

女聯會很特別的體育課:健走今年最後一堂

學校要聞

【記者李又如淡水校園報導】星期二，你健走了嗎？女教職員聯誼會舉辦的校園健走活動，將在本週結束，原定週二的最後一週活動日將延至22日（週四）舉行，當天校長張家宜、女聯會理事長高熏芳將到場致詞，張校長也會頒發全勤獎，給熱心參與的教職員。女聯會副理事長兼體育長蕭淑芬表示，「這是一堂很特別的體育課！」

參與活動的教職員也在上週測量了體脂肪等指數，與第一次活動測量值比較，總務處編纂王桂枝表示，「體脂肪指數下降了，體重也有下降！上班變得更有活力，每天都期待禮拜二的到來！」蕭淑芬也提到，每週二看到穿著粉紅、紫色運動服的同仁，一起熱身、一起健走、互相激勵，「真的很開心，很有成就感！」平時因為上課場地限制，在健走的時候也會走到平常校園內不會走到的地方，在美景之下與一群人一起運動，「看到大家開心的表情，覺得一切都值得！」蕭淑芬還說，未來會盡力規劃更多動態的活動，供女教職員參與。幾乎全勤的教務處專員黃祖楨表示，其實上班族幾乎沒什麼時間運動，這是個規律運動的好機會！

2011/12/19