

柔道

學生活動中心三樓武道館，牆上高掛「柔道」兩字匾額，這裡是一九八八年成立的柔道社。柔道並非單純競技活動，而是以「精力善用」、「自他共榮」為基本理念，透過攻防間的修行，達到鍛鍊及教育身心目的。

胡守青

×

土木系大三

放下緊張感，積極進攻！



看著哥哥在大學參加柔道覺得有趣，讓守青進成大後加入柔道社。談吐相當溫和的他，分享練柔道開心的是「對練時，第一次能夠摔得到人的感覺很棒！」最挫折的事，是基本動作「大外刈」足足練了一整年才練起來。守青談到他之前在比賽時，容易因緊張而自亂腳步，便在每次上場時不斷提醒自己：「積極進攻，不要太緊張！」



柔道

學生活動中心三樓武道館，牆上高掛「柔道」兩字匾額，這裡是一九八八年成立的柔道社。柔道並非單純競技活動，而是以「精力善用」、「自他共榮」為基本理念，透過攻防間的修行，達到鍛鍊及教育身心目的。

蔡佳晉

×

中文系大四

再多撐一秒，我就贏了！

「別人可以，為何我就不行？」佳晉長期以來都有體力不足的問題，國中時曾加入柔道校隊兩個月，但因太累超出身體負荷而退出。來到成大後，她再次加入柔道社，希望能圓夢。為此，佳晉相當重視自我體能的提升，她常鼓勵自己：「再撐一秒，我就贏了！」除了體能，柔道重視禮節的態度，也影響她平時待人處事能更心平氣和。



