

วทศท ๑๖๔ ศิลปะการต่อสู้
ป้องกันตัวเพื่อสุขภาพ

SPGE 164 The Arts of Self-
defense for health

ทักษะเบื้องต้นในการต่อสู้ป้องกันตัวเพื่อ
ส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการ การ
บาดเจ็บและความปลอดภัย

Self-defense basic skills for health and
Recreation injuries and safety

๒ (๑-๒-๓)