



移地訓練 交大男籃在實踐

2008-03-07 記者 汪承漢 報導



梅竹賽於日前風光落幕，事實上，交大男籃會打出如此精彩的比賽，和2008年的寒訓脫不了關係。交大男籃為了在短時間內進步，於寒假期間前往高雄縣的實踐大學，展開為期兩週移地訓練。



清晨六點在南實踐的機車道衝刺，不但喘的要死，腳也很酸，稱作地獄爬坡道。

媒體歷屆廣告

推薦文章

- [變化自如 幕後的聲音演員](#)
- [那些年 爸爸與芭樂的回憶](#)

- [關余膚色 我想說的事](#)

總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界
陳思寧 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員
張婷芳 / 人物



紮實的防守訓練是今年能和清大周旋的關鍵。



戴著手套練運球，球會變得不好運，但有助於球感的提昇。



重量訓練，聽到計時器「逼」聲響起，每個人便咬著牙開始埋頭苦幹，直到秒針歸零才敢放鬆。



觀看韓國慶熙大學練球也是每天功課之一，他們練球非常操，球員練球非常拼，教練會直接打球員，讓我們受到很大的衝擊。



畢竟是韓國第一的大學隊伍，我們和他們的友誼賽每場都以80分左右的差距落敗，不虧是橫掃了SBL的強悍隊伍。



練球的同時，有時還得跟實踐大學的宋江陣社團搶場地，但是他們有刀有槍，我們只有籃球、跳繩和手套。



沒錯，我們住的是所有男生都「笑想」的女生宿舍。



一天練三次球，還要看韓國隊練球，休息的時間非常的短，乾脆趴在桌上睡，節省上下床的時間，多睡一秒算一秒！



在南實踐生活很無聊，沒有網路，沒有電視，沒有商店，就好像監獄一樣，少數的娛樂是看出發時在交大買的書報雜誌，從第一天看到最後一天，都被翻到爛掉，因為全隊都要看。



一群被關到瘋掉的球員發現本來住宿的女生的抽屜沒鎖，便開始大肆地搜刮，只能說日子真的太無趣了。



為了應付高強度的練球，每天三餐都是吃大量的肉、飯、蛋，高蛋白質、高熱量、高澱粉食物，還有甜到不行的飲料。



中間就是兩個禮拜煮飯給我們吃的阿姨，這兩個禮拜她是14個大男孩的媽。



終於到了結訓當天，對於能夠離開這個「精神時光屋」，大家都顯得歸心似箭，也沒有心情在高雄觀光，只想趕快回家。



離開之前，再看看南實踐大學。雖然在這受苦受難兩個禮拜，但相信會是一輩子美好的回憶。



橙色的季節 唯美「柿」界

新竹九降風吹起陣陣柿香，一片澄黃映入眼簾，那既是辛苦的結晶，也既是甜美的滋味。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們
© 2007-2014 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0