

第一區業務發展委員會

槌球聯誼會邀請您 作伙來打球

槌球聯誼會會長 林新能

繼北中高爾夫球聯誼會及攝影聯誼會和北中南登山聯誼會之後，公會在109年起正式成立槌球聯誼會，讓廣大會員多一項參與戶外活動的選擇，公會也藉由各聯誼會活動的機會拉進與會員的距離，一同為健康而動，有了強健體魄，就會有充足的體力和清晰的頭腦來服務客戶、解決客戶問題，電信公會成員做好品質為台灣通信產業建立良好典範。

放下手邊工作把時間留給自己，帶著家人一起來運動吧！槌球又叫門球（Gate Ball）它是高爾夫球和撞球及象棋特色混合的一種運動，歷史悠久、運動規則很簡單、玩法有

趣、運動有量又不激烈，且只要有一小片空地及一支球具就能玩，堪稱是老少咸宜的一種不會有運動傷害的球類運動。從5歲～100歲都能玩，玩槌球戰略佔60%，另外40%才是個人球技。事實上這種運動首重團體合作，需要縝密的佈局，除了讓自己保持有攻擊機會外，也必須適時做球給同伴去搶分，一次失誤就可能造成對手得分，一桿好球也可能後來居上，能為後續上場隊友開啟得分之鑰。需佈局才能攸關勝敗，絕對比任何球類競賽要來得刺激與有趣，因此每位選手的角色不只是打好球而已，也要聽從教練的盤算指揮共同來打出一場好球，所以其實它也是一種益智遊戲。



槌球運動的目標是讓所有愛好者。能過著更健康更快樂的人生。槌球運動並不是以比賽勝負為目的，而是注重人與人之間的溝通、協調，和諧的互助精神，讓我們一起鍛鍊體能運用智慧快樂打球，共享幸福建康、長壽的果實。

槌球場地是20×15公尺見方草坪地，比賽方式為兩隊各有5位隊員上場，先攻者使用單數紅球後攻者使用雙數白球，一共10顆每位球員皆有專屬號碼球和球衣，打擊順序照1～10號輪流按球賽規則進行打擊，比賽採計分制滿分為25分一場，時間為30分鐘，時間終了以高分者獲勝，若比數相同時則以PK大戰決勝負，這是比賽中最緊張刺激的時刻，球員此刻面對極高挑戰也是驗收個人平常練習的成果考驗，非常有趣。

我們公會的各種聯誼會，個人稱之為行善聯誼會，為什麼呢？因為公會成員大多從事電信、網路、弱電工程，為客戶提供每天持續的24小時服務，因此我們承擔重責，與過度的操勞身體體能，每到假日總覺得身心疲憊，這時公會聯誼會成員，打電話來邀約一

起出來打打球或走出戶外踏青攝影、爬爬山，投資時間在自己身體上面，能放鬆心境與強健體魄，我們的身體機能也就能健康地運轉而不會故障，您說公會各聯誼會是不是也在行善呢！宗教團體招募志工救地球，募您的心、募您的款回饋社會來幫助有需要的人，讓我們心靈得到平靜與感恩，但是這對自己的身體機能似是乎是沒有太大幫助，公會聯誼會補足了這塊缺口，大家投資時間一起出來運動吧！

