



โรงเรียนวิเชียรชม

10 ถ. วิเชียรชม ต.ปอ้อย

อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	
มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา	
รับที่	1819
วันที่	13 / 5.ค.61
เวลา	10.40 น.

12 ธันวาคม 2561

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์ “วิเชียรชมสงขลาซูเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน ครั้งที่ 3 เดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ”

เรียน คณบดีคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. หนังสือโครงการ เดิน - วิ่ง เพื่อสุขภาพ จำนวน 1 ฉบับ
  2. โปรชัวร์ เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพ จำนวน 1 ฉบับ

ด้วยคณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองนักเรียนโรงเรียนวิเชียรชมและชมรมวิ่งสงขลาฯ ได้จัดโครงการสานสัมพันธ์เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพ ครั้งที่ 3 ประจำปี 2562 “วิเชียรชมสงขลาซูเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน ครั้งที่ 3 เดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ” ในวันอาทิตย์ที่ 27 มกราคม 2562 เวลา 04.30 น. ณ โรงเรียนวิเชียรชม อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา

ในการนี้ คณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองนักเรียนโรงเรียนวิเชียรชมใคร่ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์โครงการดังกล่าว เพื่อเชิญชวนบุคลากร นิสิตนักศึกษาและประชาชนทั่วไปเข้าร่วมกิจกรรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ “วิเชียรชมสงขลาซูเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน ครั้งที่ 3 เดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ” โดยรายละเอียดโครงการตามเอกสารที่แนบมานี้

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

เรียน คณบดี

- เพื่อโปรดทราบ / พิจารณา
- เห็นควร *ขอทราบก่อน*
- สำเนาแจ้ง.....

*ส.ส.*  
 (นางสุนิ เพชรนิล)  
 13 / 5.ค. 61

*เบญจมา*  
 (นายเจษฎา มาเฉลิม)

ติดต่อ โทร. 0

*ส.ส.*  
 14 05. 2561

ประธานคณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองนักเรียน  
โรงเรียนวิเชียรชม

- ขอทราบก่อนก่อน เห็น web on = /mes.วิ  
 - ขอทราบก่อนก่อนก่อนก่อนก่อนก่อน

*เบญจมา*  
 13.ค.61.

สารบรรณอิเล็กทรอนิกส์  
 วันที่ 17 5.ค. 2561

ชื่อโครงการ      สานสัมพันธ์   เดิน - วิ่ง เพื่อสุขภาพ

หน่วยงานผู้รับผิดชอบโครงการ   คณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองโรงเรียนวิเชียรชม

ลักษณะโครงการ      โครงการต่อเนื่อง

---

๑. หลักการและเหตุผล

เครือข่ายผู้ปกครองโรงเรียนวิเชียรชม กำหนดจัดโครงการ สานสัมพันธ์ เดิน - วิ่ง เพื่อสุขภาพ อันเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี สร้างความรักความสามัคคี ระหว่างผู้ปกครอง นักเรียน ครู และ ชุมชน อีกทั้งได้ร่วมกันพัฒนานักเรียน ทั้งด้านอารมณ์ สังคม และจิตใจ ให้เป็นผู้มีจิตใจที่เข้มแข็ง ร่างกายแข็งแรง อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อจัดหารายได้เข้ากองทุนเครือข่ายผู้ปกครอง โรงเรียนวิเชียรชม
๒. เพื่อสร้างความสามัคคีให้เกิดแก่ คุณครู ผู้ปกครอง นักเรียน รวมทั้งนักวิ่งต่างๆ ในจังหวัดสงขลา ประชาชน และบุคคลทั่วไป
๓. รายได้ส่วนหนึ่ง มอบให้เป็นทุนการศึกษา ให้กับเด็กนักเรียน โรงเรียนวิเชียรชม
๔. รายได้ส่วนหนึ่ง เป็นทุนเพื่อสร้างอุปกรณ์ ต่างๆ ที่สนับสนุนให้เด็กๆ ได้เรียนรู้
๕. เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมของเครือข่าย ในกระบวนการวางแผนและการแลกเปลี่ยนการเรียนรู้ในกิจกรรมครั้งนี้
๖. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชน และเยาวชน มีสุขภาพแข็งแรง ด้วยการออกกำลังกาย

๓. เป้าหมาย

เชิงปริมาณ

๑. ผู้ปกครอง นักเรียน และครู เข้าร่วมกิจกรรมอย่างน้อยร้อยละ ๘๐
๒. ชุมชน และบุคคลทั่วไป เข้าร่วมกิจกรรม ไม่น้อยกว่า ๓,๐๐๐ คน

เชิงคุณภาพ

๑. ผู้ปกครอง นักเรียน คุณครู ชุมชน และบุคคลทั่วไป มีสัมพันธ์ ที่ดีต่อกัน

๔. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้ปกครอง นักเรียน คุณครู ชุมชน และบุคคลทั่วไป

๕. กิจกรรมหลักของโครงการ

เดิน - วิ่ง ๗ รายการ

๑. ซุปเปอร์ฮาล์ฟ ๓๒ กิโลเมตร
๒. มินิมาราธอน ๑๐.๕ กิโลเมตร
๓. ฟันรัน ๔.๕ กิโลเมตร
๔. VIP
๕. วิ่งครอบครัว ๔.๕ กิโลเมตร
๖. นักเรียน ๔.๕ และ ๑๐.๕ กิโลเมตร
๗. แพนซี

## ๖. ระยะเวลาดำเนินการ

๑. เริ่ม รับสมัคร วันอังคาร ที่ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๑ – วันศุกร์ ที่ ๑๘ มกราคม ๒๕๖๒ ระหว่างเวลา ๑๕.๓๐ – ๑๗.๐๐ น. ณ โรงเรียนวิเชียรชม อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา
๒. ผู้สมัครรายงานตัวเข้าที่พัก วันเสาร์ ที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๖๒ ระหว่าง เวลา ๙.๐๐ – ๒๐.๐๐ น. ณ โรงเรียนวิเชียรชม อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา
๓. ผู้สมัคร แข่งขัน เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ วันอาทิตย์ ที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๖๒ ระหว่างเวลา ๐๔.๐๐ – ๐๙.๓๐ น. ณ จุดเริ่มต้นและสิ้นสุด โรงเรียนวิเชียรชม อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา

## ๗. วิธีดำเนินการ

### ขั้นวางแผน

๑. ประชุมคณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองนักเรียนโรงเรียนวิเชียรชม วางแผน ชี้แจงโครงการฯ
๒. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ
๓. ประสานงาน หน่วยงาน องค์กร บุคคลที่เกี่ยวข้อง

### ขั้นตอนดำเนินการ

๑. ประชุมชี้แจงคณะกรรมการเพื่อเตรียมโครงการ
๒. แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการ
๓. ประชุมคณะกรรมการของห้องทุกห้องเรียน เข้าร่วมจัดกิจกรรม
๔. ประสานงาน ประชุมชี้แจงผู้มีส่วนร่วม การดำเนินงาน
๕. ดำเนินกิจกรรมตามโครงการ

### ขั้นตรวจสอบ

๑. สำนักรวความพึงพอใจ โดยการตอบแบบสอบถาม ข้อเสนอแนะ ความประทับใจผู้เข้าร่วมกิจกรรม
๘. สถานที่ดำเนินโครงการ

โรงเรียนวิเชียรชม อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา

๑. เส้นทางระยะการวิ่งประเภท ฟันรัน เริ่มจากโรงเรียนวิเชียรชม – สระบัว – โรงแรมบีที (จุดกลับตัว ฟันรัน เพื่อกลับสู่โรงเรียนวิเชียรชม)
๒. เส้นทางระยะการวิ่งประเภท มินิฯ เริ่มจาก โรงเรียนวิเชียรชม – สระบัว – โรงแรมบีที – โรงเรียน มทาวชิราวุธ – สนามติณฯ – ลานดนตรี (จุดกลับตัว มินิฯ เพื่อกลับสู่โรงเรียนวิเชียรชม)
๓. เส้นทางระยะการวิ่งประเภท ซุปเปอร์ฮาล์ฟฯ เริ่มจาก โรงเรียนวิเชียรชม – สระบัว – โรงแรมบีที – โรงเรียนมทาวชิราวุธ – สนามติณฯ – ลานดนตรี- เก้าเส็ง – โรงพยาบาลจิตเวช – สำโรง – ไฟแดง เกาะถ้ำ – โรงเรียนชุมชนบ้านด่าน (จุดกลับตัว ซุปเปอร์ฮาล์ฟฯ เพื่อกลับสู่โรงเรียนวิเชียรชม)

### ๘. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

๑. ผู้ปกครอง
๒. นักเรียน
๓. ครู
๔. ประชาชน นักวิ่งทั่วไป



๑๐. งบประมาณ

ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก ผู้ปกครอง ครู ประชาชน นักวิ่งทั่วไป

๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. มีกองทุนสนับสนุนเครือข่ายผู้ปกครองนักเรียน โรงเรียนวิเชียรชม เพื่อดำเนินกิจกรรม ต่างๆที่เป็นการช่วยเหลือนักเรียน โรงเรียน ภายใต้การวางแผนการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ

๒. ผู้ปกครอง นักเรียน ครู ชุมชน และบุคคลทั่วไป มีสัมพันธ์ ที่ดีต่อกันรู้สึกรักผูกพันกับโรงเรียน เต็มใจที่จะร่วมกันพัฒนานักเรียน โรงเรียนในทุกๆด้าน ให้เป็นโรงเรียนที่ดีมีคุณภาพ ทั้งทางด้านวิชาการ สุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม

ลงชื่อ..... .....ผู้รับผิดชอบโครงการ

(นายเจษฎา มาเฉลิม)

ประธานคณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองโรงเรียนวิเชียรชม

ลงชื่อ..... .....ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวสุนธา สุทธินิยม)

เลขานุการคณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองโรงเรียนวิเชียรชม

ลงชื่อ..... .....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางสุชาติ กวีพันธ์)

หัวหน้างานบริหารทั่วไป

ลงชื่อ..... .....ผู้อนุมัติโครงการ

(นาง กมลทัศน์ ศรประสิทธิ์)

ผู้อำนวยการโรงเรียนวิเชียรชม



วิเชียรชมสงขลาซูเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน มินิมาราธอน และฟันรัน ครั้งที่ 3  
วันอาทิตย์ที่ 27 มกราคม พ.ศ.2562

ชื่อ.....  
วัน เดือน ปีเกิด..... เพศ  ชาย  หญิง  
ขนาดเสื้อ มีแขน Size  32  34  XS  S  M  L  XL  XXL  
ขนาดเสื้อ มีแขน Size  S  M  L  XL  XXL  
สังกัดบริษัท/ชมรม/โรงเรียน.....  
ที่อยู่.....  
โทรศัพท์.....

**ซูปเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน / HALK MARATHON 32 KM.**  
ชาย(Male) อายุ(Age) ปี/yrs. หญิง(Female) อายุ(Age) ปี/yrs.  
 รุ่นทั่วไป  รุ่นทั่วไป  
 รุ่นอายุ 19-29 ปี  รุ่นอายุ 19-29 ปี  
 รุ่นอายุ 30-34 ปี  รุ่นอายุ 30-39 ปี  
 รุ่นอายุ 35-39 ปี  รุ่นอายุ 40-49 ปี  
 รุ่นอายุ 40-44 ปี  รุ่นอายุ 50-59 ปี  
 รุ่นอายุ 45-49 ปี  รุ่นอายุ 60-ปีขึ้นไป  
 รุ่นอายุ 50-54 ปี  
 รุ่นอายุ 55-59 ปี  
 รุ่นอายุ 60-69 ปี  
 รุ่นอายุ 70 ปีขึ้นไป (ถ้วยรางวัล 1-5)

**มินิมาราธอน / MINI MARATHON 10.5 KM.**  
ชาย(Male) อายุ(Age) ปี/ yrs. หญิง(Female) อายุ(Age) ปี/ yrs.  
 รุ่นทั่วไป  รุ่นทั่วไป  
 รุ่นอายุ 19-29 ปี  รุ่นอายุ 19-29 ปี  
 รุ่นอายุ 30-34 ปี  รุ่นอายุ 30-39 ปี  
 รุ่นอายุ 35-39 ปี  รุ่นอายุ 40-49 ปี  
 รุ่นอายุ 40-44 ปี  รุ่นอายุ 50-59 ปี  
 รุ่นอายุ 45-49 ปี  รุ่นอายุ 60-ปีขึ้นไป  
 รุ่นอายุ 50-54 ปี  
 รุ่นอายุ 55-59 ปี  
 รุ่นอายุ 60-69 ปี  
 รุ่นอายุ 70 ปีขึ้นไป (ถ้วยรางวัล 1-5)

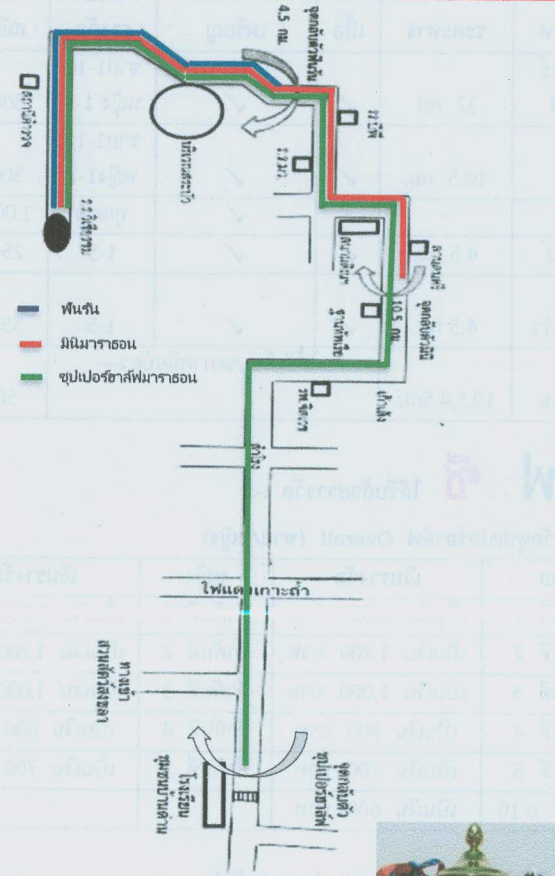
**ฟันรัน / FUNRUN 4.5 KM.**  
ชาย(Male) อายุ(Age) ปี/yrs. หญิง(Female) อายุ(Age) ปี/yrs.  
 รุ่นอายุไม่เกิน 13 ปี  รุ่นอายุไม่เกิน 13 ปี  
 รุ่นอายุ 14-18 ปี  รุ่นอายุ 14-18 ปี  
 รุ่นอายุ 19-29 ปี  รุ่นอายุ 19-29 ปี  
 รุ่นอายุ 30-39 ปี  รุ่นอายุ 30-39 ปี  
 รุ่นอายุ 40-49 ปี  รุ่นอายุ 40-49 ปี  
 รุ่นอายุ 50-59 ปี  รุ่นอายุ 50-59 ปี  
 รุ่นอายุ 60 ปีขึ้นไป  รุ่นอายุ 60 ปีขึ้นไป

รุ่น V.I.P  ริงครอบครัว  นักเรียน  แฟนซี

คำรับรอง : ข้าพเจ้าขอรับรองว่าเป็นความจริง ตลอดทั้งได้ฝึกซ้อมร่างกายให้มีสุขภาพที่พร้อมสมบูรณ์และยินดีเข้าร่วมกิจกรรมวิ่งมาราธอนด้วยความเต็มใจและไม่เรียกร้องค่าเสียหายใดๆหากเกิดอันตราย บาดเจ็บทั้งก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม รวมทั้งยินดีแสดงเอกสารหลักฐานบัตรประชาชนเพื่อยืนยันตัวตน และยินยอมให้บันทึกภาพและวิดีโอเหตุการณ์ตลอดการร่วมกิจกรรมซึ่งถือว่าเป็นสิทธิของคณะผู้จัดกิจกรรม

ลงชื่อ/Signature.....ผู้สมัคร

# เส้นทางวิ่ง/Running Map



คณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครอง ร่วมกับ โรงเรียนวิเชียรชม และชมรมวิ่ง สงขลาครั้งนี้ ขอเชิญร่วมกิจกรรมเดิน - วิ่ง เพื่อสุขภาพ



วิเชียรชมสงขลาซูเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน ครั้งที่ 3  
เดิน - วิ่งเพื่อสุขภาพ  
ชิงถ้วยรางวัลกว่า 300 ใบ และเงินรางวัล กว่า 20,000 บาท  
วันอาทิตย์ที่ 27 มกราคม พ.ศ.2562 ณ โรงเรียนวิเชียรชม อ.เมือง จ.สงขลา เวลา 04.00 น.

## ติดต่อสอบถาม เครือข่ายผู้ปกครอง

- ❖ คุณเจษฎา มาเฉลิม 081 - 4797281 ประธานเครือข่ายผู้ปกครอง
- ❖ คุณสุนธา สุทธินิยม 088 - 7826241 เลขานุการ
- ❖ คุณอรอุมา สุงามาลา 081 - 4817066 กรรมการ





## วิเชียรชมสงขลาชุปเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน มินิมาราธอน และฟันรัน ครั้งที่ 3

วันอาทิตย์ที่ 27 มกราคม พ.ศ.2562

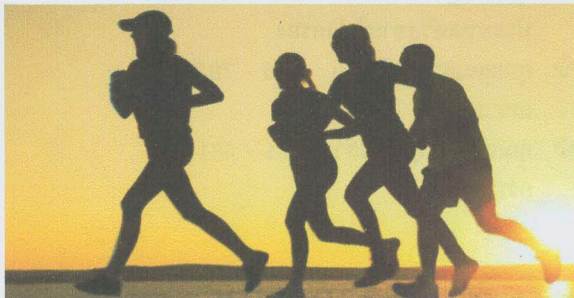
ชิงถ้วยรางวัลกว่า 300 ใบ และเงินรางวัลกว่า 20,000 บาท  
จุดเริ่มต้น และเส้นชัย ณ โรงเรียนวิเชียรชม อ.เมือง จ.สงขลา

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อจัดหารายได้เข้ากองทุนเครือข่ายผู้ปกครอง โรงเรียนวิเชียรชม
2. เพื่อสร้างความสามัคคีให้เกิดแก่ผู้ปกครอง คุณครู และนักเรียน รวมทั้งนักเรียน  
วิ่งต่างๆในจังหวัดสงขลา
3. รายได้มอบให้เป็นทุนการศึกษาสำหรับเด็กนักเรียน
4. เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมของเครือข่าย ในกระบวนการวางแผนและการเกิด  
การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกิจกรรมครั้งนี้
5. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชน และเยาวชนมีสุขภาพแข็งแรงด้วยการออกกำลังกาย

### การบริการผู้เข้าร่วมกิจกรรม

1. บริการน้ำดื่ม/เครื่องดื่มตามมาตรฐานการจัดการแข่งขัน
2. บริการรับประทานอาหารหลังเข้าเส้นชัย
3. บริการรับฝากสัมภาระ
4. บริการด้านการแพทย์และพยาบาล การจราจร และความปลอดภัย  
ตลอดเส้นทางแข่งขัน
5. บริการที่พัก (นำที่นอนมาเอง) อาคารเรียน



ประเภท	ระยะทาง	เสื้อ	เหรียญ	ถ้วยรางวัล	ค่าสมัคร
ชุปเปอร์ฮาล์ฟ	32 กม.	✓	✓	ชาย1-10 หญิง 1-7	500.-
มินิฯ	10.5 กม.	✓	✓	ชาย1-10 หญิง1-7	300.-
V.I.P	-	✓	✓	ทุกคน	1,000.-
ฟันรัน	4.5 กม.	✓	✓	1-5	250.-
วิ่งครอบครัว	4.5 กม.	✓	✓	1-5	350.-
นักเรียน	10.5,4.5กม.	--ได้รับใบประกาศนียบัตร--			50.-

- แฟนซี ได้รับถ้วยรางวัล 1-5

เงินรางวัลชุปเปอร์ฮาล์ฟ Overall (ชาย/หญิง)

ชาย	เงินรางวัล	หญิง	เงินรางวัล
ลำดับที่ 1	เป็นเงิน 1,500 บาท	ลำดับที่ 1	เป็นเงิน 1,500 บาท
ลำดับที่ 2	เป็นเงิน 1,200 บาท	ลำดับที่ 2	เป็นเงิน 1,200 บาท
ลำดับที่ 3	เป็นเงิน 1,000 บาท	ลำดับที่ 3	เป็นเงิน 1,000 บาท
ลำดับที่ 4	เป็นเงิน 800 บาท	ลำดับที่ 4	เป็นเงิน 800 บาท
ลำดับที่ 5	เป็นเงิน 700 บาท	ลำดับที่ 5	เป็นเงิน 700 บาท
ลำดับที่ 6-10	เป็นเงิน 600 บาท		

เงินรางวัลมินิมาราธอน Overall (ชาย /หญิง)

ชาย	เงินรางวัล	หญิง	เงินรางวัล
ลำดับที่ 1	เป็นเงิน 1,000 บาท	ลำดับที่ 1	เป็นเงิน 1,000 บาท
ลำดับที่ 2	เป็นเงิน 800 บาท	ลำดับที่ 2	เป็นเงิน 800 บาท
ลำดับที่ 3	เป็นเงิน 700 บาท	ลำดับที่ 3	เป็นเงิน 700 บาท
ลำดับที่ 4	เป็นเงิน 600 บาท	ลำดับที่ 4	เป็นเงิน 600 บาท
ลำดับที่ 5	เป็นเงิน 500 บาท	ลำดับที่ 5	เป็นเงิน 500 บาท

ที่เข้าเส้นชัยจะได้รับเหรียญ

นักวิ่งชุปเปอร์ฮาล์ฟ 400 ท่านแรก

นักวิ่งมินิมาราธอน 600 ท่านแรก

นักวิ่งฟันรัน 1,000 ท่านแรก

หมายเหตุ :- เงินรางวัลเฉพาะคนไทย

### การรับสมัคร

- ❖ วันที่ 11 ธันวาคม 2561 - 28 ธันวาคม 2561 ระหว่างเวลา 17.00 น. - 18.30 น. จุดรับสมัคร สนามติณ จ.สงขลา
- ❖ วันที่ 7 มกราคม 2562 - 18 มกราคม 2562 ระหว่างเวลา 15.30 น. - 17.00 น. จุดรับสมัคร โรงเรียนวิเชียรชม จ.สงขลา
- ❖ วันเสาร์ที่ 26 มกราคม 2562 ระหว่างเวลา 9.00 น. - 20.00 น. ณ จุดรับสมัคร โรงเรียนวิเชียรชม จ.สงขลา (มีอาหารเย็นเลี้ยง)
- ❖ วันอาทิตย์ที่ 27 มกราคม พ.ศ.2562 (เข้าวันแข่งขัน) ระหว่างเวลา 04.00 น. - 05.30 น. ณ จุดรับสมัคร โรงเรียนวิเชียรชม จ.สงขลา
- ❖ รับสมัครออนไลน์ ตั้งแต่วันนี้ - 18 มกราคม 2562 ได้ที่



@fhk6613s



เครือข่ายผู้ปกครอง

โรงเรียนวิเชียรชม



### กำหนดการ

- เวลา 04.00 น. ลงทะเบียนรับเสื้อ - เบอร์วิ่ง
- เวลา 04.30 น. ปลอ่ยตัวนักวิ่งชุปเปอร์ฮาล์ฟมาราธอน
- เวลา 05.30 น. พิธีเปิดการแข่งขันอย่างเป็นทางการ
- เวลา 06.00 น. ประธานในพิธีให้สัญญาณปลอ่ยตัวนักวิ่ง มินิมาราธอน และฟันรันตามลำดับ
- เวลา 07.30 น. พิธีมอบถ้วยรางวัล และเงินรางวัล/รับประทานอาหาร

ติดต่อสอบถาม : ชมรมวิ่งสงขลา รันนิ่ง

คุณสม้ย 089 - 7434475 (ประธาน)

คุณชัยชาญ 081 - 7676016 (รองประธาน)

คุณพัฒน์ 086 - 4816394 (ที่ปรึกษา)

