

三亚蜈支洲岛附近海域的海底美景。
本报记者 武威 通讯员 韦尚婷 摄

说起潜水,大多数人会想到普吉岛、夏威夷、巴厘岛等,其实,海南也是一大潜水胜地,来一场说走就走的潜水运动十分方便。
趁着盛夏,来海南做一条自由快乐的鱼儿吧,回到生命最初的故乡,去感受大海的神奇。

打卡海南潜水胜地： 潜到海底，做一条自在的鱼

■ 本报记者 赵优

感受海底世界的神奇魅力

海洋约占地球表面积的71%，在波涛汹涌的波浪之下，隐藏着无数的生命元素，而我们的地球也被它所包裹，变成一颗蓝色的星球……生活在陆地上的人们，总是对神秘的大海充满好奇。

每到盛夏，分界洲岛、蜈支洲岛等旅游景区的潜水区，总能看到游客排队等待潜水的场景。这里的海水清澈而透明，午后的阳光从海面折射下来，闪烁着波光，水面下，是

成群游荡的各种鱼类和摇摆着轻盈身姿的珊瑚。在经历了最初的紧张和慌乱之后，潜入水中的人们感受到的就是自由自在的快乐，仿佛和身边的鱼儿一样，也是大海中的一员。

第一次来海南潜水的林珊这样描述道：海南的海很蓝，那种蓝，深邃得摄人心魄，而又令人无比好奇，那看不到尽头的深邃中究竟蕴藏着什么？当同伴一个个被教练领下海，我背上重重的氧气瓶，将呼吸器塞进嘴里，告诉自己不要紧张，背对着

倒向海里，一瞬间，我进入一个完全寂静的世界……

在各景区的潜水区，当被教练带着浮出海面时，会有许多游客迫不及待地向教练询问关于潜水的各种知识，希望下一次自己能够更自在地看看美丽的海底世界。

让更多人关注海洋生态

“没有穿戴过面罩和脚蹼潜下大海，人们就不会意识到，每一勺海水里都充满生命。”

这是“深海女王”——世界上潜得最深的女人西尔维娅·厄尔博士的一句名言。

早在2012年，这位“美人鱼”科学家就曾来到海南，专程到分界洲岛进行潜水考察活动，对海南岛的海洋环境给予了高度赞赏。今年7月，海南分界洲岛“嘿，潜水吧！”首届潜水环保主题系列活动暨PADI全球女士潜水日活动圆满结束，向国内外的潜水爱好者们展示了海南岛这个“中国潜水打卡地”。

“潜水运动发展迅猛，2015年后更是爆

发性地增长，这项运动已逐渐从北上广等一线城市延伸到二线城市。”PADI（国际专业潜水教练协会）大中华区总裁楼彦表示。此次活动与分界洲岛一拍即合，也正是看中了极具潜力的中国潜水胜地——海南。“潜水这项运动对水质要求很高，必须有海水的高清澈度和生物多样性，我们看到了海南海洋生态和旅游环境的改善。其实，每一位潜水者都是海洋环保人。我们也希望海南能向更多人传递这种生活方式，让更多人关注海洋生态。”楼彦说。

潜水TIPS

1. 潜水最好的时间段是上午，阳光充足，水下能见度更好；
2. 健康状况良好，7岁以上方可参加；
3. 会游泳、不会游泳的人均可；
4. 眼睛近视可选择与近视度相同的潜水镜；
5. 酒后不能从事潜水活动；
6. 患有心脏病、气喘、高血压、中耳炎的人不能从事潜水活动；
7. 潜水时千万勿使用耳塞；
8. 遵守与教练同行制；
9. 潜水时须掌握的几种手势语言：ok、上升、下潜、不舒服、有毒生物、请勿触摸；
10. 学会做反压。潜水时因为水的压力，在下潜到一定深度的时候会觉得耳朵疼痛，做了反压，会大大缓解疼痛感。反压法：从面罩上用手捏住鼻子，使鼻孔阻塞，然后用力吸气，听到“pop”一声，空气进入耳管，反压成功；或做咽口水的动作，也可使耳压平衡。

探索海底世界。本报记者 武威 摄



■ 本报记者 赵优

夏日的分界洲岛旅游区，游人如织，尽享夏日滨海风情。在潜水等待区，一摞摞潜水衣和排队的人群证明了潜水这项运动的高人气。而那些忙碌着的潜水教练，基本都是景区副总经理曾鹏的徒弟。

资深潜水教练曾鹏： 海底世界任遨游

精瘦干练的曾鹏是游泳运动员出身，上世纪90年代就与潜水结缘。“1995年，有朋友在三亚大东海经营一家俱乐部，我就在那边从事潜水活动了。”曾鹏告诉海南日报记者，1996年，他参加了NAUI（国际潜水教练协会）的相关学习和培训。2000年左右，曾鹏成为PADI（国际专业潜水教练协会）认证的潜水长，即中国第一批PADI潜水教练。随后，他又考取了潜水社会体育指导员证书，成为具有国家职业资格的水下培训师、考评员。

从玩潜水到培养出一批批潜水教练，曾鹏靠的是对潜水的满腔热爱。

“在海里有种失重的状态，身体不受任何限制。身边的整个世界也安静下来了，耳边只有海水流动的声音，而我仿佛成为隐居在海里的一条鱼儿，享受着属于自己的星辰大海。”曾鹏说，最令人迷恋的是夜潜，身体自由自在地在海里穿行，睡觉的鱼儿让海底世界显得更加单纯和宁静。

如今的分界洲岛，海水清澈见底，能见度达5米至10米。海底的软珊瑚、盘状珊瑚和鹿角珊瑚等绚丽多彩，是绝佳的潜水观赏对象。

但在曾鹏看来，这样的珊瑚生态来之不易。2004年景区开业时，由于受不良渔业捕捞影响，这里的珊瑚礁可谓伤痕累累。随后，为杜绝渔业捕捞破坏珊瑚，分界洲岛景区划定了珊瑚礁保护区，并与国家海洋局下属研究机构、海南省海洋与渔业厅、海南大学等开展了系统

的珊瑚修复保育工作。“前几年我们在海底投放了沉船、飞机残骸，它们能为珊瑚、鱼类塑造繁衍栖息之地，同时也塑造了受到游客欢迎的景观，是开发与保护合一的举措。”曾鹏介绍。

珊瑚多了，鱼就来了，海底的生物多样化使得分界洲岛被国际专业潜水组织认为是“海南最适宜潜水的海岛”之一。现在，游客可以潜入大海看到大量保育良好的活体珊瑚礁群、神秘沉船、“七福神像”、海底村庄和多彩的海洋生物，感受海洋的神秘和美丽。

“与前些年不同，现在潜水运动越来越普及了，20%的上岛游客都会体验潜水，我们每年也能发出300多张PADI潜水员证。”曾鹏希望，有越来越多的人爱上潜水，那么海洋生态就有越来越多的人去守护。

海南四大潜水地 不可错过

■ 本报记者 赵优

海南发展潜水自然条件得天独厚，也是中国最早开发潜水旅游的地区。海南有哪些不可错过的潜水胜地呢？

分界洲岛

在这里，游客可以下潜到海底观赏到堪比人间花园的活体珊瑚礁群、神秘的海底沉船、“海底村庄”遗址、“七福神”古神像、珊瑚人工保育平台、飞机残骸和多彩的海洋生物等，也可以下潜到岛屿东面海蚀崖下观赏水下的奇特海蚀岩洞地貌。

蜈支洲岛

蜈支洲岛四周海域清澈透明，海水能见度6米—27米，上岛后在岸边稍作停留，你就会发现什么叫海水清澈见底，海底有着保护完好的珊瑚礁，是世界上为数不多的没有礁石或者鹅卵石混杂的海岛。

亚龙湾“海底世界”

在三亚的潜水点之中，亚龙湾“海底世界”是开发最早的潜水基地之一，目前仍然是中外游客青睐的地方。沙粒洁白细软，海水清澈晶莹，海底世界资源丰富，有珊瑚礁、各种热带鱼、名贵贝类等。

西岛

西岛又名玳瑁岛，由于其远离城市，海水污染少，岛上风景秀丽，空气清新。相比蜈支洲岛的高端大气上档次，西岛更像个小家碧玉，有秀美的山体、迷人的珊瑚礁，也有清澈的海水、婆婆的椰林和松软的海滩，水上项目齐全，价格相对便宜。

考个潜水证，当个潜水客！

■ 本报记者 赵优

在分界洲岛、蜈支洲岛等地，游客进行的大都是体验式潜水，水深控制在12米以内。而20米以下深度的海底，景色会更加美丽，所以为了更自由地潜水、看到更多的美景，考个潜水证是个不错的选择。

简单来说，潜水证就像驾驶执照，有了这个执照后你就可以进行各种不同程度的潜水运动，在世界各地的潜店你只有出示潜水证，潜店才会租装备给你，允许你加入由该店潜水长带队

的下潜运动。

就像驾驶执照分A、B、C照一样，潜水证也分不同的等级。PADI是世界上最大最成功的潜水组织，由PADI颁发的潜水证书几乎世界上任何一个潜水地和潜店都认可。以PADI为例，潜水从入门级的OW（OPEN WATER DIVER，开放水域潜水员课程），到进阶级AOW（ADVANCED OPEN WATER DIVER，进阶开放水域潜水员课程），到潜水长、潜水教练，甚至技术潜水、洞潜、沉船、冰潜专长……对于潜水玩家来

说，只需考到AOW，再加一个高氧证书，就足够拿到世界上大部分潜点的“门票”了。

在海南，分界洲岛和蜈支洲岛等地都与PADI有合作，游客可报名参加PADI-OW、PADI-AOW和PADI-RD（休闲潜水员）培训认证，所颁发的证书全球通用。

▶ 游客在三亚蜈支洲岛旅游区附近海域潜水。
本报记者 武威 摄



潜水资费小贴士

- 游客体验潜水 290元/人次到680元/人次
- 专业潜水考证
OW课程 3200元(3天)
AOW课程 2500元(3天)
- 救援、教练考证
紧急第一反应课程、救援潜水员课程 3800元(2天)
DM潜水长课程 6500元(7天)
OWSI潜水教练 12900元(15天)(仅供参考)