

散打

大雨瓢潑的早晨，或梅雨鋒面，或颱風擦邊。每每早晨的天氣不甚理想時，我們便會留在大團輔室，有教官來教學散打。幾次烏雲下來，我們大致學會了一些基本的拳法、架勢與鞭腿等招式。不論如何，臺北的天不影響我們的學習。



#Come with us

戶外探索課程
包含了騎行、
健行、散打、
跑步、健身

孔廟

每年9月28日孔子誕辰時皆舉行釋奠禮，一場遵循傳統流程，以音樂、舞蹈，並呈獻牲、酒等祭品的祭孔大典，吸引相當多國內外遊客參觀，也讓民眾體驗傳統祭孔典禮之莊嚴氣氛。



社子大橋

0217這是我們額外的體育課，跨上單車迎著風感受野性的釋放，你可以衝在前頭在速度中，拋出所有平日裡無以釋出的張狂，或者緩慢行經沿途的景緻，將內心沉澱。

劍潭山

0310爬不了百岳，小百岳也並非不可。沒有錯，近二十年來體育署為了推廣全民登山運動，持續地在全臺各縣市甄選百來座當地獨具特色與代表性的郊山，這些山岳海拔不高且距市區近，標榜的即是「人人皆可輕易攀登」。



adventure
education