

追月踩單車享天倫



追月踩單車享天倫



▲參加者齊齊跟住教練，沿住沙田城門河踩單車。



▲郭基輝（右一）鼓勵參加者多進行親子運動，促進家庭和諧及健康嗎。

日日運動身體好，踩單車同跑步都係唔錯嘅選擇㗎！新地嘢日啱沙田搞咗場「新地單車齊同樂」，請咗近一百五十名基層小朋友同家長，齊齊踩單車遊城門河，享受吓天倫之樂嘛！

除咗有得玩，仲有嘢學㗎！新地請咗前香港單車隊成員黃蘊瑤、浸大體育學系副教授雷雄德等，分享吓做運動嘅益處，同講解吓踩單車點有助促進親子溝通咁啦！

新地執董郭基輝仲着住成套單車裝，同啲家庭分享㗎！講開運動，城大校長郭位，早前就齊齊同班校友環繞城大校園跑咗兩公里。郭校長仲借跑步嚟鼓勵「城大人」，話要本着全力以赴嘅精神，跑好人生嘅馬拉松㗎！



▲郭位校長（左一）都幾跑得㗎！