

## 電子報四：休閒活動

芬蘭真的鬆弛的令人著迷。夏秋的天氣怡人適合出外郊遊，冬天雪景大地一片美麗。對我來說最大的文化衝擊也許就是芬蘭人的休閒娛樂吧！一開始對於來自汲汲營營社會的我會不習慣，總覺得我在浪費時間，後來才覺得其實這些平淡美好才是生活的意義！

### 桑拿

想必對桑拿不陌生吧！除了 HOAS 本身、戶外一些免費的桑拿外，推薦大家可以去付費桑拿，像是 Alas sea pool 等，我自己就去了三次，特色就是可以跳進海水，冬天的時候可以拿來練心臟，第一次會刺痛難耐，後來幾次就會越來越爽！越來越舒服！然後晚上會很好睡！

### Nuuksio National Park

國家公園，有點遠但適合冒險！在夏天的尾巴可以採藍莓跟蘑菇（請跟專業人士一起採收），也記得要自備香腸跟棉花糖去那邊烤！冬天要等有雪的時候再去，一片雪景真的很美～

### Ice skating

大概 12 月開始陸陸續續就有開放溜冰場（也許一直以來就有），鞋子到場地的時候租就好，大概 5-7 歐！

### Kayaking

我 11 月的時候才起心動念要去租小船划，結果才發現多數的店家九月底之後就不再開放出租，沒有划到小船真的是我交換的小遺憾。芬蘭素有「千湖之國」的美名，剛到芬蘭的時候不如找一個午後，去體驗看看吧！

### 博物館

赫爾辛基市區的博物館很多，很慚愧的是我只去過一間，但展出內容非常有趣！大家有事沒事都可以去踩點看看！

### 健身房

我跟我的朋友都有辦 Unisport 的會員，四個月 104 歐元，所有的分館、所有的團體課程都可以去上，也沒有限時段，我覺得超級划算，只是很可惜我中間腳有嚴重扭傷，幾乎沒辦法上團課；另外他們的團課多數用芬蘭文上，有些課程會特別標註是英語授課，如果上到芬蘭語授課的也沒關係，老師會偶而切換雙聲道，而且跟著照做就對了！也有同學是辦比較便宜的會員，有限制入館時間的，這一點就看個人～

除了羅瓦捏米外，其他城市也是適合郊遊走走的地方，這邊就不補述了，希望同學們都可以多多體驗芬蘭的美好！