

เส้นทางวิ่ง

**คำแนะนำ
สำหรับการแข่งขัน**

1. ผู้แข่งขันควรมีสภาพสมบูรณ์ และมีการพักผ่อน ก่อนการแข่งขัน
2. ผู้แข่งขัน ต้องปฏิบัติตามกติกาการแข่งขัน
3. ผู้แข่งขัน สินยอม ให้คณะผู้จัดการแข่งขันบันทึกภาพ หรือวีดิทัศน์เหตุการณ์ทุกชนิด เพื่อเผยแพร่ และถือว่า ภาพเหล่านั้น เป็นลิขสิทธิ์ของผู้จัดการแข่งขัน
4. กรณีได้รับรางวัล ผู้แข่งขันต้องแสดง

หลักฐาน วัน เดือน ปีเกิด เพื่อพิสูจน์อายุตนเอง หากไม่มี หรือ ไม่ตรงกับกลุ่มอายุ สินยอมให้ผู้จัดการแข่งขันตัดสินสิทธิในการรับรางวัลโดยไม่มีเหตุอันควร



มูลนิธิโรงพยาบาลหาดใหญ่
ขอเชิญ..สมทบทุนและร่วมการแข่งขัน

เดิน-วิ่ง
เพื่อสุขภาพและการกุศล

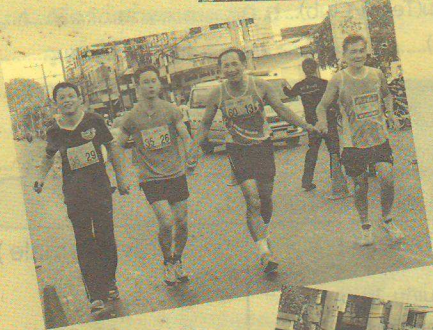
ครั้งที่
13

รพ.หาดใหญ่
22 มีนาคม 2558

เวลา 05.30 น.

ณ บริเวณอาคารศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก
โรงพยาบาลหาดใหญ่
(ตรงข้ามที่ทำการไปรษณีย์หาดใหญ่)

สอบถามได้ที่ โทรศัพท์ 0-7427-3100, 0-7427-3217
0-7427-3229 (เฉพาะเวลาราชการ)
087-2927840, 089-7372468, 089-4106943



▶ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีสิทธิลุ้นรับของรางวัล (ชิงโชคทางบัตร)

จัดโดย

- ▶ มูลนิธิโรงพยาบาลหาดใหญ่
- ▶ คณะกรรมการบริหารและเจ้าหน้าที่ รพ.หาดใหญ่

กติกาการแข่งขัน

1. นักวิ่งจะต้องมีอายุตามประเภทกลุ่มอายุที่เข้าแข่งขัน (พ.ศ.2558-พ.ศ.เกิด)
2. ต้องวิ่งผ่านจุด Check Point และต้องมีหลักฐานแสดงที่จุดสิ้นสุดครบถ้วน
3. ติดหมายเลขประจำตัวที่หน้าอกเสื้อ และมีเครื่องหมาย Check Mark เพื่อแสดงว่าออกจากจุดสตาร์ท
4. ห้ามผู้อื่นที่ไม่ได้สมัครลงแข่งขันวิ่งแทนผู้ที่สมัครด้วยชื่อของตนเอง
5. การตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นเด็ดขาด

บริการ

1. มีจุดให้น้ำตามเส้นทางแข่งขัน พร้อมทั้งมีเครื่องดื่มและอาหารว่างบริการหลังเข้าเส้นชัย
2. บริการรับฝากของ(โปรดรับคืนภายในเวลา 09.00 น.)
3. สถานที่จอดรถโรงเรียนเทศบาล 1 (เอ็งเสียงสามัคคี) ถนนด้านข้างโรงพยาบาลหาดใหญ่และสนามกีฬา จิระนคร
4. มีรถพยาบาลดูแลเหตุฉุกเฉินตลอดการแข่งขัน
5. มีสินค้าราคาพิเศษพร้อมให้ท่านเลือกซื้อ

ที่พัก

ที่พัก : โรงเรียนเทศบาล 1 (เอ็งเสียงสามัคคี)

- ▶ อาหารและเครื่องดื่ม **ฟรี**
โปรดเตรียมเครื่องนอนมาเอง

ฟรี บริการตรวจสุขภาพ ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง
คำนวณค่าดัชนีมวลกาย วัดความดันโลหิต และจับชีพจร

- ▶ ชุมส่งเสริมสุขภาพ จัดนิทรรศการให้ความรู้
และกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ
วันที่ 21 มีนาคม 2558 / เวลา 13.00 - 20.00 น.

▷ วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยการเดิน-วิ่ง
2. เพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ภายในองค์กรและระหว่างหน่วยงาน
ชุมชน
3. เพื่อประชาสัมพันธ์และหารายได้เข้ามูลนิธิรพ.หาดใหญ่
4. เพื่อจัดสร้างอาคาร 50 ปี
ศูนย์ผู้ป่วยโรคมะเร็ง รพ.หาดใหญ่



▷ จุดเริ่มต้น-เส้นทาง

- เริ่มต้น : บริเวณด้านหน้าอาคารศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก
โรงพยาบาลหาดใหญ่
- เวลา 05.00 น. ขอเชิญร่วมอบอุ่นร่างกายก่อนการแข่งขัน
 - เวลา 06.00 น. ปลอ่ยตัวมีนียมารอน 10.5 กม.
 - เวลา 06.10 น. ปลอ่ยตัวประเภทฟันรัน (4 ก.ม.)
- เส้นทาง : บริเวณด้านหน้าอาคารศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก
โรงพยาบาลหาดใหญ่

▷ ค่าสมัคร

500

- วิโอพี 700 บาท (มีนียมารอน/ฟันรัน รับเสื้อที่ระลึก)
- มีนียมารอน 250 บาท (รับเสื้อที่ระลึก)
- ฟันรัน 250 บาท (รับเสื้อที่ระลึก)
- ฟันรันนักเรียน / นักศึกษา 100 บาท

หลังจากสมัครแล้วไม่คืนค่าสมัคร ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น
After registration no refunds

▷ การรับสมัคร

ตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ 21 มีนาคม 2558
ชื่อบัตรได้ที่ เคาน์เตอร์ประชาสัมพันธ์
อาคารผู้ป่วยนอก ชั้น 1 ตั้งแต่เวลา 08.00-16.00 น.

- วันเสาร์ที่ 21 มีนาคม 2558 : เวลา 13.00-20.00 น.
- วันอาทิตย์ที่ 22 มีนาคม 2558 : เวลา 04.15-05.30 น.
ณ บริเวณด้านหน้าอาคารศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก
รพ.หาดใหญ่

▷ รางวัล

วิ่ง Mini Marathon 10.5 kms.

1. ผู้เข้าเส้นชัย ลำดับที่ 1-5 ของทุกกลุ่มอายุ ชาย/หญิง
จะได้รับถ้วยรางวัลเกียรติยศ
2. ผู้เข้าเส้นชัย ลำดับที่ 6-10 ของทุกกลุ่มอายุชาย/หญิง
จะได้รับของที่ระลึก
3. รุ่นประธานชมรมวิ่งลำดับที่ 1-10
จะได้รับถ้วยรางวัลเกียรติยศ

ฟันรัน / FunRun 4 Kms.

1. ผู้เข้าเส้นชัย ลำดับที่ 1-5 ของทุกกลุ่มอายุ
ชาย/หญิง จะได้รับถ้วยรางวัลเกียรติยศ
2. ผู้เข้าเส้นชัย ลำดับที่ 6-10 ของทุกกลุ่มอายุ
ชาย/หญิง จะได้รับของที่ระลึก

นักวิ่งที่เข้าเส้นชัยทุกรุ่น ทุกประเภท
จะได้รับเหรียญที่ระลึก

การรับรางวัล ต้องแสดงหลักฐานต่อคณะกรรมการดังนี้

1. บัตรประจำตัวประชาชนหรือบัตรที่ออกโดยส่วนราชการที่
ระบุ วัน เดือน ปีเกิดพร้อมรูปถ่ายฉบับจริง
2. หลักฐานหรืออุปกรณ์ที่ผู้จัดกำหนดให้ครบและถูกต้อง

การประท้วง จะประท้วงได้ภายใน 30 นาทีหลังเข้าเส้นชัยโดย
ผู้เข้าแข่งขันเท่านั้น และผู้ประท้วงต้องวางเงินประกัน 500 บาท
หากการประท้วงไม่เกิดผล จะไม่คืนเงินประกันให้

▷ ประเภทการแข่งขัน

วิ่ง Mini Marathon 10.5 kms.

ชาย (Male)

- อายุไม่เกิน 16 ปี
- ประเภททั่วไป
- อายุ 30-34 ปี
- อายุ 35-39 ปี
- อายุ 40-44 ปี
- อายุ 45-49 ปี
- อายุ 50-54 ปี
- อายุ 55-59 ปี
- อายุ 60-64 ปี
- อายุ 65-69 ปี
- อายุ 70 ปีขึ้นไป
- ประธานชมรมวิ่ง

หญิง (Female)

- ประเภททั่วไป
- อายุ 30-39 ปี
- อายุ 40-49 ปี
- อายุ 50 ปีขึ้นไป

พันรัน / Fun Run 4 kms.

ชาย(Male)

- อายุไม่เกิน 16 ปี
- ทั่วไป
- อายุ 35-49 ปี
- อายุ 50 ปีขึ้นไป

หญิง(Female)

- อายุไม่เกิน 16 ปี
- ทั่วไป
- อายุ 35-49 ปี
- อายุ 50 ปีขึ้นไป



...สุขภาพดีไม่มีให้
ไม่มีขายแม้จ่ายแพง สุขภาพดีจะมีได้
ท่านทั้งหลายต้องออกกำลังกาย...

*** เพื่อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม และส่งเสริมสุขภาพ
กรุณาส่งต่อเอกสารนี้ แก่ผู้สนใจทั่วไป ***

ใบสมัคร Entry Form

โปรดกรอกข้อความให้สมบูรณ์
(Please Print Or Write Clearly)

ชื่อ(Name).....
วัน เดือน ปีเกิด(Date of Birth)...../...../.....อายุ(Age).....ปี
สัญชาติ(Nationality).....เพศ(Sex) ชาย(Male) หญิง(Female)
สังกัดทีม/ชมรม(Team/Club).....
ที่อยู่(Address).....

รหัสไปรษณีย์(Post Code).....โทร(Tel).....

วิ่ง Mini Marathon 10.5 kms.

ชาย (Male)

- อายุไม่เกิน 16 ปี
- ประเภททั่วไป
- อายุ 30-34 ปี
- อายุ 35-39 ปี
- อายุ 40-44 ปี
- อายุ 45-49 ปี
- อายุ 50-54 ปี
- อายุ 55-59 ปี
- อายุ 60-64 ปี
- อายุ 65-69 ปี
- อายุ 70 ปีขึ้นไป
- ประธานชมรมวิ่ง

หญิง (Female)

- ประเภททั่วไป
- อายุ 30-39 ปี
- อายุ 40-49 ปี
- อายุ 50 ปีขึ้นไป

พันรัน / Fun Run 4 kms.

ชาย(Male)

- อายุไม่เกิน 16 ปี
- ทั่วไป
- อายุ 35-49 ปี
- อายุ 50 ปีขึ้นไป

หญิง(Female)

- อายุไม่เกิน 16 ปี
- ทั่วไป
- อายุ 35-49 ปี
- อายุ 50 ปีขึ้นไป

คำรับรอง : ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมกิจกรรมตามที่สมัครข้างต้นด้วยความจริงใจและจะไม่เรียกร้องค่าเสียหายใดๆ หากเกิดอันตรายหรือการบาดเจ็บแก่ตัวข้าพเจ้าและผู้ร่วมทีมทุกคน ทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม อีกทั้งยินดีที่จะแสดงหลักฐานเพื่อพิสูจน์อายุตัวเองก่อนรับรางวัลการแข่งขันต่อคณะกรรมการแข่งขัน
ลายมือชื่อ.....ผู้สมัครEntrantSign.
ลายมือชื่อผู้ปกครอง.....ในกรณีเยาวชนอายุไม่ถึง 15 ปี
วันที่เขียนใบสมัคร...../...../.....Date