

## 11/7 校慶大會 百萬健走暖身

學校要聞

【記者蔡晉宇、王子承淡水校園報導】65週年校慶將屆，25日行政副校長胡宜仁主持工作籌備會議並協調各單位負責事項，訂11月7日為校友返校日並舉行慶祝大會、5日舉辦校慶運動會，至於園遊會是否復辦，將視學生會選舉結果決定；另有「藝輝守謙」展覽，自11月2日起開展。

由體育處舉辦的「百萬大健走」活動，22日中午在海豚吉祥物里程碑前舉行開幕式，持續的健走活動將為66週年校慶暖身。校長張家宜致詞時表示，「自2006年紹謨紀念體育館落成後，就開始鼓勵同仁運動，以『一人一運動』理念，讓不擅長運動的同仁，也可以用走路方式健身。體育處這次還幫同仁們準備運動手環，紀錄每日的步數與手機結合，可以鼓勵自己更能隨時運動。」張校長祝福大家都能夠成為「百萬健走達人」。

參與活動的一、二級主管和秘書將會帶上運動手環，記錄這一整學期共走了幾步，建立走路的Line群組、朋友圈，用競賽、排行榜的方式鼓勵多走路多運動，開幕式中，就已看到用手機app互相較勁或彼此鼓勵的場面。

體育長蕭淑芬表示：「本活動鼓勵大家能運動，希望每位參與者能在105年1月11日前達到百萬步，換算成每週至少要超過五萬步。只要成功達標者將在歲末聯歡時正式頒發百萬健走達人獎項，歡迎踴躍參與。」

