

入水能游(60)

陳保祿

香港游泳教師總會首席講師

2014年5月10日

2014年5月1日 2300位健兒推動水上安全 為泳季展開序幕

2014年5月1日早上8時，接近2300位泳友齊集淺水灣參與本年度之「香港水上安全日暨第9屆香港3000公尺水上安全長途暢泳」。今屆大會引進電子條碼手帶，大大提高報到及登記的效率，整個流程快而準，往年的排隊等候情況消失了。登記完成，大會安排了集體熱身操後便隨即開始暢泳，減省了一切開幕儀式及嘉賓發言等程序，一切務求以健兒參加暢泳為重中之重，此舉得到很多健兒的讚賞呢！大會首先安排參加3000米的健兒起步，並由國際游泳教師聯盟會長 Mr. Jim Lawlor 主持鳴槍儀式。一眾泳友秩序井然地分批出發，大概由於整個活動只是暢游而非比賽，況且眾多的救生員在水中護航，筆者觀察到每位泳友都笑容滿面，期待在碧波中一展身手，享受暢泳的樂趣。當日遇上潮漲，上水及落水非常理想，沒有退潮時要小心警覺被免「豪宿」的威脅。

泳友完成3000米或1000米之後，再以電子條碼手帶登記多一次以示完成，並隨即領取嘉獎證書，整個流程暢順非常。今年大會更加在沙灘上安排了一個名為「水上安全樂滿Fun」的團體競技遊戲，十多個參賽隊伍從遊戲中體驗及宣傳水上安全意識。參與遊戲的開心投入，在旁觀看的亦能分享箇中樂趣。很多隊伍還要求明年增加名額，希望一試身手，盡興其中。今年最年長的泳友為78歲，最年幼的只有4歲，還有一批年年出席的智障及殘障泳友參加，筆者作為「總統籌」實在非常感動。在此感謝各泳友的支持，多謝各位身體力行一齊推動水上安全，使我們更具決心來年把活動辦好，回饋各方的心意。

今年適逢香港游泳教師總會在港主辦「國際游泳教師會議」，多位來自星加坡，台灣及中國成都的與會代表亦參加了暢泳活動。今年還有兩隊自發組織，專程來港參與這項活動的外隊為大會增光，其中一隊是來自中國各省市的17位泳友。另一隊則是第二年來港參與，來自台灣名為「悠泳部落客」的16位泳友。他們自發組隊遠道來港參與這宣揚水上安全活動，實在難能可貴！還有其他國家的代表包括英國，澳洲，荷蘭，芬蘭，愛爾蘭等亦出席為健兒們打氣，廣州體育學院及深圳大學亦有體育系教授臨場交流指導，他們對香港泳友們的投入宣揚水上安全意識讚歎不已。眾多的外賓及外隊參與，使這活動更趨國際化，標示“水上安全，人人有責”的理念放諸四海。

大會今年特別安排了「海空拯救示範表演」，由香港政府飛行服務隊、香港海事處、香港警務處及香港消防處派出直升機及艦艇，先作海上巡遊檢閱，跟著以海空拯救作壓軸表演。香港拯溺總會及醫療輔助隊隊員更即場作急救示範及講解，使與會者獲益良多。參與攤位展覽的水上活動團體每年遞增，他們為大眾提供了各式各樣的遊戲，為整個活動增添不少歡樂

的氣氛，可讚！「最佳造型團體比賽」亦稱為「扮野大賽」亦有多隊報名參加，今年有整隊「羅馬兵」裝扮的青年隊伍，亦有衣著五彩繽紛的女士隊伍，更有螢光耀眼、制服整齊步伐抖擻的兒童隊伍參加，各隊還要設計精辟的水上安全口號才可滿足評判的要求，經一輪角逐，終於由「健力泳會」的小朋友奪得冠軍，恭喜！

整個活動當然還有很多改善及進步的空間。「寄存服務」需求大增，由兩年前的 200 多件至今已超過 800 多件，泳友們需要較長的輪候時間，明年必會作出改善，把輪候時間盡量縮短。今年的泳道跟往年的不同，放棄了「大三角」軌跡而採用了直線來回路線，很多泳友反映，都是「大三角」路線較能暢游整個淺水灣，更具挑戰性及更舒暢的感覺。今年的轉變大致因為要配合特別安排的「海空拯救示範表演」，以及配合參與人數增加的安全考慮，明年大會將仔細安排，期望能滿足大眾的要求。有參加者提議大會可示範如何配戴浮物為最合適、最安全，亦是寶貴的建議。浮物方面，亦有參加者建議可有更多元化的選擇，在浮板、浮條以外，選用其他實用性更強的代用品，大會來年定當參考其他地區同類活動的器材，使能精益求精，務使大家能齊心宣揚水上安全，祝願 2014 年『水中零意外』，大眾都能安全暢泳、安全習泳、安全授泳！