社團介紹——內家武學社

學生新聞

內家武學社創社至今，已經30餘年，現由易宗內家武學研究會總教練張永良指導。內家武學為中國傳統武術，強調內勁而非外強，以柔克剛，著重心性修養。社員可學習三套拳法，包括由靜生動的形意拳、剛柔並濟的太極拳、變幻莫測的八卦掌。並能使用龍形劍、周侗棍，鐵扇三種兵器。

內家武學社社長中文三鍾佳璇表示，原本就對武術有興趣，所以大一就加入內家武學社習武，她說：「學武術可以強健體魄喔！」且學武可以不斷追尋更高的境界層級，還能修身養性，對身心都有幫助。

內家武學社的社課時間為每週二、五，晚上6時30分至9時在宮燈教室H112。對內家武術有興趣的同學可於社課時間到教室詢問報名。（文□陳思蓓、攝影□黃士航）