

攀樹運動的歷史與發展

◎國立體育大學休閒產業經營學系講師艾格探險技術總監・張星雯 (rikulau@gmail.com)

「什麼！攀樹還要學喔？我小時候就在樹上爬來爬去了，學這是浪費錢！」

當我們提到攀樹時，許多在田野環境中成長的朋友們總是這樣的回應著，然而攀樹真的不用學嗎？或是學了攀樹之後，有比較安全嗎？就讓這篇文章來細細向你說清楚。

攀樹運動在世界的潮流中可分為休閒攀樹與工作攀樹兩種類別，其中台灣休閒攀樹以國際攀樹組織(Tree Climbing International; 簡稱 TCI)為主，其約於2003年前後引進台灣；而工作攀樹系統在台灣發展則較慢，一直到最近



攀樹運動除了可以是一般攀樹體驗之外，也可以攀登巨大高聳的樹，同時也可以應用於樹冠層調查。(張星雯 攝)

2012年前後才引進國際樹藝學會(International Society of Arboriculture; 簡稱ISA)的相關技術。

雖然TCI與ISA看似兩者並無關聯，但實際上兩系統具有緊密地連結性，TCI的創始人Peter除了是ISA攀樹師之外，也是位喜歡位登山的戶外愛好者。他將ISA攀樹技術改良成一樣安全，且適合一般社會大眾學習且運用的TCI，並且推廣給社會大眾，成為休閒攀樹的主流系統。TCI技術系統相對於ISA系統有著更大的優勢便於推廣給一般休閒民眾，如：繩索系統的精簡化、裝備種類的精簡化與入門器材的經濟化。也因為上述之優勢，讓TCI得以從美國向全球推廣，如台灣、日本、澳門、法國、智利、丹麥、澳洲與加拿大等。

無論是何種攀樹系統的引進，其實台灣在這之前已經有攀樹者，開始從事休閒攀樹運動或攀樹工作，然而藉由TCI的引進台灣，休閒攀樹運動能系統化的教學與認證，讓台灣的攀樹運動更加安全與全面。即使攀樹運動自美國正式引進台灣超過10年，但礙於教學單位稀少、裝備不易取得且昂貴等因素影響，在推廣上有如蝸步般緩慢。本文以休閒攀樹系統為主，希望在經過這篇文章的介紹後，使您對於攀樹運動有更深入了解，並且引導你進入樹冠層的世界。

On-Rope 攀樹安不安全

現在的攀樹運動與小時候的徒手攀樹最大的差異是，有了繩索系統的保護，除了可以爬更高之外，相對上也比徒手攀樹還要來的安全很多。主要利用特定繩結、繩索系統與



近期攀樹運動最夯的活動之一樹冠層露營(張星雯 攝)

安全裝備、來確保攀登時的安全，並且在樹上進行上攀、下攀、樹冠層露營與系統轉換等。這與我們時常說的爬樹有很大的差異，一般的爬樹是指徒手不靠任何器材來爬樹，當然相對的其風險程度較高，萬一失手墜落沒有繩索系統進行保護，容易造成傷亡。

在休閒攀樹的領域中，主要為使用繩結的摩擦力來進行攀登，因此所使用的裝備相對於工作攀樹而言，是既精簡又經濟，同時也比較輕量化。基本裝備有安全頭盔、攀樹吊帶、有鎖鉤環、攀樹繩(攀樹專用的低延展性繩)、牽引繩、沙包、繩袋、手套與樹枝保護套等。另外，也因應不同的攀樹環境與高度，尚有進階的攀樹裝備，如：攀登輔助器、下降器、滑輪與彈弓等。另外在於技術

方面則是需要繩結、攀登技巧、轉換技術。

攀樹運動與攀岩運動相同透過繩結、繩索系統與安全裝備，挑戰垂直地心引力，當然也因為不同的運動情境，其相關技術皆有所不同。不過攀樹運動卻能夠更親近我們身邊的自然環境，從半空中體驗與平地不同的視覺感受，以及觀察樹冠層的生態系統，感受大樹上所蘊含蓬勃的生命力，這也是攀樹活動最令人驚豔之處。

攀樹活動的目的

一、學術調查

如果說到極點，你應該知道是南極與北極，但若是提到第三極呢？是在哪裡呢？



攀樹運動是種老少閑宜不分年齡層與形式的戶外運動(張星雯 攝)

那就是樹冠層。在現今的生態研究中，樹冠層的研究資料與南北極一樣的稀少，所以被稱為第三極，是個未被詳細調查了解的生態系，也是目前生態學家急欲了解的生態。想調查樹冠層生態，當然也需要安全的繩索系統保護研究人員的安全，因此攀樹技術也可以應用在生態調查中。

二、攀樹體驗

在攀樹運動中，最容易親進與普及的就是攀樹體驗，攀樹體驗是上攀與下降的基礎

運動。在攀樹體驗的活動中，除了學習基礎的上攀與下降，也可以藉由攀爬的高度不同而轉換視野觀察大地享受自然。

三、樹冠層露營

在體驗過攀樹的樂趣之後，一般的上攀與下降已經滿足不了你，你也在想，那接下來還有推薦的相關攀樹活動嗎？在美國的攀樹活動中，有另一種新鮮的方式，就是樹冠層露營。它讓攀樹的樂趣不再只是上攀到樹冠層而已，樹冠層露營是利用一種稱為樹船

的攀樹專用吊床，在夜間攀登到樹冠層露營過夜。想要體驗樹冠層露營的人，沒有太特殊的限制，不過在高空使用吊床過夜，就是一種自我的成長挑戰了。

樹冠層露營除了需克服高度的恐懼之外，也可以在空安靜的聆聽大地夜晚的聲音。另外一種樂趣為清晨起床時，從除了從空中與大地說早安之外，在有鳥類聚集的地區，也會有意外的嬌客在樹床旁向你說早安。

Off Rope攀樹小語

筆者第一次接觸攀樹，是因前雇主在美國學習TCI攀樹系統後，帶著員工們進行攀樹體驗，而後筆者也在2008年前往波特蘭進行攀樹訓練。自此之後，便迷上了在樹冠層停留與休息放空的感覺。

攀樹時，離開地表逐漸的向上攀登，進入有著第三極稱謂的樹冠層。視覺的從水平轉換成鳥瞰的視野；聽覺從人聲鼎沸的吵雜聲音中，逐漸的進入了風的吹拂與樹葉摩擦的婆婆聲中。這樣的感官變化，也逐漸的讓



除了在半空中挑戰高度外，參加攀樹活動的人也可以在地面上享受與荒野的互動(張星雯 攝)

心靈抽離現實，跨坐在樹上隨著風與自然一同的律動，就如同心靈的醫生，用著不同的療癒力量，解除工作辛苦的疲憊。

當然，也經常有人問起“攀樹好玩嗎？攀樹不就是爬樹，幹嘛用的這麼複雜。”嚴格來說，對於一個經常從事繩索相關工作或運動的人來說，攀樹的系統其實不難，而樹是一種無聲的生命體，它也會受傷，它也會斷裂，所以不代表簡單的可以忽視相關訓練。因此在面對簡單與困難的議題下，筆者覺得更重要的是，攀樹時的安全議題。

LNT for Tree Climbing攀樹運動的低生態衝擊

在進行攀樹推廣活動時，經常受到大眾的關心“這樣會傷害樹，這活動不好！”或是受到相關管理單位的關切，禁止從事攀樹活動。但，試著這樣想，攀樹運動是以樹為主體的活動，在維護社群安全與樹木成長的前提下，有誰會比攀樹者是更加的注意樹的健康與降低衝擊呢？事實上一位合格的TCI攀樹引導導員進行攀樹時，需要根據TCI所制定的程序來進行評估與運作，並非盲目的選擇樹種與場地就進行攀樹。然而在攀樹運動逐漸成長的今日，筆者以Leave No Trace的觀點，建議了在從事攀樹運動時應該注意的事項。

1. 事先充分的規劃與準備

攀樹運動看似簡單，但其隱藏著很多的風險因子，稍不留意容易造成事故。因此在攀樹前，審慎評估與排除，切勿自行依樣畫葫蘆摸索起來，並且帶領朋友從攀樹，因此開始攀樹前需要：

- 了解即將前往攀樹地區/地點的相關規定。
- 適當的自然生態知識。
- 適當的攀樹技術訓練。
- 適當的攀爬裝備。

2. 合宜的攀樹習慣—(在可承受地點行走宿營)

即使休閒攀樹者是很小心翼翼保護樹，但攀登過後，多少會對於樹有影響。因此，建立合宜攀樹習慣對於。

- 若進入荒野地區攀樹，避免踩踏出步道。
- 攀樹系統架設時，應避免過度的架設在相同一個樹枝。
- 避免同一株樹過度攀登，建議週期性選擇不同的樹進行攀登。

3. 適當處理垃圾與維護環境

當我們進入荒野環境從事攀樹戶外活動時，除了注意樹本身的健康與攀登安全之外，也要注意週遭環境的保護與降低衝擊，因此建議在攀樹後需要維護生態環境。

- 無論從事何種攀樹活動，避免將垃圾與廢棄物置留於樹上。
- 離開攀樹地點時帶走垃圾。

4. 保留樹的原始風貌—(保持環境原有的風貌)

樹是活的生命體，即使它無法用相同的語言告訴我們，樹會用其獨特的樹勢與視覺語言，告訴我們關於它的故事，因此維持樹本身的樹勢與風貌的維持也讓每位攀樹

者都能細細觀察與了解樹的故事。

- 架設繩索系統或相關器材時，應使用保護設備。
- 除安全考量之外，應避免移除樹枝。
- 避免摘取樹上之附生植物。
- 避免在樹上刻字或釘立標示。

5. 降低用火對樹的衝擊—(降低用火對環境的衝擊)

荒野地區的生態環境相對於城市的環境是敏感的，若在荒野地區攀樹應降低火對環境的衝擊。

- 避免在荒野地區使用火。
- 避免在樹冠層使用火。

6. 尊重樹冠層生態系—(尊重野生動植物)

樹冠層在現今的生態研究中，被稱為第三極，也就是一個未被詳細調查了解的生態系，因此無論從事生態調查或是攀樹運動，需要一起維護樹冠層生態繫。

- 在荒野攀樹時，應盡量避免影響附生植物與踢落樹枝上累積的腐植層。
- 避免攀爬有動物巢穴的樹。

7. 考量其他使用者

無論國內或國外在推廣攀樹運動時，經常遇見的困擾是與地主以及其他戶外活動愛好者的相互影響，因此，建議與當地社群保持友好的正面關係。

- 尊重土地擁有者/管理者。
- 與土地擁有者/管理者保持良好關係。
- 降低對其他使用者的影響，如：從事露營、健行、慢跑與散步者。♻️