

دليل الغطس



ةيلآ ةمجرت

© backpackandsnorkel.com

Contents

1. انغمس! مغامرة الغطس الخاصة بك في انتظارك	3
2.1 إخلاء المسؤولية	5
2.2 حقوق الطبع والنشر	6
3. معدات الغطس	7
3.1 معدات الغطس الأساسية: الأقنعة وأدوات الغطس	7
3.1.1 الغطس 101: فهم تصميم الغطس	8
3.1.2 اختيار قناع الغطس المثالي: بعض النصائح الأساسية	9
3.1.3 قناع الغطس لكامل الوجه للغطس	10
3.2 الزعانف: عزز مغامرة الغطس لديك	12
3.3 تغلب على الحرق: أفضل واقيات الطفح الجلدي لمغامرات الغطس	14
3.4 حارس سلامة الغطس الخاص بك: عوامة السباحة	15
3.5 الغطس بثقة: دور سترات النجاة	16
3.6 النقاط السحر تحت الماء: اختيار كاميرا الغطس المناسبة	17
3.7 للغطس: صافرة السلامة الأساسية SOS	20
4. استعد، استعد، انبوب التنفس! دليلك خطوة بخطوة	21
5. الغطس بمسؤولية: أفضل الممارسات لمغامرة آمنة ومستدامة	22
5.1 السلامة أولاً	22
5.2 السير بخفة: حماية الشعاب المرجانية	22
5.3 العناية بالكاميرا: قم بحماية عدستك	23
5.4 حافظ على مسافة بينك - راقب، لا تلمس	23
5.5 اترك الفقاعات فقط - أعجب، لا تزعج	23
6. الملاحظات الختامية	24

1. انغمس! مغامرة الغطس الخاصة بك في انتظارك

Backpack: الغطس هو طريقتي المفضلة لقضاء يوم على الشاطئ واستكشاف العالم تحت الماء. ومن هنا اسم موقعنا and Snorkel!

إن مشاهدة الأسماك الملونة النابضة بالحياة وهي تسبح عبر الشعاب المرجانية الرائعة هو أمر سحري خالص! سأعلمك في هذا الدليل ما تحتاج إلى معرفته للبدء في مغامرات الغطس الخاصة بك.



كل ما تحتاجه هو مهارات السباحة الأساسية، وسأعطي الباقي! سوف نتعمق في المعدات الأساسية، وسوف نشارككم بعض Backpack and Snorkel التقنيات البسيطة لجعل تجربة الغطس الأولى الخاصة بكم لا تُنسى. لذا، احصل على الخاص بك، ودعنا نستعد للاستكشاف!

[موقع إلكتروني](#) Backpack and Snorkel يرجى أيضًا التحقق من وجهات الغطس المثيرة حول العالم وأدلة السفر على

إخلاء المسؤولية 2.1

في هذا الدليل، نبذل قصارى جهدنا لتزويدك بالمعلومات الأكثر دقة. ومع ذلك، بمرور الوقت، تخضع الأسعار والأوقات المسؤولية عن تجارب packageandsnorkel.com وحتى عوامل الجذب للتغيير. ولذلك، لا يمكننا أن نتحمل أنا و المستخدمين أثناء السفر. أقترح عليك بشدة أن تكتب أو تتصل بالمعالم السياحية التي تخطط لزيارتها للتأكد عليها عندما تضع خطط سفرك.

يرجى أيضًا أن تظل متيقظًا وأن تكون على دراية بما يحيط بك وأن تراقب متعلقاتك. يمكن للنشالين والمجرمين الآخرين أن يفسدوا حتى أفضل العطلات المخطط لها بسهولة.

2.2 حقوق الطبع والنشر

جميع الحقوق محفوظة. 'Rudy at Backpack and Snorkel' حقوق الطبع والنشر لهذا الموقع ومحتواه مملوكة لـ يحظر أي إعادة توزيع أو إعادة إنتاج لجزء أو كل المحتويات بأي شكل من الأشكال. لا يجوز بيع محتوى هذا الموقع (بما لا يجوز لك، إلا بموجب إذن كتابي صريح منا، توزيع المحتوى أو استغلاله تجاريًا. ولا 'Rudy at Backpack and Snorkel'. لا يجوز لك نقلها أو تخزينها على أي موقع ويب آخر أو أي شكل آخر من أشكال نظام الاسترجاع الإلكتروني.

3. معدات الغطس

في هذه الفقرة، أشاركك ما هي المعدات التي تحتاجها للغطس، وغيرها من المعدات التي قد ترغب في التفكير في شرائها.

معدات الغطس الأساسية 3.1: الأقنعة والغطس

غالبًا ما تجد الغطس أقنعة مباعين معًا، وفي بعض الأحيان يتم دمجها مع عائف. الإعداد الكلاسيكي عبارة عن قناع يلائم عينيك وأنفك، مع أنبوب تنفس منفصل تتنفس من خلاله ويتم ربطه بالقناع.

للمبتدئين والأطفال، قد تری أقنعة الوجه الكامل. تغطي هذه الأغطية وجهك بالكامل وتحتوي على أنبوب تنفس مدمج في الأعلى. على الرغم من أنها مريحة، إلا أننا لا نوصي بارتداء أقنعة الوجه الكامل في الوقت الحالي بسبب مخاوف محتملة تتعلق بالسلامة.



الغطس 101: فهم تصميم الغطس 3.1.1

الغطس في جوهرة هو مجرد أنبوب يتيح لك التنفس بينما يكون وجهك تحت الماء. لكن هذا التصميم الأبسط له عيب كبير يمكن لمياه البحر أن تدخل بسهولة إلى النهاية المفتوحة إذا قمت بإمالة رأسك، أو الغوص، أو الوقوع في موجة. يمكن أن يؤدي ذلك إلى السعال والاختناق وإفساد تجربة الغطس.

، هذا هو المكان الذي تأتي فيه أدوات الغطس المتقدمة! تتميز بصمام ذكي في الأعلى. يعمل هذا الصمام كحارس للبوابة حيث يغلق أنبوب التنفس عندما يحاول الماء الدخول ويفتح بسلاسة عندما تكون فوق الماء أو أثناء الزفير.

ومع ذلك، ليست كل أنواع الغطس متساوية. قد تحتوي بعض النماذج الملائمة للميزانية على صمامات لا تغلق بشكل صحيح، مما يسمح بتسرب المياه. لتجنب خيبة الأمل، من المفيد الاستثمار في أنبوب تنفس عالي الجودة وإجراء الأبحاث قبل الشراء. يمكن أن تكون قراءة التقييمات من السباحين الآخرين طريقة رائعة للعثور على خيار موثوق.



اختيار قناع الغطس المثالي: بعض النصائح الأساسية 3.1.2

القناع الغطس الجيد هو نافذتك تحت الماء إلى العالم، لذا فإن اختيار القناع المناسب أمر بالغ الأهمية فيما يلي أشياء مهمة يجب البحث عنها:

- ملائمة محكمة: يجب أن تكون تنورة القناع (وهو الجزء الناعم الذي يغلق على وجهك) مرنة وتشكل ختمًا مانعًا للماء. لاختبار ذلك، ضع القناع، واضغط العدسات على وجهك لطرد الهواء الزائد، وحاول الشهيق من خلال أنفك. إذا لم تتمكن من ذلك، فقد وجدت فائزًا! إذا كانت لديك لحية، فقد تحتاج إلى القليل من المساعدة من الفازلين لضمان إغلاق جيد.
- سهولة تنظيف الأنف: ابحث عن قناع به جيب للأنف. يتيح لك هذا الزفير بسهولة من خلال أنفك لإزالة أي ماء قد يتسرب إليه. لا مزيد من نفخ قناعك مثل البالون!
- وجهات نظر مفتوحة على مصراعيها: أنا شخصياً أفضل الأفتحة الشفافة تمامًا. وهذا يسمح بدخول الحد الأقصى من الضوء ويمنحك مجال رؤية أوسع، حتى تتمكن من اكتشاف كل الأحداث تحت الماء.



3.1.3 قناع الغطس لكامل الوجه للغطس

على مدى السنوات الأخيرة، أصبحت أقنعة الغطس ذات الوجه الكامل ذات شعبية كبيرة للمبتدئين. أنها توفر بعض المزايا وبعض العيوب مقارنة بالأقنعة والغطس التقليدية.



أقنعة الغطس لكامل الوجه: الضجيج مقابل الواقع

لقد انتشرت أقنعة الغطس ذات الوجه الكامل بشكل كبير، مما يعد بتجربة أكثر طبيعية ومريحة تحت الماء. لكن هل هم كل ما اتم تصدعهم ليكونوا عليه؟ دعونا الغوص في

جاذبية أقنعة الوجه الكامل:

- مناظر بانورامية: تخيل أنك تتنفس بشكل طبيعي من خلال أنفك وفمك بينما تستمتع بمجال رؤية أوسع من أي وقت مضى! هذا هو الوعد بأقنعة الوجه الكامل.
- لا مزيد من العدسات الضبابية: تتميز العديد من الطرز بطبقات مضادة للضباب، وهي ميزة كبيرة مقارنة بالأقنعة التقليدية التي غالباً ما تسبب الضباب.
- راحة مدمجة: تم دمج الغطس في القناع، مما يلغي الحاجة إلى معدات منفصلة.

لكن مهلاً، هناك مشكلة:

- مخاوف تتعلق بالسلامة: وردت تقارير عن حوادث خطيرة، بما في ذلك الوفيات، مرتبطة بأقنعة الوجه الكاملة ويشتهر بعض الخبراء في أن مستويات ثاني أكسيد الكربون المرتفعة بشكل خطير يمكن أن تتراكم داخل القناع، مما يشكل خطراً على السباحين. وإلى أن يتم فهم هذه المشكلة ومعالجتها بشكل كامل، فإننا نحث على توخي الحذر - تأكد من قراءة إرشادات وتوصيات الشركة المصنعة وفهمها وتطبيقها.
- مشاكل التسرب: مساحة الختم الأكبر تجعل هذه الأقنعة أكثر عرضة للتسربات. وعندما يدخل الماء، يكون تنظيفه أصعب بكثير مقارنة بالقناع التقليدي.
- علامة السعر: تأتي أقنعة الوجه بالكامل بسعر أعلى من الأقنعة التقليدية والغطس.
- الضخامة: تشغل أقنعة الوجه بالكامل مساحة أكبر في أمتعتك.

:الحكم

في حين توفر أقنعة الوجه الكامل بعض الميزات المثيرة، فإن مخاطر السلامة المحتملة والعيوب العملية تجعلنا نتوقف. في الوقت الحالي، نوصي بالالتزام بالأقنعة وأجهزة الغطس التقليدية المجربة والحقيقية.



:السباحة بالزعانف 101

قبل الغوص، خذ بعض الوقت لتتعلم تقنيات الزعانف المناسبة. هناك الكثير من مقاطع الفيديو المفيدة عبر الإنترنت والتي يمكن أن تعلمك كيفية السباحة بكفاءة وراحة باستخدام الزعانف. هذا أمر مهم، لأنه بدون التقنية المناسبة، سوف ترهق نفسك بسرعة.



3.4 حارس سلامة الغطس الخاص بك: عوامة السباحة

غالبًا ما سنشارك المياه مع القوارب وراكبي الأمواج، وقد يكون ذلك محفوفًا بالمخاطر. وهذا هو السبب في أن عوامة السباحة ذات الألوان الزاهية تعتبر من ملحقات الغطس التي لا بد من اقتنائها. فهي لا تجعلك مرئيًا لمستخدمي المياه الآخرين: فحسب، بل إنها توفر أيضًا فوائد السلامة المهمة.

- جاهز للإنقاذ: إذا علقت في تيار أو شعرت بالإرهاق، تصبح العوامة بمثابة شريان حياة، مما يوفر نقطة طفو آمنة لإبقاء رأسك فوق الماء.
- مساحة تخزين قيمة: تحتوي العديد من العوامات على جيوب مناسبة لتخزين أغراضك الأساسية مثل المفاتيح والهاتف وحتى الوجبات الخفيفة الصغيرة.
- راحة البال لأحبائك: تعمل العوامة كعلامة مرئية، مما يسمح لأولئك الموجودين على الشاطئ برؤيتك بسهولة في الماء.

نادرًا ما أضرب الماء بدون عوامة السباحة. إنه راحة البال واستثمار قيم في السلامة.



1. The first step is to identify the problem or question that needs to be answered. This involves understanding the context and the specific requirements of the task.

2. The second step is to gather relevant information and resources. This may involve research, consultation with experts, or reviewing existing data.

3. The third step is to develop a plan or strategy to address the problem. This involves breaking down the problem into smaller, manageable parts and determining the best approach to solve each part.



1. The first part of the document is a title page.

2. The second part of the document is a table of contents.

3. The third part of the document is a list of references.

4. The fourth part of the document is a list of figures.

5. The fifth part of the document is a list of tables.



6. The sixth part of the document is a list of appendices.

7. The seventh part of the document is a list of footnotes.

5. الغطس بمسؤولية: أفضل الممارسات لمغامرة آمنة ومستدامة

5.1 السلامة أولاً!

- تعرف قبل أن تذهب: ابحث عن مكان الغطس الخاص بك مسبقاً. تحدث إلى السكان المحليين، وتحقق من وجود علامات التحذير، وابحث عبر الإنترنت عن معلومات حول المخاطر المحتملة مثل التيارات الساحقة والأمواج القوية.
- بقاء التيار الممزق: إذا وقع في تيار ممزق، فلا داعي للذعر! اسبح بموازاة الشاطئ حتى تخرج من التيار، ثم اسبح!
- عائداً إلى بر الأمان. عوامة السباحة وسترة النجاة يمكن أن تكونا منقذتين للحياة.
- سلامة أسماك القرش: في حين أن لقاءات أسماك القرش نادرة، يجب أن تضع في اعتبارك الأنواع الموجودة في المنطقة. قد يساعد ارتداء واقي من الطفح الجلدي ذو الألوان الزاهية في ردع بعض أسماك القرش.
- الأصدقاء يصل! لا تغطس بمفردك أبداً. يمكن لأحد الأصدقاء مساعدتك في حالة الطوارئ. يمكن أن تساعدك عوامة السباحة وصافرة الأمان أيضاً في الإشارة لطلب المساعدة.

5.2 إتحرك بخفة: احم الشعاب المرجانية

يقوم العديد من السباحين بإتلاف الشعاب المرجانية الحساسة التي يزورونها عن غير قصد أو بإهمال.

- البقاء أفقياً: اقض معظم وقتك تحت الماء مع جعل جسمك أفقياً، وتجنب ملازمة قاع البحر. ولسوء الحظ، فإن معظم المبتدئين يكون رؤوسهم فوق الماء ويقفون على قاع البحر أو بعض الصخور أو الشعاب المرجانية لفترة أطول بكثير من مراقبة الشعاب المرجانية والأسماك تحت الماء. لا تكن واحداً منهم! انتبه إلى أن بعض أسماك الشفنين والأسماك الصخرية لها أشواك أو زعانف حادة وتحب أن تدفن نفسها في الرمال. إذا دهست أحدهم عن طريق الخطأ، فقد يشعر بالتهديد ويدافع عن نفسه، مما يتسبب في إصابة مؤلمة أو حتى الموت.
- تجنب الإزعاج غير الضروري: لا تطفو على السطح إلا عند الضرورة: للدخول إلى الماء أو الخروج منه، أو لتوجيه نفسك، أو لتنظيف الماء من قناعك أو أنبوب التنفس، أو في حالة الطوارئ.
- احترم الشعاب المرجانية: لا تمشي أبداً على الشعاب المرجانية، حتى الميتة منها. المشي على الشعاب المرجانية يمكن أن يسبب ضرراً كبيراً ويضر بالحياة البحرية.



6. الملاحظات الختامية

حول رودي من حقيبة الظهر والغطس

لقد ولدت في ألمانيا وهاجرت إلى الولايات المتحدة في عام 2003. أنا وزوجتي زوجان متعددتا الجنسيات حقًا: أنا بخلفيتي الألمانية وهي بتراتها الصيني. كلانا يعيش في الولايات المتحدة الأمريكية.

للأسف، العمل في الولايات المتحدة يعني أن لدينا أيام إجازة أقل بكثير مقارنة بالدول الأخرى مثل على سبيل المثال. ألمانيا وبالتالي لا يمكننا السفر كثيرًا.

من خلال الكثير من التجارب والخطأ، وجدنا أسلوبنا المثالي للسفر والإجازات. إن تحقيق لحظات لا تُنسى من خلال التركيز على الوجهات المهمة، وتخطيط الوقت للقاء السكان المحليين، وبالطبع للاسترخاء، هي أولوياتنا.

لقد تعلمنا أيضًا تقدير الأطعمة المحلية ومحاولة تناول أكبر عدد ممكن من الأطباق المحلية. من أجل المتعة فقط، نحاول تناول الطعام في مطعم صيني واحد في كل بلد نزره. إنه لأمر مدهش للغاية مدى اختلاف الطعام الصيني في جميع أنحاء الكوكب.



قد تلتقط 10000 صورة أثناء إجازتك، وتنتقل من مكان جذب إلى آخر، ولكن ما ستذكره في قلبك هو كيف كنت تلتقط لحظات لا تُنسى.

أو فكر في جزيرة موخيريس، وهي جزيرة صغيرة خارج كاتكون بالمكسيك. على السطح، من المفترض أن يكون شاطئ بلايا نورتي هو أجمل شاطئ في المكسيك، وهو دائماً مزدحم والقوارب التي ترسو هناك تعزف موسيقى صاخبة تحت السطح، تتميز جزيرة موخيريس بأنها مريحة للغاية ويمكن المشي فيها بسهولة، كما أنها تضم سكاناً محليين ودودين وطعاماً مكسيكياً أصيلاً جيداً ومأكولات عالمية جيدة، وغالباً ما تكون أسعارها معقولة جداً.



احزم حقيبة ظهرك وأداة الغطس ودعنا نذهب

لقد تطور أسلوب السفر لدينا على مر السنين. نقوم بتعبئة الأمتعة الخفيفة هذه الأيام عندما نسافر ولا نحتاج عادةً إلا إلى حقيبة ظهر صغيرة لكل شخص - [راجع](#) [عضو السفر](#) [مرشد](#).

باستخدام هذا الدليل، أريد أن أقدم لك قيمة وأساعدك في التخطيط لعطلاتك المريحة بهدف تحقيق لحظات لا تُنسى

.الرجاء الاتصال بي إذا كان لديك أي أسئلة أو تعليقات.