



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี โทร. ๐๓๕-๕๓๕๒๕๒-๕ ต่อ ๒๑๐๖

ที่ สธ ๑๑๐๓.๒๓/ว ๒๖๗

วันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมโครงการ “วิ่งออนไลน์ผ่านเมืองเหนือสุพรรณบุรี”

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก

ตามที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรีได้รับมอบหมายจากสถาบันพระบรมราชชนกให้ดำเนินการจัดโครงการพัฒนาบุคลากรและนักศึกษาด้านกิจกรรมกีฬาและส่งเสริมสุขภาพนักศึกษาของสถาบัน “วิ่งออนไลน์ผ่านเมืองเหนือสุพรรณบุรี” ในวันเสาร์ที่ ๒๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เพื่อสร้างความตระหนักในการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรและนักศึกษาด้วยการเล่นกีฬา และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนักศึกษาและคณาจารย์ ทั้ง ๓๙ วิทยาลัย โดยกำหนดประชุมเตรียมความพร้อมและทดสอบระบบการวิ่งออนไลน์ในวันเสาร์ที่ ๑๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. นั้น

ในการนี้ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี จึงขอเชิญท่าน บุคลากร และนักศึกษาเข้าร่วมโครงการฯ ดังนี้

๑) เข้าร่วมกิจกรรม “วิ่งออนไลน์ผ่านเมืองเหนือสุพรรณบุรี” วันเสาร์ที่ ๒๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ ผ่าน ZWIFT RUNPOD และระบบโปรแกรม Zoom ได้ตาม QR Code หรือผ่านช่องทาง : <https://zoom.us/j/93311767371?pwd=ZEFvV2k0NWROUUpDNTNDWEtuVGdpQT09> และถ่ายทอดสดผ่าน YouTube Live

๒) เข้าร่วมประชุมเตรียมความพร้อมและทดสอบระบบการวิ่งออนไลน์ สำหรับรองผู้อำนวยการฝ่ายกิจการนักศึกษา และผู้รับผิดชอบ ในวันเสาร์ที่ ๑๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. โดยสามารถเข้าร่วมประชุมและทดสอบระบบผ่านโปรแกรม Zoom ได้ตาม QR Code หรือผ่านช่องทาง : <https://zoom.us/j/93515912972?pwd=WXUrN2V5TjVHSG1wcmg1RDJQU2dsZz09>

๓) วิทยาลัยขอส่งอุปกรณ์ ZWIFT RUNPOD สำหรับใช้ในการจัดกิจกรรมกีฬารunning จำนวน ๓ ชุด เพื่อใช้ร่วมกับลู่วิ่งไฟฟ้า และขอให้วิทยาลัยตอบแบบสำรวจผ่านลิงค์ <https://forms.gle/zJ7orHBuGraEt7Mg9> หรือ QR Code ภายในวันจันทร์ที่ ๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ ทั้งนี้กรุณากรอกแบบตอบรับเมื่อได้รับอุปกรณ์ ZWIFT RUNPOD ตาม QR Code ที่ปรากฏตามหนังสือฉบับนี้ ดังมีรายละเอียดตามเอกสารแนบท้าย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ

พิศิษฐ์ พลชนะ

(นายพิศิษฐ์ พลชนะ)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี



ประชุมเตรียมความพร้อม  
และทดสอบระบบ  
วันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๔



วิ่งออนไลน์ผ่านเมืองเหนือสุพรรณบุรี  
วันที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๕๖๔



แบบสำรวจ



แบบตอบรับเมื่อได้รับอุปกรณ์

กำหนดการโครงการพัฒนาบุคลากรและนักศึกษาด้านกิจกรรมกีฬาและส่งเสริมสุขภาพนักศึกษา

สถาบันพระบรมราชชนก

กีฬาเพื่อสุขภาพ “วิ่งออนไลน์ผ่านเมืองเหนือสุพรรณบุรี”

ผ่าน ZWIFT RUNPOD

และถ่ายทอดสดผ่านระบบ Zoom และ youtube live

ณ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี

วันเสาร์ที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๔

เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

- ประชุมเตรียมความพร้อมและทดสอบระบบวิ่งออนไลน์  
ของวิทยาลัยในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ๓๙ วิทยาลัย

วันเสาร์ที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๕๖๔

เวลา ๐๘.๓๐ – ๐๙.๐๐ น.

- ลงทะเบียน

เวลา ๐๙.๐๐ – ๐๙.๓๐ น.

- อธิการบดีสถาบันพระบรมราชชนก ศาสตราจารย์พิเศษ ดร.นายแพทย์วิชัย เทียนถาวร  
ประธานในพิธีอยู่ในระบบออนไลน์
- การแสดงขับร้องเพลงอีแซวต้อนรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งออนไลน์  
และเชิญชวนเที่ยวเมืองสุพรรณบุรี  
โดย ศิลปินแห่งชาติ แม่เพลงพื้นบ้านภาคกลาง แม่ขวัญจิต ศรีประจันต์
- ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี ดร.พิศิษฐ์ พลชนะ  
กล่าวรายงาน

เวลา ๐๙.๓๐ – ๑๐.๓๐ น.

- อธิการบดี สถาบันพระบรมราชชนก  
ศาสตราจารย์พิเศษ ดร.นายแพทย์วิชัย เทียนถาวร  
กล่าวต้อนรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งออนไลน์
- บรรยายพิเศษ “นโยบายการสร้างเสริมสุขภาพนักศึกษา  
และบุคลากรของสถาบันพระบรมราชชนก”  
โดย อธิการบดีสถาบันพระบรมราชชนก  
ศาสตราจารย์พิเศษ ดร.นายแพทย์วิชัย เทียนถาวร

เวลา ๑๐.๓๐ – ๑๒.๐๐ น.

- กิจกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพวิ่งออนไลน์ ระยะทาง ๕ กิโลเมตร  
ของนักกีฬาวิทยาลัยในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก จำนวน ๓๙ วิทยาลัย
  - วิ่งออนไลน์ทีมอาจารย์ เจ้าหน้าที่
  - วิ่งออนไลน์ทีมนักศึกษาชาย
  - วิ่งออนไลน์ทีมนักศึกษาหญิง

เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น.

- ประกาศผลการแข่งขันกีฬาวิ่งออนไลน์ และปิดโครงการ
- สรุปและประเมินผลการจัดโครงการ
- ประชุมถอดบทเรียนการดำเนินโครงการของคณะผู้ดำเนินการ

หมายเหตุ กำหนดการสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

เวลา ๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ . รับประทานอาหารกลางวัน

แบบตอบรับเข้าร่วมเข้าร่วมโครงการพัฒนาบุคลากรและนักศึกษาด้านกิจกรรมกีฬาและส่งเสริมสุขภาพนักศึกษา

สถาบันพระบรมราชชนก

กีฬาเพื่อสุขภาพ “วิ่งออนไลน์ผ่านเมืองเหนือสุพรรณบุรี”

ผ่าน ZWIFT RUNPOD

และถ่ายทอดสดผ่านระบบ Zoom และ youtube live

วันเสาร์ที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๕๖๔

วิทยาลัย.....

ชื่อ - นามสกุล ผู้ประสานงาน.....ตำแหน่ง.....

เบอร์โทร มือถือ..... E-mail.....

๑. นักกีฬาทีมบุคลากร (อาจารย์ เจ้าหน้าที่)

๑) ชื่อ-นามสกุล.....ตำแหน่ง.....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๒) ชื่อ-นามสกุล.....ตำแหน่ง.....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๓) ชื่อ-นามสกุล.....ตำแหน่ง.....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๔) ชื่อ-นามสกุล.....ตำแหน่ง.....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๕) ชื่อ-นามสกุล.....ตำแหน่ง.....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๒. นักกีฬาทีมนักศึกษาชาย

๑) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๒) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๓) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๔) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

๕) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-mail.....

### ๓. นักกีฬาทีมนักศึกษาหญิง

๑) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail.....

๒) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail.....

๓) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail.....

๔) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail.....

๕) ชื่อ-นามสกุล.....นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ .....

หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail.....

หมายเหตุ - นักกีฬามี ๓ ทีมๆละ ๕ คน

- ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถรับชมกิจกรรมการแข่งขันกีฬาวิ่งออนไลน์ผ่าน YouTube Live

### ข้อปฏิบัติสำหรับการเตรียมความพร้อมเข้าร่วมโครงการฯ “วิ่งออนไลน์”

๑. ท่านสามารถเข้าใช้ห้องประชุมผ่านระบบโปรแกรม Zoom วันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๔ ได้ตาม QR Code หรือผ่านช่องทางลิงค์: <https://zoom.us/j/93515912972?pwd=WXUuN2V5TjVHSG1wcmg1RDJQU2dsZz09> ที่ปรากฏตามหนังสือฉบับนี้ สามารถเข้าทดสอบระบบได้ตั้งแต่วันที่ ๐๘.๔๐ น. ทั้งนี้หากพบปัญหาในการเข้าใช้ระบบ สามารถติดต่อผู้ประสานงานได้ที่ นางสาวณณกุล กล่อมเกลี้ยง หมายเลขโทรศัพท์ ๐ ๖๒๕๓ ๕๗๕๑๗

๒. เตรียมลู่วิ่งไฟฟ้า ๑ - ๓ เครื่อง

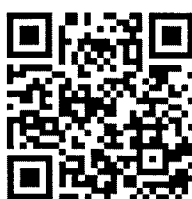
๓. โทรศัพท์มือถือ Smart phone/ipad ที่สามารถโหลดแอปพลิเคชัน Zwift ได้ และสามารถเชื่อมต่อบลูทูธได้ จำนวน ๑ - ๓ เครื่อง

๔. อุปกรณ์ที่ใช้ในการถ่ายทอดภาพวิดีโอผ่าน Zoom เช่น คอมพิวเตอร์พร้อมกล้อง หรือโทรศัพท์มือถือ Smart phone/ipad

ผู้ประสานงาน นายจักรกฤษณ์ ลูกอินทร์ ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มกิจการนักศึกษา โทร ๐๘๑ ๙๔๔ ๑๙๙๑



ประชุมเตรียมความพร้อมและทดสอบระบบ  
วันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๔



แบบสำรวจ



แบบตอบรับเมื่อได้รับอุปกรณ์

\*\* กรุณาส่งแบบตอบรับทางอีเมล [naruemon@snc.ac.th](mailto:naruemon@snc.ac.th) และตอบแบบสำรวจ แบบตอบรับเมื่อได้รับอุปกรณ์ผ่าน QR Code ภายในวันที่ ๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔