

การประกวดฤๅษีดัดตน "ยัดเหยียด...ดัดตน...พันโรค"
Thai Self-Stretching: Ruesi Dudton (Hermit's Self-Stretching)

● **ประเภท**

1. ประเภทนักเรียน ระดับชั้นประถมศึกษา
2. ประเภทนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษา/ สถาบันการศึกษาแพทยแผนไทย, แพทย์แผนไทยประยุกต์
3. ประเภทหน่วยงานสาธารณสุข/ชมรมผู้สูงอายุ/ประชาชนทั่วไป

● **เงื่อนไข**

1. จัดทำเป็นคลิปการแสดงฤๅษีดัดตน ระยะเวลา 5-8 นาที จำนวนผู้แสดง 5-7 คน
2. ทำฤๅษีดัดตนที่นำมาทำการแสดง ประกอบด้วย ท่าบังคับ, ท่าสร้างสรรค์
 - ท่าบังคับ 4 ท่า ได้แก่ ท่าแก้เกียจ, ท่าแก้เส้นมหาสมุทรกระบี่, ท่าดำรงกายอายุยืน, ท่าแก้แน่นหน้าอก
 - ท่าสร้างสรรค์ สามารถเลือกได้จากฤๅษีดัดตนทั้ง 76 ท่า
3. เป็นการแสดงที่มีอัตลักษณ์ ความถูกต้อง ความพร้อมเพรียง และความคิดสร้างสรรค์

** รายละเอียดท่าฤๅษีดัดตน

https://drive.google.com/drive/folders/1idq6ics2300C77jNDSEcmIRCse5GZlqp?usp=drive_link

- เปิดรับสมัครตั้งแต่วันที่ - 20 กรกฎาคม 2569
- ประกาศผลทีมที่ผ่านการคัดเลือกรอบคัดเลือก ในวันที่ 3 สิงหาคม 2569
- ประกวดรอบตัดสินโดยแสดงต่อหน้าคณะกรรมการ และรับรางวัลในงานมหกรรมนวดไทยและเวลเนสแห่งชาติ ครั้งที่ 1 "The 1st International NUAD THAI and Wellness Expo" ภายในเดือนสิงหาคม 2569 ณ Hall 8 ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ กรุงเทพมหานคร

● **รางวัล (ทั้ง 3 ประเภท)**

- | | |
|-----------------------|--|
| ทีมชนะเลิศ | เงินรางวัล จำนวน 30,000 บาท พร้อมใบประกาศนียบัตร |
| ทีมรองชนะเลิศอันดับ 1 | เงินรางวัล จำนวน 20,000 บาท พร้อมใบประกาศนียบัตร |
| ทีมรองชนะเลิศอันดับ 2 | เงินรางวัล จำนวน 10,000 บาท พร้อมใบประกาศนียบัตร |

*** ผู้เข้าร่วมการประกวดจะได้รับใบประกาศนียบัตร แบบ Online ***

● **คลิปวิดีโอส่งเข้าประกวด**

ให้ท่านส่งผลงานคลิปวิดีโอความยาวไม่เกิน 8 นาที ขนาดไฟล์ไม่เกิน 1.2 GB สกุล.mp4

โดยแนบลิงค์การแชร์ไฟล์ผ่าน Google Drive

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfJvG_Q2a0AnjHOL3chZuttelhTMMKc5wTn502HZmTPf52tg/viewform?usp=header

● **ติดต่อเพิ่มเติม**

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

สถาบันการแพทย์แผนไทย

กลุ่มงานวิจัยและถ่ายทอดองค์ความรู้เวชกรรมไทย

โทร 0 2591 7007 ต่อ 3502 E-mail : thaimed03.ittm@gmail.com