

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類

休育

來源大成報日期89.12.31版面九版

紀世新 迎 接 身健光陽

新出陳推也動運閒休 日二休周應因
展發化及普、化元多朝

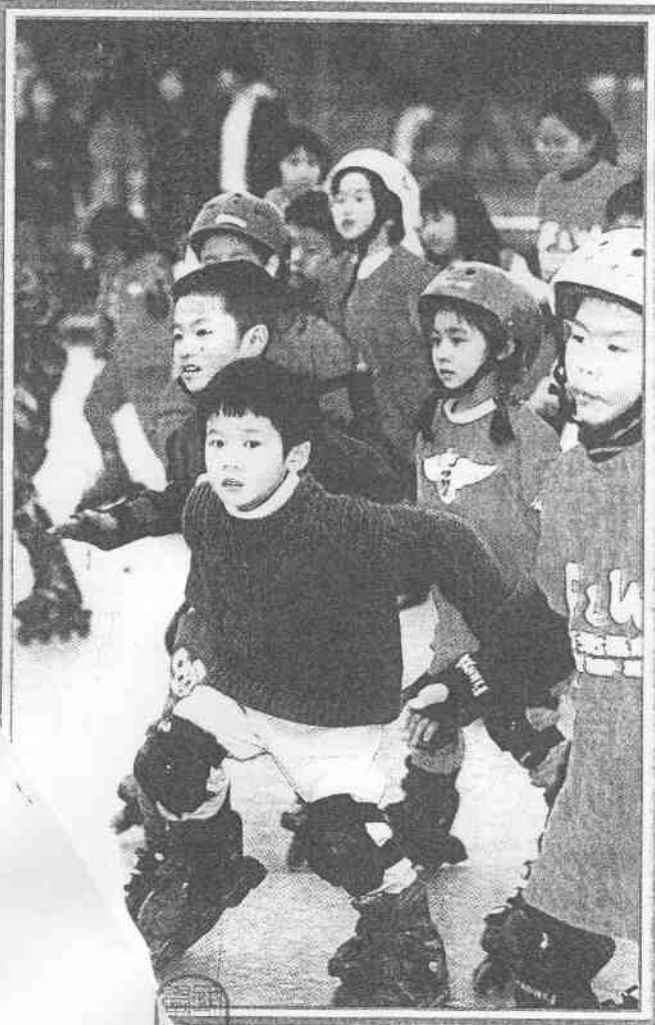
記者 許金禾／專題報導
明天就將進入二十一世紀，週休二日的制度也正式開始，國內的各項休閒運動面對新的趨勢，也紛紛採取更積極的腳步，以更多元化、更專業的角度，規劃未來活動的方向。

為了讓民眾可以有更有效的規劃休閒時間，行政院體委會提出包括陽光計畫、青山計畫、藍天計畫、綠水計畫和民俗技藝等五類共八十項的「陽光健身計畫」活動項目，並由各單項協會負責推動。

自從實施週休二日之後，民眾擁有更多的連續假期，早已使得國內的休閒運動受到更多民眾的重視，除了原有傳統的運動項目外，許多新興的戶外休閒運動，如直排輪、單車、馬術、漆彈、露營車、吉普車、攀岩、溯溪、飛行傘、高空彈跳和許多多的水上運動等，都成為民眾戶外運動與休閒的新選擇。

如今，從週休二日到週休一日，民眾每個星期都有兩天的連續假期，對於戶外休閒運動的安排更有彈性，民眾對於戶外休閒運動目的選擇也更多樣，如何吸引一般民眾對休閒運動產生高度興趣，進而熱情參與活動，已成為各單項休閒運動協會組織面對新世紀來臨和週休一日實施後的重要課題。

雖然各個休閒運動的單項協會各有不同的運作和規劃的方向，但是希望在新的年度與新的世紀來臨，能夠讓民眾有一個全新的休閒運動生活，則是他們一致的看法，也期望民眾可以獲得休閒運動的正確知識、安全教育和活動推廣的資訊，所以未來將針對不同的年齡、興趣、體能和生活等因素，提供更多元的休閒活動。



至於馬術、槌球等運動也愈來愈普及，面對未來休閒生活品質的提升及休閒運動時間的增加，推廣馬術、槌球運動成為全民化，將是相關協會努力的方向。

另外，如越野單車和飛盤運動也是適合全民與親子活動的休閒運動項目，相關協會正努力帶動風潮，讓越野單車和飛盤運動能成為民眾休閒的最佳選擇。

陽光計畫 花樣最多
26項運動都很熱門 漆彈發展最快 馬術、槌球亦漸普及

記者 許金禾／專題報導
在體委會所規劃「陽光健身計畫」的八十項運動中，以「陽光計畫」的二十六項為最多，其中除了直排輪外，其他的運動休閒項目如保齡球、撞球、槌球、飛盤、馬術、越野單車和漆彈遊戲等，也是熱門的活動，新年度、新世紀，各單項協會都積極推展更新穎的計畫。

漆彈運動是近年來發展最快速的一項休閒運動，不但漆彈場業者紛紛展現擴張版圖的全圖心，漆彈運動協會也馬上成立，為國內漆彈運動提供正確的資訊與服務，雖然今年曾發生一連串意外傷害事件，但並不影響漆彈運動的發展，未來將更重視安全與管理，也是新年度來臨，漆彈業者一致的希望。