



โครงการแข่งขันกีฬาเพาะกาย

รายการ รอบพิเศษ สมาร์ทแมน (Special Forces Smartman 2023)

ระหว่างวันที่ 25-26 สิงหาคม 2566 ณ ศูนย์การค้าโรบินสันไลฟ์สไตล์ จังหวัดลพบุรี

หลักการและเหตุผล

สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย ร่วมกับ หน่วยบัญชาการสงครามพิเศษ กองทัพบก ดำเนินการจัดกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนากีฬาเพาะกายให้กับประชาชนและบุคลากรของกองทัพบก นักกีฬา นักเรียนนักศึกษา วิทยากร รวมไปถึงผู้สูงอายุ เพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงมีรูปร่างสัดส่วนเรือนร่างที่สง่างาม ทั้งสุขภาพสตรีและสุขภาพบุรุษอันเป็นการยกระดับบุคลิกภาพที่ดีของทุกช่วงวัย จึงได้มีจัดโครงการการแข่งขันเพาะกายภายในกองทัพบกในทุกปีที่ผ่านมา การจัดการแข่งขันกีฬาเพาะกายถือว่าเป็นกิจกรรมส่วนหนึ่งที่ได้รับความสนใจเป็นอย่างมากเพื่อเปิดโอกาสให้นักกีฬาเพาะกายหน้าใหม่ทั้งชายและหญิง ไม่ว่าจะเป็นสังกัดสโมสร หรืออิสระได้มีโอกาสแสดงศักยภาพ รวมไปถึงการสร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้ที่อยากมีสุขภาพและบุคลิกภาพที่ดี อีกทั้งยังเป็นกีฬาที่ยังไม่รู้จักมาก ผู้ที่มาชมการแข่งขันได้รับความรู้จากกีฬาเพาะกาย ในปีที่ผ่านมา มีนักกีฬามากมายให้ความสนใจและลงแข่งเป็นจำนวนมากด้วยเหตุนี้ จึงจัดการแข่งขันกีฬาเพาะกาย กองทัพบกเป็นงานประจำทุกปี เพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้ประชาชนและบุคลากรของกองทัพบกทุกช่วงวัยหันมาดูแลสุขภาพ บุคลิกภาพให้มีรูปร่างที่สวยงาม และก้าวเข้ามาเป็นนักกีฬาหน้าใหม่พัฒนาตนเอง หน่วยงานอยู่เสมอ และสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศชาติ ต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้นักกีฬาเพาะกายของไทย ทั้งชายและหญิง ได้มีโอกาสเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเพาะกายรู้จักกีฬาเพาะกายมากขึ้น
2. เพื่อให้บุคลากรของกองทัพบกได้มีสุขภาพทางด้านร่างกาย จิตใจที่แข็งแรง และมีความกล้าหาญในการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ
3. เพื่อให้ประชาชน และบุคลากรของกองทัพบกใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เพื่อเป็นการผ่อนคลายทางด้านร่างกาย และจิตใจ
4. เพื่อเป็นการพัฒนานักกีฬาของกองทัพบกให้ไปสู่ระดับประเทศ และสามารถสร้างชื่อเสียงให้ประเทศชาติได้

การดำเนินงาน

1. จัดทำโครงการและขออนุมัติโครงการ
2. แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานตามโครงการ และประชุม คณะกรรมการ
3. ประสานการดำเนินงานและขอสนับสนุนงบประมาณ
4. เตรียมการดำเนินงานและประชาสัมพันธ์การดำเนินการจัดการแข่งขัน
5. ดำเนินการจัดการแข่งขัน
6. ประเมินผลและสรุปผลการดำเนินงาน



ชื่อรายการแข่งขัน

รบพิเศษ สมาร์ทแมน (Special Forces Smartman 2023)

ระยะเวลาจัดการแข่งขัน

ระหว่างวันที่ 25-26 สิงหาคม 2566

สถานที่จัดการแข่งขัน

ณ ศูนย์การค้าโรบินสันไลฟ์สไตล์ จังหวัดลพบุรี

เป้าหมาย

เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเพาะกาย รายการ รบพิเศษ สมาร์ทแมน (Special Forces Smartman 2023)

โดยมีประเภทการแข่งขันที่จัดขึ้นในครั้งนี้ คือ

1. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย (สี่เหล่ห้าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 165 ซม. (ความสูง -100 + 1 กก.)
2. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย (สี่เหล่ห้าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. (ความสูง -100 + 2 กก.)
3. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย (สี่เหล่ห้าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. (ความสูง -100 + 4 กก.)
4. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย (สี่เหล่ห้าทัพ) รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. (ความสูง -100 + 6 กก.)
(ความสูงเกิน 180 ซม. -100 +8 = น้ำหนักตัว)
5. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. (ความสูง -100 + 2 กก.)
6. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. (ความสูง -100 + 4 กก.)
7. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. (ความสูง -100 + 6 กก.)
(ความสูงเกิน 180 ซม. -100 +8 = น้ำหนักตัว)
8. เพาะกายชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กิโลกรัม
9. เพาะกายชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นน้ำหนักเกิน 75 กิโลกรัม
10. สपोर्टฟิสิกเยาวชนชาย อายุไม่เกิน 18 ปี รุ่นทั่วไป
11. สपोर्टฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. (-100 = น้ำหนักตัว)
12. สपोर्टฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. (-100 = น้ำหนักตัว)
13. สपोर्टฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. (-100 +2 = น้ำหนักตัว)
(ความสูงเกิน 180 ซม. -100 +4 = น้ำหนักตัว)
14. โมเดลฟิสิกเยาวชนหญิง อายุไม่เกิน 18 ปี รุ่นทั่วไป (สวมใส่ชุดสपोर्टบาร์)
15. โมเดลฟิสิกหญิง ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 162 ซม.
16. โมเดลฟิสิกหญิง ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 162 ซม.



หมายเหตุ การแข่งขันรุ่น แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) มีถึงสี่รุ่น เพื่อให้สอดคล้องกับการแข่งขันกีฬาภายในกองทัพบก

กฎกติกาการแข่งขัน

การแข่งขันเพาะกายชายทุกรุ่น ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย และสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF) นักกีฬาชายใส่กางเกงเพาะกายสีดำ

ประเภทเพาะกายแอธเลติกฟิสิกชายทุกรุ่น ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

นักกีฬาชายสวมกางเกงขาสั้น (trunks) สีดำพื้น ไม่มีลวดลาย มีความยาวจากขอบกางเกงด้านข้างถึงปลายขา กางเกง ขนาดประมาณ 1 ฝ่ามือ (3-4 นิ้ว) โดยจะต้องมีความกระชับ และมีซับใน ไม่สวมใส่รองเท้า

ประเภทโมเดลฟิสิกหญิง ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF) นักกีฬาหญิงใส่ชุดบิกินีสองชิ้นสีอิสระ สวมรองเท้าส้นสูง

หมายเหตุ : ชุดบิกินีที่ใช้ในการแข่งขันของนักกีฬา จะต้องถูกต้องตามระเบียบของสมาคมเท่านั้น โดยบิกินีที่อ่อนล้างด้านหน้าและด้านหลังต้องปิดครึ่งหนึ่งของสะโพก และบิกินีที่อ่อนบนจะต้องดูกระชับ ปกปิดมิดชิด หากบิกินีที่สวมใส่ไม่ถูกต้องตามระเบียบ จะไม่ให้เข้าร่วมทำการแข่งขัน รองเท้า สวมใส่คัทชูหรือส้นสูงที่มีแผ่นปิดด้านหน้าและมีสายรัดส้นเท้า ความสูงของส้นรองเท้าด้านหน้าไม่เกิน 1 ซม. และความสูงของส้นรองเท้าด้านหลังไม่เกิน 10 ซม. ไม่อนุญาตให้ใช้รองเท้าส้นตึกหรือส้นเตารี่ รอบแสดงท่าชุดประกอบเพลง ผู้แข่งขันจะเลือกเครื่องแต่งกายที่เหมาะสมกับรูปแบบของเพลงที่ใช้ในการแข่งขัน เสื้อที่ใส่อย่างน้อยต้องมีลักษณะเป็นเสื้อกล้าม

การแข่งขันสปอร์ตฟิสิกชาย ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย และสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

รอบคัดเลือก และรอบชิงชนะเลิศ ใส่กางเกงขาสั้นอิสระ (ชายทะเล) ความยาวประมาณเหนือหัวเข่า ไม่สวมเสื้อ ไม่สวมรองเท้า

หมายเหตุ ผลการตัดสินของคณะกรรมการจัดการแข่งขันถือเป็นที่สุดและเอกฉันท์



คุณสมบัติผู้เข้าร่วมการแข่งขัน

1. เป็นผู้ที่มีความสุขร่างกายแข็งแรง เป็นผู้ที่รักการออกกำลังกาย กล้าแสดงออก และยินดีปฏิบัติตามกฎระเบียบกติกาการแข่งขันของคณะกรรมการจัดการแข่งขันได้
2. รับสมัครผู้เข้าแข่งขันทั้งประชาชนคนทั่วไป บุคลากรของกองทัพบก และคนต่างประเทศ
3. จำกัดสิทธิผู้เข้าร่วมแข่งขันเพียงท่านละหนึ่งประเภทของการแข่งขัน
4. สำหรับผู้เข้าแข่งขันในแต่ละประเภทการแข่งขันต้องเตรียมเพลงสำหรับ ประกอบการโพส ซึ่งต้องมีความยาว 1 นาที มาด้วย หากไม่มี คณะกรรมการจะเป็นผู้กำหนด เพลงกลางให้แทน

รางวัลการแข่งขัน

ชิงถ้วยรางวัล ผู้บัญชาการทหารบก, ผู้บัญชาการหน่วยบัญชาการสงครามพิเศษ, ผู้ว่าราชการจังหวัดลพบุรี, ผู้บัญชาการศูนย์สงครามพิเศษ, ผู้บัญชาการกองพลรบพิเศษที่ 1

- อันดับที่ 1 ได้รับถ้วยรางวัล จาก ผบ.ทบ. และเงินสนับสนุน 5,000 บาท
- อันดับที่ 2 ได้รับถ้วยรางวัล จาก ผบ.นสศ. และเงินสนับสนุน 4,000 บาท
- อันดับที่ 3 ได้รับถ้วยรางวัล จาก ผวจ.ลพบุรี และเงินสนับสนุน 3,000 บาท
- อันดับที่ 4 ได้รับถ้วยรางวัล จาก ผบ.ศสพ. และเงินสนับสนุน 2,000 บาท
- อันดับที่ 5 ได้รับถ้วยรางวัล จาก ผบ.พล.รพศ.1 และเงินสนับสนุน 1,000 บาท

การรับสมัครเข้าร่วมการแข่งขัน

1. เปิดรับสมัครตั้งแต่วันที่นี้เป็นต้นไป หหมดเขตการรับสมัครวันที่ 18 สิงหาคม 2566
2. สมัครการแข่งขันได้ที่ **Google Form** เท่านั้น **ไม่รับเอกสารการสมัครทางไปรษณีย์** และ **ไม่รับสมัครทางโทรศัพท์**

เอกสารการสมัครเข้าร่วมการแข่งขัน

1. รูปถ่ายผู้สมัคร 2 นิ้ว 1 ใบ
2. สำเนาบัตรประชาชนผู้สมัคร และใบสูติบัตรสำหรับเยาวชน หรือสำเนาหนังสือเดินทางที่ยังไม่หมดอายุ

ส่งเอกสารสมัครที่

Google Form Link : <https://forms.gle/DejbLRPksaNUwqTq5>

***** หหมดเขตรับสมัคร วันที่ 18 สิงหาคม 2566 *****



กำหนดการแข่งขันกีฬาเพาะกาย

รายการ รบพิเศษ สมาร์ทแมน (Special Forces Smartman 2023)

ระหว่างวันที่ 25-26 สิงหาคม 2566 ณ ศูนย์การค้าโรบินสันไลฟ์สไตล์ จังหวัดลพบุรี

วันที่ 25 สิงหาคม 2566

- 09.00 - 10.00 น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
- 10.00 - 10.30 น. ประชุมชี้แจงกติกาแก่ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
- 10.30 - 12.00 น. ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แบ่งรุ่นการแข่งขัน
- 12.00 - 13.00 น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00 - 15.00 น. เริ่มทำการแข่งขันรอบคัดเลือก 7 ประเภทการแข่งขัน
1. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 165 ซม.
 2. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
 3. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.
 4. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.
 5. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
 6. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.
 7. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.
- 16.00 - 16.30 น. พิธีเปิดการแข่งขัน
- 16.30 - 20.00 น. เริ่มทำการแข่งขันรอบชิงชนะเลิศ 7 ประเภทการแข่งขัน
1. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 165 ซม.
 2. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
 3. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.
 4. แอธเลติกฟิสิกชาย กำลังพลกองทัพไทย(สี่เหล่าทัพ) รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.
 5. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
 6. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.
 7. แอธเลติกฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.

วันที่ 26 สิงหาคม 2566

- 09.00 - 10.00 น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
- 10.00 - 10.30 น. ประชุมชี้แจงกติกาแก่ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
- 10.30 - 12.00 น. ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แบ่งรุ่นการแข่งขัน
- 12.00 - 13.00 น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00 - 15.00 น. เริ่มทำการแข่งขันรอบคัดเลือก 9 ประเภทการแข่งขัน
1. เพาะกายชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กิโลกรัม
 2. เพาะกายชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นน้ำหนักเกิน 75 กิโลกรัม
 3. สปรตฟิสิกเยาวชนชาย อายุไม่เกิน 18 ปี รุ่นทั่วไป
 4. สปรตฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
 5. สปรตฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.
 6. สปรตฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.
 7. โมเดลฟิสิกเยาวชนหญิง อายุไม่เกิน 18 ปี รุ่นทั่วไป (สวมใส่ชุดสปรตบาร์)
 8. โมเดลฟิสิกหญิง ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 162 ซม.
 9. โมเดลฟิสิกหญิง ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 162 ซม.
- 16.00 - 20.00 น. เริ่มทำการแข่งขันรอบชิงชนะเลิศ 9 ประเภทการแข่งขัน
1. เพาะกายชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กิโลกรัม
 2. เพาะกายชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นน้ำหนักเกิน 75 กิโลกรัม
 3. สปรตฟิสิกเยาวชนชาย อายุไม่เกิน 18 ปี รุ่นทั่วไป
 4. สปรตฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม.
 5. สปรตฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม.
 6. สปรตฟิสิกชาย ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 175 ซม.
 7. โมเดลฟิสิกเยาวชนหญิง อายุไม่เกิน 18 ปี รุ่นทั่วไป (สวมใส่ชุดสปรตบาร์)
 8. โมเดลฟิสิกหญิง ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงไม่เกิน 162 ซม.
 9. โมเดลฟิสิกหญิง ประชาชนทั่วไป รุ่นความสูงเกิน 162 ซม.