

Issue **459**
02.07.2015

metro Pop

Follow
Pop

- 夏日自主輕食
- 自由潛亞洲熱
- 西式涼亭 優雅乘涼
- 本地尋找 異國盛夏魅力

WHO'S READY FOR Summer

都市流行 • 逢星期四港鐵免費派發

自由潛 亞洲熱

念念不忘電影《念念》中的美人魚，換作是人類，在深海中也可以無拘無束任我行嗎？近年亞洲流行新興自由潛水：閉一口氣，一頭栽進大海，單靠軀殼身體，分秒必爭，卻飽覽海底無盡風光，到了孑然一身的境界。卸下沉重的氧氣樽，你才能享受獨特的靜謐與觸感。炎炎夏日，自由潛水是最佳消暑秘方，任選台灣、菲律賓或印尼，心動不如起行！

TEXT: LING PHOTO: 趙志雄攝, WILSON@VETEROLDIV & FRANKY (PHOTO) DESIGN: MANS

Freestyle Diving

攝於菲律賓 Moalboal 的沙甸魚群，算是世上罕有奇景。自由潛與水肺潛水最大不同是不會呼出氣泡，姿態也很優美。

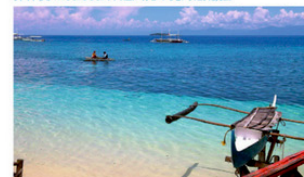
興起人像攝影

在印尼峇里 Tulamben，很多人不止愛攝影，更喜歡為自由潛水者拍人像。自由潛的 wetsuit 貼身又透氣，不像水肺潛水須帶笨重，所以自由潛水者是攝影愛好者的 model。

自由潛 告別水肺束縛

Chris、Oliver 及 Maleung 三人接觸水肺潛水（背樽潛水）多年，近年轉投自由潛水懷抱考上教練，兩者規格與裝備截然不同。過來人說，自由潛水讓人愈潛愈是上癮，源於夠自由，Chris：「自由潛不像水肺般會呼出氣泡，每次閉氣約 3-4 分鐘，你可以近距離走近海洋生物而不被發現，有種超然的寧靜，更幫助拍出好照片。」例如他在印尼峇里 Tulamben 沉船中穿梭於群魚間，才發現真的與水肺潛水「無得比」。

菲律賓 Moalboal 岸邊風光不比海底輸給



自由潛水教練 Chris、Oliver、Ma Leung

自由潛水人吸引不少攝影愛好者



半潛半玩

跟潛水團節目通常專注潛水，略嫌單調，不過 Chris 今次推介的路線有合家歡選擇，例如菲律賓 Moalboal 是純潛水熱點，但 Oslob 及 Bohol 有很多陸上賣點，適合並非清一色潛水愛好者的一家大細。Chris 形容這種彈性也是自由潛吸引之處：「自由潛不需太多裝備，帶備一副面罩及蛙腳就能隨時下水，所以好適合去旅行時順便一玩。」近日有自由潛中心開張的墾丁，也是到台灣旅行時順道一潛的好地方。

潮聖自由潛天堂



印尼峇里 Tulamben 的戰艦殘骸

印尼

TULAMBEN

印尼峇里 Tulamben 是最佳挑戰自由潛的地方，該處有美國自由號軍艦殘骸，潛點是由 5 米至 30 米不等，容易到達，又有自由潛中心作配套。Oliver 指，到該處自由潛比水肺潛更好玩：「一口氣穿過船艙，踢水要踢十多米才上到水面。」Chris 體驗到自由潛不用呼氣佔優勢：「游過魚群真的神不知鬼不覺，可近距離欣賞更多東西。平時水肺潛水只影到魚尾，今次終於影到完整真身。」

checkpoint 2

四季無休

東南亞自由潛都受風季限制，例如印尼峇里旺季是七月至九月，必有 monsoon 看，至適合盛夏出團。四至六月是台灣，冬天及春天則是泰國及菲律賓，全年總有自由潛最佳賞期。

菲律賓

MOALBOAL

Chris 推介的是菲律賓 Moalboal：「宿霧離香港近，海邊多數是 drop-off，一跌就 40 米深，潛點近岸，更重要是水清。」那有甚麼看嗎？原來當地曾經絕跡的沙甸魚在近岸地區重新出現，附近開了很多自由潛中心，Chris 指因沙甸魚出現於淺水帶，適合自由潛觀賞，令 Moalboal 這兩年成為自由潛熱點。在附近地區，海龜、珊瑚及鯨鯊隨處都是。若想半潛半玩，則可去 Oslob 及 Bohol，前者有觀鯨鯊團，後者有很多森林活動，遊人也可在 resort 休息做 massage，適合一家大細。

於菲律賓 Oslob 與鯨鯊近距離接觸

台灣

TAIWAN



台灣都是自由潛又近又便宜之選，綠島及蘭嶼均設有自由潛水中心，當地因位於黑潮帶，水非常清澈。Chris 都試過到墾丁及小琉球自由潛，駕著電單車隨處逛，只需帶備蛙鞋及面罩，見水清可即興下水，非常愜意。

checkpoint 4

checkpoint 3

泰國

SAMUI



泰國蘇梅附近的龜島是自由潛熱點，雖則不如菲律賓般多珊瑚，海床頂多是 30 米深，但配套完善，較適合初階者或作訓練，都可算是近年亞洲自由潛水的搖籃。



台灣綠島是近年港人的新興自由潛熱點

第一自由潛 Resort

Chris 指通常是幾間 resort 的客人共用一個自由潛水中心，如 Moalboal 的 resort 區，雖沒於酒店內設立獨立中心，但是客人光顧自由潛水中心後，會因應價格選擇不同級數的酒店。另外，馬爾代夫的 Dusit Thani Maldives 剛成立五星級自由潛水中心，以往學潛水，現在多了個自由潛水的選擇，由總會 Apnea Total 教練即場教導，課程分三種：Free-Diver Basic、Advanced Free-Diver 及 Free-Diving Master，由兩日至五星期不等。

網址：www.dusit.com/dusitthani/maldives/default-en.html



鉛帶及頸鉛

頸鉛為自由潛獨有，因為需要頭部先下水，特別增加負重。



面罩

內裡空餘面積較細，更具流線型，方便深水時使用。

鼻夾

用於下水時反壓夾著鼻子



潛水衣

質料更滑水更具流線型效果



自由潛蛙鞋

物料分為膠及纖維，比一般蛙鞋更長，令踢水效率更高。



浮泡及安全繫繩

專門用於自由潛水的練習，一人下去，buddy 守在水上，直到他換氣便下水陪他游上來，悠閒潛水則只需要面罩及蛙鞋就可。

新裝備 新態度

自由潛水講心理素質，個人愈能調節呼吸，虛耗的氧氣愈少；同時都著重身體素質，要潛得夠耐和夠深，閉氣要做足，下水反壓是倒轉身體，所做的安全措施都有特別技巧。不妨一覽所需裝備，從而窺探這項運動的精神所在。



香港自由潛水協會