



ประกาศสำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดสระบุรี  
เรื่อง กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาสะสมแคลอรีระดับจังหวัด (Calorie credit challenge)  
เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ  
๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ ภายใต้โครงการพัฒนาแพลตฟอร์มเชื่อมโยงและบูรณาการข้อมูลสถิติ  
การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของประชาชน (Calories Credit Challenge) ระยะที่ ๒

สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ร่วมกับจังหวัดสระบุรี โดยสำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดสระบุรีได้จัดทำโครงการพัฒนาแพลตฟอร์มเชื่อมโยงและบูรณาการข้อมูลสถิติการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของประชาชน (Calories Credit Challenge) ระยะที่ ๒ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนได้เล่นกีฬาและออกกำลังกาย ตามความถนัดและสนใจของแต่ละคน เพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ร่างกาย โดยสามารถออกกำลังกายอยู่ที่บ้านหรือที่ไหนก็ได้ ซึ่งมีวิธีการออกกำลังกาย เฝ้าผลาญแคลอรีมากมายหลายประเภทที่สามารถทำเองได้ที่บ้าน และเพื่อเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ครบ ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗

สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดสระบุรี จึงขอประกาศจัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาสะสมแคลอรีระดับจังหวัด (Calorie credit challenge) เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ โดยมีรายละเอียดการร่วมกิจกรรม ดังต่อไปนี้

๑. ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมที่แอปพลิเคชัน : Calories Credit Challenge ได้ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๗

๒. เมื่อลงทะเบียนเสร็จเรียบร้อยแล้ว สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ โดยการส่งผลการออกกำลังกายมาทางแอปพลิเคชัน : Calories Credit Challenge ภายในระยะเวลาการจัดกิจกรรมที่กำหนด ๑๒๒ วัน ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน - ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

๓. ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรม จะต้องส่งผลการร่วมกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ผ่านช่องทางแอปพลิเคชัน : Calories Credit Challenge โดยระบบคำนวณแคลอรีที่ได้จากกิจกรรมที่ร่วม เช่น ภาพจากแอปพลิเคชันที่กำหนดแสดงระยะทางวิ่งหรือเดินที่มีหน่วยวัดชัดเจน หรือการออกกำลังกายรูปแบบอื่นๆ เพื่อเป็นการสะสมแคลอรีต่อวัน

๔. ตลอดกิจกรรมผู้ร่วมกิจกรรมจะต้องสะสม Credit ให้ได้ไม่น้อยกว่า ๕๐ Credit ให้กับผู้ที่ออกกำลังกายสะสมแคลอรีอย่างสม่ำเสมอไม่น้อยกว่า ๓ วันต่อสัปดาห์ และไม่น้อยกว่า ๓๐ นาทีต่อครั้ง ในทุกรูปแบบกิจกรรม (ระหว่างวันที่ ๑ เมษายน - ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗)

๕. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องทำการออกกำลังกายเฝ้าผลาญแคลอรี โดยจะทำการชั่งน้ำหนักก่อนออกกำลังกายต่อเนื่องทุกวัน หรือเว้นวันก็ได้

๖. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องคำนึงถึงสุขภาพที่ดี จากการออกกำลังกายเป็นหลักโดยระมัดระวังในการรักษาสุขภาพของตนเอง หากความพร้อมของร่างกายไม่สมบูรณ์หรือมีอาการบาดเจ็บควรหยุดพักในทันที

๗. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องส่งหลักฐานภาพบันทึกหน้าจอแอปพลิเคชัน (Application) ของโทรศัพท์ หรือภาพถ่ายหน้าจอนาฬิกาสมาร์ทวอช์ (Smart Watch) ที่แสดงผลเป็นจำนวนแคลอรีที่ใช้ภายในการออกกำลังกายทุกครั้ง โดยส่งผ่านทางช่องทาง แอปพลิเคชัน : Calories Credit Challenge

๘. กติกาการมอบรางวัลที่ระลึก

๘.๑ ไม่จำกัดรุ่นอายุและเพศ

/๘.๒ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

- ๘.๒ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๐๐ ท่านแรกที่ได้แคลอรีสะสม Credit ให้ได้ไม่น้อยกว่า ๕๐ Credit
๙. ประกาศรายชื่อผู้ได้รับของรางวัลที่ระลึก ในวันที่ ๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

ทั้งนี้ เพื่อให้การดำเนินการประกาศรายชื่อผู้ได้รับของรางวัลที่ระลึก เป็นไปด้วยความโปร่งใส และเป็นธรรม สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดสระบุรีจะประกาศผลรางวัลกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาสะสมแคลอรีระดับจังหวัด (Calorie credit challenge) เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสสมทวมงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ ภายใต้ โครงการพัฒนาแพลตฟอร์มเชื่อมโยงและบูรณาการข้อมูลสถิติการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของประชาชน (Calories Credit Challenge) ระยะที่ ๒ ผ่านทาง facebook สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดสระบุรี และขอสงวนสิทธิ์ในการดำเนินการเปลี่ยนแปลงต่างๆ

ประกาศ ณ วันที่ ๑๔ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗



(นายกสิเดช จารุเท็ง)  
ท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดสระบุรี