

Body weight ออนไลน์

ธีรภัทร เพ็งบุญ, พงศ์ศักดิ์ คงเกิด, ณพวัฒน์ จิณปิ่น,

สุวรรณชิต เกศางาม, นกมล ปิ่นกระจ่าย

สถานที่ติดต่อ: วิทยาลัยเทคโนโลยีวิมลบริหารธุรกิจ

หมายเลขโทรศัพท์ติดต่อ: 086-344-5127, 094-394-3557, 098-373-4926,

084-290-9645, 095-105-21891

E-mail: 51838@wbac.ac.th, 51719@wbac.ac.th, 51799@wbac.ac.th,

51839@wbac.ac.th, 52075@wbac.ac.th

คนส่วนใหญ่จะไม่ชอบออกกำลังกาย เพราะ ไม่มีเวลาว่าง ไม่มีอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย และอาหารที่จะนำไปสร้างกล้ามเนื้อส่วนใหญ่มิราคาที่สูง คณะนักศึกษาจึงได้จัดทำโครงการ สื่อสร้างสรรค์เรื่อง “อยากฟิตแต่งบน้อย” เพื่อแนะนำวิธีการออกกำลังกายแบบไม่ต้องใช้อุปกรณ์ (Body weight) สามารถทำได้ที่ไหนก็ได้โดยไม่จำกัดสถานที่ และแนะนำการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อที่จะนำสารอาหารไปสร้างกล้ามเนื้อ เพื่อศึกษาความพึงพอใจจากผู้ใช้อีกโดยมีการกำหนดกลุ่มเป้าหมายอายุ 15 ปี – 60 ปี ที่สนใจอยากออกกำลังกาย



ภาพที่ 1 คลิปวิดีโอแนะนำผลงาน



ภาพที่ 2 คลิปวิดีโอผลงาน



QR Code

คลิปวิดีโอผลงาน



QR Code

คลิปวิดีโอแนะนำเสนอผลงาน

