

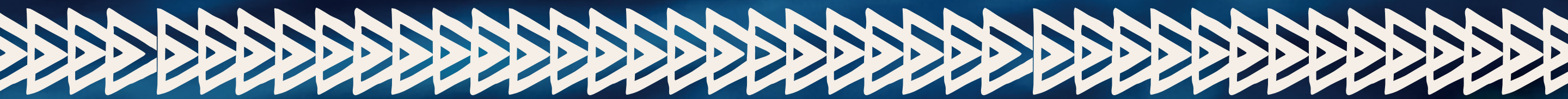
斐济单人旅行者 度假指南

冒险探索 · 文化沉浸 · 便捷无忧



斐 济 天 生 快 乐

visitfiji.cn



Bula!

如果您正在考虑独自前往某个地方旅行，斐济是一个轻松简单的选择。

无论您是想在新的人生阶段前享受一段独处时光、考虑学习冲浪或潜水等新技能，还是仅仅对其他文化感到好奇，斐济对于单人旅行者来说都是一个安全的目的地。

从在吊床上悠闲地度过清晨，到珊瑚礁潜水、冲浪、健康疗养和跳岛游，这份指南都会为您提供详尽攻略，帮您规划一场令您一见倾心的斐济单人之旅。

斐济趣味小知识



斐济拥有333个岛屿——维提岛（Viti Levu）、瓦努来雾岛（Vanua Levu），以及如玛玛努卡群岛（Mamanuca Islands）、亚萨瓦群岛（Yasawa Islands）等岛群中的较小岛屿。



斐济是多元文化融合的国度，原住民（斐济族）、印度裔斐济人、欧亚混血、华裔斐济人及太平洋岛国少数族裔在此和谐共处。



夏季 11月 - 4月（雨季）
冬季 5月 - 10月（旱季）
全年平均气温在 22°C 至 31°C 之间。



英语、斐济语、斐济印地语
在当地随处可见。

学几句简单的斐济语

BULA（布 - 拉）
您好 / 欢迎

VINAKA VAKA-LEVU (vi-na-kah va-ka-leh-voo)
谢谢 / 非常感谢

MOCE (moh-they)
再见

KEREKERE (keh-reh-keh-reh)
请

VUVALE (Vu-vah-leh)
家庭

SEGA NA LEQA (seh-gah nah leh-ga)
没问题 / 别担心

SOTA TALE (soh-tah tah-leh)
回头见！

斐济天生快乐

visitfiji.cn





斐济适合单人旅行者的6大理由

安全且热情友好

斐济人是您将遇到的最友善的民族之一。无论您走到哪里，总会伴随着一声热情的“BULA”问候，总会有人关心您是否一切顺利，如果您看起来迷路了，总会有人主动提供帮助。斐济人真心热爱分享他们的家园和文化，所以如果您愿意，您可以和他们一起用餐、聊天，或了解斐济人的日常生活。

轻松出行

斐济是南太平洋上的一个小岛国，但拥有发达的交通基础设施，方便您独立出行和探索。渡轮、船只、游览团以及国内航班等多种交通可选，穿梭岛屿与各项行程衔接顺畅。您可以更多地专注于体验本身，而不必为后勤过度焦虑。

社交氛围轻松，无夜生活压力

即使您不喜欢夜生活也没关系，因为斐济并非以此为核心。相反，社交活动会在白天的活动中自然发生，例如珊瑚礁浮潜之旅、村庄参观、烹饪课程、手工艺工作坊或小型观光游。这里社交氛围浓厚，但您也可以在需要充电时悄然隐退。

自定义您的旅程

在斐济独自旅行的最大优点之一是选择多样性和灵活性。您可以根据自己的心情和预算来规划体验。可以选择精品度假村，也可以远离网络前往村庄寄宿，或者在各个度假村之间跳岛游，结识其他旅行者。许多度假村提供公共餐食、浮潜团和卡瓦仪式（kava ceremony），因此您永远不会感到与世隔绝，但您也随时可以享受独处时光。从健康疗愈到志愿服务机会，甚至是轻松的宿舍住宿，斐济都能满足各种风格的单人旅行者。

完美重启之地

有时您只是需要放空一下大脑。斐济是一个安全且理想的地方，适合身心透支后休养生息、人生重大变故后沉淀自我、女性静心静修、独自奔赴海岛慢旅，或是穿梭各岛环岛漫游。您可以尽情游泳、阅读、小憩，随心所欲地重复这一切。

活动丰富多彩

在斐济独自旅行，您绝不会感到无聊。无论是在世界闻名的云破（Cloudbreak）冲浪、在绝美的珊瑚礁潜水、划皮划艇前往隐秘海滩、徒步穿越岛屿或前往瀑布，还是参加村庄游览，大多数活动都方便单人旅行者参与。

抵达斐济，轻松便捷

直飞航班，班次密集

从中国香港、东京成田、新加坡等亚洲城市均可直飞楠迪国际机场。斐济是一个交通便利的枢纽，使其成为一个无需复杂规划即可轻松抵达的单人旅行目的地。斐济也是南太平洋的一个枢纽，如果您想探索更多的太平洋岛国，从这里出发也很方便。

免签政策

持有效中华人民共和国护照的旅客可免费获得最长4个月的免签停留许可。

友好的汇率

友好的汇率让您享受更多活动！

无缝衔接的接驳交通

在斐济出行很方便。国内航班、船只和渡轮可以轻松将您连接到外岛，接送服务通常通过您的度假村安排。即使您是独自旅行，一切设计都旨在让您的行程顺畅无忧。

实用贴士

选对适合您心情的地区

主岛提供便捷的陆路交通、更多的选择以及丰富的文化体验。前往外岛，则可以体验更慢、更安静、更经典的太平洋风情。

合理安排接驳交通

如果深夜抵达，建议先在楠迪附近住宿，第二天再前往岛屿。

确认包含项目

许多度假村将餐饮和非机动活动打包，这使得单人旅行者更容易控制预算。

平衡社交与休息时间

预订一些体验活动，但务必留出放慢脚步的日子。

跟随向导同行

对于徒步、村庄参观或潜水，始终跟随向导，以获取背景信息、方便出行并增加安全保障。





单人旅行者推荐区域

斐济的每个角落都为单人旅行者提供了绝佳的体验，但有些地区特别适合独立探索。以下区域完美结合了主岛和岛屿度假，拥有热情的度假村、真实的文化体验、探险活动、健康疗养以及便捷的餐饮和交通，让您可以按照自己的节奏旅行，充分利用每一刻。

地区	住宿	活动
玛玛努卡群岛 (Mamanuca Islands)	精品度假村， 可选仅限成人入住的度假村	浮潜、冲浪、海滩时光、帆船、 一日游
亚萨瓦群岛 (Yasawa Islands)	精品度假村和宿舍式住宿 (非常适合社交)	跳岛游、徒步、浮潜、洞穴、 文化体验
珊瑚海岸（Coral Coast） 及太平洋港（Pacific Harbour）	度假村、自助式住宿、生态度假村	冲浪、漂流、高空滑索、瀑布、 探险
萨武萨武（Savusavu） / 瓦努来雾岛（Vanua Levu）	精品度假村、疗愈度假村	潜水、徒步、温泉、瀑布、 文化沉浸
塔韦乌尼岛（Taveuni） / 坎达武岛（Kadavu） / 阳光海岸（Suncoast）	精品度假村、潜水度假村	潜水、徒步、瀑布、文化沉浸
洛迈维蒂群岛（Lomaiviti）	历史悠久的家庭寄宿、精品酒店	历史和文化沉浸
苏瓦（Suva）	商务酒店和Airbnb民宿	当地生活、博物馆、体育赛事



常见单人安全问题解答

斐济对单人旅行者（尤其是女性）安全吗？

是的。斐济被普遍认为是安全的，拥有浓厚的关怀和尊重文化。许多独自旅行的女性在这里感到舒适，即使在地区之间独立旅行也是如此。然而，与任何旅行目的地一样，请运用常识，并选择信誉良好的运营商。

自来水可以直接饮用吗？

虽然在度假村和城镇通常是安全的，但许多度假村建议饮用过滤水或瓶装水，特别是如果您前往偏远的岛屿或地区。

海边游玩安全吗？

斐济温暖的海水使得游泳和浮潜成为假期必做之事，许多泻湖受到珊瑚礁的保护。出行前务必查看天气状况，并在需要时跟随向导。

夜间接送安全吗？

陆路接送全天候运行，但船只和国内航班天黑后停运，请相应规划行程。

四种可持续旅行方式

保护珊瑚礁

在斐济游泳时请使用环保防晒霜，不要踩踏珊瑚，共同守护海洋生态。

支持本地消费

前往当地人常去的地方，支持本地手艺人、农民和餐厅。这是体验斐济文化与美食的有趣方式，低碳环保又实惠。

拒绝一次性塑料

斐济关爱其333个美丽岛屿和周围的海洋生物，因此减少塑料使用是明智之举。请自带可重复用水瓶、水杯，不使用吸管，用环保袋代替塑料袋，一起守护这片纯净天堂。

参与“乐善时刻”公益活动

“乐善时刻”是斐济版的美好时光，却更具意义。“Loloma”意为慷慨与爱，这项旅游行业倡议邀请旅客抽出至少1小时，为斐济带来积极改变。无论是参与珊瑚种植、和村民学习传统手工艺，还是协助保护本土野生动物，“乐善时刻”都能让您的假期更有价值。

单人旅行必备打包清单

请将这些物品列入您的打包清单。

衣物

- 轻薄透气衣物（棉、麻材质）
- 薄外套/开衫（冬季夜晚）
- 睡衣
- 舒适运动鞋/凉鞋
- 帽子

探险用品

- 泳衣（多套）
- 防晒衣
- 沙滩鞋
- 浮潜装备
- 防水袋
- 手机防水袋
- 沙滩巾（如酒店不提供）

必备用品

- 防晒霜（推荐珊瑚友好型）
- 驱蚊液
- 电解质补充粉
- 常用处方药
- 洗漱用品
- 基础急救包（偏远地区适用）

其他实用物品

- 充电宝
- 耳机
- 用于自拍的三脚架或手机支架
- 小背包/日用包
- 太阳镜
- 洗衣袋
- 一本好书（供休息时阅读）
- 日记本
- 灿烂笑容

斐济天生快乐



visitfiji.cn



斐 济 天 生 快 乐

分享Bula精神！

欢迎您在社交媒体上带话题
分享斐济单人旅行体验：

#斐济天生快乐
#斐济快乐
#斐济旅行

官方账号：小红书 @斐济旅游局
抖音 @斐济旅游局
微博 @斐济旅游局官方微博

更多信息请访问：visitfiji.cn

