

自行車領隊實務訓練心得

休閒一乙 4a6b0089 曾格倫

因為我在還沒入學之前沒有深入了解過我們休閒事業管理系，所以我也不知道我們有自行車領隊導遊這門課。我本身就有在玩公路車了，因為我是打乒乓球的，但是我的打法是需要更多的腳步訓練，一直成天跑操場老實說我受不了，所以我就開始騎公路車，騎著騎著越來越有熱情，就被公路車的魅力吸引了。我高三一整年幾乎都在騎車，也參加過一些挑戰賽，像是北高或是挑戰恆春半島等等。

但是上了大學之後我就比較少騎了，因為車如果騎下來宿舍這裡也沒有什麼地方可以放。我覺得很可惜，一直很想騎但是回到嘉義之後又覺得很累，早上也起不來。真的是心有餘而力不足。太久沒騎車了，雖然對公路車還



是有熱忱在的，但是腳力肯定大不如前，全部又要砍掉重練的感覺
我不是很喜歡，所以我的公路車就一直被我擺在家裡，真的很對不
起他。

後來因為這門課，有自己規劃路線自己出去騎的體驗，我覺得
還蠻不錯的，感覺讓我又燃起了公路車魂。在要騎的前天我就坐火
車回嘉義，東西準備一下，著裝後就跟著我的愛駒一起奔下來了。
好久沒有騎了，雖然只有短短的 70 公里，但是我還是力不從心，
騎到很絕望。以前這種距離對我來說就只是郊遊，怎麼那天騎起來
很像在趴天堂路一樣。雖然我有背一個蠻重的包包一定多少有影
響，但是生不出來不要怪鄰居。



當然成績不是很 ok，2 個小時 40 分，我以前都會怪車太爛，但是現在我看我這副德行我認為連我的馬都對我感到失望。希望以後我能挪出更多時間來騎車，不只是想想說說而已。

這次實際在騎車的時候我就覺得因為規劃路線都是在市區，加上參加的人真的不少，所以走走停停的，都沒有感覺真的有運動到，真的蠻可惜的，但是因為我是從嘉義騎下來的，所以我就覺得不管當天有沒有運動到我都已經算是有騎到車了，就不會有那麼大的失落感。自己騎車固然好，但是跟同學一起騎車也有不同的感覺。希望以後還有機會可以這樣大家一起出去騎騎車。