



Thailand International Elite Physique Championships

หลักการและเหตุผล

การออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายมีสุขภาพแข็งแรงเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นสำหรับมนุษย์เราทุกเพศทุกวัย และการมีรูปร่างที่แข็งแรงสมส่วนโดยมีองค์ประกอบของกล้ามเนื้อที่แข็งแรงก็เป็นสิ่งสำคัญควบคู่ไปกับการมีสุขภาพดี การฝึกเพาะกายและฟิตเนสเป็นวิธีการออกกำลังกายรูปแบบหนึ่งซึ่งเน้นในเรื่องของการพัฒนามวลกล้ามเนื้อในร่างกายของมนุษย์ทั้งเพศชายและหญิงให้มีลักษณะสวยและงามสง่า เป็นที่ดึงดูดใจแก่ผู้ได้พบเห็น

สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยจึงได้ ร่วมกับศูนย์การค้าเซ็นทรัลเฟสติวัลสมุย และสมาคมการท่องเที่ยวเกาะสมุยจัดการแข่งขันกีฬาเพาะกายเพื่อเฟ้นหาผู้ที่มีรูปร่าง สรีระ และกล้ามเนื้อที่สวยงาม ในรูปแบบ “Thailand International Elite Physique Championships” ขึ้น

- วัตถุประสงค์**
1. เพื่อเป็นการส่งเสริมบุคลากรทุกเพศ ทุกวัย ได้หันมาสนใจการออกกำลังกาย
 2. เพื่อเป็นอีกหนึ่งเวทีในการคัดเลือคนักกีฬาเพาะกายและฟิตเนสหน้าใหม่
 3. เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและพัฒนาอย่างถูกวิธี
 4. เพื่อเปิดโลกทัศน์ของการออกกำลังกายด้วยกีฬาเพาะกายและฟิตเนสกับลูกค้าที่สนใจ
 5. เพื่อเป็นการส่งเสริมกิจกรรมการท่องเที่ยวและกีฬาให้บูรณาการร่วมกัน

กลุ่มเป้าหมาย ประชาชนทั่วไปและนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่สนใจเข้าร่วมการแข่งขัน

ระยะเวลาจัดงาน วันที่ 19 – 20 พฤษภาคม 2561

สถานที่จัดงาน บริเวณลานกิจกรรมศูนย์การค้าเซ็นทรัลเฟสติวัลสมุย

รูปแบบกิจกรรม 1. การแข่งขัน โมเดลฟิติกหญิงมี 3 รุ่นความสูงคือ

รุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม.

รุ่นความสูงไม่เกิน 164 ซม.

รุ่นความสูงเกิน 164 ซม.

2. การแข่งขัน สปอร์ต โมเดลฟิติกชายมี 3 รุ่นความสูงคือ

รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. -100 = น้ำหนักตัว

รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. - 100 = น้ำหนักตัว

รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. - 100 = น้ำหนักตัว

3. การแข่งขันเพาะกายแอสเลติกฟิติกชายมี 3 รุ่นความสูงคือ

รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100 = + 2 กก.

รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.-100 = + 3 กก.

รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. -100 = +4 กก.

4. การแข่งขัน โมเดลฟิติกหญิงรุ่นมาสเตอร์ อายุ 35 ปีขึ้นไป

5. การแข่งขันเพาะกายชายมี 6 รุ่นน้ำหนักคือ



รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 65 กิโลกรัม

รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กิโลกรัม

รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กิโลกรัม

รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 80 กิโลกรัม

รุ่นน้ำหนักเกิน 80 กิโลกรัมขึ้นไป

เพาะกายชายรุ่นมาสเตอร์ อายุเกิน 45 ปีขึ้นไป

รางวัลสำหรับผู้ชนะเลิศการประกวดในแต่ละรุ่น

รางวัลชนะเลิศ เงินรางวัล 10,000 บาทพร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 เงินรางวัล 8,000 บาทพร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 เงินรางวัล 6,000 บาทพร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 3 เงินรางวัล 4,000 บาทพร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 4 เงินรางวัล 2,000 บาทพร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

คุณสมบัติผู้สมัครเข้าแข่งขัน

1. เป็นผู้ที่มีความสุขร่างกายแข็งแรง และยินดีปฏิบัติตามกฎระเบียบกติกาการประกวดของคณะกรรมการจัดการประกวดได้
2. รับสมัครผู้เข้าประกวดทั้งคนไทยและคนต่างประเทศ
3. จำกัดสิทธิผู้เข้าร่วมประกวดเพียงท่านละหนึ่งประเภทของการประกวด
4. สำหรับผู้เข้าประกวดเพาะกายชายและแอธเลติกฟิตต้องเตรียมเพลงสำหรับประกอบการโพสซึ่งต้องมีความยาว 1 นาที มาด้วยหากไม่มีคณะกรรมการจะเป็นผู้กำหนดเพลงกลางให้แทน

การรับสมัครเข้าประกวด

เปิดรับสมัครโดยส่งใบสมัครพร้อมแนบสำเนาบัตรประชาชนและใบสูติบัตรสำหรับเยาวชน หรือสำเนาหนังสือเดินทางที่ยังไม่หมดอายุพร้อมรูปถ่ายขนาดโปสการ์ด 1 รูป

สถานที่ติดต่อและรับสมัคร สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย

ชั้น 19 อาคารเฉลิมพระเกียรติ การกีฬาแห่งประเทศไทย

ถ.รามคำแหง หัวหมาก บางกะปิ กรุงเทพฯ 10240

โทรศัพท์/แฟกซ์ 02-170-9601

E-Mail : reg.tbpa@gmail.com

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย

ชั้น 19 อาคารเฉลิมพระเกียรติ การกีฬาแห่งประเทศไทย

ถ.รามคำแหง หัวหมาก บางกะปิ กรุงเทพฯ 10240

โทรศัพท์ 02-170-9601

E-Mail : reg.tbpa@gmail.com



กฎกติกาการแข่งขัน Thailand Muscle and Physique Championships

การแข่งขันเพาะกายชาย ทุกรุ่น ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย และสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งเอเชีย (ABBF)

นักกีฬาชายใส่กางเกงเพาะกายสีดำ

การแข่งขันเพาะกายแอมบิเลตฟิสิกชาย ทุกรุ่น ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งเอเชีย (ABBF)

นักกีฬาชายใส่กางเกงว่ายน้ำแบบเต็มตัว ไม่อนุญาตให้ใส่กางเกงเพาะกาย

การแข่งขันโมเดลฟิสิกหญิง ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งเอเชีย (ABBF)

นักกีฬาหญิง ใส่ชุดบิกินีสองชิ้นสีอิสระ ห้ามสวมใส่จีสตริง สวมรองเท้า

การแข่งขันโมเดลฟิสิกชาย ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งเอเชีย (ABBF)

รอบที่หนึ่ง ใส่กางเกงว่ายน้ำแบบเต็มตัว ไม่สวมรองเท้า

รอบที่สอง ใส่กางเกงขาสั้นสีอิสระ ไม่สวมรองเท้า

หมายเหตุ ผลการตัดสินของคณะกรรมการจัดการประกวดถือเป็นที่สุดและเอกฉันท์



กำหนดการแข่งขัน

Thailand International Elite Physique Championships

วันที่ 19-20 พฤษภาคม พ.ศ.2561

ณ ศูนย์การค้าเซ็นทรัลพลาซ่าวิไลสมุย

วันเสาร์ที่ 19 พฤษภาคม พ.ศ. 2561

- 14.00 – 15.00น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
ตรวจสอบคุณสมบัติผู้เข้าร่วม การแข่งขัน
- 15.00 –16.00 น. ประชุมชี้แจงกติกาแก่ผู้เข้าร่วม การแข่งขัน
ซังน้ำหนัก วัตถุประสงค์ แบ่งรุ่นการแข่งขัน
- 16.00 – 17.30น. เตรียมความพร้อมของผู้เข้าร่วม การแข่งขัน
- 17.30น. รอบคัดเลือก

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 65 กก.

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กก.

แอธเลติกฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100+2 กก. = น้ำหนักตัว

แอธเลติกฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.-100+3 กก. = น้ำหนักตัว

แอธเลติกฟิสิกชาย รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.-100+4 กก. = น้ำหนักตัว

โมเดลฟิสิกหญิง รุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม.

โมเดลฟิสิกหญิง รุ่นความสูงไม่เกิน 165 ซม.

โมเดลฟิสิกหญิง รุ่นความสูงเกิน 165 ซม.

20.00 น. รอบชิงชนะเลิศ

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 65 กก.

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กก.

แอธเลติกฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100+2 กก. = น้ำหนักตัว

แอธเลติกฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.-100+3 กก. = น้ำหนักตัว

แอธเลติกฟิสิกชาย รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.-100+4 กก. = น้ำหนักตัว

โมเดลฟิสิกหญิง รุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม.

โมเดลฟิสิกหญิง รุ่นความสูงไม่เกิน 165 ซม.

โมเดลฟิสิกหญิง รุ่นความสูงเกิน 165 ซม.



วันอาทิตย์ที่ 20 พฤษภาคม พ.ศ. 2561

- 14.00 – 15.00น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
ตรวจสอบคุณสมบัติผู้เข้าร่วม การแข่งขัน
- 15.00 – 16.00 น. ประชุมชี้แจงกติกาแก่ผู้เข้าร่วม การแข่งขัน
ซังน้ำหนัก วัตถุประสงค์ แบ่งรุ่นการแข่งขัน
- 16.00 – 17.30น. เตรียมความพร้อมของผู้เข้าร่วม การแข่งขัน
- 17.30 น. รอบคัดเลือก

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กก.

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 80 กก.

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักเกิน 80 กก.

เพาะกายชายรุ่นมาสเตอร์อายุ 45 ปีขึ้นไป

โมเดลฟิสิกหญิงรุ่นมาสเตอร์อายุ 35 ปีขึ้นไป

สปอร์ตฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100 = น้ำหนักตัว

สปอร์ตฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. -100=น้ำหนักตัว

สปอร์ตฟิสิกชาย รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. – 100= น้ำหนักตัว

20.00น. รอบชิงชนะเลิศ

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กก.

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 80 กก.

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักเกิน 80 กก.

เพาะกายชายรุ่นมาสเตอร์อายุ 45 ปีขึ้นไป

โมเดลฟิสิกหญิงรุ่นมาสเตอร์อายุ 35 ปีขึ้นไป

สปอร์ตฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100 = น้ำหนักตัว

สปอร์ตฟิสิกชาย รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. -100=น้ำหนักตัว

สปอร์ตฟิสิกชาย รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. – 100= น้ำหนักตัว