淡江時報 第 1084 期

水上救生社深海池訓練 增進救生技巧

學生大代誌

【記者歐陽子洵淡水校園報導】為了迎接更大的挑戰，必須做好完善的準備！水上救生社於3月16日在士林的前港游泳池進行深水池訓練，共12位教練與17位學員一同參與，此訓練除了到複習上課所學的知識之外，更是為了下個戶外課程—「溪海訓」做準備，訓練項目豐富多樣，除了基本的以循環游泳鍛鍊體力之外，並讓學員練習基本救生四式及帶人法、解脫法、自救法、拖帶假人、潛泳、拋繩、踩水等技巧。

社長水環水資二高偉翔說明，「相較於上學期的深海水池訓練，這次學員的狀況大致上都很不錯，在學校游泳館打下的基礎讓他們在深水池輕鬆不少，而這個訓練在未來考取救生員檢定時能夠使他們更了解考試的環境。」

淡江時報社

淡江時報社