



ชื่อโครงการ	โครงการ เดิน-วิ่งมินิมารารอน เพื่อคนพิการ ซึ่งถ้ายพระราชทานสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี Fight Running For The Disabled Season ๓
ผู้ดำเนินงานร่วมกัน	๑. มูลนิธิราชสุดา ๒. สมาคมคนสายตาเลือนราง (ประเทศไทย) ๓. ชมรมผู้ปกครอง ครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
ที่อยู่เลขที่	๑๓๕/๑๑๑-๑๑๕ อาคารมูลนิธิราชสุดา ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม
โทรศัพท์	๐๒-๘๐๐-๒๑๙๙, ๐๘๘-๖๘๐-๒๕๕๔ โทรสาร. ๐๒-๘๐๐-๒๑๙๙
อีเมล	lowvision2560@gmail.com
ผู้ประสานงาน	นายอนุพงศ์ สายสิทธิ์
ตำแหน่ง	นายกสมาคมคนสายตาเลือนราง (ประเทศไทย)
โทรศัพท์	๐๘๑-๙๙๕-๓๐๓๒
สถานที่ดำเนินโครงการ	สวนพุทธมณฑลสาย ๔ ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม
เวลา/วันที่ดำเนินโครงการ	วันอาทิตย์ที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๖ เวลา ๐๔.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
งบประมาณ	งบประมาณรวม ๑,๖๗๓,๐๐๐ บาท

๑. ชื่อโครงการ

โครงการ เดิน-วิ่งมินิมารารอน เพื่อคนพิการ
ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
Fight Running For The Disabled Season ๓

๒. หลักการและเหตุผล

จากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ปี พ.ศ.๒๕๕๕ พบว่าประชากรที่มีอายุตั้งแต่ ๕ ปีขึ้นไป จำนวน ๖๐.๔ ล้านคน เป็นประชากรที่พิการ (ไม่จำแนกประเภท) มีความลำบากหรือปัญหาสุขภาพจำนวน ๑.๔ ล้านคน คิดเป็นร้อยละ ๒.๒ สาเหตุอาจมาจากการเจ็บป่วยเรื้อรัง ขาดความรู้ด้านโภชนาการ รวมไปถึงขาดความรู้ความเข้าใจในการดูแลรักษาสุขภาพที่เหมาะสม ปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นในกลุ่มคนพิการทางการเห็นนั้นส่งผลกระทบต่อทั้งในแง่ร่างกาย จิตใจ สังคม และการดำรงชีวิตที่อาจเกี่ยวพันไปยังด้านอื่นๆ ด้วย ความจริงนั้น ปัญหาสุขภาพคนพิการทางการเห็นสามารถป้องกันได้ด้วยกรรมวิธีที่มีพฤติกรรมสุขภาพ (healthy lifestyle) อันหมายถึง การดำเนินกิจกรรมในแต่ละวันที่ส่งเสริมให้มีสุขภาพที่ดี (well-being) ทั้งด้านร่างกาย (physical) จิตใจ (mental) และจิตวิญญาณ (spiritual) การจะฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทางสายตาให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งร่างกายและจิตใจนั้น ต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างผู้พิการทางสายตาเอง และคนในสังคม รวมทั้งหน่วยงานและองค์กรเครือข่ายต่างๆ เพื่อกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนมุมมองและอยากพัฒนาตนเอง ให้เกิดความเชื่อมั่น และเคารพตนเอง การออกกำลังกายจึงเป็นทางเลือกหนึ่งในการฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งภายในและภายนอก ซึ่งผลจากการทดลองคนที่ออกกำลังกาย ๒-๓ ครั้ง/สัปดาห์ นอกจากจะมีรูปร่างดีแล้ว รายงานผล MRI ของผู้ที่ออกกำลังกาย จะทำให้เห็นถึงการเชื่อมต่อและเป็นหนึ่งเดียวกันของพื้นที่ส่วนต่างๆ ในสมอง สมองจะมีการจัดระเบียบใหม่ ซึ่งทำให้สมองทำงานดีขึ้น และการวิ่งในรูปแบบมินิมารารอนถือว่าการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพง่ายๆ การออกกำลังกายด้วยการวิ่งจะทำให้กล้ามเนื้อทุกส่วนทำงานประสานกัน หัวใจทำงานเต็มที่ เลือดสูบฉีดดีขึ้น สมาคมคนสายตาเลือนราง (ประเทศไทย) ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในเรื่องของการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและสุขภาพจิตใจที่เข้มแข็งของคนพิการ ซึ่งจะเป็นส่วนช่วยฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจให้สมบูรณ์มากขึ้น

ในปี พ.ศ.๒๕๖๖ นี้ ทางสมาคมคนสายตาเลือนราง (ประเทศไทย) ร่วมกับมูลนิธิราชสุดา และชมรมผู้ปกครองครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ได้กำหนดจัดโครงการ เดิน-วิ่งมินิมารารอน เพื่อคนพิการ Fight Running For The Disabled Season ๓ ซึ่งเปิดโอกาสสำหรับให้คนสายตาเลือนราง รวมถึงคนพิการทุกประเภทและบุคคลทั่วไป ได้เป็นส่วนหนึ่งที่จะร่วมกันทำกิจกรรมสร้างสัมพันธ์อันดี ลดความเหลื่อมล้ำกันในการปฏิบัติต่อคนพิการและบุคคลทั่วไปให้สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเข้าใจและยั่งยืน ในการจัดงานใน

ครั้งนี้จะก่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ซึ่งรายได้ทั้งหมดในการจัดงานครั้งนี้ จะนำไปจัดตั้งเป็นกองทุนเพื่อพัฒนาคนพิการ ตลอดจนเป็นการรณรงค์ให้คนพิการรวมทั้งประชาชนทั่วไปตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลรักษาสุขภาพดวงตา และสนับสนุนอุปกรณ์ด้านการศึกษาให้แก่ชมรมผู้ปกครอง ครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

๓. วัตถุประสงค์

๓.๑ เพื่อจัดตั้งเป็นกองทุนพัฒนาคนพิการทุกประเภท

๓.๒ เพื่อกระตุ้นและปลุกจิตสำนึก รวมถึงรณรงค์ให้คนสายตาเลือนรางและบุคคลทั่วไปเกิดความตื่นตัวในการดูแลรักษาสุขภาพดวงตา และตระหนักถึงความสำคัญของการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

๓.๓ เพื่อสร้างกิจกรรมสัมพันธ์ระหว่างคนพิการและบุคคลทั่วไปให้สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเข้าใจและยั่งยืน

๓.๔ เพื่อหารายได้สมทบทุนสนับสนุนอุปกรณ์การเรียนการสอนสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษในชมรมผู้ปกครอง ครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

๔. กลุ่มเป้าหมาย

๔.๑ บุคคลทั่วไป จำนวน ๒,๕๐๐ คน

- กลุ่มนักร้องทั่วไป
- บุคลากรทางการแพทย์ด้านจักษุวิทยาจากโรงพยาบาลต่างๆ
- ชมรมนักร้องของโรงพยาบาลต่างๆ
- นักศึกษาและครู บุคลากรจากมหาวิทยาลัยและสถานศึกษา
- ชมรมโรคตา ที่เป็นสาเหตุของสายตาเลือนรางและตาบอด เช่น ชมรมต้อหิน ชมรมโรคเบาหวาน เป็นต้น

๔.๒ กลุ่มคนพิการทุกประเภท จำนวน ๒๕๐ คน

- กลุ่มนักร้องคนพิการจากกลุ่มร้องด้วยกัน
- นักร้องจากสมาคมคนสายตาเลือนราง และหน่วยงานคนพิการต่างๆ

๔.๓ กลุ่มไกด์รันทเนอร์ จำนวน ๒๕๐ คน

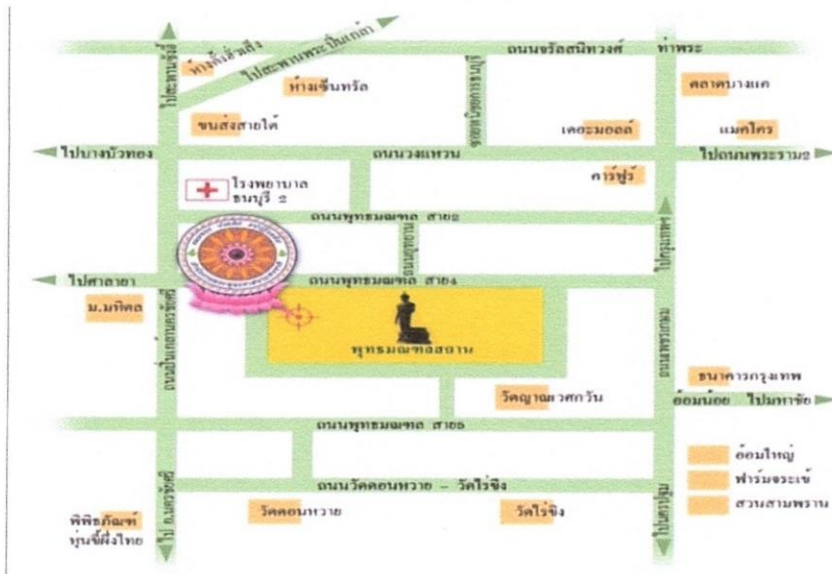
- กลุ่มนักร้องทั่วไป
- กลุ่มนักร้องทั่วไปจากกลุ่มร้องด้วยกัน

รวมกลุ่มเป้าหมายทั้งสิ้น จำนวน ๓,๐๐๐ คน

๕. สถานที่ดำเนินโครงการ

ณ สวนพุทธมณฑลสาย ๔

ถนนพุทธมณฑลสาย ๔ ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๗๐



๖. กำหนดวันจัดงาน

วันอาทิตย์ที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๖ เวลา ๐๔.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

๗. วิธีการดำเนินงาน

๗.๑ ประเภทของกิจกรรม

๗.๑.๑ วิ่งมินิมาราธอน ๑๐ กม. สำหรับบุคคลทั่วไปและคนพิการทุกประเภท

ชาย/หญิง อายุไม่เกิน ๑๙ ปี / ๒๐-๒๙ / ๓๐ - ๓๙ / ๔๐-๔๙ / ๕๐-๕๙ / ๖๐ ปีขึ้นไป
ค่าสมัคร ๕๐๐ บาท

๗.๑.๒ เดิน-วิ่ง ระยะทาง ๕ กม. สำหรับบุคคลทั่วไปและคนพิการทุกประเภท

ชาย/หญิง ไม่แบ่งกลุ่มอายุ
ค่าสมัคร ๕๐๐ บาท

๗.๑.๓ เดิน-วิ่ง ระยะทาง ๓ กม. (Fun Run) สำหรับผู้มีจิตศรัทธาร่วมเดิน-วิ่งกับผู้พิการทาง
สายตา ไม่แบ่งกลุ่มอายุและความพิการ

ค่าสมัคร ๕๐๐ บาท

๗.๒ รางวัล และของที่ระลึก

๗.๒.๑ ถ้วยรางวัล (เฉพาะการวิ่งมินิมาราธอน ระยะ ๑๐ กม.)

- ❖ ถ้วยรางวัลพระราชทานสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

๖ ถ้วยรางวัล ดังนี้

ประเภท Over All

- ถ้วยรางวัลพระราชทาน ชาย/หญิง ๒ ถ้วย (ลำดับที่ ๑)
- ถ้วยรางวัล ชาย/หญิง ๔ ถ้วย (ลำดับที่ ๒-๓)

ประเภท Wheelchair

- ถ้วยรางวัลพระราชทาน ชาย/หญิง ๒ ถ้วย (ลำดับที่ ๑)
- ถ้วยรางวัล ชาย/หญิง ๔ ถ้วย (ลำดับที่ ๒-๓)

ประเภท No Wheelchair

- ถ้วยรางวัลพระราชทาน ชาย/หญิง ๒ ถ้วย (ลำดับที่ ๑)
- ถ้วยรางวัล ชาย/หญิง ๔ ถ้วย (ลำดับที่ ๒-๓)

- ❖ ถ้วยรางวัลสำหรับผู้เข้าเส้นชัยอันดับ ๑-๓ แบ่งตามกลุ่มอายุ จำนวน ๓๖ ถ้วย
 - ชาย อายุไม่เกิน ๑๙ ปี /๒๐-๒๙ /๓๐-๓๙/๔๐-๔๙/๕๐-๕๙/๖๐ ปีขึ้นไป
 - หญิง อายุไม่เกิน ๑๙ ปี /๒๐-๒๙ /๓๐-๓๙/๔๐-๔๙/๕๐-๕๙/๖๐ ปีขึ้นไป

๗.๒.๒ ถ้วยรางวัล (เฉพาะการวิ่ง ระยะ ๕ กม.)

ประเภท Over All

- ถ้วยรางวัล ชาย/หญิง ๖ ถ้วย (ลำดับที่ ๑-๓)

๗.๓ เหรียญรางวัลผู้พิชิต

นักวิ่งทุกประเภท ทุกระยะที่เข้าเส้นชัยจะได้รับเหรียญรางวัลผู้พิชิต

๗.๔ เสื้อที่ระลึก

ผู้สมัครวิ่งมินิมาราธอนทุกคน ทุกประเภท ทุกระยะ ได้รับเสื้อที่ระลึก ท่านละ ๑ ตัว

๗.๕ กติกาการแข่งขัน

๗.๕.๑ การรับเบอร์ ผู้สมัครนำหลักฐานการรับสมัครไปรับหมายเลขประจำตัวสำหรับผู้แข่งขัน พร้อมเสื้อที่ระลึก ณ จุดลงทะเบียนการแข่งขัน ก่อนปล่อยตัวนักวิ่งในแต่ละประเภทการแข่งขัน

๗.๕.๒ ผู้สมัครต้องมีอายุตรงตามกลุ่มอายุที่สมัคร พร้อมทั้งแสดงหลักฐานบัตรประจำตัวประชาชน ตัวจริง ที่มี วัน-เดือน-ปีเกิด ที่มีรูปถ่ายติดอยู่ก่อนเข้ารับถ้วยรางวัล

๗.๕.๓ นักวิ่งต้องผ่านจุด Check Point ครบถ้วน พร้อมแสดงสัญลักษณ์

๗.๖ บริการและสิ่งอำนวยความสะดวก

๗.๖.๑ บริการรับฝากของที่กองอำนวยความสะดวก เวลา ๐๕.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.

๗.๖.๒ บริการน้ำดื่มตลอดเส้นทางการแข่งขัน

๗.๖.๓ บริการอาหาร และน้ำดื่มหลังเส้นชัย

๗.๖.๔ บริการห้องสุขา

๗.๖.๕ บริการควบคุมและปิดการจราจรตลอดเส้นทางการแข่งขัน

๗.๖.๖ บริการทางการแพทย์ พร้อมหน่วยเคลื่อนที่เร็ว

๗.๗ การประชาสัมพันธ์

๗.๗.๑ ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อโซเชียลของสมาคมคนสายตาเลือนราง(ประเทศไทย)

- เว็บไซต์ : www.lowvisionthailand.org

- Facebook : Low Vision Association (Thailand)

๗.๗.๒ ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อโซเชียลต่างๆ

๗.๗.๓ จัดทำแผ่นพับประชาสัมพันธ์โครงการเดิน-วิ่งมินิมาราธอน เพื่อคนพิการ

๘. งบประมาณ

ลำดับที่	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน (บาท)
๑	ค่าดำเนินการจัดงานเดิน-วิ่งการกุศล	๙๐๐,๐๐๐
๒	ค่าเสื้อวิ่ง ๓,๐๐๐/๑๖๕-	๔๙๕,๐๐๐
๓	ค่าถ้วยรางวัล ๖๐ ใบ	๔๘,๐๐๐
๔	ค่าเหรียญรางวัล ๓,๐๐๐ X ๖๐	๑๘๐,๐๐๐
๕	ค่าใช้จ่ายอื่นสำหรับจัดงานและเบ็ดเตล็ด	๕๐,๐๐๐
	รวม	๑,๖๗๓,๐๐๐ -.

๙. ตัวชี้วัดโครงการ

๙.๑ ผู้ปกครองหรือบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นตั้งแต่แรกเกิด คนพิการทางการเห็น คนสายตาเลือนราง และคนพิการ รวมถึงประชาชนทั่วไปตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลรักษาสุขภาพดวงตามนโยบายป้องกันการตาบอดขององค์การอนามัยโลก (Vision ๒๐๒๐:The Right To Sight)

๙.๒ บุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็น คนสายตาเลือนราง และคนพิการ รวมถึงประชาชนทั่วไปได้รับการกระตุ้นเพื่อปลูกจิตสำนึกในการดูแลและตรวจสุขภาพดวงตาเป็นประจำ เพื่อป้องกันสภาวะตาบอดและสายตาเลือนรางจากสาเหตุที่ป้องกันได้

๙.๓ เกิดเป็นแนวนโยบายส่งเสริมรณรงค์ป้องกันเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้เกิดสภาวะตาบอดด้วยการออกกำลังกาย ตลอดจนเกิดการเปลี่ยนมุมมองของคนสายตาเลือนราง คนพิการทางสายตา คนพิการและบุคคลทั่วไป หันมาออกกำลังกายดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงเพื่อเป็นฐานในการสร้างภูมิคุ้มกันให้จิตใจมีความแข็งแรงเพิ่มขึ้น สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น


๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑๐.๑ เผยแพร่กิจกรรมและประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับคนพิการ ให้แก่สาธารณชนได้รับทราบ

๑๐.๒ สามารถกระตุ้นและปลุกจิตสำนึกรวมถึงรณรงค์ให้คนสายตาเลือนรางและบุคคลทั่วไปเกิดความตื่นตัวในการดูแลรักษาสุขภาพดวงตา และตระหนักถึงความสำคัญของการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

๑๐.๓ สามารถสร้างกิจกรรมสัมพันธ์ระหว่างคนพิการและบุคคลทั่วไปให้สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเข้าใจและยั่งยืน

๑๐.๔ สามารถหารายได้สมทบทุนสนับสนุนการจัดตั้งเป็นกองทุนสวัสดิการให้แก่สมาชิกและสนับสนุนโครงการระยะยาวและกิจกรรมต่อเนื่องเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการในทุกช่วงวัย และสนับสนุนอุปกรณ์การเรียนการสอนสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษในชมรมผู้ปกครอง ครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ลงชื่อ.....

(ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์พูนพิศ อมาตยกุล)

มูลนิธิราชสุดา

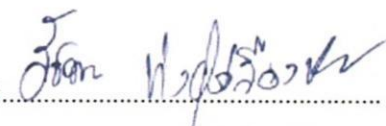
ผู้รับผิดชอบโครงการ

ลงชื่อ.....

(นายอนุพงศ์ สายสิทธิ์)

สมาคมคนสายตาเลือนราง (ประเทศไทย)

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ลงชื่อ.....

(นางสาวรัชชก เก่งรุ่งเรืองชัย)

ชมรมผู้ปกครอง ครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษ

โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ผู้รับผิดชอบโครงการ



มูลนิธิราชสุดา
RAJACHASUDA FOUNDATION



สมาคมคนสายตาสั้นรวม(ประเทศไทย)
LOW VISION ASSOCIATION (THAILAND)



ศูนย์บริการ ครู และศิษย์ทางการศึกษาพิเศษ
โรงเรียนสาธิตออออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

กำหนดการจัดงาน

โครงการ “เดิน-วิ่งมินิมาราธอน เพื่อคนพิการ ชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า

กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

Fight Running For The Disabled Season ๓”

วันอาทิตย์ที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

ณ สวนพุทธมณฑลสาย ๔ ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม

เวลา ๐๔.๓๐ น.	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมถึงบริเวณหน้างาน
เวลา ๐๕.๐๐ น.	เริ่มกิจกรรมบนเวที
เวลา ๐๕.๑๕ น.	ให้ความรู้เรื่องเทคนิคการเป็น Guide runner
เวลา ๐๕.๓๕ น.	กิจกรรมอบอุ่นร่างกายและยืดเหยียด โดย ครูติน
เวลา ๐๕.๕๐ น.	พิธีเปิด
เวลา ๐๖.๑๕ น.	ปล่อยตัวนักวิ่ง มินิมาราธอน ๑๐ กม.
เวลา ๐๖.๒๐ น.	ปล่อยตัวนักวิ่ง เดิน-วิ่ง ระยะทาง ๕ กม.
เวลา ๐๖.๒๕ น.	ปล่อยตัวนักวิ่ง เดิน-วิ่ง ระยะทาง ๓ กม.
เวลา ๐๗.๓๐ น.	พิธีมอบรางวัลผู้ชนะเลิศการแข่งขันแต่ละประเภท
เวลา ๐๘.๐๐ น.	ปิดการแข่งขัน

จัดโดย.



งานเดิน-วิ่งมินิมาราธอน เพื่อคนพิการ

Fight Running

For The Disabled Season ๓



ชิงด้วย พระราชทานสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

วันอาทิตย์ที่ 19 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 04.00 - 09.00 น.
ณ สวนพุทธมณฑลสาย 4 อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม

มูลนิธิราชสุดา ร่วมกับสมาคมคนสายตาเลือนราง (ประเทศไทย) และ ชมรมผู้ปกครอง ครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อจัดตั้งเป็นกองทุนพัฒนาคนพิการทุกประเภท เพื่อสร้างกิจกรรมสัมพันธ์ระหว่างคนพิการและบุคคลทั่วไปให้สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเข้าใจและยั่งยืน และเพื่อหารายได้สมทบทุนสนับสนุนอุปกรณ์การเรียนการสอนสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษในชมรมผู้ปกครอง ครู และศิษย์เก่า ศูนย์การศึกษาพิเศษโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



Front



Back



Front



Back



- 10 km Mini-marathon 500 บาท
- 5 km Fun Run 500 บาท
- 3 km Fun Run 500 บาท

ผู้สมัครทุกท่านจะได้รับเสื้อที่ระลึก และหลังเข้าเส้นชัยรับเหรียญที่ระลึก

**หมายเหตุ เด็กอายุไม่เกิน 9 ขวบและผู้พิการ ค่าสมัคร 300 บาท ทุกประเภท

Online Registration on : www.berving.com



Fight Running วิ่งเพื่อคนพิการ season 3

