

113 學年度第 2 學期教育部補助推動健康促進計畫

「健康有氧 GO! GO! GO! 」相約爬梯趣 成果

學校名稱	國立勤益科技大學
活動名稱	「健康有氧 GO! GO! GO! 」相約爬梯趣
主辦單位	學務處衛保組
活動日期	114 年 3 月 19 日(星期三)~3 月 28 日(星期五)
活動地點	國秀樓一樓川堂

活動內容說明

1. 本活動為期 2 週，藉由相約爬樓梯活動，形塑健康有氧的運動氛圍，鼓勵學生上課不坐電梯改爬樓梯，期能養成隨時可運動習慣。凡參加本活動之師生如完成規劃之爬樓梯路線，闖關成功者除可達運動健身之效外，亦可參加摸彩活動，預計抽出 20 名幸運兒，每位可獲得 100 元禮券。
2. 本活動參與學生共計 252 人(男 219 人、女生 60 人)完成相約爬樓梯活動。
3. 相關成果及照片如下：

活動照片

