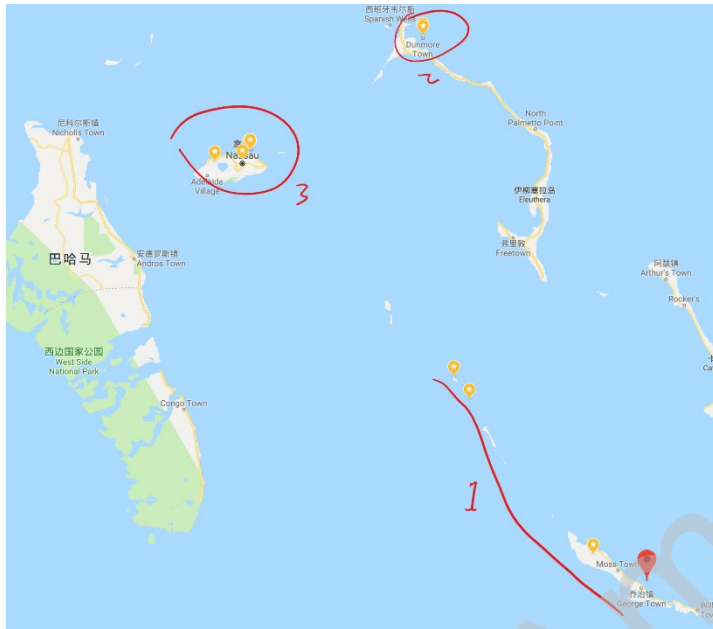


时间:

➤ 2016/2017

依旧按衣食住行的分类来写这次的攻略。

➤ 此行程**孕妇慎行**，因为寨卡 **Zika** 病毒，可能导致胎儿小头症。其他人不必担心。



Map 1 巴哈马群岛总行程

巴哈马群岛 Bahamas Islands, 分三部分:

Part 1 Great Exum 埃克斯马岛 (1.5 日) ——> Part 2 Harbour Island 哈勃岛 粉红海滩 (0.5 日) ——> Part 3 Paradise Island 天堂岛 (3 日)

7 日行程。因为要从迈阿密 Miami 飞往巴哈马群岛 Bahamas, 最后再飞回巴哈马群岛。

从 Nassau 飞往 Exum >> **住 Exum** >> 飞回 Nassau >> **住天堂岛** >> 飞 Harbour Island 往返 >> **住天堂岛**

美元通用。天堂岛外，请准备 cash 现金为佳。\$20 最方便。

遵循美国小费文化。

衣:

防蚊液	需要	雨林里可能有蚊虫
泳衣多套, 拖鞋	需要	因为不能保证每天泳衣及时干
防晒霜, 墨镜	需要	推荐安耐晒 和 资生堂
遮阳伞	不需要	享受美式晒, 合群
遮阳帽	可以带	真的想防晒, 那么遮阳帽在美国人眼里看起来更正常
芦荟胶 Aloe gel	需要	以备意外晒伤
运动鞋, 轻便衣着	需要	方便 hiking 徒步
浴巾	可以带	酒店提供可以外带的浴巾, 及时归还即可。自行准备也可

食：

整体餐厅一般，海鲜食材新鲜，食物以原味为主。小摊的海产品新鲜，但是卫生条件堪忧，请选择性食用。整片区域消费较高，用美元即可。加勒比海对于美国，好比海南对于中国。



Figure 1 海螺 Conch



Figure 2 海螺沙拉 Conch Salad

住：

Exuam 埃克斯马岛住在主岛就好（1晚）。天堂岛 paradise island 住在 Atlantis 酒店（3-4日）。

行：

整体飞机状况是 Nassau 中国人也较少，机场人员不专业，知道 evuis，却不知道 F 类不需要 evuis。最后网页查询，且要求他们打电话查询才通关。

岛与岛之间尽量选择飞机，传统美国飞机订票网站可以预定机票（如 **expedia**）可以订票。飞机时间短，船的耗时太大。

岛内交通，只能 **taxi**。外面很破，无信号。最多 20 刀车费。是老式面包车样式，破车，有的门都关不紧。车速低，车少，主要都是接送客人。酒店的话，有专人为您叫 **taxi**。美国手机无信号，请下载离线地图，关于行程也可询问司机。

Part 1

+++++

Exuam Chian 埃克斯马岛链旅行 Tour：

下午到 Exuam，可以去主岛临近的东侧小岛 **Stocking Island** 看一看魔鬼鱼 **Manta**。



Figure 3 Stocking Island 魔鬼鱼

第二天，在港口参加埃克苏马岛链 **Exuma Islands Chain** 一日游，随队玩一圈网红岛，不用自己操心：猪岛 **Pig Beach**，护士鲨岛 **Compass Cay**（很怂的博主给你们放网搜图，注意安全，2018/7 一名叫 Katarina Zarutskie 的女孩被咬伤），



Figure 4 猪岛 Pig Beach



Figure 5 鲨鱼岛 Compass Cay

蜥蜴岛 (**Iguanas**) Nicolas Cage's private island,



Figure 6 蜥蜴岛 Nicolas Cage Island

环状白沙滩 The Mile-long **Sandbar** near Big Farmer's Cay in The Exumas。



Figure 8 环形白沙滩

石窟浮潜 **Snorkel and Conch Venture**,



Figure 7 石窟浮潜 Snorkel

至于选择哪家的一日游 Tour，在 **Trip Advisor** 上搜索 **Great Exuma Tours**，参考下面链接

[https://www.tripadvisor.com/Attractions-g147429-Activities-c42-Great Exuma Out Islands Bahamas.html](https://www.tripadvisor.com/Attractions-g147429-Activities-c42-Great_Exuma_Out_Islands_Bahamas.html)

晚上飞机回拿骚，住进心心念念的 **Atlantis** 亚特兰蒂斯酒店。注意：可以询问前台是否可以免费升级 **free upgrade**。博主从最便宜的 Beach Tower 海滩塔免费升级—>住进了 **The Royal Tower** 皇家塔。



Figure 9 亚特兰蒂斯 Beach Tower



Figure 10 亚特兰蒂斯 Royal Tower

Part 2 粉红海滩 (Harbour island)

+++++
预定小飞机或船。船需要一整天，2 小时单程。小飞机很快。

Harbor island 很小，整个走路约 2 小时。可以租高尔夫球车 **Golf Cart**，更方便。有些区域，会感觉整个岛都是自己的。但是人少，大遮阳伞少，此时会感觉晒，非常晒，特别晒。因为沙子太烫，所以要在躺椅上休息。一般要收躺椅费用，但是由于工作人员懒，可以到远一点的地方，就没人向你收躺椅租金。

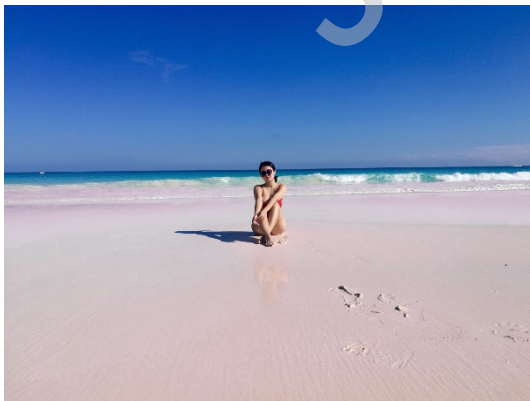
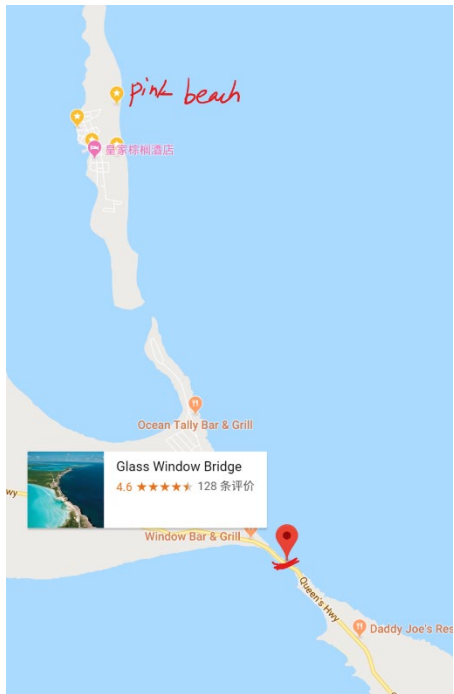


Figure 11 粉红海滩



Figure 12 粉红海滩骑马项目

由于阳光太强，肉眼看沙滩颜色一般粉。有骑马项目可选。博主实在不堪烈日，选择躺着吹风。



Map 2 Glass Window Bridge 分界桥

另外岛上还有粉色小教堂。

而岛上没几家餐厅，普通三明治约\$ 35 人均。推荐 **Queen Conch** (Bay Street, Dunmore Town) 经济实惠有特色。如果有多的时间，可以看一看到 **North Eleuthera** 主岛去看两边海水颜色不一样的 **Glass Window Bridge**。



Figure 13 Glass Window Bridge 异色海洋

Part 3 天堂岛 Paradise island

天堂岛贫富差距明显。这里有最好的酒店 **Atlantis** 亚特兰蒂斯。比 Dubai 迪拜的 Atlantis 建得早。没有值得购买的，玩乐为主。纸地图导航，且有活动项目表参考。园区很大，有 wifi 覆盖。

Atlantis 也明显感觉到分贫富区域。大致可分成三个区域：最左（大众），中间（精致），最右（高端）。



Map 3 亚特兰蒂斯酒店整体地图

最左（大众）——便宜区域 **Beach Tower** 和 **The Coral Towers** 珊瑚塔

+++++

最边区，连接岛外车道。粉色，不华丽。有普通沙滩及排球场。可询问可否免费升级 upgrade。

便宜与中等中间为商场消费区。

这里的几家餐厅最便宜，多数快餐类，博主常常光顾的。

中间（精致）——中等区域 **The Royal Tower** 皇家塔

+++++

建筑为最高，主区。中东特色双子塔。多雕塑，多游乐设施。住在此区相对最方便，且询问是否有高层。



Figure 14 玛雅鲨鱼滑梯 Maya temple “LEAP OF FAITH” Slide

➤ 有水上乐园，**Maya temple** 玛雅神庙区。**Aquaventure Waterpark** 水乐园有中等各种水上滑梯，其中有跃起的 **CHALLENGER SLIDE** 挑战者滑梯，有鲨鱼通道的 **LEAP OF FAITH** 信仰之跃：坐在单人或双人坐式游泳圈滑滑梯，中间路段有鲨鱼，但是并不可怕，是在玻璃管道。



Map 4 Aquaventure 水乐园地图

整个区域有半露天水族馆，部分连接地宫。露天可在上层看，也有部分区域有浮潜项目。

<https://www.atlantischamamas.com/thingstodo/marinehabitat>

- 有地宫水族馆，连接商场，连接水上游乐场。设计非常巧妙。地宫整体凉快，和失落 Atlantis 风格的建筑和配乐，都很配。
- 可以在水族馆餐厅吃饭，只是博主没有预算在这吃饭，酒店里的高级餐厅特别贵。



Figure 17 水族馆上方



Figure 15 水族馆餐厅



Figure 6 河流泳池 River pool

➤ 还有各种泳池放松区域，整个酒店有 **11** 个区域的 **pool** 泳池。

➤ 当然有赌场 **Casino**，比较特别的是有**赌马赌球**的专用区。这里的餐厅中档，非快餐，有 **sushi**。有各种价位的餐厅，整体价位偏高。但是博主幸运地两次得到主厨赠送甜点。



Figure 7 **Casino** 赌马赌球区

最右（高端）——在最贵的区域 **The Cove** 山谷区<**The Reef** 礁石区

+++++

有中东式莲花屋顶建筑，里面有滑梯类的水上乐园 **power tower** 权力之塔。

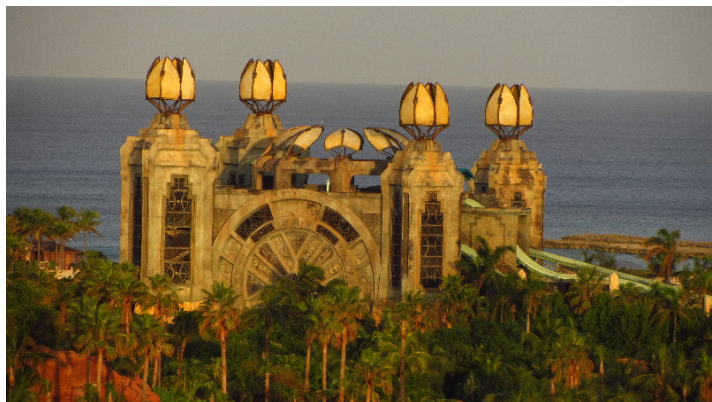


Figure 8 **Power Tower**



Figure 9 Power Tower 链条滑梯 THE SURGE (迸发)

Power Tower 里的滑梯都是**链条式滑梯**。管道下半部是不透明圆筒滑梯。

这里也有酒吧，有安静的海滩。有高级餐厅，连大堂都是冷峻且高级的感觉。



Figure 10 Cove 酒店大堂 lobby

好好享受在 Atlantis 酒店的玩乐和休闲，此酒店及配套设施，是博主迄今为止最满意的。

- 行程结束：悠闲地结束行程，乘坐 taxi 去机场回程。