

51.5km 的瘋狂－賈永婕的三鐵美麗人生

閱讀講座心得

1022044 體推職一 巫沛耘

我還是很難相信，也覺得非常的不可思議，一位光鮮亮麗的藝人，且還是三個小孩的媽，如此認真地投入運動，而且還不是普通的慢跑、騎單車、游泳而已，而是挑戰標準的三鐵。這不是每個人都可以這麼有毅力去維持及達成的鐵人運動，甚至是運動員都可能無法承受的起的運動。

曾經，我也想投入運動，即便是簡單的跑步，對我來說只能用真的很辛苦來形容，因為很容易喘，加上長期日夜顛倒，身體早已搞壞，而且周圍沒有同好，走到哪裡都是一個人在運動，到最後失去動力，常用沒時間來當自己不想運動的理由，逐漸放棄。

經由本講座，深深感覺自己不能再用各種理由做為無法運動的藉口。我想，賈永婕小姐的瘋狂，應該也感染到不少人，引發大家開始想運動的想法。就連我都想再努力拚一次，雖然我知道無法成為鐵人，但人生不就是要這樣不斷地一直運動下去。