

เรียน สมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย

มูลนิธิสถาบันการเดินและการจักรยานไทยขอความอนุเคราะห์ฝากข่าวประชาสัมพันธ์งานเสวนา “จับเข้าคุยกัน ไตรกีฬาหมู่อะไหล่เหล็ก Ironman”

ดังรายละเอียดและลิงค์แนบนี้

มูลนิธิสถาบันการเดินและการจักรยานไทย ร่วมกับ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.), สมาพันธ์ชมรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพไทย, สมาคมนิสิตเก่าคณะวิศวกรรมศาสตร์ แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ชมรมจักรยานเพื่อสุขภาพแห่งประเทศไทย และชมรมจักรยานวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาฯ (Intania Cycling Club) ขอเชิญทุกท่านเข้าร่วมงานเสวนา “จับเข้าคุยกัน ไตรกีฬาหมู่อะไหล่เหล็ก Ironman” มาฟังมือโปรสมัครเล่น จับเข้าคุยกัน เรื่อง ไตรกีฬา ในวันเสาร์ที่ 26 ม.ค. 2562 เวลา 13:30 - 16:30 น. ณ ห้อง 201A อาคารเรียนรวมและวิจัย (100 ปี) คณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาฯ (<https://goo.gl/maps/qByc39epKDH2>) ถ้าคุณเป็นอีกคนที่อยากลองลงแข่งขัน ไตรกีฬา หรืออยากลองแข่งกีฬาหมู่อะไหล่เหล็ก Ironman สักครั้งในชีวิต ขอชวนมาฟังว่าเขาเตรียมตัวกันอย่างไร? ซ้อมอย่างไร? ถี่ห่างแค่ไหน? เพื่อไม่ให้เสียงาน ไม่ให้บาดเจ็บ ไม่ให้มีปัญหากับครอบครัว (ถ้ามี)? ค่าใช้จ่ายเท่าไร? สนามไหนดีไม่ใช่อะไร?

เราชวนมาจับเข้าคุยกันแบบพี่น้อง ให้ทุกคนได้เข้าใจวิธีการเตรียมตัวได้ไม่ยาก ข้อมูลเราแน่น และใช้ได้จริง จากผู้มีประสบการณ์ตรงในการสร้างแรงบันดาลใจให้ตัวเองเพื่อลงแข่งไตรกีฬา!

กำหนดการ

13:30 - 14:00 ลงทะเบียน

14:00 - 15:45 การเสวนาจับเข่าคุยกับมนุษย์เหล็ก Ironman โดย ชมรมจักรยานวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาฯ

//คุณหนุ่ม (วศ 27), คุณจ๊ะ (วศ 28), คุณเอ้ (วศ 34), คุณจุ่ม (วศ 36) พร้อมผู้ดำเนินรายการ คุณ กลาง (วศ 30)//

15:45 - 16:30 ซ้อมอย่างไรไม่ให้ร่วงพัง เรื่องของหัวใจ โดยหมอแอร์ (น.พ.เอกนิษฐ์ ศรีสุขวัฒนา : แพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ด้านโรคหัวใจ และนักกีฬาไตรกีฬา)

สำรองที่นั่ง <https://goo.gl/em7CJM>

ติดตามกิจกรรมได้ที่ <http://fb.com/intaniacyclingclub>

มูลนิธิฯและคณะผู้จัดงาน อยากให้ทุกท่านเข้าร่วมหาแรงบันดาลใจ ไม่ว่าจะคุณจะเป็นใคร เราจะแปลงร่างเป็นไอรอนแมนตัวจริงด้วยกัน แล้วพบกันครับ

<https://www.facebook.com/ibikeiwalk/photos/a.191606124658395/523412221477782/?type=3&theater>

ขอบคุณค่ะ

แจ้

ชมรมจักรยานวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาฯ

ดร. อธิชา

ผู้ช่วยเลขาธิการสมาคมกีฬาว่ายน้ำฯ

รักษาการเลขาธิการสมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย

...../ ส.อ. / 62 .....

เขียน เลขานุการสมาคมกีฬาว่ายน้ำฯ

เพื่อโปรด



ทราบ



พิจารณา



ดำเนินการ



อนุมัติ

ชลินี

16/01/62