

# 马来西亚

最佳游览和活动项目



机器翻译

© [backpackandsnorkel.com](http://backpackandsnorkel.com)

## Contents

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| 1. 城市脉动与海岛宁静：淡季探索吉隆坡与停泊岛 .....                           | 5  |
| 2.1 免责声明 .....                                           | 8  |
| 2.2 版权 .....                                             | 9  |
| 3. 马来西亚概况 .....                                          | 10 |
| 3.1 您需要多长时间访问马来西亚？ .....                                 | 10 |
| 3.2 去马来西亚旅游的最佳时间是什么时候？ .....                             | 11 |
| 吉隆坡和停泊岛的旅行时间建议 .....                                     | 11 |
| 传统马来西亚行程的旅行时间建议 .....                                    | 15 |
| 3.3 马来西亚历史的亮点 .....                                      | 16 |
| 3.4 在马来西亚驾驶汽车 .....                                      | 19 |
| 3.5 马来西亚的公共交通 .....                                      | 22 |
| 3.6 马来西亚的货币和信用卡 .....                                    | 29 |
| 3.7 马来西亚的自来水 .....                                       | 30 |
| 3.8 马来西亚电话 .....                                         | 31 |
| 3.9 马来西亚在哪个时区 .....                                      | 31 |
| 3.10 马来西亚签证要求 .....                                      | 32 |
| 3.11 马来西亚使用的语言 .....                                     | 33 |
| 3.12 马来西亚的宗教 .....                                       | 34 |
| 3.13 必尝美食及周边指南 .....                                     | 34 |
| 3.14 马来西亚必备旅游应用 .....                                    | 37 |
| 3.15 马来西亚的电力和连接 .....                                    | 39 |
| 4. 马来西亚八日游行程 .....                                       | 40 |
| 5. 马来西亚的八个美好的日子 .....                                    | 41 |
| 5.1 第一天：抵达马来西亚并探索吉隆坡 .....                               | 41 |
| 5.1.0 吉隆坡的住宿地点 .....                                     | 44 |
| 5.1.0.1 吉隆坡 JW 万豪酒店 .....                                | 45 |
| 5.1.1 阿罗街美食街和夜市 .....                                    | 48 |
| 5.1.2 Changkat Bukit Bintang 和 Alor Backspace 街头艺术 ..... | 51 |
| 5.1.3 武吉免登 Changkat .....                                | 56 |
| 5.1.4 吉隆坡展馆 .....                                        | 59 |
| 5.1.5 十号胡同菜市场 .....                                      | 63 |

|                                               |     |
|-----------------------------------------------|-----|
| 5.1.6 合力休闲吧.....                              | 66  |
| 5.2 第 2 天：旧吉隆坡自助游.....                        | 69  |
| 5.2.1 吉隆坡塔（吉隆坡塔） .....                        | 71  |
| 5.2.2 马来西亚国家博物馆（Muzium Negara） .....          | 74  |
| 5.2.3 唐人街茨厂街 .....                            | 79  |
| 5.2.4 唐人街中央市场.....                            | 84  |
| 5.2.5 苏丹阿都沙末占美清真寺（Masjid Jamek） .....         | 87  |
| 5.2.6 独立广场.....                               | 90  |
| 5.2.7 吉隆坡城市展览馆和“I ♥ KL”标志 .....               | 93  |
| 5.3 第三天：吉隆坡自助游 .....                          | 96  |
| 5.3.1 黑风洞 .....                               | 98  |
| 5.3.2 双子塔 .....                               | 105 |
| 5.3.3 Suria KLCC 购物中心.....                    | 108 |
| 5.3.4 吉隆坡城中城公园 .....                          | 111 |
| 5.3.5 幻彩湖水秀 .....                             | 113 |
| 5.3.6 KLCC - 武吉免登步行道 .....                    | 117 |
| 5.4 第四天：自助游吉隆坡的宁静和文化一面.....                   | 120 |
| 5.4.1 马来西亚伊斯兰艺术博物馆（IAMM） .....                | 121 |
| 5.4.2 马来西亚国家清真寺（Masjid Negara） .....          | 127 |
| 5.4.3 天后宫 .....                               | 131 |
| 5.5 停泊岛（Pulau Perhentian） .....               | 135 |
| 5.5.0 停泊岛的住宿地点 .....                          | 137 |
| 5.5.0.1 小停泊岛 BuBu Long Beach Resort（小岛） ..... | 140 |
| 5.5.0.2 停泊岛浮潜 .....                           | 143 |
| 5.5.1 第 10 天：从吉隆坡前往停泊岛 .....                  | 145 |
| 5.5.2 放松和探索小停泊岛的长滩 .....                      | 148 |
| 5.6 第六天：探索停泊岛（Pulau Perhentian） .....         | 150 |
| 5.6.1 长滩浮潜.....                               | 152 |
| 5.6.2 连接长滩和珊瑚湾的丛林步道 .....                     | 160 |
| 5.6.3 珊瑚湾（直落奥尔） .....                         | 163 |
| 5.7 第 7 天：探索停泊岛（Pulau Perhentian） .....       | 167 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 5.8 第 8 天：返回吉隆坡然后回家..... | 169 |
| 6. 结束语 .....             | 170 |

## 1. 城市脉动与海岛宁静：淡季探索吉隆坡与停泊岛

您是否正在寻找一种身临其境的旅程，在高能量的城市探索与热带天堂的宁静之间取得平衡？本指南专为喜欢精简“城市与海洋”行程的旅行者而设计。通过关注充满活力的吉隆坡市中心和停泊岛的原始海洋保护区，您将享受从现代摩天大楼到温柔的潮汐节奏的完美过渡。



### 战略优势：五月平季

本指南专为五月平季旅行而设计。虽然东南亚许多地区在五月开始经历西南季风大雨，但马来西亚东海岸仍处于主要旱季。通过选择这个特定的窗口，您将受益于：

- **最佳海洋条件：**停泊岛拥有清澈见底的能见度和平静的海水，为您带来最佳的浮潜体验。
- **人群减少：**您将在季风关闭之后、七月和八月的旅游高峰之前抵达。
- **物流效率：**通过专注于吉隆坡和东海岸，您可以避开大雨的西海岸，确保您的旅行计划不会因天气原因而延误。

**对比：从标志性塔楼到岛屿时光**

**您的旅程从马来西亚充满活力的中心吉隆坡开始。您可以站在标志性的双子塔下方，探索充满活力的文化区，那里的现代建筑俯瞰着黑风洞等古老的印度教圣地。从城市出发，您将飞往停泊岛碧绿的海水。在这个天堂般的岛屿上，丛林与珊瑚礁相遇，您唯一的日程安排就是阳光和大海。**



**自然与冒险：从街头小吃到珊瑚礁**

**吉隆坡的美食极其多样化，以火热的中式马来西亚风味和正宗的印度面包为特色。到达停泊岛后，您的一天将以在南中国海上落日时在海滩上烧烤的新鲜海鲜结束您的一天。在这些岛屿上，您甚至不需要船就可以冒险；地球上一些最好的浮潜地点可以直接从海岸到达。踏入水中几分钟后，您就会与海龟、生机勃勃的珊瑚和无害的礁鲨一起游泳。**



## **关于马来西亚紫色旅游指南**

这不是一本通用的高级百科全书。我们特意重点关注这三个特定地点，以确保您在巴士上花费更少的时间，并有更多的时间留下美好回忆。

**我们的目标是帮助您留下难忘的时刻。本指南充满了原创摄影作品，以便您可以准确地看到您将体验到的内容。我们提供您所需的事实详细信息，以便您对行程做出明智的决定，帮助您打造一次既轻松又收获颇丰的旅行。**

*准备好开始你的冒险了吗？深入阅读本指南的详细部分，开始自助探索吉隆坡和停泊岛。*

另请在我们的 Backpack and Snorkel [网站](#) 上查看其他令人兴奋的目的地和旅行指南。

## 2.1 免责声明

在本指南中，我们将尽力为您提供最准确的信息。

然而，随着时间的推移，价格、时间甚至景点都会发生变化。

因此，我和backpackandsnorkel.com不能对用户旅行时的体验负责。

我强烈建议您在制定旅行计划时，写信或致电您计划前往的景点进行确认。

另外，请保持警惕，注意周围环境并看管好自己的财物。

即使是最好的假期计划，扒手和其他犯罪分子也很容易毁掉。

## 2.2 版权

本网站及其内容的版权归“Rudy at Backpack and Snorkel”所有。 版权所有。

禁止以任何形式重新分发或复制部分或全部内容。 未经“Rudy at Backpack and Snorkel”书面同意，本网站内容（包括照片）不得出售、转载或用于商业目的。

除非获得我们明确的书面许可，否则您不得分发或商业利用该内容。

您也不得将其传输或存储在任何其他网站或其他形式的电子检索系统上。

### 3. 马来西亚概况

#### 3.1 您需要多长时间访问马来西亚？

要充分领略吉隆坡的文化底蕴和停泊岛的自然风光，八天的旅行是理想的选择。

这个时间范围可以让您彻底探索每个目的地，而不会因不断旅行而疲惫不堪。

- **吉隆坡（3-4**

**天）：**在马来西亚首都，您可以用三到四天的时间参观双子塔、黑风洞和历史悠久的独立广场。这段时间还提供了充足的时间，以轻松的节奏探索武吉免登和茨厂街的城市传奇街头美食场景。

- **停泊岛（4-6**

**天）：**由于前往东海岸的旅程涉及国内航班和船只接送，因此您应该花至少四整天的时间游览这些岛屿。这可确保您有足够的时间参观多个浮潜点、徒步穿越岛屿丛林并在海滩上真正放松身心。

- **旅行和缓冲天数（1-2 天）：**

考虑吉隆坡和停泊岛之间的过境时间非常重要，建议增加一天以应对恶劣天气。

#### “城市与海洋”战略

虽然许多旅行者试图将马来西亚的每个州都塞进一次旅行中，但本指南提倡采取更有针对性的方法。通过专注于这三个特定区域，您可以避免乘坐六到八小时的巴士到达金马仑高原或檳城。相反，您可以利用高效的航班连接或高铁连接，确保您的假期仍然是轻松的体验，而不是物流马拉松。

在这本马来西亚紫色旅行指南中，我们呈现了精心策划的八天行程，平衡了高能量的城市探索与深度的岛屿放松。您可以完全按照计划使用该计划，也可以轻松调整每个地点的天数以满足您的个人兴趣。

您可以在 [第4章](#) 中找到全面的每日细分。

### 3.2 访问马来西亚的最佳时间是什么时候？

马来西亚是一个热带国家，这意味着全年炎热潮湿，气温通常在 75°F (24°C) 至 91°F (33°C)

之间。虽然没有传统的四个季节，但降雨模式因地区而异。由于本指南重点关注吉隆坡和停泊岛，因此了解西海岸和东海岸之间的天气“差异”至关重要。

请参阅此处的 [吉隆坡和停泊岛的旅行时间建议](#)。

如果您的目标是沿着经典的马来西亚路线探索吉隆坡的高科技街道、金马仑高原的茶园、槟城的街头小吃和兰卡威的海滩，那么您的时间应该转向冬季和早春。与东海岸不同，当该国其他地区面临东北季风时，这些地区处于最佳状态。

请参阅此处的 [传统马来西亚行程的旅行时间建议](#)。

#### 吉隆坡和停泊岛的旅行时间建议

##### “金发姑娘”时期：五月至九月

这是本指南中概述的行程的首要窗口。虽然西海岸（吉隆坡）下午的阵雨开始增加，但东海岸（停泊岛）正处于旱季。

- **东海岸黄金时段：**天气持续晴朗，海面常常平坦如镜。这使得水下能见度高达 **100 英尺（30 米）**，非常适合浮潜和潜水。
- **吉隆坡：**您将经历充足的阳光，但短暂而强烈的午后雷暴很常见。这些通常可以在炎热的早晨后为城市降温。

##### 平季：三月至四月

这是一个绝佳的旅行“最佳地点”。

- **岛屿重新开放：**停泊岛通常在三月重新向游客开放。在此期间，您可以受益于较低的“平季”价格和年中高峰之前较少的人群。
- **吉隆坡：**这座城市湿度可控，天空晴朗。

##### “东海岸”例外（十一月至二月）

如果您计划前往停泊岛，则必须避开这个窗口。

- **关闭：**从十一月到二月，这些岛屿实际上“关闭”。
- **原因：**东北季风带来大浪和持续降雨。船只接送变得很危险，几乎所有度假村都完全关门。
- **这段时间的吉隆坡：**这是首都最潮湿的阶段。尽管出色的室内基础设施（购物中心和博物馆）使其仍然非常“适合参观”，但这座城市可能会经历长时间的降雨。



## 人群和节日高峰

- 农历新年（一月下旬或二月）：这是游览吉隆坡文化区的充满活力的时期，但您应该预料到会出现大量人群、交通爆满和价格飙升。**2026年**，农历新年是**2月17日**。
- 学校假期：您应该知道，六月和十二月是马来西亚主要的学校假期月份。热门景点和前往岛屿的交通将更加繁忙。

## 为旅行者提供的天气事实

- 湿度：平均湿度很少低于 **80%**。您应该将户外城市活动安排在清晨（**7:00 AM - 10:00 AM**）或下午早些时候，以避免最令人窒息的炎热天气。
- 下午倾盆大雨：即使在“旱季”，热带雷暴也很常见。它们通常激烈但短暂，持续约 **30 至 60 分钟**。
- 雾霾：八月至十月期间，地区农业火灾产生的烟雾有时会造成“雾霾”（烟雾），这可能会影响吉隆坡的空气质量 and 能见度。

## 自我指导规划技巧

| 类别     | 细节                                                   |
|--------|------------------------------------------------------|
| 包装     | 您应该携带轻便、透气的棉质或“干式”面料。在炎热的天气里，一把高质量的紧凑型雨伞比雨衣更有用。      |
| 预算提示   | 五月或九月旅行可以避开年中假期的人群，同时仍然可以享受东海岸的宜人天气。                 |
| “雨天”计划 | 随时准备好吉隆坡的室内景点清单（例如伊斯兰艺术博物馆或吉隆坡柏威年广场），为突如其来的倾盆大雨做好准备。 |

## 旅行者小贴士

如果您前往停泊岛浮潜或潜水，请选择六月、七月或八月。此时海况最稳定，能见度达到绝对峰值。对于吉隆坡，不要让“下雨”的天气预报吓倒您；这座城市设计有大量有盖连接桥和地下走道，让您保持干燥。



### 传统马来西亚行程的旅行时间建议

- 黄金时段（十二月至三月）：这是西海岸的“旱季”。虽然您仍然会偶尔遇到热带阵雨，但您将享受兰卡威和槟城最持续的阳光。金马仑高原凉爽宜人，非常适合徒步穿越长满青苔的森林和茶园。
- “西海岸季风”（九月至十一月）：您应该知道，西海岸在这几个月里经历了最大的降雨量。兰卡威和槟城可能会出现强风和波涛汹涌的大海，这可能会影响渡轮班次和海滩活动。
- 湿度因素：由于这些地区更加发达，城市中的湿度感觉更加强烈。一月或二月旅行的湿度稍低，因此在乔治城的传统街道上长途步行会更加舒适。

### 快速比较：东海岸与西海岸的时间安排

为了帮助您决定何时预订航班，以下是两条主要航线的比较：

| 特征    | 东海岸（停泊岛）   | 西海岸（槟城和兰卡威） |
|-------|------------|-------------|
| 最佳月份  | 四月至九月      | 十二月至三月      |
| 避免几个月 | 十一月至二月（休息） | 九月至十一月（大雨）  |
| 旺季    | 七月和八月      | 十二月和一月      |
| 氛围    | 质朴、注重自然、潜水 | 烹饪、遗产、度假生活  |

### 传统路线的旅客小贴士

如果您在一月或二月选择传统的西海岸路线，请尝试在大宝森节前后安排您的游览时间。这个盛大的印度教节日最好在吉隆坡附近的黑风洞或槟城体验。这是您不想错过的令人难以置信的文化奇观，但您应该为大量人群做好准备并提前预订住宿。

### 3.3 马来西亚历史的亮点

#### 史前史：半岛的黎明

- **公元前 1,830,000**  
年：冷宫谷的一次流星撞击保留了该地区原始人制造工具的最早证据。
- **公元前 235,000**  
年：早期人类居住在沙巴州的曼苏里山谷，留下了婆罗洲最古老的石器。
- **公元前 46,000 年：Samang Buat Cave**  
成为沙巴和婆罗洲最古老的有人居住的洞穴遗址。
- **公元前 40,000 年：在砂拉越的尼亚洞中发现了一个现代人类头骨，被称为“深头骨”。**
- **公元前11,000年：“霹雳人”被埋葬在玲珑谷，成为马来西亚发现的最古老的完整骨骼。**
- **公元前 6,000 年：早期居民在霹雳州创造了 Tambun**  
岩石艺术，用红紫色赤铁矿描绘人物。
- **公元前 500**  
年：全球海上贸易路线将半岛与印度和中国连接起来，为其赢得了“**金色切尔松内塞**”的绰号。

#### 古典时代：印度教佛教王国

- **公元前 200 年：布让谷（旧吉打）成为孟加拉湾重要的贸易中心。**
- **公元150年：希腊地理学家托勒密将马来半岛纳入他的世界地图。**
- **公元 400 年：冈加国家王国在今天的霹雳州繁荣发展，出口黄金和锡。**
- **公元683年：三佛齐帝国扩大其海上影响力，控制了战略要地马六甲海峡。**
- **公元 1136 年：吉打州国王 Phra Ong Mahawangsa 皈依伊斯兰教，成为苏丹 Mudzaffar Shah I，建立了该地区最古老的连续苏丹国。**
- **1303 年：伊斯兰教到达东部半岛，登嘉楼铭文石就是证明。**

#### 马六甲苏丹国及殖民时代

- **1400 年：帕里米苏拉建立马六甲苏丹国，成为马来世界的中心和全球贸易强国。**
- **1405年：郑和海军上将抵达马六甲，与中国明朝建立了长期的外交联盟。**
- **1511 年：阿方索·德·阿尔伯克基 (Afonso de Albuquerque)**  
为葡萄牙征服马六甲，标志着欧洲在半岛上殖民统治的开始。
- **1528年：苏丹阿拉丁沙阿二世建立柔佛苏丹国作为马六甲的继承国。**
- **1641 年：荷兰人与柔佛结盟，经过激烈的围攻，从葡萄牙人手中夺取了马六甲。**



- **2022 年：**安瓦尔·易卜拉欣宣誓就任马来西亚第十任总理。



- **车辆入境许可证 (VEP)：**所有外国注册的汽车必须持有有效的 **VEP** 才能进入新加坡。您必须在线申请。
- **LTA 批准电子邮件：**您必须携带您车辆的 **LTA 批准的数字或打印副本**。
- **有效的道路税和保险：**您必须持有有效的马来西亚道路税和专门涵盖新加坡的保险证明。





## 在哪里购买您的卡

您应该在到达市中心后立即领取卡，以避免在各个售票机上摸索现金。

- **吉隆坡中央车站：**这是最方便的位置。请访问位于大楼内轻轨或地铁站内的 **Touch 'n Go Hub** 或客户服务办公室。
- **便利店：**您可以在吉隆坡各地的 **7-11**、**myNEWS** 或 **KK Super Mart** 商店以及机场找到卡。
- **屈臣氏药房：**许多屈臣氏门店都出售“屈臣氏品牌”**TnG** 卡，其功能与标准版完全相同，但通常带有额外的零售折扣。

## 成本和充值程序

- **初始费用：**一张新卡的费用通常为 **10 令吉 (2.30 美元)**。这是卡本身不可退还的费用，不包括任何预充值。
- **充值 (充值)：**您可以在以下位置添加积分：
  - **自助服务亭：**位于大多数轻轨站和地铁站 (这些站都装有空调且易于使用)。
  - **便利店和加油站：**只需告诉收银员您想要“**Reload Touch 'n Go**”即可。请注意，某些地点可能会收取 **RM 0.50** 的小额服务费。
  - **Touch 'n Go 电子钱包应用程序：**如果您有马来西亚 **SIM** 卡和应用程序，某些较新的卡 (支持 **NFC**) 允许您直接从手机充值。

## 使用该卡进行“城市与海洋”行程

由于您的导游主要关注吉隆坡和停泊岛，因此该卡将成为您前半程旅行的主要工具。

- **在吉隆坡：**进出车站时，在十字转门的黄色读卡器上刷卡。对于公交车，请在上车时轻触，然后在下车时再次轻触。
- **在机场：**您还可以使用 **Touch 'n Go** 卡支付 **KLIA Transit** 火车 (有停靠站的火车) 的费用，不过如前所述，购买 **KLIA Ekspres** 的特定车票通常更容易。
- **零售用途：**吉隆坡的许多“**Mamak**”摊位和小商店现在都接受 **TnG** 付款，这是您在飞往停泊岛之前用完剩余小额余额的好方法。

**旅行者提示：**请务必确保卡上的最低余额为 **RM 5 至 RM**

**10**。如果您的余额太低，即使该特定行程的票价很小，某些车站的大门也不会打开。





### 3. 马来西亚的网约车：您的“避暑”策略

虽然火车很棒，但“最后一英里”（从车站步行到最后一扇门）是热带天气影响最严重的地方。这就是打车服务变得至关重要的地方。

#### 了解“连续”等待时间

您的规划的一个关键细节是 Grab 和其他服务采用“背靠背”预订系统。

- **工作原理：**司机可以在为另一名乘客完成行程时接受您的乘车请求。
- **对您的影响：**如果您指定的司机当前正在完成另一趟行程，您的等待时间将会更长。该应用程序通常会显示“司机正在附近完成行程”等状态，并提供他们在前往您之前送下当前乘客的预计时间。
- **策略：**您应该在预订后立即检查应用程序状态。如果司机仍在另一趟旅程中，您还有额外几分钟的时间在空调内停留。不过，不要等待太久；一旦他们放下前一位乘客，他们可能会很快到达您的位置。

#### Grab（占主导地位的应用程序）

Grab 是“东南亚的

Uber”。您应该在抵达之前下载此应用程序。它在新加坡和马来西亚都能无缝运行，并且由于炎热和潮湿，这是我们在吉隆坡旅行的唯一方式。

- **便利：**您可以在有空调的商场内预订乘车服务，只有当应用程序显示司机距离您还有 1 分钟路程时才走出去。
- **固定定价：**您在预订前即可看到票价。即使司机遇到吉隆坡交通拥堵或突然的热带倾盆大雨，价格也不会改变。
- **安全：**该应用程序跟踪您的 GPS 位置，显示驾驶员的脸部和车牌，并允许您与朋友分享您的乘车状态。
- **负担能力：**在马来西亚，Grab 非常便宜。15 分钟的车程通常花费不到 15 令吉（3.45 美元）。

#### 其他选项

- **亚航搭车：**吉隆坡的一个日益增长的替代方案，在 Grab 价格较高的高峰“高峰”时期，通常有更多的司机可以提供服务。





### 3.6 马来西亚的货币和信用卡

#### 马来西亚：混合经济

马来西亚的二维码支付大幅增长，但现金仍然是重要的后备力量，尤其是对于您正在寻找的“真实”当地体验而言。

- 信用卡：在商场、超市、酒店和知名餐厅广泛接受。请注意，除国际连锁酒店和奢侈品零售商之外，美国运通卡通常不被接受。
- **DuitNow** 和电子钱包：您几乎在每个柜台都会看到 **DuitNow** 二维码（粉色徽标）。
  - 专业提示：如果您有 **Grab** 应用程序，则可以使用 **GrabPay** 扫描其中许多代码。此外，如果您是 **Touch 'n Go**（马来西亚）、支付宝或微信支付等区域钱包的用户，它们会被广泛集成。
- 当现金是强制性的：您必须有现金用于：
  - **Pasar Malam**（夜市）：对于您发现的街头美食，摊贩几乎只收现金。
  - 传统咖啡店：历史悠久的咖啡店（如唐人街或吉隆坡的老城区）通常更喜欢用现金进行 **20** 令吉以下的小额交易。
  - 农村地区：如果您在大城市之外冒险，数字基础设施的可靠性就会降低。
- **ATM** 策略：马来西亚的 **ATM**（如 **Maybank** 或 **CIMB**）通常不会向外国人收取本地取款费，但您的家庭银行可能会收取费用。请始终选择以林吉特 (**MYR**) 而不是您的本国货币进行收费，以获得更好的汇率。

#### 付款对照表

| 情况       | 马来西亚方法                    |
|----------|---------------------------|
| 公共交通     | <b>Touch 'n Go</b> 卡（实体）  |
| 高端餐饮     | 信用卡/GrabPay               |
| 小贩/街头小吃  | 现金为王 / <b>DuitNow</b> 二维码 |
| 夜市       | 只收现金                      |
| 出租车/Grab | 应用内卡支付                    |

#### 重要的“热和湿度”提示

避免在潮湿的街道上实体“货币兑换商”排队。**ATM** 机的汇率现在非常有竞争力。从银行或商场的室内空调 **ATM** 机提取现金比在街边货币兑换处排队要舒服得多。

您可以在这里找到当前汇率：[马来西亚林吉特 \(MYR\)](#)

### 3.7 马来西亚的自来水

#### “饮酒前请客”规则

在马来西亚，虽然离开处理厂的水通常符合安全标准，但老化的分配网络（管道）可能会在到达水龙头时造成再次污染。

- 共识：不要直接从水龙头里喝水。即使当地人也不这样做。
- “煮沸或过滤”标准：
  - 酒店内：大多数四星级和五星级酒店均提供电热水壶。标准做法是先将自来水煮沸并冷却后再饮用。许多现代酒店还在房间内安装了“过滤水龙头”。
  - 在 **Airbnbs/Homes** 中：大多数马来西亚家庭使用多级过滤系统（如 **Coway** 或 **Cuckoo**）。如果您的主人有其中之一，则“过滤”设置可以安全饮用。
  - 公共水站：在街上寻找“自动售货机”式饮水机。它们使用反渗透 (**RO**)，只需几美分即可安全地重新装满瓶子。
- 冰块和沙拉：在吉隆坡和槟城等城市的老牌餐厅和咖啡馆中，冰块通常由经过过滤的食品级水制成，并且是安全的。对于街头小吃摊，坚持喝罐装或瓶装饮料更安全。
- 刷牙：对于大城市的大多数旅行者来说，使用自来水刷牙通常被认为是安全的。只是避免大量吞咽。如果您的胃极其敏感，请使用瓶装水。

#### 马来西亚旅游攻略

| 地点      | 水行动                                          |
|---------|----------------------------------------------|
| 豪华酒店    | 使用提供的瓶装水或室内过滤水龙头。                            |
| 经济型/精品店 | 每晚用水壶烧水以供第二天使用。                              |
| 外出和关于   | 从 7-11 或 99 Speedmart 购买瓶装水（RM 1.50 – RM 3）。 |
| 农村地区    | 严格遵守密封瓶装水或使用旅行净化器（如 Grayl 或 LifeStraw）。      |

专业提示：在马来西亚，请检查瓶盖的颜色。白色盖子通常意味着“饮用水”（过滤/反渗透），而蓝色或绿色盖子意味着“矿泉水”（来自地下/泉水）。矿泉水通常味道更好！

### 3.8 马来西亚电话

保持联系对于使用叫车应用程序和应对热带炎热天气至关重要。如果您的家庭移动套餐不提供经济实惠的国际漫游服务，那么购买本地 **SIM** 卡是一种廉价且高效的解决方案。马来西亚现在提供 **eSIM** 选项，您甚至可以在落地前激活。

- **国家代码：马来西亚：+60**
- **马来西亚 SIM 卡：**您可以在吉隆坡国际机场护照检查前后找到 **Maxis (Hotlink)** 和 **CelcomDigi** 的柜台。
  - **CelcomDigi** 目前在马来西亚半岛和婆罗洲提供最强大的 **4G** 和 **5G** 覆盖。
  - **Maxis (Hotlink)** 以其在吉隆坡等城市地区最快的速度而闻名。
- “一张 **SIM** 卡”专业提示：如果您要访问新加坡和马来西亚，您可能只需要一张 **SIM** 卡。大多数新加坡旅游计划（如 **Singtel 30 美元** 或 **50 美元卡**）都包含专门针对马来西亚的 **5GB** 至 **10GB** 漫游数据。这使您可以跨越边境并保持联系，而无需交换卡或寻找新的信息亭。

注意：根据当地安全规定，您必须出示护照原件才能在任一国家/地区注册任何当地 **SIM** 卡。在马来西亚，许多信息亭还需要进行数字指纹扫描。

### 3.9 哪个时区是马来西亚

马来西亚的运营时间为 **GMT+8**。尽管距子午线地理距离较远。它不遵守夏令时。您可以找到当前当地时间[这里](#)。



### 3.11 马来西亚使用的语言

为了有效地驾驭马来西亚的社会景观，不仅要了解人们所说的内容，还要了解他们如何使用语言来沟通多元文化社会。以下是马来西亚语言多样性的详细分类。

#### 马来西亚：通过马来语团结

在马来西亚，语言反映了深厚的贸易历史和本土根源。

- **马来西亚语（国语）**：也称为马来语，这是官方语言。它在语音上一致并使用拉丁字母，使旅行者相对容易阅读标志和菜单。
- **英语（“第二”语言）**：英语是学校的必修科目，在吉隆坡、槟城和停泊岛等主要旅游中心，英语的使用程度很高。您在酒店、商场或与 **Grab** 司机沟通时不会遇到任何问题。
- **Manglish**：与 **Singlish** 类似，马来西亚也有自己的非正式英语版本（**Manglish**），其中融合了马来语和汉语方言。它同样高效且富有表现力。
- **地域多样性**：在城市里，你会经常听到粤语和闽南语。在农村地区或当地的“**makan**”（饮食）场所，一些基本的马来语短语对建立融洽关系大有帮助。

#### 对旅行者有用的短语

虽然英语就足够了，但使用这些当地术语将为您赢得微笑和更好的服务：

| 短语     | 英文含义  | 使用提示                           |
|--------|-------|--------------------------------|
| 马坎     | 吃/食物  | “我们去马坎吧！”                      |
| 特里玛·卡西 | 谢谢    | 马来西亚最重要的短语。                    |
| 萨玛萨玛   | 不客气   | 对 <b>Terima Kasih</b> 的标准回应。   |
| 博莱     | 可以/可能 | “ <b>Boleh?</b> ”用于询问某事是否可以。   |
| 叔叔/阿姨  | 尊称    | 用于称呼长辈（如出租车司机或小吃摊老板），无论实际关系如何。 |

### 3.12 马来西亚的宗教

#### 马来西亚：现代伊斯兰国家

在马来西亚，宗教与种族认同密切相关。根据宪法，伊斯兰教是联邦的宗教，所有马来人从出生起就被法律定义为穆斯林。

- 细分（2025 年估计）：
  - 伊斯兰教（~63.5%）：国教。主要是逊尼派（沙斐仪派）。您每天都会会在美丽的地标性清真寺中听到五次阿赞（呼唤祈祷）声。
  - 佛教（~19%）：第二大信仰，主要由华人信仰。
  - 基督教（~9%）：在东马（沙巴和砂拉越）非常突出，那里的许多土著群体都是基督教徒。
  - 印度教（~6%）：由印度族社区信奉。吉隆坡附近的黑风洞是印度以外最重要的印度教圣地之一。
- “双轨制”：马来西亚实行平行的法律体系。虽然民法适用于所有人，但伊斯兰教法管辖穆斯林的个人事务（如婚姻和继承）。非穆斯林可以自由地实践自己的信仰，但向穆斯林传教受到法律限制。

#### 拜访礼仪：“必须知道”

参观礼拜场所时，遵守以下规则表明对当地传统的极大尊重：

- 鞋子规则：进入清真寺、印度教寺庙或许多佛教寺庙之前，请务必脱掉鞋子。您会在外面看到鞋架或指定区域。穿袜子是完全可以的，尽管一些印度教寺庙可能更喜欢赤脚。
- 着装得体：
  - 清真寺：女性必须遮住头部（入口处通常为游客提供围巾）并穿长袖和长裤/裙子。男士应该穿长裤。短袖衬衫通常适合男士，但背心（背心）则不然。
  - 太阳穴：避免穿短裤或无袖上衣。轻薄的披肩是放在包里的绝佳物品，可以快速遮盖您的肩膀。
- “脚”禁忌：在印度教和佛教传统中，脚被认为是身体“最低”和最脏的部分。切勿将脚底指向祭坛、神灵或牧师。坐在地板上时，将双腿放在身下或盘腿坐着。
- 摄影：始终寻找标志。大多数地方都允许拍摄建筑照片，但在祈祷期间拍摄人们的照片通常被认为是一种侵犯。切勿在祈祷堂内使用闪光灯。
- 右手：如果您向牧师或官员捐赠或接受物品，请始终使用右手（或双手）。在许多当地文化中，左手是为了个人卫生而保留的，在社交互动中被认为是不礼貌的。

### 3.13 必尝美食和社区指南

食物是马来西亚国民的痴迷。要像当地人一样吃饭，您必须超越精致的餐饮，而前往定义当地文化的公共饮食空间。

#### 我们的马来西亚美食词典

- 基本一般条款
  - **Makan**：吃/食物。
  - **Tapau** 或 **Bungkus**（马来西亚）：外卖/外带。



## 马来西亚：夜市和嘛嘛档摊位

马来西亚美食融合了马来、中国和印度风味，大胆辛辣，通常在星空下享用。

- 吉隆坡（武吉免登/阿罗街）：
  - 必尝：烤鸡翅和沙爹。
  - 体验：阿罗街是一条混乱而又充满活力的“美食街”。如果想要体验更当地的氛围，可以前往甘榜巴鲁 (**Kampung Baru**) 品尝最好的椰浆饭（马来西亚国菜：椰子饭、参巴酱、凤尾鱼和鸡蛋）。
- 吉隆坡（唐人街/茨厂街）：
  - 必尝：福建面（厚厚的黄色面条，配上香浓的黑酱油）和瓦煲鸡饭。
- 槟城（乔治市）：
  - 必尝：炒粿条（虾和蛤炒扁面）和槟城阿萨姆叻沙（一种味道浓郁的鱼肉汤）。
  - 体验：晚上前往新关仔角 (**Gurney Drive**) 或朱丽叶街 (**Chulia Street**)，观看摊贩在熊熊的炭火上做饭。

## “嘛嘛档”文化（马来西亚）：

- Mamak 是一家印度穆斯林餐馆，通常 24/7 营业。
- 必点：**Teh Tarik**（拉丝奶茶）和 **Roti Canai**。这是当地观看足球比赛或深夜聊天的终极聚会场所。



### 深入探讨：选择您的预订应用程序

虽然它们看起来很相似，但 [维阿托](#)、[获取您的指南](#) 和 Klook 服务于不同的“自我发现”需求：

- **Viator (Tripadvisor 公司) 和 GetYourGuide：**
  - 最适合：高质量的数字优惠券。如果你失去了互联网，他们的应用程序会离线存储二维码。他们的“原创”之旅通常包括您在其他地方无法获得的福利。
  - 自我发现提示：使用“会面点”功能。它直接链接到谷歌地图，向您准确显示从哪里开始步行。
- **客路：**
  - 最适合：纯价格。在东南亚，**Klook** 客路通常为环球影城或双子塔等主要景点提供最优惠的折扣。
  - 自我探索提示：寻找“**Klook** 客路通行证”——它可以让您以一笔固定费用选择 **2-5** 个景点，最多可节省 **40%**。

### 给独立旅行者的专业提示

在这两个国家，您现在可以通过二维码支付大部分费用。

- **Touch 'n Go (TnG)** 电子钱包是王者。您可以将您的国际信用卡与其关联，以便在不接受实体卡的小摊位上付款。





## 5. 马来西亚的八个美好的日子

### 5.1 第一天：抵达马来西亚并探索吉隆坡

今天，您将抵达马来西亚充满活力的首都吉隆坡。无论您来自欧洲、北美还是亚洲其他地方，您对马来西亚的第一印象可能是其庞大的现代化基础设施。这座城市完美地融合了殖民历史、巨大的摩天大楼和世界上最好的街头小吃。

您在马来西亚的第一天就是融入城市的节奏，体验传奇的美食场景、充满活力的街头艺术以及武吉免登区的屋顶景观。

#### 抵达吉隆坡国际机场时需要了解的事项

吉隆坡国际机场 (KUL) 规模庞大，由两个主要航站楼组成：KLIA1（适用于大多数国际全方位服务航空公司）和 KLIA2（主要适用于亚洲航空等廉价航空公司）。

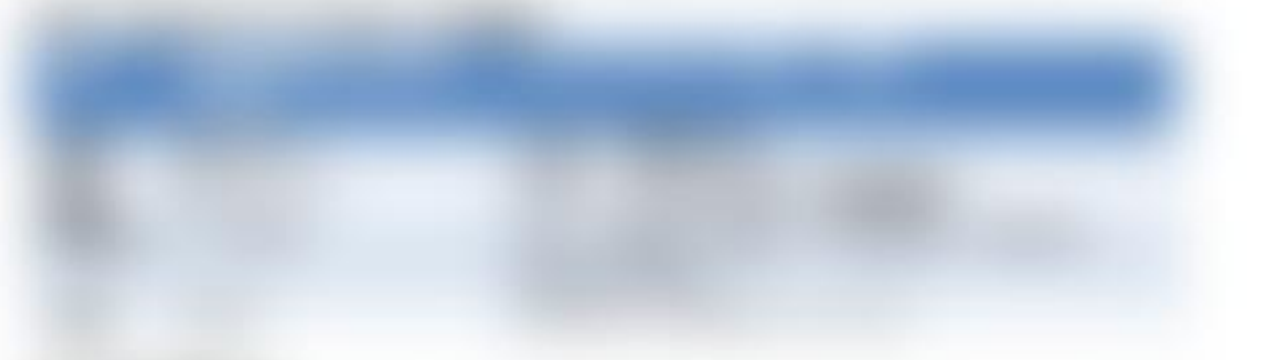
- **移民：**您必须确保在抵达前三天内在线填写马来西亚数字入境卡（**MDAC**）。现在，这已成为几乎所有外国游客的强制性要求。
- **货币：**虽然商场广泛接受信用卡，但您在街头小吃和小商店购买时需要马来西亚林吉特（**RM**）。到达大厅设有众多 **ATM** 机和货币兑换处。
- **SIM 卡：**出海后，您可以立即找到几个售货亭（例如 **Maxis/Hotlink** 或 **Celcom/Digi**）。拥有大量数据的本地 **SIM** 卡价格非常实惠，对于使用 **Grab** 应用程序至关重要。

#### 第一天活动：

- **抵达和转机：**清关后，乘坐 **KLIA Ekspres** 列车前往 **KL Sentral**。从那里，您可以快速乘坐 **Grab** 或单轨列车前往武吉免登地区的酒店。您知道您有可能 [搭乘机场列车可节省 50%](#) 吗？
- **午餐：**[阿罗街美食街](#)：在这座城市最著名的美食街开始您的马来西亚美食之旅。虽然它以夜市而闻名，但许多摊位都提供午餐。沉浸在热闹的氛围中，品尝著名的烧烤鸡翅或一盘牡蛎煎蛋卷。
- **下午探索：**[亚罗 Backspace 街头艺术](#)：就在阿罗街的大排档后面，漫步在改造后的小巷中。这些后巷现在覆盖着巨大的彩色壁画，描绘了茂密的丛林、发光的云彩和当地的生活，使其成为完美的摄影地点。
- **漫步：**[武吉免登章卡](#)：穿过附近的这条大道，这里是吉隆坡高档酒吧和小酒馆的中心。它两旁是经过精心修复的殖民时代店屋，里面有一些该市最受欢迎的酒吧和餐馆。
- **购物疗法：**[吉隆坡柏威年广场](#)：参观马来西亚首屈一指的购物目的地之一。不要错过入口处的水晶喷泉（国家地标），并前往“美食共和国”或“东京街”楼层，享受独特的购物和小吃体验。
- **晚餐：**[十号胡同菜市场](#)：前往 **Lot 10** 购物中心的地下室享用当天的最后一餐。与典型的美食广场不同，胡同是一个“传统”美食广场，摊位都是从马来西亚最著名的街头小吃摊贩那里精心挑选的。这是一种有空调的方式，可以品尝金莲记的炭炒福建面等传奇菜肴。

# THE HISTORY OF THE CITY OF NEW YORK

FROM THE FIRST SETTLEMENT  
TO THE PRESENT TIME  
BY  
JOHN B. HENRY  
NEW YORK  
PUBLISHED BY  
JOHN B. HENRY  
1854



THE HISTORY OF THE CITY OF NEW YORK  
FROM THE FIRST SETTLEMENT  
TO THE PRESENT TIME  
BY  
JOHN B. HENRY  
NEW YORK  
PUBLISHED BY  
JOHN B. HENRY  
1854



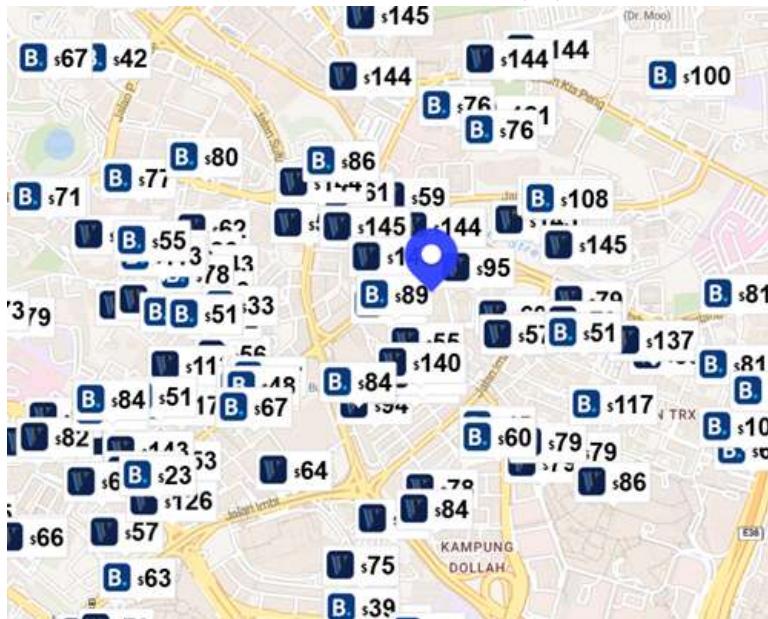
- 1 = [阿罗街美食街](#)
- 2 = [亚罗 Backspace 街头艺术](#)
- 3 = [武吉免登章卡](#)
- 4 = [吉隆坡柏威年广场](#)
- 5 = [十号胡同菜市场](#)
- 6 = [合力酒廊酒吧](#)

### 5.1.0 吉隆坡住宿地点

吉隆坡是一座庞大的城市，因此选择中心位置至关重要，以避免您的旅行陷入臭名昭著的吉隆坡交通堵塞。对于您的行程，您应该关注以下关键区域：

- **武吉免登（金三角）**：这里是这座城市的零售和娱乐中心。如果您想步行即可到达大型购物中心、街头小吃和单轨列车，这里就是您该去的地方。
  - 住宿类型：高端国际酒店和时尚精品住宿。
- **KLCC（吉隆坡市中心）**：该区域围绕着双子塔和公园。它比武吉免登更加企业化和精致。
  - 住宿类型：超豪华酒店和带无边泳池的高层酒店式公寓。
- **唐人街（茨厂街）**：非常适合喜欢历史悠久、坚韧和大气氛围的游客。
  - 住宿类型：经过修复的传统店屋和屡获殊荣的“flashpacker”旅馆。

您可以在这里找到您旅行期间可用的住宿：



我们特别喜欢 [吉隆坡 JW 万豪酒店](#)。

### 5.1.0.1 吉隆坡 JW 万豪酒店

([地图](#)、[预订](#)、[埃佩迪亚](#)、[雅高达](#)、[酒店](#)、[皮艇](#)、[到到网](#))

吉隆坡 JW 万豪酒店经常被称为“幸福之家”，这是有充分理由的。它是“位置、位置、位置”的定义，直接位于星光大道 (Bintang Walk) 上，步行即可到达吉隆坡的几个顶级景点。这意味着您走出大堂即可立即沉浸在吉隆坡主要购物和娱乐区的活力之中。对于喜欢精致传统奢华体验而不是新精品酒店的简约风格的旅客来说，这家酒店是一个绝佳的选择。



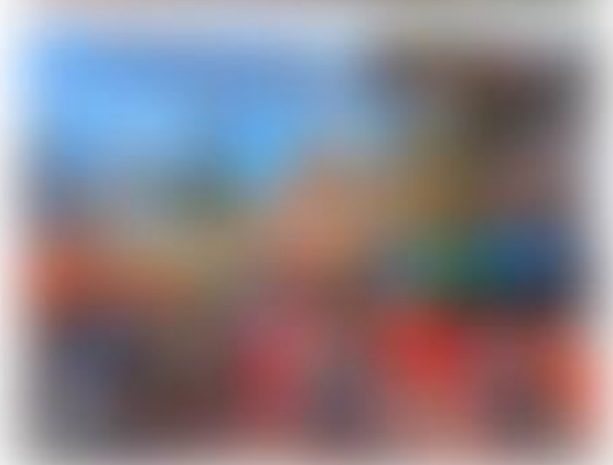




1. 1990

2. 1991

3. 1992







# THE HISTORY OF THE CITY OF NEW YORK







## 为什么你应该参观

对于对街头摄影和探索隐藏的城市空间感兴趣的旅行者来说，这个地区是必去之地。这些壁画规模宏大、震撼人心，以非传统的方式展现马来西亚人的身份。作为一种自助式体验，这是一次高回报的“摄影狩猎”，每次进入狭窄的小巷都会带来新的、丰富多彩的惊喜。与传统博物馆不同，这里的艺术融入了城市的日常生活，壁画经常缠绕在空调机组和生锈的管道周围。



旅行者提示：您应该具有冒险精神，漫步到您发现的每条小巷；最复杂的壁画往往隐藏在看起来不像官方道路的最狭窄通道中。如果您在晚上前往，您应该将艺术之旅与邻近的[阿罗街美食街](#)之旅结合起来，在那里您可以在霓虹灯壁画的光芒包围下享用烤鸡翅或榴莲等当地美食。

# Project Title





THE

THE

## 历史与事实

- 从住宅到商业：最初，该地区是殖民时期城市富裕家庭的安静住宅区。直到 **2000** 年代初，它才开始迅速转型为专门的娱乐区。
- 保护工作：**Changkat** 是保护区的一部分。这意味着，虽然建筑物的内部可以现代化为酒吧和俱乐部，但必须保留外部结构，保持街道的历史“灵魂”。
- 武吉免登连接：“武吉免登”这个名字翻译过来就是“星山”。“**Changkat**”指的是“斜坡”或“小山丘”，它描述了通往武吉锡兰地区的街道的轻微倾斜。

## 自助信息

| 类别     | 细节                                                    |
|--------|-------------------------------------------------------|
| 开放时间   | 街道：24 小时；大多数场馆：下午 4:00 – 凌晨 1:00（周末早些时候）              |
| 入场费    | 自由漫步；除活动之夜外，大多数酒吧均不收取服务费。                             |
| 最佳出行时间 | 晚上 <b>9:00</b> 欣赏街道最热闹的景象，或下午 <b>5:00</b> 享受“欢乐时光”优惠。 |
| 到达那里   | 距离武吉免登单轨电车或地铁站步行 <b>5</b> 分钟。                         |
| 无障碍    | 人行道狭窄且不平坦；推婴儿车和轮椅的人可能会觉得道路更容易，但必须注意交通。                |

## 旅行者小贴士

**Changkat** 以其“欢乐时光”促销活动而闻名，通常从下午 **4:00** 持续到晚上 **8:00**。在此期间，许多高端酒吧都会提供啤酒和自酿烈酒的“一对一”优惠。如果您想享受高级酒吧的氛围，但又不想花高价，请早点到达，在深夜人群到来之前欣赏日落并享受最优惠的饮品价格。

#### 5.1.4 吉隆坡展馆

([地图](#)、[评论](#)、[网站](#))

吉隆坡柏威年广场不仅仅是一个购物中心；它是武吉免登区皇冠上的明珠，也是首要的生活方式目的地。自 **2007** 年开业以来，它一直是该市奢侈品零售和大型公共庆祝活动的焦点。这座庞大的建筑群以其宏伟的罗马风格柱子和主入口处的标志性喷泉而闻名，是通往分布在八个楼层的 **700** 多家商店的门户。





### 为什么你应该参观

您应该参观 **Pavilion KL**，体验马来西亚零售文化的巅峰。它在世界一流的空调环境中提供了远离城市炎热和潮湿的完美场所。无论您是在寻找高端设计师品牌、独特的日本进口商品，还是种类繁多的本地和国际美食，这个购物中心都能让您全面了解吉隆坡现代、富裕的一面。这里也是见证壮观的季节性装饰的最佳地点，尤其是在农历新年或圣诞节期间。

### 它有什么特别之处？

- 亭子水晶喷泉：位于正门，这是马来西亚最高的琉璃水晶喷泉。这是一个国家地标，三个碗代表了国家和谐相处的多种族文化。到了晚上，这里会被五彩缤纷的灯光照亮，成为人们喜爱的拍照地点。
- 东京街：位于 **6** 楼，这个主题区是对日本文化的致敬。它以传统的日本建筑、寿司吧以及出售正宗日本小吃和工艺品的专卖店为特色。在商场里感觉就像走进了另一个国家。





WASHER

WASHER





# THE HISTORY OF THE UNITED STATES



## 为什么你应该参观

这个目的地解决了旅行者需要在城市各处寻找数十个独立的、通常很难找到的世代小贩摊位的困境。十号胡同保证在便利、干净、有空调的环境中提供非凡、高品质和正宗的马来西亚中餐体验。对于自助旅行者来说，这是一座活生生的味觉博物馆，您可以在这里探索这个国家的烹饪历史，而无需忍受热带炎热的天气，也无需在街区之间进行大量旅行。

## 它有什么特别之处？

- **概念：**美食广场由企业家丹斯里杨致辞于 **2009** 年推出，旨在应对因城市重建而导致传统食谱消失的问题。每个供应商都是经过精心挑选的，进入的最低标准通常是至少有 **40** 到 **50** 年的经营记录。
- **氛围：**设计唤起了老北京传统窄巷（胡同）的氛围。布局故意采用迷宫式设计，以深色木材、传统中国灯具和鼓励探索的舒适角落为特色。
- **必尝菜肴：**
  - 金莲记福建面：成立于 **1927** 年，据称是黑烟熏木炭炒福建面的发明者。
  - 宋记牛肉面：自 **1945** 年开始营业，以其弹性面条、配上美味的肉末酱和胡椒牛肉丸汤而闻名。
  - 汉记粥：自 **1949** 年以来一直是茨厂街的传奇，以其“生鱼粥”而闻名，将薄片鱼片放入滚烫的粥中立即煮熟。
  - 何永记：以其独特、厚实、有弹性的叉烧云吞面而闻名。

## 历史与事实

- 全球认可：该美食广场得到了已故著名美食评论家蔡澜的认可，并担任国际品牌大使。市场的墙壁上随处可见他的书法和照片。
- 遗产保护：通过将这些小贩引入高级购物中心，该项目为第三代和第四代家族成员提供了一个平台，让他们能够在更可持续的商业环境中延续他们的家族遗产。
- 非清真地位：历史意义重大，是马来西亚第一个完全非清真的大型购物中心美食广场，允许供应商保留原始食谱，其中许多食谱依靠猪油来获得其标志性的炒锅味道。

## 自助信息

| 类别   | 细节                                                |
|------|---------------------------------------------------|
| 开放时间 | 每天上午 10:00 至晚上 10:00。午餐高峰时间为中午 12:30 至下午 2:00。    |
| 入场费  | 免费进入。菜肴价格通常为 <b>RM 12 至 RM 25</b> （约 3 美元至 6 美元）。 |
| 到达那里 | 位于 Lot 10 购物中心的地下室。可通过武吉免登地铁站或单轨列车站直接到达。          |
| 支付   | 大多数摊位都接受主要电子钱包（Touch 'n Go）和信用卡，但现金仍然被广泛接受。       |

旅行者提示：您应该勇于冒险，尝尝金莲记的“月光”面条，上面放着一个像满月一样的生鸡蛋。当与热黑面条混合时，它会产生浓郁的奶油酱。如果您是团体旅行，您应该点几道不同的菜肴，并分享“家庭风格”，以便一次性体验最广泛的马来西亚华人传统风味。

### 5.1.6 合力酒廊酒吧

([地图](#)、[评论](#)、[网站](#))

Heli 酒廊酒吧是一个独特、独特的屋顶目的地，提供令人兴奋的休闲体验：在活跃、可运行的直升机停机坪上提供饮品。该场地位于武吉免登区中心 34 层的 Menara KH 大楼顶楼，是欣赏城市天际线最壮观且不间断的 360 度景观之一。这是城市适应性再利用的罕见例子，功能性航空空间在黄昏时转变为社交中心。



#### 为什么你应该参观

这是捕捉吉隆坡天际线现代景观的终极目的地。它的景观与双子塔和吉隆坡塔形成鲜明对比，让您处于完美的中层高度，欣赏它们的规模。作为一种自助式体验，对于那些寻求精致氛围和独特拍照机会的人来说，这是非常有价值的。由于没有墙壁、玻璃板或窗户，您将享受到一个畅通无阻的观景平台，让您感觉仿佛漂浮在城市上空。



旅客提示：您应该在下午 **5:30** 之前到达 **Menara KH** 大厅。这可确保您在直升机停机坪于下午 **6:00** 开放时成为最先排队的人，让您能够在停机坪最边缘找到一个座位，欣赏最佳的日落景观。您还应该带一件薄夹克，因为即使在吉隆坡的热带炎热环境下，**500 英尺（152 米）** 处的风也会出奇的凉爽。

## 5.2 第 2 天：旧吉隆坡自助游

在马来西亚的第二天，您将穿越老吉隆坡的中心地带，那里殖民时期的建筑与圣地相遇，然后在城市最著名的美食街的霓虹灯下结束夜晚。这种自助步行的设计目的是身临其境且易于步行导航。

### 1. 上午：风景与历史

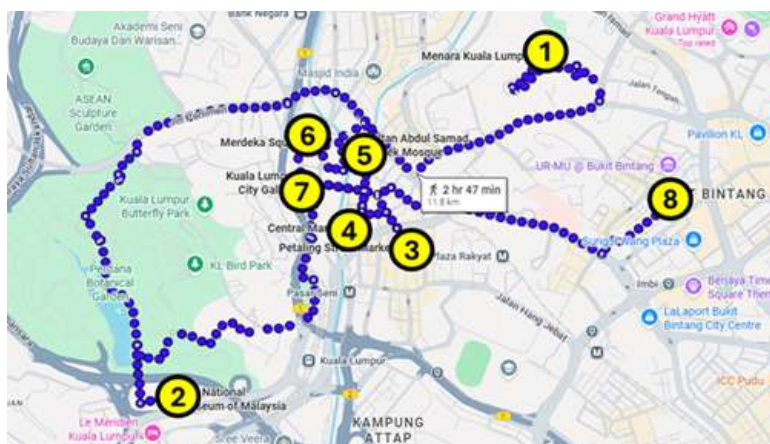
- [吉隆坡塔（吉隆坡塔）](#)：从前往吉隆坡塔开始新的一天。站在咖啡山山顶，可以 360 度欣赏令人惊叹的城市景观。
  - 专业提示：如果您想要一览无余的景观（没有玻璃），请预订 **Sky Deck** 门票。它包括进入天空盒（**Sky Box**）的通道，天空盒是一个从塔的侧面延伸的玻璃立方体。
- [马来西亚国家博物馆（Muzium Negara）](#)：欣赏完天际线后，深入了解建造它的故事。该博物馆坐落在一座宏伟的建筑内，其灵感来自马来皇宫建筑，拥有两幅描绘该国历史的大型户外壁画。里面有四个主要画廊，带领您经历从史前时代到现代马来西亚的时间之旅。不要错过户外交通展览，其中展示了从传统牛车到第一辆国产汽车 Proton Saga 以及保存完好的 19 世纪木结构宫殿（Istana Satu）等各种物品。

### 2. 下午：神圣空间和遗产中心（独立广场和唐人街）

- 唐人街（[中央市场](#) 和 [茨厂街](#)）：向中央市场（Pasar Seni）步行 10 分钟。这座装饰艺术风格的建筑是寻找高品质马来西亚手工艺品和蜡染的最佳场所。
  - 在茨厂街享用午餐：继续前往茨厂街著名的拱门。如果想要享用正宗的“自我发现”午餐，可以前往 Apek 的 Apam Balik（一位制作花生煎饼的 70 岁叔叔）或位于主要十字路口的传奇 Air Mata Kucing（冰龙眼饮料）摊位。
- [苏丹阿都沙末占美清真寺](#)：从塔楼出发，只需很短的路程即可到达该市最古老的清真寺之一，该清真寺位于鹅麦河和巴生河的交汇处。
  - 参观时间：对于非穆斯林游客，清真寺的开放时间通常为上午 8:30 至中午 12:30 以及下午 2:30 至下午 4:30（周五不对游客开放）。
  - 礼仪：如果您的着装不符合端庄要求（必须遮盖肩膀和膝盖），入口处免费提供长袍和头巾。
- [独立广场](#) (Dataran Merdeka): 清真寺的河对岸就是马来西亚首次宣布独立的历史场地。您可以欣赏令人惊叹的摩尔风格苏丹阿卜杜勒萨马德大厦和巨大的 95 米旗杆。
- [吉隆坡城市画廊](#)：这个免费画廊位于广场边缘，是一边吹空调纳凉一边观看“吉隆坡城市模型”表演的好地方，该表演利用光和声音来解释城市的城市规划。

### 3. 晚上：《美食家》大结局

- [阿罗路](#) 晚餐：这是吉隆坡的终极体验。下午 5:00 后，这条街就变成了一个大型露天夜市。
  - 必尝：前往街尾的黄亚华 (WAW) 品尝世界著名的烤鸡翅。
  - “炒锅喜”体验：在任何繁忙的摊位上拿一个塑料凳子，点炒粿条或沙爹。烟熏的香气和铁锅的声音营造出一种在其他地方找不到的氛围。



- 1 = [吉隆坡塔（吉隆坡塔）](#)
- 2 = [马来西亚国家博物馆](#)
- 3 = [茨厂街](#)
- 4 = [中央市场](#)
- 5 = [苏丹阿都沙末占美清真寺](#)
- 6 = [独立（独立）广场](#)
- 7 = [吉隆坡城市美术馆和“I ♥ KL”标志](#)
- 8 = [阿罗街美食街和夜市](#)

### 5.2.1 吉隆坡塔（吉隆坡塔）

（[地图](#)、[评论](#)、[网站](#)）

吉隆坡塔（KL Tower）是一座通讯和观测塔，是世界第七高的独立电信塔。它高出城市 1,381 英尺（421 米），是天际线的主要特征。与办公摩天大楼双子塔不同，吉隆坡塔是专门建在吉隆坡森林生态公园（以前的咖啡山）内的一座小山上。这一战略高度使塔楼能够提供真正畅通无阻的 360 度全景，欣赏整个吉隆坡大都市区。



#### 为什么你应该参观

吉隆坡塔被广泛认为是吉隆坡全景摄影的上佳选择。因为它坐落在菠萝山上，所以您处于一个有利位置，可以俯瞰几乎所有其他主要摩天大楼，包括双子塔。这使其成为了解城市布局的完美场所。露天观景台和著名的天空包厢提供玻璃观景台无法比拟的令人肾上腺素飙升的观赏体验。





### 5.2.2 马来西亚国家博物馆 (Muzium Negara)

([地图](#)、[评论](#)、[网站](#))

马来西亚国家博物馆，当地人称为 **Muzium Negara**，是国家历史的权威守护者。该建筑位于首要植物园的边缘，其设计本身就是一件杰作，类似于宏伟的马来皇宫。自 1963 年开放以来，它为游客提供了从黎明到 21 世纪现代成就的时间之旅。









## 历史与事实

- 该地点的过去：该博物馆坐落在前雪兰莪博物馆的旧址上，该博物馆在二战期间的**1945**年盟军轰炸袭击中意外被毁。
- 皇家灵感：建筑师 **Ho Kok Hoe** 的灵感来自传统的“**Rumah Gadang**”建筑和马来西亚北部的皇家观众厅，确保该建筑具有独特的民族特色。
- 遗产地标：**2015**年，该建筑根据马来西亚法律被正式认定为国家遗产建筑。

## 自助信息

| 类别     | 细节                                                   |
|--------|------------------------------------------------------|
| 开放时间   | 上午 9:00 – 下午 5:00（最后入场时间为下午 4:30）                    |
| 入场费    | 国际成人 <b>RM5.00</b> ；儿童（ <b>6-12</b> 岁） <b>RM2.00</b> |
| 最佳出行时间 | 上午 <b>9:00</b> 驱散正午的炎热，舒适地欣赏户外展品。                    |
| 到达那里   | 可通过 <b>Muzium Negara</b> 地铁站或距吉隆坡中央车站仅几步之遥到达。        |
| 无障碍    | 博物馆设有连接各个楼层的坡道和电梯，可供轮椅通行。                            |

## 旅行者小贴士

如果您恰好在上午 **10:00** 到达博物馆，请在大厅寻找博物馆志愿者。他们经常提供免费的英语导游（有时是法语或日语），持续约一个小时。我们参加了一次免费的游览，可以确认这是聆听文物背后“秘密故事”的绝佳方式，如果您自己探索，您可能会错过这些故事。

### 5.2.3 唐人街茨厂街

([地图](#)、[评论](#))

茨厂街是吉隆坡唐人街混乱、多彩且令人着迷的中心。白天，它是一条繁忙的商业街，但随着夜幕降临，它就变成了气氛浓郁的夜市和街头美食天堂。市场被一个巨大的绿色透明屋顶所遮蔽，该屋顶于 2003 年安装，被亲切地称为“绿龙”。这个天篷横跨街道的长度，保护购物者免受热带阳光和雨水的侵害。



#### 为什么你应该参观

这是一种高能量的感官体验——历史、商业和传奇街头美食碰撞的地方。对于想要体验老吉隆坡坚韧、真实的脉搏并练习讨价还价技巧的自助旅行者来说，这里是完美的目的地。无论您是在寻找一双“设计师”运动鞋，还是一碗经过三代人相同方式烹制的面条，茨厂街都能让您以原始视角了解传统行业在现代大都市中的生存情况。

不要忘记在唐人街走走，享受更多高能量的感官体验。











© 2014 Pearson Education, Inc. or its affiliate(s). All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or by any information storage or retrieval system, without permission in writing from Pearson Education, Inc.

它有什么特别之处？

- 文化区：底层分为特定的巷道，分别为 **Lorong Melayu**、**Straits Chinese** 和 **Lorong India**。每个区域的建筑和产品都反映了该社区的遗产，例如马来区的 **Songket** 纺织品或中国区的精致瓷器。
- **Kasturi Walk**：这是一条有顶棚的室外步行道，位于主楼旁边。该建筑于 **2011** 年开业，其入口处矗立着一座数层楼高的巨型 **Wau Bulan**（传统马来风筝）雕塑。这里设有售货亭，出售当地街头小吃，如 **Pisang Goreng**（炸香蕉）和各种小饰品。
- 中央市场附楼：位于主楼后面，这里有更多不拘一格的艺术画廊、幻觉 **3D** 艺术博物馆和“艺术巷”，您可以在那里观看当地艺术家的工作或参加 **DIY** 蜡染绘画工作坊。
- “**Wau**”舞台：户外舞台经常举办免费文化表演，包括传统马来舞蹈和武术（**Silat**）表演，尤其是在周末。

### 建筑与历史

- 菜市场的起源：该市场始建于 **1888** 年，由华人甲必丹叶亚来 (**Kapitan Yap Ah Loy**) 创立。它最初是为锡矿工人和当地居民提供购买肉、鱼和蔬菜的地方。
- 装饰艺术地标：目前的建筑于 **1937** 年竣工。它展示了当时独特的装饰艺术风格，其特点是对称的立面、桶形拱形屋顶和浅淡的淡蓝色外观。该建筑长约 **405** 英尺（**123.7** 米），宽约 **200** 英尺（**60.8** 米）。
- 九死一生：**20** 世纪 **70** 年代末，有人计划拆除该建筑，为商业高层建筑让路。马来西亚遗产协会发起了成功的保护运动，该建筑最终被保存下来并于 **1985** 年被宣布为遗产。
- 创新照明：窗户中使用的“**Calorex**”玻璃是 **20** 世纪 **30** 年代的高科技特征；它可以吸收 **60%** 的自然光，同时阻挡 **80%** 的热带热量。

## 自助信息

| 类别    | 细节                                                                |
|-------|-------------------------------------------------------------------|
| 开放时间  | 每天上午 10:00 至晚上 10:00。（卡斯图里步行时间相同）。                                |
| 入场费   | 免费进入和探索。                                                          |
| 用餐    | 强烈推荐位于夹层楼的 <b>Precious Old China</b> 餐厅供应正宗娘惹（娘惹）美食。楼上还有一个传统美食广场。 |
| 到达那里  | 位于敦陈祯禄路。距离 <b>Pasar Seni</b> 轻轨/地铁站有 3 分钟步行路程。                    |
| 附近的地标 | 茨厂街（唐人街）距离酒店仅有 5 分钟步行路程。                                          |

旅行者提示：您应该参观位于夹层的蜡染商场，寻找高品质的手绘面料，这些面料远远优于街头摊位上批量生产的版本。如果您正在寻找独特的体验，您应该去一楼的 **Doctor Fish Spa**，那里的小鱼会啃食您脚上的死皮——这是一种奇怪但在当地很受欢迎的感觉。

### 5.2.5 苏丹阿都沙末占美清真寺 (Masjid Jamek)

([地图](#)、[评论](#)、[网站](#))

The Sultan Abdul Samad Jamek Mosque, or simply Masjid Jamek, is the historical heart of Islam in Kuala Lumpur. 它拥有该市最古老的仍在运作的清真寺的尊贵称号，优雅地坐落在巴生河和鹅麦河的象征性交汇处。这种特殊的地理位置正是 19 世纪中叶吉隆坡成立的地点。 Until the National Mosque was completed in 1965, Masjid Jamek served as the primary place of worship for the capital.





## 自助信息

| 类别   | 细节                                                                                          |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 开放时间 | 周六至周四：上午 <b>10:00</b> 至中午 <b>12:30</b> 以及下午 <b>2:30</b> 至下午 <b>4:00</b> 。<br>周五：不对非穆斯林游客开放。 |
| 入场费  | 自由的。                                                                                        |
| 着装要求 | 强制：您必须遮盖肩膀和膝盖。女性必须遮住头。游客柜台免费提供紫色长袍和头巾。                                                      |
| 到达那里 | 该清真寺紧邻占美清真寺轻轨站，该站是格拉那再也 (Kelana Jaya) 线和安邦 (Ampang)/大城堡线 (Sri Petaling) 线的主要换乘站。            |
| 鞋类   | 进入清真寺大院之前，您必须脱掉鞋子并将其放在提供的架子上。                                                               |

旅行者提示：您应该在下午早些时候参观清真寺，观看“生命之河”薄雾表演，该表演通常在太阳落山时开始。薄雾笼罩在河流交汇处，清真寺被柔和的光芒照亮，使其成为吉隆坡最具电影感的摄影景点之一。您还应该寻找入口附近展示的小型历史照片，这些照片展示了清真寺在被丛林和木屋包围时的样子。

# THE HISTORY OF THE CITY OF BOSTON





The building is a large, multi-story structure with a prominent central tower and a red-tiled roof. It appears to be a historical or institutional building, possibly a university or government office. The architecture is classical, with many windows and a symmetrical design.

The building is a large, multi-story structure with a prominent central tower and a red-tiled roof. It appears to be a historical or institutional building, possibly a university or government office. The architecture is classical, with many windows and a symmetrical design.



### 5.2.7 吉隆坡城市美术馆和“I ♥ KL”标志

([地图](#)、[评论](#))

吉隆坡城市画廊坐落在一座经过精心修复的殖民时期建筑内，生动地介绍了首都的历史、建筑和城市发展。它由专门从事遗产保护和微缩模型的当地组织 **ARCH** 管理，在游客探索街道之前为他们提供必要的背景信息。它不仅仅是一座博物馆；它更是一座博物馆。它是一个讲故事的中心，记录了这座城市从泥泞的锡矿前哨到全球大都市的转变。



#### 为什么你应该参观

该画廊通过世界一流的展品和大型模型向游客展示这座城市的“全景”。由于它位于独立广场历史区的中心地带，因此与苏丹阿都沙末大厦和生命之河的参观完美融合。它可以让您在几分钟内直观地看到城市布局，使您随后在首都的步行变得更加有意义。







| 部分                                 | 方法            | 时间       | 成本（大约）       |
|------------------------------------|---------------|----------|--------------|
| 酒店到黑风洞                             | Grab / KTM 火车 | 25–40 分钟 | RM15–RM25（抢） |
| 黑风洞 到 <b>KLCC</b>                  | 抓住            | 20–30 分钟 | RM15–RM22    |
| <b>KLCC</b> 到 <b>Pavilion</b> 购物中心 | 高架走道          | 15–20 分钟 | 自由的          |

# THE HISTORY OF THE CITY OF BOSTON











### 为什么你应该参观

这个地点将自然奇观、宗教虔诚和严格的体能挑战完美地结合在一起。对于自助游游客来说，它提供了一次不容错过的文化半日游，与城市的现代玻璃钢建筑形成鲜明对比。站在山脚下，您会感受到拥有 **4 亿年**历史的石灰岩地层的巨大规模，使其成为心灵反思和摄影的绝佳地点。

它有什么特别之处？

- 穆卢干勋爵雕像：高 **140 英尺（42.7 米）**，这是世界上最大的穆卢干勋爵雕像。它使用了 **1,550 立方米（54,737 立方英尺）** 的混凝土、**350 吨** 钢材和 **300 多升** 从泰国进口的金漆建造而成。
- 彩虹楼梯：**2018 年**，**272 个** 混凝土台阶被重新粉刷成鲜艳的色彩。这一转变的灵感来自孔雀，穆卢干勋爵的天坐骑。攀登过程对体力要求很高，但在攀登过程中您可以欣赏到吉隆坡天际线的全景。
- 大教堂洞穴（寺庙洞穴）：最大的洞穴，其天花板高度超过 **328 英尺（100 米）**。自然光穿过屋顶上的大洞，照亮了华丽的印度教神殿和里面经常举行的仪式。
- 常驻猴子：长尾猕猴经常出现在楼梯上。虽然它们是体验的生动组成部分，但您应该格外小心您的财物；众所周知，它们会从毫无戒心的游客手中抢走食物、水瓶，甚至相机。

### 建筑、历史和宗教事实

- 富有远见的创始人：虽然这些洞穴为土著原住民和早期中国定居者（他们收集鸟粪作为肥料）所熟知，但印度商人 **K. Thaboosamy Pillay** 在 **1891 年** 将它们提升为礼拜场所。他注意到主洞的入口就像穆卢干勋爵携带的神矛。
- 大宝森节：这是一年一度的大宝森节（通常在一月或二月）的焦点。在此期间，多达 **150 万** 信徒聚集于此。许多人携带卡瓦迪（**kavadis**）（精致的装饰框架），用钩子和串将其固定在身上，作为忏悔和奉献的行为。
- 地质遗产：石灰岩地块是一座莫戈特山，是一座经过数百万年水力侵蚀而形成的陡峭山丘。它包含一个由 **20 多个** 公认洞穴组成的复杂系统。



# THE HISTORY OF THE CITY OF BOSTON





THEY ARE THE ONLY TWO PEOPLE WHO  
WILL EVER BE TOGETHER

THEY ARE THE ONLY TWO PEOPLE WHO  
WILL EVER BE TOGETHER

## 建筑、历史和事实

- 伊斯兰几何设计：塔楼的底板由已故阿根廷裔美国建筑师 **César Pelli** 设计，以 **Rub el Hizb** 为基础，这是一种伊斯兰符号，由两个重叠的正方形组成，形成八角星。佩利在内角上添加了圆弧，以增加占地面积，创造出类似于传统伊斯兰艺术的扇形立面。
- 破纪录的地基：双塔坐落在世界上最深的地基之一上。由于基岩松软，工程师必须将 **104** 个混凝土桩打入地下 **374 英尺（114 米）** 深。厚达 **15 英尺（4.6 米）** 的巨大混凝土筏经过 **54** 小时连续浇筑，以支撑每座塔楼。
- 建设竞争：为了确保该项目满足严格的六年期限，聘请了两个不同的财团。日本团队建造了 **1 号塔**，而韩国团队（由三星 **C&T** 领导）建造了 **2 号塔**。尽管起步较晚，但韩国团队首先完成了塔楼。
- 材料创新：虽然大多数西方摩天大楼都使用钢框架，但双子塔主要由高强度钢筋混凝土建造。选择这种材料是因为它在减少高层建筑振动和摇摆方面的效果是钢材的两倍。

## 自助信息

| 类别   | 细节                                                                                    |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 开放时间 | 周二至周日：上午 <b>9:00</b> 至晚上 <b>9:00</b> 。<br>周一：休息（公共假期除外）。<br>注意：塔楼在周五祈祷期间保持开放。         |
| 入场费  | 国际成人：约。 <b>RM 120 – RM 150（28 美元 – 35 美元）</b> 。门票数量有限，提前几周售完；强烈推荐在线预订。                |
| 最后入场 | 晚上 <b>8:30</b> 。                                                                      |
| 安全   | 您必须通过安全检查。游客区不允许携带大包、婴儿车和食物；酒店提供免费行李寄存柜台。                                             |
| 到达那里 | 乘坐 <b>Kelana Jaya</b> 轻轨线至 <b>KLCC</b> 站。沿着指示牌穿过 <b>Suria KLCC</b> 购物中心，到达“大厅层”的售票柜台。 |

旅客提示：您应该至少提前两到三周通过官方网站预订门票，以确保日落时段（下午 **6:30** 左右）。如果你买不到上去的门票，你应该前往双塔后面的 **KLCC** 公园。该公园为拍摄外部照片提供了最佳的无障碍视野。为了获得塔楼的最佳“英雄镜头”，您应该在晚上 **8:00** 之前站在公园湖上的桥上，同时观看喷泉表演和塔楼灯光。



# NSF CAREER Awardee





### 为什么你应该参观

是各景点之间转乘最方便的地方。该购物中心是连接双子塔入口、KLCC 公园、KLCC 水族馆和 KLCC 轻轨站的中央动脉，所有这些都位于舒适的空调环境中。对于自助旅行者来说，它是一个重要的参考点，也是躲避热带高温和突然季风降雨的必要避难所。无论您是寻找高端名牌手表还是简单的瓶装水，商场都能满足每位旅客的需求。

### 它有什么特别之处？

- **世界一流的零售业：**该购物中心共有 **6** 个楼层，拥有 **300** 多家商店。这里设有香奈儿 (Chanel)、古驰 (Gucci) 和路易威登 (Louis Vuitton) 等国际奢侈品牌的旗舰店，以及 Zara 和优衣库 (Uniqlo) 等高街时尚品牌的旗舰店。
- **Petrosains Discovery Centre：**这个互动科学博物馆位于 **4** 楼，是家庭的最爱。它设有 **11** 个画廊，让您“穿越”模拟雨林并体验 **3D** 剧院，同时了解能源行业和太空探索。
- **Galeri Petronas：**这个世界级的艺术画廊轮流展示当代马来西亚和国际艺术作品，为您提供远离购物人群的安静、沉思的场所。
- **Dewan Filharmonik Petronas：**该购物中心设有马来西亚第一个专用古典音乐厅，也是马来西亚爱乐乐团的所在地。它的音响效果被认为是世界上最好的。
- **旋转 LED 屏幕：**中央中庭设有世界上最大的双面旋转 **LED** 屏幕，该屏幕高 **33.5** 英尺 (**10.2** 米)，可旋转 **359** 度，为各个楼层的购物者提供娱乐。



### 5.3.4 KLCC 公园

([地图](#)、[评论](#))

KLCC 公园是占地 50 英亩（20 公顷）的令人惊叹的热带城市保护区，位于双子塔的底部。这个美丽的绿色空间被设计为“城市绿洲”，是远离周围混凝土和钢铁的重要休闲和生态场所。它于 1998 年开业，旨在为市中心庞大的摩天大楼提供一个郁郁葱葱、翠绿的平衡。

#### 为什么你应该参观

这里是放松、慢跑以及拍摄双子塔最具标志性的地面照片的完美场所。对于家庭来说，大型免费游乐场和公共浅水池提供清爽且经济实惠的假期。无论您是在寻找一个安静的阅读场所，还是在橡胶跑道上进行高强度锻炼，该公园都能为您提供首都市中心难得一见的开放感。

#### 它有什么特别之处？

- 大师的最后作品：该公园由已故巴西景观设计师大师罗伯托·伯勒·马克思 (**Roberto Burle Marx**) 设计。据说这是他最后的主要作品。他的目标是通过创造人造热带雨林来“让世界对自然的重要性更加敏感”。
- 交响乐湖：这个占地 10,000 平方米（107,639 平方英尺）的人造湖设有两个音乐喷泉。这些喷泉可以喷出高达 138 英尺（42 米）高的水，每天晚上都会表演灯光和声音表演。
- 儿童浅水池：这个大型浅水池设有瀑布，完全免费供儿童使用。这是当地人和游客最喜欢在潮湿的下午纳凉的地方。
- 本土生物多样性：**Burle Marx** 选择了 1,900 多棵本土树木和 66 种棕榈树来吸引当地鸟类和候鸟。其中许多标本是从以前占据该场地的旧雪兰莪赛马俱乐部移植而来的。
- 慢跑跑道：一条 0.8 英里（1.3 公里）长的跑道由 EPDM（一种特殊的软橡胶材料）制成，环绕湖面，为跑步者提供安全舒适的表面。

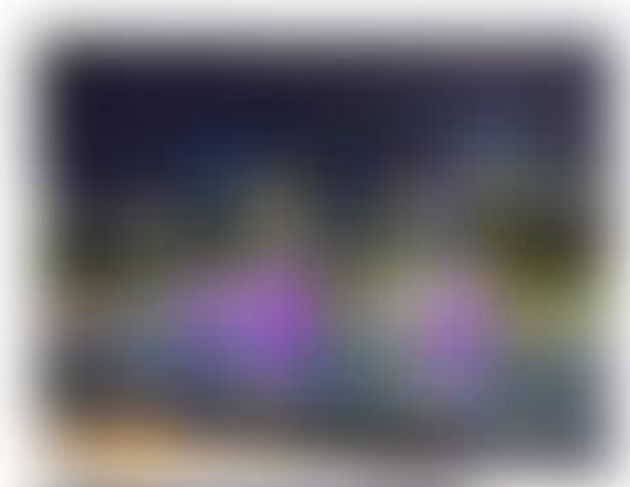


### 5.3.5 交响乐湖水秀

([地图](#)、[评论](#)、[网站](#))

交响乐湖水秀 (Symphony Lake Water Show) 是一场宏伟的免费夜间喷泉表演，位于 KLCC 公园灯火通明的双子塔前。它提供令人眼花缭乱的音乐、灯光和喷水同步表演，为 KLCC 地区的夜晚提供完美且廉价的结局。表演以 10,000 平方英尺（929 平方米）的人工湖为背景，将公园变成了露天剧院，液体“表演者”在马来西亚最著名的背景下跳舞。





THESE ARE THE RESULTS OF THE  
RESEARCH CONDUCTED BY THE  
INSTITUTE OF TECHNOLOGY

它有什么特别之处？

- “垂直”高地：该表演由两个精致的音乐喷泉提供动力。中央水射流能够喷射超过 **138 英尺（42 米）** 的空中，而辅助射流则可以形成各种形状，包括扇形、百合形和螺旋形。
- 复杂的动画：系统编程有超过 **150** 个独特的动画，确保水的运动不会重复。这些动画与乐谱的轮流播放列表精确同步，从古典杰作到当代马来西亚流行音乐和国际热门歌曲。
- 镜面效果：由于演出在湖面上进行，五彩缤纷的灯光倒映在水中，视觉冲击力倍增。在晴朗的夜晚，您可以看到发光的双子塔的倒影在舞蹈喷泉后面闪闪发光。
- 大气雾化：除了高压喷射外，该系统还使用细雾喷嘴来产生局部冷却效果，使观看区域比周围的城市街道舒适得多。

## 事实

- 战略设计：喷泉是 **KLCC** 公园最初总体规划的一部分，旨在作为人造湖的视觉中心和自然通气系统。
- 滨海艺术中心 (**Esplanade**)：最佳观赏位置是滨海艺术中心 (**Esplanade**)，这是位于 **Suria KLCC** 购物中心主湖滨入口外的宽阔铺砌区域。这个高架“阳台”提供了最对称的喷泉景观，而塔楼则位于背景的中心。
- 全球比较：交响乐湖水秀虽然比迪拜喷泉或贝拉吉奥喷泉小，但因其靠近观众而备受赞誉，让您感受到水雾并听到水炮的强大“重击”声。

## 自助信息

| 类别     | 细节                                                                                  |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 灯光音响表演 | 完整表演：每天晚上 <b>8:00</b> 、晚上 <b>9:00</b> 和晚上 <b>10:00</b> 。每场演出持续约 <b>10 至 15 分钟</b> 。 |
| 仅灯光秀   | 较短的表演：每天晚上 <b>7:30</b> 、晚上 <b>8:30</b> 和晚上 <b>9:30</b> 。这些以光和水为特色，没有音乐伴奏。           |
| 入场费    | 自由的。                                                                                |
| 最佳拍照点  | 站在滨海艺术中心栏杆的中心或俯瞰湖泊的小桥上。                                                             |
| 时间注意事项 | 演出时间有时可能会调整几分钟，以适应附近 <b>As-Syakirin</b> 清真寺的祈祷声。                                    |

旅行者提示：您应该在晚上 **8:00** 整场演出前至少 **15 分钟** 到达滨海艺术中心，以便在栏杆处找到位置，因为这里会挤满了摄影师。如果你有广角镜头，你应该站在商场入口稍远的地方；这使您可以在单帧中捕捉双子塔、喷泉及其色彩缤纷的倒影的整个高度。如果想要更轻松的体验，您还可以在 **Suria KLCC** 较高楼层餐厅的户外露台上观看表演。



1. **Introduction**



2. **Conclusion**

它有什么特别之处？

- 气候控制的舒适度：走道的大部分长度都是完全封闭的并装有空调。室内保持凉爽的温度，使其成为午后最热时的“救生员”。
- 无缝连接：桥梁宽约 **16.4 英尺（5 米）**，为双向行人交通提供充足的空间。它设有通往主要地标的清晰出口，包括吉隆坡会议中心、**KLCC** 水族馆和 **KLCC** 宴宾雅酒店。
- “连接”连接线：在武吉免登一端，走道将旅客直接送入位于 **3 层** 的 **Pavilion** 购物中心的“连接”区域，该区域两旁林立着一些市内最好的露天餐厅和咖啡馆。
- 建筑和设计：该结构由玻璃和钢制成，具有时尚、现代的设计，沿着下面街道的蜿蜒小路。透明的墙壁提供了金三角天际线的连续全景。

## 事实

- 战略整合：人行道是城市城市规划的重要组成部分。它允许行人在完全隐蔽的情况下从 **KLCC** 轻轨站步行到 **Raja Chulan** 单轨列车站。
- 安全保障：大桥由专门的保安人员巡逻，并由综合闭路电视系统监控。这使其成为游览市中心最安全的方式之一，特别是对于夜间独自旅行者而言。
- 企业贡献：该项目耗资约 **1 亿令吉（2,300 万美元）**，由国油资助，作为其社会贡献计划的一部分，旨在改善首都的宜居性和步行性。

## 自助信息

| 类别                  | 细节                                  |
|---------------------|-------------------------------------|
| 开放时间                | 每天上午 6:00 至晚上 11:00。                |
| 入场费                 | 自由的。                                |
| 步行时间                | 大约 15 到 20 分钟，节奏悠闲。                 |
| 主入口 ( <b>KLCC</b> ) | 位于吉隆坡会议中心底层，靠近 <b>KLCC</b> 水族馆入口。   |
| 主入口（武吉免登）           | 位于吉隆坡柏威年广场 3 楼“连接”走道的尽头。            |
| 无障碍                 | 走道完全适合轮椅和婴儿车通行，在所有主要入口和出口点均设有电梯和坡道。 |



## 5.4 第 4 天：自助游吉隆坡的宁静和文化一面

此行程专为慢节奏而设计，重点关注安静的花园和宏伟的建筑。大多数这些地点都集中在 Perdana 植物园周围，因此可以轻松地从 一个植物园过渡到另一个植物园。

### 1. 上午和中午：灵魂建筑（博物馆和清真寺）

您可以欣赏位于花园边缘的该国两座最重要的伊斯兰建筑来开始新的一天。

- [马来西亚伊斯兰艺术博物馆](#)：即使不进去，这座建筑也是一座建筑杰作。抬头看看由伊朗工匠手工制作的绿松石瓷砖圆顶。外部白色大理石和几何瓷砖是世界一流的。
- [马来西亚国家清真寺（Masjid Negara）](#)：这座清真寺位于街对面，以其独特的星形伞形屋顶而闻名，象征着马来西亚的 13 个州和伊斯兰教的 5 大支柱。
- 注意：当您从外面观看时，请聆听 **Adhan**（呼唤祈祷）。这是一种令人难以忘怀的美丽声音，在花园中回响，提供真正地道的马来西亚体验。

### 2. 下午：[天后宫](#)

早点在天后宫结束一天的行程，这是东南亚最大、最具装饰性的华人寺庙之一，这样您就可以有时间收拾行李准备明天的 [停泊岛](#) 之旅。

- 体验：这座六层寺庙坐落在罗布森高地 (**Robson Heights**) 顶上，可欣赏吉隆坡天际线的壮丽景色。它供奉妈祖女神，完美地融合了现代建筑技术和中国传统设计。
- 专业提示：请在上午 **8:30** 之前抵达，以避免炎热和旅游巴士。这座寺庙以数千盏悬挂的红灯笼而闻名，为摄影营造出神奇的氛围。
- 注：入场免费，但欢迎捐款。进入祈祷堂前记得脱鞋。

## 第 9 天的导航提示

乘坐 **Grab** 前往马来西亚伊斯兰艺术博物馆，然后步行前往附近的马来西亚国家清真寺。从那里，再乘车前往天后宫。

### 5.4.1 马来西亚伊斯兰艺术博物馆 (IAMM)

([地图](#)、[评论](#)、[网站](#))

马来西亚伊斯兰艺术博物馆 (IAMM) 是世界一流的文化机构，拥有东南亚最大的伊斯兰艺术收藏。该博物馆于 1998 年开放，占地超过 322,917 平方英尺 (30,000 平方米)，坐落在郁郁葱葱的 **Perdana** 植物园中。该博物馆是中东和亚洲世界之间的一座桥梁，展示了地域多样且艺术深刻的藏品。









它有什么特别之处？

- 建筑画廊：这可以说是博物馆最著名的部分。它拥有世界上最重要的清真寺的极其详细的比例模型，包括麦加的禁寺和印度的泰姬陵。这些模型使您能够从鸟瞰的角度研究这些地点的工程和几何形状。
- 奥斯曼房间：最独特的永久展品之一是由奥斯曼叙利亚的一处住宅改建而成的 19 世纪接待室。木镶板、镜子和华丽的金箔装饰都经过精心修复，展现了大马士革贵族住宅的奢华。
- 五个圆顶：穿过博物馆时应该抬头看看。该建筑有五个绿松石色瓷砖的圆顶，从外部就可以看到。在内部，这些圆顶的底面装饰有复杂的、柔和色彩的石膏图案，其灵感来自传统的波斯和中亚设计。
- 古兰经和手稿画廊：这个画廊收藏着一些世界上最古老、最美丽的手写古兰经。您可以看到写在牛皮纸或丝绸上的稀有手稿，具有精美的金色插图和经过 1,400 多年演变的各种风格的书法。

#### 建筑、历史和事实

- 蓝色伊万：主入口被设计为现代伊万——一个通向庭院的拱形大厅。它的框架是由来自伊朗伊斯法罕的工匠大师制作的华丽的“**Blue Iwan**”手绘瓷砖制成的。
- 光的整合：博物馆的设计旨在最大限度地利用自然光。位于底层的中央“倒圆顶馆”采用玻璃天花板设计，在抛光的白色大理石地板上营造出光影的效果。
- 全球收藏：博物馆设有 12 个永久性画廊，收藏了 7,000 多件文物。这些是按材料（如金属制品、木材和陶瓷）和地区（印度、中国和马来半岛）组织的。



### 5.4.2 马来西亚国家清真寺（Masjid Negara）

（[地图](#)、[评论](#)、[网站](#)）

马来西亚国家清真寺（Masjid Negara）是国家认同和国家官方宗教伊斯兰教的重要象征。其大胆的现代主义建筑使其有别于传统的洋葱圆顶清真寺，清楚地表达了马来西亚的进步和前瞻性精神。它坐落在占地 13 英亩（5.3 公顷）的美丽花园和倒影池内，是首都中心的一处宁静的避难所。







### 为什么你应该参观

它是吉隆坡最重要的建筑站点之一，提供了现代设计原则如何与经典伊斯兰功能相结合的迷人视角。参观清真寺提供了一个尊重伊斯兰教传统并见证马来西亚宗教信仰规模的机会。对于自助旅行者来说，这是一个无比宁静的地方，巨大的白色大理石大厅中光影的变化营造出一种冥想的气氛。

### 它有什么特别之处？

- “开伞”屋顶：最显著的特征是 **16** 角星形主屋顶（有些解释认为 **18** 点代表 **13** 个州和 **5** 个支柱）。这种混凝土“折叠板”设计类似于一把部分打开的雨伞，是热带气候和马来西亚皇室的代名词。
- “闭伞”尖塔：清真寺有一座光滑的单一尖塔，高 **240** 英尺（**73** 米）。尖塔的顶部设计得像一把折叠伞，与主屋顶相得益彰，成为城市天际线上的一个显着地标。
- 容量大：主祈祷厅是一个巨大的无柱空间，最多可同时容纳 **15,000** 名礼拜者。大厅周围环绕着错综复杂的镂空屏风，可实现自然通风，这是其热带设计的一个关键特征。
- 英雄陵墓：位于清真寺后方的是 **Makam Pahlawan**，这是一个由七角星形屋顶覆盖的圆形墓地。它是马来西亚几位著名领导人和总理的最后安息地。



# THE HISTORY OF THE JAPANESE







THE FOLLOWING INFORMATION IS FOR YOUR INFORMATION ONLY. IT IS NOT TO BE USED FOR ANY OTHER PURPOSE.

THE FOLLOWING INFORMATION IS FOR YOUR INFORMATION ONLY. IT IS NOT TO BE USED FOR ANY OTHER PURPOSE.









## Perhentian Kecil (小岛)

Kecil 传统上被称为“背包客”岛。它更加热闹，提供更多经济实惠的选择，并且具有更多的社交氛围。

- 长滩 (巴西班让)：这是岛上最著名的海滩。它拥有广阔白色沙滩和最好的夜生活，包括夜间烟火表演和海滩酒吧。
  - 最适合：社交旅行者、夜生活爱好者以及那些想要“经典”热带海滩氛围的人。
  - 值得推荐的住宿：**Mimpi Perhentian** (位于码头的四星级豪华酒店) 和 **BuBu Resort** (位于北端的高端舒适酒店)。
- 珊瑚湾 (Teluk Aur)：珊瑚湾位于岛的对面 (距长滩 15 分钟丛林步行路程)，安静得多。这里是观赏日落的首选地点。它通过一条跨岛步道与长滩相连。
  - 最适合：想要更轻松的氛围但仍想近距离接触活动的情侣和旅行者。
  - 著名住宿：**Ombak Resort** (以其电影之夜和 24/7 电力而闻名) 和 **Senja Bay Resort**。
- 私人海湾：如果您想在小岛完全与世隔绝，这里有一些偏僻的度假村，只能乘船到达。
  - 著名住宿：阿鲁南度假村 (带私人屋顶平台的高档生态别墅) 和 **D'Lagoon**。

## 大停泊岛 (大岛)

大沙通常比较安静，更适合家庭，并且往往拥有更高端的度假村。这里的海滩通常更宽阔，丛林也更气势磅礴。

- 主城区 (金枪鱼湾和阿卜杜勒湾)：西南海岸有一系列相连的海滩，离海岸很近，是绝佳的浮潜地点。
  - 最适合：家庭和那些寻求“快闪背包客”或中档体验的人。
  - 著名住宿：金枪鱼湾岛屿度假村 (以其环礁而闻名) 和阿卜杜勒木屋。
- 直落保 (Teluk Pauh)：拥有岛上最好的海滩之一，拥有细软白色沙滩和清澈的海水。
  - 最适合：寻求度假村式体验和一流设施的旅行者。
  - 著名住宿：停泊岛度假村 (**PIR**)。
- 僻静的南部：大沙的南部地区非常安静，感觉真正“与世隔绝”。
  - 著名住宿：**Bubbles Dive Resort** (一个以海龟保护项目而闻名的僻静地点)。



#### 5.5.0.1 位于小停泊岛（小岛）的 BuBu 长滩度假村

([地图](#)、[预订](#)、[埃佩迪亚](#)、[雅高达](#)、[酒店](#)、[皮艇](#)、[到到网](#))

BuBu Long Beach Resort 度假村位于小停泊岛长滩北端，是岛上两处顶级住宿场所之一。它在一个以背包客旅馆和简约小木屋为主的地区提供精致、舒适的体验。

##### 抵达体验

您的旅程从瓜拉勿述码头 (Kuala Besut Jetty) 开始，度假村设有私人空调“迎宾”办公室([地图](#))。他们还提供私人快艇，大约 30 分钟即可带您直接到达度假村门口，但我们使用了较便宜的七大洋渡轮。抵达后，工作人员会为您提供迎宾饮品，而且由于度假村位于码头旁边，因此无需拖着行李穿过沙滩。











### 5.5.1 第 10 天：从吉隆坡前往停泊岛

从吉隆坡繁华的街道到小停泊岛碧绿的海水，这趟旅程将带您穿越马来西亚半岛。虽然这些岛屿感觉遥远，但这次旅行是一条人迹罕至的路线，包括短途飞行、风景优美的驾驶和惊险的快艇穿越。

#### 第一步：飞往哥打巴鲁

要到达停泊岛，您必须首先飞往吉兰丹州的门户机场哥打巴鲁 (KBR)。

- 选择机场：预订航班时，请密切注意出发机场。虽然部分航班从吉隆坡国际机场 (KUL) 起飞，但一些国内航班（尤其是由萤火虫航空和巴迪航空运营的航班）从苏丹阿卜杜勒阿齐兹沙阿机场 (SZB)（也称为梳邦机场）起飞。
- 前往深圳机场：如果您的航班从深圳机场出发，最好直接乘坐 **Grab** 前往航站楼。梳邦机场比 **KUL** 距离吉隆坡市中心近得多，是国内旅行非常方便的选择。
- 航空公司：亚洲航空和马来西亚航空每天提供从吉隆坡出发的频繁航班，而飞萤航空是深圳机场运营的主要航空公司。飞行时间约为一小时。



THE  
JOURNAL OF THE  
ROYAL ANTHROPOLOGICAL INSTITUTE  
OF GREAT BRITAIN AND IRELAND  
VOLUME 100, PART 1, 2000  
PUBLISHED BY THE  
BRITISH ANTHROPOLOGICAL SOCIETY

THE  
JOURNAL OF THE  
ROYAL ANTHROPOLOGICAL INSTITUTE  
OF GREAT BRITAIN AND IRELAND  
VOLUME 100, PART 1, 2000  
PUBLISHED BY THE  
BRITISH ANTHROPOLOGICAL SOCIETY





## 自助信息

| 类别   | 细节                                             |
|------|------------------------------------------------|
| 路线   | 飞往 (KUL/SZB) 至 哥打巴鲁 (KBR)，驱车前往瓜拉勿述码头，搭乘渡轮前往停泊岛 |
| 渡轮费用 | 大约。 RM70（来回）+ RM30 海洋公园费用                      |
| 轮渡时间 | 通常从上午 8:00 至下午 5:00 每小时出发一班                    |
| 渡轮预订 | 建议通过七大洋官网预订                                    |

## 旅行者小贴士

该船前往停泊岛、小停泊岛和大停泊岛，并在每个岛屿多次停靠，因为所有地点都没有中央码头。请务必在登机时告诉工作人员您度假村的确切名称，以便他们知道在哪里下车。许多地方都有混凝土码头，但在少数地方，您可能需要跳入齐膝深的水中，因此请穿上凉鞋！









The following table shows the results of the experiment. The first column shows the number of trials, the second column shows the number of correct responses, and the third column shows the percentage of correct responses. The data shows that the percentage of correct responses increases with the number of trials, indicating that the subjects are learning the task.

















### 5.6.2 连接长滩和珊瑚湾的丛林小径

连接长滩和珊瑚湾的丛林小道是小停泊岛最重要的陆地路线。由于岛上没有道路或汽车，这条道路成为想要在岛上两个主要枢纽之间移动的旅行者的主要“高速公路”。这是一条 15 分钟的短途步行路线，易于掌控，让您无需进行一整天的徒步旅行即可体验岛上郁郁葱葱的内部环境。

#### 为什么你应该走这条路

如果您想在小停泊岛体验两全其美的体验，您应该走这条路线。它让您可以在 [长滩](#) 享受充满活力的海滩运动和清澈的海水，度过一个早晨，然后步行几分钟穿过岛屿，欣赏壮观的日落，并在 [珊瑚湾](#) 享受安静的海鲜烧烤。这也是观赏岛上一些陆生野生动物的好方法，例如经常在小路附近看到的大型巨蜥。





THESE TWO PHOTOS WERE TAKEN  
DURING THE SAME VISIT TO THE  
FARM. THE PERSON IN THE RED SHIRT  
IS THE SAME PERSON AS IN THE  
PHOTO ABOVE.

THE PERSON IN THE BLUE SHIRT  
IS THE SAME PERSON AS IN THE  
PHOTO ABOVE.

## 自助信息

| 类别   | 细节                    |
|------|-----------------------|
| 距离   | 约 700 米               |
| 期间   | 10 至 15 分钟，悠闲地进行      |
| 困难   | 部分铺砌                  |
| 步道条件 | 已铺砌，但潮湿时可能会打滑；某些路段较窄。 |

## 安全与礼仪

- 夜间规则：虽然白天这条路非常安全，但晚上却没有灯光。如果您在晚餐或烟火表演后返回度假村，则必须携带手电筒（手电筒）。不要仅仅依赖手机电池。
- 蚊子：因为步道被丛林包围，所以这里的蚊子比开阔的海滩更活跃。在开始步行之前快速喷洒驱虫剂将使旅程更加舒适。
- 尊重野生动物：如果您在路上遇到巨蜥，只需停下来等待它移动，或者慢慢绕着它走。它们并不具有攻击性，但如果您跑向它们，它们可能会受到惊吓。
- 保持清洁：这是岛上生态系统的重要走廊。请不要在步道沿途留下任何垃圾。

## 旅行者小贴士

如果您有很重的行李（例如大手提箱），请勿尝试将其拖过这条步道。这条路有几个狭窄的路段，末端有一些楼梯，导致带轮行李无法搬运。如果您带着沉重的行李在两个海滩之间换酒店，最好花大约 15 至 25 令吉租一辆水上出租车，将您和您的装备运送到岬角周围。

Figure 1. The four types of land use/cover change (LUCC) in the study area.



Figure 2. The four types of land use/cover change (LUCC) in the study area.

THE  
JOURNAL OF  
THE  
ROYAL ANTHROPOLOGICAL INSTITUTE  
OF GREAT BRITAIN AND IRELAND  
PUBLISHED BY THE  
CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS

THE  
JOURNAL OF  
THE  
ROYAL ANTHROPOLOGICAL INSTITUTE  
OF GREAT BRITAIN AND IRELAND  
PUBLISHED BY THE  
CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS







### 自助信息

| 类别   | 细节                              |
|------|---------------------------------|
| 氛围   | 轻松、浪漫、安静。                       |
| 最佳特色 | 一览无余的日落美景。                      |
| 浮潜   | 可用，但与其他岛屿景点相比“一般”。              |
| 到达那里 | 距离长滩 15 分钟丛林步行路程，或乘坐 5 分钟水上出租车。 |
| 设施   | 多家迷你超市、潜水商店和咖啡馆均提供 Wi-Fi。       |

### 旅行者小贴士

珊瑚湾是寻找“欢乐时光”果汁和奶昔的最佳地点。如果您住在长滩，请务必在下午 6:30 左右前往珊瑚湾。在塞尼亚湾度假村 (Senja Bay Resort) 或奥姆巴克 (Ombak) 的懒人沙发上找个座位坐下来，点一份新鲜的椰子，然后等待太阳落山。不要忘记带上手电筒，以便步行穿过丛林小道！





## 5.8 第 8 天：返回吉隆坡，然后回家

今天，您将乘坐预先预订的酒店的水上出租车或快艇离开岛屿。

然后，您乘坐在码头等候的出租车，或预先安排的接送服务，例如与七大洋一起返回哥打巴鲁机场。

确保您有足够的时间赶上航班。哥打巴鲁机场很小，通过安检通常很快。

从哥打巴鲁您将飞往吉隆坡，然后飞回国内。

对于一些旅客来说，这意味着在吉隆坡机场附近住一晚，然后再搭乘早上的航班回家。



## 6. 结束语

### 关于《背包和通气管》中的鲁迪

我出生在德国，2003 年移居美国。我和我的妻子是一对真正的跨国夫妇：我有德国背景，她有中国血统。我们俩都住在美国。

可悲的是，与其他国家（例如美国）相比，在美国工作意味着我们的假期要少得多。德国，因此我们不能经常旅行。

通过大量的尝试和错误，我们找到了理想的旅行和度假方式。我们的首要任务是关注重要目的地、规划与当地人会面以及放松的时间，从而创造难忘的时刻。

我们还学会了欣赏当地美食，并尝试尽可能多地吃当地菜肴。只是为了好玩，我们尝试在每个访问的国家都去一家中餐馆吃饭。世界各地的中国食物是如此不同，这绝对是令人惊奇的。



### 创造难忘的时刻

您可能在假期期间拍摄 10,000 张照片，从一个景点赶到下一个景点，但您会记住的是您如何拍摄难忘的时刻。

对我来说，那就是例如谢伊峡谷的蜘蛛岩（听说过这个美国国家公园吗？）。当我第一次看到它时，我被这座雄伟的天然方尖碑和它所在的美丽峡谷所震撼。我已经去过那里两次了，但仍然有同样的感觉。

或者想想女人岛，墨西哥坎昆郊外的一个小岛。从表面上看，北普拉亚海滩被认为是墨西哥最美丽的海滩，但这里总是很拥挤，停泊在那里的船只播放着响亮的音乐。在表面之下，女人岛非常轻松，非常适合步行，当地人友善，提供正宗的墨西哥美食和国际美食，而且价格通常非常实惠。

**女人岛是我们个人的天堂！**



收拾好背包和呼吸管，出发吧

多年来，我们的旅行方式不断演变。如今，我们旅行时都轻装上阵，通常每人只需要一个小背包 - 请参阅我的 [轻装上阵指导](#)。

通过本指南，我希望为您提供价值，并帮助您计划自己的轻松假期，以创造难忘的时刻！

如果您有任何问题或意见，请与我联系。