



德明科大舉辦「樂在騎中」單車活動



圖：戶外單車騎乘



圖：團體大合照

德明財經科技大學學輔中心資源教室於11月27日辦理「樂在騎中」單車體驗活動，邀請單車教練馬浩懷指導，期望藉由動態活動的參與，建立及培養特教生運動習慣。此次活動原訂上學期舉辦，後因疫情三級警戒影響而取消，因此本學期報名相當踴躍，許多同學對於久違的戶外活動感到相當期待。活動當天安排於捷運淡水站集合，但因天公不作美，當天淡水天氣下雨路面溼滑，師生討論後決定先逛淡水老街，待天氣好轉後再決定是否騎自行車。

搭乘渡輪至八里後，幸運地天氣好轉、雨暫時間歇，決定按照原計畫租借自行車騎車。在租賃站選好各自的單車後，同學們無不興奮地試騎起來，正式上路前教練先行指導同學們騎乘自行車的安全知識及騎乘禮儀再出發騎乘。此次騎乘路線縮短為八里至十三行博物館來回(約7公里)。出發後由教練帶頭，同學依序跟上，轉彎時順勢跟著教練比出手勢提醒後方同學，由於地面還有些濕滑，同學紛紛小心翼翼，並適時提醒彼此保持距離，在到達十三行博物館後，由老師帶領大家拍攝團體合照，再騎乘回原租賃站歸還單車，來回騎乘約1小時左右結束。雖然因天氣縮短了騎乘的時間及里程，但也在涼爽的天氣及歡笑聲中完成本次活動。

活動結束後，同學們對此次活動反應熱烈，在疫情後有機會藉由單車運動釋放壓力、調劑身心，並欣賞淡水八里風景，也對單車的認識有更進一步的了解，雖然因下雨縮短了此次活動的行程，但許多同學皆表示能和老師、同學們一同出遊感到開心，也希望未來能再帶家人來騎自行車。此次活動增進同儕間互動的機會，期待未來再辦理戶外活動邀請同學們參與，增加與同學間的回憶。



聯絡人：學務處學生輔導中心楊慧真主任，聯絡電話：(02) 2658-5801ext:2230