



1st THAILAND OPEN
MASTERS GAMES

Spirit of Friendships

Sept 13-20, 2020 Bangkok, Thailand

การแข่งขัน กีฬาเพาะกาย และฟิตเนส

ระเบียบการแข่งขัน

การแข่งขัน:	ไทยแลนด์โอเพ่นมาสเตอร์เกมส์ ครั้งที่ 1 (1 st Thailand Open Masters Games)																							
เจ้าภาพ:	สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาสูงอายุไทย สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย ชั้น 19 อาคารเฉลิมพระเกียรติฯ 286 การกีฬาแห่งประเทศไทย งามคำแหง บางกะปิ กรุงเทพฯ 10240 โทรศัพท์ 02-170-9601, 092-278-6816 Email: tbpathai@hotmail.com เว็บไซต์: www.tbpa.or.th																							
วันที่:	ระหว่างวันที่ 17 – 20 กันยายน 2563																							
สถานที่:	ศูนย์การค้า เดอะไนน์ เซ็นเตอร์ พระราม 9																							
ผู้อำนวยการจัดการแข่งขัน:	ผู้อำนวยการจัดการแข่งขัน: นายศุภกรีย์ สุภาวรีกุล โทร: 02-170-9601 Email: tbpathai@hotmail.com รองผู้อำนวยการจัดการแข่งขัน: นายสาลี สว่างสุข โทร: 081-691-0958 Email:																							
คณะกรรมการฝ่ายเทคนิค:	ประธานฝ่ายเทคนิค: นายบุญชัย แซ่แต้ โทร: 089-771-0710 Email: boon_chai1@hotmail.com รองประธานฝ่ายเทคนิค: นายสันติ จันกรี โทร: 094-485-8635 Email:																							
ตารางการแข่งขัน:	<table border="1"><thead><tr><th>วันที่</th><th>เวลา</th><th>รายละเอียด</th></tr></thead><tbody><tr><td>วันพฤหัสบดีที่ 17 กันยายน 2563</td><td>12:00</td><td>เดินทางมาถึง</td></tr><tr><td>วันศุกร์ที่ 18 กันยายน 2563</td><td>10:00 – 12:00</td><td>ประชุมฝ่ายเทคนิค</td></tr><tr><td></td><td>15.00 – 18.00</td><td>ซั้่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง</td></tr><tr><td>วันเสาร์ที่ 19 กันยายน 2563</td><td>9.00 – 18.00</td><td>แข่งขัน</td></tr><tr><td>วันอาทิตย์ที่ 20 กันยายน 2563</td><td>9.00 – 18.00</td><td>แข่งขัน</td></tr><tr><td>วันจันทร์ที่ 21 กันยายน 2563</td><td>9.00 – 12.00</td><td>เดินทางกลับ</td></tr></tbody></table>	วันที่	เวลา	รายละเอียด	วันพฤหัสบดีที่ 17 กันยายน 2563	12:00	เดินทางมาถึง	วันศุกร์ที่ 18 กันยายน 2563	10:00 – 12:00	ประชุมฝ่ายเทคนิค		15.00 – 18.00	ซั้่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง	วันเสาร์ที่ 19 กันยายน 2563	9.00 – 18.00	แข่งขัน	วันอาทิตย์ที่ 20 กันยายน 2563	9.00 – 18.00	แข่งขัน	วันจันทร์ที่ 21 กันยายน 2563	9.00 – 12.00	เดินทางกลับ		
วันที่	เวลา	รายละเอียด																						
วันพฤหัสบดีที่ 17 กันยายน 2563	12:00	เดินทางมาถึง																						
วันศุกร์ที่ 18 กันยายน 2563	10:00 – 12:00	ประชุมฝ่ายเทคนิค																						
	15.00 – 18.00	ซั้่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง																						
วันเสาร์ที่ 19 กันยายน 2563	9.00 – 18.00	แข่งขัน																						
วันอาทิตย์ที่ 20 กันยายน 2563	9.00 – 18.00	แข่งขัน																						
วันจันทร์ที่ 21 กันยายน 2563	9.00 – 12.00	เดินทางกลับ																						
	• กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม																							
ประชุมฝ่ายเทคนิค:	ประชุมฝ่ายเทคนิค ในวันศุกร์ที่ 18 กรกฎาคม 2563 เวลา 10.00 น. ณ ศูนย์การค้า เดอะไนน์ พระราม 9																							

ประเภทการแข่งขัน:

ประเภทการแข่งขัน มีทั้งหมด 18 รุ่น ดังนี้

1. การแข่งขันเพาะกายชาย แบ่งเป็น 5 รุ่น ดังนี้
 - 1.1 เพาะกายชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
 - 1.2 เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กิโลกรัม
 - 1.3 เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักเกิน 70 กิโลกรัม
 - 1.4 เพาะกายชาย อายุ 50 - 59 ปี รุ่นทั่วไป
 - 1.5 เพาะกายชาย อายุ 60 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
2. การแข่งขันแอธเลติกฟิสิกหญิง แบ่งเป็น 2 รุ่น
 - 2.1 แอธเลติกฟิสิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
 - 2.2 แอธเลติกฟิสิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
3. การแข่งขันแอธเลติกฟิสิกชาย แบ่งเป็น 4 รุ่น
 - 3.1 แอธเลติกฟิสิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
(ความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100 = +4 กก. / ความสูงไม่เกิน 180 ซม.-100 = +6 กก.
และความสูงเกิน 180 ซม.-100 = +8 กก.)
 - 3.2 แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงไม่เกิน 170 เซนติเมตร
(น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง-100 +4 กก.)
 - 3.3 แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงเกิน 170 เซนติเมตร
(น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง-100 +6 กก.)
 - 3.4 แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
(ความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100 = +4 กก. / ความสูงไม่เกิน 180 ซม.-100 = +6 กก.
และความสูงเกิน 180 ซม.-100 = +8 กก.)
4. การแข่งขันโมเดลฟิสิกหญิง แบ่งเป็น 3 รุ่น
 - 4.1 โมเดลฟิสิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
 - 4.2 โมเดลฟิสิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงไม่เกิน 160 เซนติเมตร
 - 4.3 โมเดลฟิสิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงเกิน 160 เซนติเมตร
5. การแข่งขันสปอร์ตฟิสิกชาย แบ่งเป็น 4 รุ่น
 - 5.1 สปอร์ตฟิสิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
(ความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100 = +0 กก. / ความสูงไม่เกิน 180 ซม.-100 = +2 กก.
และความสูงเกิน 180 ซม.-100 = +4 กก.)
 - 5.2 สปอร์ตฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงไม่เกิน 170 เซนติเมตร
(น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง-100 +0 กก.)
 - 5.3 สปอร์ตฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงเกิน 170 เซนติเมตร
(น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง-100 +2 กก.)
 - 5.4 สปอร์ตฟิสิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
(ความสูงไม่เกิน 170 ซม.-100 = +0 กก. / ความสูงไม่เกิน 180 ซม.-100 = +2 กก.
และความสูงเกิน 180 ซม.-100 = +4 กก.)

<p>กฎกติกา และ ระเบียบการแข่งขัน:</p>	<p>1. ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสหพันธ์กีฬาคายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย (ABPF) และสหพันธ์กีฬาคายและฟิตเนสโลก (WBPF)</p> <p>2. ผู้เข้าร่วมแข่งขันสามารถแข่งขันได้เพียงประเภทเดียวเท่านั้น</p> <p>เครื่องแต่งกายของผู้เข้าร่วมแข่งขัน</p> <p>ประเภทเพาะกายชายทุกรุ่น นักกีฬาคายใส่กางเกงเพาะกายสีดำ</p> <p>ประเภทแอธเลติกฟิสิกส์ชายทุกรุ่น นักกีฬาคายสวมกางเกงขาสั้น (trunks) สีดำพื้น ไม่มีลวดลาย มีความยาวจากขอบกางเกงด้านข้างถึงปลายขากางเกง ขนาดประมาณ 1 ฝ่ามือ (3-4 นิ้ว) โดยจะต้องมีความกระชับ และมีซิปใน ไม่สวมใส่รองเท้า</p> <p>ประเภทโมเดลฟิสิกส์หญิง นักกีฬาคายใส่ชุดบิกินีสองชิ้น สีอิสระ บิกินีท่อนล่างด้านหน้าและหลังต้องปิดครึ่งหนึ่งของสะโพก สวมรองเท้าส้นสูง – ความสูงของส้นรองเท้าด้านหน้าไม่เกิน 1 ซม. และส้นเท้าด้านหลังสูงไม่เกิน 10 ซม. ตัวรองเท้ามีแผ่นคลุมปิดหน้าเท้า มีสายรัดส้น ไม่อนุญาตให้ใช้รองเท้าส้นตึก</p> <p>ประเภทสปอร์ตฟิสิกส์ชาย ใส่กางเกงขาสั้นชายหัด มีความยาวประมาณเหนือหัวเข่า ไม่สวมรองเท้า</p>
<p>รางวัล:</p>	<p>รางวัลการแข่งขัน</p> <p>อันดับที่ 1 ได้รับเหรียญทอง และเกียรติบัตร</p> <p>อันดับที่ 2 ได้รับเหรียญเงิน และเกียรติบัตร</p> <p>อันดับที่ 3 ได้รับเหรียญทองแดง และเกียรติบัตร</p> <p>อันดับที่ 4 ได้รับเกียรติบัตร</p> <p>อันดับที่ 5 ได้รับเกียรติบัตร</p>
<p>สิทธิในการเข้าร่วมแข่งขัน:</p>	<p>นักกีฬาคายทุกคนสามารถสมัครเข้าร่วมการแข่งขันได้</p>
<p>การรับสมัคร:</p>	<p>ดาวโหลดเอกสารการสมัครได้ที่:</p> <p>เว็บไซต์: www.tbpa.or.th หรือ</p> <p>Facebook: สมาคมกีฬาคายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย</p> <p>เอกสารประกอบการสมัคร: ใบสมัคร, สำเนาบัตรประชาชน และรูปถ่ายขนาด 2 นิ้ว (หน้าตรง) 1 รูป</p> <p>ส่งเอกสารมาที่: สมาคมกีฬาคายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย</p> <p>ชั้น 19 อาคารเฉลิมพระเกียรติฯ 286 การกีฬาแห่งประเทศไทย</p> <p>รามคำแหง บางกะปิ กรุงเทพฯ 10240</p> <p>โทรศัพท์ 02-170-9601, 092-278-6816 หรือ E-mail: reg.tbpa@gmail.com</p> <p>หมดเขตรับสมัคร วันจันทร์ที่ 31 สิงหาคม 2563</p>
<p>เงื่อนไขการลงทะเบียน:</p>	<p>ค่าลงทะเบียนเข้าร่วมการแข่งขัน คนละ 300 บาท</p> <p>*ชำระค่าลงทะเบียนเข้าร่วมการแข่งขันได้ที่โต๊ะลงทะเบียน</p>
<p>อำนาจชี้ขาด:</p>	<p>ผลการตัดสินของคณะกรรมการจัดการแข่งขันถือเป็นที่สุดและเอกฉันท์</p>
<p>ประกันส่วนบุคคล:</p>	<p>สุขภาพและการบาดเจ็บที่เป็นความเสี่ยงส่วนบุคคล ทางคณะกรรมการจัดการแข่งขันจะไม่รับผิดชอบต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแต่อย่างใด แต่จะช่วยเหลืออย่างสุดความสามารถ</p>

กำหนดการแข่งขัน:

วันพฤหัสบดีที่ 17 กันยายน 2563

คณะกรรมการบริหาร นักกีฬา และเจ้าหน้าที่ เดินทางมาถึงและลงทะเบียนเข้าร่วมการแข่งขัน

12.00 น. อาหารกลางวัน

19.00 น. อาหารเย็น

วันศุกร์ที่ 18 กันยายน 2563

07.00 น. อาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก

10.00 น. **ประชุมฝ่ายเทคนิค และผู้ตัดสิน**

12.00 น. อาหารกลางวัน

15.00 น. **ชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง**

19.00 น. อาหารเย็น ณ โรงแรมที่พัก

วันเสาร์ที่ 19 กันยายน 2563

06.30 น. อาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก

09.00 น. **การแข่งขันรอบคัดเลือก ทั้งหมด 9 รุ่น**

1. เพาะกายชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
2. เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กก.
3. เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักเกิน 70 กก.
4. เพาะกายชาย อายุ 50 - 59 ปี รุ่นทั่วไป
5. เพาะกายชาย อายุ 60 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
6. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
7. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
8. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงเกิน 170 ซม.
9. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป

12.00 น. อาหารกลางวัน

13.00 น. **การแข่งขันรอบชิงชนะเลิศ ทั้งหมด 9 รุ่น**

1. เพาะกายชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
2. เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กก.
3. เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักเกิน 70 กก.
4. เพาะกายชาย อายุ 50 - 59 ปี รุ่นทั่วไป
5. เพาะกายชาย อายุ 60 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
6. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
7. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
8. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงเกิน 170 ซม.
9. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป

19.00 น. อาหารเย็น ณ โรงแรมที่พัก

วันอาทิตย์ที่ 20 กันยายน 2563

06.30 น. อาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก

09.00 น.

การแข่งขันรอบคัดเลือก ทั้งหมด 9 รุ่น

1. แอธเลติกพีดิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
2. แอธเลติกพีดิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
3. โมเดลพีดิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
4. โมเดลพีดิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม.
5. โมเดลพีดิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงเกิน 160 ซม.
6. สปรตพีดิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
7. สปรตพีดิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
8. สปรตพีดิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงเกิน 170 ซม.
9. สปรตพีดิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป

12.00 น.

อาหารกลางวัน

13.00 น.

การแข่งขันรอบชิงชนะเลิศ ทั้งหมด 9 รุ่น

1. แอธเลติกพีดิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
2. แอธเลติกพีดิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
3. โมเดลพีดิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
4. โมเดลพีดิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม.
5. โมเดลพีดิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงเกิน 160 ซม.
6. สปรตพีดิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
7. สปรตพีดิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
8. สปรตพีดิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงเกิน 170 ซม.
9. สปรตพีดิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป

19.00 น.

พิธีปิดการแข่งขัน

วันจันทร์ที่ 21 กันยายน 2563

06.30 น.

อาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก

12.00 น.

เดินทางกลับ

ติดรูปถ่าย

ใบสมัครเข้าร่วมการแข่งขัน

การแข่งขัน 1st Thailand Open Masters Games
ระหว่างวันที่ 17 – 20 กันยายน 2563 (เพาะกาย)
สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย



Spirit of Friendships
Sept 13-20, 2020 Bangkok, Thailand

ชื่อ-สกุล(ภาษาไทย).....

*วัน เดือน ปีเกิด.....

ที่อยู่เลขที่..... หมู่ที่..... ซอย..... ถนน.....

ตำบล/แขวง..... อำเภอ/เขต..... จังหวัด.....

รหัสไปรษณีย์..... โทรศัพท์..... โทรสาร.....

โทรศัพท์มือถือ..... Email.....

ข้าพเจ้ามีความประสงค์สมัครเข้าร่วมการแข่งขัน 1st Thailand Open Masters Games

- 1. เพาะกายชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
- 2. เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กิโลกรัม
- 3. เพาะกายชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นน้ำหนักเกิน 70 กิโลกรัม
- 4. เพาะกายชาย อายุ 50 - 59 ปี รุ่นทั่วไป
- 5. เพาะกายชาย อายุ 60 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
- 6. แอธเลติกฟิสิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
- 7. แอธเลติกฟิสิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
- 8. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป
- 9. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงไม่เกิน 170 เซนติเมตร
- 10. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่นความสูงเกิน 170 เซนติเมตร
- 11. แอธเลติกฟิสิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่นทั่วไป
- 12. โมเดลฟิสิกหญิง อายุไม่เกิน 35 ปี รุ่นทั่วไป
- 13. โมเดลฟิสิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงไม่เกิน 160 เซนติเมตร
- 14. โมเดลฟิสิกหญิง อายุ 35 ปีขึ้นไป รุ่นความสูงเกิน 160 เซนติเมตร
- 15. สปอร์ตฟิสิกชาย อายุไม่เกิน 40 ปี รุ่นทั่วไป

- 16. สपोर्टฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่งความสูงไม่เกิน 170 เซนติเมตร
- 17. สपोर्टฟิสิกชาย อายุ 40 - 49 ปี รุ่งความสูงเกิน 170 เซนติเมตร
- 18. สपोर्टฟิสิกชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป รุ่งทั่วไป

**** การสมัครเข้าร่วมการแข่งขันต้องแนบสำเนาบัตรประชาชนของผู้สมัครมาด้วย**

(ลงชื่อ).....

(.....)

ส่งใบสมัครพร้อมสำเนาบัตรประชาชนมาที่

- E-mail: reg.tbpa@gmail.com

- ไปรษณีย์/หรือสมัครด้วยตนเองได้ที่ สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย

เลขที่ 286 การกีฬาแห่งประเทศไทย อาคารเฉลิมพระเกียรติฯ ชั้น 19 ถนนรามคำแหง หัวหมาก บางกะปิ

กรุงเทพฯ 10240 โทร 02-170-9601, 092-2786816