47458

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 登山 來源 民生報 日期 760709 版面 十版



中級登山安全研習會學員組隊登七星山。（本報記者　黃德雄攝）

青年自強活動

學急救　認植物　看方位

七星山演練學技能

【本報訊】從陽明山苗圃循步道往夢幻湖，登上七星山東峰，縱走主峰經小油坑下山，是典型的郊山健行，昨天參加暑期青年自強活動中級登山安全研習會的七十四名學員，也走此路線登七星山，沿途並學習了不少實用的登山技能。

昨天是研習會第一次到野外實地練習，早晨六時登山隊伍從苗圃登山口上山，還沒走到夢幻湖，教練邵定國就在樹林內演出一個隊員失溫休克的狀況，要其他隊員協助處理，經過一番手忙腳亂，灌熱飲、摩擦、加溫後，總算恢復體力，繼續上路。

到達夢幻湖邊，由陽明山國家公園管理處義務解說員簡碧鳳和萬惠願講解當地生態環境。

由於參加研習會的學員都是各大專院校登山社的幹部，從夢幻湖登上七星山東峰的路程，僅費卅分鐘就抵達。再過廿分鐘，就輕鬆的登上標高一千一百廿公尺的七星山主峰，由呂隆貴講師教導方位判定和地圖判讀的實用方法。兩天前在室內課堂憑空想像不出來的狀況，到了現地一對照，山稜、山谷都明確可辨，學習效果特佳。

下山途中教練邵定國要學員李幸芸假扮腳踝扭傷，讓隊友演練急救處置程序，沒有想到包紮後走不多遠，李幸芸就真的扭傷了腳踝，不幸的是隊友還一直認為她裝扮得很像真的。經教練確認後，才由隊友協助，慢慢的拐下山。