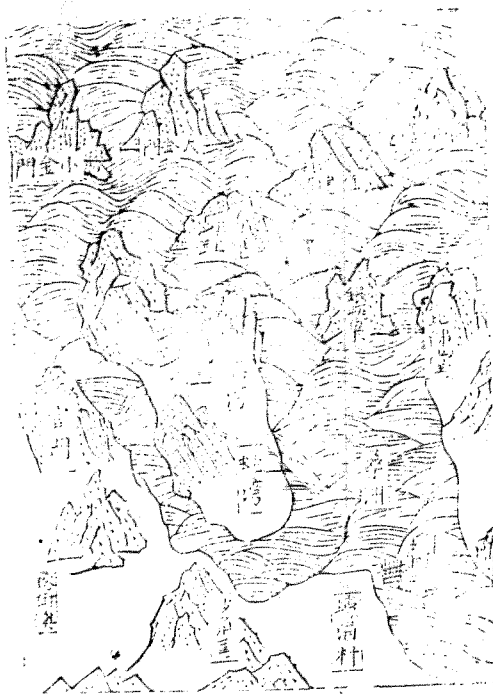


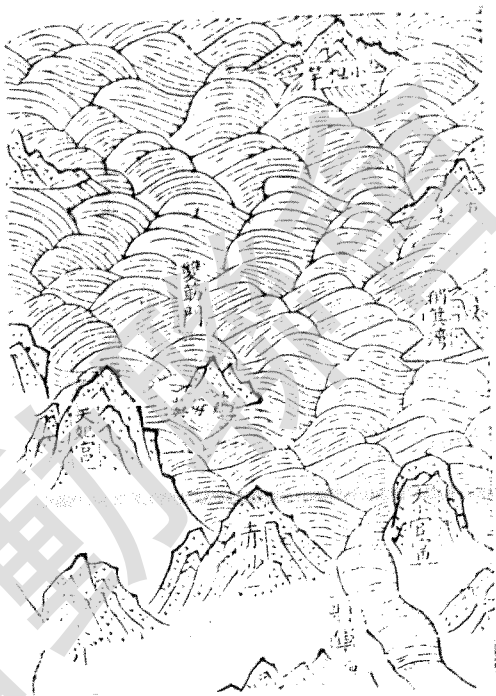
第二十圖



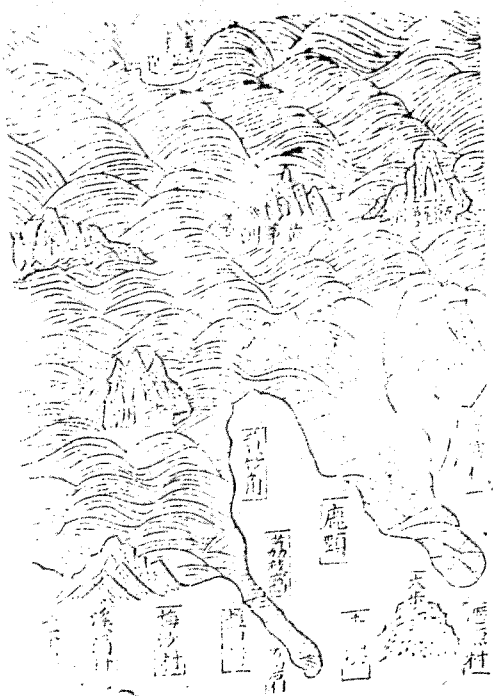
第廿二圖



第廿一圖



第廿三圖



攀石

平洲攀岩簡介

峻馬



東平洲的地質是由水成岩中之頁岩所組成，岩層排列整齊。成岩過程，是由沉積物一層一層的加上去，經長年受壓，變成堅固的岩石。後來由於地殼變動，從水裏隆升出來，成為陸地，但離水面十多尺之岩層則非常疏鬆。由於硬度小及質地幼細，易受風化，岩面非常粗糙而具附着力，有部份岩塊非常疏鬆，當攀爬時，極需留意。

在東平洲可供攀岩的地方並不多，由於島之東北面——白沙灣、亞媽灣一帶，屬於沙灘或石排，而西南面則以高崖斷壁為主。在島東十多呎高之更樓石，岩面長期受到風化，造成很多把手（Hand Hold）及踏足點（Foot Hold），可供平衡技巧之練習。在島南之頭崖（又名鶴崖），為全島最高之斷崖，四十多公尺高，氣勢迫人，幾成九十度，而近頂部份則成懸崖（Over Hang），好像搖搖欲墜。此崖

極少石隙、石縫，更無辦法利用栓子及隙釘設置保護點（Runner），而崖頂亦無適當之地方以設立定索點（Anchor）。頭崖以西之一崖，情形亦差不多，在二崖尾之高度較矮，約一百廿呎左右。在崖頂之田地上，極少石塊露出地面，又無大樹等以資利用，極困難才找到一塊十多呎之大石塊，可作為定索點。但離岩邊有百多呎，再加上到崖底，故需三百多呎繩。在此一帶的崖邊石塊非常疏鬆，最近一次訪遊，在此崖底發現有三頭牛屍，估計是從崖頂墮下來。其中一隻再像與石塊雙隨而下，有部份身體亦為石塊所壓。使人聯想到，若自己行近崖邊，亦有可能與此牛同樣命運，連人帶石葬身崖底，不期然心中亦為之一寒。再向西行便是海螺洞及龍落水，此一帶崖石為一級層，高度在三、四十呎左右，可供供攀爬，但最大問題亦是缺乏保護點及定索點。在龍落水以西

之龍麟咀頂上，豎立着一鐵架，架高廿多呎，由三腳支架而成，三腳各距十多呎。雖然經長年風雨所侵蝕，但腳架部份仍非常堅固，架離崖邊十呎左右，可資利用作為定索點。此處崖高六、七十呎，可供沿繩下降（Abseiling），及沿繩上攀（Prusik），此處岩層十分堅固，只在離土面十呎處，有些少沙泥及碎石粒，容易脫落，當上攀或下降時要加倍小心，以免把石塊踏鬆而下墮。所以在活動進行中，切勿行近崖面及必須帶上頭盔，以免為石粒墮下所傷。此處以西沿岸，亦是低崖，不宜攀爬。在斬頸洲附近有數條石隙，短短十多廿呎，亦可一試身手，島北之貓公洞，左右兩洞口相通，洞內可容十人企立，洞角之大裂縫，亦可攀爬上頂，但石塊非常鬆疏。

總括來說，東平洲並不適宜攀岩活動，而且具有危險性，只可作沿繩上攀或沿繩下降等活動而已。

龍麟咀沿繩下降





野外攀石研習課程部份學員攝於筆架山石場



「攀石研習課程」後記

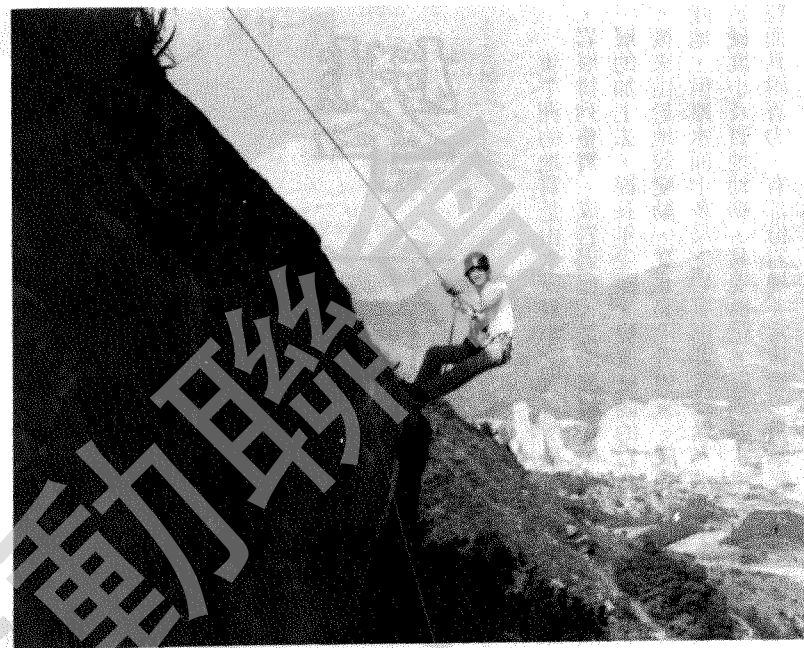
滂沱大雨，街道積水成河，雷電交加的五月十三日（星期天）早上，參加攀石課程年青力壯的小伙子都不畏風雨地齊集在彩虹邨巴士總站，可是，基於安全原則，我祇好臨時宣佈「風雨誤佳期，無奈。」唯有另訂五月廿日（星期天）為實習日期。

一個日麗但不風和的日子，我們一行廿多人到達黃泥涌峽道與南風道交界的布力徑石場，開始該課程的第一次攀石活動。布力徑石場——不失為一塊初學者的良好訓練石場，可惜當日吹強烈的東南風，站在石崖頂會分分秒秒被風吹走，所以要非常小心謹慎。另壹方面，還有其他的攀石組織在練習，故此有點擠迫感，怎樣也猜測不到彌敦道和銅鑼灣區的擠迫也不及布力徑，最後發覺他們這羣年青的一輩的確了不起，有衝勁，有一股對野外活動的熱誠，希望是未來的社會棟樑。

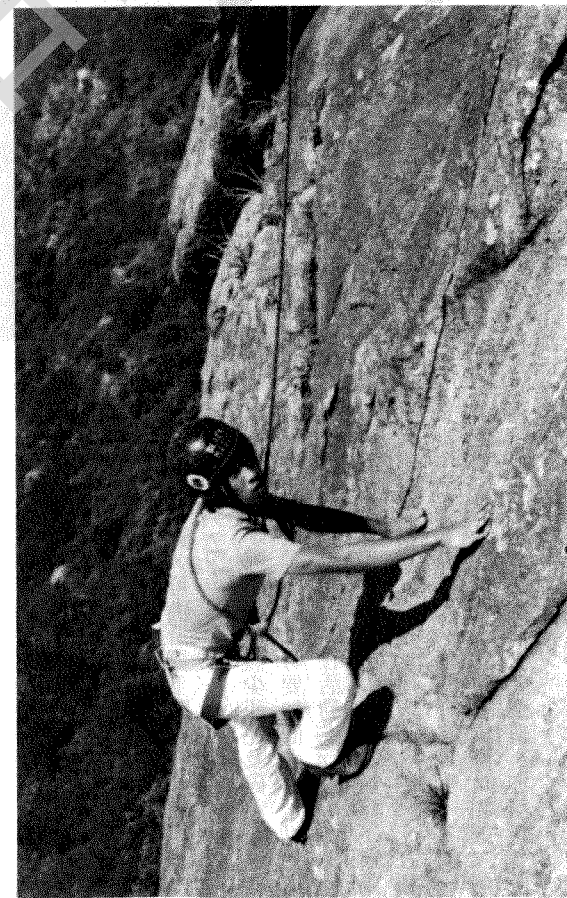
第二次野外實習那天，一千呎以下風和日麗，但遠望扯旗山頂卻隱沒在雲霧中，同樂徑的總督石場（已在野外第三十期提及過），雖然難度較高和屬於多節攀爬的路線，不過安排了登峯戶外用品公司的職員協助，更加上參加者雄心勃勃，鬥志昂

然，而且我還約了一羣喜愛攝影的「拍友」到來為參加者拍照留念，大家就更加雀躍地去練習攀爬。我們將多節線切成一節攀爬，另一邊就以普式結自我防護沿繩下降回小路上，各參加者將同樂徑上的「懸空邊」，「比利的腳步」，「簷板線」的第一節成功的攀過了，直至下午六時左右才踏上歸程。

六月三日早上八時半，白田報案中心門外擠滿了背上背囊的年青人，漫步踱上位於呈祥道上的筆架山（又名烟墩山）這是經過三次攀石研討，兩次野外實習後，最後一次艱難的長線及兩節攀爬線，大家分別攀爬了較難的烟囱線（Chimneying），達艱難程度的吊手崖線（Overhang）和一條兩節攀爬線——眼鏡蛇王（King cobra），程度達到一定艱難級（Hard severe），各參加者都能成功地攀爬眼鏡蛇王，雖然有幾位失手跌了一兩次，不過仍然不畏艱難痛苦，奮力完成這條眼鏡蛇王線。我感到很高興，高興的是越來越多年青人更喜歡戶外活動，與大自然走在一起，遠離那些夜夜笙歌，狂歡達旦的生活，多從事有益身心的戶外活動上不是更有益處嗎？



筆架山吊手崖



「眼鏡蛇王」線上的學員

班中最年輕之學員施忠道



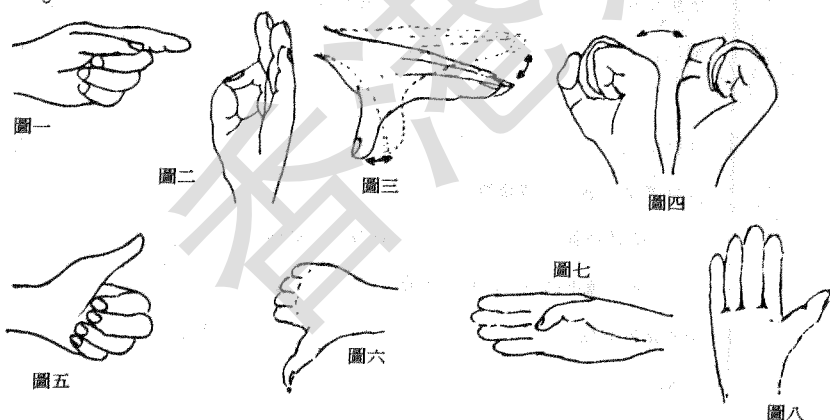


徒手潛水技術

賓士潛水儀器有限公司提供資料

第五章 (潛水人之手語)

潛水人是很需要與其水中同伴或船上的人或岸上的人取得互相聯絡。但是在水底，除非有特別的儀器，否則互相通話是不可能的。鑒此，一套國際手語便被採用作為水底通訊之用。這些手語對徒手潛水者是不必完全用得著，但是部份的手語是十分重要，應該熟習。當我們打出每個手語時，所有動作一定要清楚準確，最好在面罩的視野範圍前作出，直至你的同伴明白，並表示會意後回答為止。



實用之國際徒手潛水人水底手語

- 圖一：指某人，例如你、我、他。
- 圖二：最重要的一個手語，向別人表示“妥善”或詢問是否“妥善”？
- 圖三：事情不大妥善，危險。
- 圖四：呼救訊號。
- 圖五：升水。
- 圖六：下潛。
- 圖七：向所指的方向前進。
- 圖八：停止或停留在原有的位置。

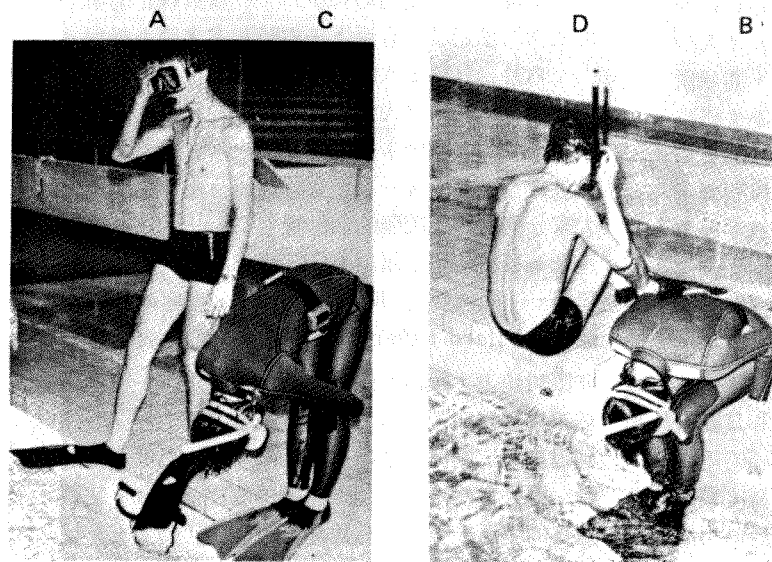
以上各手語必須緊記並隨時運用

現在讓我們來討論下水的方式。方法有四種：

- A. 垂直式下水：站在池邊，雙手按著面罩以防下水時被沖掉，然後踏空而出，垂直地插入水中。
- B. 滑下式下水：坐在池邊，雙手放在邊沿上，推離池邊進入水中。
- C. 前滾式下水：雙腿保持筆直，上身往下彎，頭部望向膝間，雙手抱著膝部，重心向前移，作滾翻般下水。
- D. 背式下水：坐在池邊，背向水，用手護著面罩，雙腳縮起，向後倒臥，以背部先行下水。

在學習下一章的拯溺前，先練習戴上基本儀器來踏水，雙手高舉在空中，你會發覺這比沒有蛙掌時來得容易，你只要慢慢地踢動蛙掌，正如潛游時一樣便可。

當你升水的時候，正確的步驟應是向上四面張望，手部高舉在頭部之上方。至水面時，手伸離水面打一個“妥善”手號。手部需高於頭部的位置外，還有另一用意，就是一種保護性措施，因為在升水時，你可能碰著浮在水面的硬物如船隻、木塊等，當然手部受損總比頭部受傷來得安全些。



圖五 各種下水方式。

