



## 徒手潛水技術

賓士潛水儀器有限公司提供資料

5. 雙手按頭，垂踏水1分鐘。
6. 下潛六次池底，取回物件，大約深度為2公尺。

假若你能對以上之六項測驗都能一一通過，那麼你便有足夠的資格去接受你的徒手技術訓練課程。

首先是如何選擇基本的裝備，謹慎的選購和保養，對於個人的舒適與安全是很重要的，因此最好是到一間有信譽的潛水儀器專門店選擇理想儀器，以免因隨意購買後而得物無所用。

現在讓我們談談「潛水面罩」吧。人類的眼睛與魚類的眼睛是完全不同，當肉眼在水底看物時，必定是模糊不清，倘若把水與眼部間分隔而能有一度的空間，視線便會回復正常。故朝著這原理，「潛水面罩」便開始發展起來，由於水的折射因素，利用「潛水面罩」觀察水底時，所見物體是會比正常放大4倍，距離亦會縮短些，在這情形下潛水人初時是會感不便，但有了經驗後，漸漸地便能適應下來。對於「潛水面罩」的選擇，應注意下列幾點：

1. 安全玻璃——購買時應認明“TEMPERED”字樣。
2. 盡可能選擇那種橡膠雙封邊及金屬箍緊鎖面罩玻璃之類，雙或分叉式的橡膠頭帶，而橡膠頭帶應是被扣鎖於面罩左右較前兩邊並有足夠的伸張力。

## 第一章

### (開始探討的準備)

在學習徒手潛水前，一個初學者必須建立起充沛的精神耐力及良好的游泳技術，而徒手技術的優劣往往能決定該學員應否接受進一步的技術訓練。曾經一道辯論過有關一個潛水人是否應具有精良的泳術，祇要他懂得運用其水翼自如便可，其實這是一種完全錯誤而極危險的想法，因為人們隨時會在活動中掉去其中一隻水翼的可能，在這種情形下，一個沒有良好泳術的潛水人便處身在嚴重的險境裏。鑒此英國潛水總會教授徒手潛水技術前是着重實行一個“A”類測驗，以求使每位學員是具備有最低限度的游泳條件。為了使各位讀者明瞭它的泳術要求，分列如下，以供參考：

1. 以任何速度俯泳200公尺。(任何泳式，除仰泳外)
2. 以任何速度仰泳100公尺。
3. 扣上鉛帶游行50公尺(按每人體重而定，大約1與20之比，而最重為5公斤)
4. 浮身5分鐘，可用雙手及雙足輔助。

3. 構造面罩的金屬及橡膠必須是能抵受海水的侵蝕。
4. 面罩必須能蓋着眼部及鼻部，設有「捏鼻」部位的更佳，以便利作反壓或增壓之用，(對於「反壓」作用，本書以後再詳述)，其他如裝有「排水活門」的更可加速清水作用。

**警告：**一些連帶有呼吸管的面罩是十分危險，理由是很容易會吸到循環性的「二氧化碳」。其次如全罩式和游泳用的護目眼鏡等等都是不宜，前者既不是採用於徒手潛水，而後者因設計上不能平衡在水底時內外壓力，因而使眼部受損。

測定一個適合的面罩，可用手將它輕貼在面上，不用繫帶，鼻部輕輕吸氣，然後慢慢放手不用扶持，如果這時面罩不跌下來的話，表示適合，再俯首搖頭，面罩仍貼面不移，則表示下水後不會入水。當扣帶後，不能太鬆或太緊，否則二者都會引起入水。有一點注意的是新面罩初用時往往模糊不清，故下水前，先以中性的皂水洗滌，以後每次下水前，可用口液塗在罩上，因口液有清除霞氣的作用，同時對於患有近視，散光或遠視之潛水人仕，現可加配特製的鏡片以取代原有之玻璃片。

**呼吸管**——是主要儀器之一，它的作用是幫助潛水人在水面浮潛，眼看水底景物時，仍可保持呼吸。最普及的呼吸管是“J”形，以橡膠或塑膠製造。金屬製的是不可靠，原因是在水中時容易傷害自己的同伴。



圖一 正確的水翼、面罩及呼吸管

呼吸管的規格應是三十至三十五公分長度，管口直徑為十五至二十公分，不應採用一些附有「排水活門」或「乒乓球」之類的呼吸管，這些都是不切實際東西；前者防礙清除管內積水，後者可能阻塞管口，而引致呼吸困難。

呼吸管通常是裝扣於面罩邊的膠帶前端，以免壓着太陽穴，膠嘴「咬口」部份要適合自己的口形，同時不要用力緊咬，以免引起下顎發生疼痛。當下潛時，管內會自然入水，此時口部要緊封，水便不會被吞下。升水時，為了能繼續呼吸，我們必須把管內的水排去，這便是所謂「吹管」了，一方法是利用一股突如其來的氣，從口中大力噴出來，由於空氣的壓力，積水便從管口趕走。

**水翼(蛙鞋)**——在選擇時，你必須明白到它們的作用，基本上水翼是用來幫助和增強水中潛游的能力，在踢動時，能增加速度，耐久力和負重量，並能減低潛水者的耗氣量，同時水翼更可控制潛水人之身形及動作，雙手便能操作其它的活動，如獵魚，收集海洋生物或攝影等等。

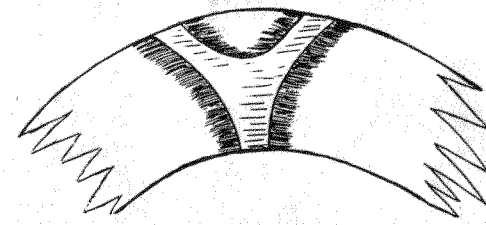
水翼分為有蹼和無蹼兩大類，由於後者調整容易，對於年少的潛水人仕是比較適宜，但以舒適來說，有蹼是較受歡迎，同時水翼亦分為「沉水」與「浮水」兩種，視乎個人的愛好。

還要注意的是不能讓它太鬆或太緊，太鬆的在踢水時，不能達到它的基本作用，太緊的又容易引起抽筋，故最理想是穿着後，多出少許空位能讓腳部多穿一雙襪子。

一雙理想的水翼，除了有其良好的膠質外，還得具備下列條件：

1. 翼掌與腳掌之間的角度，最好是20°左右。
2. 當大腿和腳掌伸展時，水翼能成一直線。
3. 翼掌及其邊緣的膠質應較硬，而腳蹼部份則應較軟。

有時，為了在戶外潛水活動時，取得腳部與水翼額外的保障，可多穿「水翼護蹼」，此舉更可使水翼緊穿在腳掌上。「護蹼」的製法可從圖一參考，原料可採用於車輪之內呔：—



從膠輪內呔切下“Y”形部份，便可成為一隻“護蹼”

## 永成行

香港銅鑼灣留仙街雅景樓六號

中西凍肉 物美價廉

專辦野火燒烤食品 歡迎預訂

電話：5-703897  
5-703719

Mayer Studio  
美亞攝影沖晒

彩色黑白  
電子射印  
攝影器材  
特約外影  
影印貨辦

## 平靚快

黑白(証件相)

- |        |         |      |
|--------|---------|------|
| 1"×1½" | .....半打 | 1.50 |
| 1½"×2" | .....半打 | 2.00 |
| 2"×2½" | .....半打 | 2.50 |

香港西環卑路午街44號A地下 電話：5-466783



## 利口福小食店

西貢普通道58號 TEL. 2812903

各式雪糕  
冷熱飲品  
各式三文治  
蝦多士 春卷  
沙律 熱狗  
雞脾 雞翼  
鮮炸食品  
午餐飯盒  
旅行餐盒

包辦旅行燒烤食品

歡迎外賣

依時送到

### 兩大公司代銷「野外」

由六月開始，「野外」月刊再增下列銷售處：油麻地小輪船公司中區旺角碼頭「旅遊航線售票處」，中區統一碼頭及觀塘碼頭內之超級市場；永安百貨公司中環及油麻地分店「體育用品部」。



避雨亭下留影

觀塘秀茂坪有好去處

## 「半壁江山」晨運勝地

謝巧文

觀塘秀茂坪道之北安達臣道之南原有荒山一面以前少有人到，亦無道路可通，經十餘年來晨運之友苦心經營，自力開闢，現已道路暢通，有運動場地大小不下十四五處，除保留原有松樹千數百株外，復經晨運之友廣植花木，該山怪石嶙峋，奇花玲瓏，行徑該處另有一番感覺，每早前往晨運之友除附近秀茂坪觀塘居民外，亦有來自牛頭角，坪石村及其他較遠人士，因有充足運動場地，打太極拳舞劍者分隊各據一偶，數年前作者申請政府准予蓋搭避雨亭一所，平時可供晨運之友休息，天雨時亦可棲身，該山原無地名，姑且在石壁上題「半壁江山」四字，以資識別，今已人人皆知，成為固有地名矣。避雨亭前有一對聯云：「風雨止斯亭，面向湖山觀遠景，晨運臨此境，身棲海角待天明。」取義遠景美麗，前途光明。有人看見笑謂帶有政治色彩，不加辯駁，乃在亭前石壁再題一聯云：「割據湖山少許，操草木禽獸之權，是亦為政；遊戲世界無量，極水石烟霞之勝，聊樂我云。」山下有一晨運之友將謝熙所作聯語題在石壁上：「難得清歌聞月下；欣將舊事話茶餘。」作者大膽將「欣」字改為「休」字，因覺得「月下清歌」確係難得，理應靜聽欣賞，況且落難在此，往事不堪回首，



晨運者攝於「半壁江山」