

สื่อประชาสัมพันธ์กิจกรรม

โครงการนำ 5.5 กิโลเมตรของทางวิ่ง ๒
และ ๒๘ กิโลเมตรของทางวิ่ง ๒๘ กิโลเมตร

ขอเชิญชวนชาวอำเภอพาน
พร้อมใจกับใส่เสื้อสีเหลือง
เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567
และส่งเสริมการออกกำลังกาย ห่วงใยโรคหลอดเลือดสมอง

วันเสาร์ที่ 2 พฤศจิกายน 2567 เวลา 06.00 น.
ณ.ลานที่ว่าการอำเภอพาน

กิจกรรมเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ระยะทางประมาณ ๕ กิโลเมตร
จากที่ว่าการอำเภอพาน - ผ่านหน้าตลาดพาน-หักแยก-แยกร่องหลอด-สิ้นสุดที่ว่าการอำเภอพาน



ขอเชิญชวนชาวอำเภอพานใส่เสื้อสุขภาพสีเหลือง ร่วมกิจกรรมเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐
เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ
๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ ร่วมแสดงพลังกายพร้อมใส่เสื้อสีเหลือง ในวันเสาร์ที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ เวลา ๐๖.๐๐ น.
ณ. ลานที่ว่าการอำเภอพาน

กำหนดการ
กิจกรรมออกกำลังกาย (เดิน วิ่ง ปั่น ปั่น ป้องกันอัมพาต) โครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ
เดิน วิ่ง ปั่น ปั่น ป้องกันอัมพาต เฉลิมพระเกียรติครั้งที่ ๑๐
อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย
วันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๗

- เวลา ๐๖.๐๐ น. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมลงทะเบียน ณ. ลานที่ว่าการอำเภอพาน
- เวลา ๐๖.๓๐ น. พิธีเปิดกิจกรรม
ประธาน นายอนิรุทธิ์ ต่อบวรรัตน์ ป.อาวุโส รักษาการแทนนายอำเภอพาน
- ประธานยืนประจำจุด เบื้องหน้าพระบรมฉายาลักษณ์ถวายความเคารพ พระบรมฉายาลักษณ์พระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว
 - ประธานเปิดกรวยดอกไม้ถวายสักการะหน้าพระบรมฉายาลักษณ์
 - ประธานถวายความเคารพพระบรมฉายาลักษณ์
 - ประธาน กล่าวถวายราชสดุดีเฉลิมพระเกียรติฯ
 - ประธานและผู้เข้าร่วมกิจกรรม ร้องเพลงสรรเสริญพระบารมีโดยพร้อมเพรียงกัน
 - ประธานกล่าวเปิดงานกิจกรรม โครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต) โครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต เฉลิมพระเกียรติครั้งที่ ๑๐
 - ประธาน หัวหน้าส่วนราชการ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ถ่ายภาพร่วมกัน
 - การแสดง Dancercise จากนักเรียน รร.พานพิทยาคม
 - การวอร์มร่างกายก่อนกิจกรรมเดิน วิ่ง ปั่น
- เวลา ๐๗.๐๐ น. - หัวหน้าส่วนราชการ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประจำจุดปล่อยตัว เพื่อเตรียมเข้าร่วมกิจกรรม เดิน วิ่ง ปั่น เริ่มจาก ปล่อยนักปั่น นักวิ่ง และเดิน ตามลำดับ
- ประธาน คีฬอง ปล่อยตัวผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- เวลา ๐๗.๓๐ น. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม เริ่มทยอยเข้าเส้นชัย เสร็จสิ้นกิจกรรม

หมายเหตุ การแต่งกาย สวมเสื้อโทนสีเหลือง ทั้งที่มีตราสัญลักษณ์ /ไม่มีตราสัญลักษณ์