

著直排輪沙崙路跑

學生新聞

【記者曾千榕報導】住在淡水的你，都是如何去沙崙的呢？騎摩托車？太老套了。騎自行車？那先得在淡水借到自行車喔。走路？不敢領教。本月十八日（週日），溜冰社舉辦了「98'沙崙路跑」活動，每位同學可是踩著溜冰鞋，帥氣的往沙崙滑行而去呢！

溜冰社的路跑活動，已有十幾年的歷史，主要宗旨除了聯絡社員之間的感情外，更希望藉此提倡溜冰運動。今年，他們分成四隊，以接龍的方式從淡水渡船頭出發，沿著中正路以及路跑的開放路線，經過紅毛城、忠烈祠，最後到達目的地——沙崙海水浴場，而在接近終點站的淡海路上開放了「非接龍式路跑」，也就是各溜各的路，讓已是經驗豐富的「老鳥」們，在寬闊的路上盡情奔馳，也訓練新的社員的膽量和技術，讓每個人都能享受以直排輪跑的刺激快感。只可惜，仍有糊塗的社員，穿著花式輪鞋來參加活動，無法充份體會直排輪溜馬路時，所具備的優良避震效果。

沿途，有幹部組成的「交安人員」指揮交通，還安排了幾個定點休息，準備了白開水，讓社員們隨時補充水份。活動內容不單單只有溜冰而已，還在沙崙海水浴場，進行烤肉、沙灘排球、團康遊戲等活動，最後並頒給每個參與活動的社員「結業證書」，讓整個行程顯得更加充實、活潑。

有些人在這次的行程中，摔了好幾次。大傳系一年級的張毓純同學表示，這是她第一次參加這樣的活動，一天的行程下來，雖然沒摔著，但肩膀和腰部都很酸，而且還在團康活動時被丟下海，她爽朗的笑著說：「好累喔，可是很

好玩。」活潑的林孟萱同學，甚至認為這樣內容設計，有實趣極了，一點都不會覺得累，呢也。有同學的說：「一對李瑞峰也溜冰一直說：「沒什麼啦，只要大家能高興就好！」。

擁有的國家級教練身分的校友魏明毅，目前的並擔任溜冰社的路教練，當天他秀出他多場替大家所，活潑的魏教練，他表示，平跑的行體能訓練，而腳踝是最容易受傷的部位，加強腰力及下盤穩定度，而腳踝就是高，容在面的對緊急狀況時反應也會較快，而多練習，「膽大心細」是學習溜冰的不二法門。

溜冰社社長李瑞峰表示，溜冰結合了舞蹈動作，是一項力與美的藝術表現，希望學校能重視這項運動。他表示，每核每次跑公文的申請時間內，溜冰場與學校練習，卻被警衛是或不是學校要求，在申請的場上燈，令他們覺得懊惱，他希這樣的要求還是以配合學校管制為前提。

本月底，溜冰社將參加台北中正盃及全國中正盃的比賽，已經在許多比賽中，得過不少優秀成績的溜冰社員們，希望能有好的成績表現。

