



男大生2人組 環島除痠痛

周福全、陳永益學以致用 邊走邊傳播運動防護觀念 當街擺床替人抓龍

謝文瑄／新北報導

致力成為「運動傷害防護師」的2名男大生，日前花11天環島造訪偏鄉中小學、跆拳道館等，傳授運動傷害防護概念，也即興在穹空下的田野鄉間設攤，無償協助無數一面之緣的旅人舒緩筋骨、拔火罐，用雙手感受夢想。

聖約翰科大學生陳永益（左）和周福全（右），日前環島助人舒緩肌肉、宣導運動傷害防護的重要。（謝文瑄攝）

淡水區聖約翰科技大學甫創「休閒運動與健康管理系」，身為第3屆的4年級學生周福全和陳永益，各擁有單車與拔河國手身分，深刻體會「運動保健」重要，主動赴國立體育大學修習「傷害評估學」、「運動治療學」、「運動傷害防護貼紮學」等課程。

但2人認為上課還不夠，在一次機緣下，他們報名「財金智慧協會」舉辦的「向夢想Say Yes」比賽，提出「帶著手法環島GO」計畫，盼邊環島邊運用所學，幫助更多需要幫助的人。

2人上月25日起展開11天環島旅途，特別至新竹秀巒國小、恆春僑勇國小、花蓮國風國中等偏鄉學校，傳遞「運動前後要做伸展操」、「『疼痛』並非訓練必備」等衛教概念，當沿途行經民宿、墾丁大街，甚至巧遇徒步環島反核的旅人，也臨時在街上架設一張床，為他們舒緩筋骨、按摩。

「很多人一開始都認為我們很奇怪，不賣東西也不是街頭藝人，還在馬路邊擺張床...」，陳永益表示，此趟旅程讓他了解各地

的防護民情，也讓他離夢想更近一點。

周福全有感而發地說，他從小由阿公、阿嬤一手帶大，受到許多人幫助與關懷，他也希望幫助一些喜歡運動的孩子，盡量避免受傷，增長運動壽命。

2人環島所使用的貼布、床等器材，多半由診所贊助或以學校名義免費申請而得，一趟環島僅花6萬元，理財及實踐夢想的作法，令他們日前在200餘組中脫穎而出，成為進入決賽的8組之一，預計7月公告總成果。