

劍道社寒訓 密集練習鍛鍊毅力

學生大代誌

【記者彭云佳淡水校園報導】以毅力戰勝寒冷吧！劍道社2月14至20日在淡江劍道館舉辦寒假訓練，計有20名社員參與。集訓時間為每日早上9時至晚上9時30分，內容包括體力與肌力訓練、基本動作打擊和腳步練習、喊聲練習、比賽技巧及招式、一千下跳躍擺振等，透過高強度鍛鍊來提升肌耐力、意志力，以及擊劍技術，讓社員們在各方面都能有所成長。

社長、水環三許景翔分享：「這次集訓遇上寒流來襲，每天又要進行長時間的訓練，對於大家的身心靈都是一項挑戰。」因國內疫情趨緩，寒訓活動得以順利進行，籌備過程中感謝體育事務處的協助，讓練習時間能密集且不中斷，大大提高訓練效果，也謝謝抽空返校參與學弟妹集訓的劍友們。

許景翔表示，集訓後會安排社辦及劍道館大掃除，將置放捕鼠工具，保護社團財產不受破壞，並且規劃新學期的「臺清淡交流」、「禾雀盃」，讓新生藉由交流賽提升劍道實力，期末也會延續劍道社的傳統，舉辦「劍友返校—畢業生趕出賽」送舊活動。

