

# 中國香港 獨木舟總會



獨木舟在香港歷史悠久。香港開埠初年是漁港，獨木舟是市民賴以出入的交通工具。幾經物換星移，獨木舟後來蛻變為一般運動。1958至60年期間，教育署的教師培訓課程更把獨木舟納入其中，成為師範學院的學科之一。為推動獨木舟運動的發展，一群獨木舟同道於1973年成立香港獨木舟協會。該協會於1974年加入了國際獨木舟聯盟，並於1975年改組為香港獨木舟總會，即現時中國香港獨木舟總會的前身。

時至今日，中國香港獨木舟總會下轄逾40個屬會，有近萬名會員，當中包括1,033名註冊教練。總會在康文署的資助下，恆常舉辦各類獨木舟比賽，包括短途競速、馬拉松、海洋獨木舟、直立板和獨木舟水球等項目，並派隊代表香港參加國際賽事。

## 一舟一槳 穿梭香港

獨木舟運動近年深受歡迎，箇中不無原因。獨木舟運動的裝備相對簡單，只需獨木舟和槳。參加者掌握基本技巧後，就可一試身手，享受泛舟之樂。與其他運動相比，獨木舟的特點在於無需特定場地，但其技術要求甚高。獨木舟雖不依賴風力，卻極受潮汐、水流和天氣等因素左右。此等因素變幻莫測，即使是同一條路線，每次所遇挑戰均不盡相同。這不但能磨煉運動員的意志，亦有助提升技術水平。就香港水域而言，對獨木舟運動並無太大限制，大部分水域均可划獨木舟，但有若干水域屬限制區域，例如海事禁區或城門河，事前必須申請許可證方可進入。獨木舟運動的好處是，可細賞僻處一隅的獨特景點，例如處於鹹淡水交界的紅樹林和地質公園的海蝕洞。這些地方通常難以經陸路到達，惟泛舟水上，就可一探山海奧秘。

## 全面推廣 安全至上

中國香港獨木舟總會一直致力提供訓練和教育，確保參加者具備所需技能和知識，故開設多樣性的課程，對象包括初學者和專業運動員。此外，總會亦舉辦教練培訓課程，以培養更多合資格的教練，推動獨木舟運動的整體發展。近年，總會把工作重點放在推廣學校室內獨木舟划艇機計劃，希望藉此宣傳獨木舟競賽運動，讓更多青少年了解這項運動，並吸引其參與其中。鑑於過去十年曾有水上意外事故涉及獨木舟運動，總會致力推廣獨木舟運動之餘，亦極重視宣揚安全意識。總會邀得方力申及麥長青等演藝界人士參與拍攝多部推廣獨木舟安全的網上影片，提醒參加者安全至上。



## 颱風襲港 渡過難關

總會全力推廣獨木舟運動，卻絕非一帆風順，更可謂難關重重。猶記得2018年超強颱風山竹襲港，沙田石門訓練中心受災嚴重，當中近七成設施、器材及建築物毀壞。所幸者，承蒙康文署和沙田民政事務處鼎力支持，獲撥特別基金紓困，以盡快修葺設施，購置新器材，從而在推動獨木舟運動的發展上得以再盡棉力。

中國香港獨木舟總會素來致力提供訓練課程；舉辦比賽和教育活動；派隊參戰海外比賽，藉此推動獨木舟運動的發展，提升香港人對獨木舟運動的興趣。總會多年來耕耘不輟，既為市民提供了接觸獨木舟運動的機會，亦讓香江的體育文化更添姿彩。

