作者：Robert万 最后更新日期：2013年3月6日

BOHOL 薄荷岛

目录

P1 …… 穷游er忠告 语言帮助 当地人的生活 薄荷岛速写
P2 …… 薄荷岛地图
P3 …… 邦劳岛和塔比拉兰地图 景点
P4 …… 景点
P5 …… 线路 实用信息 旅游日历
P6 …… 旅游日历 城际交通 市内交通
P7 …… 活动 餐饮
P8 …… 住宿 购物 安全

穷游er忠告

★ 菲律宾是热带地区，紫外线十分强，请注意带好雨伞和防晒霜。但是任何雨伞和阳伞都请托运，依规定，伞不得随手提行李带上飞机。

★ 菲律宾是天主教国家，在薄荷岛上不要说亵渎天主教的话。

★ 薄荷岛上有贫民区和富人区， 避免晚上和单独在贫民区行走。

★ 菲律宾的蚊子非常厉害，尤其是那种花腿的蚊子，有可能带登革热病毒。请注意提前在国内买好登革热预防药膏，或者在菲律宾的超市购买。

★ 在薄荷岛乘坐出租车和其他交通工具要注意，要先跟司机讲好价格，最好要求打表，如果不放心就带上笔纸让司机把价格写下来。打表要注意打表的起价，有时候会从某个价格开始计算，就很贵。

★ 住薄荷岛酒店时，个人贵重物品随身携带，或寄放酒店保险箱，遗失酒店概不负责。

语言帮助

★ 当地语言

菲律宾官方语言是英语和加禄语。薄荷岛有自己的方言，为米沙鄢语。薄荷岛是出名的旅游圣地，几乎每个人都会说一口流利的英语。

★ 日常对话

如果你会用简单的当地话， 可以很快和当地人打成一片和享受优惠。

Mabuti - 你好
Sori ha - 对不起
Hindi - 不
Kubeta - 厕所
Magalou - …多少钱?
Tuka paalam na po - 结账
Ano po ang pangalan minyo - 再见
Salamat - 谢谢
Oo - 是
Tulong - 救命
Pagkain - 点菜

当地人的生活

菲律宾人被认为是世界上最快乐的人，他们总是笑容满面、天生乐观，就算是家里的房子被烧了，他们痛苦一会儿，然后又会笑着说：“一切都交给上帝吧，上帝会保佑我们的。”菲律宾人几乎都有一副好嗓音，三个人在一起就可以组成一个乐队，非常欢乐。有一些薄荷岛人非常没有时间观念的，约好的时间总会迟到。

薄荷岛速写

插座： 电压：220V 频率：60Hz

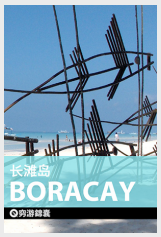
薄荷岛是菲律宾中部米沙鄢岛薄荷省最大的岛，位于宿雾岛的东南部。薄荷岛被73块小岛所包围，其中最大的是邦劳岛。薄荷岛海岸线长261公里，无疑是潜水者的天堂，附近有70多个著名潜水点。在海底，你有机会看到沙丁鱼风暴、海龟、鲸鲨、海蛇、美丽的珊瑚等各种海洋生物。世界各地的潜水爱好者都把这里称为“度假的天堂”。同时薄荷岛也是非常适合小朋友旅行的地方，这里有哈利波特的拍摄外景地巧克力山、菲律宾独有的眼镜猴和成批的海豚。

薄荷省唯一的市——塔比拉兰市(Tagbilaran)，位于薄荷岛上。除此之外，在薄荷岛上还分布着许多小镇。一般游客都会选择在塔比拉兰市购物，在薄荷岛的海滩住宿，位于邦劳岛的阿罗娜海滩(Alona Beach)是背包客比较集中的地方。

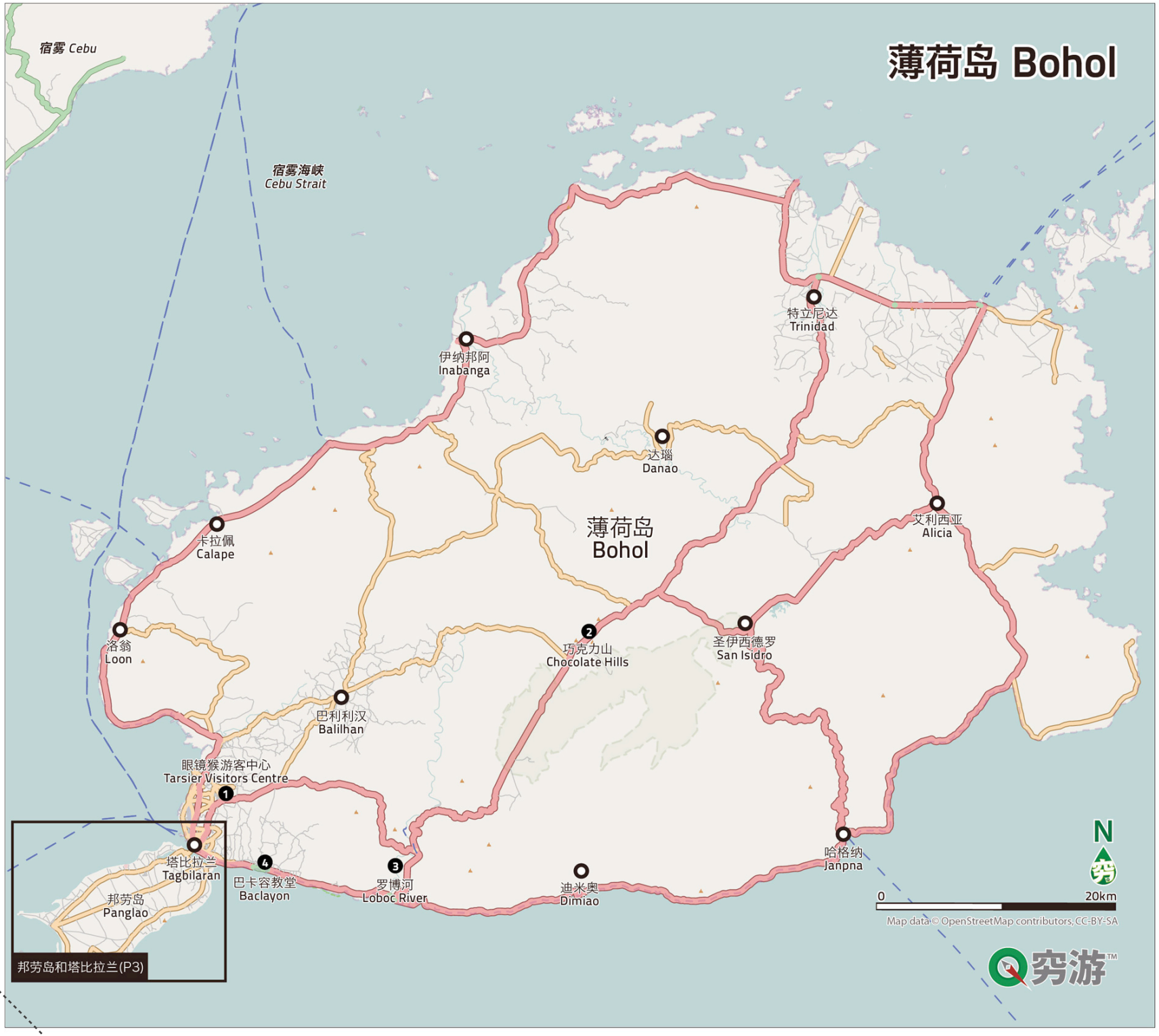
薄荷岛景点非常集中，最好的旅游方式就是包车和包船分别游览陆地和海上的景点。菲律宾的交通设施不是太发达，最主要交通工具是Jeepney(私营小Bus)、Tricycle(人力或机动三轮车)和Habal-habal(摩的)，薄荷岛也是如此。

薄荷岛是一个非常适合休闲度假的地方，这里节奏非常慢，时间是用来享受和浪费的。每天要做的事情就是让自己更享受，享受奇妙的海洋世界，享受海滩椰树， 享受美食和琼浆。

我们还有



穷游锦囊是由穷游网策划、网友贡献内容的迷你旅行指南，以"最精炼"、"最实用"、"最新鲜"为宗旨，给穷游er们免费使用。请不要用于商业用途。文中的logo版权属于原公司。



景点

1. 眼镜猴游客中心 Tarsier Visitors Centre
2. 巧克力山 Chocolate Hills
3. 罗博河 Loboc River
4. 巴卡容教堂 Baclayon

地图A

实用信息

医院

交通

机场

码头

景点

1. Alona Beach
2. 处女岛 Virgin Island
3. 薄荷岛海滩俱乐部 Bohol Beach Club
4. 蜜蜂农场 Bohol Bee Farm

餐饮

5. 金字塔度假村 Alona Beach Pyramid Resort
6. 失乐园餐厅 Lost Paradise Restaurant
7. Trudis Place
8. Isis Thai Restaurant

购物

9. 海岛城市商城 Island City Mall

地图B

景点

★ 眼镜猴游客中心 Tarsier Visitors Centre 见地图A标识 ❶

眼镜猴是菲律宾国宝，多生活在菲律宾南部，是濒危保护动物。眼镜猴的体型非常小，有着大而圆的眼睛，像带了副眼镜，所以得名眼镜猴。它的尾巴很长，总是跳跃行动，习惯夜间活动，样子十分讨人喜爱。在薄荷岛千万不要错过在眼镜猴游客中心观赏这种可爱的小精灵。

眼镜猴游客中心是薄荷岛著名的眼镜猴人工饲养参观点。这里的每棵树上都有几只眼镜猴，游客可以近距离观察眼镜猴的各种可爱姿态和它的小脑袋是如何能旋转180°的。游客中心还安排有游客与眼镜猴合影的项目，但是不可以用手接触。建议不要在雨天去，雨天眼镜猴都藏着不出来哦。

到达方式：眼镜猴游客中心距离塔比拉兰大约10公里。每天6:00到次日0:00从塔比拉兰公共汽车站和海岛城市商场(Island City Mall)搭乘有“Corella-Sikatuna”标识的巴士和Jeepney，在车上跟司机说在Tarsier Visitors Centre下车即可。 单人票价大概为30比索，车程30-40分钟，从塔比拉兰乘坐出租车到眼镜猴游客中心大概20分钟左右，一般单人票价250比索可以搞定，记得要砍价哦。
开放时间：8:00-16:00。
门票：50比索。
www.tarsierfoundation.org

★ Tips：保护眼镜猴
因眼镜猴体型小又胆小，而且闪光灯会弄伤它的眼睛，所以拍照一定不要开闪光灯，不要用手触摸它们。

★ 巧克力山 Chocolate Hills 见地图A标识 ❷

巧克力山是薄荷岛卡门(Carmen)附近一处自然奇景，这里是电影《哈利·波特》的取景地，哈利·波特骑着扫帚在山顶上飞过的镜头就是在这里拍摄的。所以在山顶有大扫帚出租，游客可以骑着扫帚摆Pose拍照。巧克力山由1268个小山丘组成，这些小山高度都在40到120米之间。每年2-5月份的旱季里，小山上的草木会变成褐色，远看这些山，就像一个个巧克力一样。所以称为巧克力山。其他季节山则是碧绿色的，看上去非常爽目。爬到游览中心顶端可以望见巧克力山的全貌，十分壮观。

到达方式：每天6:00至21:00从塔比拉兰公共汽车站都有发往Carmen的巴士，大概一小时一班。票价大概为每人40比索，到站后可以坐Tricycle车前往巧克力山，价格大概为每人30比索。
开放时间：24小时开放。
成人票价：10比索。

★ Tips：景点门口小商店
眼镜猴游客中心和巧克力山的门口都有小商店，在这里可以买到眼镜猴饰品和菲律宾特色的木制品等，价格非常公道。但是想买钥匙链作为礼品送人的话，小摊更便宜，100比索6个。

★ 罗博河 Loboc River 见地图A标识 ❸

罗博河长58公里，两岸被丰富的植被覆盖，被称为东方亚马逊。泛舟罗博河，在静静的河水中徜徉，一边欣赏热带雨林风光，一边品尝菲律宾特色餐，真是非常惬意呢。在前往布塞瀑布(Busay Falls)的泛舟途中，当地的歌手和吉他手会为客人演出热情狂热的菲式歌曲，你也可以点歌，他们还能演唱几首中国歌曲，会给你带来惊喜。泛舟尽头是菲律宾少数民族的居住地，可以在这里观赏少数民

族表演射箭、钻火圈、吞火等节目。罗博河泛舟全程约一个小时左右。途中会经过一个团体演出的表演台，乘客可选择性的捐款。

地址：与眼镜猴游客中心很近。
开放时间：8:00-16:00。
票价：400比索。自助餐和船票分开买，船票是100比索，自助餐是300比索(种类可选择)，船上的饮料是另外付费，不包含在自助餐范围之内。按照船票上写的登船入口上船即可。也可找当地旅行社跟团或者找Alona Beach揽客的当地人包车，他们可以到你住的地方接你，然后把你送到罗博河河边。

★ 巴卡容教堂 Baclayon 见地图A标识❹

巴卡容教堂是亚洲最古老的教堂，大概有420年历史，外表沧桑古老，但内部金碧辉煌，庄严神圣。据说起初这个教堂是由强抓的200多个劳工所建，材料全部是珊瑚石，黏合物很特别，不是水泥和树胶，而是用了几百万个鸡蛋。教堂风格为西班牙式的，教堂里有一个博物馆，主要是展示十六世纪的宗教古董文物，这个教堂有一个非常古老的钟，大概有270多公斤重。

到达方式：从塔比拉兰市出发坐Tricycle到巴卡容教堂大概100-150比索，乘出租车200比索。从Alona Beach出发到塔比拉兰市(一般是到达塔比拉兰市的码头)坐Tricycle大概250，时间大概一个小时左右，然后按照上面的路线继续走可以到巴卡容教堂。
开放时间：6:00-21:00。
票价：教堂参观免费，博物馆25比索。

★ Tips：包车游是最佳选择

从Alona Beach到这些景点非常远，大概要两个小时。一般有两个方案，第一从Alona Beach先到塔比拉兰公共汽车站和海岛城市商场，乘坐Tricycle每人大概为200-300比索，乘坐出租车则为300-400比索， 然后参考上面的方案到达。

作者建议找Alona Beach附近的旅行社或者找在Alona Beach揽客的当地人，他们都在推销专门项目的包车或者包Tricycle一日游，包括眼镜猴游客中心、巧克力山、罗博河、巴卡容教堂等5个景点(司机会给一个景点菜单，让乘客根据时间选择)，4-5人的话2000比索是普遍价格，如果人多，比如8人的大车会到3000，但不包括门票。这样你一天就可以玩几个景点，这里的包车不像国内是有时间限制的， 由你来定时间，想玩多久玩多久。

★ 巴里卡萨岛 Balicasag

巴里卡萨岛是位于海中央的一座珊瑚小岛、世界知名的潜水圣地。最大特色是在巴里卡萨大断层附近浮潜，一边是1米多深的海床，突然间出现1000多米的大断层，海床水是热的，大断层的水是冰凉的，为这里的海洋生物提供了最佳的生活地。在这里浮潜可以看到各种热带五彩鱼、海龟、海蛇、珊瑚和海星，更有可能看到海豚哦。露出海面的部分就是巴里卡萨岛，这里已被世界联合国组织列为保护的海底区域，景观相当壮丽。

到达方式：从Alona Beach出发，包船玩三个项目，包括出海看海豚、巴里卡萨岛浮潜、处女岛跳岛，1600比索/船，可以载6-8人船。三个项目可以在旅行社预订，也可以早上在海边找私人螃蟹船直接上船，只要你在Alona Beach沙滩上走上一圈，有非常多揽客的当地人来介绍这三个项目。

★ Tips：跳岛游额外费用

到巴里卡萨岛要交100-150比索的环境保护费。如果租浮浅装备也是要单独花钱的，150比索左右，也可自带装备。

★ 处女岛 Virgin Island 见地图B标识❷

处女岛是一个非常美丽的无人小岛，这个小岛有一个迷人的长长弯弯的月牙形沙滩，像极了新娘婚纱蜿蜒的拖尾，退潮的时候它就会完整的显现出来，在水中可以走出几百米远，海水清澈透亮，颜色层次分明，仿佛童话世界。一般在上午和中午退潮时候可以登录这个小岛，早上和晚上有潮的时候，小岛会被淹没，只露出海滩上的植被。沙堤外面的海床上全是茂密的海草，而海草中，埋了很多“地雷”——海胆！这也正是尽管水很浅，但人却不能涉水上岛的原因。中午上岸时候，有许多卖海胆的渔民，可以尝尝生猛的鲜海胆，非常刺激。

到达方式：从Alona Beach出发，包船玩三个项目，包括出海看海豚、巴里卡萨岛浮潜、处女岛跳岛，1600比索/船，可以载6-8人船。三个项目可以在旅行社预订，也可以早上在海边找私人螃蟹船直接上船。

★ Tips：卖海胆的小贩

下船登岛时，会有非常多的卖海胆的小贩围着你，随便敲海胆给你，20比索一个，并且会不停的敲，如果不想周旋，建议绕道而行。

★ 薄荷岛海滩俱乐部 Bohol Beach Club 见地图B标识❸

Bohol Beach Club薄荷岛海滩俱乐部(简称BBC)，它是薄荷岛拥有最漂亮私人海滩的度假酒店。菲律宾旅游局在自己网站上把BBC列为薄荷岛最值得居住的酒店之一。

在这里，你可以住在海景房里，每天欣赏洁白的海滩，碧绿的海水，绿色的椰林，充分享受度假的安乐。BBC不远就是彭加奴，彭加奴是菲律宾非常出名的潜水点，这里你可以看到美丽的珊瑚，各种颜色的海星，有时候还可以看到沙丁鱼风暴，海豚和鲸鲨。

到达方式：从Alona Beach出发，坐Tricycle大概150比索可以到达薄荷岛海滩俱乐部，包车一般200-300比索。 薄荷岛海滩俱乐部位于塔比拉兰和和Alona Beach中间。
门票：如果不是在BBC 住宿， 参观门票是500比索。

★ 蜜蜂农场 Bohol Bee Farm 见地图B标识❹ 作者推荐

蜜蜂农场是薄荷岛近几年非常出名的一个以健康生态食物为特点的景点，在全国都有分店。在这里不仅能品尝到以“蜂蜜养生美食”为主题的各种菜品、参加各种农场活动，还有客房可住宿，有礼品商店可以买到蜂蜜相关的产品。来这里，吃饱后随意的在农场里逛逛，各种特色的装饰、木雕都很意思。(特色餐食和产品请参见餐饮、购物部分。)

地址 ： Dao, Dauis, Panglao Island, Bohol
电话：+63-38-510-1822

路线

★ 薄荷岛一日游

如果赶时间，可以推荐薄荷岛一日游路线。早上6:00起个大早从Alona Beach出发坐船去看海豚，大概需要两个小时，然后8:00左右再坐船到世界浮潜天堂——巴里卡萨岛大断层浮潜两个小时，再继续坐船到处女岛拍照，大概11:30可以完成三个项目。中午回到Alona Beach后，驱车半个小时到蜜蜂农场享受有机食品午餐。美餐后去附近薄荷岛海滩俱乐部享受海滩和进行其他室内活动。16:00驱车到海岛城市商城购买薄荷岛土特产。

★ 薄荷三日游

到了薄荷岛当然首先要享受大海。

第一天：在薄荷岛背包客的天堂Alona Beach享受海滩轻轻的海风，银白的沙滩，碧绿的海水。大概7:00左右坐螃蟹船出海看海豚，游客会看见成群的海豚在海上玩耍，然后坐船到世界浮潜天堂——巴里卡萨岛大断层浮潜，看五颜六色的热带鱼，珊瑚，海龟和沙丁鱼风暴，并且有机会穿越世界出名的大海断层。12:00左右出发到达仙境一般的处女岛，在海岛上品尝海胆，菲律宾烤香蕉等。吃好以后可以开始拍照、在沙滩晒太阳、尽情游泳和享受在海滩的乐趣。16:00左右坐船回到Alona Beach，晚上在Alona Beach吃海鲜，狂欢，聊天和参加Party。

第二天：一早在Alona Beach找出租车或者Tricycle首先去游览富有热带风情的罗博河，在船上欣赏菲律宾乐队美妙的歌喉。中午在船上品尝具有菲律宾特色的食品。然后驱车游览薄荷岛最古老的天主教教堂——巴卡容老教堂，感受基督教文明对菲律宾的影响。下午15:00左右去眼镜猴游客中心观赏薄荷岛独有的眼镜猴，大概16:00左右到《哈利·波特》的外景地巧克力山。

第三日：早上从Alona Beach驱车出发到达薄荷岛最好的海滩——薄荷岛海滩俱乐部，在这里度过休闲的一上午，可以在海滩上晒日光浴，在海中戏水，也可以在室内进行各种项目如保龄球、台球、游泳、按摩、棋牌。中午到蜜蜂农场享受薄荷岛最好的有机蜂蜜食品。下午驱车到海岛城市商城购物购买薄荷岛土特产品。

★ Tips：小心船老大的小伎俩

参加“跳岛游”回来时，有些船老大会以有海浪或其他理由说船不能靠岸， 然后将船停在一个小港口， 船老大会让他们的亲戚用摩托车或Tricycle载你回旅店，这些亲戚会乱收费。在上船时候和船老大讲好一切， 避免被宰。

实用信息

★ 游客中心

薄荷旅游中心位于Alona Beach入口处，十分好找，这里的服务人员非常热心。

电话：+63-038-502-9100
www.touristcenter.com.ph/philippines/corporate/tcc_bohol.html

★ 地图

在薄荷岛游客中心可以随时拿到免费的地图。

★ 电话

当地最大的手机运营商为Globe，其次是Smart。SIM卡在手机店都可以买到，一般40比索。充值卡在任何一个小杂货店都可以买到，一般你说充多少，杂货店老板就给你充多少。Globe和Smart卡通话费用都是7比索/分钟，在菲律宾境内没有漫游费用。短信1比索一条。发短信回中国，0086+中国号码就好，费用为6比索一条。国际长途0086+中国号码，15比索一分钟。如果打中国电话比较多，建议买Globe的IDD卡，5比索一分钟。

★ 网络

在Alona Beach，一般的酒店和800-1000比索以上/每晚的客栈都提供免费WIFI，游客住店的时候店主会告诉你密码。Alona Beach入口附近有一个网吧， 价格为40比索一小时。

★ 货币帮助

兑换

在海岛城市商城Island City Mall一楼有一个兑换点，营业时间从10:00-21:30，1美元大概兑换42比索。Alona Beach有许多兑换点，1美元大概兑换40比索。人民币兑换汇率特别低，1人民币兑换6比索或者更低。具体汇率要根据当日汇率情况而定。作者建议大家在国内换好美元到菲律宾兑换，美元在这里汇率最好。但要注意：很多兑换店周六日都不开门。

银联

用银联卡直接提现比索的话也是可以的，而且汇率为央行的汇率。在当地BPI(Bank of the Philipines Island)的ATM机或者是带有银联标志的ATM机上都可以提款。每天最多只允许提10000比索，并且每提一笔要收取200比索的手续费。

在Alona Beach的入口处有BPI的ATM机，没有贴银联标志，但也可以用银联卡提现。

刷卡

在海岛城市商城Island City Mall 和一些大的酒店都可以刷信用卡和VISA 、Master的借记卡。

★ 邮局

Philpost in Bohol Quality Post Office Branch

在这里可以买到明信片并且邮寄。在Alona Beach入口处的游客中心也可以邮寄名信片。从薄荷岛邮寄明信片回国内大概15比索。

地址：在塔比拉兰市区
邮局工作时间：8:30-18:30，周六日休息。
电话：+63-038-411-2631
www.philpost.gov.ph

旅游日历

★ 旅行季节

薄荷岛属热带海洋性季风型气候，一年有三季，凉季、干季及雨季，但是温差不是非常大。一到二月为凉季，是旅游的是最佳季节；三到六月为干季，也非常适合旅游；雨季为七到十月，不适合旅游。

★ 节日

五月花节 Flores De Mayo / Santacruzan 5月最后一个周日

五月花节是菲律宾非常神圣的一个节日。节日的主要目的是感谢圣母玛利亚所赐的恩典，尤其是丰收。节日当天下午，菲律宾人穿上最好的衣服聚集教堂，当节日仪式开始的时候，穿着白色衣服的小女孩会向玛利亚撒花，然后有非常热闹的游行。这个节日另外一个亮点就是游行队伍后面的花车皇后，选择花车皇后的标准非常高，首先要品德高尚，其次必须美貌。在花车前面是九个漂亮的姑娘扮演的花神拿着教堂的圣杯和其他圣器，花车后面是几个英俊的小伙子拿着宝盖，跟在花车队伍后面的菲律宾人每个人手里都拿着一个点燃的蜡烛，唱着圣歌。在节日结束以后， 大家会轮流进行宴席请客。

嘉年华 Sandugo Festival Tagbilaran City 7月1日-7月2日

嘉年华是薄荷岛本土特有的一个节日。节日的主要目的是庆祝薄荷岛人和西班牙人的友谊。400年前，著名的西班牙探险家乐高思比登陆薄荷岛，和当地酋长签订友好协议。从那以后，每年都会庆祝这个节日。节日项目非常丰富，有菲律宾著名的选美比赛，还有舞蹈比赛和话剧表演等。薄荷岛的西班牙混血美女非常多，也非常漂亮，全国出名，所以这里的选美比赛几乎成为嘉年华活动的亮点。

圣诞节 Christmas 12月25日

菲律宾是一个天主教国家，圣诞节当然是最重要的节日。菲律宾人在圣诞节大概有三个星期的假期，家家户户开始装饰圣诞树，挂起彩灯。圣诞节如同中国的春节一样，非常热闹，小孩子会穿上新衣服，得到父母的礼物，大人会互相拜访和举办家庭宴会，教会会举行非常大的庆祝仪式和慈善活动来帮助穷人。

圣周 Holy week

从棕榈主日(复活节前一个星期日)开始到复活节结束

整整一周的时间，这段时间是菲律宾最重要的假期，全国都放假，商店关门，连部分公共交通都停止运营。复活节当天教堂会举行盛大的弥撒仪式。在圣周期间可以看到菲律宾人携家带口蜂拥到各个海岛和旅游景点度假。交通、住宿、游览项目的价格在这个时期会上涨，并且经常爆满。所以，应尽量避免在这个时间段到菲律宾旅行。如果只能选这个时期，那么尽量提早预订交通和住宿。当然，这段时间将有幸观赏到当地各种活动、仪式，聚会也丰富多彩，让人大开眼界。

城际交通

没有从中国直接飞往薄荷岛的飞机。一般是从马尼拉国际机场坐飞机飞往宿雾机场，然后乘坐出租车到达宿雾码头，再坐两小时快船到达薄荷岛的塔比拉兰码头(TAG)。也可以从马尼拉国际机场直接飞往薄荷岛塔比拉兰机场。但这个机场由于太小，经常因台风等问题停飞。为了安全或者时间考虑，还是建议从宿雾前往薄荷岛的交通方式。

★ 机场

✈ 塔比拉兰机场 Tagbilaran Airport，TAG

塔比拉兰机场是薄荷岛唯一的机场，离市区近，但非常小。宿雾航空和菲律宾航空都有到这里的航班。每天宿雾航空从马尼拉国际机场到塔比拉兰机场有两班飞机，分别在8:25和12:00起飞，飞行时间1小时15分钟。

从机场可以直接乘坐车租车去Alona Beach，价格大约为400-500比索。乘坐Tricycle的话每人250到300比索。如果想知道塔比拉兰机场详细消息，可以参考其网站查询：
www.bohol-philippines.com/tagbilaran-city-airport.htm

✈ 宿雾机场 Mactan-Cebu International Airport，CEB

每天宿雾太平洋航空从马尼拉国际机场有17个航班到宿雾机场，可见宿雾和薄荷岛是非常热门的旅游圣地。其他如菲律宾航空、Zest Airline等，每天也有许多航班从马尼拉到宿雾。值得注意的是从宿雾机场离开时需要交200比索机场建设费。

在宿雾机场可以到机场内的Information Center拿张宿雾地图，在机场乘TAXI不要到专乘TAXI的区域(那里统一价375比索，宰人的)。应该走出机场，到当地人候车的地方去等车，机场保安会帮你拦TAXI的，不另外收费，还会很贴心地帮你把车牌号记在纸上给你保存。乘TAXI前最好先问下是否By Meter(打表)，如果打表的话就可以乘坐。要注意打表的起价。

从宿雾机场乘坐出租车到宿雾PIER1码头，费用大概为300比索，没有Tricycle 。在PIER1码头乘坐快船到薄荷岛TAG码头，快船运行时间大概为两个小时。每天有十班快船，最早的为7:40，最晚的为20:00， 每1.5小时一班。快船船票单程410比索，其中10比索为保险费用。

在薄荷岛TAG码头有许多的出租车和Tricycle，从TAG码头到Alona Beach大约1个小时左右，Tricycle大概每人为250比索，乘坐出租车的话300-350比索左右。

市内交通

薄荷岛是个小城市，交通不太发达，主要交通工具为Jeepney(菲律宾特色的吉普车)和Tricycle，Tricycle起价30比索，Jeepney一般上车为8比索一人，根据路段长短添加费用。

活动

★ 斗鸡 Sabong

菲律宾人的国粹是斗鸡，全国都非常风靡，在世界上也很出名。斗鸡在菲律宾的历史长达300多年。菲律宾男人认为斗鸡象征勇敢。这里几乎每家每户都养着斗鸡。如果你和菲律宾男人说起斗鸡，他们会滔滔不绝， 他们爱斗鸡就像自己的子女一般。

在斗鸡场里总是挤满了人，大家欢呼、加劲。他们会对两只鸡下赌注，如果赢了就可以有很多钱，所以有许多职业的斗鸡人。也有输得倾家荡产，乞讨睡大街的人。

 在拍摄别人之前，请尽量取得被拍摄者的同意。如果有幸被允许拍照，请尽量在旅行结束后给他们寄回一些照片。

在薄荷岛上，斗鸡非常流行，如果你想看斗鸡表演，可以在周日前和旅行社联系。在周日，他们会带你参观有趣的斗鸡表演。

★ Tips：晕血勿入

斗鸡时当地人会在鸡的腿上绑上刀片，斗鸡过程会有血腥场面，比较残忍，如果你不能接受这样的场景，最好不要到现场观看。另外，最好不要参与下注。

餐饮

★ 当地特色美食

薄荷岛餐饮以海鲜为主，在Alona Beach 分布了大概40家海鲜大排档。菲律宾受美国文化影响，主要以西餐为主，口味以甜咸为主，价格相比国内的正宗西餐来说一点不贵，主菜基本上不超过150比索。

金字塔度假村 Alona Beach Pyramid Resort 见地图B标识❺

老板是一个非常和蔼的菲律宾大叔，主要经营菲律宾烧烤，如龙虾、海鱼、明虾等。口味以咸甜为主。

地址：Alona Beach, Panlao Island, Bohol

电话：+63-38-502-9168

人均消费：200比索左右。

alona-pyramid.com/www/contact-us

失乐园餐厅 Lost Paradise Restaurant 见地图B标识❻

这个餐厅是海滩上非常火爆的一个海鲜大排挡，你可以在排挡里就餐，也可以在海滩上吃。这里的海蟹非常爽，汁多肉嫩，是一特色。海鲜口味为菲律宾咸甜口味，此外这里的芒果汁非常纯正。几乎在旅游旺季的时候都有人妖表演，非常吸引人的眼球。

地址： Alona Beach, Panlao Island, Bohol

电话：+63-38-502-9099

人均消费：180-200比索左右。

www.losthorizonresort.net/alona-beach-bar-and-restaurant

蜜蜂农场 Bohol Bee Farm 见地图B标识❹

这里的大厨把蜂蜜使用得出神入化，能与食材最初的味道融为一体，而且大多都是用农场自家种植的有机蔬菜制成，著名的“生菜色拉”就是连艳丽花瓣也可以直接食用的，颇受女性游客的喜爱。特别推荐蜂蜜千层面，这个菜粗看起来非常普通，但一入口味蕾有瞬间绽放的感觉.。千层面本身倒也无奇，而是由于添加了本地新鲜的蜂蜜原浆，然后与茄汁熬制混合在一起形成了蜜蜂农场的独家酱汁，让整道菜有了画龙点睛的作用。推荐冰淇淋：Halo-halo，非常好吃！

地址 ： Dao, Dauis, Panglao Island, Bohol

电话：+63-38-510-1822

人均消费：500比索左右。

www.boholbeefarm.com

★ 世界特色

薄荷岛也聚集着世界各种风格的餐厅，如韩国餐厅、美国餐厅等。

Asiatika Restaurant

老板娘是韩国人，主营韩国菜，菜色以酸辣为主。在这里你可以吃到地道的韩国菜如紫菜包饭、韩国黄牛汤、冷面、韩式火锅等。

地址：C.P.G. Avenue, Tagbilaran City, Bohol, Philippines

电话：+63-38- 411-2599

人均消费：350比索左右。

大长今韩国料理店

主要为韩国冷面和火锅为主，喜欢韩国菜的人可以尝尝，冷面400比索， 韩国黄牛汤300比索。

地址：很好找，海滩上到处都有这个餐厅的广告。

Trudis Place 见地图B标识❼

基本上是海滩上最便宜的一家，早饭晚饭都可在他家解决。早饭推荐英式早餐，很丰富的一大盘，面包、腊肉、香肠都有了，跟英国本土的味道不太一样，但口感也还不错。晚餐有烧烤，可以烤大块的猪肉、猪肉串、鸡腿、鱿鱼，尤其是Iapulapu石斑鱼250比索一条，比国内便宜很多。

地址：Alona Beach, Panlao Island, Bohol

电话：+63-32-410-7069

人均消费： 200比索左右。

www.trudis-place.com

Powder Keg

非常地道的美国比萨店，不像菲律宾比萨像稻草一样的口感。推荐Rainy Pizza，是这里的招牌。各种比萨大概120比索一个。

地址：Rona Corner，Tawala, Panglao, Bohol.

Isis Thai Restaurant 见地图B标识❽

老板是一个泰国女人，泰国食物非常纯正，大明虾和Green Curry非常经典，是这家店的招牌菜。

地址：Alona Beach, Tawala, Panglao Island, Bohol

电话 ： +63-38-502-9292

人均消费：200比索左右。

快乐蜂 Jollibee

是一家菲律宾的跨国企业。主营连锁快餐业，提供热狗、汉堡和炸鸡等传统西式快餐，类似麦当劳和肯德基，在当地很常见。

★ 中餐

香满楼

据说是薄荷岛唯一的中国餐厅，在塔比拉兰镇上。海鲜和炒菜味道都不错，但比较贵，其中Mango Shake 非常纯正。

地址：从TAG码头一直向前走五分钟可以找到，这个餐厅有很大的广告牌，很远就可以看到。

人均消费：200到300比索左右。

请不要直接施舍金钱、文具或者糖果给不发达地区的孩子，如果想要帮助当地人，可以去做志愿者，或者向当地学校或扶贫机构捐赠。

住宿

沿着薄荷岛有许多中高档酒店，这些酒店分布在薄荷岛的各个区域，分散在岛的一圈。这些酒店有自己的私人海滩，费用大概为100美金/每晚。

Alona Beach是背包客的天堂，靠近海滩边的酒店大概为1500-2500比索/每晚，一般越过这些海滩酒店，有许多小的街道，向里面走20米到30米有许多Guesthouse和小旅馆，价格大概600-1000比索左右一个人。这些Guesthouse和小旅馆即使在旺季，也有很多空房，你可以到Alona Beach后花几分钟直接去找，非常容易找到。或者你一到海滩，有许多揽客的当地人会主动过来搭讪你，然后给你推荐住的地方并且带你过去，他们是非常热情的，做成一笔生意，老板就会给他们佣金。

购物

在薄荷岛你可以买到许多菲律宾本土和当地出名的土特产。菲律宾北部吕宋岛的雪茄在世界上和古巴的雪茄齐名，在这里买雪茄又便宜而且货真价实，价格一般为国内同档次雪茄的一半。薄荷岛的木雕和竹制品在世界也享有良好的声誉，尤其是体现岛国风格和生殖信仰的木雕非常有特色，如木制海船、游艇、男性生殖器等。用贝壳，海螺和椰子做的工业品也非常有纪念意义，游客可以在这里购买到贝壳和海螺头饰和脚饰，椰子灯和椰子篮子。

★ 海岛城市商城Island City Mall 见地图B标识❾

Island City Mall是薄荷岛最大最豪华的购物广场。在广场里，你可以找到世界上几乎各种品牌的电器、服装和化妆品。这个Mall和菲律宾所有的Mall一样，第一层是美食广场和大超市，中间层为服装、化妆品、运动器械和礼品购物区，顶楼为电影院和游戏区。在中间层，游客可以买到当地原住民所做的木雕和贝壳饰品、吉普尼模型、吕宋雪茄和国服巴容。这里的LEE 和LEVI ‘S 牛仔服非常便宜，一般为国内价格的一半。

地址：Island City Mall, Dampas, Tagbilaran City, Bohol

电话：+63-38-501-6206

★ 薄荷蜜蜂农场特色店 The Buzzz Shop 见地图B标识❹

进入蜜蜂农场，在餐厅旁边，你可以看到一个主题商店，在这里你可以买到各种最纯正的蜂蜜，如玫瑰花蜂蜜、兰花蜂蜜等。你也可以买到蜂蜜蛋糕、面包、蜂蜜茶、蜂蜜酒。商店也出售一些小手工业品，如皮质青蛙，皮纸热带鱼钥匙圈等。在这里你还可以买到印有蜜蜂农场字样和蜜蜂图案的纪念T恤衫。

地址：Dao, Dauis, Panglao Island, Bohol

电话：+63-38-510-1822

★ 阿罗娜海滩入口处购物区

在Alona Beach入口处有一个小的商业区，聚集着十几家商店。商店的主要特色是出售各种印有薄荷岛英文字样的T恤衫，具有热带特色的海滩裙、海滩裤和眼镜。在这里，游客也可以买到眼睛猴、巧克力山、鲨鱼和海龟的纪念品。此外，这里菲律宾的国服巴容非常便宜，而且很有特色，几乎都是用亚麻做的，轻便透气。

地址：Alona Beach, Panlao Island, Bohol.

安全

薄荷岛报警电话：117

薄荷岛火警：160

火警还可拨打：+63-038-411-3120, 235-4941,235-3911

★ 治安

薄荷岛属于旅游区，总体治安非常好，民风比较淳朴，但还是应避免晚上一个人独行。

★ 中国使领馆

中国驻宿务总领事馆

Embassy of the People's Republic of China in Philippines/Cebu

地址：Cebu Fil-Chinese Volunteers Fire Brigade Building, Don Julio Llorente Street, Barangay Capitol Site, Cebu City 6000, Philippines

办公室电话：006332-2563455、2563422 0063-9173510920

领事、签证电话：006332-2563456 0063-9175495614

cebu.chineseconsulate.org/eng

★ 医疗应急

菲律宾总体医疗水平很差，药品和医疗费用昂贵。在薄荷岛，私立医院、贵的医院就算比较好的，但是相对而言。有些医生只是租用医院房间的私人医生，价钱是国内看病的的3-6倍左右。医院、诊所非常容易找到，一般都在市中心和城镇中心。

Bohol St. Jude Hospital

地址：Carlos P. Garcia Avenue, Tagbilaran City, Philippines

电话：+63-38-50-8084

Gov. Celestino Gallares Memorial Hospital 见地图标识⊕

地址：M Parras St, Tagbilaran City, Philippines

电话：+63-38-41-4868

Mmg-Bohol Cooperative Hospital

地址：B Aquino Av, Tagbilaran City, Philippines

电话：+63-38-500-1298

★ 应急小纸条

姓名 Name:

年龄 Age: 血型 Blood type:

电子邮件 Email:

家庭地址 Home Address:

酒店地址 Hotel Address:

紧急联系人 Emergency Contact:

您还可以在这里添加一些其他重要信息:

感谢网友：sean3076

穷游锦囊的内容由穷游er提供，如果发现信息错误，请发送邮件到：guideeditor@qyer.com，我们会在第一时间更新。请访问穷游网获得更多内容：qyer.com，访问m.qyer.com下载使用穷游移动应用。

 请不要购买任何野生动物制品，包括鱼翅、珊瑚、海龟制品、蛇皮、象牙、犀牛角、沙图什等等。没有买卖就没有杀戮。