

## 最佳休閒運動場域～北藝大體泳館

重點報導



【本報訊】呼吸著純淨的空氣，打開雙手擁抱自然，盡情揮灑汗水，在北藝大從事運動休閒，原來是如此地怡然自得。

緊鄰雕塑公園、荒山劇場、觀海平台，林木蓊鬱、視野遼闊，關渡平原就在視野所及。在此運動、休憩，與山林間的新鮮空氣，同步呼吸與心律跳動，令人神清氣爽，是校內師生最佳的運動教學與休閒場地，也是國內各大知名企業家庭日親子活動的首選。

北藝大體泳館設有一座室內溫水游泳館，全年對外開放。水深1米4至1米6，長50公尺、寬22公尺，設有8水道，水溫26~27度恆溫，水質清澈且能見度高於游泳池最長距離。

冬天除池水加溫外，另有暖氣空調系統。泳池一側另設置有健身器材等相關設施，提供師生與泳客們鍛鍊體魄。除了本校師生以外，同時也開放給附近社區居民等校外人士使用，對外招收會員。

北藝大體泳館總面積為19,004平方公尺，除游泳館外，另有6跑道的田徑場、排球場、壘球場、籃球場、桌球室，以及6座具夜間照明之網球場。各項完善的運動設施，結合絕佳的自然景致，讓運動休閒變得更舒適與自在。游泳館洽詢電話：02-2896-1000 轉3662-3，網址為：<http://ccnia.tnua.edu.tw/~pe/>

左圖 露天籃球場提供了寬敞舒適的運動空間。  
右圖 北藝大體泳館總面積約19,004平方公尺。  
下圖 室內溫水池依國際賽事級之規格設立，長年恆溫，水質清澈。



## 法國小提琴泰斗吉拉·普雷教授： 只要肯下定決心 願意改變 必能美夢成真

國際絃樂大師班



【本報訊】北藝大音樂學系於10月17日邀請到法國小提琴泰斗吉拉·普雷(Gérard Poulet)擔任大師班講座教授，在為期兩週的時間裡，舉辦有大師班講座、一對一教學指導、學習成果發表會，以及兩場音樂會，不僅讓師生們分享了他豐富的學習經驗，更有幸能聆賞他的大師風範，與宛如天籟的絕佳琴音。

普雷教授首先強調，學琴基本功一定要下足夠，包含要做到耳到、聽到、眼到，與要求技法之正確性；然而，自我的態度也是相當重要的一件事。舉例來說，要完美演奏出十度音，對於一般人來說，就有一定程度上的困難，若再加上手掌天生就長得比別人小，那就要先接受自我本身的條件，然後去做調整，並需要比別人付出更多的努力。他指出，學琴沒有捷徑，只要肯練、願意改變，並下定決心努力去做，必能實現對自我的期許與願望。

而對於每一首演奏之曲目，普雷教授表示，每首作品都需要經過至少半年以上的練習與準備期。他提到，對於要演奏之作品，一定要先瞭解作曲家所想要表達的內容為何，再加上自己的經驗與智慧，融會貫通後，再將它們透過琴音來加以表達與呈現出來，而這才是真正的演奏。另外，在技法上，也要透過各種不同方式的輔助，找出自己的優缺點(拿琴的姿勢、手指的力道等)，才能有所成長。

現齡72歲的普雷教授，對於教導學生、提攜後進，充滿了無限的精力與熱忱。在他蒞校的兩週內，每天晚上安排有4至6位不等的絃樂組學生，他以一對一之方式，展開連續四小時不間斷的指導教學。

而受指導的所有學生們也於10月28日舉辦一場音樂發表會，呈現這兩週密集訓練之學習成果。對於北藝大學生們的音樂素養，普雷大師也給予相當正面的評價，他也勉勵學生們，人生不會一直很平順，遇到挫折，一定要勇敢面對，不斷地努力來自我提升與突破。

此外，普雷教授也擔任2010年關渡藝術節演出節目嘉賓，於10月29、30日兩天，分別與北藝大管絃樂團，以及他長期合作的工作夥伴—鋼琴家川島余理(Yori Kawashima)小姐舉辦兩場音樂會，共同合奏演出葛利格、貝多芬、舒曼、拉赫曼尼諾夫、拉威爾、德佛札克與理查史特勞斯等多首大師之經典作品。這次的演出可說是盛況空前，一票難求，全場座無虛席；而回應觀眾們熱烈的安可聲，普雷大師也不斷演出安可曲，讓全場觀眾充分享受與體驗這難得的音樂饗宴。

圖說 法國小提琴泰斗吉拉·普雷(Gérard Poulet)蒞校擔任大師班講座教授，對於學生們的提問，總是充滿熱忱地回應與解答。

卓越領航