

【SDGs 行動】綠能腳踏車學生組個人賽活動分享

分享者：醫學一陳祈帆

首先，很榮幸能夠在為期將近三個月的綠能自行車挑戰賽中或得到第一名的獎項，對於此次活動而言，我個人有一些想法與心得，想與在座的各位同學以及師長分享！對於這一項透過騎腳踏車發電的活動，我認為這個活動帶給我最大的感觸就是每一度電的產生都是需要花費極大的能量去轉換，因此這樣騎下來，我對於珍惜能源的觀念更加認同，因為能源真的是累積困難，但消耗極快，且不同能量間的轉換效率也都還需要再改善，不然真的會很辛苦。雖然我十分認同此次的活動，但我認為這一項活動的一些資訊都應該要再更加公開透明，畢竟在推廣之餘，這也是一項小比賽，因此對於總排名我個人認為可以公佈，讓大家對於這項活動更有概念，更有積極度！

【SDGs 行動】綠能腳踏車學生組個人賽活動分享

分享者:陳玫汝

很感謝圖書資訊處舉辦綠能腳踏車個人競賽活動，讓學生體驗透過踩腳踏車，一邊運動一邊發電的樂趣。剛開始報名參加的動機是看到館內設置的兩台綠能腳踏車，保持著好奇的心態嘗試看看，並想藉由這個機會督促自己多多運動，不僅能促進自身的健康更能藉由自己的力量發電，為地球盡一份心力。在騎乘的過程中漸漸發現其中的優點，不論是艷陽高照或是風雨交加，設置在室內的綠能腳踏車能打破天氣的限制，讓運動的計畫不受影響，也能藉此避免空氣污染的懸浮微粒影響肺部的健康，而另一項吸引人的優點便是不必飽受汗流浹背的折磨，透過由自己努力產生的電力，可以驅動前方的電風扇轉動，一邊運動的同時也能感受到陣陣的徐風吹拂，希望之後圖資處也能多多舉辦此類活動。

【SDGs 行動】綠能腳踏車學生組個人賽活動分享

分享者:楊智翔

本來是抱著沒事去運動順便拿個獎品念頭就報名腳踏車比賽，然而在這三個月時間裡，不僅改善自身原先運動不足的問題，也在過程中累積良好的運動習慣。我對於綠能腳踏車發電的概念並不是很熟悉。但在剛好看到新聞上所常報導綠能獲淨零探排相關報導的同時，也讓我開始注意綠色能源的重要性。雖然腳踏車發電的發電量不多，但重要的是藉由這項活動讓學生們了解綠能與節能的觀念，這不僅可以為我們的生活提供能源，同時也減少了對環境的負擔。使得自身更加意識到自己在節能和環保方面的責任。

在比賽的過程中，我大多在課堂中間的空堂去圖書館運動。這也給了我在中間休息時間有另一件事情去做，並且還對自身有益。也在長時間的累積下獲得不錯的成績，自己也沒刻意的要去增加自身發電量，最主要的是能夠長時間且穩定的去做同一件事。

很開心獲得了第三名的成績，但這次比賽對我來說是一個重要的學習機會。最後也推薦大家未來可以多參加類似的比賽。

【SDGs 行動】綠能腳踏車學生組個人賽活動分享

分享者: 蔣季儔

一開始是通過 ig 貼文發現這個活動，想藉此培養出我對於健身的熱情，就想試試看。更多虧朋友很好很細心地支持，了解我喜歡運動競賽，但是一直沒有個人的腳踏車比賽。最後又抱持著減重效果不錯的理由，所以這學期的活動一出來就想報名參加！

不過剛開始騎就發現比賽沒有想像的簡單，疲憊的汗水快速被皮膚所吸收，因為要維持一定的速度才能發電，IG 上常看到健身網美曬照，從容不迫的神情，可惜就不能悠閒地踩腳踏車跟吹圖書館冷氣，打從心裡浮現了「人帥真好汗也香！」的讚嘆?!。也還好腳踏車前面有電風扇，模仿了一種發多少電用多少電的理念，所以說騎越快電扇功率越高，百玩不膩，就算每次來騎一兩個小時都覺得時間一下就過完。當然，作為少流一滴汗的娛樂，也有可能是因為前面的手機架，偶爾來圖書館單純來耍廢，讓我跟手機獨處一兩個小時的同時，也完成了發電目標。全球縱使不會在意這微小的節能減碳行動，而我為達標感到自豪勝過愛這地球！

總結來說，覺得這個比賽的好處是：主角「運動習慣」出爐的同時，又能發電為能源盡一份心力，一度想像若家庭用電改成這種用愛發電的方式，很多人肯定會踩到吐血，或許經過這次考驗，我能有耐心坐在發電車上盡心盡力。如果下次還有這種活動，蠻值得參加的！

【SDGs 行動】綠能腳踏車學生組個人賽活動分享

分享者：醫學系 蘇偉俊

原先是在校內 email 得知有綠能腳踏車的活動，考量自己平時會去圖書館讀書，也對在圖書館騎腳踏車這件事情感到很新奇有趣，所以決定參加這個比賽。

與其說是比賽，我更覺得是一個可以排解讀書時苦悶的好活動！有在參加的過程當中發現綠能腳踏車有很多好處，主要可以歸納以下三點：其一，可以透過運動排解讀書時阿雜的心情。其二，器材放置在圖書館，可以不用風吹日曬雨淋，運動環境優良。其三，遇到問題時，圖書館館員都會適時幫忙調整(如座椅高度等)。

雖然今年要畢業了，但是很希望這個綠能腳踏車的活動可以繼續延續下去，除了節電愛地球之外，相信參加的同學們也可以從中擁有更健康且快樂的心靈！也謝謝圖書館館方的支援，讓我在過程中的到很好的體驗！