

# 歡迎來到 宿霧、薄荷島



宿霧市為菲律賓第二大城，是Visayas地區的政治、經濟、教育與文化中心。擁有從最奢華的渡假中心到平價旅館的住宿選擇，還有購物中心、娛樂會堂、賭場與高爾夫球場，無論你是何種年齡，都可以找到屬於自己的渡假方式。

近來，宿霧利用地形及氣候的優勢，不斷開發觀光事業。國際機場離市區車程只有30分鐘，也有五星級飯店及大型購物中心，白天，你可以深度探索老街市集與現代化的購物中心，或是到風景優美的高爾夫球場上來個18洞，前往教堂感受宗教洗禮，都是不錯的選擇；此外宿霧的166個島嶼都擁有被藍寶石般清澈海水環繞的沙灘，孕育多變的海洋生態，無論是深度潛水，或是自在浮潛，都是完美的選擇；到了晚上，你可以享受各式美食，來場身心靈兼具的SPA課程，或是在博奕場裡小試身手，酒吧裡的熱鬧微醺，更是讓人身心放鬆。

臨近宿霧的薄荷島(Bohol Island)，則是7大世界奇景的巧克力山所在地，在這裡選個渡假村慵懶個幾天，或是前往山林來場生態之旅，與全世界最小的眼鏡猴打個照面，都可讓你感到無限驚奇！而羅伯河的遊船體驗，則可感受到在地居民的熱情與純真，絕對讓你感動難忘。

#### 【版權聲明】

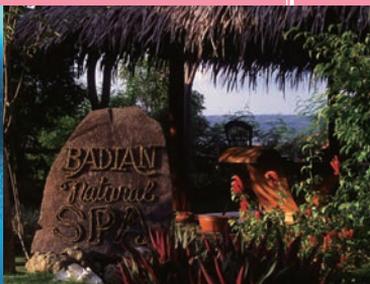
1. 本刊物所有圖文版權為菲律賓觀光部，不得以任何形式翻印或重製。
2. 本刊物內容所介紹之飯店，其圖片有部份是由該飯店本身提供，由飯店提供之圖片，版權亦屬飯店所有。  
感謝圖片提供《悠遊宿霧》一書作者田善妃 / 隋猶

## 在宿霧、薄荷島，你可以…

悠閒度假非常愜意 感受歷史非常懷舊  
目睹奇景非常驚奇 探索生態非常自然  
乘風破浪非常刺激 潛入深海非常體驗  
沉澱身心非常樂活 暢快購物非常愉悅



有這樣的體驗，你還等甚麼？



### 00-01

前言、目錄

### 02-03

宿霧、薄荷島～**6大驚奇串連無限精彩**

### 04-06

宿霧地圖及基本資訊

### 07-9

非常歷史市區觀光－**宿霧必訪景點**

### 10-12

非常購物現代娛樂－**宿霧必吃必買**

### 13-15

非常優閒離島采風－**宿霧必訪離島**

### 16-20

享樂海島天堂－**精選宿霧島飯店**

### 21

薄荷島地圖及基本資訊

### 22-25

薄荷島非玩不可－**看盡生態奇景**

### 26-28

菲長樂活－**精選薄荷島飯店**

### 29

非常SPA樂活養身－**SPA美療需知**

### 30

非常藍海精彩絕倫－**宿霧、薄荷島精彩潛點**

### 31

非常果嶺暢快身心－**精選高爾夫球場**

### 32-33

非常情報－**宿霧、薄荷島重要需知**

# 宿霧、薄荷島

## 6大驚奇串連無限精彩



### 感受歷史風采

看見宿霧之美，從歷史的角度也能心領神會！從宿霧本島的斑駁教堂、古街市集，到鄰近小島上洋溢著西班牙風情的堡壘、教堂，都能看見移民文化與在地風土融合，自然散發出自有的美麗特色；兼容並蓄的民族性格，更可從一場場精彩的慶典歡樂中，感受到最原始的生命力！

### 欣賞絕世奇景

浪漫的神話，造就了薄荷島巧克力山的唯美傳說，而這從平地突起的數百個可愛小丘，在四季的變化中，也呈現出不同的風情；除了全世界最奇特的山景，在原始保護區中，更可以發現全世界體積最小的猴子，正瞪大的眼搭配敏捷的身手，邀請你來一起享受自然。



### 馳騁碧海藍天

宿霧與薄荷島加起來，臨近共環繞了230多個遺世獨立的小島，優美沙灘、清澈海水就像是每個小島的制服般，完美保有了絕美的海岸景觀。當你坐著螃蟹船，穿梭拜訪這些迷人小島，更可以發現這些小島都有自己的風格，都有自己的故事、都有自己的姿態，都有自己的渡假樂趣。

享受一趟完美的宿霧與薄荷島旅程，其實不用太複雜的安排，你只需決定今天要上山還是下海，要走訪的是現代還是孕育歷史的古老建築，要體驗人文還是自然精彩繽紛、要享受美食還是體驗個樂活Day SPA，都可以找到你最想要的旅遊樂趣。在藍天碧海的擁抱中，就算不做任何安排，躺在渡假村的私人沙灘上，一杯咖啡、一杯美酒，也能引領無限樂趣！



## 享樂渡假美學

宿霧與薄荷島，甚至在臨近的島嶼上，當然少不了舒適頂級的渡假村，而這些渡假村最大的特色，就是大多擁有自己的私人沙灘。如果你也懶得規劃行程，就儘管挑個渡假村住下來就對了，享受美食、聆聽海濤，完全放空，就是最大的享受！

## 悠游清湛藍海

除了陸上風景優美，海下的風光更是每年許多潛水愛好者爭相前來的重要原因！如果你有潛水執照，千萬別吝嗇你的體力，因為每處潛點都有不同的生態及特色；如果你還來不及擁有潛水執照，這裡有林立的潛水中心，幾天之內就可以幫你取得證照，或是你也可以戴上浮潛蛙鏡，從海上鳥瞰海底的繽紛，一樣令人感動。



## 自然生活學習

菲律賓是亞洲唯一擁有正統英語系國家，在宿霧也有許多由歐美人前來設立的遊學中心，在這裡除了可以滿足語言學習上的需求，課程中還會帶著你參觀各大小景點，讓你的語言應用可以更完整地在玩樂中自然學習，並融入當地生活。

# 宿霧·薄荷島地圖





## 宿霧·馬克坦島地圖



### 宿霧

**地理位置：**狹長型的小島，位於馬尼拉南方365公里處，周圍有160多個小島圍繞

**人口／語言：**宿霧是個現代化的城市，總人口超過300多萬人，這裡除了官方語言英文、道地的菲律賓語，當地原住民的語言則為宿霧族語（Cebuano）

**氣候：**宿霧終年氣候相當溫和，僅有乾濕季節，屬於海洋性熱帶氣候，每年的12月至次年5月氣候比較乾燥，溫度可高達37℃。6月～11月是雨季，也是颱風季節，要小心午後的短暫雷陣雨。

**時間：**與台灣一樣沒有時差

**交通：**當地的交通工具主要是當地的公車、私人吉普車或是三輪摩托車，另也有Taxi可以選擇。

**主要城鎮：**宿霧市、Arago、Badian、Carcar、Moalboa、Oslob

**搭船出海：**目前宿霧的渡輪公司主要有Super Cat、Oceanjet、Weesam等，這些船對提供了前往宿霧附近離島的航班。

**地形：**除了有美麗的海岸線，宿霧也擁有石灰岩地形及海岸地形，山脈則從北部一路延伸至南部，陡峭的高山最高峰約有1000多公尺，主要的平地是分佈在北邊的Bobo鎮、San Remigio、Medellin以及Daanbantayan。臨近得主要大島嶼則有馬克坦島、Bantayan Island、Camtos Island以及Olango等四處。

### ● 宿霧交通需知

**宿霧省道南站(Cebu South Bus Terminal)：**這裡是宿霧南來北往的重要交通會點，想要前往宿霧個大鄉鎮市集，這裡來找車坐準沒錯。目前這裡有兩機大型的交通公司，分別為Ceres與Sunrays上車前必須購票。



**宿霧三輪車：**可以分為腳踏車與摩托車驅動兩種，對於在市區內短程搭城來說，最方便交通工具，但記住、一定要講完價後再上車。



**宿霧Jeepney：**可以說是菲律賓市區裡的小巴士，大多是個體戶，因此有各種不同的顏色，一般由小貨車改裝成在人數約在10人以下，可以說是菲律賓的特色景觀。



## 宿霧·薄荷島潛水地圖



### 東宿霧及馬克坦島區 (Eastern Cebu and Mactan Island)

1. Capitancillo Island
2. Talong Island
3. Mactan Island - Tambuli
4. Olongo Island - Mabini Point
5. Olongo Island - Mabini Point to Baring
6. Olongo Island - Santa Rosa
7. Olongo Island - Poo
8. Mactan Island - Ambucuan Point
9. Mactan Island - Marigondon
10. East Side of Panganan Islet
11. East Side of Caohagan Reef
12. East Side of Lassuan Islet
13. Kansantik



### 西宿霧及莫亞礁 (Western Cebu and Moalboal)

1. Copton Point
2. Saavedra
3. Bas Diot
4. Tongo Point
5. Pescador Island
6. Badian Island
7. Sunken Island



### 薄荷島 (Bohol Island)

1. Napaling
2. Duljo Point
3. Pungtud Wall
4. Balicasag Island - Rico's Wall
5. Balicasag Island - Rudy's Rock
6. Balicasag Island - Black Forest
7. Kalipayan
8. Arco Point
9. Cervera Shoal
10. Pamilacan Island - Northwest Side
11. Cabilao Island - Hammerhead Point
12. Cabilao Island - Drifting North
13. Cabilao Island - Drifting South and East



# 宿霧南方皇后城市

CEBU • 遠離世俗塵囂

宿霧 (Cebu) 名稱之由來，其實就是出自於西班牙語「美麗」的意思！而素有「南方皇后市」(Queen city of the South) 美譽的宿霧，是菲律賓最古老的城市之一，同時也是商業中心！也就是說，前往當地不只能夠遠離世俗塵囂、走一趟充滿陽光、海灘、以及野生動植物的尋幽攬勝之旅，盡享其渾然天成的自然環境氣息；其後天娛樂建設發展的設施，也同樣能夠滿足每一個旅客的不同休閒需求，舉凡浮潛、戲水、SM廣場購物、小酌怡情等觀光資源一項都不缺，是渡過炎炎夏日的首選之一。

宿霧市為菲律賓第二大城，是維薩亞斯(Visayas)地區的政治、經濟、教育與文化中心。西班牙航海家麥哲倫(Ferdinand Magellan)於1521年以西班牙之名，在此插上基督教十字架。然而早在宿霧成為西方通往東方的開道之前，它早就是亞洲商人的入口。宿霧利用它獨有的海水、山谷與山脈地理位置，建立許多休閒設施，因而成為廣受旅客喜愛的景點。

在宿霧的週邊，擁有166個被藍寶石般清澈海水環繞的沙灘島嶼，多變的海洋生態，也是潛水活動最完美的選擇。近來，宿霧利用地形及氣候的優勢，不斷開發觀光事業。國際機場離市區車程只有30分鐘，也有五星級飯店及大型購物中心。同時，鄰近的薄荷島(Bohol Island)、漁夫島(Caohagan)也一起重新規劃，以嶄新的面貌拉攏觀光客一探究竟。

## ● 聖嬰大教堂 Basilica Minore del Santo Niño

名列世界遺產



初建於1571年，是宿霧最有名的巴洛克式天主教堂，裏面有一個木製聖嬰像，是當年麥哲倫送給當地王后的，有不少信徒都會專程到訪，在聖嬰像前禱告，綠衣聖嬰可求財富，紅衣聖嬰則是保平安。目前聖嬰大教堂，已被列入世界遺產名錄，成了菲律賓重要的文化資產。

當然，這聖嬰教堂也是有典故的，建於1565年的教堂，當年土著族長Rajah Humabon及其妻子Queen Juana受洗之後，麥哲倫贈送了一個黑皮膚造型的聖嬰像給Queen Juana作為禮物。而在1565年期間，宿霧遭受戰爭的洗禮，在所有建築物都被燒毀之祭，唯獨這個聖嬰

像完好如初，被當地人譽為神蹟，因此也加以膜拜！

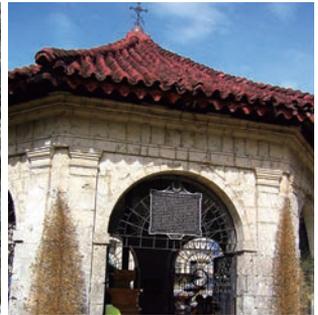
隨後Captain Miguel Lopez de Legaspi及Fr.AndresUrdaneta在當時發現聖嬰像的地點，興建了幼年耶穌基督像，同時也把聖嬰像的複製品存放於天主教大教堂的女修道院內，而原有的聖嬰像則祀奉在教堂的聖壇之上。而這個高度達40公分的幼年耶穌基督像，也被被尊為菲律賓最古老的聖像，至今仍舊受到市民熱烈的崇拜。

現在在教堂周圍，會看見有許多人販賣聖嬰的複製品，當地人會將複製品帶進教堂內，與真正的聖嬰像觸碰後，經過祈福儀式再帶回家。

西班牙人最早登陸菲律賓時，便是抵達宿霧島，宿霧島除了遺留有濃郁的西班牙色彩外，更有著亞洲獨特的熱帶氣候與風土人文交織而成的活潑氣息。建議旅客不妨利用一天的時間，參加市區觀光行程。可以盡情享受購買貝殼飾品的樂趣。通常一日遊的行程中，會附上菲律賓當地的風味餐。

## ● 麥哲倫十字架 Magellan's Cross

紀念第一位菲律賓基督徒誕生



相傳是麥哲倫於1521年建造，在1521年4/14 Pedro Valderama神父，為當時的土著酋長Rajah Humabon以及其妻 Queen Juana 和其它約 400 名信眾受洗之用，因此可以說是為紀念第一批菲律賓基督徒而誕生，這個巨型的十字架位於開放式的神壇上，而當地的民眾均深信，將這個巨型的十字架削成屑使用，就能夠治百病，後來為保護這個十字架，因此將原來的十字架用一層木頭加以包覆保護，現在在現場也可以看見許祈福的婦女，只要在現場買把蠟燭，她們就會念起祈禱文，將您的禱告

傳達給上帝。每逢星期日的早上，便有無數的善男信女帶香燭前來虔誠地祈求平安好運。六角形的天花板壁畫，保留著當年的原貌，色彩非常豔麗逼真。

### 麥哲倫十字架 Magellan's Cross

**開放時間** 每日上午8時30分至下午5時30分開放

**門票** 可自由參觀

**地址** Magaliance St.

## 重要節慶～聖嬰（Sinulog節）



西班牙文「El Nino」，此字有二種意義，小寫時代表「男孩」，大寫時代表「耶穌基督」（聖嬰），因而中文的正式譯名即為「聖嬰」。聖嬰節（Sinulog）為紀念耶穌聖嬰而舉行的盛大遊行和歌舞比賽，以紀念聖嬰。每年一月的第三個星期日，都會在這裡舉行盛大的聖嬰節(Sinulog Festival)慶祝儀式，重現聖嬰傳入的歷史故事，彌撒、歌舞與慶典活動也都相當有特色，成了聖嬰大教堂最盛大的活動，熱鬧時刻。每年的聖嬰節，總會在當地造成萬人空巷的現象，當地人在街上手持聖嬰像，大跳「退一步、進兩步」的聖嬰波浪舞，整個遊行隊伍更會綿延數公里長，而在聖嬰大教堂裡，更是擠滿了前來朝聖的信徒，此時想擠進教堂可得要碰點運氣！大遊行之後，就是在天主教大教堂舉行彌撒。另外可以仔細觀察，其實菲律賓人手上的聖嬰像，每個人都有不同的造型，有些會頭頂羽毛，有些則會穿著現代的牛仔裝、軍裝等，展現了菲律賓人對於信仰的虔誠與幽默。



## 有歷史的紀念地標

宿霧是個有歷史的城市，因此在市區也可以看見許多大大小小的紀念館及地標，透過這些歷史地標，可以看見宿霧的過去輝煌，以及保留於現代的精采身影。

## ● 卡薩哥羅多博物館 Casa Gorordo Musuem

建於1850年代，原來是宿霧第一位菲律賓主教-朱安哥羅多(1862-1934)生前居住的寓所。藉由參觀宅邸內所陳列的物品，可以了解西元1860至1920年代間菲律賓主要的民間生活型態。此外這房子的建築也相當有特色，除了房子底部以Mactan(麥坎坦) 島珊瑚石砌牆，樓上起居室全部用菲律賓硬木搭建，整個建築沒有使用釘子，全部以楔樑結構來打造。

(地址：35 Lopez Jaena St., Downtown、電話：+63-32-255-5630)

## ● 奧斯愛納總統紀念館 President Osmeña Memorabilia & CAP Art Gallery

宿霧人為了紀念這位總統，除了將其官邸改為紀念他的博物館外，更將旁邊的公路改名為奧斯曼納大道Osmeña Boulevard。紀念館的面積雖不算大，卻是五臟俱全。在奧斯曼納總統的銅像旁，是菲律賓國父Jose Rizal的黎利紀念圖書館，存放了有關宿霧的歷史和文化書籍。

## ● Yap-Sandiego Ancestral House



Yap-Sandiego 古宅建於1675至1700年間，使用了珊瑚礁石為建材，屋頂則用黏土製成，每塊土磚重達1公斤，木

造部分採用的是硬木材，是菲律賓最古老的住宅之一，屋內擺設許多珍貴古董。原屋主是一位中國商人，目前傳至其子孫Val Sandiego，不僅是宿霧著名的藝術收藏家，也致力於保存祖先留下來的文化古蹟。古宅每日開放時間從早上9點至下午6點，門票費用為50披索。

## ● 聖彼羅堡 Fort San Pedro



原始於1565年由西班牙首任總督雷格斯比建造而成的木製城寨，是菲律賓最早、最小的三角形的城堡，目前遺留下來的則是

於1738年改建而成的。正門前的獨立廣場上建有雷格斯比的紀念碑。目前這裡已經改建為國家博物館公園，展出許多古籍文物、歷史性藝術品。展出古老的西班牙帆船、沉沒在海洋的「聖地牙哥號」中打撈出的藝術珍品，同時也展示了各時代的文物。(地址：Osmeña Blvd, Downtown、門票：21披索)

## ● 宿霧遺產紀念碑 Heritage of Cebu Monument



宿霧遺產紀念碑是著名菲律賓藝術家Edgardo Castrillo其中一件龐大的作品，1994年開始籌備，他花了四年時間，將菲律賓最重要的歷史事件，最具象徵意義的

時刻和建築遺產整合起來。每一塊紀念碑都在訴說一個歷史故事，如麥丹戰爭、早期貿易情況、戰爭時聖嬰被大教堂抬出等傳奇事跡，全都透過一座座栩栩如生的雕刻作品，呈现在參觀者的眼前。

## ● 定光寶殿 Taoist Temple



在宿霧的華人約佔了總人口的兩成，座落比華利山Beverly Hills海拔300公尺的高尚住宅區，是當地信奉道教的華人朝拜聖地，有濃厚的中國信仰及建築特色。而定光寶殿由於位置居高臨下，因此也

可以鳥瞰宿霧市區全景。寶殿供奉西元前600年中國先哲老子，每天人們都登上通往寶殿的81級臺階(代表《道德經》的81章)焚香祈禱。現在每逢週三及週日都有信徒到此參加傳統道教儀式。據說此處的籤很靈驗，很多觀光客每年定期回來朝拜。

### 定光寶殿 Taoist Temple

地址 Beverly Hills, Cebu City, Cebu

電話 +63-32-254-6503 開放時間 6:00~18:00

# 非常購物現代娛樂風—宿霧必吃必買

宿霧可不只是有歷史與自然，現代化的都市建設，也成了暢快購物的享樂天堂；除了大型的購物中心，擁有琳瑯滿目的國際名牌、風格獨特的在地品牌，讓人驚艷的是，豐富的在地特色小禮，更是物美價廉，無論怎麼逛、怎麼買都讓人大呼過癮！



## 買在地特產·有料！

想要在宿霧買到別樹一格的地方特產並不難，從在地的手工藝品、美味的芒果乾、小魚乾、有地方特色的糕餅、音色絕美的吉他、風格特殊的家具用品等應有盡有。不過想要買到這些好物，可得要找對地方！首先在吉他之鄉買把有特色的吉他別忘了前往位於Maribago的吉他工廠，這裡最著名的吉他工廠叫做Alegre，以29到純手工工法製造的吉他，可說是風靡國際的重要關鍵；至於想要買農漁特產，別忘了前往Freshco，這裡可是有著名的芒果乾；或是前往卡本市集Calban market購買由於乾、小魚乾；至於想要嘗嘗當地糕餅類，前往Salvaro絕對可以滿足你的口腹之慾。

如果你對當地的手工藝品有濃厚的興趣，位於Mandaue市在BAKILID的手中藝中心ARTEVALMAN HANDICRAFT CENTER，則有琳瑯滿目的手工藝品可以選擇，融合傳統與現代，絕對有獨一無二的風格。

## 逛購物中心·有FELL！

宿霧可是個相當現代的都市，自然也少不了購物中心，寬敞的建築設計，除了有來自世界各地的國際品牌商品，當然也有讓人驚艷的在地品牌，例如例如LOALDE牌可說是最具代表性的，在大購物商場都有門市，另外天美時手錶也都是菲律賓造的，也是許多人最常詢問的商品。目前在宿霧市區的購物中心選擇去在宿霧商業園區Cebu Business的Ayala Center或北新發展地區North Reclamation Area的SM，另外Baniad市的GAISANO LALL或市中心的RUSTANS百貨公司及Robinson's百貨公司等，也都是相當熱門的購物好去處。

這裡一年四季都有折扣商品，尤其是許多特殊節日期間，宿霧各家百貨與購物中心更是寄出驚人折扣，甚至三折以下，此時前往宿霧購物，是再適合也不過。

## ● Butterfly Sanctuary / Jumalon Butterfly Sanctuary 蝴蝶園

位於宿霧西面的蝴蝶保護區，是當地居民相當推薦的景點，這裡的蝴蝶種類相當多樣，甚至是很好的蝴蝶生態教室，可以看見蝴蝶不同生命週期的狀態。而這個花園內，有53種蝴蝶，遊客通常一次參觀可以看到10-15種。另外這裡也有附屬的藝廊與博物館，其收藏許多1930年代的蝴蝶品牌。

### 蝴蝶園

**地址** 20D Macopa St., Basak (Macopa St.旁) Cebu下城西3公里

**交通** 乘坐當地的交通工具 ( jeepney ) 從N Bacalso Ave出發，轉入Cebu South Rd，然後在Macopa St (經第二座人行天橋後) 下車。從Macopa St步行，經過Basak Elementary School之後第一個路口轉左，蝴蝶園就位於街道盡頭的交匯處。

**電話** +63-32-261-6884



## ● Ayala Center Cebu



這是宿霧裡最大型的購物中心，囊括了吃、喝、完、樂等複合式購物元素，而頂樓的健身房也提供美容與按摩服務，即使沒有會籍，都能進入使用其健身設施。此外在這個樓高5層的購物商場，還有舒適的電影院及遊戲中心，對於家庭旅遊也相當適合！至於國際知名品牌，則大多分布在底層一樓，舉凡熟悉的Nike、Guess、Levis專櫃買牛仔褲等等皆可以看到，價格比起鄰近的香港都便宜，且貨色齊全；值得一提的是，Ayala Center購物中心集聚國際精品與菲律賓當地名牌服飾品，種類齊全。

另外在購物中心裡，也會不定期的舉型購物節、書展、車展、商品展覽等活動，即使不是假日也相當熱鬧。值得一提的是，這個購物中心距離距離水藍城堡(Waterfront Hotel)、Parklane Hotel與萬豪國際酒店(Marriott Hotel)都很近，甚至步行可達。而在購物中心裡，還有漂亮的綠地景觀，逛累了隨時可以休息，或是東北面的餐廳區，補充體力後在繼續血拼。放綠地空間，在這裏逛一整天都沒問題。購物中心的東北面是餐廳區，2008年年底才開始起啟用，有數十家世界知名連鎖餐廳陸續在這兒開設。

### DATA

地址：Cebu Business Park, Cebu City, Cebu  
電話：+63-32-231-5343  
網址：www.ayalamalles.com.ph  
開放時間：10:00~21:00  
備註：星期六、日的開放時間為 10:00~22:00

## ● SM Cebu



SM是菲律賓相當著名的連鎖購物中心，創作者為當地華人、有零售之王之稱的施至成，目前在全菲律賓約有30多家，這裡為了要營造適合全家一起來購物的環境，在一樓的地方還小火車，坐上就可通往兒童遊戲天地。當然這裡也有琳瑯滿目的時尚與

在地品牌產品，為了體貼逛街的客戶，這裡還有許多按摩中心；想要買當地品牌的食品、靈時，在這裡也有大型超級市場，價格保證平易近人。通常一進到SM，沒有個把個小時絕對無法出來，因為實在太好逛啦！

另外對旅客來說，SM City還有著地利之便，是從市區到宿霧國際機場的必經之地。要往宿霧北方城市的旅客，還可以再SM購物中心內的宿霧市公車北站(Cebu North Bus Terminal)搭車，也由於這裡就在機場必經之路，許多旅行社也會將這裡當成是搭機前的景點安排，讓你買玩過癮在上飛機。

另外在SM購物商場裡，還有許多品質不錯的美食餐廳，舉凡各式國際美味料理、平民美食等，這裡也都以找得到。

### DATA

地址：North Reclamation Area, Cebu City, Cebu  
電話：+63-32-231-3446  
開放時間：10:00~22:00  
網址：www.smprime.com/supermalls

## 羅賓生百貨 Robinson's



如果想要買到便宜的東西，建議有空可到羅賓生百貨逛逛，這裡可是一年四季都有折扣商品，只是哪些商品有折扣，可得要到現場才知道，讓你的購物充滿驚喜，尤其在聖誕節至元旦這一段時間，很多商品價格甚至會下殺到3折以下。

位於宿霧地標奧斯麥尼亞圓環(Fuente Osmena)旁的高樓裡，羅賓生百貨(Robinson Department Store)就在大廈裡的大廈一樓到三樓是百貨公司，至於美食街與超級市場則視劇集在地下一樓。這裡也可以看見許多在上述兩大購物商場沒有的商品即款是，又位



於市中心，絕對值得一逛。

怕逛街逛到腿軟沒力嗎，其實在羅賓生百貨地下一樓的外面，設有美食街廣場，逛累了建議不妨到此補充體力再上路，其中有家叫 Tiktilaok的烤雞攤，全雞只要200多披索，美味又划算。

## ● 科隆老街 Colon Street

### 逛老街



到宿霧來，千萬別錯過這裡的手工藝品及土特產，例如工藝品，芒果乾，糕餅類，吉他，家具，魷魚乾、小魚乾等，都絕對不可錯過。想要一次購足，來科隆老街準沒錯！這條歷史

古老的大街，在16世紀已經存在的街道，是以紀念哥倫布而命名，商店，餐廳，土產等商家林立，在地產品應有盡有，十分有趣。以鵝卵石鋪的行人道及宏偉的石板屋顯得古意盎然，另外還有極少數從西班牙統治時期留下來的，其中包括1730年起耶穌會信徒居住的大屋。雖說現在的購物商場林立，搶了老街不少風采，但是現在這裡，還是有許多特色小店、餐廳，另外也有跳蚤市場，可以享受討價還價的樂趣。

●地址：Colon Street, Parian District, Cebu, Philippines

## ● 卡本市集 Carbon Market

18世紀晚期，這裡是鐵道運送貯堆煤炭之地，也因此有了卡邦的稱呼，而這個位於宿霧西南方區域的小鎮，由於位居交通要道，因此也相當繁榮；而卡邦市場也被當地人稱為宿霧的後街，主要的範圍囊括了M.C.布利歐奈街(M.C.Briones St.)及卡得隆街(Caradon St.)。

別以為這裡只是觀光景點，其實當地的居民相當仰賴這個市場，舉凡蔬菜、水果、魚蝦、當地物產、日用品及工藝品應有盡有，想要感受宿霧人的生活，這裡可以說是最好的選擇，可以看見宿霧居民的蓬勃生命力。

值得一提的是，這裡也是宿霧最大的水果市場，主要的物產來源都是來近山區，甚至可以看見許多新奇的水果，若你喜歡海產，這裡各式各樣的魚乾絕對是不錯的選擇喔！。而這裡最熱鬧的時段，就屬早晨與黃昏，逛累了，別忘了來科沁涼的椰子汁或是冰冰品。

●地址：Briones& Calderon Street, Cebu city, Cebu

## ● 卡卡市 Carcar City



位於宿霧市區約兩小時車程，別小看這卡卡的名稱，這可以難發得馬尼拉之稱，這裡匯集了菲律賓相當著名的製鞋產業，同時也有不少手工家具銷售。這小鎮的歷史可以追溯到西班牙統治時期，最主要的景點就是聖凱薩琳的亞歷山大教堂。



## ● 馬克坦島 Mactan Island



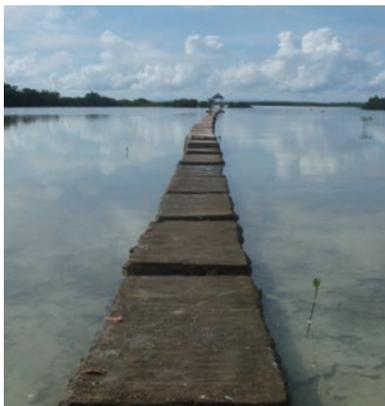
馬克坦島是探險家麥哲倫的殉難之地，也因此聲名大噪，當時麥哲倫在宿霧傳教頗有成就，準備渡海到這裡繼續傳教時，卻被當地的拉普拉普酋長帶領當地住民群起攻之，尚未登陸即被殺害！而現在紀念這段史詩的就是位於當地的麥哲倫紀念碑。

不過現在這裡早已沒有戰爭的遺跡，取而代之的是濃濃的渡假氣息！馬克坦島(Mactan Island)位於宿霧市的下方，為機場所在地。島上有許多靠海的渡假村，島上交通很便利，離宿霧市區很近，這裡的海灘，飯店，夜生活，音樂，食品非常多樣，保證讓每位遊客流連忘返。

馬克坦島等地的飯店，皆擁有一覽無際的白色私人海灘。由於無法從外面進出，因此完全不受外界干擾，擁有絕對優閒的渡假氛圍。不妨在蔚藍的海灘上眺望大海，或在海灘酒吧裡暢飲冰涼沁心的冷飲，好好享受一下南國的氣氛。

## ● 奧蘭哥野生動物生態區

有920公頃的候鳥保育區，這裡有菲律賓最多的候鳥結群，每年約有百多種從日本或西伯利亞往澳洲紐西蘭的候鳥會在此過境，鳥類多屬水禽類，故要參觀時要涉水，宜有事前準備。Olango有全菲律賓最廣闊的紅樹林帶，居民主要是農民及漁民，由於此濕地非常合適野生動物棲息，因此被公認為全世界最重要的水禽棲息地。



## ● Caohagan 卡兒哈甘島



卡兒哈甘島在菲律賓宿霧，是宿霧周圍170幾個小島中的一個，屬於私人島嶼。它很小，大約只有兩個中正紀念堂大，當年日本人崎山克彥(Sakiyama Katsuhiko)所擁有，在1991年和妻子一起移居卡兒哈甘島，並且島上經營了一家民宿。

從馬克坦島是特殊魚類保護區，因此是許多旅遊團的重要浮潛地點。雖然是私人島嶼，可是崎山先生非常大方的提供給遊客自由來去，並且堅持不讓海鮮大盤商買走島上的漁獲，以平實的價格提供給遊客在島上用餐，讓所有到卡兒哈甘島上的人，都能過著不被金錢支配的自在生活。

這個由崎山先生所創立的島，有相當的環保概念，尤其期許自己「盡可能地不要破壞這毫無污染的大自然」，同時也智力為當地居民的環境改善而努力。在太陽能發電與淨化島嶼的工程後，現在在當地更又展開了一個「復興傳統漁業」活動，協助島民發揮自己純熟而傳統的捕魚技巧。

## ● 馬里巴哥吉他工廠

說宿霧是吉他之鄉，還真的是名不虛傳，因為這裡走在宿霧街頭，到處可以看到有人彈吉他或是販賣吉他，許多小紀念品也都以吉他為主。而位於宿霧機場東邊，馬克坦島的馬里巴哥地區，則是菲律賓手工吉他的最大大型工廠，沒有先進的企業化一條龍式的作業方式，這裡大約有20家左右的工廠在此林立，最大特色都是以手工打造的吉他為主，與許多工廠式的相當不同。旅客前往這裡，除了可參觀製作流程外，也能現場購買。



## ● 拉普拉普紀念碑 Lapu-Lapu Monument 與麥哲倫雕像 Magellan's Marker

紀念碑的地點是當年馬克坦島上的部落酋長拉普拉普與麥哲倫作戰陣亡的地方，這裡有菲律賓以少擊多的民族英雄拉普拉普的巨大塑像，也有紀念麥哲倫與西班牙的紀念碑。兩個碑文，用不同的角度，陳述著同一件歷史事件。

菲律賓人對這兩位歷史人物並沒有特別的好惡，都當作是值得紀念的偉人來看待，於是形成了在拉普拉普紀念碑公園裡，也有紀念麥哲倫石碑的有趣現象。



## ● Nalusuan 娜魯蘇安島



這裡是相當值得一訪的海洋保育區，除了有豐富的熱帶海洋魚類、珊瑚群以及海星等景觀，更有個會隨著潮汐漲退而出現、隱沒的潔白沙灘。而島上則有完整的渡假村設施，同時島上也有個海水游泳池，由小島環繞的自然無汙染環境，可以提供

旅客樂活其中。

交通：從馬克坦島的邁力巴碼頭前往，船程約30分鐘。

## ● Badian 巴婕島



巴婕島以天然、純淨著稱，位在宿霧西南方95公里處，距宿霧機場約2.5小時的車程，島長約2公里寬1公里，沙灘質地舒軟，海水清澈，有著令人屏息的美景，乘著特製的透明船底遊艇作環島之遊，可觀賞海底大小珊瑚礁及環繞在珊瑚中五顏六色

的熱帶魚群。此外，您還可遊覽宿霧名勝嘉華山瀑布(kawasan Falls)沉盡在綠意盎然的山谷之中，享受片刻的寧靜。島上也有設施完善的渡假村。



## ● Bantayan島



位於宿霧本島北端的BANTAYAN島，許多人對他的印象只是個有潔白沙灘的渡假島嶼，但實際上這裡可是有歷史的小島。當年西班牙統治時，在島上建築了許多堡壘與瞭望塔，作為監視入侵者的防守功能，當時這些堡壘就被稱為「Bantayan sa Hari」，而BANTAYAN島的名稱也是因此而來。現在在這裡，也有具有歷史意義的古老教堂，尤其到了復活節時，這裡的慶典氣氛可是熱鬧異常，是這裡的旅遊旺季時期之一，同時也是全世界唯一一個允許教徒在耶穌受難日當天吃肉的地方。

除了有歷史意義的建築，這裡的沙灘也是相當著名，也因此在此島上也有不少渡假村林立，每個渡假村也都擁有潔白的私人海灘，而且這裡由於遺世獨立，因此沙灘的細緻度也更勝一籌。

**交通：**Bantayan是位於Cebu北面的外島，需要在Cebu northern bus terminal（汽車北站）乘坐長途汽車前往Hayana碼頭，再轉乘渡輪前往。每天早上4點就有班車了，每隔大約20分鐘一班車，太早的話會相隔一小時才開出。到達Hayana，走兩步就可以去到船運碼頭，到Bantayan Santa Fe 票價是140P+5P，歷時1小時。

## ● Malapascua島

如果你想知道10年前的長灘島長甚麼樣子，就去Malapascua島感受一下。小小的島嶼甚至徒步即可走遍，島嶼的東南海岸有個白色的沙灘，另一邊則是佈滿礁岩的海岸線，由於位處偏遠，因此鄰近的海域也成了潛水客的最愛，最值得潛水客推薦的是，這裡也是全世界唯一一處可以近距離觀察長尾鯨生態的潛點。此外這裡夜潛也可以看見許多豐富生態。雖說這裡地處偏遠，但是渡假村的設施可是一點都不馬虎，也適合定點渡假。

**交通：**從宿霧北端Maya碼頭搭船至Malapascua島，時間約40分鐘到1個小時不等。



## ● Camotes島



位於宿霧本島東方的CAMOTES島，是個相當純樸、鮮少開發的島嶼，擁有一個保育完好的沙灘海域，因此有「南部消失的地平線」之稱；而島上地形豐富多變，有細白的沙灘、石灰岩、洞穴等，也可以沿著河流乘船發現這裡的歷史人文。

CAMOTES島由Pajican、Poron、Ponson以及Tulan島所組成。CAMOTES島的名字來源也是相當有趣，想當年西班牙人上岸時，看見當地的居民正在挖掘地瓜，於是上前詢問這裡的地名時，當地居民以為在問它們在挖甚麼，於是就回答「CAMOTES」，也就是當地話的「地瓜」。

CAMOTES島主要有4個主要市，分別是San Francisco、Tudela、Poron以及Pilar，其中尤以San Francisco最大，主要景點就是當地最大、8字型的Danao湖為主，這裡以清澈湖水著稱。除了藍天白沙外，達瑙湖便是肯莫特斯島上最值得一遊的觀光景點；另外位在Poron的波羅教堂，則是個有160年歷史、是島上最古老的教堂，也是相當值得一去的景點。

**交通：**可從宿霧本島的Danao市或Ormoc市搭乘前往。

## ● Hilutungan 希魯東根島



同樣也是個潛水客的最愛的島嶼，但不同的是這裡的浮潛景觀也相當迷人，尤其沙灘潔白平緩，更是適合全家大小一同前往。這裡由於保有相當原始的海洋環境，因此即使在淺海區，就可以看見許多珊瑚、熱帶魚群、海星、海參等動物，相當值得一遊。

**交通：**從馬克坦島的邁力巴碼頭前往，船程約30分鐘

# 宿霧享樂海島天堂

CEBU • 宿霧精選飯店

由於觀光產業開發純熟，因此渡假村也相當豐富，即使是整天待在飯店裡悠閒一整天，也絕對不無聊。宿霧的飯店選擇可以鄰近市區飯店，馬克坦島與鄰近的島嶼上，也有不少遺世獨立的渡假村，無論是在本島或是離島，都有不同的情趣。

## Alegre Beach Resort & Spa

ALEGRE渡假村距宿霧市66公里，距機場75公里，由機場前往約90分鐘，是國際五星級渡假村，渡假村一片綠意盎然，花園所環繞的20棟卡巴那式CABANA小屋共有40個間房；長度達47米的游泳池外，還有一彎長長的椰林海灘，及三處僻靜小海灣，更是讓許多旅客享受悠靜渡假的最佳去處，當然也有不少情侶、新婚夫妻指定入住。雖然遠離宿霧市區，但每天有三次免費交通車，上午9點出發，下午4點半返回渡假村。

在渡假村裡自然少不了美食供應，可以享受海鮮、菲式或西式料理及品茗美酒，晚間有民俗歌唱表演；而渡假村的水上活動中心，也提供浮潛、潛水、水上摩托車、風浪板、獨木舟、列島遊等服務，尤其這附近的潛水點，有極佳的100呎深珊瑚壁。而距離飯店約45分鐘車程，則可抵達Mercedes Golf Country Club及CEBU FILIPINO兩大球場，打球渡假都相當便利。



**地址** Calumbuyan, Sogod, Island of Cebu, Philippines  
**電話** +63-32-254-9800 / 254-9811 / 254-9822  
**傳真** +63-32-254-9833 **專線** +63-32-255-6388  
**網址** [www.alegrebeachresort.com](http://www.alegrebeachresort.com)  
**Email** [reserve@alegrebeachresort.com](mailto:reserve@alegrebeachresort.com)  
[guest@alegrebeachresort.com](mailto:guest@alegrebeachresort.com)

## Bluewater Maribago Beach Resort



這是由奧地利駐宿霧領事所在此投資的飯店，主要以茅草屋頂的建築風格為主，洋溢著熱帶島嶼渡假氣息，佔地5公頃的飯店，僅有152間舒適住房，飯店

房型更有3種不同的規格，屬於中高價位的飯店，當然也給予旅客全方位的享受，尤其在住宿空間上，更是有相當寬敞的住宿環境。

飯店內有3座不同型態的游泳池，同時也有3座餐廳，其中Cove海鮮餐廳是位於海灘上，夕陽西下情侶在此用餐，再也浪漫不過。此外飯店除了有游泳池可以提供旅客游泳戲水，潔白沙灘更是水上活動的重要場所，在此飯店也提供各種水上活動，或是在此享受日光浴，十足愜意。值得一提的是，飯店的海灘坡度相當平緩，只要在安全線之內，即使走遠也不用怕水位太深，適合全家大小一起來渡假享樂。



**地址** Buyong Maribago Mactan, Cebu, Philippines  
**電話** +63-32-492-0100 **傳真** +63-32-492-1808  
**網址** [www.bluewater.com.ph](http://www.bluewater.com.ph)



## Bluewater Sumilon Island Resort

**Bluewater**  
Sumilon座落在宿霧東南方一處佔地24公頃的珊瑚礁島嶼，擁有潔白沙灘，還有隨著季節變化形狀及位置的沙洲，以及一座佈滿紅樹林植物的天然湖泊。



度假村擁有14間寬敞豪華客房，並附有私人觀景陽台，而八角形茅草屋頂設計的餐廳，不僅可以品嚐到當地及異國美食外，開放式的裝潢還能夠欣賞美麗的宿霧海洋全景。

另外，此處海域是菲律賓第一個海洋保護區，可進行潛水、浮潛、划艇、划船、島嶼漫步及釣魚外，這裡還有一座位在綠樹公園內的燈塔和一座19世紀的古蹟瞭望台「Baluarte」。



**地址** Sumilon Island, Bancogon, Oslob, Cebu, Philippines  
**電話** +63-32-318-3129 / 318-9098  
**網址** www.bluewater.com.ph  
**Email** sumilon@bluewater.com.ph

## Badian Island Resort & SPA



芭婭島渡假村位處宿霧市西南，距宿霧國際機場只有2.5小時的車程，到巴婭島碼頭坐船只要5分鐘。

對於喜歡潛水與浮潛的人來說，有十足的便利性，鄰近的Pescador島，大海龜、海豚、白點鯊悠遊眼前。此外，Badian自然SPA館提供了全亞洲的美容秘訣兼有古老秘方的奧秘，給您身體，精神和心靈最好的保護。

這個渡假村也是許多情侶或新婚夫妻指定的渡假地點，Badian島有著整年浪漫氣氛的主題，在瀰漫著無比嫵媚魅力的“浪漫島嶼伊甸園”裡鑒定對彼此的愛情。而通常在這裡舉行婚禮結束，兩人還可以種下屬於自己的愛的小樹，為兩人浪漫做見證。

**地址** Badian Island Cebu, Philippines  
**電話** +63-32-401-3303 to 05 **傳真** +63-32-401-3302  
**行動電話訂房專線** +63-920-952-6293 / +63-920- 953-3362  
**網址** www.badianhotel.com

## Be Resort



飯店位於Cebu City東南邊的PUNTA ENGANO ROAD上，屬於國際連鎖酒店Microtel Inns集團。客房往外看去是碧藍大海和晴朗天空，飯店地理位置極佳，開車至市中心僅需4分鐘，前往各大景點、購物中心都相當便利。

飯店雖然是集團管理，也算是經濟實惠型的飯店，尤其鄰近市區的優勢，更受到旅客的歡迎，屬於宿霧相當經濟實惠的渡假酒店。此外飯店擁有161間客房，飯店大樓下方就是屬於飯店的潔白沙灘，對於許多家庭旅遊族群來說，是相當划算的選擇。飯店完善的設施和周到的服務讓客人覺得賓至如歸，飯店提供免費早餐、有線電視、無線上網和泳池等服務與設施。遊戲室設有Wii遊戲、棋盤遊戲和檯球桌供客人休閒娛樂。在海灘上可開展的活動包括水肺潛水、騎水上摩托車以及獨木舟。渡假村還提供外幣兌換服務和免費停車場。

**地址** Punta Engaño Rd., Mactan Island, Lapu Lapu City, Cebu, Philippines  
**電話** +63-32-236-8888  
**傳真** +63-32-236-8088  
**網址** www.beresorts.com/main.html

## Crown Regency Suites Mactan



至於馬克坦島上的皇冠麗晶酒店，則與市區的飯店有不同的風格，除了進機場，離機場附近最好的沙灘也只要10分鐘的車程，雖然遠離市區，不過飯店的設備卻相當為整。飯店所有的房型主要是套房式，房型最小得從單人的13坪，到有

3個客房，可以容納9位旅客的大型80坪的別墅房型應有盡有。另外飯店還有可以容納80人的大型宴會廳，也是相當適合公司行號前來開會度假的選擇。



**地址** Maximo Patalinhug Jr. Avenue Lapu-Lapu City, Cebu Philippines  
**電話** +63-32-341-4586 to 94  
**傳真** +63-32-341-4595  
**網址** [www.crownregencyhotels.com/suites/suites.php](http://www.crownregencyhotels.com/suites/suites.php)

## Crown Regency Hotel & Towers



飯店位於宿霧市中心，於2004年完工，2007年10月第二棟大樓對外營業成為宿霧市區的雙子星式建築，擁有389間套房，每個房間都可瀏覽宿霧市的夜景，擁有可以反射熱能的外牆，大量採用玻璃設計，以採納光線和方便客人觀賞戶外景色。有賓至如歸的溫馨感覺。

40層樓高堪稱是宿霧最高的飯店，是許多華人旅行團的選擇，除了接近熱鬧市集，羅賓森百貨也在步行可達範圍內。飯店的第38層樓有空中旋轉餐廳，提供精緻的美食饗宴，當然居高臨下的優越地理位置，也是欣賞宿霧市夜景、日景的最佳去處。想要來點刺激的，這裡還提供空中漫步及各式遊樂設施，驚嚇指數數百。

**地址** Tower 1, Fuente Towers Osmeña Boulevard, Sta. Cruz Cebu City 6000, Philippines  
**電話** +63-32-418-8888  
**傳真** +63-32-418-5886  
**網址** [www.crownregencyhotels.com/hotel/](http://www.crownregencyhotels.com/hotel/)

## Imperial Palace Waterpark Resort and Spa



這是個整合飯店、休閒、主題樂園等多種主題於一身的渡假村，是少數含有主題娛樂的飯店。除了有舒適的住房設備，也具備了一個大型的水上樂園，其中還配備了5個風格不同的主題游泳池，如亞馬遜河和海盜虎克船長等，由世界主題公園專家

Dream Park International設計，在這裡客人們可以盡情地放鬆身心，當然也適合攜家帶眷共享天倫。

在住宿方面，有557間各式不同規格的特色住房；而除了大型水上樂園，全套SPA服務、水上樂園、室外游泳池（全年開放）以及健身設施。公共區域提供免費有線和無線上網服務。這裡也有完整的會議設施，渡假商務兩相宜。鄰近宿霧大教堂以及聖嬰大教堂等景點，不遠處就是SM購物中心，走訪宿霧市區也相當方便。



**地址** M.L. Quezon Highway, Maribago, 6015 Lapu-Lapu City, Philippines  
**電話** +63-32-494-5282 to 85  
**網址** [www.imperialpalace-cebu.com](http://www.imperialpalace-cebu.com)



## Marco Polo Plaza CEBU



菲律賓宿霧馬哥孛羅酒店居高臨下，座落於宿霧市海拔600英尺的高尚區尼芙山（Nivel Hills），將宿霧熱帶風景盡收眼底，距離國際機場僅25分鐘車程，飯店擁有329間寬敞舒適的客房及套房，是宿霧市區唯一間的五星級酒店。貴賓樓層專為喜歡享有私人空間的客人而設，例如個性化入住及退房服務、全日供應免費茶點飲料及黃昏雞尾酒。

酒店內擁有宿霧市內首屈一指的餐廳，菜式及裝潢均具有特色，提供地中海、東南亞、西式及菲律賓等各國菜式。大堂酒廊提供招牌法式甜點Flambe，配上一杯飲料，享受度假悠閒；另外飯店CAFE MARCO餐廳供應國際美食，大廳的酒廊與池畔酒吧，更是一天勞累後提神解勞的好地方。飯店周圍環境良好，特別規劃出慢跑路徑，喜歡運動的住客，非常讚賞此一措施。

酒店內擁有宿霧市內首屈一指的餐廳，菜式及裝潢均具有特色，提供地中海、東南亞、西式及菲律賓等各國菜式。大堂酒廊提供招牌法式甜點Flambe，配上一杯飲料，享受度假悠閒；另外飯店CAFE MARCO餐廳供應國際美食，大廳的酒廊與池畔酒吧，更是一天勞累後提神解勞的好地方。飯店周圍環境良好，特別規劃出慢跑路徑，喜歡運動的住客，非常讚賞此一措施。

**地址** Cebu Veterans Drive, Nivel Hills, Apas, Cebu City, 6000, Philippines  
**電話** +63-32-253-1111  
**傳真** +63-32-234-8170  
**網址** [www.marcopolohotels.com/hotels/philippines/cebu/marco\\_polo\\_plaza/index.html](http://www.marcopolohotels.com/hotels/philippines/cebu/marco_polo_plaza/index.html)

## Movenpick Hotels & Resorts



充滿現代感的「莫文比克渡假村」共有246間房，馬克丹島東北端白沙海灘，距離機場五公里海濱，距離宿霧市區只有20分鐘的車程。

滑水、快艇、潛水、風浪板、浮潛、釣魚都可在渡假村海邊進行，無需搭船外出。從海灘這頭跨過木棧橋到對岸的離島，每個區塊都可以恣意游泳和浮潛。清澈的水域除了可以看見許多珊瑚礁岩與熱帶魚群。

此外，這裡引進希爾頓飯店之SPA品牌「The SPA」。在享受SPA時，眼裡盡是一片海天一色！

**地址** Maribago, Buyong Mactan Island, Lapulapu City 6015 Cebu, Philippines  
**電話** +63-32-492-7777  
**傳真** +63-32-492-7704  
**網址** [www.moevenpick-cebu.com](http://www.moevenpick-cebu.com)  
**Email** [resort.Cebu@moevenpick.com](mailto:resort.Cebu@moevenpick.com)

## Plantation Bay Resort



海中天渡假村位於一處7公頃的私人熱帶海灘區。擁有熱帶花園、棕櫚樹、瀑布及遶圍的白色沙灘等熱帶景觀，是鬆弛身心的渡假勝地。

飯店位於宿霧市中心，共有256間高級客房，提供現代化的各式先進設施，例如：24小時客房服務、商店、咖啡店、酒吧、洗衣服務、會議設施、餐廳、三溫暖按摩、游泳池（兒童）、兒童娛樂室、健身房等。另有單車、攀岩、網球場等戶外各式活動。

超大房間，加上浪漫的燈光，每個房間外都有絕佳的風景；泳池區最令人津津樂道，游泳池種類很多，24小時全天候開放，遊客任何時間都可盡情體驗，光是此區就可以玩上一整天，這是深受國內外客人好評不斷的主因。

**地址** Marigondon, Mactan Island Cebu, Philippines 6015  
**電話** +63-32-505-9800 **傳真** +63-32-505-9818  
**網址** [www.plantationbay.com](http://www.plantationbay.com)

## Shangri-La Mactan



國際上高知名度馬克坦島香格里拉（Shangri-La Mactan），位於國際機場附近，號稱當地唯一的五星級渡假中心。占地13公頃的渡假村，飯店有大片的私人沙灘提供各式水上活動、兩個大泳池、臨海

酒吧，渡假村內空間寬闊，渡假相當悠閒！

重新整修後的547間客房和套房，風格朝向設計時尚、現代化的傢俱時尚雅致、房間內也配備了許多先進的娛樂設施與視聽享受，海景房（Ocean Wing）最受歡迎，除了有奢華和寬敞的住宿享受，窗外的沙灘更讓人留連忘返。**特別推薦：**這裡有許多設施都是針對家庭渡假族群所設計，而飯店的SPA設施，更是值得推薦，因為香格里拉酒店最著名的CHI SPA，就常設在其中。

**地址** Punta Engano Road Lapu-Lapu, Cebu 6015 Philippines  
**電話** +63-32-231-0288  
**傳真** +63-32-231-1688  
**網址** [www.shangri-la.com/cebu/mactanresort](http://www.shangri-la.com/cebu/mactanresort)

## Tambuli Beach Resorts



坦布里海濱度假村東館位於宿霧機場所在的馬克丹島海濱，分有東區跟西區兩側，距機場15分鐘，距市區16公里，擁有天然開闊的白沙海岸，可以看見許多色彩繽紛的珊瑚。最適合喜歡定點度假的旅客在此停留。而東區與西區的住房，僅有一個小徑連接。其中東館的房間面臨海灘，是欣賞日出與日落的好地方；至於西館位於宿霧機場所在的馬克丹島海濱，房間型態比較大，擁有大面積的游泳池，寬敞房間，不論商務或休閒都很適合。

**地址** Buyong Beach, Lapu-Lapu Mactan Island, Cebu, Philippines 6015

**電話** +63-32-492-1880 to 88

**傳真** +63-32-495 8099 / 495 7724

**Email** reservations@tambuli.com / sales@tambuli.com

## White Sands At Maribog Beach



飯店位於馬克丹島，距機場15分鐘到，前往市區僅要35分鐘，是地理位置還不錯的渡假酒店。而這裡的房型共有豪華房、花園房、碼步海房、套房等4種，設備

方面冷氣、保險箱、

有線電視、直播電話、衛浴設備、陽台等一應俱全。  
飯店的餐廳共有 Buenavista Restaurant、Dona Estrella Restaurant、Patio Gavino Restaurant 等，分別提供菲律賓式傳統美食、中是餐點以及西式餐點等，想要小酌一番，飯店也有酒吧服務。

除了可在飯店內消磨時間，想出海探險的人，別忘了前往飯店的水上活動中心詢問，各式熱門的水上活動，這裡都一應俱全，舉凡水上摩托車、潛水、釣魚、沙灘排球等，飯店的人工湖更是廣達500平方公尺，也是從事水上活動的好去處。玩累了，別忘了飯店還有按摩服務，可以消除整天的疲勞！

**地址** Mactan Island Cebu Philippines

**電話** +63-32-268-9000

**傳真** +63-32-495-2080

**網址** www.whitesands.com.ph

## Waterfront Hotel

Waterfront集團在宿霧有兩家飯店，一間是座落於馬克坦島 (Mactan) 海濱的渡假村，另一家就是宿霧市中心的酒店，與宿霧國際會議中心相連，是不少展覽會的熱門選址。

位於迷人小島的 Waterfront airport Mactan Hotel，是所頂級的渡假村，緊鄰機場，從馬克坦島國際機場步行僅需2分鐘路程，對於旅客而言十分方便，飯店內提供167間豪華舒適的客房，不僅設備新穎，而且服務週到，15分鐘可至白色沙灘，享受不被打擾的優閒渡假時光。

另一間緊鄰市區的 Waterfront Cebu City Hotel and Casino，方便購物，酒店內有560間高雅客房，有中式、菲式、西式、義式、泰式、韓式等餐廳。而SPA美容健身中心，卡拉OK、撞球場等，國際級水準飯店應有盡有，亦可在飯店賭場內小試手氣，可說是相當物超所值的市區4星級飯店。

因應賭場而生的 Waterfront 飯店，推薦給喜歡小試身手的人，飯店對於住宿旅客提供了300披索的優惠，如果喜歡小試手氣不妨可到這裡試試。



**市區飯店地址** City hotel: 1 Salinas Drive, Lahug, Cebu City 6000

**電話** +63-32-232-6888

**機場飯店地址** 1 Airport Road, Lapu Lapu City, Cebu 6015

**電話** +63-32-340-4888

**網址** www.waterfronthotels.com.ph



## 薄荷島地圖



## 薄荷島

**地理位置：**橢圓形的小島，周圍被72個小島團團圍繞，距離馬尼拉約626公里，位於宿霧臨近的麥克坦島東南方72公里處。位於Visayas的中心。西部是宿霧，東部是Leyte。還有更多的浪漫休閒島嶼，如Panglao、Balicasag、Pamilaan、Cabilao、Jao、Mahanay和Lapinin圍繞在四周，也都是世界著名的極佳的潛水地點。

**人口／語言：**約有100多萬人，主要語言是菲律賓話、英文以及當地的薄荷語，當地的華人是通閩南話，中文學校裡則通中文。

**地形：**薄荷島的地勢平緩，位於島中心則被列為保護區，擁有許多珍貴植物及動物資源。

**交通：**每天有近40班的交通船前往宿霧，主要有一般船隊與快艇兩種，其中快艇的速度相當快速。當地的交通工具主要是當地的公車、私人吉普車或是三輪摩托車，另也有Taxi可以選擇。

薄荷島的機場城市是塔比拉蘭 (Tagbilaran)，可以從馬尼拉搭國內飛機前往，當地的著名潛點有Balicasag Island、Cabilao Island、Panglo Island、Pamilaan Island。

## 3WAYS 搭船前往薄荷島

**渡船與快輪：**在塔比拉蘭市港口，至少提供12條航線航行於菲律賓國內其他地區，平均每天停靠的船隻有15艘，可以運載4140人次。另外從宿霧每天有35班船前往薄荷島，其中有12個船班是快輪，這種雙層快輪縮短了宿霧到薄荷島的距離，大概一個半小時即可抵達，而每週也有2個船班前往馬尼拉。

**BANCA螃蟹船：**這是菲律賓相當常見的電動兩翼獨木舟，大多數在離島往返或是環島所使用的，就是這類的船隻，而現在也成為極具特色的海上往返交通工具。



## 船家訊息

## Super Ferry

電話：+63-38-411-2596 / +63-2-5287000

網址：[www.superferry.com.ph](http://www.superferry.com.ph)

## Ocean Fast Ferries, Inc.

地址：Pier 1, Cebu Pier Area Cebu City, Cebu Philippines

電話：+63-32-255-7560

傳真：+63-32-255-0115

網址：[oceanjet.net](http://oceanjet.net)

## Cokaliong Shipping Lines

地址：Cokaliong Tower Don Sergio Osmeña Avenue North Reclamation Area, Cebu City

電話：+63-32-232-3211 to 18

傳真：+63-32-231-6826 / 231-6825

網址：[www.cokaliongshipping.com](http://www.cokaliongshipping.com)

## Palacio Shipping

電話：+63-38-411-3402

# 薄荷島 菲玩不可

薄荷島 (Bohol) 位於Visayas的中心，這裡不僅是水上活動愛好者的樂園，更擁有許多的古西班牙時代探險隊及偉大的航海家「麥哲倫」所遺留下來的各式古蹟，等著您的發覺探索。此外在薄荷島上有許多美麗的海濱渡假村，除了提供完美的住宿服務外、各種水上活動更是另人目不暇給，附近的海域也是舉世聞名的潛水地點，如Bantayan、Moalboal、Pescador、Badian Island等地都相當適合潛水，觀賞美麗絕倫的珊瑚礁海景及魚群。沿途船家還會尋找幾顆生鮮海膽，沾著哇沙米與醬油，讓遊客當場嚐鮮，算是一種相當特別的體驗。無論您是蜜月之旅、或是獨立自主的自由行玩家、潛水愛好者、又或是參加歡樂的團體旅遊，薄荷島有如人間天堂般，能滿足各式旅客的要求。

## ● 巧克力山



巧克力山是薄荷島著名的景色，它的形成頗有一段神奇的神話色彩，傳說古時兩個巨人向對方投擲石塊，巨石一個一個掉在地上，便形成了數以千計，造型優美的圓錐型山頭，每逢旱季，山上的草乾枯後變為咖啡色，酷似一大堆巧克力，此後，

便有了這個令人垂涎欲滴的美名。

巧克力山雖貴為當地代表景點，但巧克力山並不僅只於一座，其數量多達1268座，高度為40公尺至120公尺，每一座都是圓錐型，也因土地過於貧瘠，無法長出高大樹木，只有一些覆地的短草，而乾季時植被枯萎，山色呈現咖啡色如同巧克力令人嘖嘖稱奇！



## ● 眼鏡猴保護區

在薄荷島的紀念品店中一定可以看見一種小動物的紀念品—眼鏡猴 (Tarsier)，這隻可愛的小精靈是薄荷島之寶，牠的外貌和猴子沒有兩樣，只是牠的體積很小，比人手掌還小，身長僅十至十二公分，數量相當稀少，僅能在菲律賓及印尼的部份島嶼上可見。因為它的珍貴，除了是受到重視的保育類動物外，也成了薄荷島吸引觀光人潮的一大賣點，如果有興趣，只要來到眼鏡猴保護區就可以瞭解牠的真面目。

目前在薄荷島的Corella設置了菲律賓眼鏡猴保護區 (Philippine Tarsier Sancturay)。保護區內設置了遊客中心，供遊客諮詢及提供相關資料，並有專門嚮導帶領入林。保育中心雖不收門票，但入內參觀的遊客必須捐贈20元。這捐贈的費用是提供中心，作為保育及研究等用途。在櫃台的捐獻箱投入紙鈔後，隨即會有專人帶領入園參觀。保護區約六公頃大的紅木森林，全區大約有一百二十隻眼鏡猴，不過僅開放一小部份園區給遊客參觀。而這開放的區域內大約有十隻眼鏡猴，嚮導會一一帶領遊客找尋這十隻嬌客。





## ● 羅伯河漂流 Loboc River



薄荷島上玩的花樣很多，不過最令人最回味無窮的，就屬這一趟羅伯河泛舟的漂流之旅。羅伯河泛舟行之有年，在當地可說是相當標準化，一有空船就可以搭乘，船的構造相當簡單，用竹子和乾草搭建而成的小棚子固定在兩艘小舟上，竹筏屋小船簡單中蘊含樸實美感，後方在接一艘有裝馬達的小舟即可啟航，可說是迷你豪華級郵輪。船上可享受豐盛道地的竹筏美食風味午餐，船費包含午餐每人約為280披索。

泛遊於媲美亞馬遜河的羅伯河，開始沿著原始茂密的叢林逆流而上欣賞如南美亞馬遜河的熱帶雨林原始風貌，沿途的景緻獨特，抵達岸上時當地居民用最熱情的舞蹈與笑容迎接，讓你真的賓至如歸。

## ● 歃血盟約紀念碑 Blood Compact



歃血盟約紀念碑位於薄荷首都城市塔比拉蘭路邊，小小的體積不大，稍為不注意就會錯過，所謂的紀念碑，並不只有一塊碑坊，而是一座雕刻生動的雕像，述說歃血盟約的歷史。

面朝著大海的紀念碑紀錄1565年3/16，當地首領Datu Sikatuna (Legaspi) 與當時西班牙人雷格斯比和結盟的儀式，每個人從手腕取出兩三滴血放進酒中，然後一起喝掉，而這也代表菲律賓與西方國家訂定的第一個友好條約，達成了不同種族、宗教、文化的友好協定，具有珍貴的歷史意義。鐵灰色的銅像，莊嚴的表情，象徵菲律賓在國際地位上變化的歷史痕跡；紀念碑附近有許多販賣小玩意兒的雜貨店，想收集南洋風味的小禮物分送親朋好友，也可來這裡瞧瞧。

## ● 蜜蜂農場巡禮 Bee Farm



蜜蜂農場是一間有機自然與蜜蜂養殖為主的休閒農場，不但提供了當地很多就業機會，也因為具有地方色彩以及許多體驗活動而聞名。除了餐廳，農場之外，也經營風格獨特的民宿，農場占地相當

大，養蜂場與用餐住宿區也有段距離，不怕被蜜蜂騷擾，當然也有示範用的小蜂屋供遊客觀賞，現場有工作人員操作講解。農場裡的產品，包括蜂蜜，果醬，咖啡，花草茶都是農場自製品，連其中販賣的手工藝品也是，而農場裡最吸引人的是餐點，在一連串蜜蜂農場巡禮之後，不妨來一杯花草茶以及一份有機餐。

## ● 巴卡容教堂 Baclayon Church



薄荷島有著相當數量的老教堂，大約建於海島的西班牙殖民早期。一般認為，這個敬拜聖母瑪麗亞的巴卡容教堂是菲律賓最古老的教堂之一。雖然在19世紀，奧古斯丁教會在巴卡容教堂的前方增建一個現代門庭以及四週增加了一些石頭建築物，使得他的面貌與當年略有不同，在這個區域之中，它仍是耶穌會教士修造的教堂當中保存最好的。

雖然在19世紀，奧古斯丁教會在巴卡容教堂的前方增建一個現代門庭以及四週增加了一些石頭建築物，使得他的面貌與當年略有不同，在這個區域之中，它仍是耶穌會教士修造的教堂當中保存最好的。

1595年，Juande Torres和Gabriel Sanchez神父是第一個在巴卡容區域宣教的西班牙傳教士。雖然巴卡容是西班牙耶穌會傳教士的第一個據點，但是因為對Moro raiders的恐懼很快迫使他們移動總部到內陸羅伯區(Loboc)。一直到1717年巴卡容才成為教區，並建築了新教堂。當年大約200個被強拉來的當地民工用珊瑚石修建了教堂，他們從海中取得珊瑚，裁成立方體作為磚頭，並使用竹子來搬動這些『磚頭』，並用了百萬個蛋作為黏著劑。現今的建築物就是1727年完成的。之後1835年教堂獲得了一個大鐘。

在教會旁邊是女修道院，現在是一個小博物館，展覽幾世紀以前的古老宗教遺物和其它十六世紀工藝品。

## ● 樓艾教堂 Loay Church



教堂座落在高原上面海之處，建於1815年，呈十字型結構，有兩面外觀，較古老的一面飾有浮雕，較新的一面則是20世紀再以混凝土加強而成，並有數座水泥雕像以藝術方式呈現其宗教思想。



## ● 嘉連古宅 Clarin Ancestral House



建立於1840年代，嘉連古宅為西班牙殖民統治時期的代表歷史建築，屋內擺設的四帷柱床、亮澤座椅及多件古董文物，反映出當年古宅擁有者的社交及政治影響力。

目前的嘉連古宅即是紀念博物館，還經營相當有特色的Olegario咖啡館，供應早午餐、茶點之外，還可以安排休息。

## ● 道威士教堂 Dauis Church

建於1878年的道威士教堂，天花板繪製了許多生動的壁畫，是薄荷島最具西班牙建築特色，也最美的教堂之一。傳說當年城鎮曾受到海盜襲擊，鎮上居民把自己反鎖在教堂內避難，等到糧食用盡本以為沒希望之時，突然在神壇旁出現一口水井，救了大家一命，至今這口水井仍是當地居民的主要水源之一。



## ● 小長灘 Alona Beach



沙灘位於薄荷島南端的Panglao Island上，沙灘兩端以岩石峭壁為盡頭，長達1.5公里的白沙灘及湛藍的海水，讓這裡成為世界知名的潛水地點。旅客可從Tagbilaran搭乘三輪車或計程車至沙灘，兩地距離約20公里。





## BOHOL ISLAND • 看盡生態奇景

## ● Pamilacan 帕米拉肯島



島上有舒適的渡假村，不過最吸引遊客的不是渡假村，而是附近精彩的潛點。這裡得前點相當精彩，由其位於島上的東側，更是個屬於急降的斷層潛點，除了可以欣賞到多樣的海洋生物更可以看見斷層山湖、海扇急奇特的洞穴，這裡可是魔鬼魚經常出現的地方，有時也會有鯨鯊出現。

## ● Balicasag島



薄荷島周圍小島，大多與另一個有名的潛點，島上也有渡假村設施。而這裡的海底景觀，主要是以海底斷層為主，由於這裡的物種豐富，因此這裡不僅是被菲律賓政府列為保育之處，同時也是多國際海洋生態學家每年都會來此從事研究的海域，顯見這裡的海底景觀，可不是一般潛點所能比擬。

## ● Moalboal 宿霧莫亞礁



Moalboal距宿霧約89公里，是著名的潛水勝地，當地海域地形為斜坡沙地然後直下50公尺的斷崖，因此也可以進行岸潛，全年水溫27度以上，所以基本上全年都可以從事潛水活動。

約15分鐘船程即可到達著名潛點Pescador Island，此島東西寬108公尺，南北長148公尺，深約50公尺，雖然範圍不大，但卻擁有非常豐富的海底生態，其最著名的是成千上萬的沙丁魚，還有美麗的珊瑚礁景觀。

## ● Cabilao島



薄荷島西岸的小島，而這裡的海底美景。則有數大便是美的精彩，可以看見大型珊瑚，而許多色彩繽紛的小魚，也穿梭在這些大型山吳其中，型成一幅美麗的海底景觀，因此每年除了潛水愛好者，就連海底攝影師也絡繹不絕前來取景。



# 薄荷島非常樂活

BOHOL ISLAND • 薄荷島精選飯店

薄荷島飯店住宿也相當多元，無論是兩人同型或事家庭出遊，都能找到適合自己的住宿飯店。此外許多飯店也多有配套的出海行程，及使沒已受先規劃播荷島型成，也能在飯店的建議下玩得盡興！！

## Amarela Resort



座落在薄荷島的商務娛樂中心地區，交通相當便利，鬧中取靜的環境，提供海濱度假的悠閒氛圍。充滿地中海風格的飯店，從雅致的客房、古典的裝飾、傳統文物及現代化設施，簡樸雅致的裝飾同時兼具精美與舒適。

令人驚喜的是，房間的共同特點是擁有各自的海景陽台，可以遠眺美景，彷彿擁有自己的一小片天地。另外，飯店設有水上運動、室外游泳池等健身休閒設施，或是選擇躺在白色沙灘上盡情放鬆。

**地址** Barangay Libaong, Panglao Island  
**電話** +63-38-502-9497 to 99  
**網址** [www.amarelaresort.com](http://www.amarelaresort.com)  
**Email** [reservations@amarelaresort.com](mailto:reservations@amarelaresort.com)

## Amorita Resort



「Amorita」在薄荷島意指「心愛的」，就像飯店想營造出一個充滿浪漫的度假環境，座落於海濱懸崖頂上，因此能夠欣賞到180度的薄荷島海洋，遠在地平線上的島嶼、崎嶇海岸輪廓等絕美景色。

這裡每一間的海景別墅都有一座自己的小花園，還有私人的游泳池，讓情侶能夠享受完全不被打擾的親密度假時刻，當然也可以前往海灘體驗碧海藍天，每幢別墅還在戶外設有開放式的浴室及淋浴設備，能貼近自然又與外界巧妙的隔離，盡情放鬆身心。

**地址** 1 Ester A. Lim Drive, Barangay Tawala, Alona Beach Panglao Island  
**電話** +63-38-502-9002 to 03  
**網址** [www.amoritaresort.com](http://www.amoritaresort.com)  
**Email** [reservations@amoritaresort.com](mailto:reservations@amoritaresort.com)  
[inquiries@amoritaresort.com](mailto:inquiries@amoritaresort.com)

## Bluewater Panglao Beach Resort



Bluewater Panglao堪稱是享受薄荷島自然美景及奢華度假的最佳選擇，坐擁大片海洋保護區，以菲律賓式建築設計彰顯出薄荷島文化，呈現其溫暖友善的待客之道和倡導生態環保的意識。

度假村最令人印象深刻的，運用獨特設計與當地環境融合為一，並將有機健康的概念賦予優雅氣質，並具創新及功能性，如同設計師Benji Reyes所言「充滿成熟嫺淑的優雅奢華，摒除古板與保守，整體氣氛讓人感覺友善、舒適且溫暖。」

此處提供46間泳池觀景豪華客房、4間家庭閣樓套房、3間蜜月別墅及1間家庭別墅，還有兩座湖泊形狀的瀑布造景游泳池。除了待在度假村內完全放鬆外，也可以到鄰近的海洋保護區或Balcasag島，進行潛水、浮潛、海底遊獵、乘帆船、風帆衝浪等各式水上活動。



**地址** Danao, Panglao Island, Bohol, Philippines  
**電話** +63-38-416-0695 / 416-0696  
**網址** [www.bluewater.com.ph](http://www.bluewater.com.ph)  
**Email** [panglao@bluewater.com.ph](mailto:panglao@bluewater.com.ph)



## Alona Kew White Beach Resort



如果你喜歡長灘島，那這家飯店肯定不能錯過，因為飯店就位於有小長灘島之稱的Alona Kew Beach附近，飯店的設施應有盡有，也有飯店專屬的餐廳與酒吧，頗具浪漫風情。

值得一提的是，飯店也提供完整的旅遊行程配套，無論是要做市區觀光或出海都可以規劃，距離許多著名景點也相當近，因此頗有鬧中取靜的舒適感。

**地址** Tawala, Alona Beach Panglao Island, Bohol Philippines

**電話** +62-38-502-9042 **傳真** +63-38-502-9029

**網址** [www.alona-kew.com/index.php](http://www.alona-kew.com/index.php)

**Email** [reservations@alona-kew.com](mailto:reservations@alona-kew.com)

## Balicasag Island Dive Resort



飯店就位於邦勞島附近名為Balicasag的島嶼上，佔地25公頃的區域有1.5公頃開發為度假勝地，飯店最引以為傲的莫過於周圍天然的環境，可以清楚欣賞到湛藍的海水，以及珊瑚、各種魚類等海洋生物，可說是潛水愛好者的天堂。

也因為美麗天然的海洋環境，飯店常常有許多來自國內外的潛水愛好者前來投宿，這裡也有專設一家販售潛水用品的商店。配合島上自然的氛圍，共20間別墅全採自然通風與當地的設計風格，餐廳使用當地居民捕獲的海鮮，可品嚐到當地及國際美食。

**地址** Balicasag Island, Panglao

**電話** +63-38-502-6001 / +63-38-501-0674

**網址** [www.divephil.com/bohol/balicasa](http://www.divephil.com/bohol/balicasa)

**Email** [inquiries@divephil.com](mailto:inquiries@divephil.com)

## Bohol Beach Club Resort

這是目前台灣人最喜愛的渡假村之一，位於薄荷島上，也由於這個渡假村，讓薄荷島有小天堂之稱。渡假村四周均種滿了大樹，這裡的一草一木是從熱帶地區人工培植出來的，使人有種置身於植物公園的感覺。

渡假村擁有延綿不斷的白色幼質沙海灘，總長約1.2公里，可擁抱一片藍天白沙、椰子樹影的美景。水質相當清澈，連離沙灘十幾公尺的外海都清澈見底，遍佈海灘上椰殼造型的可愛涼亭，則是酒店在沙灘上的招牌。

客人在椰子樹下搭一個吊床，吹着徐徐海風，吊床輕輕隨風搖曳，再熱的環境也會變得愜意起來。此外，渡假村的房間仿照峇里式小屋建築，其家庭套房更有臨海露台，在潛水熱點盡情玩樂了大半天後，能回到如天堂般渡假村休息，真是人生一大樂事。



**地址** Bolod Panglao Bohol

**電話** +63-38-411-5222 to 23

**網址** [www.boholbeachclub.com.ph/](http://www.boholbeachclub.com.ph/)

## Eskaya Beach Resort & Spa



座落於邦勞島的Eskaya Beach Resort & Spa，「Eskaya」之名取自薄荷島原住民的名稱，度假村的建築風格結合菲律賓式與現代化設計，並大量使

用當地建材，例如竹、白茅、木材等，就像其名稱一樣，希望帶給遊客一種富有當地氣息的度假氛圍。

附近的自然景觀更是充滿魅力，可以欣賞到懸崖峭壁、平坦山地、深谷溶洞，以及一望無際的薄荷島海洋風光，長達5公里的細白沙灘，而飯店的戶外游泳池的延伸視覺設計，讓人宛如身處在大海之中。

**地址** Barangay Libaong, Panglao Island  
**電話** +63-38-502-9516 / +63-38-502-4079  
**網址** www.eskayaresort.com  
**Email** info@eskayabeach.com

## Flushing Meadows



Flushing Meadows作為一間頂級的島嶼度假村，靈感來自紐約舉辦美國網球公開賽的著名公園，提供絕對奢華的住宿享受及一流的服務品質，有國際級的網球場、孩童釣魚場、游泳池、各種水上運動及頂級Spa服務。

度假村擁有51間別墅，每間都有私人陽台及專用的小花園，還有專屬的美麗海景，甚至可以選擇就在露天陽台上品嚐一頓浪漫的燭光晚餐，享受寧靜愉悅的度假環境。

**地址** Barangay Dao, Dausi, Panglao Island  
**電話** +63-38-411-5739 / +63-38-501-9172  
**網址** www.flushingmeadows.com.ph  
**Email** fmrp06@yahoo.com

## Panglao Island Nature Resort and Spa



位於薄荷島附近的Panglao島上的渡假村，宛如世外桃源的天堂，被稱這裡為夢幻海渡假村。渡假村就位於薄荷島上一道馳名的風景線上，這裡充滿生活熱帶氣息，在精緻幽雅

的茅草蓋的屋頂下居住，可以讓人通體放鬆，倍感愜意。每個渡假居所區的裝潢都有可按摩的滾動浴缸，小型酒櫃，迷你冰箱，遙控空調，國際/國內電話設備，有線電視以及24小時客房服務等。

來到這裡，在一望無限的海邊，坐著或是躺在白色的粉狀沙灘上，享受著菲國和暖陽光的照耀，呼吸著海邊瀰漫的潮濕空氣，感受著微風吹動著涼涼的海風，觀賞著大海遼闊壯麗的畫面，絕對讓人樂而忘返。渡假村也提供了各類水上冒險活動，如：浮潛，深潛，釣魚，獨木舟，衝浪，水上摩托車等；當然也可以選擇在渡假村私人的小島上，來個浪漫的遊船看日落環島之旅。另外在飯店內，特別推薦飯店的SPA中心Mit-hi，可以在古典的音樂聲中，享受暢快的療程及按摩。



**地址** Bingag, Dausi 6339, Bohol, Philippines  
**電話** +63-38-502-2091 / 502-2450 to 52 / 501-7288  
**傳真** +63-38-502-2091 / 502-2450 to 52 / 501-8281  
**Email** metroctr@metrocentrehotel.com  
**網址** www.panglaoisland.com



# SPA樂活舒展身心非常快活

雖然菲律賓引進SPA的概念比東南亞其他國家晚，但是卻融合了許多峇里島、泰國等地的SPA概念及療程，可說是匯集許多SPA精華所在，所呈現出的療程也不會輸給其他東南亞國家，價格相對的便宜不少，同時也結合了舒適的渡假村設施，讓人流連忘返。

## ● Amuma SPA Bluewater Maribago Beach Resort (宿霧)

Amuma SPA提供多種療程，無論是在按摩設備或使用的精油都是使用當地最好的原料，並搭配菲律賓傳統的按摩療法，來幫助全身放鬆及促進癒合。



地址 Bluewater Maribago Beach Resort, Cebu  
電話 +63-32-492-0100 / 232-5411  
網址 www.bluewater.com.ph

## ● 亞洲最大SPA中心 Chi Spa Village (宿霧)

位於宿霧的香格里拉飯店內的Chi Spa，是亞洲最大，菲律賓最專業的熱帶天堂假期SPA。佔地一萬多平方公尺，主要以打造SPA村為主要概念，每個SPA芳療室都打造成獨立的VILLA，療程以「五行」為理念，設計出35種以上讓身心平衡的療程，療程可分為數小時到半日、甚至全日的配套，想在這裡過夜亦可，不過僅限一個晚上，足見這裡熱門的程度。



地址 Puuta, Engano Road, Lapu-Lapu, Cebu  
電話 +63-32-231-0288  
網址 www.shangri-la.com/cebu/mactausland/en/

## ● 蜜月天堂渡假村 Badian Island Resort & Spa (宿霧)



位於宿霧Badian島上的蜜月天堂，海島的自然景觀美麗怡人，又有遺世獨立的感覺。而這裡除了是個擁有白色舒適的渡假村，在SPA的設施上也相當講究，擁有海洋鹽水療池，加上古式按摩桑拿浴，融合了泰式按摩，Bali島的四手按摩，曾被「Asian Spa」雜誌推選為「全球最佳SPA」之一，提供了SPA療程，Badehaus療程，Thalasso療程等等。

地址 Badian Island, Badian, Cebu  
電話 +63-32-475-1103  
網址 www.badianhotel.com

## ● 加勒比海風味莊園 Mogambo Springs Plantation bay (宿霧)

位於馬克坦島(Mactan)的東南方，是處11公頃私人熱帶海灘的渡假飯店，擁有熱帶花園、棕櫚樹、瀑布、遼闊的白色海灘，是適合全家大小的親子渡假勝地。莊園渡假村的SPA名為MOGAMBO SPRINGS，周遭環境均以大量自然元素組成，無論是牆壁及屋頂，都以傳統菲式竹籬建造而成；另外在療程部分，所有的芳療產品均用知名品牌Phytome，光臉部護理就有8種療程，另外可搭配8種套裝療程，療程時間從2小時到6.5小時不等。

環境特別設計，猶如置身於瀑布山谷之中，徹底放鬆自己於飛瀑之下，再於熱泉之中浸泡。再造青春的過程，以舒適按摩劃下休止符。

地址 Marigondon, Mactan Island, Cebu 6015, Ph  
電話 +63-32-340-5900 local1068  
網址 www.plantationbay.com

# 非常驚艷潛進藍色天堂



宿霧附近的潛點相當多，水溫全年也多介於26~29度，許多潛點更是鄰近於本島不到10分鐘的距離，潛水的場地相當多，難易度也各有不同，可以滿足所有潛水愛好者的需要；如果白天潛水還不過癮，這裡相當適合夜潛，能見度也相當高。附近的海域也是舉世聞名的潛水地點，如Bantayan、Moalboal、Pescador、Badian Island等地都相當適合潛水，觀賞美麗絕倫的珊瑚礁海景及魚群。至於想嘗試浮淺的旅客，阿波島附近是最佳的浮潛場所，許多渡假村附近是屬於原始生態保護區，進入時可能會收取僅幾塊美金的環保費用。



## ● 宿霧

宿霧四周的海島盡是色彩艷麗的珊瑚、熱帶魚，加上當地交通便捷，絕對是潛水最理想場所，目前更是全世界7大潛水勝地之一。不過潛水需要國際執照，如果有時間的話，這裡有許多水上活動中心，都提供完整的訓練考照課程，短短幾天就可以取得證照。就潛點分布來看，宿霧的潛點大致上可以分為北宿霧、西宿霧與東宿霧等區塊，其中宿霧島北端海域的馬拉帕斯瓜(Malapascua)近年來頗負盛名，因這裡盛產長尾鯊、海豚、蝠魞等，偶爾也可見鯨豚等大型生物。自馬亞鎮(Maya)出發船程約需半小時。

值得一提的是，全世界許多潛點都有長尾鯊的蹤跡，不過想要定點欣賞到它們的樣貌，只有在Malapascua島才有機會，長尾鯊就會定期上來水深約30米的珊瑚礁岩一帶，讓清潔小魚幫忙清除身上的寄生菌，此時也成了許多潛水客觀察長尾鯊生態的最好時機。



至於東宿霧的潛點主要分布於馬克坦島區Mactan Island區；與西宿霧的馬可李羅Moalboal潛點加起來，總共有20多個潛點可以前往。

## ● 薄荷島

位於薄荷島、宿霧島與黑人島之間的海域，向來也是菲律賓熱門的潛水勝地之一，附近的渡假村設施尤其完整，潛水、浮潛等水上活動更是基本配備，配套也相當完整，目前台灣旅行團最常使用的Bohol Beach Club，就位於彭哥魯奧島的西側，彭哥魯奧島與薄荷島僅一橋之隔，島上有許多飯店林立。

而在薄荷島最值得推薦的潛點，莫過於巴里卡沙格島，這裡以銀龜生態最為著名，距離薄荷島約45分鐘船程，另外帕米拉坎島與塞爾貝拉岩礁等潛點則距離更近。如果想要體驗浮潛的旅客，可以就近選擇在飯店附近的珊瑚礁岩，生態景觀依舊豐富美麗。

至於巴里卡薩島海域(Balicasag)，則是被稀有的黑珊瑚礁所圍繞，屬於極受保護的區域；卡畢佬島海域(Cabilao)，則是位於Dujio Point的西南面，有著名的潛點及沙灘；阿波島(Apo)附也有許多浮潛點可前往，其中鄰近許多附近的渡假村，都是位於原始生態保護區，進入時可能會收取僅幾塊美金的環保費用。

薄荷島是潛水天堂，有潛水執照的遊客可以直接租用服裝、氧氣瓶。對於大多數新手來說雇一位潛水教練是必須的。總共費用為60美金左右。訓練大約需要1個半小時。隨後就可以坐船出海，進入千姿百態的海底世界了，據說可以看到《海底總動員》中的小丑魚囉。



# 高爾夫球變化豐富非常挑戰

宿霧的高爾夫發展歷史悠久，最早的球場是在1982年設立，至今球場雖然不多，但是由於其地形多變，球場的設計也顯得更具豐富且有挑戰性，球場景觀也相當怡人，是許多高球愛好者磨練身手相當不錯的選擇。更值得一提的是，宿霧許多球場位置鄰近市區，同時有完整的休閒設施，最適合渡假兼球敘。



## ● Cebu Country Club

球場距機場約20分鐘，1928年設立，是宿霧最早開發的球場，18洞標準桿71桿，球道彎曲多變化，尤其第3、6洞較具挑戰性。強風，樹林及彎曲球道造成的難度，是比賽用場地。白沙沙坑有珊瑚石環繞，與翠綠球道呈現強烈的對比，景觀增色不少。每年舉行七次全國性比賽，堪稱世界級球場。俱樂部設有餐廳、酒吧、網球場、保齡球場、游泳池、羽球場、理髮廳。

**地址** Gov. M Cuenco, Banilad, Cebu City, Cebu Province  
**電話** +63-32-231-0345  
**傳真** +63-32-231-1802  
**PAR** 71 **碼數** 5898

## ● Alta Vista Golf & Country Club

球場距宿霧市區八公里，約30小時車程，是個標準桿71桿，18個洞的比賽用場地。由Gary Player及知名黑武士(Black Knight)設計公司在1997年所設計。起伏狹窄的球道佈滿不少大小湖泊池塘，及許多令人出其不意的沙坑等，屬於高難度球場。除了打球，這裡的俱樂部也設立了網球場，籃球場，保齡球場、游泳池、健身房、按摩池、三溫暖、餐廳、宴會廳等。

**地址** Aznar Road, Pardo, Cebu City, Cebu (Trunk Line)  
**電話** +63-32-272-7971~5 **傳真** +63-32-272-4090  
**網址** www.altavistacc.com  
**PAR** 72

## ● VERDEMAR GOLF

屬於18洞球場，果嶺維護良好，海景球道起伏有挑戰性，一邊是白沙灘，一邊則環繞著芒果樹及熱帶植物，有5處開球Tee需越過小溪或山谷。球場飯店(Casa Del Mar Golf & Dive Hotel)備有31個房間以及撞球、KTV等多項娛樂設施。

**地址** Verdemar Golf, 203 GCA Bldg., 13 Banilad Rd, Banilad, San Remigio, Cebu  
**電話** +63-32-344-6181  
**PAR** 71/71/71  
**碼數** 6446/5433/4320  
**位置** 位於宿霧市北方，車程約2.5小時

## ● Cebu International Golf and Resort

宿霧本島西南海岸Moalboal附近，距離宿霧100公里約2小時車程。球場屬於18洞、標準桿72桿，總長6621碼的球場。球場設立在美麗的海邊山丘旁，除了有廣達8公頃的花園景觀，整體的海景山景都非常美麗。內附有渡假村提供住宿。

**地址** Barangay Lambug, Badian, Cebu  
**電話** +63-32-345-3339  
**PAR** 72/72/72

## ● Green Island Golf & Beach Resort

位在宿霧本島西南方的芭迪安市Badian，距離市區100公里，車程約2.5小時。球場為海濱渡假村，800米海岸線，可望見芭提島。環境幽靜，丘陵起伏，特別加軟的球道及果嶺，屬於娛樂性用途的球場，此球場只對會員及旅館住客開放。

**地址** Barangay Lambug, Badian, Province of Cebu  
**電話** +63-32-95935 **傳真** +63-32-311269  
**PAR** 72

# 宿霧、薄荷島非常須知

## 直飛VS轉機

### <台灣直飛宿霧>

目前台灣直飛宿霧航班，大多以不定期的包機為主，通常會集中在寒暑假期間。

### <台灣從馬尼拉轉機前往宿霧>

無直飛航班時，台灣前往宿霧都是由馬尼拉轉機居多，而台灣最常使用的航空班次主要以菲律賓航空與宿霧太平洋航空為主。

菲律賓航空公司	(02)2506-7255 - www.pholiday.com.tw
中華航空公司	(02)2715-1212 - www.china-airlines.com/ch/index.htm
長榮航空公司	(02)2501-1999 - www.evaair.com
宿霧太平洋航空	(02)2509-6665 - www.cebupacificair.com

## 入境須知

旅客護照的有效期限必須在6個月以上，持有台灣護照旅客，必須辦理簽證。詳見ZEST AIR、PHILLIPPINE AIR在馬尼拉也有班機前往宿霧。

## 菲律賓簽證須知

自2009年4月1日起，馬尼拉經濟文化辦事處將開始核發機器可判讀簽證。倘若所繳照片不符下列規定有可能被退件，申請簽證之新相片詳細規格如下：

- 1.照片規格：申請人最近6個月拍攝，彩色照片2份
- 2.照片大小：2吋
- 3.背景顏色：白色
- 4.人像姿勢：正面
- 5.照片表面：無墨跡、摺痕、污損、油漬、指印或黏膠印
- 6.人像衣著：衣著整齊
- 7.照片畫質：色彩呈現自然膚色，光源均勻且不能有陰影或閃光反射在臉部
- 8.臉部輪廓：五官清晰呈現，如有殊痣、胎記、疤痕等均不遮蓋
- 9.配戴眼鏡：相片中人相不得配戴眼鏡或墨鏡，足資辨識人貌，視障者除外
- 10.頭巾配戴：不得配戴頭巾，人帽五官尤其眼部須清楚呈現，宗教因素例外
- 11.頭部裝飾：相片中人相不得配戴頭帽或其他裝備
- 12.隱形眼鏡：人相不得配帶有色隱形眼鏡
- 13.簽證申請表格含下列照片一律退件：
  - A. 人像眼部呈現紅眼
  - B. 相片含污跡

- C. 非白色背景
- D. 畫質不清晰、白平衡非經調整、非自然膚色
- E. 眼睛無正式相機鏡頭拍攝，視障者除外

## 海關

為了加快通關速度，建議旅客下機前先行填寫海關申報單Customs Declaration。旅客若攜帶現金超過一萬美元，必須申報總金額。離境旅客若攜帶菲律賓披索入出境，不得超出披索10,000元。

## 交通

**本地交通：**馬尼拉市區有跳表費率和固定費率計程車、菲式吉普車、巴士等

**離島交通：**島際海上客輪、飛機、機車TAXI、菲式吉普車

## 打電話

### 【國際電話直撥】

#### ●自菲律賓打電話回台

**A.撥打一般電話：**當地國際台碼(00)+國碼(886)+城市區域碼(去掉0)+對方電話

**B.撥打行動電話：**當地國際台碼(00)+國碼(886)+對方行動電話號碼(將第一個號碼0去掉)

#### ●打電話到菲律賓

**A.從台灣打電話到菲律賓一般電話：**國際台碼+當地國碼(63)+國外當地區域號碼+電話號碼

**B.在菲律賓旅遊，使用漫遊時：**只要直接撥對方行動電話號碼即可

**備註：**在菲律賓使用手機，需確定手機配有「國際漫遊」功能及所漫遊的國家，使用方式與一般電話相同。

## 關於菲律賓

菲律賓是由7,107個海島所組成，從中國南部一路延伸到北婆羅洲。多個種族(印度馬來人、華人、西班牙人與美國人)共處一地的結果，自然醞釀出菲律賓獨特的文化，並形成了逾一百個族群的人文風情。

**面積：**299,000平方公里

**語言：**菲律賓文、英文

**宗教：**82%天主教、9%基督教、5%回教、3%佛教

**氣候：**屬熱帶海洋性氣候，雨量豐沛，每年6月至12月期間常有颱風侵襲。前往旅遊時需多加留意。熱帶氣候，平均溫度為華氏78度/攝氏25度至華氏90度/攝氏32度。

**時區：**格林威治標準時間(GMT)+8小時，與台灣同。

**電源：**220V、60Hz

**貨幣單位：**披索，硬幣有2.5毛、5毛、1元、5元；紙鈔則有20元、50元、100元、200元、500元、1000元。

**參考匯率：**1匹索≈0.75台幣、1美元≈47披索(匯率會因時間而變動)



## 當地重要聯絡方式

### ●菲律賓觀光部宿霧分處

Department of Tourism, Region VII  
 地址：G/F LDM Bldg., Lapu-Lapu Street, 6000 Cebu City  
 電話：+63-32-254-2811、+63-32-254-6077  
 機場電話：+63-32-340-8229  
 傳真：+63-32-254-2711

### ●菲律賓觀光部薄荷島分處

Bohol Tourism Office  
 地址：Ground Floor New Provincial Capitol Building,  
 Marapao Street, 6300 Tagbilaran City, Bohol, Philippines  
 電話：+63-38-411-3666、+63-38-501-9186  
 傳真：+63-38-411-3666

## 主要航空公司聯絡電話

### 菲律賓航空

地址：台北市104松江路139號11F-1  
 電話：+886-2-2506-7255  
 傳真：+886-2-2503-9901  
 網址：<http://www.prholiday.com>  
 馬尼拉地址：112 Aguirre St., Legaspi Village Makati City  
 122 9  
 電話：+63-2-817-1234, 892-4856, 818-0111 locals  
 5400,5401  
 傳真：+63-2-813-6715  
 24小時訂位專線：+63-2-855-8888、+63-2-855-7888

### Bacolod City Ticket Office

地址：Araneta St., Barangay Singcang Negros Occidental  
 Bacolod City  
 電話：+63-34-435-6016、+63-34-435-6017  
 傳真：+63-34-434-7870

### Bacolod Airport Ticket Office

地址：New Bacolod Silay Airport Hacienda Panaogao  
 Barangay 4, Negros Occidental Silay City  
 電話：+63-34-435-2011  
 傳真：+63-34-435-2018

### 中華航空公司

【台北分公司】  
 地址：台北市南京東路三段131號  
 電話：+886-2-2715-1212、2715-2233  
 傳真：+886-2-2514-6005  
 訂位電話：+886-2-2715-1212  
 傳真訂位電話：+886-2-2514-6005、2514-6006  
 網址：[www.china-airlines.com/ch/index.htm](http://www.china-airlines.com/ch/index.htm)  
 【菲律賓分公司】Philippines Branch Office  
 地址：G/F Unit-1 Golden Empire Tower 1322

RoxasBoulevard Cor. Padre Faura ST. Ermita Metro, Manila  
 Philippines

電話：+63-2-523-6319、524-4950、523-9709  
 傳真：+63-2-523-9712  
 訂位電話：+63-2-523-8021 to 24

### 長榮航空

【台北總公司】  
 地址：台北市長安東路2段117號  
 訂位電話：+886-2-2501-1999  
 票務電話：+886-2-2501-9599  
 訂位傳真：+886-3-351-0019-21  
 票務傳真：+886-2-2501-6099  
 網址：<http://www.evaair.com>  
 【長榮菲律賓馬尼拉分公司】  
 地址：23 rd Fl., LKG Tower 6801 Ayala Avenue, Makati  
 City  
 電話：+63-2-7531380-82  
 訂位電話：+63-2-864-3800  
 機場電話：+63-2-879-6250-1  
 辦事處傳真：+63-2-884-1142

### 宿霧太平洋航空（馬尼拉辦事處）

地址：16th Floor, Equitable PCI Tower San Miguel  
 Avenue, Pasig City Philippines  
 電話：+63-2-638-1746  
 傳真：+63-2-634-6621  
 免付費電話：1-800-1888-2582  
 Call Center  
 馬尼拉：+63-2-702-0888  
 宿霧：+63-32-230-8888  
 網址：[www.cebupacificair.com](http://www.cebupacificair.com)  
 台灣區總代理：凱行旅行社  
 地址：台北市南京東路3段19號10樓  
 電話：+886-2-2509-6665

### SEAIR- South East Asian Airlines

馬尼拉：+63-2-849-0200

### ZEST Air

ZEST Air宿霧機場辦公室  
 Tel：+63-32-341-0226  
 Fax：+63-32-236-9328  
 ZEST Air宿霧市區辦公室  
 Tel：+63-32-253-1923 / 253-1924 / 253-1925  
 Fax：+63-32-256-2205