



香港游泳協會有限公司

訓練處

九龍深水埗大埔道 75 號威信商場 1 樓 3 室

電話：23335137 傳真：223335147

網址：www.sahk.org.hk

訓練及活動通告第 21-05 號

2021 年 7 月 25 日

第 2 屆徒手潛水訓練班

海上活動潛水小組為提高會員對海洋的認識，將按照 PADI 內容，教授徒手潛水知識予會員。詳情臚列如下：

日期	時間	內容	地點
2021 年 8 月 17 日 (星期二)	9:00—13:00	下水法，下潛法，水中身形控制	汀九近水灣泳灘 17 泳屋
2021 年 8 月 19 日 (星期四)	9:00—13:00	理論課，實習和評估 (取證書)	汀九近水灣泳灘 17 泳屋

班領導人： 任振強先生

參加資格： 會員

名額： 40人考獲水上安全章者優先取錄

費用： 每位港幣 450 元(包括講義、證書)費用必須以劃線支票「一人一票」方式繳付,支票抬頭請書「香港游泳協會有限公司」。

截止日期： 2021年8月10日 (星期二)

報名辦法： 備妥下列各項，於截止日期前遞交或郵寄九龍深水埗大埔 75 號威信商場 1 樓 3 室。

服裝： 整齊泳裝

- 備註：
1. 逾期或未付費用之申請，及未能在申請表上清楚提供出生日期、年齡、性別及出生證明書號碼／香港身份證號副本，恕不接納；
 2. 學員必須全期出席訓練班；
 3. 學員必須經考試合格後方可獲 PADI 簽發證書；
 4. 如在上堂前 2 小時，天文台發出紅色／黑色暴雨警告或懸掛 3 號風球，訓練班取消，自動順延時間另行通知。
 5. 請帶備書寫工具、記事簿、顏色筆、長袖衫一件及大毛巾一條。
 6. 本會將不負責學員購買任何保險。如需要，學員需自行購買保險。
 7. 學員必須服從教練指導，如有違反教練指導，本會有權終止訓練(費用概不發還)。

查詢： 如在班期前3天尚未接獲通知，請致電23335137與任振強先生聯絡。

參加者姓名：(中文)_____ 性別：_____ 年齡：_____

出生日期：_____年____月____日 泳協會員號碼：_____

第二班 2021 年 8 月 17 及 19 日() 加✓

家長同意書

活動名稱：第 2 屆徒手潛水訓練班

活動日期：第二班 2021 年 8 月 17 及 19 日() 加✓

聲明

本人已清楚上述活動/訓練之內容，且確知敝子弟之健康情況適宜參與有關活動。現同意敝子弟_____ (姓名)參與上述活動/訓練班。

特別健康情況(例如敏感、哮喘等)

家長/監護人簽署：_____ 身份證號碼(首 4 個字)：_____ xxx(x)

家長/監護人姓名(正階)：_____ 關係：_____

緊急聯絡電話：_____ 日期：_____

備註：

1. 申請表格內填報的個人及其他有關的資料，會供本會處理申請參與活動/訓練班及有關的用途。在表格內提供的個人及其他有關資料純屬自願。然而，如果沒有正確或足夠的資料，本會可能無法處理有關的申請。
2. 在一般情況下，家長同意書將於活動/訓練班完成後 6 個月銷毀。

課程內容

日期：	夏天	課節：	分為理論課和實習課
人數：	16 人或以上	費用：	450
地點：	平靜水域	時間：	最少 7 課時
教練：	2 位	助教：	1 位
對象：	8 歲或以上，分青少年班，青年班和成人班。		
教練資歷：	PADI（美國專業教練協會）IDC Staff（參謀教練）。 20 多年教授潛水經驗		
根据 美国 PADI 潜水會徒手潛水員課程標準			
水中訓練	<ol style="list-style-type: none"> 1. 必須包括入水、水面游泳、呼吸管積水排出和進行水面潛水的技巧。 2. 必須包括穿戴裝備的技巧。 3. 必須包括潛水科學、環境、問題處理。 		
知識發展	<ol style="list-style-type: none"> 1. 必須要包括問題處理。 2. 必須要包括當地安全浮潛規範的信息。 		
課堂	<ol style="list-style-type: none"> 1. 潛水安全守則。 2. 淺水昏迷。 3. 特深呼吸與昏迷。 4. 氮醉的成因和處理。 5. 減壓病的成因和處理 		
實習：	<ol style="list-style-type: none"> 1. 獨自準備、穿戴、調整及卸除所有徒潛裝備。 2. 檢查自己的裝備和其他潛水員的裝備是否功能正常及調整適當。 3. 安全地出水及入水，包括船上入水，使用各種適合當地狀況和環境的方法技巧。 4. 獨立選擇並調整必要配重以達到中性浮力。 5. 透過呼吸管呼吸時，控制呼吸道以避免嗆水。 6. 在水面用口吹氣和完全將浮力控制裝置泄氣。 7. 在水面時，一直和潛伴維持在 3 公尺／ 10 英尺以內的距離（或更近的距離）。 8. 穿戴着呼吸管裝備，在水深無法站立處能夠熟練地游泳。 9. 在水深無法站立的水域，以頭朝下（頭先式）的姿勢，從水面垂直下潛。 10. 一口氣在水裡至少游 15 公尺。 11. 一邊游泳，一手放在頭上方，一邊向上方和周圍看，安全上升。 12. 使用猛吹法清除呼吸管中積水，同時頭不要離開水中，重新透過呼吸管呼吸。 13. 上升時，頭不要離開水中，清除呼吸管積水並呼吸。 14. 一邊維持方向控制，一邊用呼吸管裝備在水面和水底游泳。15.如果有使用配重帶，在水深無法站立處，卸除和穿回。 15. 在水面和水底，正確地解讀和回應 PADI 標準手勢。 		