

3510 地區自行車隊

「雙腳踩踏跨七地區，一日雙塔 520km 挑戰成功感言」

高雄海洋社社長 薛煒立 P.Weili



過去聽到從台北開車到高雄，都覺得累，覺得遠，卻在一次偶然的邂逅，上了賊船之旅。起初 3510 自行車隊總幹事 Jimmy 邀約雙塔報名，說名額很難報到，於是隨口答應（心想應該沒位子不會上），不料隔兩天回我報到了，就這樣此次同行隊友都開始展開特訓，而家有三寶今年又接任社長的我，只好繼續拼事業，規劃社務活動【10 月 2 日扶輪基金百週年公益路跑】。

首先我必須說，雙塔是一個意志力大於體力的挑戰，由於平時工作忙碌，我是全隊最混也是練習最少的成員，一直到今年六月才開始參加訓練，共計十次的訓練！給自己的信念是兩年前我可以為了完成社友願望瘦 35Kg 帶著他環島，今年我要為了自己完成雙塔挑戰。

第一次：山地門特訓 被海放 ... 被海放 ... 被海放（自尊心受挫）連同行車友夫人的車尾燈都看不到 ...

第二次（兩星期後）：山地門再次特訓，終於找回一點感覺了，但還是氣喘吁吁。

第三次：（一週後）夜騎黃金海岸，去程神勇無比，回程後勁無力，持續要求自己努力。

第四次：（兩週後）山地門特訓，慢慢找回體力，這次領先完成任務。

第五次：180KM 訓練鹿港到高雄（中國出差喝一星期酒後），一路狀況良好，終點 12 公里處抽筋。

第六次：280km 苗栗到高雄（中秋節連喝一週後）巔峰狀況，領先進站。

第七次：280km 苗栗高雄（信心受創）逆風 + 大太陽，電解質不平衡掛點（立志自主練習）。

第八次：自主訓練高雄－潮州。

第九次：高雄－鵝鑾鼻。

第十次：自主訓練高雄到枋寮（練完出國三天）回家馬上接雙塔。

雙塔實記：

10 月 28 日，為了表示對「520 雙塔的尊敬」大家提早一天到台北，下午大夥在飯店

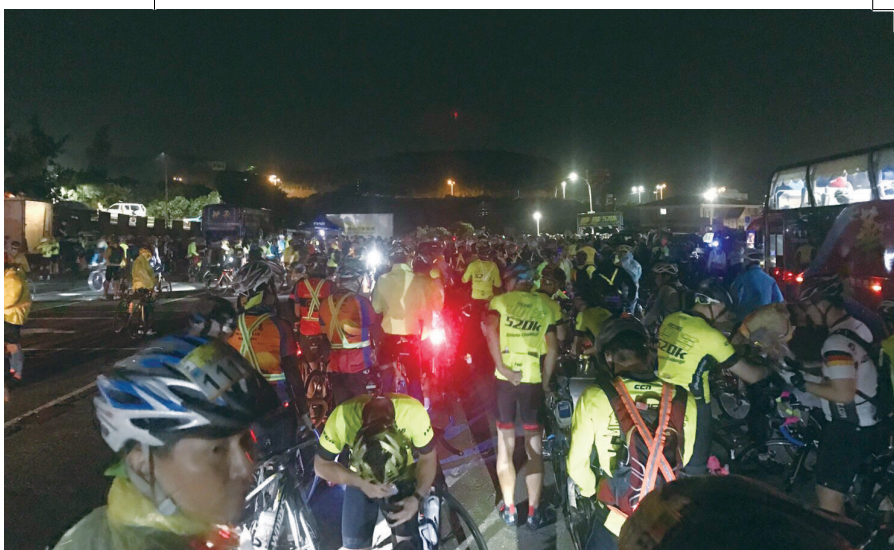


泡了湯，吃完晚餐後準備就寢，因為從未 7 時半就寢過怕睡不著，特別跟 3510 自行車隊主委 Cash 哥

要了安眠藥，結果搞笑哥王銘宏忘記自己的已經吞完，竟連我的份也一起吞（還忘記自己吞兩顆）隔天不但爬不起來，一開始還身體不適，而我因此失眠，只睡了2.5小時。

10月29日早上1時半開始起床，用完早餐，前往富貴角燈塔，一到會場開始有認真的感覺，5時一到正式出發，一出發迎接我們的就是一场大雨，全身濕，但好險刮起的是東北季風，由於一開始出發場面混亂，隊友四散，後來好不容易把隊友集結從新整隊出發，在桃園前我們以時速30（含中間補給休息）速度挺進，大約38-42，因此開始調整抵達時間，把從24H內完賽改為20H完賽目標（你的人生目標是自訂？還是等別人訂？任何時候別忘記最大的敵人是自己），到了新竹我們換下濕答答的襪子，換上乾淨的衣服一路向前，原本期待到鹿港吃我們熟悉的海鮮，結果沒開…就這樣挺進到台南第三檢查點，首先歡迎我們的是總監社秘書張詠宣和陳奕君，謝謝她們一路打氣、加油，溫暖加倍！感恩感謝！到了臺南旗哥牛肉湯，3470的好友Jimmy C. Huang與車友熱情迎接，熱湯加肉燥飯讓我們補足體力，暖胃更暖心。

吃飽往高雄出發的路上，我的車大導居然消失了，難怪一路大家說我車聲音怎變大，我還沒發現，沒摔車真的是萬幸了，感謝十全老闆陳昱廷前來救援，還發現管胎音為一路路滑急剎車已經損壞，為了安全於是脫隊更換，趕往第四檢查點會合後，大家往墾丁邁進，無奈此時體力大家已經到一個極限，沒有東北季風幫推又出現逆風現象，加上又餓，第四檢查點出發不久就馬上再補餐宵夜，吃飽後繼續挺進，到了楓港開始下起大雨，又同時吹起東南西北風（亂亂吹），濕冷的雨加上強風，讓我冷到胃筋攣，於是調整縮短補給時間，每次的休息，大家都累翻，加上瞌睡蟲報到，注意力開始渙散，即



便大家知道24H內完賽，肯定沒問題，但我們仍堅持的是用盡全力，因為我們知道我們挑戰的不是「比賽」而是「自己」，途中大發社社長Richard Chan開著瑪莎拉蒂超跑來為我們加油打氣，看他不遠千里而來我也淚水那滴（台語發音），過了墾丁大街聽到只剩下6KM，我立馬使出渾身吃奶力氣，全速衝刺，一路殺到伸手看不到五指的山區，只有遙遠的微亮車尾燈，沒時間害怕，更已經不管三七二十一，就是不斷踩不斷踩，看到燈光我衝更快了！聽到旁邊的路人說：這時還有這體力可以再騎一次（心中OS：打死我也不幹，瘋了嗎？），但此時也才明白原來這就叫「洪荒之力」呀。

心得：

由於沒有太多的體力資本，當體力用盡時，每踩一步當下，都是「放棄」與「堅持」的選擇。

人生的挑戰往往最大的障礙不是來自自己設定的目標，而是不夠堅毅自信的自己，透過公開的目標設立，讓自己沒有退縮的理由，其實我們的潛力，往往比自己想像更巨大！

感謝：

一起完成夢想的眾兄弟！沒有你們我無法堅持下去！感謝一路打氣關心的朋友！感謝家人體諒支持！要感謝的太多太多！台灣扶輪七個地區，3510七名勇士，我們一路用雙腳寫下歷史，用太陽的印記在我們身上留下紀錄。