



東北角

潛水活動

認識朋友

- 姓名
- 工作
 - 公司, 職務, 性質, 專長
- 家庭
- 興趣與嗜好
- 如何知道這個訓練訊息?
- 學習動機, 預期成果
- 對自己, 同伴, 教練的期許和建議
- 特殊說明
 - 上課時間, 徵婚,

潛水學的好？壞？

取決于「教練」的
程度、實力、觀念、敬業精神

以及「學員」的
學習態度、努力成果

學費是從『學生』口袋裡掏出來的
『教練』理當盡職盡責，傾囊相授
『學生』的學習態度，該為何？

風城潛旅 潛水員基本素養

• 紀律

- 集中：人員, 裝備
- 安全：請勿單獨行動, 潛伴間經常保持聯繫, 身體不舒適立即反應
- 術科、海洋實習 課程進行中, 嚴禁『開玩笑』、『惡作劇』
- 術科、海洋實習 課程進行中, 遵守教練的指示操作, 切勿『自作主張』

• 請勿遲到

• 達到各項動作要求標準

- 下水訓練期間, 請勿戴隱形眼鏡
- 未達標準, 轉上常青班

• 互相幫助

- 個人裝備, 請儘量自力搬運(潛水裝備, 氣瓶,.....)

• 自我要求、彼此尊重

給 參加潛水旅遊 潛水新鮮人 的建議

接受潛水訓練時，心情可以輕鬆、態度必須認真

• 既然是『休閒潛水(運動、活動)』，玩樂嗎！何必認真？

- 職棒、職籃、職X、.....
- 職業選手(主角)---> 專業 ---> 認真 v.s. 觀眾(旁觀者) ---> 娛樂 ---> 高興就好
- 『主角』、必須認真

- 接受潛水訓練時，您就是『主角』，認真與否？將來的安危、操縱在您自己的手裡

• 結訓後，馬上就可以到 綠島、蘭嶼、國外 潛水？

- **訓練** ~ 基本技巧、裝備運用、狀況處理
 - 單純的
 - 預先告知的
 - 只要顧好自己
- **實戰經驗**(實際潛水時) ~ 各種 基本技巧、裝備運用、突發狀況
 - 複雜的、綜合性的、無預警的
 - 入水的動作、下潛姿勢 & 速度、耳壓平衡、懸浮、共生、浮力控制技巧
 - 必須顧慮同伴

- **潛水穩定性夠** — 才能優遊自在、充分享受樂趣

下海上天，小心潛水佻病搭上您

- 潛水後即搭飛機者，
因減壓過速，罹患潛水佻病，高達 28%
- 國防醫學院海底醫學中心 — 國內潛水佻病患者
 - 漁民 69%
 - 地下捷運、水下工程潛水人員 26%
 - 休閒潛水 5%
 - 夏天時發病比率高達
 - 赴綠島、蘭嶼、關島、帛琉等地潛水度假，未停留足夠時間即趕搭飛機返家，因而大增罹病風險。
- 國軍八一二醫院潛水醫學科，分析 67 個休閒潛水案例
 - 潛水後 14 小時內搭機飛行，其中十九人因而罹患潛水佻病，比率高達 28%
 - 潛水後至少須停留二十四小時再搭乘飛機
 - 潛水深度大於 40 M(130英呎)，就必須停留三十六小時以上，較為安全。

水 肺 潛 水

潛水技巧安全守則

水肺潛水 潛水技巧安全守則

- 空腔平衡: 耳, 面鏡, 肺, 鼻竇腔
- 不可憋氣
- 上升時 BCD 不可充氣
- 上升速度每分鐘不超過 **9M** (吐出之最小氣泡)

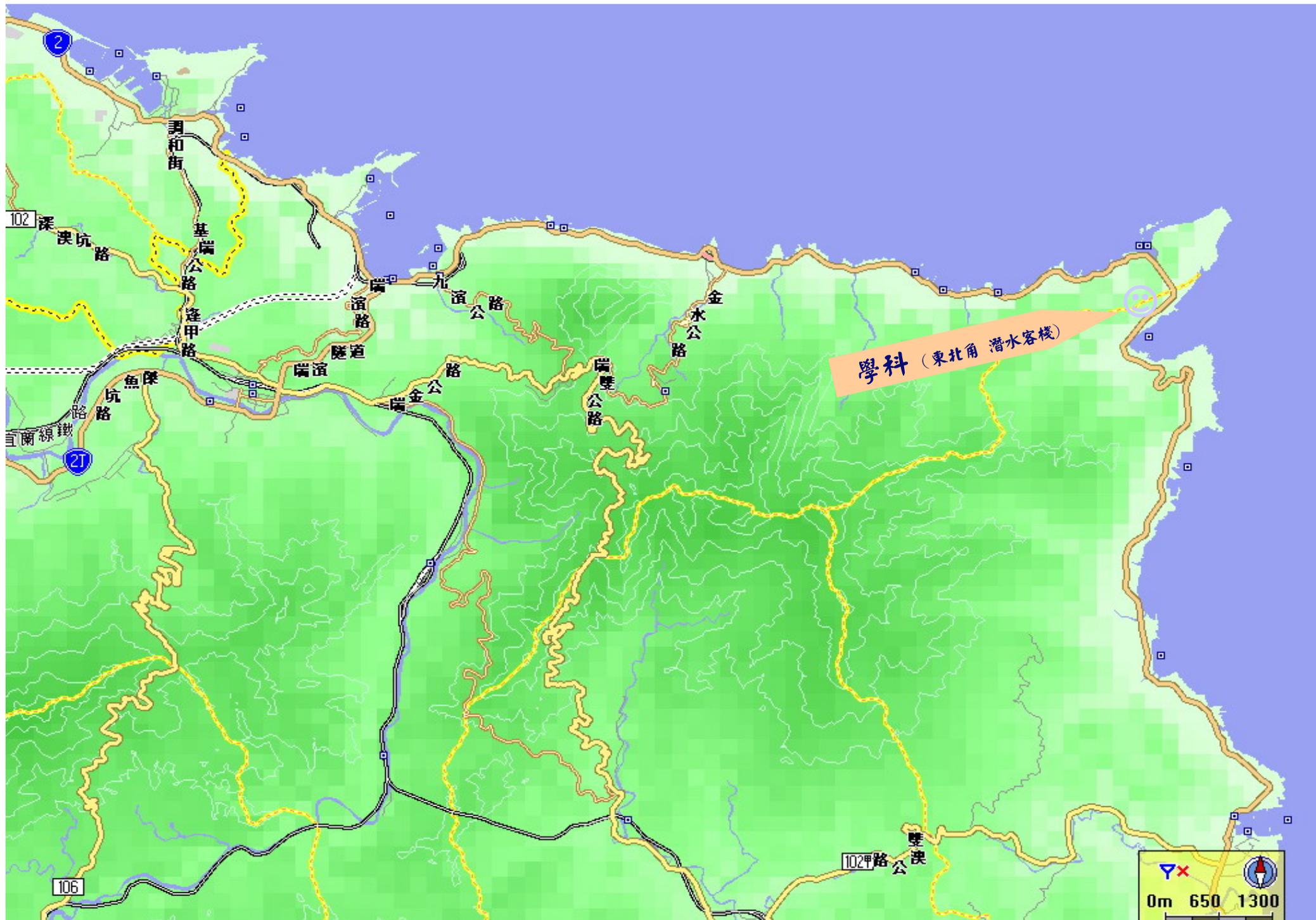
東北角 活動 集合地點

東北角 集合地點



東北角 潛水客棧







北部濱海公路

鼻頭路

學科 (東北角 潛水客棧)

水肺評估



探索美麗的 海底世界

認識海中生物 參考書籍

- **海水觀賞魚(一)(二) (渡假出版社)** 訂價每本220元
 - 作者: 邵廣昭(中研院動物所所長), 陳麗淑(中研院動物所)
 - 內容: 全部為近二十年來, 在台灣潛水實際拍攝所得, 除了將各科魚類形態紀錄下來外, 也有簡明的生態介紹, 非常適合作為潛水者認識魚類的基本工具書.
- **世界海水魚太平洋. 印度洋篇(中文版)(三通圖書公司)** 訂價每本1,600元
 - 作者: Dr. Gerald R. Allen (世界知名的魚類學家), 益田 一(日本潛水攝影家).
 - 譯者: 沈士傑(台灣魚類學研究)
 - 內容: 由許多潛水攝影名家提供太平洋和印度洋所拍攝的魚類生態照, 收錄將近1700種魚類, 生態照約800張, 連你到國外潛水看到的魚都查的到.
- **墾丁國家公園 一系列書 (台北 三民書局有售)**
 - **墾丁國家公園海域魚類圖鑑** 訂價每本700元
 - **珊瑚之美**
- **東北角海濱生物 - 東北角海岸特定區管理處 (台北 三民書局有售),**訂價每本300元
- **海洋生物 - 東部海岸特定區管理處 (綠島 東管處有售),** 訂價每本500元

魚類入門

作者：邵廣昭、陳麗淑、黃崑謀、賴百賢/著
出版社：遠流



魚類圖鑑 - 台灣七百多種常見魚類圖鑑

作者：邵廣昭，陳靜怡/著
出版社：遠流



- 潛水裝備

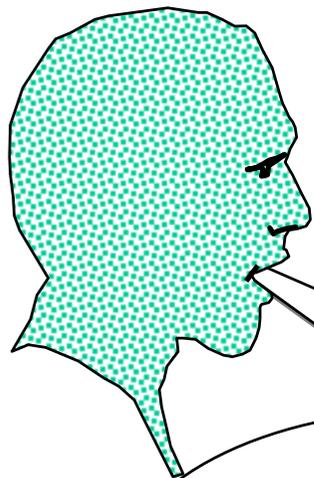
- http://www.seasky.info/_hdt/_service/99_DiveEquipment.pdf
- ZIP 壓縮檔
 - http://www.seasky.info/_hdt/_service/DiveEquipment.zip

- 美麗的海底世界

- http://www.seasky.info/_hdt/_service/99_BeautifulSeaWorld.pdf
- ZIP 壓縮檔
 - http://www.seasky.info/_hdt/_service/99_BeautifulSeaWorld.zip

潛水知識是安全潛水的基礎，

生態常識會讓您樂在潛水！



要求 安全

紀律、合作