THAI POWERLIFTING FEDERATION จัดงานส่งเสริมกีฬายกน้ำหนักแบบปลอดยาครั้งแรกในประเทศไทย

เลย์น นอร์ตัน และ ฮอลลี่ แบกซ์เตอร์ สองนักยกน้ำหนักชั้นนำ ฟิตเนสโมเดลระดับโลกและคนดังบนโซเชียลมีเดียที่มีผู้ติดตามจำนวนมาก กำหนดเดินทางมาเยือนประเทศไทยเพื่อนำเสนอการฝึกอบรมกีฬายกน้ำหนักด้วยมาตรฐานระดับสากลที่กรุงเทพฯ ซึ่งสนับสนุนโดย International Powerlifting Federation (IPF) เพื่อพัฒนาวงการแข่งขันยกน้ำหนักแบบปลอดสารกระตุ้นทั่วโลก โดยนำเสนอการฝึกฝนชุดพิเศษซึ่งแสดงให้เห็นถึงความแข็งแกร่ง การโฟกัสจุดต่าง ๆ การสร้างสมดุล และการทุ่มเทในการยกน้ำหนักแก่กลุ่มผู้ที่สนใจกีฬายกน้ำหนักและฟิตเนสของเมืองไทยซึ่งมีการเติบโตเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในปัจจุบัน โดยในวันที่ 28-29 เมษายน 2561 จะเป็นโปรแกรมการอบรมด้านฟิตเนสและโภชนาการรอบพิเศษ และในวันที่ 30 เมษายน 2561 จะเป็นงานรอบสื่อมวลชนระดับวีไอพี ณ ห้องประชุมใหญ่ โรงแรมแอสคอทท์ สาธร

จอห์น คอยล์ ว่าที่ประธานกรรมการสมาพันธ์ยกน้ำหนักไทย (Thai Powerlifting Federation-TPF) กล่าวนำเสนองานครั้งนี้ว่า “กีฬายกน้ำหนักดึงดูดความสนใจของนักกีฬามาแล้วทั่วโลก และเราต้องการนำเสนอกีฬาอันน่าตื่นเต้นนี้สู่ประเทศไทยเพื่อแนะนำให้กับนักยกน้ำหนักรุ่นใหม่ในประเทศ เราเห็นว่าในบางครั้งวงการยกน้ำหนักในเมืองไทยยังคงโน้มเอียงไปตาม ‘แบบแผน’ ของการยกน้ำหนักแบบเดิม ๆ ที่เคยใช้กันมาก่อนหน้านี้ นั่นคือความเชื่อที่ว่าการใช้ยาเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกายนับเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อการบรรลุถึงผลงานที่ดีที่สุด หากแท้ที่จริง กีฬายกน้ำหนักซึ่งสนับสนุนโดย IPF ถือเป็นกีฬาที่ปลอดการใช้ยา 100% และนี่ถือเป็นหลักการสำคัญสำหรับทุกคนที่ร่วมแข่งขันในกีฬาชนิดนี้ เราจึงต้องการรณรงค์ให้ผู้ที่รักการออกกำลังกาย นักยกน้ำหนัก และแฟนกีฬาทุกคนในประเทศไทย มาร่วมสัมผัสกับกีฬาที่ยอดเยี่ยมของเรา สนุกสนานไปกับการแสดงออกถึง ‘พละกำลังตามธรรมชาติ’ และค้นพบสมรรถภาพที่ดีที่สุดของแต่ละคน ซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งในการสนับสนุนวงการยกน้ำหนักไทยสู่ระดับสากลอย่างแท้จริง”

กำหนดการจัดงาน

28 เมษายน 2561

ช่วงเช้า – ระบบการเผาผลาญพลังงานจากสารอาหารหลัก, สมดุลของพลังงาน, การคำนวณและการปรับเปลี่ยนจำนวนแคลเลอรี่ในแต่ละวัน, อาหารกลางวัน และการฝึกอบรมด้านโภชนาการ

ช่วงบ่าย – การฝึกฝนยกน้ำหนัก ท่าสควอทและเบนช์เพรส

29 เมษายน 2561

ช่วงเช้า – การสร้างแนวคิด การโฟกัส แรงบันดาลใจ และแรงกระตุ้น, การแบ่งเวลาจัดโปรแกรม, การป้องกันการบาดเจ็บและการพักฟื้น อาหารกลางวัน และการตอบข้อซักถาม

ช่วงบ่าย – การฝึกฝนยกน้ำหนัก ท่าเดดลิฟต์ การหมุนเวียนโลหิต และท่าบริหารบั้นท้าย

ช่วงเย็น – นวดคอและไหล่ 15 นาที ที่กรีน ลีฟ สปา, ร่วมงานเลี้ยงอาหารค่ำระดับวีไอพีที่ห้องอาหารอัลโด และพิธีมอบใบรับรองคุณวุฒิ

หากต้องการสำรองที่นั่งในการสัมมนาด้านโภชนาการรอบเช้าหรือร่วมกิจกรรมทั้ง 2 วัน กรุณาติดต่อ JCW Events โทร. 02 686 1240

30 เมษายน 2561

งานรอบสื่อมวลชนและการสัมภาษณ์ (สื่อมวลชนจะได้รับบัตรเชิญและยืนยันการร่วมงานทางอีเมล ผ่านทางวิวาลดี้ อินทิเกรเต็ด พับลิค รีเลชั่นส์)

###

เกี่ยวกับ Thai Powerlifting Federation (TPF)

การแข่งขันยกน้ำหนักเป็นกีฬาที่เน้นความแข็งแรงของร่างกาย โดยเฉพาะการยกแบบเพาเวอร์ลิฟต์ ได้แก่ สควอท เบนช์เพรส และเดดลิฟต์ เริ่มเป็นที่ยอมรับมากขึ้นในฐานะการออกกำลังกายท่าหลักเพื่อการพัฒนาความแข็งแกร่งที่แท้จริงของร่างกายและเสริมสร้างพลานามัยและสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงของผู้คน การยกน้ำหนักในรูปแบบนี้เป็นกิจกรรมการฝึกฝนร่างกายที่ได้รับความนิยมในศูนย์ออกกำลังกายทั่วโลก โดยชายและหญิงในทุกช่วงอายุสามารถฝึกฝนและสนุกสนานกับกีฬาชนิดนี้ได้ นอกจากนี้ การยกแบบเพาเวอร์ลิฟต์ยังแสดงให้เห็นถึงประโยชน์ต่อโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพและการออกกำลังกายทั่วไป ตลอดจนสามารถยกระดับสมรรถภาพของบุคคลในการเล่นกีฬาและการประกอบกิจกรรมอื่น ๆ เพื่อการสนุกสนานกับชีวิตได้อย่างเต็มที่

TPF มีการดำเนินงานอย่างจริงจังร่วมกับ สมาพันธ์ยกน้ำหนักสากล (IPF) และพันธมิตรและสมาคมกีฬาต่าง ๆ เพื่อการเป็นองค์กรระดับคุณภาพที่ดูแลรับผิดชอบนักกีฬาซึ่งให้ความสำคัญกับการแข่งขันที่ปลอดการใช้ยาบนมาตรฐานระดับสูง