

塞班岛



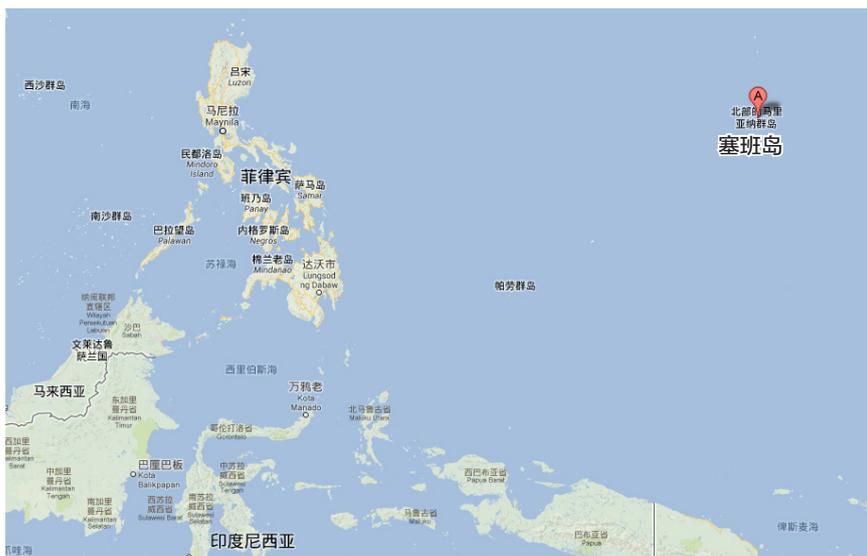
水清沙幼的美丽天堂

塞班岛 SAIPAN

更新时间: 2014.02



蚂蜂窝旅游攻略
www.mafengwo.cn



目录 Catalogue

- 02 塞班岛速览 / 特别推荐
- 03 地图
- 09 亮点
- 16 住宿
- 17 餐饮
- 19 购物
- 21 娱乐
- 22 行程推荐
- 22 实用信息
- 22 出入境
- 22 交通
- 22 旅行路上

塞班岛速览 Introducing Saipan

塞班岛是美属北马里亚纳联邦 (CNMI) 的首府。这里近邻赤道，四季如夏，风景秀美，是世界著名的旅游度假胜地。塞班中心多有热带植被覆盖的山脉，四周环绕着迷人的蓝绿色菲律宾海，到此的游人无不赞叹：“身在塞班就如置身天堂”。没错，塞班岛就是一个风情万种的佳人，她那玻璃般透明晶莹的海水、妩媚动人的密克罗尼西亚女郎与土风舞、浪漫而令人兴奋的沙滩烧烤盛宴以及无休止的疯狂海上运动吸引着全球各地的游客不远万里来一睹她的风采。

自杀崖与万岁崖：美军攻击岛上的日军基地时，岛上日军家属高呼万岁由此跳崖殉国，从此这里就命名为“万岁崖”。距万岁崖不远，北部的最高点跳下，这里就是现在所称的自杀崖。自杀崖的最高处立有和平纪念碑，每年都会有许多日本人特别到这两个地点吊念、祭拜，安慰往生者灵魂。

军舰岛：军舰岛是浮潜的好地方，水清鱼多，风平浪静。岛上的游乐项目也非常丰富，拖伞、香蕉船、海上摩托都是释放激情与尖叫的好玩项目。当然，对于喜欢摄影的游客，绝对是个美景汇集地。

蓝洞：蓝洞是典型的天然海蚀洞穴，经由这个洞穴可以潜水游至外海，这里已经成为塞班岛最独特的潜水地点。据说，当你潜到洞口时，从水下望去，阳光照到水面上，呈现一种如宝石般神秘的蓝色，洞底奇异幽深，景色绝美。

佳佳的乖乖猫 关于塞班，留在心里的就是明媚的美好，天蓝海碧沙幼，美得无法言喻，当脚丫踩上细沙面朝大海时，忽的怦然心动，我知道我邂逅了塞班的风情万种！

坏坏坏小孩 塞班的美是无法形容的，让所有来过塞班的人都无法忘怀，这是一个与世无争的人间天堂。

最佳旅行时间 塞班岛属于亚热带海洋性气候，全年平均气温在 29 度左右，而且一年之中温差较小，7-11 月是雨季，12-6 月是旱季。旱季时几乎不下雨，雨季下雨但很快会停。塞班岛一年四季都适合旅游，尤以 12-6 月为最佳。但每年的 8-10 月为塞班岛的台风季，出游还需谨慎。

消费与汇率 塞班岛、天宁岛上，美元为通用货币，1 美元 = 6.09 人民币 (2014 年 2 月)。消费水准基本与美国持平，快餐消费人均 5-10 美元，高档餐厅消费人均 50-100 美元。

时差 塞班岛的时间比北京早 2 小时，如：北京 12:00 时，塞班岛为 14:00。

穿衣指数 塞班岛常年为热带气候，穿着舒适沙滩装、休闲夏装为主，遮阳帽、太阳镜、防晒用品、拖鞋、沙滩鞋以及泳衣也是必不可少的。飞机和船上空调比较冷，可以准备一件外套。参加水上活动时，宜备多一套衣服，以便衣服溅湿时更换。

特别推荐 Special

去沾一身好运

天宁岛南端的西北部，有一个很浪漫的沙滩就是丘鲁沙滩。那里有一种非常美丽的沙子——星砂。它比一般的沙子小得多，但沙子是长角的，看上去真的就是一颗颗小星星，非常美丽，海滩上随手可得。当地人认为美丽的星砂是象征幸福的爱情和坚贞的婚姻，所以每年来这片海滩的情侣也非常之多，都是希望能够得到美满的祝福。既然来了，你一定要为了这段美丽的传说留出足够的时间给丘鲁海滩，亲自寻找属于自己的那一份幸运和浪漫。

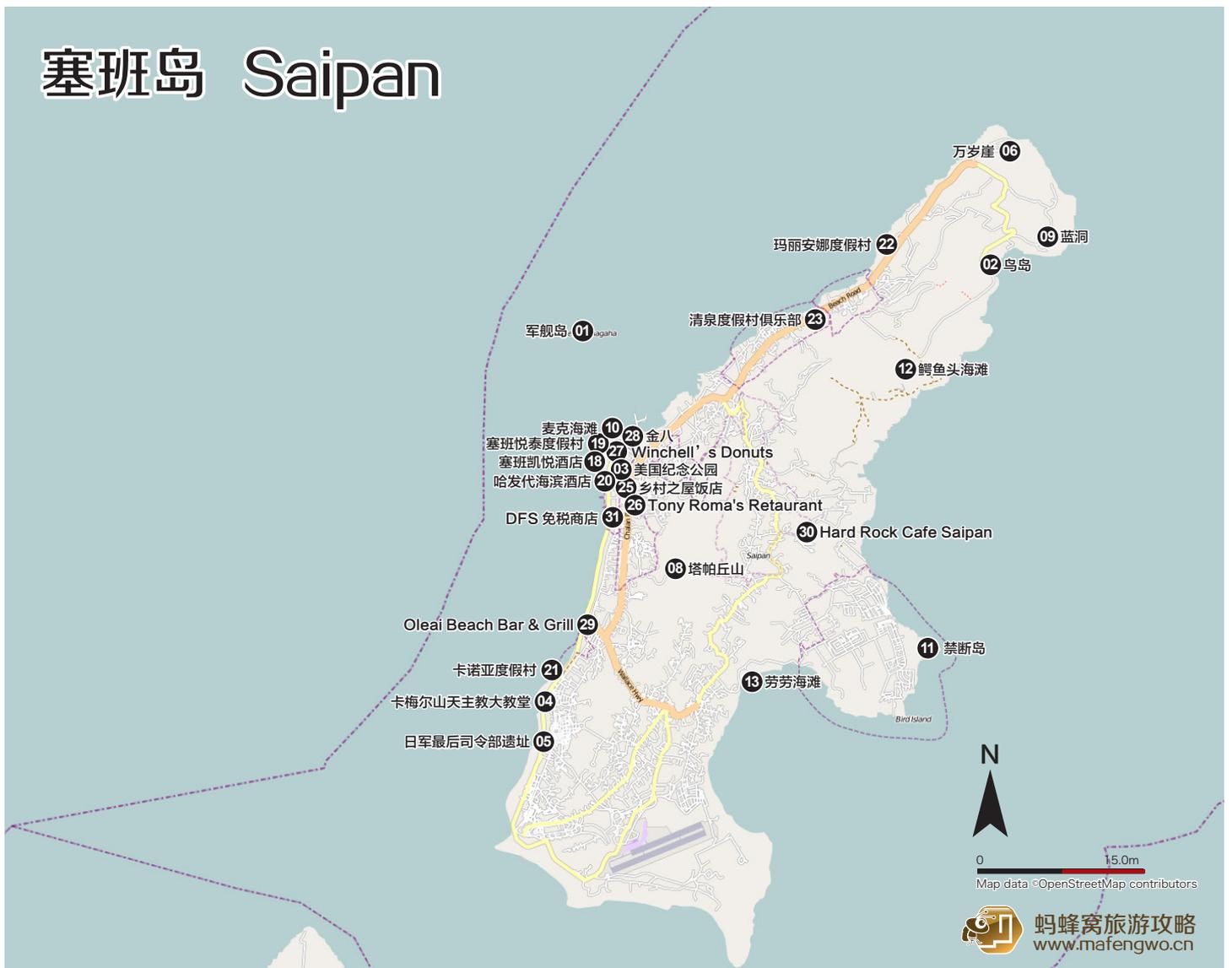
致谢

封面提供: siva

图文提供: 佳佳的乖乖猫 坏坏坏小孩 心在旅途 大宝丁 三爷 Cigar unicorngy 李小米 希希 tracy 土佬 Sky ALAN 周晓蕾 付贝琦 slptjey yuantengjing85 summer4771 siva 阿锋 小蟹晒太阳 sophia My 玲儿 小米 葡萄小力力 she1010 雀斑公主

北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站用户共同拥有本攻略的内容版权和其他相关知识产权; 除法律另有规定, 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。

塞班岛 Saipan



蚂蜂窝旅游攻略
www.mafengwo.cn

景点

- 01 军舰岛 Managaha Island
- 02 鸟岛 Bird Island
- 03 美国纪念公园 American Memorial Park
- 04 卡梅尔山天主教大教堂 Mount Carmel Cathedral
- 05 日军最后司令部遗址 Last Command Post
- 06 万岁崖 Banzai Cliff
- 07 自杀崖 Suicide Cliff
- 08 塔帕丘山 Mount Tapochau
- 09 蓝洞 The Grotto
- 10 麦克海滩 Micro Beach
- 11 禁断岛 Forbidden Island
- 12 鳄鱼头海滩 San Juan Beach
- 13 劳劳海滩 Lau Lau Beach
- 14 喷水海岸 Blow Hole
- 15 塔加屋 House of Taga
- 16 塔加海滩 Taga Beach
- 17 丘鲁海滩 Chulu Beach
- 19 塞班悦泰度假村 Fiesta Resort & SPA Saipan
- 20 哈发代海滨酒店 Hafadai Beach Hotel
- 21 卡诺亚度假村 Kanoa Resort Saipan
- 22 玛丽安娜度假村 Mariana Resort & Spa Saipan
- 23 清泉度假村俱乐部 Aqua Resort Club Saipan
- 24 天宁皇朝酒店 Tinian Dynasty Hotel and Casino

餐饮

- 25 乡村之屋饭店 Country House Restaurant
- 26 Tony Roma's Restaurant
- 27 Winchell's Donuts
- 28 金八 Kinpachi
- 29 Oleai Beach Bar & Grill
- 30 Hard Rock Cafe Saipan

购物

- 31 DFS 免税商店

住宿

- 18 塞班凯悦酒店 Hyatt Regency Saipan



亮点 Highlights

★寻找水下另一个美丽世界

塞班以富有变化的地形、超高透明度的海水以及珍贵缤纷的鱼类成功的成为了潜水族们梦寐以求的宝地。塞班岛四周遍布绝美的潜水点，仅仅由环礁所构成的潜水点就有十几处之多。搭船至最远的潜点，仅需 30-40 分钟，十分便捷，而且相当适合初学者。海水因为阳光的反射变得绚丽多彩，时不时的还会有各种形状不一样的热带鱼在潜水者的身边穿行，再加上各种美丽的珊瑚作为点缀，这一切的一切都显得那么宁静而又充满自由。



 **三爷** 海底世界

★在一路美景中纵情驰骋

在塞班岛开着敞篷越野吉普车进行环岛观光、丛林探险，实在是一件彰显自由个性的事情。塞班岛的天是透彻的蓝、云似棉花糖、海是翡翠一样的绿，这里不堵车、不限号、没警察，只有一路果实累累的椰林、火红的凤凰树以及无限的欣喜和遐想。如果你也想体验这样的旅行，请记得带上中国驾照哦。（中国驾照在塞班岛可以使用）

★在查莫洛夜市寻找各国美食

在塞班岛有一项必不可少的夜生活活动，就是留好胃口去逛查莫洛夜市。这里每到周四傍晚便会红灯高悬，那香气四溢的美食引得各国食客们如扑灯飞蛾般聚来。在这里你可以吃到几乎所有太平洋区域的风味美食：菲律宾的、日式的、泰国的、韩国的、中国的，就连五星级酒店也不甘寂寞，来到街上摆摊。除此之外还有当地各种特色的传统料理，像烤乳猪、生鱼刺身、椰汁虾等。你可以一边大快朵颐，一边欣赏身姿曼妙的女郎表演颇具密克罗尼西亚风格的草裙舞。

景点 Sights

塞班的旅游主要以塞班岛、天宁岛两岛为主。塞班岛和天宁岛虽然面积都不大，但海岸线的风光却千变万化，有平坦温和的沙滩，也有奇峻险要的悬崖，还星罗棋布分布着宗教寺庙、战争遗迹等人文景观。自然爱好者可以选择鸟岛、珊瑚海滩；历史迷一定要去万岁崖、自杀崖和日军最后司令部遗址；喜欢水上活动的游客则一定不能错过军舰岛。

塞班岛景点

01 军舰岛 Managaha Island

军舰岛位于塞班岛的西侧，坐船 10 分钟就可以到达，是塞班旅游的必去景点。岛周长约 1.5km，只需 20 到 30 分钟左右便可环绕岛屿一周。

军舰岛的水非常清澈，在此浮潜还能有机会看到大型的沉船，船身周围尽是彩色软珊瑚，色彩缤纷的鱼类穿梭其间，美不胜收。没有条件潜水的游客可以选择水上娱乐项目或者观光潜艇，同样也能饱览美景。军舰岛中心是热带植被和餐饮区，有小吧台可以买饮料，租潜水用品等，非常简单。

军舰岛自费项目及参考价格：美人鱼号观光潜水艇（87 美元）、海底漫步（65 美元）、海上拖伞（65 美元）、水上活动四合一（55 美元）、深海垂钓（70 美元）、丛林探险（55 美元）。

心在旅途 从麦克海滩（Micro Beach）附近的码头坐上渡轮西行 20 分钟左右，海水变得极其碧绿透明的时候，军舰岛也就到了。军舰岛是浮潜的好地方，水清鱼多，风平浪静。岛上的游乐项目也非常丰富，拖伞、香蕉船、海上摩托都是释放激情与尖叫的好玩项目。

Cigar 军舰岛真的是我见过的最美的海岛了。军舰岛开岛是上午 9 点到下午 5 点，建议大家一早就去，上午可以先潜水，因为上午的鱼很多。下午就可以玩一些水上运动，或者环岛照相，还有很多人晒日光浴。



 **心在旅途** 海水变得极其碧绿透明的时候，军舰岛也就到了



 **大宝丁** 在天上飘了好长时间。换个角度看军舰岛，风景美好

如何前往军舰岛

1. 现场报名：在沙滩上找当地人报名，他们其实大多也是和船家合作，赚个差价。你随便走一走就会碰到有人给你宣传的单子，问你要不要去军舰岛。如果你看到有中意的就可以讲价了。一般船费加上岛费一共在20美元左右。

2. 和塞班地接报名：尽量选择正规的地接，因为当地部分地接虽然价格便宜，但属于私人生意，没有旅行运营资质。这在绝大多数情况下不会对旅行有任何影响，但出现纠纷或者事故时，可能无法得到保险公司的赔偿或法律支持。

地址：Managaha Island
用时参考：1天

⑫ 鸟岛 Bird Island

鸟岛位于塞班岛的北部，由石灰岩构成，最初因栖息众多的鸟类而得名。涨潮时，鸟岛就像是一座海上孤岛，退潮时则和本岛相连，阳光照射下整座岛闪闪发亮。现在由于生态环境的变迁，岛上已经很难见到鸟群了，但整个岛屿绿意盎然，宛如一块与世隔绝的绿翡翠，依旧值得一来。

unicorngy 鸟虽然没有看到，但鸟岛的美丽依然让人难忘。塞班有两个岛是必去的，远观鸟岛，近玩军舰岛。鸟岛边的海风很大，吹得特别舒服，

如果说在万岁崖，初步感受到了海的蓝，到了鸟岛，海的蓝则变化出美妙的层次。

地址：Bird Island
用时参考：半天



李小米 鸟岛的沙滩像一个巨大的心形

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



03 美国纪念公园 American Memorial Park

美国纪念公园于 1994 年建成，是一个为了纪念在第二次世界大战中牺牲的塞班岛军人的大型公园。这个公园为游客提供游泳、帆船冲浪、汽艇、散步、网球场等各种娱乐及运动设施。在公园中央以蔚蓝的天空为背景竖立着国旗及纪念塔。公园里还有 25 种不同的低湿地及红树林，开花的季节特别好看。

心在旅途 公园内 24 小时都悬挂着美国的军旗，包括美国陆海空军的旗帜。公园占地 133 公顷，园内绿草如茵，有网球场、沙滩野餐地区、1.5km 长的沿海慢跑道，公园后还有游艇码头。公园中还有一个纪念二次世界大战的博物馆，收集了军队的武器、军服、以及一些纪录性的相片。

地址：Industrial Dr, Garapan, Saipan

联系方式：+1-670-2347207

用时参考：半天

04 卡梅尔山天主教大教堂 Mount Carmel Cathedral

大教堂于 1945 年第二次世界大战之后建立，是塞班岛居民们的精神支柱。保存完好的西班牙风格建筑与塞班岛美丽的自然环境完美融合，到处的游客无不为之赞叹。

地址：Mount Carmel Cathedral, Chalan Kanoa, Saipan

用时参考：1 小时

05 日军最后司令部遗址 Last Command Post

日军最后司令部的遗址位于塞班岛北端，有二战时遗留下的坦克、大炮等战争遗留物和自然石灰岩所形成的战争要塞。这里原来是原子弹的地下储藏库，在第二次世界大战的时候投放到日本广岛和长崎的原子弹 B29 就是从这里装载的。现在遗址已是处处绿意的小公园，但仍可看到壁岩上的碉堡以及战车遗迹，是历史爱好者的必游之地。

希希 历史痕迹很重，都是锈迹斑斑的残骸和遗迹，既沉痛又惨重，历史的见证！



tracy 现在已是小公园的这里随处都是战争的痕迹

地址：Beach Rd, Chalan Kanoa, Saipan

用时参考：2 小时

06 万岁崖 Banzai Cliff

万岁崖是位于塞班岛最北端的峭壁。1944 年美军攻击马里亚纳群岛上的日军基地，日军退到岛的北端，为了逃避被俘虏的命运而由此跳崖。日本人在万岁崖旁竖立了观音像慰灵塔，而在峭壁的最高处也立了和平纪念碑，每年都会会有许多日本人特别到这两个地点祭拜。

土佬 来到万岁崖，我对日本人建的那些碑，并不感兴趣，倒是万岁崖旁边陡峭的海边悬崖感到兴奋，那不停的海浪，扑到海边，在岩石上涌起阵阵雪白的浪花，确实是令人陶醉。

地址：Banzai Cliff, Saipan

用时参考：1 小时

07 自杀崖 Suicide Cliff

自杀崖位于塞班岛北部，和万岁崖相邻。它的岸边布满日本人建立的凭吊日军亡灵的大小纪念碑。二战期间，美军抢滩成功，日军守岛失败，不管男女老少皆从 250 公尺高的山壁上跳海自尽，拒绝成为美军的战俘，留下了一片尸骸。如今，这里与万岁崖一样，每年都吸引着大量日本人来此祭奠。

Sky 日本人战败自杀的地方，这里有非常美丽的风景。

地址：Suicide Cliff, Saipan

用时参考：1 小时

08 塔帕丘山 Mount Tapochau

塔帕丘山海拔为 473 米，是塞班岛最高的地方，从这里可以 360 度俯瞰塞班岛以及巨大耶稣像。由于旁边就是世界上最深的马里亚纳海沟，所以从某种意义上来说，这里可以说是“世界第一高峰”。

心在旅途 虽然这只是个不起眼的小山包，但因为山脚绵延下去就是著名的马里亚纳海沟，10914.8 米的深度，若将珠穆朗玛峰放进这个海沟里，不仅一口照吞，而且还得再加上上千米才能与海面“扯平”，深得让你所站的岛上的最高点成为了离“地心”最遥远的地方，获得另类概念的最高峰称呼！



心在旅途 这里的世界最高峰

地址：Mount Tapochau, Saipan

用时参考：1 小时



09 蓝洞 The Grotto

蓝洞位于塞班岛的东北角，是与太平洋相连的天然洞穴，被《潜水人》杂志评为世界第二的洞穴潜水点。蓝洞外观看起来像张开嘴的海豚，内部是一个巨大的钟乳洞，由于岩石的阴影投射吸引了更多的水下生物，各式各样五颜六色的热带鱼、海龟、魔鬼鱼、海豚、水母、海胆等等，甚至比海底的世界还要精彩斑斓。蓝洞里面有两个天然的游泳场，通过海底通道连接外部海洋。对于那些资深的深海潜水者来说，这将是一次无与伦比的体验。受到海潮影响，有时洞内的水平静无波，有时又波涛起伏，所以在洞内游泳、潜水要特别小心。另外，下蓝洞的水泥石阶又陡又滑，走路最好慢行。

ALAN 这里曾被世界潜水杂志评为世界上最美的潜水地，和澳大利亚的大堡礁齐名。下蓝洞的路的确很陡，台阶每节都有普通台阶的一节半高。但是当我们看到蓝洞时，觉得即使再走一小时这样的台阶那也值得！下蓝洞的体验独一无二！蓝洞的水又深又凉，当我拉着绳子潜下水底的时候那种感觉真是妙不可言。耳边寂静得令人害怕，周围是一片透人心彻的蓝，加上有点凉的海水刺激着全身，感觉有点凄厉！

地址：The Grotto, Saipan

用时参考：2小时



心在旅途 很多年轻人在蓝洞跳水耍乐

10 麦克海滩 Micro Beach

麦克海滩位于塞班岛的中心位置，在海面上经常呈现出不可思议的七种颜色变化，沙滩细白而柔软，是塞班最具代表性的海滩。这里无风无浪，海滩周围坐落着许多著名酒店，是悠闲漫步，欣赏夕阳海景的好地方，也是戏水的最佳地点。

地址：Micro Beach, Saipan

用时参考：半天

11 禁断岛 Forbidden Island

位于塞班岛东南面的禁断岛是一个半离岛，潮水高涨时禁断岛与塞班岛是分开的，退潮时仍有部份相连。因禁断岛特殊的地理位置，所以岛上极少有人类的踪迹，在沙滩上布满了各种被海水冲上来的贝壳和珊瑚。同时这里也是鸟类禁猎区，海龟繁殖地。每年到了4、5月份的时候，岛上开满了野花，非常漂亮。

心在旅途 据说，以前每到旱季，岛上缺水的时候，原著土人祭师就从岛上的犯人中挑出一人在禁断岛上祭天，以期风调雨顺！

sky 禁断岛是一块突出的小岛，或者更确切说是一块岩石，是一块狭长而平整的峭壁。据大梨说，之所以叫做禁断岛，是过去土人在此求雨，要找壮汉爬到峭壁上，然后杀死祭天，因此当地土人认为这里很邪，很少过来。不过这里的风景实在太美了，和酒店平静的海面，柔软的沙滩相对，这里是直插入海的刀一样的峭壁，浪花汹涌的撞击岸边的礁石，更有海的感觉。

地址：Forbidden Island, Saipan

用时参考：1小时

12 鳄鱼头海滩 San Juan Beach

鳄鱼头海滩位于塞班岛的北部，因形似鳄鱼而得名，远远望过去，就看到一头凶狠的鳄鱼俯卧在太平洋边，与汹涌的波浪搏斗。

心在旅途 穿过一条小道，一直走到太平洋边，就能够望到张着大嘴的鳄鱼崖以及它下端的蛋糕石，是捕捉巨浪拍打镜头的最佳地点，站在蛋糕石上留念，可要注意，巨浪可能会把你卷入太平洋。带着昂贵相机的人最好用长焦来拍，不然在你“湿身”的同时，也有巨大的财产损失。



周晓蕾 它就叫做鳄鱼头海滩（San Juan Beach）

地址：San Juan Beach, Saipan

用时参考：1小时

13 劳劳海滩 Lau Lau Beach

劳劳海滩是最受潜水者欢迎的潜水点，它不仅拥有平坦的沙滩，还有着岛上最大的暗礁。在劳劳海滩可以看见成千上万的小动物，比如成队的隆头鱼、蝴蝶鱼、刺尾鱼以及诸多其他生物。对于那些初学者以及喜欢多姿多彩的小动物的人来说，这里绝对是理想的潜水之地。

心在旅途 珊瑚海滩（LADDER BEACH）是我认为塞班岛最美的海滩，海滩上的珊瑚是彩色珊瑚，如果你到了那，可要好好看仔细了。珊瑚海滩就位于塞班岛机场飞机跑道边的一条小路边，从那里向海边拐下去就到了，还是比较好找的；双面海滩，她的特色就是近看左边的伸向大海的山崖就像一个战败日本兵的头像，战败后呈现一张哭丧的脸！右边的伸向大海的山崖近看就像张美国人的脸，一幅胜利者的脸谱！欧比海滩（OBYAN BEACH）是个不错的初级潜水学习处。



心在旅途 塞班岛南部的珊瑚海滩 (LADDER BEACH)

地址: Lau Lau Beach, Saipan

用时参考: 2 小时

天宁岛景点

14 喷水海岸 Blow Hole

在天宁岛的东南端, 有种被列为世界五大奇景之一的喷水海岸。所谓喷水海岸, 就是火山熔岩形成的礁石下有一些不规则的洞穴, 当潮水扑打过来时, 这些洞穴会像鲸鱼喷水似的。最壮观的时刻, 喷水高度达到近 20 英尺, 所有的人都会被眼前喷射而出的水柱震撼。喷水海岸地形复杂, 尤其有非常坚硬的礁石, 所以要选择鞋底较硬的鞋子, 保护自己的脚, 防止被突出的礁石划伤。另外, 在靠近喷水海岸时就可以竖起耳朵来聆听, 聆听不远处那些洞穴里轰隆隆的声音, 那也是一种享受。

土佬 太平洋很美, 喷洞很壮观, 湛蓝湛蓝的海水, 更让我心动。当然照相是高这个喷洞口远点好, 否则弥漫开的水会腐蚀你照相机的镜头。喷洞附近的一片地至今被铁丝网围着, 导游说那是二战时日本人布下的雷区, 到现在还没有完全把地雷排除, 因此围住以免人们进入有危险。

unicorngy 这里的岩石可是非常尖锐的, 我穿拖鞋, 大脚指被割了两下, 痛得要命, 大家可一定要注意。

地址: Blow Hole, Tinian

用时参考: 2 小时

15 塔加屋 House of Taga

曾经的塔加屋是由十二根柱子支撑起的, 现在能看到的只有孤单的一根了。然而就是这么一根石头柱子, 也能让看到的人叹为观止, 感叹它当初的宏伟。

土佬 导游介绍塔加屋是由十二根柱子所撑起的, 现在仅存一根, 据说, 这是塔加家族的图腾, 每倒下一根就会有大的灾难云云。

地址: House of Taga, San Jose, Tinian

用时参考: 2 小时

16 塔加海滩 Taga Beach

塔加海滩上有白色细软的沙滩和湛蓝透明的海水, 都是叫人看见就忍不住要尖叫的美景。曾经这是一片统治者拥有的海滩, 普通人根本无法涉足。现在, 它对所有的人敞开了胸怀, 用它独特的美丽吸引着游客。

unicorngy 在塔加海滩玩浮潜, 要选对地方, 这片海滩有个日本人开的小店, 玩浮潜强烈推荐到这个小店右边对开的海域, 左边的海域珊瑚和礁石分布很复杂, 而且比较浅, 很容易让人受伤。右边深度很合适, 视野感觉好很多的。

地址: Taga Beach, San Jose, Tinian

用时参考: 2 小时

17 丘鲁海滩 Chulu Beach

丘鲁海滩位于天宁岛南端的西北部, 这片海滩是二战时美军夺取这个小岛的登陆地, 所以也被称为登陆海滩 (Landing Beach)。这个被游客称为天宁岛最浪漫的沙滩为什么吸引了这么多人慕名而来呢? 原来, 这里有一种非常美丽的沙子——星砂。它比一般的沙子小得多, 看上去真的就是一颗颗小星星。传说这种沙能带给人们好运, 尤其是当中的八角星砂。所以很多游人为了这段美丽的传说特意留出很多时间给丘鲁海滩, 期待着亲手把好运装在瓶子里带回家。但是由长期被游人干扰, 这里的生态受到一定程度的破坏, 当地的政府规定海里的东西, 不管活的死的, 以及石头沙子通通不许带离境, 被查到最高可以罚 5000 美元。

土佬 那里有非常特别而且美丽的星砂。导游说将手轻轻的按到沙滩上然后在粘到手掌上的沙子中就可以找到星砂, 我如法炮制, 果然发现很多星砂, 有五角的还有八角的, 非常奇妙。

地址: Chulu Beach, Tinian

用时参考: 半天

原子弹出发站 Atomic Bom Lodading Pits

这里是天宁岛最受世人注目和最具历史文献价值的地方, 因为改写二次大战的原子弹便是在此装载启航的。

住宿 Sleep

塞班岛上有多种类型的酒店, 从安静舒适型的到宽敞高级型的酒店, 从别具体特色的到适合背包族的酒店, 游客可以根据自己的喜好选择各种类型的酒店入住。建议选择面临大海的酒店, 游客可以选择“足不出户”的方式, 从中享受另一番乐趣。早上, 在海边的餐厅享用早餐之后, 可以在自家的海滩上游玩, 玩累了去体验一次海边的放松 SPA。夕阳时分, 懒散地坐在沙滩边看日落, 一派闲适的海滨风情。晚上则可以在海滩上边烧烤边欣赏当地土人查莫洛人 (Chamorro) 的舞蹈表演。其实选择这样在酒店懒洋洋过一天的度假者不在少数。

塞班岛住宿

建议第一次去的人住在闹市区的悦泰酒店、哈发代酒店、凯悦酒店, 这样每天晚上都可以逛街扫货, 即使忘带 DFS 打折卡也可以马上回到酒店取。日航酒店虽然环境极佳, 但远离闹市区, 只能坐 1 小时一班的 DFS 班车到闹市区, 晚上 10 点就没班车了, 如果坐出租车要 20 美金。格兰酒店在塞班岛南部, 档次没有悦泰酒店高, 周围也没有什么商业街, 到闹市区也只能等班车。

机场附近区域 Airport

该区的酒店大多数集中在海边, 而且酒店整体住宿环境都很好, 大多数都是海景房, 可以看到塞班岛上的无敌海景。

加拉班 Garapan

该区的酒店主要集中在美军纪念公园 (American Memorial Park) 附近, 及其沿线的街道上, 多数酒店都靠海, 环境很棒, 酒店的服务设施也非常的好。

Wing Beach

这里的景色是无与伦比的美丽，虽然离市区有点距离，但是人少就显得宁静许多，不管是海滩、泳池、高尔夫球场都可以悠闲的享受度假气氛。重点是价格还不太贵。人少的地方才能彻底放松，度假为主的游客可以考虑来这里落脚。

18 塞班凯悦酒店 Hyatt Regency Saipan

凯悦是塞班最好的酒店了，房间很大，有免费有线网、桌椅和花木。凯悦的花园也非常精致，曲折的小径、亭台、秋千、瀑布、泳池、网球场和教堂都能在这里找到。酒店的自助早餐种类不是很多，但中西式都有。酒店北边紧邻美国国家纪念公园，往东就是市中心，购物、餐饮都方便至极。

地址：5087, Capital Hill Rural Branch, Saipan
网址：http://saipan.regency.hyatt.com/hyatt/hotels-saipan-regency/index.jsp?src=phd_lclb_gplaces&hyattprop=yes
联系方式：+1-670-2341234
参考价格：280 美元

付贝琦 选择是凯悦海景房，既然是蜜月行，楼主就选择号称塞班最好的酒店。果真凯悦酒店是风景优美，拥有无敌白沙滩，而且酒店服务和私密性也不错。推荐童鞋都去试试。

19 塞班悦泰度假村 Fiesta Resort & SPA Saipan

酒店位置一流，逛街购物都方便，步行到 DFS 免税店只需 5 分钟，每周四晚上九点门口就有夜市。房间内可上网，大堂则有 wifi，密码管前台要，都是免费。

地址：Fiesta Resort & SPA Saipan, Beach Rd., Saipan
网址：www.fiestasaipan.com
联系方式：+1-670-2346412
参考价格：130 美元

slptjey 悦泰还是性价比比较高的，出门就是商店街，离 DFS 只有 5 分钟的 Walk Distance。酒店内泳池，沙滩排球，足球，乒乓球，国际象棋什么的都是免费提供，其它的不是很清楚，但是酒店的泳池是晚上十点关闭，喜欢游泳的朋友，这点需要注意。

20 哈发代海滨酒店 Hafadai Beach Hotel

酒店位于市中心，共有三栋楼。最低的楼最便宜，高的最贵。最低的楼房型稍差些，但硬件设施无可挑剔。酒店免税店等购物场所非常近，离机场也仅有 20 分钟的车程。

地址：Hafadai Beach Hotel, Garapan, Saipan
网址：www.hafadaisaipan.com
联系方式：+1-670-2346495
参考价格：150 美元

李小米 这是塞班岛上一标志性建筑，哈发代酒店，这里应该也是塞班的市中心，免税店，纪念品店就在酒店对面，而且很多餐厅，小商店都在附近。

unicornry 我们入住的是中心区哈发代酒店，这个酒店有三栋楼，由楼层高低分别对应 3、4、5 星级，其中 5 星的有十层楼高，是塞班岛最高的建筑。发前看攻略说 4 星的水晶楼比较好，于是选择了水晶楼。实际感觉是：干净，朴素，阳台不大，视野一般。塞班的 4 星和国内的 4 星豪华程度还是有差距的，不过总体住得还是蛮舒服的。哈发代水晶楼的房间钥匙值得一提，就是普通的钥匙挂在一个塑料的水晶棒上，这把钥匙价值 100 美刀，可千万别搞丢了。

21 卡诺亚度假村 Kanoa Resort Saipan (原格兰酒店 Grand Hotel Saipan)

位于塞班中部海岸，离机场近，离市区远。硬件设施一般，和国内 3 星类似。海滩水草较多，不适合浮潜，但是有香蕉船可玩。夕阳海景的观赏相比其它酒店更美些。从酒店到 DSF 有免费班车，11:30-22:15 之间每小时一班。

地址：Beach Rd, Chalan Kanoa, Saipan
网址：www.oaresort.com
联系方式：+1-670-2346601
参考价格：100 美元



心在旅途 塞班格兰酒店一景

李小米 酒店都是双层的小楼房，数量也并不多，但是房间却是超大的，分隔开卧室，客厅，厨房，吧台，还有双阳台。酒店的早餐也是一绝，并不是千篇一律的自助餐，而是现点现做的西式早餐，虽说材料很简单，但味道绝对是 100 分的，让我们有充足的能量开始精彩的一天。小酒店的前方便是大片的海滩，只要你会游泳，这里立即变成你的私家海滩，哈哈，带上你的浮潜工具与面包，成堆的鱼群就等着你咯。

心在旅途 我住的塞班格兰酒店，性价比高！只是离市中心有点远，酒店前的沙滩上有一坦克残骸，现成为鱼儿的天堂，你浮潜过去，可以很容易的近距离亲近尼莫！

yuantengjing85 网上大家都说格兰离市中心太远了，但我个人觉得一点都不远。因为酒店内每整点都有免费班车到 DFS 免税店的，相当方便。况且，酒店往南走十分钟左右就是 KFC，以及很多当地的超市，对面是熊猫超市，租车点，吃饭的地方，购物买东西都很便利。所以，对于游客来说的话，相当方便了。而且离市中心远也意味着安静。酒店隔音效果感觉不错，基本上每个房间都是海景房。唯一的设备很陈旧，床小，一切都比较简单。

22 玛丽安娜度假村 Mariana Resort & Spa Saipan

这家度假村在网上好评率非常高，口碑很好。度假村内的植被覆盖率很高，服务周到，来塞班岛度蜜月游客千万不要错过这里。

地址：Marpi Cliffs, Saipan
网址：www.ianaresort.com
联系方式：+1-670-3220770
参考价格：110 美元

23 清泉度假村俱乐部 Aqua Resort Club Saipan

酒店距离市中心 5km 左右。酒店客房几乎都由别墅组成，私密性好，内部装修很有档次。大厅内有无限上网，需要管前台索取密码。酒店花园内的热带植物要比其它酒店多，很有热带风情。

地址：PO Box 500009, Achugao, Saipan

网址：www.aquaresortsaipan.com

联系方式：+1-670-3221234

参考价格：150 美元

天宁岛住宿

天宁岛不是很大，天宁皇朝酒店前面的日落崖和崖下的塔加海滩便是看日落的最佳地，大部分到塞班的游客上岛都会入住天宁皇朝酒店，最难得的是酒店里面还通行中文，让好多中国游客都觉得十分便利。

与瓦希列夫斯基岛一湾之隔的德卡布里斯托靠近芬兰湾，在芬兰湾的沿岸还有少量的度假式酒店或者俱乐部，非常适合度假小憩的游客。

24 天宁皇朝酒店 Tinian Dynasty Hotel and Casino

天宁岛很小，一般游客上岛都住在天宁皇朝酒店。这是由香港人投资的五星级娱乐型酒店，装修豪华。酒店通行中文，所以特别适合不懂英语的游客。酒店装潢华丽、金碧辉煌，由世界著名的酒店设计大师 Mr. Juan C. Tenorio 悉心设计，它揉合了现代化与古典宫廷式设计。天宁皇朝酒店设施齐全，有宴会厅、酒吧、卡拉 OK 歌舞厅、表演场、桑拿按摩中心、健身室、两个网球场、高尔夫球练习场、巨型游泳池、儿童游乐场、美容中心、银行、艺术画廊等多间名牌商店、商务中心、客人活动中心，直升飞机停机坪等等。此外，这里娱乐节目尤其多，最有特色的属合法赌场。

地址：Tinian Dynasty Hotel and Casino, San Jose, Tinian

网址：www.tinian-dynasty.com

联系方式：+1-670-3282233

参考价格：200 美元

李小米 酒店还有赌场可以供晚上娱乐~而且赌注都比较小的，可以娱乐娱乐，一盘 21 点也就 5 美元一局喔。

餐饮 Eat

岛上最具特色的美食要属查莫洛风味菜，还有烤乳猪、生鱼片、红米饭、椰汁虾、烧烤及可可椰子粽等，而且这些都是低卡路里食物，美女们可不要错过了。这里最具代表性的食物就要属椰子蟹了，很多游客都为此慕名而来。在塞班吃饭的价位较贵，大概一个菜在 7-25 美金左右不等。而酒店的自助西餐也要 10-15 美金。

推荐品尝

查莫洛料理：查莫洛料理的特色是利用当地的原料，如辣的酱料、酱油、柠檬汁、洋葱等，加入食物烹调而成的，风味融合了西班牙、菲律宾及南洋的口味，色香味俱全，令人垂涎三尺。

椰子蟹：椰子蟹，是生长在热带太平洋和印度洋许多珊瑚岛上的一种与众不同的寄居蟹，善于爬树。椰子肉是椰子蟹的最佳饵料，它由于双螯

非常有力，所以能轻而易举地爬上高树剪下椰子，并凿开壳而吃椰子肉，但椰子肉不是它惟一食物。食性很杂，几乎任何有机物都吃。椰子蟹肉味鲜美，腹部脂肪多，营养丰富，尤其是它的八只足，味道像龙虾的尾巴一样，加之又独具椰香味。在食法上无论蒸、炖和煲汤等味道均很鲜美可口；而蟹膏蒸水蛋味道极佳；若用当归、红枣、圆肉配以炖汤，更被视为补身佳品。

siva 塞班的椰子蟹很有名气，其实也是吃一个名气，肉虽鲜美但也美不到 80 刀一公斤的价格，在外面单点也该很贵，蟹膏蒸蛋不错，很下饭，另外这家米饭应该不是本地米，大米和小米混合煮出来的，很赞。



siva 椰子蟹

查莫洛夜市

查莫洛夜市位于中心 GARAPAN 繁华区，也就是悦泰酒店 (FIESTA RESORT & SPA) 和凯悦酒店 (HYATT REGENCY SAIPAN) 前，一到傍晚便红灯高悬，香气四溢。好客的查莫洛人热情的招呼来自世界各地的游客相聚一方，聊天、品美食、赏工艺、看曼妙的土著女郎展演颇具密克罗尼西亚风格的草裙舞，每一样都充满了浓浓的查莫洛人文风情。夜市中的 Apiqiqi 是一定要尝的，这是一种用植物叶包裹的糯米粉制甜品，口感微甜爽滑。当然，这里还会有贩商销售的各种有当地特色的小商品，不论是衣服还是手工艺品，绝对让你选的眼花缭乱，大有统统全收的欲望。这里也是购买来关岛的纪念品的上好选择之一，来逛的游客不妨好好淘一淘自己喜欢的东西。（[心在旅途](#)提供）

summer 这里特别提醒准备来塞班玩的同学们，看看你的行程，不要错过周四的烧烤夜市。晚上 18:00 开始，连凯悦都会出来摆摊烧烤的噢！虽然夜市摆摊的小街道并不很长，但真热闹，感觉岛上所有人一下子都聚到了一处，各式各样的吃的，差不多都是一美元一份。

ALAN 加拉班有查莫洛的夜市，岛上好多家酒店和餐馆都会拿出他们的美食供游客品尝！我买了一份悦泰 (FIESTA RESORT & SPA Saipan) 的 5 美元套餐。5 美元可以随意挑选五个菜，我选了一大块牛排，一大块烤鸡腿，两块考肋排，一份红米饭和一些猪肉，满满当当一大盒，很十足，而且真的很好吃。

cigar 夜市以欧美的 BBQ 为主，也有一些中国和东南亚的菜。BBQ 还是挺便宜的。1-2 美元一串，个很大。烤鱼大个的 5 美元带米饭，真的挺值的。



心在旅途 每周四晚的查莫洛夜市

25 乡村之屋饭店 Country House Restaurant

餐厅内部充满了美国西部风情，以提供丁骨牛排、莎朗牛排等牛排餐为主。墙壁上挂满了西部豪迈的蛮荒景象，一进入餐厅内，一股奶油、马铃薯及牛排香扑鼻而来，除了牛排大餐外，还有龙虾、螃蟹等，都是招牌菜。

地址: Coconut St, Garapan, Saipan

网址: www.countryhouse.co.jp

联系方式: +1-670-2338223

参考价格: 60 美元

阿锋 special order 的牛排龙虾套餐，价格是 39.99 一份，一份一个人正好吃饱。里面包含：半个龙虾、一块牛排、一份餐汤、海鲜蔬菜沙拉（有蟹肉和虾仁）、仙贝面包和冰激凌。最后结账是要自己拿着自己的账单到门口的 counter 去付钱。counter 上有一个很大的玻璃瓶，上面写着 TIPS，是给客人放小费用的。



siva country house 外景

26 Tony Roma's Restaurant

全球 27 个国家有超过 260 家 Tony Roma's 餐厅，塞班岛的 Tony Roma's 在 DFS 斜对面，很多人来塞班都喜欢去那里尝尝地道的肋排。原味嫩肋排以特殊的切割方式，保留最精华的部分，涂上特制原味烤肉酱，吸引了无数的食客。店内为美式装潢，充满了浓郁的复古情怀，服务人员也很热情。



sophia TONY ROMA'S 的套餐，非常大一份

店里服务员是不会说中文的，如果想去吃也可以提前在网上查查店里的特色菜记下来到了塞班直接点，或者自备小词典一个哦。

地址: Royal Palm Avenue, Garapan, Saipan

网址: www.tonyromas-mms.com

参考价格: 40 美元

sophia 确实好吃。说是这边比较贵，但是个人觉得量还是很足。应该两个人分一个套餐就对了。我们还点了啤酒、奶昔、两个套餐。加上 10% 的服务费，花了 70 美元，其实 50 美元应该足够吃了。

阿锋 2 个人点最大份肋排餐就可以，26.99 美元。这里的薯条比中国的要粗大，口感比较厚实，烤土豆有一种奶香味。啤酒 6 美元一瓶，大多数饮料 8 美元，冰水是免费的。烤鸡翅 10.99 美元 8 个。Tony Roma's 还有其它多种口味的肋排、炭烤肉品如牛排、烤鸡、海鲜及美国人最爱的香酥洋葱砖、香烤马铃薯皮、烤马铃薯汤、沙拉和汉堡。特大份量、物超所值。

27 Winchell's Donuts

这是一家甜品店，主要经营各式各样精致的甜甜圈。不光颜色漂亮、形态诱人，口感也是一级棒。不过不喜欢甜食的朋友要注意了，这里甜品的甜度非常高，两人合吃一个就足够了。

地址: Beach Rd, Garapan, Saipan

参考价格: 5 美元

小蟹晒太阳 Winchell's 是很便宜的小店，一般都是当地人光顾，甜甜圈很大很便宜，平均 0.95 美元一个，牛角很一般却要 4 美元一个。

28 金八 Kinpachi

提供地道的日本料理，生鱼片、刺身、海鲜饭都是非常物美价廉的选择。

地址: Kinpachi, Hotel Road, Garapan, Mariana Islands

网址: http://saipanexplorer.com

联系方式: +1-670-2346900

参考价格: 20 美元

小米 我们点了刺身拼盘，味道确实不错。另外还要了味噌拉面和海鲜饭套餐，味道也很好，价钱还便宜了许多，我们这顿饭一共吃了 57 刀。金八每天中午都有特价套餐，很划算。

My 玲儿 金八里面的东西很好吃，芒果汁味道不错，哈根达斯在国外就是国内的五丰，右康这档次，芒果汁，3刀一杯。

29 Oleai Beach Bar & Grill

位于海滩边上的 Oleai Beach Bar 与清澈海水只有几米。你可以边看海上日落边吃美食。价格合理食物好吃，汉堡，薯条，海鲜都有的。这里要推荐 1.5 美元的玉米饼。

地址：Oleai Beach Bar & Grill, Beach Road pathway, Susupe, Saipan
参考价格：5 美元

30 Hard Rock Cafe Saipan

美式餐厅，店内墙上挂满了老唱片和欧美歌手的照片。店里的食物价格比较高，但是用餐的气氛很好，服务也是一流。如果你生日那天去就餐，餐厅还会免费赠送一个小生日蛋糕，全餐厅的人还会一起为你唱生日歌。每晚 7 点会有当地歌手现场演唱，也可以点歌。

地址：Located inside DFS Galleria, Saipan
网址：www.hardrock.com
联系方式：+1-670-2337625
参考价格：60 美元

购物 Shopping

塞班岛上百货公司、专卖店等购物场所遍布，免税店里可以买到国际名牌及名家设计的精品。当地人手工制作的橡木刻热带鱼、故事板、编织品以及椰子面具等非常精美，还有潜水用品、运动服饰、印有塞班岛风光的明信片 and T 恤等，都是适合旅客们珍藏的礼品。



周晓蕾 各式各样琳琅满目的商品

31 DFS 免税商店

塞班最大的购物中心，来自世界的名牌应有尽有，例如：Chanel、Ferragamo、Gucci、Hermes、Cartier、Versace、Tiffany 等在 DFS 都可以找得到，从最新流行的服饰、化妆品、皮件、香水到休闲服饰及塞班本地出产的商品都有。娱乐休闲馆提供计算机服务区，可收发电子邮件及上网。



葡萄小力力 DFS 外景

地址：DFS, Beach Road, Garapan
网址：www.dfssaipan.com
联系方式：+1-670-2336602

付贝琦 美国的产品在 DFS 买特别划算，比如契尔氏，HR，Bobbi Brown，Benefit。

阿锋 塞班的 DFS 和香港的一样但是要比香港的小。大致分为 3 个区域，化妆品区、皮具箱包区、礼品区。化妆品区周围是二线品牌的皮具，然后是一条长廊，卖的是一线品牌的皮具。再过去就是礼品区，烟酒，食物，纪念品等。DFS 里折扣最大的是包包，COACH, PRADA, 这两个品牌要多留意，经常打折，有的几乎是国内的一半。化妆品香水相比之下还是浦东日上折扣大些，同学们也可以先在日上看好价格，到了塞班 DFS 对比一下再下手。

超市

哈发代大超市

塞班岛免税店对面是哈发代大酒店，在酒店前有一个哈发代大超市。这个超市里面卖的立顿果茶在国内是买不到的，还有当地的一种特色饮料叫 7D 芒果汁。总之在这家超市里买水和果汁还是很便宜的。

地址：塞班岛哈发代大酒店前，DFS 免税店对面。

32 ABC Store

ABC 商店在岛内有不少分店，商场里商品比较齐全，包括服饰、珠宝首饰、特色礼物以及纪念品、书籍、零食等，但是价格相对比较昂贵。
网址：www.abcstores.com

阿锋 推荐购买防晒霜，晒后修复。香蕉船防晒霜（SPF50 以上的才有效果），香蕉船晒后啫喱，原价 6.99 美元，打折的时候只要 4.69 美元。露得清的防晒喷雾 13.99 美元。BURT'S BEES 的小唇膏，3.9 美元一个。泳圈 3.5 美元。

33 I LOVE SAIPAN

只要来到塞班岛，你就很难错过这家标志抢眼的商店。它就位于滨海路上，不管是环岛游还是去往沙滩的游客都能路过这里，所以不需要特别去寻找。店里拥有琳琅满目的各色纪念品，从小钥匙扣到大型的人偶应有尽有。就算不想购物，来这里游览合影也是不错的。

小蟹晒太阳 相对于 DFS 和 ABC，我更喜欢 I LOVE SAIPAN 这个店，店面很大布置得很可爱东西很多还相对便宜。不知为什么就让我想起史迪奇，这里比较大的店基本都是 22:00 关门，所以要抓紧时间。



9922 商店

这是一家中国人开的商店，里面卖的 Zippo 打火机很不错，价格比国内便宜很多。除此之外商店的主打产品是保健品：美国鱼油、大蒜油等，种类很多。这里纪念品的价格也不贵。

阿锋 推荐购买饮料、零食、保健品。品客薯片 1.99 美元一长罐；芒果汁一盒 2.95 美元。明信片买 5 送 1，1 美元买 6 张，邮费是 1.5 美元一张。磷脂（200 粒）4.25 美元，大蒜精油（500 粒）9 美元，善存（100 粒）5.75 美元。

熊猫超市

店内提供近 100 种各类名牌保健品，质量一流，据店里的人自称是主要做当地人生意，鱼肝油和 zippo 打火机则比较便宜。

阿锋 推荐购买巧克力，芒果干。巧克力 27 刀 6 盒（注意看一下日期），7D 芒果干 10 刀 7 袋。饮料也很便宜，百事可乐 0.5 刀一听。ZIPPO 打火机，几乎每家小店都有，基本上印花的会在 20~30 刀之间，立体的或者带钻的在 30~40 刀之间，光板的会在 20 刀左右，最便宜的 14 刀就能买一个。比国内便宜很多（打火机上的白线不要拔掉，不然你就不能带回国了）

娱乐 Entertainment

塞班岛的娱乐活动可谓应有尽有。你可以驰骋在海天一色的广阔大海上，玩香蕉船、空中拖曳伞、快艇，或畅快地浮浅、水中漫步，甚至还可以搭乘直升机鸟瞰全岛。这里有风光如画的 18 洞高尔夫球场，让你尽情享受海边挥杆的悠然自得。喜欢热闹的游客或不妨去活力四射的查莫洛晚餐秀转转，这里的每一项表演都令人着迷。喜欢浪漫的游客可以尝试塞班岛著名的日落巡航，晚霞满天的时刻搭乘游船出海，在塞班岛的夕阳下享受塞班美食。

水上活动

由于独特的地理位置，塞班的水上活动非常丰富多彩。水中漫步 (Aqua Naut)、潜水、钓鱼、风帆、冲浪都是游客们最爱的项目，想要追求刺激的你还可以骑上水上摩托车，来个海上狂飙，或拉起拖曳伞冲向天空。

军舰岛的水上娱乐项目在塞班岛最具人气，价格根据当地淡旺季略有浮动。

潜水

在世界上无数的潜水点中，塞班以富有变化的地形及超高透明底的海水令潜水族们梦寐以求，珍贵缤纷的鱼类更使这片海域展现“潜”力无穷的迷人魅力，是潜水族们的必游地。塞班的潜水点围绕在本岛四周，由环礁所构成的潜水点共有十几处。搭船至最远的潜点仅要 30-40 分钟，十分便捷，而且相当适合初学者。前去塞班岛之前，可以自己购买浮潜设备带过去，如果网上购买要保证质量。如果怕麻烦，也可以在塞班当地买或者租，在塞班租全套浮潜用具每天只需要 5 美元起。

地点：军舰岛、周边海滩、蓝洞

she1010 塞班是一个特别适合潜水的地方，尤其是浮潜；深潜适合有潜水证的，可以去潜蓝洞（世界第二大潜水圣地）。



三爷 浮潜

水上摩托艇 Jet Ski

水上摩托艇是那些追求速度与刺激的体育爱好者的最爱。在你的控制之下，高速驾驶其实并没有想象的那样危险。尝试一下，你就能感觉那有多棒！

小蟹晒太阳 摩托艇也是很赞的，那种迎着夕阳下波光粼粼的海面急行的感觉特别美好，晚上睡觉时我一直感觉身下是海水在摇晃。

帆板冲浪 Windsurfing

微风吹打的洋面是帆板冲浪的最佳条件。在塞班，整年都能帆板冲浪，十一月至第二年四月，东南太平洋带来了温柔的微风，正是一年中最好的冲浪时间。

拖伞运动 Parasailing

将一个像降落伞的充气垫用一根绳子系在快船上，帆伞可以带你到 30 米高的天空，让你领略海洋的全景。当然，在选择这项娱乐运动前，也要衡量一下自己是否有体力条件，不然经历了拖伞后，你很有可能没精力再参加别的项目了。一般一次活动时间在 30-40 分钟左右。



葡萄小力力 拖伞

滑水 Water Ski

相信滑水这项娱乐运动对大家都不陌生，但能在清透见底的菲律宾海上驰骋一回，却是一生难得的美妙经历。这里大多数水上运动操作商都能提供滑水运动服务，等你成功地飞速掠过透明如玻璃般的水面时，周边的一切都仿佛静止了。

海底漫步 Sea Walker

一边在 3 米深的海底慢走，一边欣赏五彩斑斓的海底世界，享受各种各样的热带鱼类环绕在你的周围。相信这一幕是所有去往塞班旅游的游客最理想的画面。这项活动不仅十分有趣，而且还很安全，属于可以全家出动参与的项目。游客们可以切身感觉那些专业潜水运动员在海底的感受。

香蕉船 Banana Boat

香蕉船是家庭或朋友一起出动参加的最好选择。香蕉船本身没有动力，它们由摩托艇推拽，以每小时 50 至 60km 的速度行进，一般在半程的时候驾船者都会来个急转弯，把香蕉船的乘客远远的甩到海里。按他们的说法，这样才是“fun”！

潜水艇游览 Submarine Tour

坐在一个真正的潜水艇中去进行海底探险吧！在 45 分钟的海底旅程中，游客将在 30 米深的海底游览美丽缤纷的珊瑚礁，彩色的热带鱼，还有二次大战时被击沉的战舰与战机，这必将是一个难忘的海底之行。为了丰富乘客们的潜水体验，潜水艇还派有潜水专员，沿着潜水艇喂鱼，除吸引大量的热带鱼群外，还不时会有表演水中特技哦。

海上垂钓

在北马里亚纳，一年四季都适合垂钓、拖钓和海钓。马里亚纳群岛周围的海水中有着丰富的蓝色马林鱼、西班牙鲭鱼和金枪鱼。八月份，塞班岛会举行一年一度的塞班国际垂钓锦标赛 (Annual Saipan International Fishing Tournament)，天宁也会举办类似的比赛。由于比赛正逢马林鱼的产期，锦标赛可是给那些垂钓者们一个在美丽的热带海水中大显身手的好机会。天宁盛行悬崖垂钓，除了可以满载而归，还能借此欣赏别样的风景。打着漩涡的海水给垂钓者提供了一个独特的钓鱼良机。



阿锋 悬崖上的钓者

陆上活动

丛林探险

想探一探塞班原始之美，就别错过丛林探险之旅。可搭乘吉普车由专业的向导引领你前往塞班最高峰或岛中隐密的丛林中进行探险，旅程中可看到此地才有的珍贵动植物，见识一下什么是椰子蟹或深入民家尝尝当地的家常便饭，还有丰盛的 BBQ 大餐。

小型赛车

位于塞班北部的玛里亚纳俱乐部拥有正式的赛车场地及 FK-9 型赛车，在此，游客可体验到如同一级方程式赛车般淋漓尽致的加速感。12 岁以下需由大人陪伴共乘孩童用赛车。

骑马

在玛里亚纳俱乐部的马场内，可以享受展现马上英姿的乐趣。可以选择在马场内骑乘，或驰骋于绿油油的高尔夫球场，或漫游于饭店辽阔的区域内，迎着风眺望大海。马场内可租借马裤及马靴。

自行车之旅

在和暖的南国风情中，来趟自行车之旅，是最惬意的选择了。沿途风光明媚，还可以随时停下来参观风景名胜、海滩、丛林，方便至极。旅途中会有专业救生员及向导、随行的汽车，以便累了搭乘，所以不必担心体力的问题。

打高尔夫球

塞班拥有各式各样的国际级高尔夫球场，而且不乏许多精心规划、具挑战性的设计，加上得天独厚的海景绿野环绕，让球友们在增进球技的同时，又可以饱览大自然美景，不论是球场老将或新鲜人，都能获得相当棒的挥杆经验。

塞班岛是一个很朴实的小岛，没有太多花哨的夜生活，但是种类不多的夜间活动却十分具有地方特色。

查莫洛晚餐秀

查莫洛晚餐秀是到塞班度假的游客们最首要的夜间消遣活动，可以一边享用晚餐，一边欣赏传统民族跳舞表演。这类型的表演，除有本地的特点，还贯通了太平洋地区其他岛屿的风情。舞者们服装艳丽，相当有排场，并且表演欢快、炫目，相当有看头。在晚餐秀上，你不但可以体味本地人热情好客的性格，还可以在查莫洛餐桌上大快朵颐。

一般大型的酒店、饭店内都有这个活动。



siva 充满查莫罗民族特色的表演

沙堡秀 Sand Castle Show

凯悦酒店 (Hyatt Regency Saipan) 内的沙堡秀自登场以来便深受各国游客的欢迎，在极短的时间内就登上了最高人气表演的宝座。在这个魔术梦幻般的剧场里，你可以近距离的享受魔术师所带来的奇特梦幻。为了展现最灿烂的塞班夜晚，沙堡秀的歌舞节目还采用了拉斯维加斯式的一流声光效果及舞台设备，还融入了纽约百老汇的跳舞精髓以及世界上最大的白老虎。晚上来这里享受一场视听盛宴再合适不过了。



线路推荐 Tours

深入 3 日游

线路特色：本线路选取了特色最突出的几个岛屿进行游览，结合自然风光和人文娱乐，充分利用时间探索完整的塞班岛。

线路设计

D1: 自杀崖 (Suicide Cliff) —— 万岁崖 (Banzai Cliff) —— 日军最后司令部 (Last Command Post) —— 蓝洞 (The Grotto) —— 查莫洛夜市

D2: 军舰岛 (Managaha Island) —— 鸟岛 (Bird Island) —— 美国沙堡秀 (Sand Castle Show)

D3: 塔加海滩 (Taga Beach) —— 喷水海岸 (Blow Hole) —— 丘鲁海滩 (Chulu Beach) —— DFS 线路详情:

D1: 上午开始环岛之旅，首先参观著名的历史遗迹自杀崖和万岁崖以及日军最后司令部，在此感受历史的痕迹。接着去游览蓝洞，先初步探索这个由珊瑚礁形成的石灰岩深洞，有条件的游客一定花些时间在此潜水。晚上返回闹市区，相信一天的行程下来一定损耗了不少体力，这正是到夜市大饱口福的最佳时间。

D2: 上午坐船到塞班岛的明珠——军舰岛，军舰岛虽然非常小，周长都不足两 km，但岛上长满茂盛的热带植物，还有幼白的沙滩环绕着，游客可以在此尽情享受悠闲舒适的海岛生活。下午去鸟岛，鸟岛也不大，运气好的话可以有机会近距离观看海鸟们的可爱模样，或者透过望远镜欣赏鸟群。晚上回到塞班岛用餐，欣赏大名鼎鼎的美国沙堡秀。

D3: 坐船前往北马里亚纳群岛的第二大岛——天宁岛，游览这里值得推荐的三个景点：塔加海滩 (Taga Beach)、喷水海岸 (Blow Hole) 和丘鲁海滩 (Chulu Beach)。它们各有所长，塔加海滩海水清澈，沙滩宽缓，很适合普通游客浮潜与嬉水；喷水海岸场面壮观，让人不由感叹大自然的鬼斧神工；丘鲁海滩隐藏着令人惊异的神奇星砂，给这片净土蒙上了些许梦幻的色彩。下午回到塞班岛，到 DFS 选购商品。

悠闲景点、娱乐三日游

线路特色：玩转塞班精华景点，体验疯狂的娱乐活动

线路设计

D1: 万岁崖 (Banzai Cliff) —— 自杀崖 (Suicide Cliff) —— 鸟岛 (Bird Island) —— 蓝洞 (The Grotto)

D2: 丛林探险

D3: 军舰岛 (Managaha Island) —— 查莫洛夜市

线路详情

D1: 早上可自己去租车进行环岛自驾游，如果怕不识路也可在酒店报一个环岛一日游的旅游团。上午参观二战遗迹万岁崖和自杀崖，然后去看塞班岛著名的景点鸟岛，感受人与动物是如何和谐生活的。下午前往世界第二驰名潜水点——蓝洞，去一探自然的神奇。

D2: 参加丛林探险。大致的行程包括：前往“世界最高峰”——塔帕丘山，参观鳄鱼石海滩，探访土著查莫落的农家以及朝拜圣母庙。

D3: 一早坐船前往军舰岛游玩，在那里可以参加香蕉船、摩托艇、快艇、浮潜、深潜、高空拖拽伞等等海上娱乐活动，晚上回到塞班岛，在查莫洛夜市大快朵颐。

塞班、天宁五日游行程

线路特色：最全面丰富的塞班、天宁景点行程

线路设计

D1: 塔加海滩 (Taga Beach) —— 喷水海岸 (Blow Hole) —— 丘鲁海滩 (Chulu Beach)

D2: 丛林探险 —— 沙堡秀 (Sand Castle Show)

D3: 自杀崖 (Suicide Cliff) —— 万岁崖 (Banzai Cliff) —— 日军最后司令部 (Last Command Post) —— 鸟岛 (Bird Island) —— 蓝洞 (The Grotto) —— DFS 免税商店 —— 查莫洛夜市

D4: 军舰岛 (Managaha Island)

D5: 自由安排

线路详情

D1: 早餐后，环天宁岛旅游。这里必游的有三个景点：塔加海滩 (Taga Beach)、喷水海岸 (Blow Hole) 和丘鲁海滩 (Chulu Beach)。

D2: 参加丛林探险。大致的行程包括：前往“世界最高峰”——塔帕丘山，参观鳄鱼石海滩，探访土著查莫落的农家以及朝拜圣母庙。

晚上到凯悦酒店 (Hyatt Regency Saipan) 观赏沙堡秀的精彩表演。

D3: 塞班岛早餐后，前往市内观光及环岛风景游，景点包括：万岁崖、日军最后司令部、鸟岛、蓝洞（世界第二驰名潜水点，但是记得要带潜水证件和工具）。下午到当地最大免税商店——DFS 扫货，晚上在查莫洛夜市大快朵颐，欣赏最地道的民族舞蹈表演。

D4: 早餐后，可前往水清沙幼的“军舰岛”游玩，你可以在这里选择海底漫步、水上拖伞、潜水艇或登上最高山、东海岸观赏奇石等等活动。

D5: 今天一天可以放松的到处走走，到海滩上慢慢的享受海浪、沙滩和暖阳。



阿锋 塞班岛上动人的日落

节庆 Festivals

火焰树艺术节 (Annual Flame Tree Arts Festival)

每年 4 月下旬举办三天，主要展示马里亚纳和密克罗尼西亚的当地文化，诸如雕刻艺术展等，那些对艺术品感兴趣的游客可以购买真正的原产马里亚纳群岛的手工艺品。节日内会表演优美的当地舞蹈，众多的查莫罗和卡若兰当地食品也将艺术节内展出

活动日期：4 月



马利亚纳国美食暨啤酒节

(Taste of the Marianas International Food and Beer Festival)

在5月15日至6月12日之间的每个星期六举行，这项活动的第一天将揭开北马利亚纳旅游月的序幕。游客有机会品尝那些由岛上的特级厨师所烹制的当地菜肴和国际食物。在整个节日里，最引人注目的是烹饪和鸡尾酒大赛，该赛事邀请了来在国外的厨师担当评委。晚上可以欣赏当地乐队的表演。

举行地点：在美国纪念公园 (American Memorial Park) 举行。

活动日期：欢庆从5月15、22、29日和6月5、12日的每晚6点开始，到9点结束。

圣何塞祭典 (San Jose Fiesta)

每年4月27日至5月4日在圣何塞教堂 (San Jose Church) 举办的祭奠期间，会有祷告、弥撒、游行活动、体育比赛以及各式各样的娱乐活动。

解放纪念日 - 庆典 (Liberation Day Festival Parade)

该项周年庆祝活动为了纪念马利亚纳在1944年从外国人的侵占中解放出来。在庆祝活动期间，有整晚的狂欢活动，还有游戏和美食，每年的7月5日是活动的最高潮。

天宁辣椒节 (Annual Tinian Hot Pepper Festival)

每年的2月18日至2月19日举办，在此期间，游客可以品尝到岛上自产的食品，并欣赏到北马利亚纳群岛年轻人表演的文艺节目。辣椒无疑是活动的亮点，节日期间还会举行吃辣椒大赛和Katdun Pika厨艺比赛。

实用信息 Practical Information

小费

支付小费是对满意服务的表示。从客房出来的时候，放在枕头下1美元。抬行李的时候，一个行李给1美元。应支付餐厅服务生及出租车司机使用金额的10-15%作为小费。有些地方在结算的时候，已把小费计算在里面，这时不必额外支付。在支付小费的时候，用纸币支付才表示礼貌，如果用硬币来支付，就表示对服务不满意。

语言

塞班岛的官方语言是英语，另外还有查莫罗语和加罗林语。不过在当地购物的小店，有很多中国人，所以不会英文的游客想问路什么的，可以去店里碰碰运气。

银行

多数信用卡 (VISA, 万事达 Mastercard, 美国运通 American Express, JCB, Diner's Club, Discover 等) 在岛上都能使用。银行和主要的购物中心都设有自动取款机。岛上的银行周六和周日休息，周一到周四 10:00-15:00，周五 10:00-17:00 营业。

邮局

邮政服务和美国邮政服务的费用是相同的，周一至周五营业，周六上午营业，周日休息。岛上的邮局都位于交通最便利的地方。在塞班还有邮件服务企业。

电话

塞班地区号码是 670。使用酒店里的电话或公用电话，在岛内通话一次计费为 25 美分，通话时间不受限制。游客拨打回中国的国际电话时，可使用预付费电话卡，最常见的是 PTI 电话卡，5 美元可以拨打至中国的国际长途 172 分钟，在酒店大堂内的公用电话上就能使用。这种电话卡岛上的商店都有的卖。如果客人携带的中国手机开通了国际漫游的服务，也可以在塞班岛接收到信号。建议使用预付费电话卡，便宜而且方便。

从塞班拨打中国电话：011+86+ 电话号码

塞班岛拨国内座机：0086+ 区号 (区号前的 0 省略) + 电话号码

塞班岛拨国内手机：0086+ 手机号码

国内拨塞班岛号码：001+ 电话号码

火警、援救、警察、警官、高速公路巡察、救护、紧急医疗和空降救护、紧急援救等各种紧急情况请直拨：911

紧急救助电话：+1-670-6643200/3201

电源

岛上电压是 60 赫兹，115/230 伏特。酒店一般会提供变压器和插头转换器 (美式插头)，但以防万一请自备万用转换插头。

网络

岛上的酒店和大型的公共场所会有免费的 wifi，不过大部分需要向前台或者工作人员索要密码。

医院

塞班岛的医疗设施很完备，不过建议自备常用药品，如感冒、肠胃、晕车船、邦迪等药品 (药品须有包装，并配有中英文注释)。任何游客都可以在塞班岛接受医疗服务，北马利亚纳群岛联邦医疗中心拥有最新的医疗设备及技术精湛的医疗服务人员，为紧急情况发生做好准备。拨打紧急电话 911 时，会有救护车把患者送到医院。

保险

在塞班岛旅行难免会要参加到一些水上运动项目，所以在选择保险的时候，一定要注意是否包含有为高危运动提供的保障和赔付。

保险推荐：美亚“乐悠游”海外旅行保障计划 (Oversea Journey Safe)：适合境外地区旅行的驴友。旅行中参与滑雪、潜水、骑马、自行车等热门运动也在承保范围。

平安“畅行天下”境外旅行保险 全球行基础计划：本计划医疗保险责任保障全面，提供意外伤害，医疗补偿，慰问探访，医疗运送，旅程延误等多重保障，还提供交通意外身故双倍给付，住院津贴，特有的紧急搜救服务保障和家庭财产损失保障。

旅行安全

塞班岛是美国联邦，所有法律是按照美国联邦法，再加之岛上人口少，治安相对来说算很好了。在这里旅行，最需要注意的就是生态安全，在动植物比较丰富的海域，不要随意乱摸乱碰，以免被咬伤或刺伤。独自出门的旅行者尽量不要选择夜晚进入到偏僻的地区，要随时注意个人财产、证件的安全。

出入境 Entry-Exit

护照

到塞班岛旅游的游客护照有效期需要在 6 个月以上。

签证

近年来去塞班岛旅游的中国人越来越多，那里正逐渐成为中国游客新的热门旅游目的地。这与塞班岛所在的北马里亚纳群岛对中国部分公民施行的免签政策分不开。允许落地签入境的部分中国公民必须同时满足以下三个条件：

- 1、持有有效的符合国际民航组织标准的机读旅行护照，护照有效期不少于 180 天（由回程日起计）及身份证复印件（需正反面）；
- 2、持有已定妥座位的联程往返机票，且返程日期必须是入境日期起 45 天之内；
- 3、人赴北马里亚纳群岛联邦从事商务活动和旅游，停留期不得超过 45 天。

需要特别注意的是，中国公民若想免签入境塞班岛，应在出行前特别注意需要同时满足的上述条件；否则，仍需提早办妥相应签证后方可成行。同时达到以上三条并决定去塞班岛的游客，还需要准备两张表格填好，在塞班岛入关的时候交给当地海关人员。这两张表格分别是 I-736 (I-736 表格也被称为“关岛和塞班岛 (CNMI) 免签申请表”)，可以在美国海关和边境保卫局的网站下载（简体版下载网址链接是：http://forms.cbp.gov/pdf/CBP_Form_I736_simp_chinese.pdf）和 I-94 表格 (I-94 表格就是“美国出入境申报表”但它只能是航空公司在飞机上为乘客提供或者到达美国塞班岛后在入境大厅取得)。

持有塞班签证的游客只能在北马里亚纳群岛停留，不能前往美国其他地区。

出入境

在飞机上填写塞班出入境卡、海关申报表（每张最多可填 6 人）。须用英语或拼音填写。

海关

- 1、进入塞班机场，首先过移民关卡，然后先提行李再过海关。海关检查严格，不可携带肉制品、奶制品、新鲜水果等，食品须有中英文注释，每人可携带一条香烟，500ml 低度酒类。
- 2、携带超过一万元以上美金必须申报。
- 3、返程时，不能携带任何贝壳、珊瑚类物品，塞班海关将严格查收并罚款。

外部交通 Getting there

飞机

中国目前只有上海机场和广州机场有直飞的航班。北京目前还没有稳定的直飞塞班的航班。不过会根据每年的客流情况，在一段时间内包机直航。从北京出发的游客，可以选择到上海直飞，或者到首尔转机。首尔转机可通过韩亚航空官网 (<http://cn.flyasiana.com/>) 订机票，不需要韩国签证。首尔到塞班的航程 4.5-5 个小时，成都（经停上海）总程约 8.5 个小时，上海约 4.5 小时，广州约 4 小时。

内部交通 Getting around

岛间渡轮

塞班岛的 Charlie Dock 每日都有船来往于天宁岛或罗塔岛。每日五班船来往塞班岛与天宁岛之间，相对比较频繁。船程约 1 小时，单程船费 13 美元起。

风中双子 塞班岛在天宁岛东北面，相距不过几公里，但坐快船却要一个小时，因为两个岛的码头都在西海岸，船要兜一个大圈的原因。而码头建在西海岸的原因，则是两个岛面临太平洋的东岸都风高浪急，面临菲律宾海的西岸都风平浪静的缘故。

岛内飞机

塞班和天宁之间的主要交通工具为小飞机，由太平洋岛航空 (Pacific Island Aviation) 和自由航空 (Freedom Air) 运营。飞机一次可乘坐 4-5 个人，飞行时间仅 8 分钟。小飞机上的视野非常好，可以俯瞰整座岛屿。虽然岛屿间的飞行距离较短，但是乘客需要持护照登机，并且在登机前进行严格的安全检查。机场离市中心大约 8km，乘出租车约 20 美元。

联系方式：800-603 4594

雀斑公主 按重量分配坐人的小飞机，庆幸自己体重最轻，一直坐在副位的位置上，拍照片相当方便哦。连同行李一起过称呢，300 美金一架，几个人 AA 就可以了，我们飞机上是 5 个人。

李小米 坐着小型飞机，所有行李和人都是要称重的~会发颜色号码牌给我们登机，同颜色的 5-6 人一架飞机。1.2 号坐最后边，3.4.5 号坐中间，6 号就坐副驾位~3.5 号看出去的飞机是最美的，1.2 号也不弱，6 号虽说在副驾位上但风景却不怎么样，但可以跟机司近距离接触也很不错。



雀斑公主 按重量分配坐人的小飞机

公交车

岛上有免税店 (DFS) 巴士往返于酒店和市中心的购物场所，这是完全免费的，不过时间比较固定，要记清始末班时间，不然住地比较偏的错过了末班车，只能打的或者走路回酒店了。



阿锋 有爱的猫熊大巴

出租车

岛上也有少量的出租车，多数在主要的酒店前候客，可以在出行前咨询酒店前台，建议上车一定问清价格。一般起表为 3 美元，以后每四分之一英里 0.7 美元。如有大件行李，每件加收 1 美元。小费按照总金额的 10%-15% 计算。

自驾车

塞班，天宁本岛最适合的旅行方式是自驾，21 岁以上拥有中国驾驶证的游客可以租赁车辆。租车的费用大致价格为四人座的小轿车 50 美元每天，车型的不同价格有所不同。租车时是满油交付的，还车时也要加满油还回，租车时要检查油箱，另外还要缴纳一定的保险费用。在汽车租赁公司，游客可以获得免费的汽车驾驶地图和安全路标指示图。

交通法规：塞班岛是右侧路行线，岛内限速 35 英里 / 小时。驾驶员必须遵守交通法规，如被罚款承租者自己承担，如是违章违法造成的事故，车辆和人员伤亡不在保险范围内（如酒后驾车、超速行驶等）。

关于停车：在塞班除了机场和码头的停车场需要 1 美元 / 小时的收费外，其他都是免费停车场，但要注意不能停在残疾人停车位上（地面上有蓝色划区域标注），请文明停车。

ALAN 租车的手续挺简单的，给他护照和驾照，老板会帮你填好所有东西，最后只要签个名加一个联系方式就 OK，至于费用，有信用卡最好，像我们由于信用卡的美金账户没有开通，就必须先用现金交了租车费，然后再留一个信用卡的卡号（万一车子有什么损坏，车行会用支票的方式在你的信用卡里扣钱）。

付贝琦 楼主和上海小夫妻选择了 QQ 租车，既经济又自由。我们选择是马 3，所以平摊下来每对只需要 33 美金一天。建议童鞋们晚上 7、8 点去借，第二天这个时间去还，这才是最划算的租借方式。

unicorngy 由于在天宁岛时间比较充裕，最好的旅游方式就是租车畅游，在天宁王朝酒店就有租车行，我们租了一台卡罗拉，三小时 60 多美元（包加油和保险），后来才知道原来租一天才 80 美元，所以建议大家几个人合租一天，天宁这么大的地方，一天玩得通通透透，会很过瘾的



阿锋 塞班的高速公路

旅行路上 Travel on the road

《神秘的塞班》

作者是蒋大卫，是一本散文集，书中讲述了主人公在塞班岛和柬埔寨工作期间的见闻。文章不仅记录了塞班岛的地理环境、自然风貌、乡土人情和风俗习惯，还详实的描写了很多许多鲜为人知的奇妙景色和事物，而且记录了作者根据亲身的经历对许多重大历史事件和当地人文景观引发的感想和分析。

List

名称	地址电话	你的选择
军舰岛	Managaha Island	<input type="checkbox"/>
鸟岛	Bird Island	<input type="checkbox"/>
美国纪念公园	Industrial Dr, Garapan, Saipan +1-670-2347207	<input type="checkbox"/>
卡梅尔山天主教大教堂	Mount Carmel Cathedral, Chalan Kanoa, Saipan	<input type="checkbox"/>
日军最后司令部遗址	Beach Rd, Chalan Kanoa, Saipan	<input type="checkbox"/>
万岁崖	Banzai Cliff, Saipan	<input type="checkbox"/>
自杀崖	Suicide Cliff, Saipan	<input type="checkbox"/>
塔帕丘山	Mount Tapochau, Saipan	<input type="checkbox"/>
蓝洞	The Grotto, Saipan	<input type="checkbox"/>
麦克海滩	Micro Beach, Saipan	<input type="checkbox"/>
禁断岛	Forbidden Island, Saipan	<input type="checkbox"/>
鳄鱼头海滩	San Juan Beach, Saipan	<input type="checkbox"/>
劳劳海滩	Lau Lau Beach, Saipan	<input type="checkbox"/>

