

กองคดี
กองช่าง
กองการโยธา

อบต.แม่พริก
วันที่ 2639
วันที่ 19 ต.ค. 2566



ที่ ขร ๗๒๕๐๑/ว๑๗๑๔

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อ
อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย ๕๗๑๘๐

๑๖ ตุลาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์เผยแพร่และเชิญเข้าร่วมโครงการปั่นเพื่อสุขภาพ
“ปั่นสองล้อท่าก้อ ฮอม ฮัก”

เรียน นายก อบต.แม่พริก

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายละเอียดการประชาสัมพันธ์เผยแพร่โครงการฯ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยองค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลท่าก้อ จัดดำเนินงานโครงการปั่นเพื่อสุขภาพ “ปั่นสองล้อท่าก้อ ฮอม ฮัก” ในวันเสาร์ที่ ๒ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๖ เวลา ๐๖.๐๐ น. - ๑๑.๓๐ น. ณ ศูนย์กายอุปกรณ์ตำบลท่าก้อ ตำบลท่าก้อ อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย

ในการนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อ ขอความอนุเคราะห์เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ให้ผู้สนใจในพื้นที่และขอเชิญพนักงานเจ้าหน้าที่เข้าร่วมโครงการปั่นเพื่อสุขภาพ “ปั่นสองล้อท่าก้อ ฮอม ฮัก” ในวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวข้างต้น และลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการได้ตั้งแต่วันที่ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๖๖ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่ส่งมาด้วยนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์เข้าร่วมโครงการและขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

นายก

- เพื่อโปรดทราบ/คณบดี
- อบต.ท่าก้อ แจ้งไปตาม
- อนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์
- เผยแพร่และเชิญเข้าร่วม
- โครงการปั่นเพื่อสุขภาพ

ขอแสดงความนับถือ

(Signature)

(นายรัชชณพงษ์ รัตนะ)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อ

- ไม่ไปขอขบพอ; หนีเขต
- เน้นทางเข้าร่วมกับ อบต.แม่พริก

(Signature)

สำนักปลัด
งานสวัสดิการและพัฒนาสังคม
โทร.๐-๕๓๗๒-๔๒๑๔
www.thakho.go.th
Email : thakho@outlook.com

ช.ภ.ท.น.ศ.

(นางสาววิชุดา แดงด้อย)

หัวหน้าสำนักปลัด

(Signature)

ว่าที่ร้อยตรี

(ชลิต ศรีจันทร์แก้ว)

รองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล รักษาการแทน
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลแม่พริก

“ยึดมั่นธรรมาภิบาล บริการเพื่อประชาชน”

(Signature)

(นายอุทัย พ่วงศ์)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลแม่พริก

กำหนดการ
โครงการปั่นเพื่อสุขภาพ (ปั่นสองล้อท่าก้อ ฮอม ฮัก) ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗
วันที่ ๒ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๖
ณ ศูนย์กายอุปกรณ์ตำบลท่าก้อ

๐๖.๐๐ น. – ๐๖.๓๐ น.	-ลงทะเบียน
๐๖.๓๐ น. – ๐๗.๐๐ น.	-พิธีเปิด โดย นายองค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อ
๐๗.๐๐ น. – ๐๗.๓๐ น.	-กิจกรรมอบอุ่นร่างกาย Warm up (เดินแอโรบิค)
๐๗.๓๐ น. – ๐๘.๓๐ น.	-กิจกรรม (ปั่นสองล้อท่าก้อ ฮอม ฮัก) เส้นทาง ไป-กลับ เริ่มจากศูนย์กายอุปกรณ์ตำบลท่าก้อ – วัดป่าสัน (ระยะทาง ๑๓.๒ กิโลเมตร)
๐๘.๓๐ น. – ๐๙.๓๐ น.	-รับประทานอาหารเช้า
๐๙.๓๐ น. – ๑๐.๓๐ น.	-กิจกรรมยืดเหยียดกล้ามเนื้อหลังการปั่น
๑๐.๓๐ น. – ๑๐. ๔๕ น.	-รับประทานอาหารว่าง
๑๐.๔๕ น. – ๑๑.๓๐ น.	-สรุป/ปิดโครงการ

หมายเหตุ - เวลาอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

รายได้หลังหักค่าใช้จ่าย
ร่วมสมทบทุนจัดหาจักรยานอุปกรณ์
แก่ศูนย์กายอุปกรณ์ตำบลท่าก้อ



เสื้อกลม
199

เสื้อโปโล
299

SIZE	S	M	L	XL	2XL	3XL	4XL	5XL	6XL	7XL	8XL	ALL
seam	36	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58
ความยาว	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37

กำหนดการ

- 06.00 - 06.30 น. ลงทะเบียน
- 06.30 - 07.00 น. พิธีเปิด
- 07.00 - 07.30 น. กิจกรรมมอบเงินรางวัล (ต้นแถวระดับ)
- 07.30 - 09.30 น. กิจกรรมปั่นสองล้อ ท่าก้ออวอร์ด
- เส้นทางไป-กลับ ระยะทาง 13.2 กิโลเมตร
- กิจกรรมการยึดเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อสุขภาพปั่น
- มอบเงินรางวัลจากการจัดการวิ่งให้แก่ศูนย์
- การปิดการแข่งขันท่าก้อ และพิธีปิด

อาหารและเครื่องดื่มฟรีให้บริการตลอดทั้งงาน

เส้นทางการปั่น ไป - กลับ
ระยะทาง 13.2 กิโลเมตร



- ศูนย์กีฬาอุปกรณ์ตำบลท่าก้อ
- 0 532 4217 ต่อ 14 ฐานพหุขอพบท่าก้อ
- 08 4701 2285 33ติดต่อ ผู้ประสานงาน
- 08 3949 8160 ฉุกเฉิน ผู้ประสานงาน



**ปั่นสองล้อรัก
ท่าก้อร่วมใจ**

โดย สำนัปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลท่าก้อ

วันเสาร์ ที่ 2 ธันวาคม 2566

เริ่มปล่อยตัวเวลา

07.00 น.

ณ ศูนย์กีฬาอุปกรณ์ตำบลท่าก้อ
ตำบลท่าก้อ อำเภอแม่สรวย
จังหวัดเชียงราย



