

โยคะและการบริหารกายเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับผู้พิการ



สำนักวิชาพหุภาษาและการศึกษาทั่วไป (SOLGEN) โดยอาจารย์ปิยนุช ขุนสวัสดิ์ ร่วมกับ ผศ.ดร.วิสาฯ อนันธวัช สำนักวิชาเทคโนโลยีการเกษตรและอุตสาหกรรมอาหาร ได้จัดโครงการ ส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับผู้พิการโดยใช้กิจกรรมโยคะและการบริหารกายควบคู่กับกิจกรรมนันทนาการ นำออกกำลังกายให้กับกลุ่มเด็ก สตรีและผู้พิการของศูนย์พัฒนาศักยภาพและอาชีพคนพิการ นครศรีธรรมราช ตำบลสระแก้ว จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ทำให้ทุกคนเกิดความสุข สนุกสนาน เกิดความผ่อนคลาย และมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงขึ้น