



★ ช่วงนี้ตราม่างานวิ่ง มีเยอะแยะไปหมด โดยเฉพาะประเด็นการรับถ้วยและเงินรางวัล ที่พบว่าบางส่วน ไม่ใช่ตัวจริง คนสมัครกับคนวิ่ง หน้าตาไม่เหมือนกัน บ้างก็เป็นคนละเพศเลยก็มี ของอย่างนี้ อยู่ที่จิตสำนึก ทำอย่างไรก็ได้ อย่างนั้นอย่าได้วิตก

★ ส่วนนักวิ่งที่เน้นออกกำลังกาย ไม่เน้นทำอันดับ ไม่เอารางวัล ไม่ได้รับผลกระทบใดๆ อยู่แล้ว เราๆ ท่านๆ สบายใจกันได้ จะวิ่งช้า จะวิ่งเร็ว สุดท้ายสุขภาพได้กับตัวเรา เป็นสำคัญ แล่นี่ก็จะเหนื่อยพอ มีค่ามากกว่ารางวัลด้วยซ้ำ ★ ศูนย์การแพทย์มหิดล บำรุงรักษา จังหวัดนครสวรรค์ วิทยาเขต นครสวรรค์ มหาวิทยาลัยมหิดล เปิดให้ประชาชนทั่วไป ร่วมวิ่งการกุศล นครสวรรค์ มาราธอน 2019 (NAKHONSAWAN MARATHON 2019) วันที่ 19-20 ต.ค. นี้ ที่ มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตนครสวรรค์

รายได้หลังจากหักค่าใช้จ่าย นำไปสมทบทุนจัดซื้อเครื่องมือทางการแพทย์ ภายในห้องปฏิบัติการสวนหัวใจ ของศูนย์การแพทย์มหิดลบำรุงรักษา จังหวัดนครสวรรค์ สนใจสมัครได้ที่ ทั้งระยะ 5 กม. 10 กม. 21.1 กม. และ 42.195 กม. ดูรายละเอียดได้ที่ เฟซบุ๊ก Nakhonsawan Marathon ★ กลับมาอีกครั้ง เป็นปีที่ 3 แล้ว กับ การแข่งขันจักรยานนานาชาติครั้งยิ่งใหญ่ประจำปี Bangkok Bank CycleFest 2019 ธนาคารกรุงเทพ เชิญนักปั่นมาสนุกด้วยกัน วันที่ 28-24 พ.ย. ที่สนามกอล์ฟสยามคันทรีคลับ พัทยา ปีนี้คาดจะมีนักปั่นเข้าร่วมใน 7 ประเภท กว่า 3,000 คน ★ นอกจากจะได้ประลองความเร็วในรุ่นอายุ และระยะทางที่ต่างกัันแล้ว ฝ่ายจัดยังมีเป้าหมายตอบแทนสังคมให้นักวิ่งระดมทุนทำกิจกรรมการกุศลกับศิริราชมูลนิธิ ช่วยเหลือและรักษาผู้ป่วยที่ขาดแคลนทุนทรัพย์ของโรงพยาบาลศิริราช สมัครวิ่งและร่วมบริจาคได้ที่เว็บไซต์ www.BangkokBankCycleFest.com ★

ฟ้าคำราม

trkeelanews@gmail.com