

【社團大聲公】跑酷社

學生大代誌

本學年新成立的體育性社團「跑酷社」，致力於推廣跑酷（Parkour）運動，希望讓對跑酷感到好奇或充滿熱情的同學，在繁忙學習之餘，能找到一群志同道合的夥伴，無論是否具備運動基礎，都能安心接觸跑酷文化，一起訓練、玩樂與冒險，享受自由移動的樂趣，逐步學習技巧並培養自信心。

跑酷是一項強調身體控制與環境互動的運動，透過跳躍、翻越與流暢移動，探索空間與自我極限。社團平時安排基礎動作訓練、體能強化與安全觀念教學，從最基本的落地技巧開始，循序漸進帶領社員認識跑酷精神。社員們不僅在訓練中提升身體能力，也透過彼此鼓勵建立深厚情誼，讓社團成為課堂之外的重要支持系統。

跑酷社社長、土木三王羿程強調，跑酷並非危險或炫技的運動，而是一種認識自我、突破心理框架的生活態度。「每一次跨越障礙，其實都是跨越內心的限制。」未來跑酷社也將規劃舉辦公開體驗活動與校內交流，讓更多人認識跑酷文化，感受自由移動的魅力。誠摯邀請對跑酷有興趣、想嘗試不同運動形式，或單純想認識新朋友的同學加入，一起在校園中翻越界線，發現不一樣的自己。（文／徐芷儀）

