

## 超馬悍將林義傑 來校演講齊健走

學校要聞

【記者林世君淡水校園報導】為落實一人一運動，鼓勵全校教職員生持續規律運動，體育室配合教學卓越計畫，於上月29日（週四）下午4時25分舉辦「輕鬆健走、樂活校園」活動，邀請超級馬拉松冠軍選手林義傑擔任健走嘉賓，全校近千位師生參與此項活動，蘭陽校園亦同步進行。林義傑說：「很開心可以跟大家一起健走，一個提倡健走的校園，代表有活力！」

超馬英雄林義傑除擔任健走嘉賓之外，並於當日下午在體育館7樓舉行巡迴講座「2008探索世界夢想無限」，現場座無虛席。

平常總是衣著端莊的校長張家宜，當日換上輕便的運動服，帶領全校師生健走，她表示：「在校園健走是一項很好的運動，希望大家能更重視運動。」在體育室講師蔡忻林活力十足的熱身操帶動後，由張校長、林義傑等人開走，由體育館出發，經過科學館、驚聲銅像廣場、活動中心、五虎崗球場、商管大樓，再回到體育館，路程約1.8公里，蘭陽校園則從建邦國際會議廳出發自宜江橋結束，全程約3公里。體育室主任謝幸珠表示，安全性高的健走活動，讓大家感受一起運動的熱鬧氣氛，並達到運動的功效。

活動中，不乏已退休教授參與，前校長林雲山、前外語學院院長紀秋郎皆共同參與。資訊中心專員彭國仁拄著拐杖全程參與，精神令人敬佩，他說：「能流流汗覺得很舒服。」參與學生西語三侯見歡表示，現代人常缺乏運動，學校能舉辦此活動很好。最後以摸彩作結，獎項包括頭獎iPod、無線滑鼠、隨身碟等大獎，抽到特獎iPod的中文三林嘉芬笑說：「本來只是純粹想運動，能抽到大獎很意外。」

2010/09/27

「輕鬆健走 樂活校園」活動，以日行萬步健康永駐為主軸，活動首先由校長張家宜、超馬英雄林義傑熱身運動之後，共同帶領近千位教職員工生進行校園健走活動。（圖馮文星攝）

