

真的感謝裕元基金會辦了場運動講堂，讓與撞牆期交往的我得到了充電。

半路殺出來騎車跑步的我也是個運動白痴，這樣也讓我玩了兩年。

因為膝蓋連續 4 個禮拜的拉扯，痛到完全失去信心。還好的是從來沒有萌生放棄的念頭，只能為了“休息是為了跑更遠的路“，適當的休息及核心訓練才是要點呀。

The miracle isn't that I finished. The miracles is that I had the courage to start.我會重拾信心，進階到下個階段與馬場的大家再見面的。

是不是也能像歐陽靖一樣，為了譚大寶跑一場馬開始馬場生活，在聽講座的過程我也想著，為了陪伴他，我也能跑一場馬嗎？那就拿到那條 tiffany 獎牌，證明吧！

從 kittyrun 膝蓋開始發炎的 4 週 10k 測試，除了軟腳仍是軟腳，因為主肌肉群不夠堅強，讓小肌肉群出來逞強的下場。

雖然說，我不鼓勵大家像我這般逞強，但是我真的真的沒有一點的不快樂和孤獨，這過程我得到了堅持和另一種信心，這樣也是一種健康和快樂呀。

也許是因為和大家朝著同個終點跑著，一樣的起跑，一樣的完成了。

人生就像一場馬拉松，只要自己不放棄，會比棄賽的那些人看到更多。

聽完這場講座後，與主管的餐會分享給大家，大家相當欣賞寶成集團已經進階至回饋社會的階段，將好的資源做正能量的適放。Thank you.

