

# 路跑 / 台北、嘉義及高雄同開跑 3 萬人響應長庚永慶盃

2022-10-30 09:49 聯合報 / 記者 [曾思儒](#)



陳傑擔任今年長庚永慶盃代言人。圖／長庚醫院提供

長庚永慶盃路跑今天上午在台北、嘉義及高雄三地開跑，估計高達 3 萬人響應，今年活動代言人「跨欄王子」[陳傑](#)、長庚醫療財團法人主委程文俊、衛福部次長石崇良、疾管署署長周志浩等也現身台北場，以具體行動支持全民運動。

長庚永慶盃是發揚創辦人王永慶規律運動與關懷社會的精神所舉辦，去年因新冠肺炎疫情停辦，今年恢復舉辦，許多人帶著全家大小一同前來；今年台北場在總統府前廣場舉行，比賽分為 3 公里休閒組及 10.5 公里競賽組，男、女選手各取優勝前 10 名，頒發總獎金 22 萬元。今年長庚永慶盃路跑的主題「規律運動，有效提升免疫力」，長庚醫院指出，與病毒共存已是全球因應疫情的趨勢，而肌肉是人體重要的免疫調節器官，正確且規律的運動可有效的提升免疫力。由於跑步和健走具有不需要器材、隨時隨地都可以進行、空間及環境的限制最少、強度跟節奏可以自行調整等優勢，成為近年最多人從事的運動之一，也是國人運動的最佳選擇。