来到蜡染村，如果有想画图案的人就自备一件 T-shirt 才去噢，画一个简单图案只要 5,000Rp，大的可能要 10,000Rp 吧。纯手工画的，据说只要不用热水洗的话能穿一辈子都不掉色。”

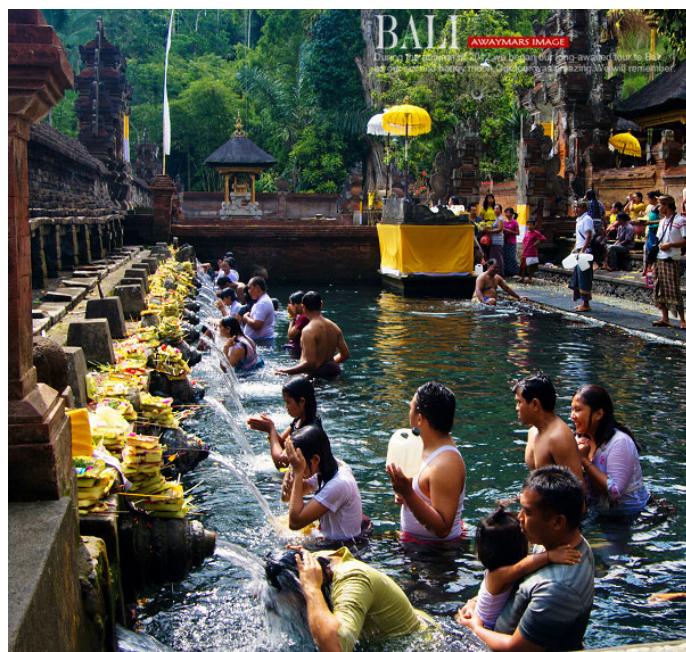
圣泉寺 Tirta Empul

据说远古时有巫师在水中下毒毒害村民，大神因陀罗以矛刺地涌出泉水，解救了村民。这就是圣泉的来历。圣泉寺中有十多个出水口，历经千年依然清澈。每个出水口的功效都不同，有的可以消灾解祸，有的可以驱逐病痛，有的可以洗涤心灵，附近居民每天早、中、晚三次来此沐浴。圣泉寺附近的小山上有一座欧式建筑，是印尼总统行宫，曾接待世界各国政要来访。

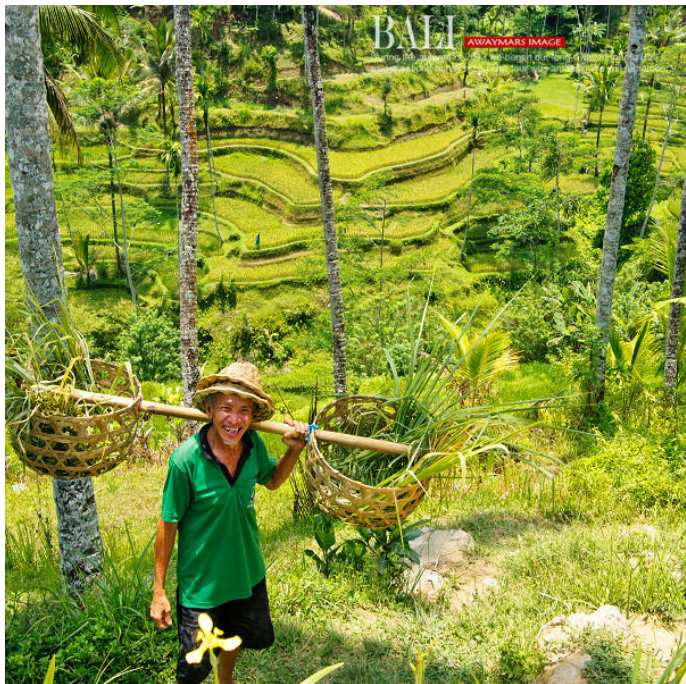
费用：4,100Rp，早上 8:30 之前不收费。

到达交通：圣泉寺在巴厘岛中北部，巴士布兰车站有车发往坦帕西林，车程约 60 分钟。距离乌布车程约 40 分钟。

ladybaby 寺庙规模宏大，门口有数人合抱的大树，树下的石头神龛上苔痕斑斑，树干则用布围着。在巴厘岛，人们把每日供奉的东西用方格布围绕起来，可能是神龛，也可能是大树，或者雕像等等，不拘一格。圣泉寺即便历经千年，依旧泉涌如初。当地人认为这里的圣泉永远清澈，可以驱除邪恶，因此每日都有巴厘岛当地居民来此膜拜、沐浴。男女老少，三五成群，脸上洋溢着简单的快乐。



ladybaby 圣泉寺



ladybaby 梯田

德格拉朗梯田 Tegallalang

巴厘岛著名的梯田风光主要集中在德格拉朗一带，在这里你会发现很多明信片及摄影作品上熟悉的场景，田间点缀的椰树和雄伟的火山背景使它和世界上无数的梯田中独树一帜。乘坐敞篷吉普车是欣赏梯田风光的最好方式，坐上敞篷吉普车，是自由行旅程中最不同的感受，自然美景尽收眼底，沿途景色秀丽，层层相迭的梯田和远远的椰林相映成趣，沿途可经过木雕小店、巴厘岛特有的手工艺品作坊及巴厘岛民居，感受纯粹的巴厘岛风情。德格拉朗也是购买巴厘岛手工艺品的好地方，各类工艺品店铺散落在公路两边，开价比游客云集的中南部低得多。

交通：位于乌布以北，去圣泉寺的公路边。通常去往漂流沿途会看到梯田风光。

ladybaby 德格拉朗梯田因为大嘴美女——茱莉亚·罗伯茨在此拍摄了关于巴厘的电影，而名声大作。影片中茱莉亚·罗伯茨骑着单车在梯田间徜徉的情景打动了很多人。其实相比于桂林龙脊梯田的壮丽，这里更像是精致的盆景，只是葱绿的梯田间，点缀着高耸的椰树，让田园风光多了些许热带风情。

小熠 位于乌布梯田附近一条叫 Tegallalang 的工艺品街，有着全巴厘岛最精美价格最优惠的手工艺品，是属巴厘岛纯手工艺品的诞生地。乌布市中心，到达 Tegallalang 的工艺品街 5-10 分钟。Tegallalang 的工艺品街的商品价格，越接近乌布市中心，价格越贵，相反，越接近梯田越便宜。所以小熠建议，在靠近梯田的地方购买手工艺品。接车司机应该都知道哪里的区域价格是最划算的。Tegallalang 就一条商业街，你往一个方向逛，司机跟着你的方向，在前方等着，不必担心拿着大堆艺术品，没地方搁。

象窟 Elephant Cave

象窟是巴厘岛唯一的石窟寺院遗址，最早建于 11 世纪，1923 年被荷兰考古学家发现。一般认为这里曾经是昔日佛教高僧修行之地，洞窟内壁的洞穴可能是修行者睡觉的地方。

象窟遗址群包括三部分：象窟本身、圣泉池及佛教建筑遗迹区。圣泉池

是一座印度式露天浴池，已经干涸，池两侧各有三座手持水瓶的少女雕像，是当年的出水口。

费用：6,000Rp

开放时间：9:00-17:00

到达交通：在乌布以东 3 公里，约 10 分钟车程，步行 30 分钟。

马斯木雕村 Mas village

巴厘岛是印尼手工艺品的盛产地，木雕尤其是中的佼佼者。Mas 就是巴厘岛木雕之乡，这里集中着巴厘岛最优秀的雕刻师。

马斯村内遍布木雕商店及艺廊，每家商店都开放工作室供游客参观，游客可藉著参观木雕师傅的工作，了解木雕的创作过程。据了解，这里的木雕材料多半就地取材，较珍贵的檀香及黑檀木则来自 Kupang 岛。雕成的作品体积差距很大，小至巴掌大，大至公尺高都有，价格则从上百到数千美元不等。别以为越大型的雕刻品价格越贵，事实上，木雕材料中以稀有且具有深沈香气的黑檀木最为珍贵，通常仰赖经验老道的雕刻师傅精雕细琢，全属小件木雕品，但价格往往在一千美元以上，算是木雕之王。

到达交通：木雕村位于乌布以南，乌布 (Ubud) 通往登巴萨 (Denpasar) 的路上便可经过。

木雕工艺品的价格由木质和雕刻技法决定，木材以黑檀木最昂贵。较大型的家具价格通常包括了运送到海外的运费。

苏鲁克银器村 Celuk Village

苏鲁克 (Celuk) 位于登巴沙的北面，是著名的工艺小镇，由于生产制作传统的银器，所以又称为“银器村”，也是因为苏鲁克这里所生产的银器接采用手工与传统技术，所以具有特殊的朴质感。较具特色银器是以巴厘岛传统神话与景物的银雕饰品。在小镇中有很多的手工艺品商店。苏鲁克银器村还有一个大的珠宝店，在这里游客可以买到比较便宜的珠宝。

住宿 Sleeping

Royal Pita Maha Villa & SPA

被绿树环绕的 Royal，让你真正有种出国度假的感觉，别墅风格独特，各种设施齐全，带你领略美丽的大自然，享受最宁静的奢华。

地址：Desa Kedewatan P.O. Box 198 Ubud, Bali 80571 Indonesia

网址：<http://www.royalpitamaharesort.com/ppc/>

联系方式：+62 361 980022

卜卜头 无法用言语来形容当我被领进他们家三楼餐厅，俯瞰整个峡谷时的心情；虽然在网看过无数 Royal 的照片，但是当到了 153 号 Villa 之后，还是兴奋地窜来窜去，跑进跑出，一直挂嘴边的“淡定”早不知道跑到哪里去了！我不得不说，如果还有去 Bali 的机会，我还会选 Royal 的！

小攸 Rpm 吃下午茶的地方就在大堂同一层的餐厅。在 check in 的时候，服务生会确认你的安排，并给你对应的卡片。两次下午茶写在一张卡片上，spa 一张、晚餐一张，都是在 check 的时候就定好时间。下午茶有三个套餐可选，分别以太阳、月亮和星星为主题，太阳是个甜品，一块鸡蛋糕



配点什么。月亮是两块三明治加一块翅根，挺好吃的。星星是什么来着我也忘了，只记得味道还不错。另外就是搭配一杯果汁。

Alam indah

酒店里椰树等热带植物密布，与自然环境融为一体，碎石的精致小路穿梭林间，盏盏夜灯亮起。这里听不见海涛声，只有不知名的虫鸣，山林静寂，月色如昔。酒店后面就是乌布有名的猴子森林，环绕在各种艺术气息和茂密的森林中。

地址: P.o.box 165, Nyuhkuning
网址: <http://www.alamindahbali.com>
联系方式: +62 361 974629

小悠 如果你想看真正的巴厘，就去乌布的这家民宿真是超级难定，起码得提前半年才能定上，每一栋房都处在精心布置的花园里，而花园又在乡村稻田里。大多数房都分上下两层，房间和浴室都挺大，装修是浓浓的巴厘风情，同伴的房型更奢华，还带一个楼上的露天淋浴，稻田风景更是一览无余。乌布有一家有名的餐厅叫 cafe wayan，就是 alam 开的，其中拳头产品叫死神蛋糕。而 alam 的下午茶正好有蛋糕，不知道是不是就是死神蛋糕，味道比较甜，用淡淡的红茶爽爽口正好。”



ladybaby Alam indah 的露台和凉床



蔷薇岛主 Maya Resort 的服务人员都带着鸡蛋花，穿的好可爱

Maya Resort&Spa

建在 Ubud 山谷溪流间的一座酒店，规模不是很大，但是 SPA 和下午茶都非常有名，令人向往的溪谷泳池，明媚的山谷风光，还有白色帷幔飞翔的餐厅，可以安静的喝一个闲适的下午茶。

地址: Jalan Gunung Sari Peliatan P.O. Box 1001 Ubud
网址: <http://mayaubud.com/>
联系方式: +62 361 977 888

蔷薇岛主 露天的大厅。在亚航预订时看到是 4 星的酒店，但实际入住的感觉比预想好很多，完美妥帖的服务可以秒杀不少 5 星酒店。Check-in 时你只需要坐在在大厅的沙发上，而行李进门的时候就被收走直接送到房间了。Check-in 速度也很快，甚至都不需要信用卡，我很惊讶居然有酒店对客人如此信任。房间的空调室打开的，屋里有好闻的香味，桌上放着熏香，还有洗干净的水果，床上放着的礼物。浴缸里撒着鲜花，水甚至还没有凉。Maya 在乌布不算多好的酒店，甚至不是连锁酒店集团的，这样的服务让人感到惊讶。

Desa Putu Putera Homestay

简单的民宿，老板人很好，放进也非常干净。
地址: Jl. Sukma 30, Br. Tebesaya, Peliatan, Ubud
联系方式: +62 361 973204

swing 亲切、热情、干净、别致，位置离皇宫和市场近，所处小街上有路灯。

Pertiwi resort & spa

酒店位于乌布猴林街，环境十分的闲适，新装修的别墅，时尚与当地特色的完美结合。

地址: Monkey Forest St, Ubud
网址: <http://www.pertiwiresort.com/>
联系方式: +62 361 975236

璎珞格格 我们入住的第一个酒店在乌布，名叫 pertiwi resort & spa，是一家鲜有人提及的酒店。但是入住后我们感觉真的非常好！就像置身在一个热带雨林花园中，每一步都是景色，光是光酒店都能走上好一阵！一到这里，度假的感觉来啦！

Bintang Pari

地址: Jalan. Suweta, Banjar. Sakti
网址: www.bintangpari-ubud.com
参考价格: 65-70 美元

ladybaby 在乌布北边的稻田边，茅草屋就点缀在青绿的稻田间，环境和距离乌布中心的距离都比较合适。

餐饮 Eating

Ibu Oka Babi Guling

这是一家位于乌布皇宫对面的小饭店，专营烤乳猪饭，是每个来巴厘旅游的人必到的餐饮地点。一碟烤乳猪饭内有脆猪皮、猪肉、蔬菜及白饭，肉香浓郁，并且不油腻，因此每天 Ibu Oka Babi Guling 要卖出几十只烤乳猪，每到就餐时间大排长龙，非常火爆。

地址: Jl. Tegal Sari No.2, Ubud, Bali
联系方式: +62 361 976345
推荐菜式及参考价格: 烤猪肋排 BBQ Spare Rib-85,000Rp; Pork Satay-30,000Rp; 烤鱼排 Tuna Steak, 金枪鱼沙嗲 Tuna Satay



ladybaby 特色的烤猪饭

小攸: 乌布的 Ibu Oka 烧猪饭 (价平, 味道赞!) 烤猪饭也是印尼传统饮食。乌布皇宫对面的那一家, 超人气哦! 烤猪饭就是用竹篮盛上一份米饭, 上面盖着几片烤乳猪的皮和一些肉, 这一家店看上去很简陋, 相当于排档。一个凉亭, 放着几排矮桌, 地上铺席子, 坐在地上吃。按照印尼的习惯, 上去凉亭是不允许穿鞋的。这一家烤猪饭只供应午餐, 因为每天做的烤乳猪卖完了就歇业。一份饭约人民币 16、17 元, 果汁约人民币 4 元。不收额外的税、费。

ladybaby 吃过猪肉, 也见过猪跑, 可没看过整只的就这样堂皇的抬将进来, 当着食客的面, 开膛破腹, 大卸八块。不过味道还确实不错。一份烤猪饭是 30,000Rp, 猪皮 1-2 块, 这个是真心很好吃, 猪肉么, 也还行。就在乌布皇宫入口的正对面。Ibu oka 号称是全岛上吃烤乳猪饭最好吃的饭店, 纽约时报 NY Times 推荐。这是家平民化的小饭店, 当地人和游客围着一张长桌混坐在地上。生意兴隆, 从 11 点开市, 常常一个中午烤乳猪就卖完了。烤猪饭套餐加一份饮料 25KRP, 性价比极高。猪肉真的很香, 猪皮烤得很脆, 一定要试一下“特供”(最好的部位)。两个人吃一份比较合适。

Pundi Pundi

餐厅非常的有人气, 烤猪排、海鲜炒饭、果汁等让你各种大饱口福, 还可以预定宵夜。

地址: pengosekan street, Ubud

网址: www.pundiubud.com

联系方式: +62 361 970644

swing. 烤猪排带甜味, 汁多, 但不如 Nuri's Warung 香嫩。海鲜炒饭中的大虾无盐无味。环境不错。

璎珞格格 乌布的 Pundi pundi 餐厅, 是网络大热的一家餐厅, N 多攻略推荐过他家的猪扒饭套餐, 位置也很好找。Pundi pundi 建在莲花池旁, 用餐环境非常棒! 他家烤猪扒真的是外焦里嫩, 一刀切下去就能感受到它的质感。味道是四川人可以接受的, 虽然依旧是很甜的烧烤味儿, 他家烤猪扒真的是外焦里嫩, 一刀切下去就能感受到它的质感。

Nuri's Warung

地址: Jl. Raya Sanggingan, Ubud

联系方式: +62 361 977547

小攸 到了乌布, 千万别错过这家 Nuri's Warung 的好吃、又便宜的碳烤猪肋排。我们幸亏早到了一步。不到五分钟, 整个店已经挤满了人, 很多人只能站着等位。我们两份碳烤猪肋排, 炒面、咖喱鸡、烤香肠, 几杯果汁, 一瓶冰糖。每份猪肋排都是两人份, 所以会配 2 份饭。我们看到饭的时候都傻眼了, 实在点太多了。不过味道还真不错, 蘸酱超级好吃, 排骨里面还有脆骨, 一上来就被瓜分掉了。肉质烤得刚刚好…不会太老, 咬下去还有美味的肉汁, 它的烤酱应该也是一绝, 带甜的烤酱不会太咸, 刚好带出肉的鲜美, 再挤上店家准备好的柠檬片汁。真是人间美味啊。烤肠很好吃, 我就吃到俩片就木有有了。炒面也很好吃。鸡肉沙爹很大串的, 一份有五串, 刚开始没搞清楚分量, 点了 3 份, 最后只好死撑下去。至于那堆成圆锥形的白米饭, 恕我实在没有功力消化, 最后完璧归赵了。口感来说, 是到巴厘岛以后最好吃的一顿, 所以也吃撑了。

小熠 我们当晚吃晚饭, 从烧烤餐馆灰酒店花了 25000 印尼盾, 虽然不知道是不是算便宜。不过, 在这个人生地不熟的地方, 安全回酒店最重要。烤猪排和烤一切东西是他们家的特色。当然炒饭很好吃, 小熠推荐。烤猪排有点甜, 不过加上 ABC 酱料, 味道还是不错的, 适合爱吃甜的上海人。

Laka leke (脏鸭餐、舞蹈表演)

著名的 Cafe wayan 的姐妹餐厅, 老板 Monde 是庭园设计的高手, 进门就有一个荷花池, 充满绿叶的餐厅, 感觉很棒, 这里也有烹饪课程。推荐菜有有机生菜沙拉 (Organic Green Salad)、脆皮鸭 (Famous Crispy Duck)、烤鸭切片 (Bebek Putu)。脏鸭餐, 炸了很干的鸭子, 就很像炸得很干的咸酥鸡。这里对脏鸭的评价, 比那个著名的“专门店”要好。脆皮烤鸭经过不断的试验, 终于做到脆而不干, 保持独家; 椰子派和苹果派也不能错过。晚上有巴厘岛的歌舞表演, 提前预订, 以便拿个好位置。每桌都会点上一个烛光, 果真是名符其实的烛光晚餐。

地址: Nyuh Kuning, Ubud

网址: www.lakaleke.com

联系方式: +62 361 977565

ladybaby laka leke 有地道的巴厘饮食, 且可观赏巴厘舞蹈表演。laka leke 的迎宾小姐捧着一篮淡白的鸡蛋花, 给每位客人插上一朵。在巴厘, 不只女子发际插花, 男子也如此。发短如我, 则像夹烟般夹在耳朵上了。晚餐就设在表演舞蹈的广场边的一张张圆桌上, 桌上点好了蜡烛, 待一道道工序复杂的巴厘菜肴上齐, 你就可以边享用, 边静候表演开始。



Bebek Bengil (脏鸭餐)

酒店环境很美，几乎都是亭台楼阁，脏鸭餐不错。

地址: Jalan Sugriwa, Ubud
网址: <http://www.bebekbengil.com/>
联系方式: +62 036 1975489
营业时间: 10:00-20:00

Ladybaby 位于 Ubud 的 Bebek Bengil 实在好吃，而且价格也很实惠，环境就像在一个热带的丛林一样，到处是水啊树啊的。

小妖 0725 因为经过特别的腌制，上面有各种调料和香料，看上去真的很“脏”。脏鸭子餐厅的鸭子有两种，一种熏的一种炸的，最有名的这种熏的脏鸭子需要提前一天预订才能吃到。直接去是吃不到的。脏鸭子很酥烂，也很入味，我是一个对各种口味的食物都能接受的人，所以我觉得还算美味，但是不至于美味到什么地步，当然也不至于像网上有些人的极端评论中所描述的极度难吃。

Meiting wok warung

地址: 13 Jl. Gootama, Ubud, Bali, Indonesia
联系方式: +62 082 153666087

蔷薇岛主 Meiting Work Warung, 这个乌布排名第二的印尼菜馆居然只有 5 张桌子，我们等了一个小时，逛完了附近的一条小巷才等到座位。不过当菜上来后我们发现这一切都是值得的，本来我对印尼菜不感冒，但这次的口味非常非常好。绝对是乌布一家不容错过的餐馆，很多人都认为在这里吃到了世界上最好吃的印尼菜。

Cafe wayan

由 alam 开的餐馆，其中拳头产品叫死神蛋糕。此外还推荐炸香蕉配椰肉与黑糯米布丁。

地址: Jalan Monkey Forest, Ubud
联系方式: +62 361 975447

璎珞格格 点了一份印尼综合饭，店家推荐了一份沙爹鸡肉串饭，两杯西瓜汁和一份网络大热的死神蛋糕 (death cake with chocolate)。合计人民币 120 元。这个餐厅很有乌布味道，小桥流水、植物茂密，各种凉亭设置在花草树木间，静谧和谐。



璎珞格格 印尼综合炒饭，旁边的配菜很丰盛，味道也还不错哦

Fair Warung Bale

在网上乌布地区排名第一的印尼菜馆，菜色非常丰富，值得一试。

地址: Jalan Sriwedari 6 | (1 min off Jl. Raya - main road), Ubud, Bali 80571, Indonesia
联系方式: +62 878 62627671

蔷薇岛主 在幽静的小巷里，布置很可爱，在上楼的楼梯上都摆了鲜花。



蔷薇岛主 我点的烤虾餐，虾得味道不错，很新鲜，这一餐大概花费 70RMB。味道不错但没有太特别的。

Café Lotus (传统戏剧)

莲花餐厅紧邻乌布皇宫，由于餐厅内有一莲花池，因而得名莲花餐厅。莲花餐厅装饰简约，清淡雅致，四周种有高大的树木，摇曳生姿。

地址: Jl.Raya Ubud
联系方式: +62 036 1975660
参考价格: 普通的咖啡大约 20,000-50,000Rp

Ladybaby 并不是说它家的东西有多好吃 (也许我不知)，但它家的景色确实是一流，坐在长长的长亭里，歇歇脚，聊聊天，确实是在乌布 Ubud 一处绝好的休闲之处。

艾芮卡爱旅行 乌布莲花餐厅前的花园每日晚上都会演出传统戏剧，剧场坐位要付费，用餐远观则免费。

娱乐 Entertainment

SPA

Maya SPA

地址: Jalan Gunung Sari Peliatan P.O. Box 1001 Ubud
网址: <http://mayaubud.com/>
联系方式: +62 361 977 888

蔷薇岛主 在 Maya 体验了崖底河边的深谷 SPA，清风、花香、泉水和鸟鸣都是真实的。不同于泰式的治疗疗程，SPA 的手法很轻，好像是在与你的皮肤交谈。我几乎在第一时间睡去，做了一个很沉很沉的梦。以至于醒来时忘记了自己身在何方。



Ratu Spa

地址: Jl.Raya Pengosekan

网址: <http://www.baliratu.jp/english/baliratutop.htm>

联系方式: +62 361 7425612

营业时间: 9:00-21:00

瓊瑤格格 ratu spa 在乌布很有名, ratu 在印尼语中是“女王”的意思, 做这样的 spa 是指女王般的享受吗? ratu spa 建在稻田边, 房间窗外就能看到稻田, 别有一番风味。房间内部结构, 古香古色的巴厘岛风情。

禅 (Zen Spa)

老板 Claud 来自加拿大, 相较于饭店里附设的 Spa, 这里除了价格经济实惠, 服务也很有水准, 在华人游客中拥有不错名声, 因此也提供中文 Menu。

地址: Jl.Hanoman,Ubud

联系方式: +62 361 970976

凭海临风: ZEN SPA 在一条很小的小路上, 店面也很小, 不知道群众们是怎么发现它的, 感叹下。妮子选了花瓣浴加按摩, 我们其他三人选了生姜浴加按摩, 然后依次被带到独立的房间。我的这间房间接近海洋风, 有满墙壁的海蓝沙滩浮雕画, 一个三角浴缸, 周围装饰着鸡蛋花。一个淋浴区, 旁边的溪流, 可以看到锦鲤游动。在巴厘岛曼妙的甘美兰音乐和精油的双重作用下, 全身的感官系统到达了制高点。

阿勇河漂流 Whitewater Rafting, Ayung River

乌布西边郊区的阿勇河是漂流的好去处。阿勇河全长 11km, 用时要 2 小时, 有 22 个激流点, 很刺激。河流在深窄的峡谷中急进, 两旁是赤道风格的热带雨林, 藤蔓密布, 椰树成林。整个线路上, 迎面而来的景观, 忽而是茂盛的树林, 忽而是辽阔的田野, 忽而是阴森的蝙蝠洞, 忽而是美丽的瀑布, 变换无穷, 令人赞叹不已。漂流公司的车可以免费接送, 但是要绕上多个酒店接人, 需要预留出时间, 也可以自己包车前往, 时间选在下午最好, 下午游人相对较少。漂流费用约 60 美元 / 人, 含往返接送、饮水和午餐。各家公司根据设施新旧和服务完善程度价格会有所不同。

到达交通: 漂流出发点位于乌布西北部山区, 漂流公司会负责酒店到漂流点的往返交通。

漂流公司:

Bali Adventure Tours

网址: www.baliadventuretours.com

联系方式: +62 0361 721 480

Sindy 到阿勇河去漂流, 这个是当地非常有特色的项目, 沿着阿勇河漂流 2 个多小时, 期间有专门的教练指导你如何划水, 前进、倒退, 遇到非常低矮的石头和树丛还要平躺下来慢慢划过, 虽然穿着救生衣, 还是会有一定危险的, 但是也挺刺激的。最后的一个巨大落差, 我们几乎是连人带船一起翻过来了, 浑身都湿透了。两个多小时的漂流真是非常耗费体力, 漂流公司给准备了丰盛的午餐, 我们又是一通吃。

Sobek Bali Utama

1989 年成立的资深冒险公司, 能为你提供更为安全、有趣的探险之旅, 提供各种漂流、骑行等活动。

地址: Jl. By Pass Ngurah Rai No. 100 X Simpang Siur Benoa Kuta Selatan Badung Bali

网址: <http://www.balisobek.com/>

联系方式: +62 361 287059

参考价格: 79 美元

购物 Shopping

乌布传统市场 Pasar Ubud

乌布传统市场位于乌布皇宫的对面, 是巴厘著名的购物地点, 几乎是每个旅行团都必到的景点。乌布传统市场的摊位非常多, 摆满了各种各样的商品, 例如银器、木雕、蜡染、服装、皮鞋、纪念品、乐器等。这里经常人潮涌涌, 人声鼎沸, 各种叫卖声讨价还价声此起彼伏, 一片熙熙攘攘。乌布传统市场门口经常停有旅游大巴, 每天大批的游客前来此处, 希望能够买到物美价廉的纪念品。乌布传统市场的商贩漫天要价, 因此砍价是少不了的事情。

地址: 乌布皇宫对面

蔷薇岛主 乌布的物价比较低, 适合购物。但是有些店的要价很高, 我不擅长还价, 尽量选择有明码标价的店购买。最后总结下, 乌布是非常适合闲逛的小镇。有众多的艺术家小店, 工艺品。也很适合购物, 果酱, 精油, 香皂, 草编包, 瓶子。唯一你要考虑的是你的行李。



ladybaby 杂乱的大市场

COCO 超市

ladybaby 在乌布购买肥皂、香精、咖啡等纪念品的话, 直接在乌布的 COCO 超市买就好了, 质量有保证, 价格也不贵。如果去大市场或者海神庙等处购买, 便宜的质量比较差, 质量好的, 得看你的还价水平了。

KOU Organic Soap

日本人开的有机香皂店, 香皂包装成糖果状或是做成礼物袋, 非常可爱, 令人爱不释手。

海神庙

门口的市场非常热闹, 各种东西齐全, 这里的沙龙是最便宜的, 好一点的 25,000Rp 足以。

圣泉庙

门口市场的东西, 如果会还价的话, 是性价比最高的, 东西品种多, 无论美金、印尼盾还是人民币都收。



交通 Getting There & Getting Around

外部交通

大巴

Perama 巴士公司有往返于库塔——乌布、萨努尔——乌布、及北部罗威那 (Lovina) - 乌布的旅游大巴。乌布中心区的游客信息中心可以买到车票 (就在圣猴林附近的市场对面)。

参考价格: 乌布 - 库塔: 50,000Rp-60,000Rp

小巴

从登巴萨 (Denpasar) 的巴杜布兰 (Batubulan) 站有发往乌布的小巴 Bemo, 单程费用 10,000Rp, 车程 1 小时左右, 基本在早上和上午发车, 乌布本身没有小巴车站, 一般 Bemo 都停在中心的 Jl Suweta 大街集市附近。

内部交通

行在乌布可以步行游玩好几天, 这里面积不大, 但是有很多有趣的东西等你发掘, 所以步行是最深入、轻松、自由的游行方式。其他的一些皇宫、梯田、村落等景点, 就要驾车一个半小时方可到达。不少外国人在这里租借电单车或者小车慢慢游历各个景点, 如果你不会开车, 也可以到旅游咨询点或者向酒店的员工打听租车包车服务, 就有当地的巴厘司机为了服务。他们会讲一点英文, 甚至可以和你介绍一下景点的历史文化背景以及他们的一些风俗习惯, 也获益匪浅的。包车一天的价格大约 500,000-600,000Rp。 ([远不放弃](#) 提供)

ladybaby 乌布没有红绿灯, 尽管最宽的路不过 2 车道, 大多数路只可供两辆摩托车并行; 尽管这里有太多的车和摩托, 却交通有序。其实乌布更适合徒步游玩, 这里没有特别突出的景点, 即使是最著名的乌布皇宫也只需 10 分钟便可看全。但一条条高低起伏的大小街巷, 一间间各具风格的酒吧饭馆, 都可让你驻足, 或者说整个乌布就是一个大景点, 越是深入, 就越能体会她的风情万种。

小巴 Bemo

小巴停靠站集中在 Jl Monkey Forest 和 Jl Raya 两条大街附近, 上午发车多。

出租车

乌布没有计价出租车。

摩托车

是去乌布周边景点游玩的最佳选择, 价格在 40,000Rp/ 天 -80,000Rp/ 天, 乌布的主要街道都有正规车行, 或者委托所在的酒店帮忙预定。

自行车

很多酒店都可以租车, 乌布的主要街道上也有很多自行车店, 一般都会把车摆在大街上。每天的租金约为 20,000Rp-30,000Rp。乌布地势有起伏, 长时间骑车比较耗费体力, 开车人普遍没有让行的习惯。

实用信息 Practical Information

小攸提供乌布的换汇信息

PT.Dirgahayu Valuta Prima

此家换汇在各地都有连锁, 在乌布地区的有两处, 有保全有验钞机。都在

猴林路上, 分述如下:

a. Wenara Wana 99 Branch

地址: Jl. Wenara Wana no. 99, Ubud (猴林路中段, Lamark 附近)

联系方式: +62 036 1974856 (这家营业好象到晚上 8 点)

b. Monkey Forest Corner Branch

地址: Jl. Wenara Wana (Monkey Forest corner), Ubud (猴子森林入口附近)

联系方式: +62 081 23809018 (这家营业好象到下午 4 点而已)

游客信息服务中心

乌布旅行服务中心位于乌布皇宫斜对面, 紧邻乌布市场。在这里你可以拿到旅行指南和乌布舞蹈和传统表演的时间表, 在这里也可以直接购买皇宫每晚的演出门票。

地址: Jalan Jembawan, Ubud

网址: <http://www.balitourismboard.org>

巴厘岛东部

巴厘岛东部没有所谓的“中心地区”, 但也有着很多受欢迎的地区。阿曼海岸 (Amed Coast) 那些呈扇形的黑色小沙滩让人倍感放松; 阿贡山 (Gunung Agung) 俯视着巴厘岛东部, 这座火山被称为“世界的肚脐”和“母亲之山”; 布撒基寺 (Besakig Temple) 是巴厘岛最古老、面积最大的印度教寺庙群; 图兰奔 (Tulamben) 则向人们展示了美国自由号的残骸, 也因此成为巴厘岛最受欢迎的潜水点。

阿曼海岸 Amed Coast

阿曼海湾由 Jemeluk 往西, 经 Amed 直到东南角的 AAS, 这过去被遗忘的海滩今日依然游人稀落, 那倒不是这儿食之无味, 单就在黄昏时的阿曼湾的脚角俯瞰阿曼湾及远处的阿贡火山已经值回票价, 更何况附近的浮潜以及绚烂的日出, 有时无人代表着你将拥有一个秘密花园。

艾芮卡爱旅行 这里的住宿都含有餐厅, 因此你可以沿着海滩骑乘, 看到有美丽景点的半山腰, 或是海滩的餐厅, 便可以下来一面吃着美食一面欣赏风景。



 **艾芮卡爱旅行** 阿曼海湾及远眺阿贡火山



 **艾芮卡爱旅行** 图兰奔潜水西班牙舞者

图兰奔 Tulamben

图兰奔是巴厘岛东北的一个海边小镇，没有银行，没有像样的咖啡馆和酒吧，甚至它的海边都没有很好的沙滩，拳头大小的石头遍布海湾，走路都觉得麻烦。但是，这里却是潜水者的乐园。被称为全世界最美的 50 个潜水胜地之一。二战时残留的美军自由号战舰残骸就躺在离海边 50 米的海底，舰棒有时还隐约浮出水面，珊瑚与热带鱼环绕着沉船蓬勃发展，你可以在这儿浮潜或是潜水，也可以在这儿住宿，较少的人群与灯光让这儿夜间在海边可以仰望繁星。

到达交通：位于巴厘岛东北部海边，从萨努尔到图兰奔有班车，价格是 80,000Rp。如果人多，可以包车前往，费用约 350,000Rp。

参加潜水公司一日游的费用是 90 美元 / 两潜，当天往返。价格包括交通费、午餐、潜水费用、饮料、毛巾之类，出发时间是早上八点，行程 2 个小时，午饭前一潜，午饭后一潜，随后返程。

Wawa-Wewe I

位于 Lapah 海滩上，是本地最热门的酒吧兼餐厅，若这儿的宁静让你晚上过于寂寞，这儿倒是可以让你找到其他游客互相取暖。

阿贡火山 Gunung Agung

阿贡火山是一座位于印度尼西亚巴厘岛东部的活火山，海拔 3142 米，为巴厘岛的最高峰，被当地人奉为圣山。喷发周期约为 50 年，最近一次的猛烈喷发发生在 1963 年，当时喷出的火山灰高达 4000 米，导致 1500 人死亡。地势上，火山北坡陡，南坡缓；气候上，西部湿润，东部干燥。周围大部分为熔岩风化的沃土，种植稻米、玉米、椰子、咖啡、烟叶等。南坡海拔 900 米处有一座著名的规模宏大的供奉印度教诸神的布撒基寺。

地址：KuBu, Republik Indonesia

布撒基寺 Besakih Temple

布撒基寺始建于 11 世纪初，是巴厘岛最古老、面积最大的印度教寺庙群，也是巴厘印度教寺庙的总部，也被称为“母庙”。布撒基寺每年要举行不计其数的祭典，几乎每天都能在不同的庙宇看到仪式正在进行。祭典的日期是根据当地传统历法确定的，每 210 天为一年，因此游客很难确切计算出日程表。不过对普通游客来说，看到任何一场都算不虚此行了。只有当地印度教徒可以进入寺庙内部，但也有当地人许诺带游

客进入以赚取小费。最好直接回绝。

费用：7,500RP

开放时间：7:00-18:00

到达交通：位于巴厘岛东北部，阿贡火山脚下，距离登巴萨约 2 小时车程。

巴厘岛北部

巴厘岛北部是一个适合徒步的地方，占主导地位的是巴杜尔火山 (Gunung Batur) 和巴杜尔湖 (Danau Batur)，人们从四面八方赶来观看火山超凡脱俗的美丽。附近的村庄京打马尼 (Kintamani) 以巴杜尔山为中心，是印尼少有的清凉避暑之地，这里还有多姿多彩的大型市场。

觉得库塔海滩和金巴兰海滩人太多的游客不妨前往这一区域的罗威那 (Lovina)，这是一个消费不高又安静的旅游地，在罗威那夜潜水，你可以看到数量巨大的白天见不到的海洋生物。

景点 Sights

百度库 Bedugul Lot

百度库又称山中湖，位于巴厘岛中部柏拉丹湖 (Bartan)，柏拉丹湖即是湖水注满了昔日的柏拉丹火山口而成，由于这一个湖是附近农地的主要水源，于是百度库的村民，就在湖中的无伦达伦庙中，供奉着水泽女神黛维达努。

费用：30 美元

小攸 百度库 (Bedugul Lot)，和女神湖 (Lake Bratan)、女神庙 (Ulun Danu Temple) 其实是一个地方，因为海拔较高，气温凉爽，很多当地人来此避暑，湖面开阔，凉风习习，兜一个圈也就差不多逛完了。



 **璆珞格格** 百度库

京打马尼火山 Kintamani Volcano

海拔 1500 公尺高的金塔马尼火山是座活火山，1917 年曾经喷发过位于中部偏北地区，是巴厘岛最早的古王国和文明所在地。若想观赏壮观的火山奇景，要去金塔马尼火山 (Kintamani Volcano) 风景区，山区小镇金塔马尼 (Kintamani)，海拔 5000 英尺，沿途可欣赏美丽的风景和令人叹为观止的梯田景致，同时也可俯瞰巴杜尔火山湖 (Lake Batur)，观火山最佳的是去山区小镇京打马尼 (Kintamani)。



到达交通：搭乘 Bemo 从登巴萨出发约 25,000Rp。

ladybaby 京打马尼火山是一座活火山，山顶终年云雾缭绕，远观如日本的富士山，除了山顶不是白的，山脚也没有落樱缤纷。

小熠 京打马尼火山火山道路入口处有个收费站，专门收取门票的 42000Rp。其实，如果你不是摄影爱好者，没有多余的时间来捕捉火山最美的光线瞬间，那金塔马尼火山不值得推荐。

璎珞格格 导游推荐了 Kintamani 火山的自助餐（说不出意料，是因为看攻略基本上都推荐在这里吃！），每人 10,000Rp（折合人民币 70 元）的餐费，品种丰富，最重要的是，竟然很合我的胃口！

罗威那 Lovina

罗威那的意思是“蜜汁海”，是由辛加拉加的最后一位酋长命名的。由于海边的火山岩长期受海水冲刷，形成了独特的黑色沙滩。去罗威那看海豚是巴厘岛的热门旅游项目。罗威那海边水质清澈，部分海域适合浮潜，可参加当地的潜水店的浮潜项目，器具可租，你可以畅快的与珊瑚及热带鱼共游，至于海豚追逐更是令人印象深刻，要三点半起床，但是放弃舒适的睡眠换来的是黎明绚丽的日出，染成一片火红的海面，以及成群海豚跃出海面时的惊呼声，你将随着掌舵的驾驶一起注视着海面，然后便是有如百货公司特价拍卖时的场面，哪儿发现海豚，一群船只便往那个方向追逐。

观赏海豚之旅 约 40 美元 / 人，早上 4 点左右乘坐长脚船出海，全程约 2-3 小时。由于看海豚需要天不亮出发，所以需要在罗威那住一晚。

到达交通：罗威那位于巴厘岛最北部，辛加拉加以西约 8 公里。交通中心登巴萨和乌布都有班车前往辛加拉加，再转车到罗威那。

璎珞格格 到清晨 7 时许，海豚群开始大规模的出现，有的时候，海面上一下子会出现 20 多只海豚一起翻腾着前进。最近的一次，海豚离我们在不到 2 米的距离，清晰地听到海豚的声音。这种和大自然亲密的接触，让我欣喜若狂。我很喜欢罗威那的海滩，人少、静谧、非常适合两个人在那里多呆几天！但这就意味着，你停留几天就必须支付几天的包车费用，因为司机带着你们去了罗威那就得在那里等你们，不然你也至少的支付他回来的费用，非常不划算。所以，一般去罗威那都选择两天一夜，第二天早上看了海豚后就返回。

- 虽然众多海岛的浮潜一般都提供免费的浮潜装备（浮潜镜、呼吸管、脚蹼等），但对卫生状况要求较高的朋友最好在淘宝上买一个呼吸管自己带去，因为眼镜、脚蹼都是别人用过的。
- 如果到罗威那看海豚，真的不妨体验看海豚 + 浮潜的套餐，这里的浮潜真的太棒了！都说蓝梦岛海水很蓝，但我们蓝梦出海那天正巧阴天，海水能见度不高，还有点浑浊，而且游艇上提供的眼镜总是进水，那次浮潜远没有罗威那这次来得爽！

班嘉温泉 Air Panas Banjar

班嘉温泉是一个户外温泉，在一片丛林中的一个风景优美的热带花园里，靠近罗威那海滩，它包括三个公共池和一个私人池。

地址：Janlan Banjar

费用：3,000Rp

开放时间：8:00-18:00

到达交通：可搭乘摩的或马车到达 Banjar 村

住宿 Sleeping

安内卡罗威那温泉别墅酒店 Aneka Lovina Villas & Spa

酒店位于著名的 Lovina 海滩边，环境和服务及设施一流，周围环境宁静，海面平静，非常适合潜水和浮潜。

地址：Jalan Raya Kalibukbuka

网址：<http://www.anekalovinabali.com/>

联系方式：+62 362 41121

Nugraha Lovina

酒店位于罗威那，靠近罗维纳海滩，环境非常优美，景致也是很独特。

地址：Jl.Raya Lovina beach

网址：<http://nugraha-hotel.com/>

联系方式：+62 362 41601

璎珞格格 一进酒店大厅，我们四个就不断地爆发出“哇~喔~”的呼喊，酒店大堂直面大海，阳光洒在静谧的海面，美呆了！入住的房间干净整洁，而且这家酒店所有房间全部面朝大海，于是暗自感叹三亚的所谓天价海景房。晚餐就在 nugraha 的餐厅解决的，收费非常合理。



璎珞格格 酒店大堂就是直面大海的哦

巴厘岛西部

巴厘岛西部作为冷门地带拥有着被称为潜水圣地的门姜甘 (Pulau Menjangan)，这里有 30 米长靠近海滨的珊瑚墙，令潜水者们十分兴奋。

门姜甘 Pulau Menjangan

如果有人问在印尼哪里的浮潜点最好，当然是门姜甘 Pulau Menjangan，巴厘岛最好的浮潜点，适合新手。这里能看到漂亮的热带鱼、软珊瑚，能见度都非常的好。

想要前往门姜岛，要在 Labuhan Lalang 码头乘船。离码头最近的住宿都非常奢华，价格在 540-2500 元（人民币）之间。

艾芮卡爱旅行 门姜甘 Menjangan 潜水或是浮潜可参加当地潜水店的行程，或是到门姜甘海洋公园门口自己租船或是与他人凑船，旺盛的悬岩礁时与珊瑚礁，成群的热带鱼与礁鲨将让你永生难忘。



艾芮卡爱旅行 门姜甘 Menjangan 海洋公园潜水海葵

龙目岛 (Lombok) 和吉利群岛 (Gili Islands)

多火山、多山脉并且以农村地区为主的龙目岛以热带风情取胜，你可以在这里享受温泉的滋润，欣赏闪烁的深湖，徒步静谧的小道或是在大海中畅游。鉴于篇幅原因，龙目岛不在此详述。

吉利群岛是由白色沙滩环绕的小小的珊瑚岛组成，是潜水和浮潜的理想之地，或许这里就是你心目中的海滩！

吉利群岛 Gili Islands

吉利群岛是由白色沙滩环绕的小小的珊瑚岛组成，是潜水和浮潜的理想之地，或许这里就是你心目中的海滩。

“吉利 (Gili)”在当地语言中是岛屿的意思，而“吉利岛”则特指紧靠龙目岛西北海岸的三个小岛。这三个小岛面积按从大到小分别为 Gili Trawangan、Gili Meno、Gili Air，它们为微型的沙漠岛屿，四周是白色的沙滩和椰子树，坐落在碧蓝的大海中，梦想中的海岛应该也就是这样吧。前往吉利岛的游客多数是冲着潜水和冲浪而来，岛上还有潜水学校，方便你更好的体验潜水和冲浪带来的乐趣。

交通 Getting There & Getting Around

外部交通

从巴厘岛出发

每天都有船只往返于巴厘岛和吉利岛之间，巴厘岛上有不同的港口出发，但都均在 Gili Trawangan 岛停靠，根据自己的地点选择不同的港口及船班出发。

Blue Water Express

地址：巴厘岛 Serangan
网址：www.bwsbali.com
联系方式：+62 0361 895 1082
营业时间：8:00-13:30
参考价格：77 美元

Gili Cat

地址：巴厘岛 Padangbai
网址：www.gilicat.com
联系方式：+62 0361 271 680
营业时间：每天两趟，9:00, 13:30
参考价格：660,000Rp

Island Getaway

地址：巴厘岛 Benoa
网址：www.gili-fastboat.com
联系方式：+62 0361 753 241
营业时间：8:00-11:30
参考价格：660,000Rp

Ocean Star Express

地址：巴厘岛 Serangan
网址：www.oceanstarexpress.com
联系方式：+62 0811 385 6037
营业时间：8:00-11:00
参考价格：650,000Rp

Perama

地址：巴厘岛 Serangan
网址：www.peramatour.com
联系方式：+62 0361 638 514
营业时间：7:00-12:00
参考价格：500,000Rp

Red Line

地址：巴厘岛 Benoa
网址：www.redlineexpress.com
联系方式：+62 0381 634 893
营业时间：8:00-12:30
参考价格：700,000Rp

从龙目岛出发

龙目岛上的 Bangsai 港口有前往吉利岛的轮渡，每天 8:00-17:00 开放，前往 Gili Trawangan 岛的费用为 10,000Rp，前往 Gili Meno 岛的费用为 10,000Rp，前往 Gili Air 岛的费用为 8000Rp，包船费用分别为 180,000Rp/170,000Rp/155,000Rp。

内部交通

岛上禁止各种机动化交通工具通行，唯一可见的是马拉大车 (cidomo)，短途费用约 15,000Rp，绕岛一周的话约 90,000Rp/h。三岛之间有渡船穿梭，每天两趟，费用约 20,000Rp-23,000Rp。

景点 Sights

海龟孵化场

Gili Trawangan 岛上有一个海龟孵化场，位于岛的东边主海滩上，在这里你可以看到水坑里挤满了幼小的海龟，等到它们长大到 6 个月会被放回大海，孵化场接受捐助。



Turtle Sanctuary

Gili Meno 岛上的海龟保护中心，位于岛的东南边海滩上，小海龟们可爱的模样加上美丽的海景，定会让你各种喜爱，中心接受捐助。

Taman Burung

Gili Meno 岛上的动物公园，位于岛的中东部，住着 200 多种鸟类和一些印尼野生动物。

费用：50,000Rp

开放时间：9:00-17:00

联系方式：+62 0381 642 321

娱乐 Entertainment

潜水和浮潜

吉利岛的三岛都有知名的潜水点，可谓是喜爱潜水者的天堂。其中 Gili Trawangan 岛是亚洲首屈一指的自由潜水中心之一，拥有一所专业潜水学校 Freedive Gili。你可以根据自己的需求选择不同的岛屿进行潜水，但需要注意安全，一定要在专业人士的指导下进行。这些潜水点有 Shark Point、Sunset、Bounty Pier、Deep Halik 等。

Big Bubble

网址：www.bigbubblediving.com

联系方式：+62 381 625020

Blue Marlin Dive Centre

网址：www.blumarlindive.com

联系方式：+62 381 632424

Dream Divers

网址：www.dreamdivers.com

联系方式：+62 381 634496

冲浪

岛上的冲浪也很不错，有不错的浪点，每年吸引不少游客前来寻找刺激。Abdi Surf 提供冲浪板出租等，费用约 50,000Rp，联系方式为 +62-878-65081108。

徒步和骑车

环岛徒步是个非常好的选择，享受海风吹拂，欣赏日落美景，如果你觉得徒步太累也可以租辆自行车骑，费用约 60,000Rp/天，随处可见租车点。

住宿 Sleeping

吉利岛上有各种类型的住宿地点，从茅草屋到时尚别墅，各种你想要的住宿体验都有，且间间都是好景致。

Gili Trawangan 岛

Marta's

网址：www.martasgili.com

联系方式：+62 0812 372 2777

参考价格：650,000Rp

Black Sand

联系方式：+62 0812 372 0353

参考价格：250,000Rp

Kokomo

网址：www.kokomogilit.com

联系方式：+62 0381 642 352

参考价格：1,400,000Rp

Sallywags

网址：www.sallywagsresort.com

联系方式：+62 0381 645 301

参考价格：1,000,000Rp

Gili Meno 岛

Good Heart

联系方式：+62 081 33955 6976

参考价格：200,000Rp

Sunset Gecko

网址：www.thesunsetgecko.com

联系方式：+62 081 3535 66774

参考价格：110,000Rp

Jepun Bungalows

网址：www.jepunbungalows.com

联系方式：+62 819 1739 4736

参考价格：45 美元

Gili Air 岛

Manta Dive

网址：www.manta-dive.com

联系方式：+62 813 37789047

参考价格：65 美元

Villa Karang

网址：www.villakarang.com

联系方式：+62 813 39904440

参考价格：250,000Rp

餐饮 Eating

Kokomo

岛上的头号餐厅，厨师烹饪技术十分精致、地道。

网址：www.kokomogilit.com

联系方式：+62 318 642352

参考价格：60,000Rp

Karma Kayak

联系方式：+62 858 88662490

参考价格：60,000Rp

Beach House

联系方式：+62 0318 642 352

参考价格：17,000Rp



Rust Warung

Gili Meno 岛上唯一一家真正的餐馆, 拥有海边凉亭和露台, 菜肴也十分出名。

联系方式: +62-318-642324

参考价格: 15,000Rp-75,000Rp

Good Heart

一家巴厘人经营的餐馆, 菜品正宗。

参考价格: 15,000-70,000Rp

Winwin cafe

一家印尼菜餐馆, 餐馆内都是一流的美食。

参考价格: 15,000-45,000Rp

Biba

联系方式: +62 819 17274648

参考价格: 50,000Rp

出行指南

实用信息 Practical Information

货币

巴厘岛的货币为印尼盾 (Rupiah, 简称 Rp), 面额有 1000、5000、10000、20000、50000、100000Rp, 在岛上美元使用也很普遍。

兑换技巧:

1. 印尼盾汇率波动较大, 到达机场后先看看当天汇率, 如果正处在较高水平, 不妨多换一点。
2. 机场兑换率一般比市区低, 可以先少换一点, 够一两天开销即可。市区里有很多店可以兑换, 越远离中心的地方汇率越好。
3. 街头兑换点的汇率公示牌上有 No commission 字样的表示不收手续费。
4. 大面额美金比小面额的兑换率高。
5. 兑换时当面点清, 不要经过他人转手。不要被过高的汇价诱惑, 里面会有猫腻。
6. 换钱最好去银行, 超市, 柯达店兑换。汇率太高通常有问题, 小巷内的最好别去, 先问有没有 5 万或 10 万大钞, 避免拿到一堆零钞。
7. 换钱时如有人与你聊天, 千万不可分心, 拿到钞票后一定要点, 顺便检查有无假钞 (通常是 10 万的、印的有点歪)。点完后不可再让他们经手, 有些柜台桌面有机, 一抖就掉一张下去。
8. 不要把美金都换成当地的货币, 用不完的话换回来太麻烦。在那里换汇很方便, 一次一百的换, 用多少换多少。

Ladybaby 一般住宿、包车、旅行社游览项目、自费项目多以美元报价, 而购物、吃饭、付小费则多使用印尼盾, 而且大多数场合使用美元会相对划算一些。人民币不容易直接兑换, 且汇率很差。最好在国内换好美元, 到当地再兑换印尼盾。机场、酒店、银行都可兑换, 市镇街头也有不少兑换点。最好是 2006 年以后发行的美元, 2001 年前发行的美元基本不收, 并且必须没有 C、B 或 D 编码开头的美元。去银行换钱的时候同工作人员说一下是去巴厘岛, 一般都会配合。最好多兑换一些 1 美元面额的钞票, 方便付小费。



小费

没有固定的价码, 将找零的部份留下即可, 如果服务很好, 可以多留一些。大部分酒店和餐厅都会在账单上另加 11% 的政府税和 10% 的服务费, 不必另付小费。巴厘岛旅游景点的厕所有的是收费的, 一般小便 1000-1500Rp (相当于 1-1.5 元人民币), 大便 2000Rp, 冲凉 3000Rp。

ladybaby 印尼是小费国家, 在巴厘岛除已标明含服务费的酒店和餐厅, 接受各种服务一般都要付小费, 数额视对方付出的劳动不等。酒店行李员、每天的房间清洁、包车司机、漂流教练、SPA 师都需要给一定的小费。建议随身携带 1000 和 5000 盾及 1 美元纸币, 随时准备付小费。如果对方服务非常好或付出了额外的劳动, 则应该酌情增加。

使领馆

印度尼西亚共和国大使馆 Embassy of the Republic of Indonesia

地址: 朝阳区东直门外大街 4 号

电话: 010-65325486-88/65325489 (接待)

传真: 010-65325368/65325782

签证受理类型: 印尼商务签证、印尼旅游签证

印度尼西亚共和国驻广州总领事馆

地址: 广州市流花路 120 号东方宾馆西座 2 楼 1201-1223 室 510016

电话: 020-86018772/86018790/86018850/86018870

传真: 020-86018773/86018722

签证受理范围: 广东、广西、福建、海南

中国驻印度尼西亚大使馆信息

地址: Jl. Mega Kuningan No.2, Jakarta Selatan 12950, Indonesia

网址: <http://id.china-embassy.org>

领事部: 5761036 (证件业务咨询, 仅限工作日 14:00-16:00) 5761024 (传真)

使馆对外办公时间: 周一至周五 8:30-17:00

领事证件办公时间: 周一至周五 09:00-11:30 (受理申请和发证) 15:00-16:00 (仅发证)

签证中心办公时间: 周一至周五 09:00-15:00 (递交签证申请) 09:00-16:00 (取证及缴费)

签证中心地址:

Unit 6, 2nd Floor East Building, Jl. Lingkar Kuningan, Block E.3.2 Kav 1, Jakarta 12950.

联系方式: 57938655

网址: http://www.visaforchina.org/JKT_ZH/



银行

巴厘岛的 BCA 银行已经开始全面支持中国银联卡。BCA 银行是印度尼西亚最大的私营银行之一，其旗下 ATM 遍布印尼全境，在库塔、乌布、罗威那、金巴兰等地的路边可以看到不下 20 处 BCA 银行，其中绝大多数清晰明确标明银联标志。每次取 1,000,000Rp 都是 690 元左右，省去了找换汇点的麻烦，而且安全。

邮局

巴厘岛上随处可见挂着“Post Office”牌子的邮局，随时为你寄出风景秀丽的明信片或是寄回国内的礼品，明信片寄回国内邮资为 7,000Rp。

库塔 (Kuta) 邮局：Jl Jembawan, 营业时间 8:00-18:00;

乌布 (Ubud) 邮局：Jl Raya Kuta, 营业时间周一 - 周四 7:00-14:00, 周五 7:00-11:00, 周六 7:00-13:00

网址：<http://www.posindonesia.co.id>

电源与网络

巴厘岛的标准电压是 220 伏特，为两圆孔或三扁孔插座，中国电器插头不能直接使用，需插头转换器。大酒店一般都会提供，一般的酒店前台有备，但数量有限，小酒店就比较难讲。如果你住的酒店大部分是小酒店，那么最好是在国内买一个带着，在巴厘岛买的话，要 20,000Rp 以上。巴厘岛上大多数酒店、Guesthouse、餐厅及咖啡馆都有 WIFI，非常方便，街边也有比较多的网吧，尤其在库塔 (Kuta) 和乌布 (Ubud)。

电话卡

打电话有 3 种方式

中国移动、联通 GSM 已开通印尼国际漫游

移动用户如果打电话回中国大陆，费用在 29 元 / 分钟，发短信在 2.99 元 / 条。GSM 用户拨打电话回中国大陆，应加拨 00186 或 00886。提前打 10086 开通就可以，余额在 200 元以上。当日开通，30 日后自动无效。中国移动手机在巴厘岛可以直接转换为巴厘岛当地手机号码，具体使用如下：

1. 中国移动手机号码必须是在国内开通过国际漫游功能的手机号码。
2. 到达巴厘岛后，手机开机后会显示当地移动手机网络，首先先选择 T-sel 或者 Telkomsel 网络，然后发送短信 Plrn on 至：+62 813 01000000，会有系统自动回复您一个带有当地手机号码的短信。
3. 收到有当地手机号码的短信回复后，可以购买带有 Simpati 标记的充值卡充值。
4. 充值后，您的手机就能在巴厘岛使用了，当地通话费是单向收费，接听免费。
5. 用当地手机号码打国际长途先拨：01017 86 国内区号和国内电话号码即可。每分钟 770Rp (相当于 0.60 元)
6. 完成以上操作后您的手机就有 2 个号码了，国内的手机号码和巴厘岛当地手机号码，国内手机号码的漫游收费标准，请具体请咨询中国移动：10086 咨询。
7. 离开巴厘前，发短信 Plrn off 至：+62 813 01000000，你的印尼当地号码就取消了，当然，你卡里的余额也就贡献给巴厘人民了。

如果你在巴厘岛旅游期间需要用中国移动的号码跟国内保持联系，可以先在国内开通来电短信提醒业务，然后把手机的通话限制设定为漫游时拒接所有来电。这样你可以不接国内来电，但可以知道来电号码，然后用巴厘当地号码回电过去，这样比中国移动漫游时 5.99 元 / 分钟接听话费便宜多了。

买当地 sim 卡

印度尼西亚的国际电话公司由两家通讯公司负责，分别是 Indosat (代码为 001)、Satelindo (代码 008)。巴厘岛本地的 Sim 卡种类很多，当地人推荐的是 Pro XI 以及 Simpati，信号最好的是 Simpati，15,000Rp 内含 10,000Rp 话费，充 20,000Rp 送 10,000Rp，打国际长途也要先拨几个号，记得让卖家给你写下来。手机直拨 888 可显示可用余额，拨 *888# 可查使用期限 - 亦有英文服务可选择。100,000Rp 储值一般使用期限一个月，第 2 个月可收听但不能拨出。打本地电话大概 1000Rp / 分钟，国际长途也差不多，国际短信 600Rp / 条。买了 sim 卡后，再买一张 rp10000 的充值卡，大概可以打 20 分钟。

sim 卡和国内的卡是一样的，买好后不需要任何证件，当场就可以开通。店门口挂着卖 Sim 卡牌子的店面随处都有，价格都差不多，建议下飞机后在机场内购买，避免出去找商店，这样也比较方便。建议大家还是买一个 sim 卡，因为有时候司机接错地方，或预定餐厅，都用的上。

打 hotel 电话或当地公用电话

酒店里多有国际直拨电话服务。致电中国号码：001 或 008-86- 区域号码 - 对方电话号码。从中国致电到巴厘岛：00-62-361- 当地电话。小店也可以打国际长途，类似我们国内专门打长途的小店打酒店的电话，要先问清楚价格，各酒店价格相差很大。

- 在酒店房间内电话可直拨 IDD 国内国际，但需加收手续费，公用电话最好选择使用电话卡比较便宜（一般超市及酒店有售）。
- 用国内手机漫游很贵，最好购买当地手机卡。很多商店都出售等值的手机卡，拨打本地电话一般 800-1500Rp / 分钟。买一张当地的长途 IP 卡，就能很方便经济联系国内的亲友。街头挂“Wartel”招牌的地方也可以拨打 IP 电话，打回国内 4000Rp / 分钟。适合 GSM 手机使用，价值 5 美元，包含 2 美元的手机卡成本和 3 美元的话费。在话费使用完以后，可以在巴厘岛的 OK 便利店进行充值。

重要电话及重要机构

印度尼西亚红十字会：+62 361 480282.

旅游警察：+62 361 754599/763753

警察局

登巴萨 Denpasar

地址：Jl Ahmad Yani/ Jl WR Supratman/Jl Gunung Sanghyang

联系方式：+62 361 225456/+62 361 227711/+62 361 424245

萨努尔 Sanur

地址：Jl By Pass Ngurah Rai

联系方式：+62 361 288597.

库塔 Kuta

地址：Jl Raya Tuban

联系方式：+62 361 751598.

努沙杜瓦 Nusa Dua

地址：Jl By Pass Nusa Dua

联系方式：+62 361 772110.



医院

巴厘岛各主要城镇都有医院，很多酒店也有自己的诊所，提供 24 小时医疗服务。但总体来说医药很贵，最好不要在那边买药，国内几块钱的阿莫西林那边几十块，去之前在国内备齐。巴厘岛有 24 小时国际 SOS 服务，建议在出发前购买有国际救援服务的健康及意外保险。

Bali International Medical Centre (BIMC)

地址：JI By Pass Ngurah Rai 100 X, Kuta.

联系方式：+62 361 761263

Manuaba

地址：JI Raya Kuta Nusa Indah Plaza BI IX, Kuta.

联系方式：+62 361 754748

Nusa Dua Medical

地址：Nusa Dua Beach Hotel, Nuas Dua.

联系方式：+62 361 772118

Surya Husadha

地址：JI Danau Buyan 47, Sanur.

联系方式：+62 361 285236

SOS

地址：JI By Pass Ngurah Rai 505X, Kuta.

联系方式：+62 361 710505

旅行安全

巴厘岛的治安算是很好的，只要财不外露，不显摆，都很安全。这里的人很友善，但还是尽量客气的婉谢对方的主动帮忙，目前水质大都由政府提供，卫生许多，但依然不建议购买路边摊贩未经包装的冰品及凉水。还是提醒大家一下，如果想去海外举行婚礼或者蜜月，一定不要带真的首饰：一来如果你去海边玩，饰品被海水泡过以后特别容易脱落，有很多当地的孩子就专门在沙滩上捡钻戒和手表，经常能有所斩获；二来国外的很多局势有时候说不清，小偷和抢匪的根据地和作案手段更是没法预测，所以还是稳妥为上。

出入境 Information

护照

护照是出国旅游的基本证件，有护照才能办理签证，护照有效期为 10 年，办理签证前检查下护照有效期是否在 6 个月以上，是否还有至少 2 页正反面都是空白页，如没有请换新本再签，以免耽误行程。

签证

自 2015 年 6 月 10 日起，印度尼西亚对中国公民实施免签政策。只要是以旅游为目的，从雅加达、巴厘岛、棉兰、泗水、巴淡岛等机场进入印尼境内的游客，都可以享受停留期 30 天的面前待遇，但不得延长或变更为其他签证。

离境

- 请在飞机起飞 1 小时前抵达机场
- 直接 2 楼到所属柜台办理登机牌和托运行李，缴离境税 (200,000Rp)；排队出境；到达登机口。
- 办好出境后手续后，请在飞机起飞 20 分钟前，到达你的登机闸口。此时的出境卡仍夹在您的护照内，请勿遗失。
- 进入登机闸口后，得再次通过 X 光安检随身行李，在走进候机楼前，才有工作人员收回您的出境卡。所有的瓶瓶罐罐请拖运，否则会在 X 光安检处被没收。

- 请务必妥善保管您的护照和一半的出入境卡，离境时将收回另一半的出入境卡，如卡片遗失，将会导致移民局的罚款。
- 下机后不要排在最前或最后，这种落单的情况下很容易被海关人员敲诈。
- 每位成年旅客最多只能带 1 公升的酒，200 支香烟，50 支雪茄或 100 克烟草，合理数量的香水，水果及动植物必须经过检验才能放行；
- 在 Bali 机场行李提领处领完行李后，如果发现行李箱上出现任何记号，请马上擦干净，否则过检查关时会被一一翻检；
- 行李提领处有许多自愿帮您拿行李的 Porter，在离开机场后，是必须给小费的 (卢币 2 万即可)，若不需帮忙推行李，请立即婉拒；
- 请妥善保存您的出境卡，离境时须交还给机场人员；
- 要记得留下现金 150,000Rp，在离境时缴交机场税用；
- 若要搭乘出租车，离开机场接机大门后，右转直走，到 Taxi Service 付款，拿到车券后，司机会带着您一起走去停车场开车；
- 最好准备出正好的美金用来交落地签证费，不然你交给他 100 美元，他们找回的是印度尼西亚盾，而且汇率较低。

出入境卡

印尼的出入境卡和报关单在飞机上向空姐索取，落地前填好，出入境卡为三联，入境时填好，入关时海关会收走前两联，第三联要保存好，离境时交给海关。

印度尼西亚出入境卡正面填写规范

印度尼西亚出入境卡反面是注意事项，无需填写。



海关申报

1. 申报单正面，按照入境卡上的内容填好相关信息，前面选择了 X 以后，这里只要签名就可以了。
2. 关于申报物品，可全部打 X，除非你真的很无聊。

海关申报表

1. 如果以上您勾选了[有]，请在下列表申填写详细资料。
 2. 种类
 3. 数量
 4. 价值
 5. 税由以上申报资料均属正确无误。
 6. 签名

1. 抵达印尼的日期
 2. 入境印尼飞机/旅游工具编号
 3. 姓名
 4. 国籍
 5. 护照号码
 6. 职业
 7. 在印尼的地址
 8. 同行人数 (限旅客)
 9. 随行行李件数

CUSTOMS DECLARED GOODS
BILANG PINE CONSUMABLE

1. Do you intend to take any of the following goods with you?
(If you intend to take any of the following goods, please indicate the item in the table below.)

2. Description of Goods	3. Quantity	4. Value

5. I declare the information given above is true and correct.
(I declare the information given above is true and correct.)

Signature (Full name): _____

FOR CUSTOMER USE (DO NOT WRITE HERE)

THANK YOU FOR YOUR COOPERATION
TERIMA KASIH SAMA SAMA

CUSTOMS DECLARATION
PENGUMUMAN PAKET

1. Arrival Date in Indonesia: _____

2. Flight Number / Boat Number / Vehicle Number: _____

3. Full Name: _____

4. Nationality: _____

5. Passport Number: _____

6. Occupation: _____

7. Address in Indonesia: _____

8. Number of accompanying members (only for passengers): _____

9. Number of accompanying baggage (not for baggage claim): _____

1. 您是否携带了： 是 否

10. 每一位旅客携带的物品总价值超过美金50元，或一个人超过美金250元，或一家人超过美金1000元？

11. 超过200支香烟，或50支雪茄或100支烟丝，或1公升酒类？

12. 动物、鱼类和植物及它们的产品？

13. 麻醉性药品、精神性药品、枪械、武器、弹药、炸药、色情书刊？

14. 影片、已录制的影带、雷射唱片或唱片？

15. 个人携带超过1亿卢比的现金？

2. 注意事项

· 每一位入境旅客需填写海关申报单（每一个家庭填写一份海关申报单即可）。

· 如果您有应税的物品需再携带出境，请与海关联系。

· 任何未申报的应税物品将被视为违法，而处于罚金。从事毒品违法行为，将从严判刑。

3. 请回答下列问题。请打√表示有，留下空白表示无。如果以下的问题您勾选了有请到红色通道。如果您不确定，请勾选有√。

保险

美亚财产保险有限公司 American International Underwriters

公司简称 AIU，服务网络遍及欧洲、拉美、非洲、澳纽、东北亚、东南亚、中国大陆（包括上海市、广东省、深圳市、北京市）、香港特别行政区、台湾地区等，为各种规模的商业机构、家庭及个人提供包括财产保险、货物运输保险及责任保险、健康意外险等全方位的服务。

具体购买方式可登陆蚂蜂窝旅游网站，提供此公司各种你所需要的保险项目在线购买：<http://www.mafengwo.cn/insure/>

璎珞格格 因为国外很多国家、城市对自己的公民都是医疗免费的，或只需收取医疗成本费，但游客如果在那里有个小病小灾的，都要支付高昂的医疗费用。众家攻略中提的最多的就是“美亚保险”，我买了两份“乐悠游”计划一，是专门针对境外海岛短期自由行的。包含的范围也比较齐全，有旅行延误、医药补偿、旅行证件遗失、银行卡盗刷……当然说难听点，还包含意外身故、烧伤、残疾、遗体运送等。我们每人投保 13 天，每人支付 115 元。

我们在蓝梦岛上租了摩托车环岛骑行，感觉岛上的路非常不好走，回酒店后才发现，我们遇到的那对中国情侣胳膊上和腿上都缝了针，一问才知道是他们昨天骑摩托车时没有掌握好平衡翻车了，而境外的医疗费用非常高，他们也是出行前买了保险，所以没有影响旅行的心情啊，不然真的是天价啊。所以自由行出门在外，还是有保险心里更稳当，不怕一万，就怕万一啊！



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>

