

第三十六屆運動一生徵文比賽優選作品

凌晨四點的南臺

您有見過凌晨四點的洛杉磯嗎？這句話耳熟能詳，出自於偉大的籃球巨星“科比·布萊恩”。而您是否見過凌晨四點南臺呢？

為了讓自己更加優秀，持續努力前往夢想的道路上一凌晨四點，在大多大數人都還在睡夢中，又或許是才結束通宵的聚會，正在回家的路上，而此時，對我來說正是一天的開始。

回想過去，參加田徑隊已經邁入第三個年頭，無論是在訓練時、競賽上，所面臨的大小問題無所不有，從這些年下來所累積的汗水及經驗，都是豐碩人生的果實。

距上一屆的全大運，已是半年前的事，賽事因疫情延後，讓自己擁有更充分的時間來準備，因此有了出乎意料的收穫，榮獲個人項目3000公尺障礙賽銅牌。

賽事結束後，又回歸日常生活，但因得獎建立起更堅強的自信心，也在各方面都有所提升，比往常更加投入每天的訓練，以前是百分之百投入，而如今則是百分之兩百的全力以赴。

俗語說，經一事，長一智，同樣的道理運用在競技場上，對我而言則是有更多的發展及進步的空間。經歷每一場賽事後，檢討自己的失敗的原因，找出需要改進的地方，當再次站上比賽場時期待自己更強大。

非常快地一年一度的全大運又即將在一個月後舉行，此時此刻的心情，雖然帶有一絲的緊張、膽怯、害怕…但經歷過千錘百鍊，猶如給自己打了強心劑，告訴自己已經準備就緒，當發槍聲盡情揮灑不負長久以來的努力，為自己、為學校再爭榮耀。

凌晨四點我已換好跑鞋，站上南臺大操場，準備開始今早的練習，我心中明白對手之所以比自己強大，是因為自己仍不夠好，雖然逐漸從萬籟俱寂中甦醒的校園，還是一如往常般美麗，但不同的是自己有了抵擋孤獨的毅力，奮力邁進中不斷與自身對話—因為不夠強所以要多練習，因為不夠好所以要多練習，因為不夠快所以要多練習。

競賽場上，天氣、環境、裁判等外在條件都相同，不一樣的是選手本身具備的能力，經年累月訓練所積蓄的能量即將爆發出來，抵達終點線時將會是一生中難以忘懷的一刻，畢竟無論輸贏你曾經奮力戰鬥過。

這一次也許是最後一次參加全大運，也是最後一次投稿運動一生的徵文比賽了，過去曾投稿三次兩次獲獎，感謝評審老師們的肯定與鼓勵，也透過徵文比賽的書寫，敞開胸懷自我檢視，讓自己更趨成長，最能可貴的是人生歷練的獲得，而得獎其實僅是附加價值而已。

期許自己在即將到來的全大運，突破自我再創佳績！

網通延修 戴嘉賢

恭賀！

本校田徑校隊參加110年全國大專校院田徑公開賽，成績優異刷新大會紀錄

一般男子組 400公尺跨欄	控品一甲 姚博薰	金牌 刷新大會紀錄
一般男子組 4*400公尺接力	碩研電機二甲 王博文 自控三甲 陳世得 碩研企管二甲 李中銘 控品一甲 姚博薰	金牌 刷新大會紀錄
一般男子組 100公尺	控品一甲 姚博薰	銅牌
一般男子組 400公尺	自控三甲 陳世得	銅牌
一般男子組 100公尺	碩研電機二甲 王博文	銅牌
一般男子組 200公尺	碩研電機二甲 王博文	銅牌
一般男子組 400公尺跨欄	碩研企管二甲 李中銘	銅牌
一般女子組 三級跳遠	行流二乙 林雅沛	銅牌
一般男子組 3000公尺障礙	網通延修 戴嘉賢	第四名
一般男子組 400公尺	碩研企管二甲 李中銘	第四名
一般男子組 400公尺	微電四甲 郭敬揚	第五名
一般男子組 800公尺	微電四甲 郭敬揚	第五名
一般男子組 200公尺	自控三甲 陳世得	第六名
一般女子組 跳遠	行流二乙 林雅沛	第七名
一般男子組 1500公尺計時	網通延修 戴嘉賢	第七名
一般女子組 三級跳遠	餐旅二乙 李容瑜	第八名

賀！

第三十六屆「運動一生」徵文比賽得獎名單

優選	二人
網通延修	戴嘉賢
碩研電機三甲	王柏文
佳作	四人
項目教評一甲	吳湘琪
餐旅二乙	李容瑜
行流二甲	黃怡嘉
資管三甲	張凱博

恭賀！

本校男子籃球校隊參加「109學年度UBA大專籃球聯賽」榮獲一般男子組亞軍

賀！

109學年度全校羽球排名賽優勝名單

校職員組獲獎名單
冠軍 陳紅章/羅文財
亞軍 關長順/戴晨德
季軍 傅慧銘/陳冠霖
殿軍 葉人傑/林美孝
學生組獲獎名單
女子組冠軍 財務金融系_林詩怡
女子組亞軍 幼兒保育系_梁瑜偉
女子組季軍 行銷與流通管理系_張沛昀
男子組冠軍 機械工程系_陳昂
男子組亞軍 多媒體與電腦娛樂科學系_李承瑛
男子組季軍 電機工程系_陳冠宇

南臺科技大學「最速男與最速女」優勝名單

男子組
男子組第一名-王柏文 碩研電機二甲
男子組第二名-姚博薰 控品一甲
男子組第三名-楊國志 電子一乙
女子組
女子組第一名-張沛昀 夜行流二甲
女子組第二名-林雅沛 行流二乙
女子組第三名-李容瑜 餐旅二乙

110年度體育獎學金獲選名單

1. 應英三甲/趙柏茵
2. 企管一甲/邱芷琦
3. 企管一乙/邱鈺庭

109學年度 系際盃籃球賽優勝名單

男子組	女子組
冠軍 電機系	冠軍 財金系
亞軍 行流系	亞軍 企管系
季軍 休閒系	
殿軍 電子系	

109學年度第二學期 系際盃排球錦標賽優勝名單

男子組	女子組
第一名 資管系	第一名 工管系
第二名 電子系	第二名 休閒系
第三名 財金系	第三名 企管系
第四名 工管系	第四名 視傳系

