

橫越大海 超越自我

經驗不足無阻挑戰自我！全憑李嘉誠基金會的支持、
世界級的教練及精良的裝備，20位學生無畏無懼，
成功征服浩瀚的汪洋。





划越大海的必要條件：雄心壯志和充足訓練，兩者缺一不可。



毅意志、專業技術、不屈不撓，最終成就壯舉。

2015年初，一群海上歷險新秀撐起船槳，接受訓練，準備展開一項艱鉅任務——沿着南中國海岸，由汕頭划艇到香港。這20位汕頭大學（汕大）學生划着海洋賽艇，無懼大海的風浪，繞過巨型商船，終於在今年（2017年）2月19日抵達紅磡黃埔海濱。即使筋疲力竭，隊員臉上無不掛着引以自豪的笑容。

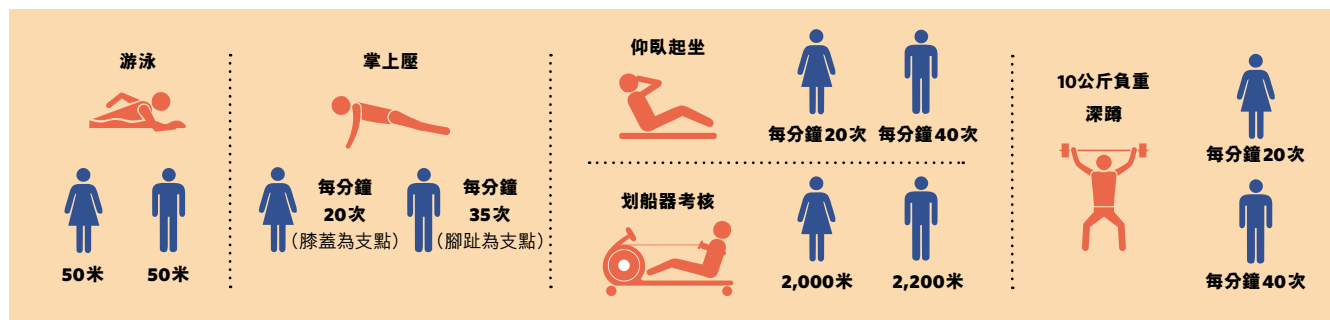
從無知無懼到明智剛強

入選海洋划艇隊前，20位學生在划艇、航海或海上求生方面全無經驗。能夠從逾260名參加者中脫穎而出，他們在選拔時展現出無比的鬥志與耐力。就是那一腔熱誠，開啟了海洋划艇訓練的大門，他們由零開始，逐步掌握划艇、定位等海洋划艇的專門技術。

這個戶外拓展項目始於2015年，海洋賽艇專家Charlie Pitcher獲汕頭大學邀請出任教練，自始他兩年間多次往來中國，親自督導整個甄選和訓練過程。

入選海洋划艇隊前，20位學生在划艇、航海或海上求生方面全無經驗。

高強度體能要求





划艇訓練固然重要，求生及航海技能也不可少。

海洋划艇所需技巧



精於游泳



熟習划艇技巧



辨認航行方向



具備航海知識



懂急救



分析水流氣象

Pitcher是單人划艇橫渡大西洋的世界紀錄保持者（35天零33分鐘），其賽艇製造及教練團隊均舉世知名。為了增強與學生的溝通，Pitcher特別與其得意門生——去年夏季以20歲之齡成為划艇橫渡大西洋的最年輕女艇手Molly Brown同行。

參加的學生要接受嚴格的體能與心理鍛鍊，包括在海上求生的各種技能，例如游泳、划艇、定位、航海、急救與氣候觀測等。此外，他們還需學習在海上生活的其他技巧，例如煮食時如何避免燒毀賽艇、在艇上更衣時不要弄濕身體以保持體溫，以及妥善處理生理需要確保賽艇整潔衛生。

第一次訓練中國學生，由零開始的訓練涉及更多工作，但Pitcher樂在其中：「訓練中國學生絕對是一次獨特的愉快經驗，他們尊師重道，對教練絕對信任。看到他們從零開始到完成壯舉，讓我感到很欣慰。」

汪洋中的兩條船

汕頭大學海洋划艇計劃共有兩艘賽艇，分成男子組與女子組。這個安排讓更多學生能夠參與，同時有助在艇上的狹小空間中保持謙和禮讓。兩艘賽艇在指揮艇保護下前進，透過對講機聯絡。雖然指揮艇只在咫尺以內，但一旦遇上事故，這已是遙不可及的距離！划手要時刻戒備，途中可能會有人墮海或遇上巨浪。訓練時也須辨別與遠離商船航線，以免在無情的大海與巨型貨櫃船相撞。

兩艘賽艇的名字也各有涵義——男子艇以希伯來文漢娜（Hannah）命名，是恩典與富饒的意思，象徵汕大與以色列理工學院的友好合作。女子艇則以茉莉花（Jasmine）為名，蘊含中國色彩，代表素潔、濃郁、傲骨與久遠，正是這次海上遠征必需的特質，也反映了汕大的精神。

在海洋划艇整個征途上，學生連續八天留在艇上，每四小時輪流休息與當值划艇。為了這次遠征特別設計的兩艘R45海洋艇日後將長期供汕頭大學使用。

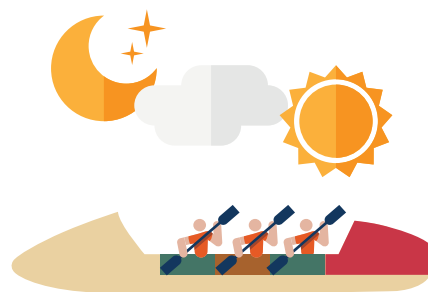
這次海上旅程離不開暈船，「邊吐邊划」也在學生的訓練範圍之內。最差的狀態是划手完全拿不起船槳，要由其他隊員接力代勞。隊員王毓慧同學憶述：「途中我所有隊友在風浪中都感到不適，於是我便連續划了八小時，最後都能撐過去，因為我知道隊友都在背後支持我。我相信這次經驗將有助我們再跨進一大步，闖出新領域。」

茫茫大海雖然常起風浪，但也有寧謐的時刻。負責下半部分航程的漢娜隊成員徐宇軒憶述：「白天烈日當空，我們划得特別辛苦。不過，晚上星光燦爛，真的令人目眩，我從沒見過這麼多星星。」

跨越大海的啟示

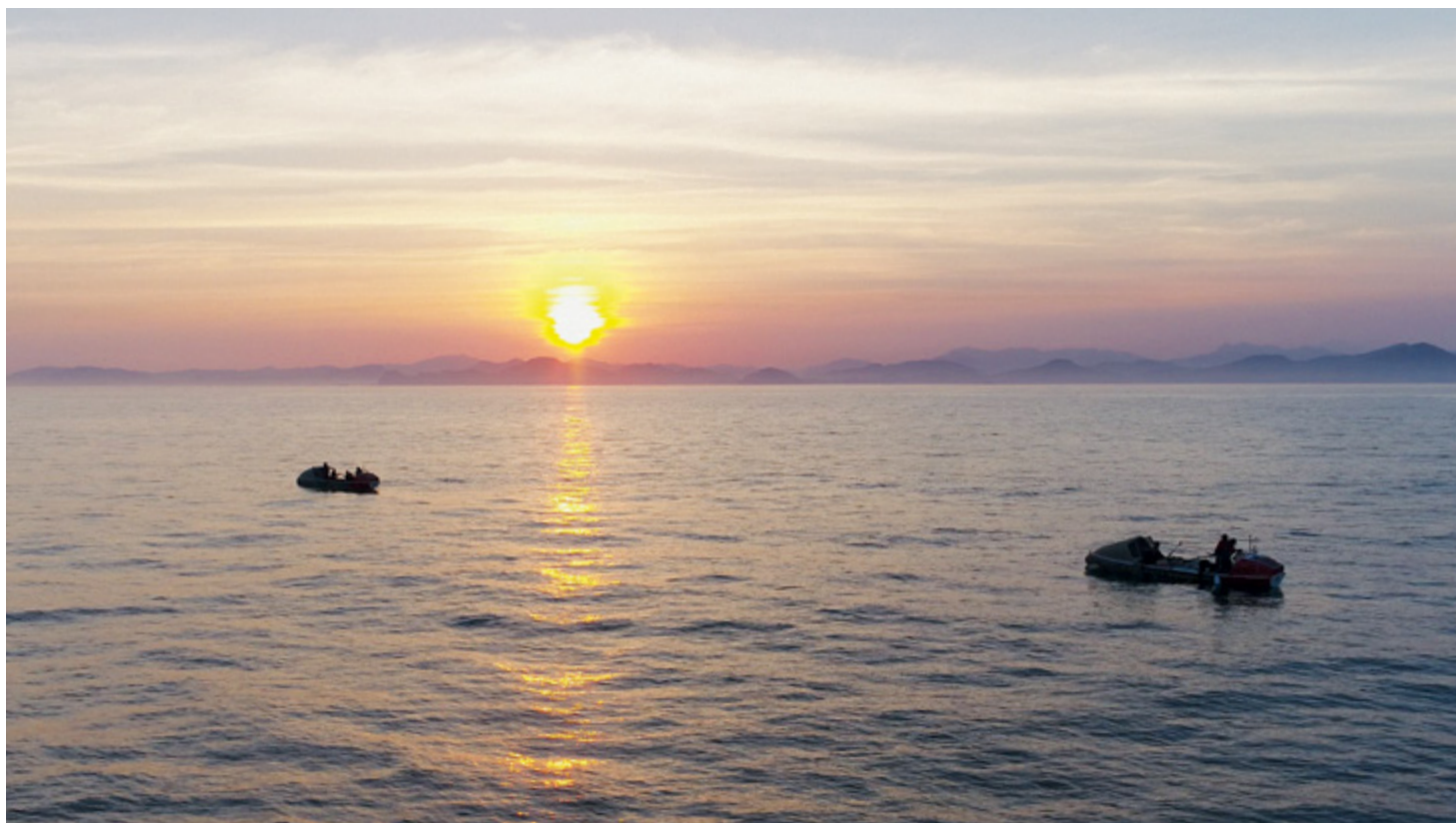
基金會全力支持海洋划艇項目，李嘉誠先生更一直通過衛星追蹤着學生的航程。是次壯舉也勾起了部分香港人的回憶——在40至60年代，不少人都經歷過類似的路程，逃難到香港落地生根，李先生是其中一人。他11歲便隨家人從潮汕來港，經過1,000多公里路程才能抵埗。

當年很多人都是不得已才會離鄉別井，但是次海洋划艇項目對這群年輕人來說卻是一項超越自我的新挑戰。李先生慷慨資助這項計劃，誠如他一直以來對汕頭大學的支持，長遠目標是要為世界帶來創新變革。他說：「今日時代已改變，改革開放鼓勵觀念的改變，年輕人要有創新變革的勇氣和態度，擁抱未來！萬變的社會中，支持教育改革是不變的信念，為國家培養有人格心力、有執行能力的棟樑，是我對汕大，以及即將招生的廣東以色列理工學院的最大期望。」



「白天烈日當空，我們划得特別辛苦。不過，晚上星光燦爛，真的令人目眩，我從沒見過這麼多星星。」

漢娜隊成員徐宇軒



汗水與熱血交織過後，伴隨著斜陽的餘暉，熱暖心窩。



李嘉誠先生全力支持海洋划艇計劃，一直通過衛星追蹤着學生的航程。

香港的一些年輕人也同樣興奮。香港中文大學（中大）划艇隊特別前來歡迎遠道而來的海上群英。原來中大划艇隊今年較早前曾與汕大的划艇選手進行友誼賽，他們十分欣賞這群划艇新手的毅力與堅持。事實上，汕大並沒有划艇隊，這群「初哥」更是第一次作賽。中大代表趙德穎與隊員和舊生一起，分享往來香港與澳門的海洋划艇經驗，他們很高興汕大的隊伍能安全抵達香港。

教練Pitcher認為這是一次難得的經驗。儘管汕頭至香港的旅程已經結束，但最少四位學生——黎曉冰、陳鈺麗、梁敏甜和孟亞潔——會將挑戰自我的旅途延續下去。李嘉誠基金會將資助四位女子隊划手接受新一輪訓練，希望她們能成為Molly Brown的接班人。她們將橫渡北大西洋，目標是在50天內划5,000公里。□

「年輕人要有創新變革的勇氣和態度，擁抱未來！萬變的社會中，支持教育改革是我不變的信念，為國家培養有人格心力、有執行能力的棟樑。」



李嘉誠先生

李先生親迎汕大海洋划艇隊成員，祝賀他們完成由汕頭划艇至香港的壯舉。