



一開始是抱著好奇的心態進來上這門課，因為我喜歡嘗試各種運動，也從沒試過這個項目，而且非常剛好的是我的床墊又是瑜珈墊所以省去買材料的錢，所以就出現了，在這門課中第一堂非常有趣，因為我從沒見過這麼有趣的各種體位，而且老師也很善良，雖然他很喜歡自嗨，不過挺有趣的。

第二次的課感覺也不賴但第三次第四次...我突然覺得我不太適合這項運動，因為我無法讓自己放鬆，瑜珈最重要的就是要放鬆淨化身心，但我不知道為何我無法，也與我習慣了激烈運動久了，自然而然對這運動 hi 不起來所以就失去意義了，我不排斥，但也不是很愛，唯一讓我維持的動力只有...老師在自嗨我覺得很好笑而已，每次想到這個我就增加了 43% 的動力去上這堂課，也許換了老師我就不會去了，這很複雜我也說不上來，不過說到筋骨，我倒沒什麼感覺變軟或者變得比較厲害，不過我也一點都不渴望那樣，因為那對我來說也毫無意義，我只是覺得要有趣就好，不向有些教授上課可以一直看著天花板講課還講個天花亂墜，我看如果隕石砸下來了他可能還會看著天花板然後隕石毀了天花板來到他眼前他還不跑繼續看著隕石講課然後掛了，我只是要說這種教授真是他媽的無聊到炸掉，我寧願去陪一個 2 歲小孩玩猜字母遊戲也不想聽他媽的在那邊看天花板講課的無趣教授上課，總之....我不後悔我上過這堂體育課。