

標題	競走接力競賽
內文	<p>高二監本月份文康活動為促進收容人身心健康舉辦「競走接力競賽」活動，此次競賽屬於快走運動性質，不需要特殊技巧學習，適合各年齡層收容人參與，其中設計加入托舉杯水接力環節，使得競賽過程中增加趣味性。而活動考驗每位參賽員在快走行進間，既要保持競走速度，又需要穩住手中的水量不要溢出，不僅挑戰自我行走間速度之控制，還需身體的穩定度配合。藉此既能健身又兼具趣味之競賽，展現團體合作精神，也達到身、心、靈獲得舒展目的，提升生活品質與教化成效。</p>



活動剪影 1



活動剪影 2



活動剪影 3



活動剪影 4



活動剪影 5



活動剪影 6