

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

● ประเภท

1. ประเภทนักเรียน ระดับชั้นประถมศึกษา
2. ประเภทนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษา
3. ประเภทหน่วยงานสาธารณสุข/ชมรมผู้สูงอายุ

● เงื่อนไข

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

** รายละเอียดทำฤๅษีดัดตน

https://drive.google.com/file/d/1S-xwYnLDyZhAmmdcYYNRzjcQjLh_vyq/view?usp=sharing

- เปิดรับสมัครตั้งแต่วันนี้ - 15 พฤษภาคม 2569
- ประกาศผลทีมที่ผ่านการคัดเลือกรอบคลิปวิดีโอ ภายในวันที่ 22 พฤษภาคม 2569
- ประกวดรอบตัดสินโดยแสดงต่อหน้าคณะกรรมการ และรับรางวัลในงานมหกรรมนวดไทยและเวลเนสแห่งชาติ ครั้งที่ 1 "The 1st International NUAD THAI and Wellness Expo" ในวันที่ 10 มิถุนายน 2569 ณ Hall 7 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_O2a0AnjHOL3chZutte-lhTMMKc5wTn502HZmTPf52tg/viewform?usp=publish-editor

● ติดต่อเพิ่มเติม

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