★107/01/03（三）晚上8:00 山河館臉書直播預告★

【十步芳草】人物專訪----三鐵達人陳志宏先生、王國興先生

鐵人三項運動是亞、奧運正式的競賽項目，包含游泳1.5公里、自由車40公里、路跑10公里，合計51.5公里。但今日山河館受邀專訪的二位貴賓，他們相約要完成的三鐵竟然是在2017年的三個月內，完成「徒步大戈壁、泳渡日月潭、單車大環島」的三大壯舉。陳志宏先生的工作是行銷講師，王國興先生是地政事務所所長，兩人皆非運動的專項選手，內心卻充滿著「挑戰極限，超越自我」的雄心壯志。

「徒步大戈壁」是要在短短三天、直線距離長達72公里賽道的未知路線中，穿越“僅有座標、沒有路標”的旱峽、河道、大戈壁、沙丘、蘆葦蕩、三危山等沙漠地形。全程海拔平均1500公尺高，晝夜溫差可能高達40度。而慧行志工們每年都參加的「泳渡日月潭」3000公尺，首先就是要克服心理上對於深不見底的潭水之恐懼，掌握好身體不抽筋不失溫的狀態，並保持二萬人一同泳渡時彼此的安全距離。

「單車大環島」則有九天的路程，一路會遇到東北季風、烈日、低溫、下雨、大爬坡、陡下坡，還有隨時呼嘯而過的砂石車。環繞台灣一圈總共910公里，陳志宏、王國興兩位三鐵達人認為，唯有在騎乘單車繞台的時刻，才會貼近最真實的台灣。今晚八點，邀請各位粉絲朋友上線來分享他們挑戰三鐵的壯舉，記得要留言按讚哦！

~~進入手機上的臉書→在最上面一行「搜尋」打入「山河館」進入粉絲專頁→滑動螢幕點選live直播→在直播影片下留言~~