

女聯會端午活動舞起來 迎佳節吃粽不肉重

即時

【記者陳宇暄淡水校園報導】淡江大學女教職員聯誼會6月15日中午12時，在紹謨紀念體育館SG246舞蹈室舉辦「端午動起來，吃肉粽不肉重」活動，邀請參與者穿著綠色、黃色等服裝，呼應端午粽子主題。活動在體育事務處助理教授郭馥滋的帶領下，近50位教職員及會員隨著音樂盡情舞動，現場洋溢歡樂氣氛。

女聯會理事長暨文學院院長紀慧君致詞時表示，此次活動不僅能讓大家一起運動、促進健康，也能藉由節慶氛圍歡度端午佳節，「希望大家好好運動，享受健康」。

活動開始，郭馥滋播放歌曲〈姊姊妹妹站起來〉帶領參與者暖身，協助身體逐漸進入狀況。隨後播放運用AI製作的端午節主題音樂，引導大家隨節奏舞動，並在舞步中融入敲鼓、划龍舟等端午意象動作，同時結合團體土風舞元素，增進彼此互動與交流，使現場氣氛更加熱絡。活動結束後女聯會更發放粽子，為參與者獻上節慶祝福。財務處專案約聘人員翁培元分享，平時工作忙碌，能透過學校活動紓解壓力、放鬆心情，感到十分開心，也很享受與同仁一起運動與交流的時光。



