

北投健行作伙來牽成，拍開行春活動新生活

發佈機關：北投區公所
發佈日期：115年3月21日
聯絡人：陳小姐
電話：2891-2105轉217

臺北市北投區公所舉辦的「115年健行活動」於3月21日在幼華高中熱鬧登場，吸引許多民眾攜家帶眷參加，一同用腳步探索北投之美，度過充滿活力的春日早晨，展現北投蓬勃的朝氣與熱情。

這次首次邀請新住民舞蹈團體「臺灣新動力舞團」帶來開場表演，舞團以熱情奔放、韻味十足的異國舞姿為活動揭開序幕，充分展現新住民多元文化的魅力，精彩的表演更獲得滿堂喝采，同時飽覽異國風情之美。

吳重信區長表示，本次健行活動串聯田心仔綠地與周邊步道，讓民眾一邊邁開步伐，一邊欣賞沿途美景；現代人生活節奏快速，工作與家庭壓力交織，希望透過每年健行活動，鼓勵民眾在忙碌之餘走出戶外，找回生活節奏，為健康奠定穩固基礎，讓運動不只是口號，而是一步一腳印落實於生活之中。

健行是一種簡便又輕鬆的運動，透過規律步伐，可強健心肺、增進體能，也讓民眾有機會放慢腳步，重新感受生活周遭的環境之美。在彼此陪伴與同行之中，留下的不只是行走的足跡，也在相互陪伴中累積珍貴回憶，讓運動成為生活中最自然的風景，也化作記憶中美好時光，為日常寫下溫柔而踏實的一頁。



新住民舞團帶來精彩舞蹈演出，炒熱現場氣氛



民眾走在綠意步道中，展現滿滿朝氣與好心情