

Alex

## WUD 高氧课程有感

机缘巧合，我以作为小白鼠的身份参加了 WUD 高氧教练班的课程，在短短一天的课程中我受益匪浅。此次课程并非我第一次接触 WUD 组织，WUD 组织一向的认真严谨和专业是我一直追随 WUD 体系的主要原因。在高氧课程中我们通过对高氧的系统化学习，了解掌握高氧的利弊，学习高氧的工作原理以及各种理论知识和不同环境下潜水计划的研究。在教练们的悉心指导下，我和另外一位小白鼠还学习了如何自己调配和检测高氧气体，并在接下来的泳池训练里使用了自己所调配的高氧气体。

即便是一个纯理论的课程，我们依然进行了相应的泳池训练，这是 WUD 体系的一贯传承，即使我们在不同 WUD 教练的培训下，通过统一的培训和系统化的训练都和可以和刚认识的 **buddy** 无缝连接，安心潜水。这也是 WUD 专业严谨的表现。只有系统化的学习才能带来更安全的潜水，只有更安全，我们才能去畅享那在水下遨游的快感。

---

郭磊

## 潜水 | 潜水是一件严谨的事情

”在很多休闲潜水员眼中，休闲潜水可能就等于 **Fundive**。蓝天大海小快艇，几乎什么都不用管，只要背着气瓶跟着潜导游来游去，东看看西看看，轻松加愉快。也不用担心超过免减压时间，也不用担心气会不够用，也不用担心会迷失方向，潜导都安排的明明白白。象拔和指北针这种装备基本就是摆设，**OW**、**AOW** 的课程结束后，可能就再也没有机会拿出来用。

在今年之前，我也是这么认为的。在东南亚满打满算 **20** 潜，我就是上述那种休闲潜水员。虽然我时不时会在网上去翻各种潜水事故的报道来看，但我始终认为那些离自己很远：要么是技潜事故，卡在洞里，迷失方向，切错气体之类；要么就是小白事故，面镜掉了，慌，二级头掉了，慌，blablabla……

因为疫情的原因，今年开始在国内潜水，并且在惠州矿坑遇到了一帮玩技潜的小伙伴。我在今年这十来次潜水里所经历的，远远超过之前的所有。例如在低于 **0.5** 米能见度的情况下进行海底除废弃渔网作业，把自己缠住又自己用剪刀脱困；例如没有潜导只和 **buddy** 下水开始自己照顾自己，然后在第二次下水时就忘了关注免减压时间而进入减压；例如在 **17** 米深 **buddy** 余气 **70** 而我还有 **120** 时，没有想到可以给 **buddy** 共用气源而是选择升水；例如在抚仙湖升水时和 **buddy** 失散以为他配重带太多踢不上来，几人数次下水找他不见，而十几分钟后他升水表示：只是因为电脑表一直报警，所以最后 **5** 米没有和我一起上来，而是下了一个深度去做停留。

在经历了这些之后，我对潜水的认知开始变化，切身感受到这是一件十分严谨的事情。而在与矿坑小伙伴交流学习的过程中，我了解到 WUD 这家中国本土的探索潜水组织以及他们的课程体系。恰巧在 **11** 月底 WUD 组织了干衣和高氧课程的教练班，需要小白学员。我果断

报名高氧课程，尽管学费比 PADI 要贵一些，但是 PADI 的高氧课程只是理论课，我认为对于我来说这是不够的。当然，既然是教练班的试讲，那肯定有更多的实惠，例如 3 位已经是技潜高手多年的试讲教练，加上教练训练官，一共 4 位教练，而学员只有 2 位，那简直是豪华阵容豪华配置。

理论课整整一个上午；下午教配气，教检测，然后是理论考试，除了几十道选择题外，还要自己完成一个完整的潜水计划；最后是泳池考查。一天的课程下来，我最大的感受就是 WUD 的严谨，除基本的理论和技巧外，更强调实践，强调意识，强调团队。强调实践如配气，从气体配比的计算，到从氧气瓶灌氧气，到用打气机灌空气，再到检测贴标，全部自己完成。强调意识如潜水计划，停留时间，停留深度，余氮，氧气暴露值，耗气量等等，全部都要考虑，自己计算。强调团队如泳池，水面安全检查，同步下潜上升，团队游动，共用气源等，全部考查。

教练介绍说，WUD 所有的课程，都要求自己做一个对应情景下的完整潜水计划，都会下水做团队和基本技巧的考查，另外还要录制考核视频，经 WUD 技术评审委员会评定后，才会签发证书。每年潜水事故频发，很多休闲潜水培训因为过于商业化而质量下降，我觉得用技潜的严谨来进行休闲潜水的教学，来进行潜水运动的推广，是十分有意义的。

在整个授课过程中，能够感受到教练们的业务十分扎实，每个人有各自的教学风格，但都很生动，不枯燥，通常会令人发困的理论课，反而让人觉得意犹未尽。教练们还分享了很多他们的经历，随着交流的深入，你能发现他们每个人身上都有闪光点。特别是这次的教练训练官，WUD 的创始人王远，更是散发着独特的人格魅力。用我女朋友的话讲，感觉这个男人在发光。然而他们又都十分地平易近人，课程之内是师生，课程之外就是兄弟了。

WUD 也要逐渐开设类似 PADI OW 和 AOW 的 Primary 休闲潜水课程了。我女朋友正在计划学习潜水，也许 WUD 是一个更合适的选择。