澎湖興仁潛水訓練中心

**PADI初階潛水員(Open Water Diver)**

◎三天兩夜行程表

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | 課程 |
| **Day1** |
| 09:30-12:00 | 1. 填寫表單、領課本、游泳測驗課程說明
2. 課本題目1,2單元(教室)
3. 1.徒手不限泳式200m或戴面鏡、呼吸管、蛙鞋300m(不限時)
4. 2.漂浮10分鐘(仰漂或踩水，踩不到底的深度頭保持在水面上)
 |
| 12:00-14:00 | 1. 午餐、午休
 |
| 14:00-18:00 | 1.試裝備size1開放水域課程.跨步式入水法、背躺式入水法、有控制式入水法2.教學光碟用完晚餐後念書(看影片、課本3.4單元)3.教學光碟 |
| 18:00-19:00 | 晚餐 |
| 19:00-21:00 | 念書(看影片、課本5單元) |
| **Day2** |  |
| 07:30-08:00 | 早餐 |
| 08:00-12:00 | 平靜水域課程(面鏡排水,脫掉穿回、蛙鞋旋軸) |
| 12:00-14:00 | 用餐、午休 |
| 14:00-18:00 | 課本題目檢討(教室) 平靜水域課程3(、中性浮力、氣瓶耗盡、呼吸共生備用二級頭) |
| 18:00-19:00 | 晚餐 |
| 19:00-21:00 | 念書(準備隔天的Final Exam) |
| **Day3** |
| 07:30-08:00 | 早餐 |
| 08:00-12:00 | 課本題目檢討(教室)平靜水域課程4,5(配重脫掉穿回、不斷露氣調節器呼吸) |
| 12:00-14:00 | 用餐、午休 |
| 14:00-18:00 | 開放水域課程BCD穿脫、懸浮CAS、有控制式緊急游泳上升CESA水面配重脫穿 |
| 18:00-19:00 | 開放水域課程(總複習) |
| 19:00-21:00 | 頒發證書!恭喜成為PADI初階潛水員! |