

Safe exercise training with personnel trainers

Starting from January 25th, 2021, the Physical Fitness Enhancement Center of the Faculty of Sports Science at Chulalongkorn University organized a health enhancement project to educate the university's students, staff, and general public on a safe exercise training with personnel trainers and to provide proper nutrition recommendation to the participants in the community. This project is beneficial to people in the Patumwan district and surrounding communities as it increased the participants' awareness on healthy lifestyle. However, due to the covid-19 situation in Bangkok and other parts of the country, the project was conducted via online training and the episodes were uploaded onto the youtube channel and facebook page.



ตอบให้รู้กันไปเลยกับ อ.ดร. เบญพล เบญจพลากร

18 สัปดาห์ที่แล้ว · การรับชม 371 ครั้ง

👍❤️ คุณ และคนอื่นๆ อีก 15 คน



ตอบให้รู้กันไปเลย

19 สัปดาห์ที่แล้ว · การรับชม 423 ครั้ง

👍❤️👤 คุณ และคนอื่นๆ อีก 16 คน



เทป : Facebook Live

21 สัปดาห์ที่แล้ว · การรับชม 163 ครั้ง

👍❤️ 12



ตอบให้รู้กันไปเลย" กับ อาจารย์ ดร.ภัทร ราษฎร์ ขาวสนิท: 11.30-12.00 น.

23 สัปดาห์ที่แล้ว · การรับชม 465 ครั้ง