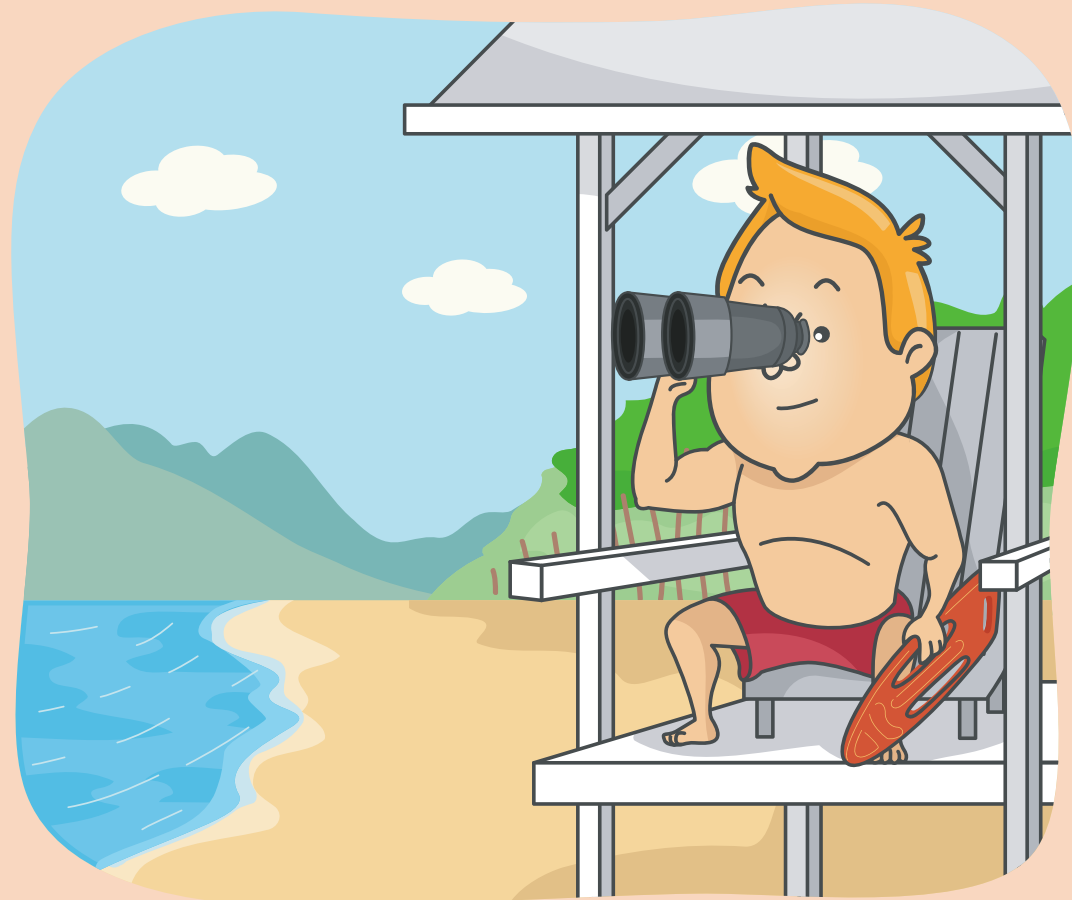
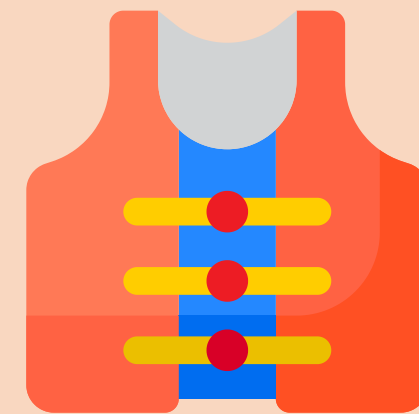
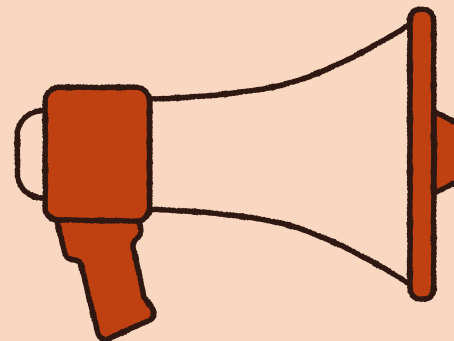


WATER



SAFETY



STAGES

1

- * 著衣游泳
- * 脫泳鏡游泳

2

- * 踩水 (立泳)
- * 漂浮 (水母漂、仰漂)
- * 抽筋自解

3

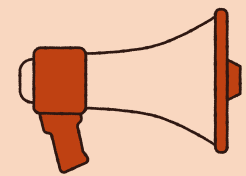
- * 水中過障礙物
- * 上大型浮具

4

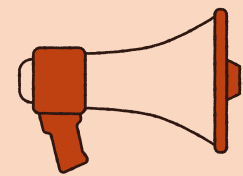
- 浮具製作
(利用自身衣物)

STAGE ONE

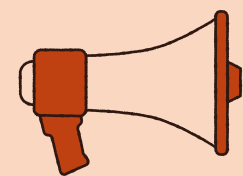
- * 著衣游泳
- * 脫泳鏡游泳



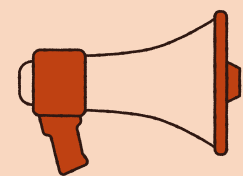
適應衣物重量



前進方式



水中睜眼



水中尋找逃生路線



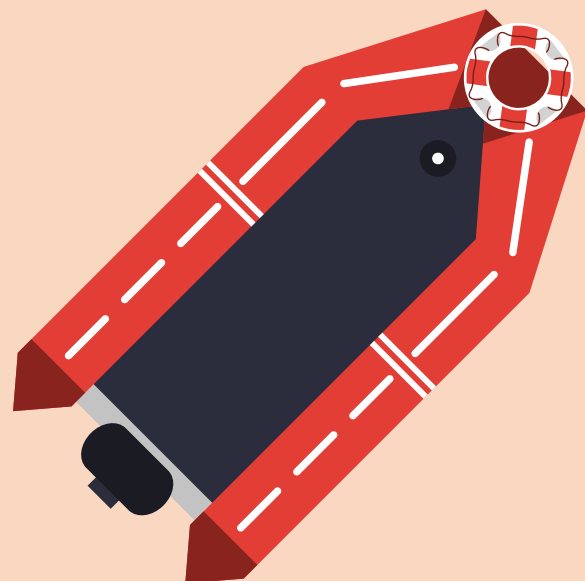
STAGE TWO

- * 踩水 (立泳)
- * 漂浮 (水母漂、仰漂)
- * 抽筋自解



STAGE THREE

- * 水中過障礙物
- * 上大型浮具



水中睜眼
判斷障礙物位置

切勿緊張
學習利用自身力量撐上大型浮具



STAGE FOUR

浮具製作 (利用自身衣物)

1



水母漂脫衣

2



拍擊法充氣

3



吹氣法充氣

4



等待救援

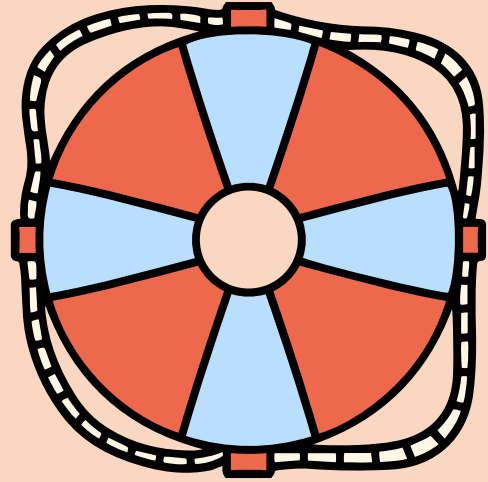
5



等待救援

DON'T PANIC
BE PREPARE





THANK YOU



BE SAFE

