

全民愛運動

調整姿勢、遠離痠痛、強化肌力、輕鬆瘦身，一起動起來，不管從再簡單、再小的事情開始都好，從今天就開始加以實踐一起迎向健康的人生。

帶你理解職棒產業全方位面貌，以及許多默默付出的英雄，你會發現，棒球不只是一場場比賽，這個充滿熱血與汗水的夢想舞臺，正上演的是一趟冒險旅程！

讓人熱血沸騰的經典戰役，再現許多激烈交鋒的瞬間，以及當下的攻守策略、調度判斷與情緒轉折。



人生不可能重來。就像投出手的球。從控球、跑位、防守、接球、跑位、防守、進攻到上籃得分。籃球，是追求自我實現，更講究以球會友、團隊合作的運動。在球場上與隊友並肩作戰，突破敵人進攻得分，享受揮灑汗水與「我做到了！」的感動。



簡單就是一種美，簡單也是一種享受。「單車誌」就是在因應反璞歸真、化繁為簡，以及提倡享受健康自然的生活之下而誕生。台灣雖小，但能騎單車的地方卻不少，我們深信，提倡騎乘風氣能讓生活更健康美好！因為自行車是與大自然之間的最佳溝通橋樑，也是親子間的感情加溫劑，更有益每個人的身心健康。

