

## 近60名教職員健步走 大家直呼好享瘦

學校要聞

【記者張莘慈淡水校園報導】「嘿咻！嘿咻！」近60名教職員工在上週四走遍校園大大小小的角落，為難得放晴的天氣更增添活力。這是女教職員聯誼會舉辦13週的校園健走活動之首週開跋，每週四中午12時20分健走，讓全體同仁不僅享受走春之樂，也一起輕鬆享「瘦」！

體育長蕭淑芬及體育老師陳文和先介紹使用計步器的小撇步後，便帶領參與教職員繞行校園四周，除達到每日一萬步的目標，更能欣賞校園中人氣滿分的櫻花，途中順道進入新改建與搬遷完畢的教育館參觀。健走同仁在行進間直呼「好享受」、「這種天氣走起來好舒服」！蕭淑芬指出，上回參加的同仁都有口頭反映，健走後不僅心情愉悅，工作時更得心應手，而此次增加的校外健走活動，會以克難坡等校園週邊步道為首要目標來挑戰。蕭淑芬提到：「因前次活動有同仁以補做的方式來登記健走數據，為提倡大家一起來運動的宗旨，所以此次改為現場登記。」更解釋，健走時都有體育老師指導，較為安全。

