

活動簡訊

113 年度收容人雙人跳繩比賽

為提倡運動風氣與養成良好運動習慣，鍛鍊收容人強健體魄，增進身心健康，本監於 113 年 11 月 19 日舉辦雙人跳繩比賽。本次比賽採雙人競速賽，限時 1 分鐘，以「雙人持繩橫排跳」連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次，共計 25 組共 50 名收容人參賽。

於比賽開始前，由主持人帶領參賽收容人進行暖身操，除了幫助參賽者更好地享受運動的樂趣，還能提高運動表現、避免運動傷害。

開始比賽後，參賽者無不拚盡全力展現平時努力的成果，現場競爭激烈，增添比賽的刺激及樂趣，有的隊伍默契十足，速度快且零失誤，讓所有在場者驚呼連連，有的選手過於緊張，頻頻勾繩，甚至掉握把，但仍然重新振作，彼此鼓勵；不論比賽輸贏，隊友及場邊觀眾總會適時給予鼓勵及支持。最終，由七工以 1 分鐘內成功跳躍 137 次，榮獲冠軍，整場活動在緊張與歡樂的氛圍中圓滿落幕。

