

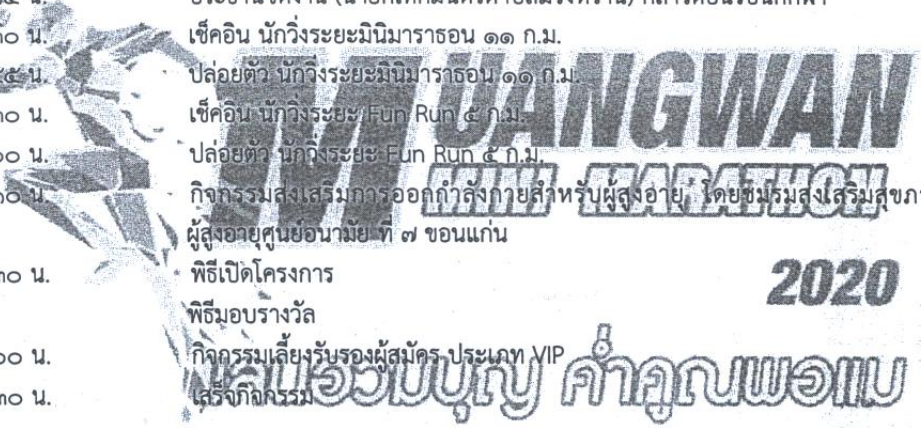
กำหนดการ
โครงการ เดิน - วิ่ง การกุศล ม่วงหวานมินิมาราธอน ครั้งที่ ๑
“แล่นฮวมบุญ คำคุณพ่อบุญแม่”
วันที่ ๒๒ - ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓
ณ เทศบาลตำบลม่วงหวาน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

- ๐๙.๐๐ น. ศูนย์อำนวยการฯ และบูทนิทรรศการต่างๆเปิดทำการ
- ๑๐.๐๐ น. กิจกรรมมอบเสื้อและเบอร์วิ่ง
- ๒๐.๐๐ น. ปิดกิจกรรมมอบเสื้อและเบอร์วิ่ง

วันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

- ๐๔.๓๐ น. ศูนย์อำนวยการฯ และบูทนิทรรศการต่างๆเปิดทำการ
- ๐๕.๑๕ น. ประธานจัดงาน (นายกเทศมนตรีตำบลม่วงหวาน) กล่าวต้อนรับนักกีฬา
- ๐๕.๓๐ น. เช็คอิน นักวิ่งระยะมินิมาราธอน ๑๑ ก.ม.
- ๐๕.๔๕ น. ปล่อยตัว นักวิ่งระยะมินิมาราธอน ๑๑ ก.ม.
- ๐๕.๓๐ น. เช็คอิน นักวิ่งระยะ Fun Run ๕ ก.ม.
- ๐๖.๐๐ น. ปล่อยตัว นักวิ่งระยะ Fun Run ๕ ก.ม.
- ๐๖.๑๐ น. กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ โดยชมรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุศูนย์อนามัยที่ ๗ ขอนแก่น
- ๐๗.๓๐ น. พิธีเปิดโครงการ
พิธีมอบรางวัล
- ๐๘.๐๐ น. กิจกรรมเลี้ยงรับรองผู้สมัคร ประเภท VIP
- ๐๙.๓๐ น. เสร็จกิจกรรม





MUANGWAN MINI MARATHON

2020

เล่นชวมนบุญ คำคุณพอบบ



ม่วงหวานมินิมาราธอน

23 กุมภาพันธ์ 2563

ครั้งที่ 1



ขอเชิญร่วม เติบ-วิ่ง เพื่อการกุศล เพื่อช่วยเหลือสมาคมผู้สูงอายุตำบลม่วงหวาน

5 k	11 k
400	400
300	
100	
บาท	บาท

สมัครด้วยตนเอง ตั้งแต่วันที่ 31 มกราคม 2563 ณ เทศบาลตำบลม่วงหวาน

สมัครออนไลน์แล้วโอนเงินเข้าบัญชี ธ.กรุงไทย ชื่อบัญชี สมาคมผู้สูงอายุและคนพิการ เลขที่ 983-1-27371-0 แล้ว In Box หลักฐานการโอนมาอ้ง

<https://www.facebook.com/Muangwan-mini-marathon-108435087270097/?ref=bookmarks>



ม่วงหวานมินิมาราธอน ครั้งที่ 1 "เล่นชวมนบุญ คำคุณพอบบ"

สมาคมผู้สูงอายุและคนพิการตำบลม่วงหวาน ได้จัดตั้งขึ้น เมื่อวันที่ 17 พฤษภาคม 2556 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นศูนย์กลางการประสานงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุและคนพิการในพื้นที่ตำบลม่วงหวาน สนับสนุนให้ผู้สูงอายุและคนพิการได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน การส่งเสริมสุขภาพและการจัดสวัสดิการต่าง ๆ ร่วมถึงการส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจ ส่งเสริมกิจกรรมการสร้างอาชีพ การรณรงค์การส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกและเพื่อดำเนินการหรือร่วมมือกับองค์กรการกุศลเพื่อการกุศลและองค์การสาธารณประโยชน์เพื่อการสาธารณประโยชน์

ในปัจจุบันสมาคมฯ มีสมาชิกจำนวน 1,400 คน โดยตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาสมาคมฯ ได้ให้ความช่วยเหลือสมาชิกและครอบครัวเป็นจำนวนมาก ทั้งภาคการให้การส่งเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของสมาชิกและครอบครัว อีกทั้งยังมีกิจกรรมเพื่อพัฒนาชุมชนและสังคมมาโดยตลอด ซึ่งในปี พ.ศ. 2563 สมาคมผู้สูงอายุและคนพิการตำบลม่วงหวาน จะครบรอบการจัดตั้งสมาคมเป็นปีที่ 7 คณะกรรมการสมาคมฯ จึงได้มีมติเห็นชอบร่วมกันที่จะจัดกิจกรรม เติบ-วิ่ง เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ประชาชนโดยทั่วไปมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ลดภาวะความเสี่ยงต่อกลุ่มโรคที่มีผลกระทบต่อสุขภาพของกลุ่มผู้สูงอายุไม่ว่าชาย-หญิง ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคระบบกล้ามเนื้อและโครงร่างและไขมันอุดตันในเส้นเลือด และรายได้หลังหักค่าใช้จ่ายจะนำไปสมทบทุนให้กับสมาคมผู้สูงอายุและคนพิการตำบลม่วงหวานเพื่อการจัดสวัสดิการต่าง ๆ และพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับกลุ่มผู้สูงอายุและคนพิการในพื้นที่ตำบลม่วงหวานตามวัตถุประสงค์ของสมาคมต่อไป ภายใต้ชื่อโครงการ "ม่วงหวานมินิมาราธอน"

ประเภทการแข่งขันและอัตราค่าสมัคร

ประเภท	กลุ่มอายุ	ค่าสมัคร	เสื้อ	เหรียญ	อาหาร	ถ้วยรางวัล	เงินรางวัล
Fun Run 5 ก.ม. เช็คอิน 05.45 น. ปล่อยตัว 06.00 น.	ไม่เกิน 12 ปี	100	-	♥	♥	Over All 1-5	-
	ไม่เกิน 12 ปี	300	♥	♥	♥		
	บุคคลทั่วไป	400	♥	♥	♥		
Mini Marathon 11 ก.ม. ชาย/หญิง	13 - 19	400	♥	♥	♥	ช/ญ 1 - 5	(Over All 1-5)
	20 - 29	400	♥	♥	♥	ช/ญ 1 - 5	1 = 1,500
	30 - 39	400	♥	♥	♥	ช/ญ 1 - 5	2 = 1,000
	40 - 49	400	♥	♥	♥	ช/ญ 1 - 5	3 = 800
	50 - 59	400	♥	♥	♥	ช/ญ 1 - 5	4 = 600
เช็คอิน 05.30 น. ปล่อยตัว 05.45 น.	60 ปี ขึ้นไป	400	♥	♥	♥	ช/ญ 1 - 5	5 = 400
	VIP.	ไม่จำกัดอายุ	1,000	♥	♥	♥	-
ร่วมซื้อเสื้อเพื่อการกุศล		250	♥	-	-	-	พร้อมทำจัดส

สอบถามรายละเอียด โทร. 098-584-3885, 091-807-9278, 063-896-4153