兩天一夜溯溪夏令營 四年四班徐恩澤

放暑假時，我最期待的活動就是到三峽參加兩天一夜的溯溪夏令營。因為已經有兩次的溯溪經驗，而且經驗都很美好，所以我不會害怕，心情反而更加雀躍!

夏令營的活動十分精采，第一天早上，我們體驗了垂降和攀繩。攀繩的時候，手要握緊，雖然我沒有挑戰成功到三層樓的最頂端，因為手實在沒有力氣了，但也攀爬到了一半，當天中午吃午餐的時候，覺得飯菜特別好吃，大家每個都像餓了好幾天一樣，幾乎都把便當吃光了，意猶未盡。到了下午，老師介紹爬蟲類，還分組自製蝦籠並抓蝦；晚上也有夜間生態觀察，就寢時鑽進睡袋後，我馬上倒頭大睡，進入甜美的夢鄉。

第二天的活動，是這次夏令營的重頭戲--溯溪。老師先進行溯溪安全教學，然後沿著鹿母潭溪進行活動。我們玩了個人及團體漂浮、渡潭、水上遊戲和潑水大戰，其中潑水大戰最令我印象深刻，大家你來我往，全身都溼透了，身心都暢快無比!最後，老師還讓我們體驗跳水和認識溪流生物，每一項活動我都認真參與，覺得不虛此行。

這兩天的時間一眨眼就過去了，剛開始大家都還不認識彼此，有些陌生，但到了要說再見的時刻，反而有點依依不捨，許多人還在結業式的時候哭了呢!

這次的溯溪活動一樣非常有趣，希望明年我還能再參加體驗，能有這麼愉快的回憶，要謝謝這次活動認識的所有人，讓我有個不一樣的暑假體驗。