

THE NEXT NORMAL OF ROAD RACE MANUAL



คู่มือจัดการแข่งขันวิ่งบนถนน

และมาตรการจัดการแข่งขันภายใต้การแพร่ระบาดของ COVID-19



สมาคมกรีฑาสมัครเล่น
ชมรมวิ่งแห่งประเทศไทย





คำนำ

สมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ ร่วมกับสมาพันธ์ชมรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพไทย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสมาคมวิ่งเทรลแห่งประเทศไทย ภายใต้การสนับสนุนของกรีกีฬาแห่งประเทศไทย และกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เล็งเห็นถึงความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของประชาชนทุกกลุ่ม โดยเฉพาะการวิ่ง ที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย แต่ด้วยการแพร่ระบาดของ COVID - 19 ได้ส่งผลกระทบต่อกระตือรือร้นในการจัดแข่งขันเป็นอย่างมาก อย่างไรก็ตาม สถานการณ์การแพร่ระบาดได้มีแนวโน้มไปในทิศทางที่ดีขึ้น มีมาตรการผ่อนปรนการจัดกิจกรรม คณะทำงานจึงได้จัดทำคู่มือการจัดการแข่งขันวิ่งเทรลและวิ่งบนถนน ภายใต้การแพร่ระบาด COVID - 19 เพื่อนำเสนอให้กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาพิจารณาประกาศใช้และเผยแพร่ ขณะเดียวกันจึงได้ใช้โอกาสนี้ นำ "คู่มือการจัดการกิจกรรมวิ่งเทรลและวิ่งบนถนน" ที่กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสมาพันธ์ชมรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพไทย ได้เคยเผยแพร่ นำมารวบรวมปรับปรุง และเผยแพร่อีกครั้ง โดยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปอ้างอิง และปฏิบัติในโอกาสต่อไป

คณะทำงานจัดทำ คู่มือจัดการแข่งขันวิ่งบนถนน
และมาตรการจัดการแข่งขันภายใต้การแพร่ระบาด COVID-19



สารบัญ

คำนำ	ก
สารบัญ	ค

I

คู่มือการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนของประเทศไทย	1
1. แนวคิดการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน	5
2. การบริหารจัดการ	9
3. การวางแผนเส้นทางการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนและองค์ประกอบเส้นทาง	15
4. การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน	23

II

มาตรการจัดการแข่งขันภายใต้การระบาดโควิด - 19	29
แนวคิด	30
ลักษณะของผู้เข้าร่วมกิจกรรม	31
มาตรการควบคุมของ สบค. (ฉบับที่ 4)	32
จัดการแข่งขันวิ่งอย่างปลอดภัยไว้โควิด - 19	37
1. การเตรียมสถานที่การแข่งขัน	38
2. การเตรียมความพร้อมในการจัดแข่งขัน	40
2.1 มาตรการคัดกรองอาการป่วย	40
2.2 มาตรการในการป้องกันโรค	40
2.3 มาตรการในการทำความสะอาด	45
แนวทางการปฏิบัติสำหรับผู้ออกบูธร้านค้า	46
วิ่งอย่างปลอดภัยไว้โควิด - 19	47
1. การเตรียมตัวก่อนการแข่งขัน	48
2. ระหว่าง และหลังการใช้บริการ	48
แนวทางปฏิบัติใหม่สำหรับนักวิ่ง	50
แนวทางการกำกับ ติดตาม ประเมินผล	51

ภาคผนวก	55
- คำสั่งศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) ที่ 5/2563 เรื่อง แนวปฏิบัติตามข้อกำหนดออกตามความในมาตรา 9 แห่งพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. 2548 (ฉบับที่ 4)	



คู่มือ

การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนของประเทศไทย



1. แนวคิด การจัดกิจกรรมวิ่ง บนถนน

1.1 วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนนต้องกำหนดวัตถุประสงค์ในการจัดงานให้ชัดเจน ซึ่งวัตถุประสงค์อาจมีเพียงประการเดียวหรือหลายประการประกอบกัน ได้แก่

(1) วัตถุประสงค์เพื่อการแข่งขัน

โดยจะต้องมีการระบุให้ชัดเจนว่าการแข่งขันนั้น มีเจตนาที่จะให้บังเกิดผลจากการแข่งขันในลักษณะใด กล่าวคือ

(1.1) มีการรับรองระยะทางและผลการแข่งขันอย่างเป็นทางการ ซึ่งจะเป็นการรับรองสำหรับใช้ประโยชน์ในการบันทึกข้อมูลสถิติ อันประกอบด้วย ระยะทาง เวลา ผลการแข่งขัน หรือสถิติอื่นๆ เพื่อรับรองผลการแข่งขันในระดับต่างๆ ในรายการแข่งขันที่เป็นทางการหรือเป็นสากล ซึ่งจะเป็นสถิติของประเทศที่ซึ่งรับรองโดยสมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

(1.2) ไม่มีการรับรองระยะทางและผลการแข่งขันอย่างเป็นทางการ ซึ่งไม่มีการรับรองระยะทางและผลการแข่งขันในลักษณะเป็นทางการ อย่างไรก็ตาม อาจมีการบันทึกสถิติด้วยแต่เป็นการบันทึกเพื่อใช้ประโยชน์อื่น อาทิ สถิติส่วนตัว สถิติของการแข่งขัน

(2) วัตถุประสงค์เพื่อความสนุกสนาน ควรระบุให้ชัดเจนว่าการจัดกิจกรรมวิ่งนั้นเพื่อการสร้าง ความสนุกสนาน หรือเพื่อกิจกรรมนันทนาการ (Recreation) หรือเพื่อกิจกรรมความบันเทิงอื่น ให้เกิดประโยชน์ สำหรับประชาชนในพื้นที่หรือประชาชนในพื้นที่ต่างๆ หรือประชาชนทั่วไป

(3) วัตถุประสงค์เพื่อการกุศล ควรระบุให้ชัดเจนว่าการจัดกิจกรรมวิ่งนั้นเพื่อนำรายได้ที่ได้รับไปใช้ในการสร้างสาธารณกุศล หรือสาธารณประโยชน์ หรือกิจสาธารณะอื่น

(4) วัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว ควรระบุให้ชัดเจนว่าการจัดกิจกรรมวิ่งนั้นจัดทำขึ้นเพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมการท่องเที่ยวของพื้นที่ หรือการประชาสัมพันธ์สถานที่ท่องเที่ยวในพื้นที่ หรือการประชาสัมพันธ์สถานที่ท่องเที่ยวอื่น

(5) วัตถุประสงค์เพื่อการส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์ ควรระบุให้ชัดเจนว่าการจัดกิจกรรมวิ่งนั้น จัดทำเพื่อประโยชน์ในการประชาสัมพันธ์ หรือการส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์ที่มีชื่อ สรรพคุณ และรายละเอียด ของผลิตภัณฑ์ ทั้งนี้ ผลิตภัณฑ์ดังกล่าวจะต้องไม่มีเจตนาที่ขัดต่อกฎหมาย หรือไม่ขัดต่อความสงบเรียบร้อย หรือไม่ขัดต่อศีลธรรมอันดีของประชาชนและภาคประชาสังคม

(6) วัตถุประสงค์อื่นๆ ควรระบุให้ชัดเจนว่าการจัดกิจกรรมนั้นจัดทำขึ้นเพื่อประโยชน์อื่น

1.2 ประเภทของการจัดกิจกรรมวิ่งที่นิยมในประเทศไทย ประกอบด้วย 4 ประเภท ดังนี้

- 1) การวิ่งเพื่อความสนุกสนาน หรือฟันทัน (Fun Run) หรือที่เรียกกันว่า “เดิน-วิ่งเพื่อการกุศล” ระยะทาง ไม่เกิน 5 กิโลเมตร
- 2) การวิ่งมินิมาราธอน (Mini Marathon) ส่วนใหญ่ในประเทศไทยมักนิยมใช้ระยะทาง 10 กิโลเมตร
- 3) การวิ่งครึ่งมาราธอน (Half Marathon) ระยะทาง 21.1 กิโลเมตร
- 4) การวิ่งมาราธอน (Marathon) ระยะทาง 42.195 กิโลเมตร เป็นการจัดกิจกรรมวิ่งทางถนน ระยะไกลที่เป็นมาตรฐานและได้รับความนิยมทั่วโลก

1.3 การกำหนดกลุ่มนักวิ่งเป้าหมาย

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนนควรกำหนดกลุ่มนักวิ่งเป้าหมาย เช่น นักวิ่งชั้นนำของโลก นักวิ่งแนวหน้าระดับ ชาติของไทย นักวิ่งที่มีความสามารถในระดับแข่งขันของกลุ่มอายุต่างๆ นักวิ่งของชมรมต่างๆ นักวิ่งเพื่อการกุศล นักวิ่งที่เป็นนักท่องเที่ยวต่างชาติ นักเดิน (ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง แต่จะเป็นการเดินแทนการวิ่ง) นักวิ่งทั่วไปและ/ หรือนักวิ่งมวลชน เป็นต้น



1.4 ปริมาณของนักวิ่งที่เข้าร่วมงาน

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนนควรจะมีการจำกัดปริมาณนักวิ่งที่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างเหมาะสม โดยคำนึงถึงความสามารถในการรองรับของระบบสาธารณูปโภคเชิงพื้นที่ สภาพการจราจร ตลอดจนการอำนวยความสะดวกและการรักษาความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นสำคัญ

1.5 การวัดผลการแข่งขันและการมอบรางวัล

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนนต้องตัดสินใจเลือกรูปแบบการจัดงาน โดยพิจารณาปัจจัยสำคัญดังต่อไปนี้

1) การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนส่วนใหญ่ ผู้จัดจะจัดกิจกรรมวิ่งหลายประเภทในการจัดงานครั้งเดียว จึงทำให้มีกลุ่มนักวิ่งประเภทต่างๆ หลายกลุ่มผสมผสานรวมกัน

2) มีเพียงนักวิ่ง 3 ประเภท คือ นักวิ่งทั่วไปและ/หรือนักวิ่งมวลชน นักวิ่งเพื่อการกุศลและนักเดินที่อาจเหมาะกับการวิ่งเพื่อความสนุกสนาน (Fun Run) ซึ่งไม่เน้นเรื่องการได้รับรางวัล และอาจไม่จำเป็นต้องมีสถิติอย่างเป็นทางการก็ได้

3) นักวิ่งประเภทอื่นๆ เช่น นักวิ่งชั้นนำของโลก นักวิ่งแนวหน้าระดับชาติของไทย นักวิ่งที่มีความสามารถในระดับแข่งขันของกลุ่มอายุต่างๆ นักวิ่งของชมรมต่างๆ นักวิ่งที่เป็นนักท่องเที่ยวดังชาติเป็นต้น จะเน้นการเข้าร่วมงานวิ่งที่มีการแข่งขันอย่างแท้จริง มีการวัดระยะทางอย่างถูกต้อง มีการจับเวลาอย่างเป็นทางการ และมีรางวัลมอบให้

4) รางวัลที่มอบให้ผู้ชนะการแข่งขันไม่จำเป็นต้องมีมูลค่าสูง ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งทุกคนต้องระลึกไว้ว่า มูลค่าของรางวัลเป็นเพียงปัจจัยที่ใช้ดึงดูดนักวิ่งที่เร็วที่สุดและนักวิ่งในกลุ่มอายุเท่านั้น ยิ่งรางวัลมีมูลค่าสูงเท่าใด ยิ่งมีโอกาสดึงดูดนักวิ่งที่ดีที่สุดของโลกได้มากขึ้นเท่านั้น แต่การได้รับความสนใจจากนักวิ่งชั้นนำระดับโลกอาจเป็นไปได้ ในทางปฏิบัติ หรือกระทั่งไม่ใช่เรื่องที่สำคัญเลยก็ได้

1.6 คุณภาพ/มาตรฐานของการจัดงานหรือการจัดกิจกรรมวิ่ง

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรให้ความสำคัญกับประเด็นต่างๆ ดังต่อไปนี้

1) มาตรฐานการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรเป็นไปตามคู่มือการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนของประเทศไทย ตามประกาศของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

2) คู่มือการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนของประเทศไทย ถือเป็นเอกสารประกอบการพิจารณาและกำกับดูแลร่วมของผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนที่เกี่ยวข้อง

3) ในกรณีที่ต้องการให้มีการรับรองมาตรฐานในระดับประเทศหรือระดับนานาชาติ ต้องเป็นไปตามข้อกำหนดของสมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ และ WORLD ATHLETICS จะช่วยสร้างความเชื่อมั่นให้กับสาธารณชนว่า การจัดกิจกรรมวิ่งจะดำเนินไปตามมาตรฐานที่กำหนดไว้

4) ได้รับการประชาสัมพันธ์ในปฏิทินการจัดกิจกรรมวิ่งประจำปีอย่างเป็นทางการ ตามประกาศของ
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา รวมทั้งภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง

5) ได้รับความเชื่อมั่นต่อกติกาการแข่งขันซึ่งเป็นที่ยอมรับกันทั่วไป ตามข้อกำหนดของ WORLD
ATHLETICS หรือสมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ หรือกติกาที่เป็นไปตามประกาศของ
ผู้จัดงานเฉพาะกิจกรรมในพื้นที่นั้น (local rules)

1.7 ช่วงวันและเวลาของการจัดกิจกรรมวิ่ง

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนนควรคำนึงถึงกับสภาพอากาศในแต่ละพื้นที่ (เช่น อุณหภูมิ ความชื้นสัมพัทธ์ เป็นต้น)
ช่วงเวลาของวันที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รับอันตรายจากความร้อนน้อยที่สุด สภาพการจราจร ความสะดวก
ของท้องถนน เทศกาลของท้องถนน ความสามารถในการบริการด้านที่พัก งานวิ่งอื่นๆ ที่จัดในพื้นที่ใกล้เคียง หรือมีกลุ่ม
นักวิ่งเป้าหมายคล้ายกัน

1.8 การเลือกพื้นที่เพื่อจัดงานวิ่ง

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนนควรคำนึงถึงขนาดของพื้นที่ที่เหมาะสมต่อจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม และสิ่งอำนวยความสะดวก
ต่างๆ ในบริเวณจุดปล่อยตัวและเส้นชัย รวมทั้งควรเลือกจุดบริเวณจุดปล่อยตัว และเส้นชัยที่ช่วย
ส่งเสริมภาพลักษณ์ของการจัดกิจกรรม

ทั้งนี้ ทิศทางการเคลื่อนที่ของมวลชนควรมีลักษณะเป็นการเคลื่อนที่ในทิศทางเดียวกัน โดยไม่กีดขวาง
ซึ่งกันและกัน

1.9 ความปลอดภัยของผู้มีส่วนร่วมทุกฝ่าย รวมไปถึงประชาชนที่จะได้รับผลกระทบจากการจัด กิจกรรม

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนนจำเป็นต้องติดต่อกับหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องในพื้นที่เพื่อกำหนดระดับ
รักษาความปลอดภัยที่เหมาะสมสำหรับการจัดกิจกรรมวิ่ง



1.10 ความรับผิดชอบตามกฎหมายและข้อบังคับท้องถิ่น

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรดำเนินการดังนี้

- 1) จัดทำประกันภัยที่คุ้มครองผู้เข้าร่วมกิจกรรมและ/หรือเจ้าหน้าที่จัดกิจกรรมตามรายชื่อที่ฝ่ายจัดกิจกรรมแจ้ง
- 2) มีการจัดการข้อมูลและเอกสารการรับสมัครอย่างรอบคอบ เนื่องจากเป็นข้อมูลส่วนบุคคลที่สามารถนำไปใช้เป็นการเฉพาะตามวัตถุประสงค์ในกิจกรรมนั้นๆ ดังนั้นผู้จัดการกิจกรรมควรปฏิบัติตามกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการปกป้องและรักษาความปลอดภัยข้อมูลส่วนบุคคล

2. การบริหารจัดการ

2.1 การจัดองค์กร

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนนควรมีบุคลากรและหน่วยงานรับผิดชอบดูแลงานด้านต่างๆ ประกอบด้วย

- 1) ผู้อำนวยการการแข่งขัน
- 2) ฝ่ายออกแบบและจัดการเส้นทาง/สนามแข่งขัน
- 3) ฝ่ายการแพทย์และพยาบาล
- 4) ฝ่ายทะเบียน รับสมัคร ประสานงานกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทั้งระหว่างการแข่งขันและในวันรับอุปกรณ์ (Race Kit)
- 5) ฝ่ายดูแลบริเวณปล่อยตัวและเส้นชัย การสร้าง ประกอบ ติดตั้งวัสดุต่างๆ อันได้แก่ ห้องน้ำ สถานที่เปลี่ยนชุด จุดรับฝากสัมภาระ จุดบริการเครื่องดื่ม อุปกรณ์กันลมผู้ชม โครงสร้างเพื่อติดตั้งระบบจับเวลา เป็นต้น ทั้งนี้ รวมถึงการรื้อถอนและขนย้ายออกเมื่อกิจกรรมวิ่งเสร็จสิ้น
- 6) ฝ่ายดูแลจุดบริการน้ำ และจุดบริการ
- 7) ฝ่ายควบคุมการจัดกิจกรรมวิ่ง
- 8) ฝ่ายประสานงานกับเจ้าหน้าที่ของรัฐในพื้นที่ ตำรวจ รถพยาบาล
- 9) กลุ่มอาสาสมัคร
- 10) ฝ่ายดูแลการคมนาคมโดยรอบและที่จอดรถ
- 11) ฝ่ายรักษาความปลอดภัย

- 12) ฝ้ายสื่อสารทางสื่อออนไลน์ เช่น เว็บไซต์ อีเมล เฟสบุ๊กแฟนเพจ เป็นต้น
- 13) ฝ้ายสื่อสาร วิทยุสื่อสาร โทรศัพท์ ทุกช่องทางในวันจัดกิจกรรมวิ่ง
- 14) ฝ้ายรักษาความสะอาด และดูแลการกลับคืนสภาพ
- 15) ฝ้ายจัดซื้อจัดจ้าง เสื้อ ของที่ระลึก เหรียญ รางวัล อุปกรณ์จับเวลา และอื่นๆ
- 16) ฝ้ายสิทธิประโยชน์ การคัดเลือกสปอนเซอร์
- 17) การเงิน การควบคุมรายรับและรายจ่าย
- 18) ฝ้ายประสานงานสื่อ การโฆษณา
- 19) ฝ้ายกิจกรรมพิเศษ เช่น งานเอ็กซ์โป และการแสดงต่างๆ เป็นต้น
- 20) ฝ้ายอำนวยความสะดวก พิธีการ พิธีเปิด ตลอดจนพิธีมอบรางวัลตอนจบ การรับรอง ผู้สนับสนุน

และบุคคลสำคัญที่มาร่วมงาน

2.2 การประชาสัมพันธ์ก่อนการรับสมัคร

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรให้ข้อมูลเกี่ยวกับงานแก่ผู้ที่จะสมัครร่วมกิจกรรม ซึ่งควรมีรายละเอียดตามนี้เป็นอย่างน้อย

- 1) ชื่อองค์กร นิติบุคคล บุคคล หรือชมรมของผู้จัดกิจกรรมวิ่ง หน่วยงานร่วมจัด และรายชื่อหน่วยงานร่วมสนับสนุน
- 2) วัตถุประสงค์การจัดงานวิ่ง
- 3) วัน เวลา และสถานที่ของการจัดงาน
- 4) ระยะเวลาการจัดการแข่งขัน การรับรองระยะทาง และผลการแข่งขันอย่างเป็นทางการ
- 5) รูปแบบของเส้นทางการแข่งขัน
- 6) การบริการทางการแพทย์
- 7) โครงสร้างรางวัล (อายุ เพศ ระยะ หรืออื่นๆ)
- 8) ข้อจำกัดด้านอายุสำหรับเด็ก
- 9) การแข่งขันจะยึดกติกาขององค์กรวิ่งใด หรือมีกติกาพิเศษของการแข่งขันอย่างไร
- 10) เวลาปล่อยตัวและตัดตัวของการแข่งขันแต่ละระยะ
- 11) นักวิ่งกำกับเวลา (Pacer) (ถ้ามี)
- 12) การประเมินความเสี่ยงของเส้นทาง
- 13) จำนวนสูงสุดของนักวิ่งที่จะรับสมัครในการแข่งขันแต่ละระยะ และเงื่อนไขต่างๆ ในการรับสมัคร
- 14) วิธีรับสมัคร ค่าสมัคร วิธีการชำระเงิน การขอคืนค่าสมัคร การเปลี่ยนแปลงการสมัคร
- 15) คุณสมบัติผู้สมัคร

- 16) กำหนดการ
- 17) สิ่งที่คุณสมัครจะได้รับ และข้อมูลการรับอุปกรณ์การแข่งขัน
- 18) เครื่องดื่มและจุดบริการระหว่างเส้นทาง รวมทั้งอาหารและเครื่องดื่มเมื่อเข้าเส้นชัย
- 19) ข้อมูลการเดินทางสู่งานวิ่ง จุดจอดรถ และปริมาณรถที่จอดได้ในแต่ละจุด การรับฝากสัมภาระ สถานที่กางเต็นท์ และอื่นๆ
- 20) ข้อมูลการจราจรบนเส้นทางวิ่ง แสดงลักษณะการปิดกั้นการจราจรบนเส้นทางวิ่งที่อาจแตกต่างกันในเส้นทางวิ่งช่วงต่างๆ
- 21) เงื่อนไขในการเลื่อนและ/หรือยกเลิกการจัดกิจกรรมวิ่ง

2.3 การจัดเตรียมระบบรับสมัคร (Online/On site)

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนนต้องมีการจัดทำระบบรับสมัครผ่านระบบออนไลน์ (Online) หรือระบบสมัครด้วยตนเอง (On site) รวมทั้ง จัดเตรียมเจ้าหน้าที่รับผิดชอบในแต่ละกิจกรรมของการรับสมัคร เพื่อเป็นการอำนวยความสะดวกให้กับผู้ที่ต้องการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งนี้ ผู้จัดการต้องคำนึงถึงช่วงระยะเวลาและสถานที่ที่เปิดบริการรับสมัครให้เหมาะสม

2.4 กำหนดการ

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนนต้องมีการจัดทำกำหนดการ (Timelines) เพื่อให้การดำเนินการจัดกิจกรรมวิ่งประสบความสำเร็จ จึงต้องมีกำหนดการรายละเอียดต่างๆ ในช่วงเวลาตั้งแต่ 24 ชั่วโมงก่อนการจัดกิจกรรมจะเริ่มขึ้น จนถึงเวลาสิ้นสุดการจัดกิจกรรม

2.5 การลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน อาจใช้วิธีการหลายรูปแบบในการลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งบนถนน ขึ้นอยู่กับขนาดของการจัดกิจกรรมวิ่ง ซึ่งอาจจะมีทั้งการสมัครผ่านระบบออนไลน์ และสมัครโดยใช้ใบสมัครที่เป็นเอกสาร และใช้ระบบจับฉลาก (Lottery System) เพื่อกำหนดว่าใครได้รับสิทธิ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง สำหรับกิจกรรมวิ่งบนถนนขนาดกลาง และขนาดเล็กอาจจะให้มีการสมัครในวันจัดกิจกรรมได้

สำหรับการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนขนาดใหญ่จะแจกจ่ายหมายเลขวิ่ง (Bib) ร่วมกับงานจัดแสดงและขายสินค้า (Expo) และไม่อนุญาตให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรับหมายเลขวิ่งในวันจัดกิจกรรม วิธีการแจกจ่ายหมายเลขวิ่งและของที่ระลึก เช่น เสื้อ เทรียนูรากล เป็นต้น ขึ้นอยู่กับจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม ขนาดของพื้นที่ ระยะเวลาที่มี และจำนวนเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน จำเป็นต้องมีการวางแผนอย่างรัดกุม เพื่อเตรียมพื้นที่ให้เพียงพอกับการแจกจ่ายอย่างมีประสิทธิภาพ

2.6 กติกาการแข่งขัน

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน สามารถสืบค้นศึกษากติกาการแข่งขันมาตรฐานสากลของ WORLD ATHLETICS ได้จาก <https://www.iaaf.org/about-iaaf/documents/rules-regulations> ควรกำหนดกติกาการแข่งขัน (Rules) ที่เหมาะสมกับการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ถือเป็นสิ่งสำคัญ นอกจากนี้ การจัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรประกาศกติกาการแข่งขันก่อนถึงวันจัดกิจกรรม

2.7 อาสาสมัคร

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรมีอาสาสมัคร (Volunteers) เพื่อช่วยงานในด้านต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การจัดการกิจกรรมวิ่งบนถนนที่ไม่ใช่รายการใหญ่ส่วนมากจะจัดโดยอาสาสมัคร และมีการใช้ผู้รับจ้างเพียงในทางเทคนิคเท่านั้น เช่น การจับเวลา ระบบเครื่องเสียง เป็นต้น จึงควรดำเนินการ ดังนี้

- 1) แต่งตั้งผู้ประสานงานอาสาสมัครตั้งแต่กระบวนการวางแผน
- 2) ผู้ประสานงานอาสาสมัครควรพบปะกับหัวหน้าทีม ผู้จัดการทีมทุกคน เพื่อกำหนดจำนวนและประเภทของอาสาสมัครที่ต้องการในการดำเนินงานแต่ละครั้ง
- 3) ควรฝึกอบรมอาสาสมัครให้เข้าใจหน้าที่และความรับผิดชอบในตำแหน่งด้านต่างๆ ในการจัดกิจกรรม เพื่อลดความเสียหายต่อการบริหารจัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน
- 4) จัดเตรียมรายชื่อเจ้าหน้าที่อาสาสมัครทุกคน พร้อมรายละเอียดสำหรับติดต่ออย่างครบถ้วน



2.8 แผนการประกอบติดตั้งและรื้อถอนอุปกรณ์สนามและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ควรคำนึงถึงความปลอดภัย ประสิทธิภาพของการใช้งาน และระยะเวลาในการประกอบและจัดเก็บอุปกรณ์ต่างๆ

2.9 ข้อมูลสรุปสุดท้ายเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรให้ข้อมูล “ข้อมูลสรุปสุดท้ายเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม” (Final Details) ให้กับผู้ที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรมในวันสมัคร หรือภายในวันที่กำหนดไว้ก่อนวันจัดกิจกรรมไม่ต่ำกว่า 7 วัน ซึ่งควรมีรายละเอียดตามนี้เป็นอย่างน้อย

- 1) การเดินทางสู่จุดปล่อยตัวหรือกองอำนวยความสะดวกจัดกิจกรรมวิ่ง
- 2) รายละเอียดกระบวนการปล่อยตัว (เช่น ระบุช่องทางเดินเข้าคอก ปล่อยตัว ระบุการจัดลำดับการปล่อยตัว เป็นต้น)
- 3) กระบวนการต่างๆ หลังเข้าเส้นชัย (เช่น การรับป้ายอันดับ รับเหรียญ รับของที่ระลึก น้ำดื่ม อาหาร เป็นต้น)
- 4) ขั้นตอนการประท้วงผลการแข่งขัน
- 5) สิ่งอำนวยความสะดวกในบริเวณงาน เช่น สุขา ห้องอาบน้ำ การฝากสัมภาระ เป็นต้น
- 6) กำหนดการของพิธีการต่างๆ
- 7) บริการแจ้งผลการแข่งขัน
- 8) แผนที่แสดงกองอำนวยความสะดวกและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ
- 9) ระยะทางและลักษณะของเส้นทางวิ่งที่ชัดเจน
- 10) แผนที่เส้นทางวิ่งฉบับล่าสุด ระบุการปิดการจราจรตามที่ปรับแก้ล่าสุดแล้ว
- 11) ระบุช่วงระยะที่จะตั้งจุดบริการน้ำ

3.

การวางแผนเส้นทาง การจัดกิจกรรมวิ่ง บนถนนและ องค์ประกอบเส้นทาง

3.1 การขออนุญาตและประสานแจ้งหน่วยงานต่างๆ

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ต้องได้รับอนุญาตจากหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องตามกฎหมาย และประสานแจ้งให้ส่วนต่างๆ ทราบล่วงหน้า ดังนี้

- 1) ส่วนราชการที่มีหน้าที่รับผิดชอบการอนุญาตให้ใช้พื้นที่
- 2) แจ้งโรงพยาบาลและสถานพยาบาลในพื้นที่ และพื้นที่

ใกล้เคียงทราบล่วงหน้าว่าจะมีการจัดกิจกรรมวิ่ง

- 3) แจ้งให้ผู้อยู่อาศัยในพื้นที่และโดยรอบเส้นทางวิ่งทราบล่วงหน้าว่าจะมีการจัดกิจกรรมวิ่ง
- 4) หน่วยงานจราจร/ทางหลวง/ตำรวจในพื้นที่

3.2 การออกแบบและวัดเส้นทางการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรคำนึงถึง

- 1) ความปลอดภัยของผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง โดยพิจารณาความเสี่ยงต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น และวางแผนป้องกันเพื่อลดความเสี่ยงนั้นๆ
- 2) บริเวณที่เหมาะสมสำหรับเป็นจุดปล่อยตัวและเส้นชัย โดยต้องมีพื้นที่กว้างขวางเพียงพอต่อปริมาณผู้เข้าร่วมงาน และการจัดวางจุดอำนวยความสะดวกต่างๆ
- 3) พยายามให้ชุมชนในบริเวณที่จัดกิจกรรมได้รับผลกระทบน้อยที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ เช่น เลือกเส้นทางวิ่งที่คนในชุมชนสามารถหลบเลี่ยงได้หากมีการปิดการจราจร เส้นทางวิ่งต้องไม่ปิดกั้นการเข้าถึงสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับความช่วยเหลือฉุกเฉิน เช่น สถานพยาบาล สถานีดับเพลิง เป็นต้น
- 4) เส้นทางวิ่งมีแสงสว่างเพียงพอ
- 5) เส้นทางวิ่งกว้างเพียงพอกับจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- 6) พื้นผิวของเส้นทางวิ่งมีความเรียบแข็งตลอดเส้นทาง หากมีช่วงใดของเส้นทางวิ่งที่ผิดไปจากนี้ ต้องแจ้ง ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งทราบล่วงหน้า
- 7) กรณีไม่สามารถปิดการจราจรได้ทั้งหมด ต้องมีอุปกรณ์กันแบ่งเส้นทางวิ่งกับเส้นทางจราจร เพื่อความปลอดภัย
- 8) ประสานงานกับผู้ให้บริการโทรคมนาคม เพื่อให้บริการในเรื่องสัญญาณโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้อย่างเพียงพอ
- 9) รายการแข่งขันที่ต้องการรับรองสถิติ ควรได้รับการวัดระยะทางและรับรองจากสมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ หรือผู้ได้รับการอนุญาตจากสมาคมกีฬากรีฑาฯ โดยใช้การวัดระยะทางด้วยจักรยานที่สอบเทียบแล้ว (Calibrated Bicycle) หากผู้จัดกิจกรรมวิ่งทำการวัดระยะเอง ต้องระบุเครื่องมือและวิธีการวัดระยะด้วย

3.3 การวางแผนงาน การคำนวณและการประเมินทรัพยากรในบริเวณงานและจุดบริการ

ระบุรายละเอียดของการจัดเตรียมการวางแผนงานและการพิจารณาความเหมาะสมของการใช้ทรัพยากรตลอดทั้งในบริเวณที่จัดกิจกรรมวิ่ง เส้นทางวิ่ง จุดปล่อยตัว เส้นชัย และจุดบริการ โดยมีแนวทางการพิจารณา ดังนี้

1) การวางแผนเส้นทางวิ่ง

วางแผนเส้นทางวิ่งเพื่อความปลอดภัยของผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยพิจารณาความเสี่ยงต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น และวางแผนป้องกันเพื่อลดความเสี่ยงนั้นๆ โดยบริเวณที่เหมาะสมสำหรับเป็นจุดปล่อยตัวและเส้นชัย ต้องมีพื้นที่กว้างขวางเพียงพอต่อปริมาณผู้เข้าร่วมงานและการจัดวางจุดอำนวยความสะดวกต่างๆ ทั้งนี้ ฟังตระหนักในเรื่องต่อไปนี้

ก) การจัดระบบบริเวณจุดปล่อยตัวควรคำนึงถึงความปลอดภัยและรองรับกับจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งและผู้ชม

ข) การจัดทิศทางและผังบริเวณจุดปล่อยตัว ควรคำนึงถึงกระแสการเคลื่อนที่ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่จะเข้าสู่บริเวณปล่อยตัว ไม่ให้เกิดการติดขัด และไม่ให้มีการตัดหรือลัดคิวบริเวณปล่อยตัว

การกำหนดเส้นทางควรตระหนักว่าพยายามให้ชุมชนในบริเวณที่จัดงานได้รับผลกระทบน้อยที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ อาทิ การเลือกเส้นทางวิ่งที่คนในชุมชนสามารถหลบเลี่ยงได้หากมีการปิดการจราจร เส้นทางวิ่งต้องไม่ปิดกั้นการเข้าถึงสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับความช่วยเหลือฉุกเฉิน เช่น สถานพยาบาล สถานีดับเพลิง เป็นต้น อย่างไรก็ตาม เส้นทางการวิ่งควรมีการสำรวจ ตรวจสอบ และวางแผนดำเนินการโดยพิจารณาจาก

- 1.1) ความสว่างของเส้นทางวิ่งที่มีเพียงพอ
- 1.2) เส้นทางวิ่งกว้างเพียงพอกับจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- 1.3) พื้นผิวของเส้นทางวิ่งมีความเรียบแข็งตลอดเส้นทาง หากมีช่วงใดของเส้นทางวิ่งที่ผิดไปจากนี้ต้องแจ้งให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งทราบล่วงหน้า
- 1.4) กรณีไม่สามารถปิดการจราจรได้ทั้งหมด ต้องมีอุปกรณ์กันแบ่งเส้นทางวิ่งกับเส้นทางจราจรเพื่อความปลอดภัย
- 1.5) การประสานงานกับผู้ให้บริการโทรคมนาคม เพื่อให้บริการในเรื่องสัญญาณโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้อย่างเพียงพอ



2) การจัดการและควบคุมดูแลเส้นทางวิ่ง

ผู้จัดควรจัดให้มีการวางแผนในการควบคุมดูแลเส้นทางวิ่งอย่างเหมาะสมและปลอดภัย ดังนี้

2.1) การแต่งตั้งหัวหน้ามาร์แชล (Marshal) เพื่อควบคุมดูแลและสั่งการกิจกรรมต่างๆ ในเส้นทางวิ่ง

2.2) จำนวนมาร์แชลเพียงพอทั่วพื้นที่จัดกิจกรรมวิ่ง คณะมาร์แชลต้องมีคุณภาพเพียงพอในการควบคุมดูแลผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม ดูแลตลอดเส้นทางวิ่ง โดยเฉพาะจุดเสี่ยงต่างๆ เช่นทางร่วมทางแยก จุดตัดต่างๆ เป็นต้น

2.3) มาร์แชลต้องแต่งกายหรือติดแสดงอุปกรณ์ที่ทำให้ผู้พบเห็นแยกแยะได้

2.4) มีวิทยุสื่อสารระหว่างหัวหน้ามาร์แชล และมาร์แชลที่รับผิดชอบด้านต่างๆ

2.5) ก่อนวันจัดกิจกรรมวิ่ง มาร์แชลจะต้องได้รับการแจ้งบทบาท หน้าที่ ตำแหน่งที่ประจำการ และขั้นตอนการปฏิบัติ หากเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉิน (แผนสำรองเพื่อรับเหตุฉุกเฉิน) รวมทั้งมีรายชื่อ หมายเลข โทรศัพท์ฉุกเฉิน และข้อมูลต่างๆ

2.6) การจัดกิจกรรมวิ่งจะมีรถนำทำหน้าที่นำนักวิ่ง โดยขับหรือขี่ไปตามเส้นทางวิ่ง นำหน้านักวิ่งคนแรก ประมาณ 50-100 เมตร

2.7) เส้นทางวิ่งต้องไม่มีสิ่งกีดขวางที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจำนวนมากต้องเบี่ยงเส้นทางและแออัด หากไม่สามารถเคลื่อนย้ายสิ่งกีดขวางได้ จะต้องทำเครื่องหมายว่ามีสิ่งกีดขวางให้ชัดเจน และควรมีมาร์แชลประจำจุดนั้นด้วย

2.8) มาร์แชลจะอยู่ประจำในตำแหน่งที่ได้รับมอบหมายจนกว่าจะได้รับแจ้งยุติภารกิจ

2.9) เก็บป้ายบอกเส้นทาง อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม และขยะต่างๆ ที่เกิดจากการจัดกิจกรรม ออกจากพื้นที่ทั้งหมดโดยเร็วหลังจากจบกิจกรรม

3) จุดปล่อยตัวและการปล่อยตัว

ผู้จัดควรพิจารณาให้มีองค์ประกอบของจุดปล่อยตัวและการปล่อยตัว ดังนี้

3.1) แต่งตั้งผู้อำนวยการจุดปล่อยตัวและคณะทำงานด้านการปล่อยตัว มีหน้าที่ควบคุมการปล่อยตัว

3.2) มีแนวเส้นปล่อยตัวซึ่งมีขนาดที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมและกรรมการทุกคนมองเห็นได้ชัดเจน

3.3) กั้นพื้นที่ปล่อยตัวให้เป็นพื้นที่สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมโดยเฉพาะแบ่งแยกจากผู้ติดตาม ผู้ชม และบุคคลอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งกั้นก่อนผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าสู่บริเวณจุดปล่อยตัว พื้นที่สำหรับจุดปล่อยตัว คำนวณโดยประมาณไม่ควรเกิน 3 คน ต่อตารางเมตร กั้นจุดปล่อยตัวเป็นช่อง โดยมีความยาวขึ้นกับปริมาณนักวิ่ง

3.4) ก่อนการปล่อยตัว 10-30 นาที เส้นทางวิ่งหน้าจุดปล่อยตัวต้องปลอดการกีดขวางจากผู้แข่งขันที่เดินสู่จุดปล่อยตัวล่าช้า ช่างภาพ และผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหมด

3.5) การออกแบบจุดปล่อยตัวควรมีลักษณะดังนี้

3.5.1) มีพื้นที่สำหรับนักวิ่งชั้นนำโดยเฉพาะ โดยอยู่ลำดับแรกจากเส้นปล่อยตัว

3.5.2) หลังจากพื้นที่สำหรับนักวิ่งชั้นนำ จะมีพื้นที่ซึ่งปลอดจากผู้แข่งขันอยู่ระยะหนึ่ง 3-5 เมตร เพื่อกันมิให้ผู้แข่งขันกลุ่มต่อไปมาผลักดันนักวิ่งชั้นนำจนนักวิ่งชั้นนำอาจล้ำเส้นปล่อยตัวได้

3.5.3) หลังจากนั้นจะแบ่งลำดับกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกเป็นช่วงๆ ตามความเร็วลดหลั่นจากเร็วไปช้า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีความเร็วสูงอยู่ด้านหน้า เพื่อป้องกันมิให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีความเร็วต่ำกีดขวางทางวิ่งของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีความเร็วสูงกว่า

3.6) มีกระบวนการปล่อยตัวที่เห็นและได้ยินชัดเจนโดยต้องมีระดับเสียงที่ดังกว่าระบบกระจายเสียงประชาสัมพันธ์ เพื่อให้การปล่อยตัวราบรื่น

3.7) ผู้ตัดสิน ผู้ปล่อยตัว และผู้จับเวลา จะต้องอยู่ในตำแหน่งที่เห็นเส้นปล่อยตัวได้อย่างชัดเจน

3.8) ผู้ประกาศควรบอกเวลาถอยหลังก่อนถึงการปล่อยตัว ควรบอกที่เวลา 5, 3 และ 1 นาที ก่อนการปล่อยตัว

3.9) จัดตำแหน่งของรถนำขบวนนักวิ่งให้ออกตัวได้สะดวกและไม่เป็นอันตรายต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนำ

4) เส้นชัย

ผู้จัดจะต้องมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเส้นชัย ดังนี้

4.1) เส้นชัยเป็นบริเวณที่มีความสำคัญเทียบเท่ากับจุดปล่อยตัว ซึ่งจะต้องทำทุกวิถีทางเพื่อให้บริเวณทั้งสองนี้ปลอดจากบุคคลผู้ไม่มีส่วนเกี่ยวข้อง และมีเพียงเจ้าหน้าที่ถือริบบิ้นเส้นชัยเท่านั้นที่ยืนอยู่เมื่อนักวิ่งคนแรกวิ่งเข้ามา ส่วนบริเวณข้างเส้นชัยให้เป็นที่ของเจ้าหน้าที่และผู้จับเวลา ควรออกแบบเส้นทางวิ่งระยะ 200 เมตร ก่อนถึงเส้นชัยเป็นทางตรงและราบ และต้องมีป้ายบอกระยะ 400 เมตร และ 200 เมตร ก่อนถึงเส้นชัย มีการติดตั้งนาฬิกาจับเวลา นอกจากนั้น อาจกันพื้นที่อย่างน้อย 20 เมตรหลังเส้นชัย เพื่อเป็นพื้นที่หลังวิ่งสำหรับนักวิ่งชั้นนำ และควรมีพื้นที่สงวนไว้สำหรับผู้สื่อข่าวโทรทัศน์ ช่างภาพ หน่วยแพทย์ หน่วยตรวจสอบการกระตุ้น และอื่นๆ

4.2) เส้นชัยส่วนใหญ่เป็นแบบมีซุ้มเหนือศีรษะ เพื่อติดป้ายและนาฬิกาสนาม ซึ่งโครงสร้างของซุ้มจะต้องแข็งแรงและทนต่อแรงลม และต้องสามารถวางเครื่องส่งและรับสัญญาณของอุปกรณ์จับเวลาแบบไร้สายและอุปกรณ์ถ่ายรูปรูปขณะเข้าเส้นชัย การจัดกิจกรรมวิ่งบางรายการอาจมีการจัดเส้นชัยหลายช่องทาง จะติดตั้ง

ข้ามหลังเส้นชัยประมาณหนึ่งเมตร เพื่อให้จุดที่เป็นเส้นชัยจริงๆ มีทัศนวิสัยปลอดภัยโปรงสำหรับการถ่ายรูปนักกีฬา ขณะเข้าเส้นชัย

4.3) เส้นชัยควรใช้ระบบจับเวลาสำรองแบบบันทึกวิดีโอ เพื่อให้สามารถเรียงอันดับการเข้าเส้นชัยได้แม่นยำ และสามารถตรวจสอบได้กรณีที่มีการประท้วงผลตัดสิน ถ้าบันทึกเวลาด้วย chip อิเล็กทรอนิกส์ ต้องมีระบบสำรองเพื่อเก็บข้อมูลเวลาและข้อมูลลำดับการแข่งขัน ในกรณีที่ระบบหลักไม่สามารถใช้งานได้ ผู้จัดควรมีวิธีการเพื่อยืนยันลำดับการเข้าเส้นชัยแบบทันท่วงทีสำหรับนักวิ่งที่ได้รับรางวัลจนถึงอันดับสำรอง โดยที่การจับเวลาด้วยมือและการจัดอันดับด้วยคณะกรรมการซึ่งมีความชำนาญ และมีทีมที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ผู้จับเวลาและผู้บันทึกเวลา ผู้จัดอันดับ ผู้ชี้ขาดอันดับ เป็นต้น ส่วนอุปกรณ์จับเวลาแบบไร้สาย (Transponder) จะถูกติดตั้งให้กับนักวิ่งทุกคน เพื่อให้เกิดการบันทึกสถิติเข้าไปยังคอมพิวเตอร์ โดยอัตโนมัติเมื่อนักวิ่งแต่ละคนวิ่งข้ามเส้นชัย วิธีนี้เป็นวิธีบันทึกเวลาการแข่งขันที่มีประสิทธิภาพสูงสุด ผลการแข่งขันสามารถแสดงผลได้ทันที แต่จะต้องหมายเหตุว่า “ผลการแข่งขันอย่างไม่เป็นทางการ” จนกว่าจะมีการตรวจสอบความถูกต้อง ทั้งนี้ งานวิ่งที่ใช้ระบบจับเวลาด้วยอุปกรณ์ไร้สายและมีจุดตรวจสอบเวลาที่จุดปล่อยตัว ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งได้รู้เวลาเฉพาะบุคคล “net time” ของแต่ละคนได้ ค่านี้หมายถึง ระยะเวลานับตั้งแต่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมคนนั้นข้ามเส้นปล่อยตัวจนถึงข้ามเส้นชัยซึ่งค่านี้แตกต่างจากเวลาสนาม “gun time” ซึ่งจะเริ่มจับเวลาตั้งแต่สิ้นเสียงปืนปล่อยตัวเวลาเฉพาะบุคคลนี้ให้ข้อมูลที่ เป็นประโยชน์สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่เข้าแข่งขันในงานวิ่งขนาดใหญ่ ซึ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนอาจข้ามเส้นปล่อยตัวด้วยเวลาที่ต่างกันหลายนาที (ตามกติกาของ WORLD ATHLETICS เวลา อย่างเป็นทางการจะยึดตามเวลาสนาม) แต่ในงานวิ่งขนาดใหญ่หลายงานที่ไม่ใช่ระดับชิงชนะเลิศ จะบอกเวลาเฉพาะบุคคลด้วย และใช้เวลานี้เพื่อหาผู้ชนะในประเภทกลุ่มอายุ

5) จุดบริการ

ผู้จัดควรพิจารณาถึงรายละเอียดในการกำหนดจุดบริการต่างๆ อาทิ จุดอำนวยความสะดวกและแจกอุปกรณ์ต่างๆ จุดบริการระหว่างเส้นทาง จุดประมวลผลการแข่งขัน จุดบริการอาหาร จุดแจกรางวัล และจุดบริการอื่นๆ ให้เกิดความพร้อม โดยจะพิจารณารายละเอียดของจุดบริการในหมวดต่อไป



ทั้งนี้ การพิจารณาของผู้จัดควรจะต้องพิจารณาทั้งในภาพรวมและรายละเอียดของการวางแผน ดำเนินการ การประเมินการใช้ทรัพยากร การจัดสรรทรัพยากร การพิจารณางบประมาณ และการวางแผนเผชิญเหตุในกรณีฉุกเฉินหรือในกรณีที่เกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการใช้ทรัพยากร โดยจะต้องพิจารณาบนพื้นฐานของความปลอดภัย ความสะดวกในการให้บริการแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ความเหมาะสมของพื้นที่ กฎกติกาการแข่งขันที่ได้รับการยอมรับโดยทั่วไป และความสุขที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมพึงได้รับซึ่งจะนำมาสู่ความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมในรายการอื่นต่อไป โดยระบุให้ชัดเจนว่าได้มีการดำเนินการเรียบร้อยแล้วในทุกเรื่องที่สำคัญ หรือหากไม่เรียบร้อยนั้นเกิดจากปัญหาอุปสรรคใดและมีการแก้ไขในเบื้องต้นอย่างไร

ทั้งนี้ สามารถจัดทำพร้อมแนบเอกสารและ/หรือรายละเอียด รวมทั้งภาพถ่ายในส่วนที่เกี่ยวข้องได้ตามความเหมาะสม

3.4 การให้ข้อมูลบริเวณงาน

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรให้ข้อมูลบริเวณการจัดงาน ดังนี้

1) ควรมีแผนผังและป้ายแสดงที่ตั้งของจุดอำนวยความสะดวกของงานอย่างชัดเจนทุกด้านของทางเข้า เช่น ที่จอดรถ จุดประชาสัมพันธ์ จุดรับฝากสัมภาระ จุดพยาบาล ห้องสุขา/ห้องอาบน้ำ จุดปล่อยตัว/เส้นชัย จุดบริการอาหาร/เครื่องดื่ม เป็นต้น

2) ควรคำนึงถึงจำนวนห้องสุขาที่สัมพันธ์กับปริมาณผู้เข้าร่วมกิจกรรม ควรมีผู้รับผิดชอบดูแลทำความสะอาดห้องสุขาอย่างต่อเนื่อง ห้องสุขาควรถูกสุขอนามัย กรณีการจัดกิจกรรมวิ่งที่มีระยะเกินครึ่งมาราธอน ควรพิจารณาเพิ่มห้องสุขาระหว่างเส้นทางวิ่งด้วย



3) ควรมีป้ายแสดงเส้นทางไปยังจุดจอดรถก่อนถึงบริเวณงานให้เพียงพอทุกจุด โดยคำนึงว่าผู้เข้าร่วมงานอาจเดินทางมาจากหลายเส้นทาง

4) ควรมีป้ายแสดงผังเส้นทางวิ่ง เลขกิโลเมตร จุดบริการน้ำ และจุดอำนวยความสะดวกต่างๆ ตลอดเส้นทาง หากเส้นทางวิ่งไม่ใช่ทางราบ ต้องมีกราฟแสดงระดับความสูงของพื้นที่ด้วย

5) ควรมีกองอำนวยความสะดวก โต๊ะ หรือเตียงประชาชนสัมพันธ์อยู่บริเวณศูนย์กลางของงาน โดยมีเจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์ประจำอยู่ตลอดเวลากิจการดำเนินงาน

6) ควรมีพื้นที่ให้นักวิ่งกรอกข้อมูลติดต่อฉุกเฉินและข้อมูลสุขภาพบนหมายเลขติดหน้าอก

3.5 องค์ประกอบของจุดปล่อยตัวและการปล่อยตัว

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรพิจารณาให้องค์ประกอบของจุดปล่อยตัวและการปล่อยตัว ดังนี้

1) มีคณะทำงานด้านการปล่อยตัว มีหน้าที่ควบคุมการปล่อยตัว

2) เส้นแสดงจุดเริ่มวิ่งจะต้องมีแนวเส้นปล่อยตัว ความกว้างไม่เกิน 1 ฟุต หรือ 30 เซนติเมตร และมีสีติดกับพื้นถนนชัดเจน (อ้างตามกติกา WORLD ATHLETICS ข้อ 162) ซึ่งมีขนาดที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมและกรรมการทุกคนมองเห็นได้ชัดเจน

3) กำหนดให้มีพื้นที่นักวิ่งชั้นนำ พื้นที่สำหรับผู้แข่งขันโดยเฉพาะ แยกจากผู้ติดตาม ผู้ชมและบุคคลอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งกันก่อนผู้แข่งขันเข้าสู่บริเวณจุดปล่อยตัว พื้นที่สำหรับจุดปล่อยตัวคำนวณโดยประมาณ ไม่ควรเกิน 3 คนต่อตารางเมตร กันจุดปล่อยตัวเป็นช่องโดยมีความยาวขึ้นกับปริมาณนักวิ่ง

4) ก่อนการปล่อยตัว 10-30 นาที เส้นทางวิ่งหน้าจุดปล่อยตัวต้องปลอดการกีดขวางจากผู้แข่งขันที่เดินสู่จุดปล่อยตัวล่าช้า ช่างภาพ และผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหมด

5) การออกแบบจุดปล่อยตัวควรมีลักษณะดังนี้

5.1) มีพื้นที่สำหรับนักวิ่งชั้นนำโดยเฉพาะ โดยอยู่ลำดับแรกจากเส้นปล่อยตัว

5.2) หลังจากพื้นที่สำหรับนักวิ่งชั้นนำ จะมีพื้นที่ซึ่งปลอดจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมอยู่ระยะหนึ่ง 3-5 เมตร เพื่อกันมิให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มต่อไปมาฉกฉวยพื้นที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งชั้นนำจนผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งชั้นนำอาจล้ำเส้นปล่อยตัวได้

5.3) หลังจากนั้นจะแบ่งลำดับกลุ่มนักวิ่งออกเป็นช่วงๆ ตามความเร็วลดหลั่นจากเร็วไปช้า กลุ่มนักวิ่งความเร็วสูงอยู่ด้านหน้า เพื่อป้องกันไม่ให้นักวิ่งความเร็วต่ำกีดขวางทางวิ่งของนักวิ่งที่มีความเร็วสูงกว่า

6) มีขั้นตอนการปล่อยตัวที่เห็นและได้ยินชัดเจนโดยต้องมีระดับเสียงที่ดังกว่าระบบกระจายเสียงประชาสัมพันธ์ เพื่อให้การปล่อยตัวราบรื่น

7) ผู้ตัดสิน ผู้ปล่อยตัว และผู้จับเวลา จะต้องอยู่ในตำแหน่งที่เห็นเส้นปล่อยตัวได้อย่างชัดเจน

8) ผู้ประกาศควรบอกเวลาถอยหลังก่อนถึงการปล่อยตัว ควรบอกที่เวลา 5, 3 และ 1 นาทีก่อนการปล่อยตัว

9) จัดตำแหน่งของรถนำขบวนนักวิ่งให้ออกตัวได้สะดวกและไม่เป็นอันตรายต่อนักวิ่งกลุ่มนำ

3.6 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีความพิการหรือนั่งวีลแชร์ และประเภทอื่นๆ

1) งานวิ่งหลายงานจัดให้มีกิจกรรมวิ่งสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีความพิการหรือนั่งวีลแชร์ด้วย จะต้องมีการเตรียมปล่อยตัวผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งประเภทนี้แยกต่างหาก เพื่อให้แน่ใจว่าผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนจะได้รับความปลอดภัย

2) ปล่อยตัวผู้เข้าร่วมกิจกรรมวีลแชร์ก่อนผู้เข้าร่วมกิจกรรมประเภทอื่น 5 นาทีขึ้นไป

3) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประเภทอื่นมักต้องใช้เวลาในการวิ่ง และต้องการความช่วยเหลือมากกว่าผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั่วไป ผู้จัดงานจึงมักให้สิทธิในการปล่อยตัวก่อน และอนุญาตให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้พาผู้ช่วยประจำตัววิ่งไปด้วยตลอดเส้นทาง

3.7 การจัดการและควบคุมดูแลเส้นทางการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรจัดให้มีการควบคุมดูแลเส้นทางวิ่งอย่างเหมาะสมและปลอดภัย ดังนี้

1) มีการแต่งตั้งหัวหน้ามาร์แชล เพื่อควบคุมดูแลและสั่งการกิจกรรมต่างๆ ในเส้นทางวิ่ง

2) มีมาร์แชลเพียงพอทั่วพื้นที่การจัดกิจกรรมวิ่ง และต้องมีวุฒิภาวะเพียงพอในการควบคุมดูแลผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม ดูแลตลอดเส้นทางวิ่ง โดยเฉพาะจุดเสี่ยงต่างๆ เช่น ทางร่วมทางแยก จุดตัดต่างๆ เป็นต้น

3) มาร์แชลต้องแต่งกายหรือติดอุปกรณ์ที่ทำให้ผู้พบเห็นแยกแยะได้ว่าเป็นมาร์แชล

4) มีวิหุสสื่อสารระหว่างหัวหน้ามาร์แชล และมาร์แชล ที่รับผิดชอบด้านต่างๆ

5) ก่อนการปล่อยตัว มาร์แชลจะต้องได้รับการแจ้งบทบาท หน้าที่ ตำแหน่งที่ประจำการ และขั้นตอนการปฏิบัติหากเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉิน (แผนสำรองเพื่อรับเหตุฉุกเฉิน) รวมทั้งมีรายชื่อ หมายเลขโทรศัพท์ฉุกเฉิน และข้อมูลต่างๆ



6) ในการจัดกิจกรรมวิ่งจะมีรถนำทำหน้าที่นำนักวิ่ง โดยขับหรือขี่ไปตามเส้นทางวิ่ง นำหน้านักวิ่งคนแรกประมาณ 50-100 เมตร

7) เส้นทางวิ่งต้องไม่มีสิ่งกีดขวางที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจำนวนมากต้องเบี่ยงเส้นทางและแออัด หากไม่สามารถเคลื่อนย้ายสิ่งกีดขวางได้ จะต้องทำเครื่องหมายว่ามีสิ่งกีดขวางให้ชัดเจน และควรมีมาร์แชลประจำจุดนั้นด้วย

8) มาร์แชลจะอยู่ประจำในตำแหน่งที่ได้รับมอบหมายจนกว่าจะได้รับแจ้งยุติภารกิจ

9) การจัดกิจกรรมวิ่งที่ดีควรจะกำหนดระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมด้วย ทั้งระยะเวลาที่เส้นชัยและหรือระยะเวลาที่จุดใดจุดหนึ่งหรือหลายจุดระหว่างเส้นทาง เนื่องจากอาจมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมส่วนหนึ่งอาจใช้เวลาเกินกว่าที่วางแผนไว้สำหรับการจัดการเส้นทาง ซึ่งจุดเหล่านี้เรียกว่าจุดตัดตัวหรือ cut off

10) เก็บป้ายบอกเส้นทาง อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม และขยะต่างๆ ที่เกิดจากการจัดกิจกรรมวิ่งออกจากพื้นที่จัดกิจกรรมทั้งหมดโดยเร็วหลังจากจบการจัดกิจกรรมวิ่ง

3.8 จุดบริการน้ำและเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่น

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ต้องจัดจุดบริการน้ำให้มีความเพียงพอ ต่อเนื่อง และไม่ติดขัด ซึ่งต้องคำนึงถึงจำนวนของผู้เข้าร่วมกิจกรรมและสภาพอากาศ ดังนี้

1) การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ต้องจัดให้มีน้ำดื่มและเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่นที่เหมาะสมเมื่อเข้าเส้นชัยของทุกรายการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน

2) การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนทุกรายการ ต้องมีจุดบริการน้ำดื่มก่อนการปล่อยตัว ที่เส้นชัย และมีจุดบริการน้ำดื่มตลอดเส้นทางวิ่ง ทุกระยะ 2-3 กิโลเมตร ในกรณีที่อากาศร้อน ต้องจัดจุดบริการน้ำหรือเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่น ทุก 2 กิโลเมตร สำหรับการวิ่งที่มีระยะทางมากกว่า 10 กิโลเมตร ในจุดบริการดังกล่าวอาจจัดให้มีเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่นอื่นๆ นอกเหนือจากน้ำดื่มด้วยก็ได้

3) เครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่น อาจเป็นเครื่องดื่มหรืออาหารเสริมให้พลังงาน เช่น เครื่องดื่มเกลือแร่ หรือน้ำหวาน หรืออาจมีผลไม้ทานง่าย เช่น แดงโม เป็นต้น ผู้จัดกิจกรรมวิ่งควรกำหนดว่าสิ่งใดเหมาะสมโดยพิจารณาจากสถานการณ์แวดล้อมประกอบการตัดสินใจ ทั้งนี้ กรณีมีเครื่องดื่มหลายประเภท ควรวางไว้แยกโต๊ะ มีป้ายบอกชัดเจน และจะต้องมีน้ำเปล่าไว้โต๊ะสุดท้ายของจุดบริการน้ำ

4) การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนที่มีเส้นทางแบบไป-กลับ อาจแยกจุดให้น้ำเป็นสองฝั่ง แต่อย่างไรก็ตามสามารถตั้งจุดบริการตรงกลางถนนเพื่อใช้แจกจ่ายน้ำหรือเครื่องบริโภคฯ ให้กับนักกีฬาทั้งขาไปและขากลับได้ ทั้งนี้ จุดบริการน้ำและเครื่องบริโภคฯ ต้องไม่กีดขวางเส้นทางวิ่ง และไม่ตั้งจุดบริการน้ำตรงกับจุดบันทึกเวลาระหว่างเส้นทาง (Check point) มีป้ายแจ้งเตือนอย่างชัดเจนอย่างน้อย 100 เมตรก่อนถึงจุดบริการน้ำ

5) มีระบบการจัดเตรียมและขนส่งน้ำดื่มและ/หรือน้ำแข็ง รวมถึงอุปกรณ์การบริการสอดคล้องตามหลักสุขอนามัย หากให้บริการน้ำดื่มเย็น ไม่ควรมีน้ำแข็งในแก้ว เพราะก้อนน้ำแข็งอาจทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมลื่น และเป็นอันตรายต่อการก้าววิ่ง หรือหากมีจะต้องไม่มีน้ำแข็งมากเกินไป

6) ผู้จัดการกิจกรรมควรเตรียมภาชนะและปริมาณน้ำให้เพียงพอสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งทุกคน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง 1 คน จะใช้น้ำมากกว่า 1 แก้ว โดยเฉลี่ยควรเตรียมน้ำดื่มแต่ละจุดบริการ ไม่น้อยกว่า 250-330 มิลลิลิตรต่อคน และกรณีเส้นทางเป็นแบบไป-กลับ แต่ละจุดบริการควรเตรียมน้ำปริมาณสองเท่า ทั้งนี้ ควรพิจารณาจากสภาพอากาศ โดยพื้นที่ที่มีอุณหภูมิสูงต้องมีการเพิ่มปริมาณน้ำดื่มให้มากกว่าปกติ โดยเฉพาะต้องมีการจัดเตรียม ในกรณีที่มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมบางคนอาจใช้ขวดตัวหรือล้งหน้าด้วย

7) ขนาดของจุดบริการน้ำและเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่น ควรออกแบบให้สอดคล้องหรือเหมาะสมกับจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมและระยะทางระหว่างจุดบริการ โดยให้เข้าถึงง่าย ซึ่งทำได้ในลักษณะของการจัดโต๊ะแจกจ่ายน้ำและเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่นให้กระจายตัวไปตามระยะทางที่ยาวขึ้น ให้หลีกเลี่ยงการตั้งจุดบริการไว้ ตรงทางเลี้ยว โดยตำแหน่งที่เหมาะสมที่สุดคือบนเส้นทางวิ่ง ซึ่งถนนก่อนหน้าและหลังจากตำแหน่งนั้น เป็นทางตรงระยะทางมากกว่า 200 เมตร และบริเวณจุดบริการควรมีถึงขยะ อุปกรณ์ทำความสะอาด และถุงมือให้อาสาสมัคร เพื่อเก็บแก้วน้ำและขวดที่ถูกทิ้งในช่วงที่จำนวนของผู้เข้าร่วมกิจกรรมเบาบางลง การทำเช่นนี้ก็เพื่อลดอันตรายที่จะเกิดขึ้นหากผู้เข้าร่วมกิจกรรมเหยียบแก้วน้ำหรือขวด

8) ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนนควรแสดงพื้นที่สำหรับแจกจ่ายเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่นให้เห็นชัดเจน ด้วยแผงกั้น โต๊ะ หรือการทำเครื่องหมายบนพื้น โดยวางเครื่องบริโภคฯ ให้นักวิ่งเข้าถึงได้ง่าย หรืออาจให้บุคคลผู้ได้รับอนุญาตหยิบส่งให้นักวิ่งก็ได้ โดยบุคคลดังกล่าวควรอยู่ในบริเวณที่จัดไว้สำหรับแจกจ่ายเครื่องบริโภคฯ ตลอดเวลา ไม่ล้ำเข้าไปในเส้นทางวิ่งและไม่กีดขวางผู้เข้าร่วมกิจกรรม อีกทั้ง ไม่ควรมีเจ้าหน้าที่คนใดวิ่งเคียงข้างนักกีฬาเพื่อแจกจ่ายเครื่องบริโภคฯ หรือน้ำดื่ม

9) ผู้จัดการกิจกรรมจะเป็นผู้เตรียมเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่น ซึ่งผู้จัดอาจอนุญาตให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม นำเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่นของตนเองมาได้ ซึ่งถ้าเป็นเช่นนี้ จะต้องแจ้งนักกีฬาวางจุดบริการใดเป็นจุดที่สามารถรับเครื่องบริโภคฯ ที่ตนเองเตรียมไว้ เครื่องบริโภคฯ ควรถูกเก็บรักษาภายใต้การควบคุมของเจ้าหน้าที่ผู้ได้รับมอบหมาย จากผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน

10) ในการแข่งขันที่ยึดถือกติกาสากล WORLD ATHLETICS จะอนุญาตให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมถือน้ำหรือเครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่น ด้วยมือหรือพกพาติดไว้กับร่างกายได้ ก็ต่อเมื่อได้พกสิ่งเหล่านี้ออกมาจากจุดปล่อยตัว หรือรับมาจากจุดบริการที่จัดไว้ของการแข่งขันเท่านั้น (เว้นแต่จะรับมาเนื่องจากเหตุผลด้านการแพทย์จากเจ้าหน้าที่ของการแข่งขัน หรือภายใต้คำสั่งของเจ้าหน้าที่จัดการกิจกรรมวิ่ง)

11) นักกีฬาชั้นนำจะมีเครื่องตีไม้ส่วนตัววางบนโต๊ะ พร้อมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนหยิบไปตีไม้ได้ทุกๆ 5 กิโลเมตร ตามเส้นทางวิ่ง ควรประกาศเรื่องการจัดเตรียมเครื่องตีไม้ดังกล่าวในการประชุมทางเทคนิค ควรแจ้งให้นักวิ่งชั้นนำ/ผู้ฝึกสอน/ผู้จัดการของผู้เข้าร่วมกิจกรรมทราบว่า จะต้องนำเครื่องตีไม้ส่วนตัวของนักวิ่งชั้นนำไปมอบให้ผู้จัดกิจกรรมที่ใด เมื่อใด โดยจะต้องเตรียมเครื่องตีไม้ดังกล่าวจุดบริการหนึ่งจุด ผู้จัดอาจเตรียมขวดไว้ให้ มิฉะนั้นก็ควรแนะนำผู้เข้าร่วมกิจกรรมล่วงหน้าว่าพวกเขาต้องเตรียมขวดมาเอง ซึ่งต้องไม่ใช่วางขวดที่ทำจากแก้วหรือโลหะ จะต้องมียี่ห้อของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นเจ้าของเขียนไว้บนขวดอย่างชัดเจน รวมทั้งหมายเลขผู้เข้าร่วมกิจกรรมและต้องระบุว่าจะให้วางขวดนี้ไว้ที่กิโลเมตรที่เท่าใด โต๊ะสำหรับวางขวดเหล่านี้ควรถูกทำเครื่องหมายอย่างชัดเจน แยกออกจากจุดให้น้ำปกติ ทั้งนี้ควรจะต้องมีป้ายสัญลักษณ์แยกออกจากกันด้วย

12) เครื่องบริโภคที่นักวิ่งชั้นนำเตรียมมาเองควรถูกเก็บรักษาภายใต้การดูแลของเจ้าหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายจากผู้จัดกิจกรรมวิ่ง จึงควรทำให้แน่ใจว่าเครื่องบริโภคฯ จะไม่ถูกเปลี่ยนแปลงหรือเจือปนในทุกกรณี เนื่องจากน้ำดื่มและเครื่องบริโภคฯ เป็นสิ่งสำคัญของการจัดกิจกรรมวิ่งระยะไกลทุกประเภท

13) ควรจัดเตรียมถังขยะ/ภาชนะรองรับขยะหลังจุดบริการน้ำให้เพียงพอกับปริมาณแก้วน้ำ ทั้งนี้ หากขาดจุดบริการน้ำหรือเครื่องบริโภคฯ หรือมีจุดบริการไม่เพียงพอ จะทำให้เกิดปัญหาทางการแพทย์ที่ร้ายแรงจนถึงขั้นเสียชีวิตได้ ดังนั้น จึงต้องมีการวางแผนที่ลงลึกถึงรายละเอียด เพื่อให้แน่ใจว่าจุดบริการเครื่องบริโภคฯ ทุกจุดมีน้ำดื่มและเครื่องบริโภคฯ เพียงพอ

3.9 ระบบการสื่อสารภายในสนามที่จัดกิจกรรมวิ่ง

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ต้องจัดให้มีระบบการสื่อสารให้เพียงพอ ทัวถึงและต่อเนื่องระหว่างเจ้าหน้าที่ต่างๆ ในบริเวณเส้นทางวิ่งตลอดเวลาที่จัดกิจกรรมวิ่ง โดยอย่างน้อยมีระบบการสื่อสารดังต่อไปนี้

- 1) มีบุคลากรที่มีประสบการณ์ทำหน้าที่เป็นผู้ประสานงานการสื่อสาร
- 2) มีศูนย์กลางการสื่อสาร ที่เป็นจุดรวมการสื่อสารทุกรูปแบบที่ใช้งาน เช่น อาจใช้วิทยุสื่อสารสองทางหลายช่วงความถี่สำหรับแต่ละภารกิจ โดยศูนย์กลางการสื่อสารจะสามารถติดต่อสื่อสารกับเจ้าหน้าที่แพทย์และพยาบาลและเจ้าหน้าที่ตำรวจได้
- 3) มีระบบกระจายเสียง เพื่อให้ข้อมูลต่างๆ และใช้ในการบรรยายการจัดกิจกรรมวิ่ง
- 4) ควรจัดเตรียมฐานข้อมูลรายชื่อ หมายเลขของผู้ร่วมกิจกรรมวิ่งทั้งหมด รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่น่าติดตาม ข้อมูลจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม ข้อมูลในการปล่อยตัว และสถิติอื่นๆ ที่น่าสนใจ เพื่อมอบให้กับผู้ประกาศหรือผู้บรรยาย ทั้งนี้ให้พิจารณาตามความเหมาะสมของการจัดกิจกรรมวิ่ง

3.10 หน่วยแพทย์และพยาบาล และการเตรียมรับเหตุฉุกเฉิน

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ควรขอความร่วมมือจากหน่วยงานทางการแพทย์ เพื่อให้บริการและกำลังคนสำหรับจุดบริการปฐมพยาบาลตลอดเส้นทางวิ่ง จุดบริการปฐมพยาบาลหลักควรตั้งอยู่ในตำแหน่งที่มีความเสี่ยงสูง

ว่าอาจมีผู้บาดเจ็บ หรือตำแหน่งที่การเข้าถึงเพื่อนำผู้บาดเจ็บส่งโรงพยาบาลเป็นไปได้ยาก จุดบริการปฐมพยาบาลหลักควรมีเครื่องมือและบุคลากรเทียบเท่ากับจุดให้บริการทางการแพทย์หลังเส้นชัย โดยปกติควรมีจุดบริการปฐมพยาบาลทุก 5 กิโลเมตร และตั้งอยู่ในระยะประมาณ 100 เมตรหลังจากจุดให้น้ำ รวมทั้งควรจัดให้มีจุดบริการได้แก่ เต็นท์พยาบาลใกล้เส้นชัย จุดจอตลอดพยาบาลและทีมงานที่จอดได้สะดวก แพทย์ผู้รับผิดชอบ ทีมแพทย์และผู้ช่วยเวชกรรมที่ผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรการช่วยชีวิตฉุกเฉิน (Sport Medicine) การสื่อสารระหว่างทีมแพทย์ น้ำแข็ง น้ำเย็นและ น้ำร้อน ผ้าห่ม เตียงผู้ป่วย เวชภัณฑ์ที่จำเป็น รถบริการการแพทย์ฉุกเฉินหรือรถพยาบาลฉุกเฉินประจำจุดในเส้นทาง เครื่องกระตุ้นหัวใจ (AED)/อุปกรณ์การแพทย์ฉุกเฉินอื่นๆ โรงพยาบาลใกล้เคียง และอื่นๆ รวมถึงควรกำหนดให้มีการดำเนินงานที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- 1) ต้องมีหัวหน้าแพทย์สนามทำหน้าที่สั่งการบุคลากรทางการแพทย์ได้
- 2) มีแผนปฏิบัติการทางการแพทย์และพยาบาล และเอกสารการประเมินความเสี่ยงทางการแพทย์และพยาบาล ที่วางแผนร่วมกันระหว่างผู้อำนวยการการแข่งขัน และหัวหน้าแพทย์สนาม เพื่อกำหนดระดับการบริการทางการแพทย์
- 3) มีหน่วยแพทย์และพยาบาล และหน่วยปฐมพยาบาล ตามจุดต่างๆ ทั้งในเส้นทางวิ่ง บริเวณจุดปล่อยตัว และบริเวณเส้นชัย ตามความเหมาะสมของพื้นที่
- 4) ผู้จัดกิจกรรมวิ่งควรหาความร่วมมือจากหน่วยงานทางการแพทย์ เพื่อให้บริการที่จุดบริการพยาบาลตลอดเส้นทางวิ่ง
- 5) มีทีมกู้ชีพฉุกเฉินที่สามารถช่วยฟื้นคืนชีพ (นวดหัวใจและผายปอดกู้ชีพ - Cardiopulmonary resuscitation: CPR) และมีเครื่องกระตุ้นหัวใจด้วยไฟฟ้า (AED/Defibrillator) ประจำทีมที่มีพาหนะเคลื่อนที่เร็ว เช่น จักรยาน หรือจักรยานยนต์ เนื่องจากสามารถเข้าถึงเหตุฉุกเฉินในทุกตำแหน่งในสนามที่จัดกิจกรรมวิ่งได้ภายใน 4 นาที
- 6) มีรถพยาบาลที่มีอุปกรณ์ทางการแพทย์สำหรับชุดปฏิบัติการแพทย์ขั้นสูงประจำรถ เพื่อรับช่วงดูแลผู้ประสบเหตุฉุกเฉิน และส่งต่อสถานพยาบาล โดยให้มีจำนวนรถพยาบาลที่สัมพันธ์กับทั้งจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งและระยะทาง ดังนี้

เงื่อนไขด้านจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง

ถ้ามีผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่เกิน 2,000 คน ให้มีรถพยาบาล 2 คัน (เพื่อให้มีคันหนึ่งประจำที่สนาม ในกรณีที่อีกคันหนึ่งต้องขนย้ายผู้ป่วย) ทั้งนี้ ให้มีรถพยาบาลเพิ่มหนึ่งคัน เมื่อมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นทุก 2,000 คน

เงื่อนไขด้านระยะทางของการจัดกิจกรรม

มีรถพยาบาลจอดเตรียมพร้อมปฏิบัติงานที่สามารถเข้าถึงเหตุฉุกเฉินภายใน 4 นาที คิดเป็นระยะห่างของการจอดรถพยาบาลทุก 5 กิโลเมตร และหากมีเศษที่ไม่ถึง 5 กิโลเมตร ต้องเพิ่มรถอีก 1 คัน ตัวอย่างเช่น หากระยะทางการวิ่งเป็น 6 กิโลเมตร จะต้องมียานพาหนะ 2 คัน เพื่อจอดที่หัวและท้ายสนามตำแหน่งละคัน

ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาทั้งสองเงื่อนไขประกอบกันแล้ว ให้ยึดจำนวนรถพยาบาลตามเงื่อนไขที่จะมีมากกว่าเป็นหลัก

3.11 การกู้ชีพในการจัดกิจกรรมวิ่งและการช่วยชีวิตฉุกเฉิน

3.11.1 การจัดเตรียมการกู้ชีพและปฐมพยาบาลในเบื้องต้นสำหรับกรณีฉุกเฉินหรือวิกฤติตามมาตรฐานของสถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ (สพฉ.) และมาตรฐานทางการแพทย์อื่นที่เกี่ยวข้อง

3.11.2 การจัดให้มีเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ (Automated External Defibrillator: AED) ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้ระบบปฏิบัติการแบบอิเล็กทรอนิกส์พกพาตามแนวทางและมาตรฐานของสถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ (สพฉ.) ทั้งนี้ เครื่อง AED เป็นอุปกรณ์ที่ประชาชนทั่วไปสามารถใช้งานได้ หากได้รับการอบรม โดยหลังจากผู้ใช้งานกดปุ่มเปิดสวิตช์การทำงาน ระบบอิเล็กทรอนิกส์ในเครื่องจะออกคำสั่งให้ปฏิบัติตามอย่างง่ายดาย (บางยี่ห้อออกคำสั่งเป็นภาษาไทย) โดยทั่วไปมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้ที่ทำการช่วยเหลือจะต้องเปิดฝาเครื่อง AED และฉีกซองบรรจุอิเล็กโทรด โดยแผ่นอิเล็กโทรดจะมีอยู่ 2 ชิ้น
 - 1.1 ชิ้นแรกจะต้องนำไปติดบนทรวงอกตอนบนของผู้ป่วย
 - 1.2 แผ่นที่สองจะต้องติดบนผิวหนังทรวงอกตอนล่างของผู้ป่วย
2. จากนั้นเครื่อง AED จะทำการวิเคราะห์จังหวะการเต้นของหัวใจ ซึ่งขณะนั้นห้ามผู้ที่ช่วยเหลือสัมผัสตัวผู้ป่วยเด็ดขาด
3. เมื่อเครื่องวินิจฉัยเสร็จแล้วจะขึ้นสัญญาณให้ทำการช็อคไฟฟ้า ให้ผู้ช่วยเหลือกดที่ปุ่มช็อคตามสัญญาณ ที่ปรากฏอยู่บนตัวเครื่อง สลับกับการนวดหัวใจผายปอดกู้ชีพอย่างต่อเนื่องจนกว่าเจ้าหน้าที่กู้ชีพจะมาถึง
4. การช่วยเหลือควรทำภายใน 3-5 นาที จะช่วยเพิ่มโอกาสการรอดชีวิตของผู้ป่วยฉุกเฉินได้มากขึ้น



4. การจัดกิจกรรมวิ่ง บนถนน

4.1 เจ้าหน้าที่สำหรับการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน ประกอบด้วย

- 1) ผู้ตัดสิน
- 2) ผู้ชี้ขาดอันดับ (อยู่ที่เส้นชัย)
- 3) ผู้ชี้ขาดด้านการตัดสินด้วยภาพ (Photo-Finish Judge)

- 4) ผู้ชี้ขาดสำหรับอุปกรณ์จับเวลาแบบไร้สาย (Transponder Judge)
- 5) ผู้ชี้ขาดประจำห้องเรียก (Call Room Judges) สำหรับนักวิ่งชั้นนำ
- 6) ผู้จับเวลาและผู้บันทึกเวลาด้วยมือ (อยู่ที่เส้นชัยและจุดตรวจสอบอุปกรณ์จับเวลาระหว่างเส้นทาง)
- 7) กรรมการปล่อยตัว
- 8) เจ้าหน้าที่ประจำจุดบริการน้ำ (ต้องมีเพียงพอกับจำนวนจุดบริการน้ำ)
- 9) ผู้วัดระยะทาง (รับผิดชอบการวัดระยะทางและการออกใบรับรองเส้นทางวิ่ง)
- 10) มาร์แชล
- 11) ผู้พิจารณาคำร้อง (กรณีที่เป็นการแข่งขันระดับชิงชนะเลิศเท่านั้น)

การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนจะต้องมีเจ้าหน้าที่ที่ผ่านการอบรมและมีจำนวนที่เพียงพอ เพื่อให้แน่ใจว่าการจัดกิจกรรมวิ่งจะเป็นไปอย่างถูกต้องสมบูรณ์ บางรายการจะมอบหมายงานให้อาสาสมัครทำหน้าที่แทนเจ้าหน้าที่จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน การทำเช่นนี้จะถือว่าการจัดกิจกรรมครั้งนั้นไม่สามารถบริหารจัดการให้เป็นไปตามกฎ การแข่งขันได้ และผลการแข่งขันครั้งนั้นอาจไม่ถูกยอมรับอย่างเป็นทางการ

4.2 การจัดเตรียมรถนำ/รถปิดท้าย

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนนจะต้องดำเนินการ ดังนี้

- 1) รถนำต้องทำหน้าที่นำทางนักวิ่งคนแรกตลอดเส้นทางวิ่ง ด้วยการขับไปบนเส้นทางวิ่ง และนำหน้านักวิ่งคนแรกประมาณ 50-100 เมตร การจัดกิจกรรมวิ่งขนาดเล็ก อาจใช้จักรยานยนต์หรือจักรยานเป็นรถนำ ผู้ขับขี่ต้องสวมใส่เสื้อผ้าที่มองเห็นได้เด่นชัด และต้องขี่โดยเจ้าหน้าที่จัดกิจกรรมวิ่งซึ่งจะต้องคุ้นเคยกับเส้นทางวิ่ง กรณีใช้รถจักรยาน ผู้ขี่ต้องมีความสามารถที่จะขี่ให้เร็วและนานพอที่จะนำนักวิ่งคนแรกได้ตลอดเส้นทาง ส่วนการจัดกิจกรรมวิ่งขนาดใหญ่จะใช้รถยนต์หรือรถยนต์ไฟฟ้าเป็นรถนำ และมีมาร์แชล นั่งบนรถนำด้วย มีการติดตั้งนาฬิกาจีพีเอสไว้บนหลังครกโดยให้นาฬิกาหันมาทางนักวิ่ง บางรายการอาจมีรถเบิกทาง (Pilot Vehicle) ซึ่งจะขับล่วงหน้ากลุ่มนักวิ่งด้วยระยะไกลมาก เพื่อตรวจสอบว่าเส้นทางได้ถูกจัดการอย่างเหมาะสมเรียบร้อยแล้ว

นอกจากนั้น ทางผู้จัดกิจกรรมควรมีแผนสำรองกรณีเกิดเหตุไม่คาดคิดกับรถนำ เช่น เครื่องยนต์ขัดข้อง การจราจรคับคั่ง

2) การจัดกิจกรรมวิ่งบนถนนที่แยกปล่อยตัวกลุ่มนักวิ่งชั้นนำหญิงและชายต่างเวลากัน ก็ควรจัดรถนำนักวิ่งแยกเป็นสองชุดด้วย (ยกเว้นรถเบิกทาง) ถ้ากลุ่มนักวิ่งชั้นนำหญิงถูกกำหนดให้ปล่อยตัวพร้อมนักวิ่งมวลชนทั้งหมด รถนำกลุ่มที่แยกมาก็ยังคงต้องทำหน้าที่นำนักวิ่งชั้นนำหญิงคนแรก ซึ่งคนขับจะต้องใช้ความระมัดระวัง เป็นอย่างสูง เพราะอาจมีนักวิ่งชายในกลุ่มมวลชนวิ่งด้วยความเร็วใกล้เคียงกับนักวิ่งหญิงคนแรก ในกรณีนี้การใช้รถจักรยานยนต์หรือรถยนต์จะเหมาะสมกว่ารถยนต์ขนาดใหญ่

3) รถปิดท้าย ต้องมีมาร์แชล ปิดท้ายขบวน (Sweep Marshal) ควบคุม เพื่อคอยให้สัญญาณยกเลิกการใช้เส้นทางวิ่งและยุติการประจำตำแหน่งของบุคลากรต่างๆ ในเส้นทางวิ่ง

3.1) กรณีการจัดกิจกรรมวิ่งขนาดเล็ก รถปิดท้ายจะทำหน้าที่เก็บนักวิ่งที่ไม่สามารถวิ่งจนจบการจัดกิจกรรมได้ แต่ในกรณีการจัดกิจกรรมวิ่งขนาดใหญ่จะไม่สามารถทำเช่นนี้ได้ โดยในทางปฏิบัติ สิ่งที่ได้ทั้งกรณีสนามเล็กและสนามใหญ่ คือ แจ้งล่วงหน้าให้นักวิ่งทราบว่าเมื่อใดและถ้ายังวิ่งอยู่ จะถือว่านักวิ่งเป็นผู้ใช้ทางเท้าคนหนึ่งซึ่งต้องวิ่งบนทางเท้าและต้องข้ามถนนตามสัญญาณไฟจราจร และในรถปิดท้ายจะต้องมีทีมปฐมพยาบาล ซึ่งจะทำหน้าที่ประเมินอาการเจ็บป่วยของนักวิ่ง เช่น ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งที่เหนื่อยล้าเกินไป นักวิ่งที่มีอาการขาดน้ำ เกลือแร่ อย่างรุนแรง เป็นต้น และมีเวชภัณฑ์ทางการแพทย์สำหรับภาวะฉุกเฉินที่เหมาะสม

3.2) กรณีที่การจัดกิจกรรมวิ่งที่มีจุดปล่อยตัวกับเส้นชัยอยู่คนละที่กัน อาจมีรถชนิดอื่นๆ ที่ทำหน้าที่ขนส่งสัมภาระของนักวิ่งจากจุดปล่อยตัวไปยังเส้นชัย โดยรถเหล่านี้ไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของขบวนรถนำนักวิ่งแต่อาจวิ่งไปตามเส้นทาง โดยวิ่งนำหน้ารถเบิกทาง (ซึ่งต้องขับออกไปก่อนปล่อยตัวไม่น้อยกว่า 15 นาที) หรืออาจใช้เส้นทางอื่นก็ได้

4.3 นักวิ่งกำกับเวลา/นักวิ่งกำกับความเร็ว (Pacer/Pace Maker)

กลุ่มบุคคลที่ร่วมวิ่งในกิจกรรมวิ่งด้วยความเร็วที่ตกลงกันได้ กรณีนักวิ่ง Pacer สำหรับนักวิ่งมวลชนมักจะมีสัญลักษณ์ที่ระบุระยะเวลาที่ใช้วิ่งจนถึงเส้นชัย เพื่อช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งสามารถใช้เป็นที่สังเกตหรือเทียบระยะเวลาบนเส้นทางได้ ซึ่งในการแข่งขันจะมี Pacer ได้หลายกลุ่ม โดยให้พิจารณาตามป้ายสัญลักษณ์เพื่อเลือกระยะเวลาได้ในรายการแข่งขันที่มีป้ายรับรอง กำหนดให้มี Pacer ระยะเวลาไม่เกิน 3 คน โดยมีสัญลักษณ์ตามที่ติดภาระบุ อย่างไรก็ตาม ผู้จัดสามารถพิจารณาให้มีได้ตามความเหมาะสม



4.4 เส้นชัย

ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งบนถนน จะต้องมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเส้นชัย ดังนี้

1) เส้นชัยเป็นบริเวณที่มีความสำคัญเทียบเท่ากับจุดปล่อยตัว ซึ่งจะต้องทำให้บริเวณนี้ปลอดภัยจากบุคคล ผู้ไม่มีส่วนเกี่ยวข้อง และมีเพียงเจ้าหน้าที่ถือริบบิ้นเส้นชัยเท่านั้นที่ยืนอยู่เมื่อนักวิ่งคนแรกวิ่งเข้ามา ส่วนบริเวณข้างเส้นชัยให้เป็นที่ของเจ้าหน้าที่และผู้จับเวลา ควรออกแบบเส้นทางวิ่งระยะ 200 เมตรก่อนถึงเส้นชัยเป็นทางตรงและราบ และต้องมีป้ายบอกระยะ 400 เมตร และ 200 เมตร ก่อนถึงเส้นชัย มีการติดตั้งนาฬิกาจับเวลา นอกจากนี้ ในการจัดกิจกรรมวิ่งขนาดใหญ่ อาจกันพื้นที่อย่างน้อย 20 เมตรหลังเส้นชัย เพื่อเป็นพื้นที่หลังวิ่งสำหรับนักวิ่งชั้นนำ และควรมีพื้นที่สงวนไว้สำหรับผู้สื่อข่าวโทรทัศน์ ช่างภาพ หน่วยแพทย์ หน่วยตรวจสอบกระตุ้น และอื่นๆ

2) การออกแบบเส้นชัยที่ส่วนใหญ่ใช้ซุ้มแบบเหนือศีรษะ เพื่อติดป้ายและนาฬิกาสนาม โครงสร้างของซุ้มจะต้องแข็งแรงและทนต่อแรงลม และสามารถติดตั้งเครื่องส่งและรับสัญญาณของอุปกรณ์จับเวลาแบบไร้สายและอุปกรณ์ถ่ายรูปลงขณะเข้าเส้นชัย ในกรณีที่มีการจัดกิจกรรมวิ่งหลายระยะทาง ควรจัดช่องวิ่งเข้าเส้นชัยแยกตามระยะทางให้ชัดเจน เพื่อความสะดวกในการตัดสิน

3) เส้นชัย ควรใช้ระบบจับเวลาสำรองแบบบันทึกวิดีโอ เพื่อให้สามารถเรียงอันดับการเข้าเส้นชัยได้แม่นยำ และสามารถตรวจสอบได้กรณีที่มีการประท้วงผลตัดสิน ถ้าบันทึกเวลาด้วยชิปอิเล็กทรอนิกส์ ต้องมีระบบสำรอง เพื่อเก็บข้อมูลเวลาและข้อมูลลำดับการแข่งขัน ในกรณีที่ระบบหลักไม่สามารถใช้งานได้ ผู้จัดการกิจกรรมวิ่งควรมีวิธีการ เพื่อยืนยันลำดับการเข้าเส้นชัยแบบทันท่วงทีสำหรับนักวิ่งที่ได้รับรางวัลจนถึงอันดับสำรอง

การจับเวลาด้วยมือและการจัดอันดับด้วยคณะกรรมการซึ่งมีความชำนาญ และมีทีมที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ผู้จับเวลาและผู้บันทึกเวลา ผู้จัดอันดับ ผู้ชี้ขาดอันดับ เป็นต้น ส่วนอุปกรณ์จับเวลาแบบไร้สาย (Transponder) โดยอุปกรณ์นี้จะถูกติดตั้งให้กับนักวิ่งทุกคน เพื่อให้เกิดการบันทึกสถิติเข้าไปยังคอมพิวเตอร์โดยอัตโนมัติ เมื่อนักวิ่งแต่ละคนวิ่งข้ามเส้นชัย วิธีนี้เป็นวิธีบันทึกเวลาการแข่งขันที่มีประสิทธิภาพสูงสุด ผลการแข่งขันสามารถแสดงผลได้ทันที แต่จะต้องหมายเหตุว่า “ผลการแข่งขันอย่างไม่เป็นทางการ” จนกว่าจะมีการตรวจสอบความถูกต้อง

4) งานวิ่งที่ใช้ระบบจับเวลาด้วยอุปกรณ์ไร้สายและมีจุดตรวจสอบเวลา เพื่อทำให้นักวิ่งได้รู้เวลาเฉพาะบุคคล “net time” ของแต่ละคนได้ ค่านี้หมายถึง ระยะเวลา นับตั้งแต่ที่นักวิ่งคนนั้นข้ามเส้นปล่อยตัวจนถึงข้ามเส้นชัย ซึ่งค่านี้แตกต่างจากเวลาสนาม “gun time” ซึ่งจะเริ่มจับเวลาตั้งแต่สิ้นเสียงปืนปล่อยตัว เวลาเฉพาะบุคคลนี้ให้ข้อมูลที่ เป็นประโยชน์สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งที่เข้าร่วมงานวิ่งขนาดใหญ่ ซึ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนอาจข้ามเส้นปล่อยตัวด้วยเวลาที่ต่างกันหลายนาที (ตามกติกาสากลของ WORLD ATHLETICS เวลาอย่างเป็นทางการจะยึดตามเวลาสนาม) แต่ในงานวิ่งขนาดใหญ่หลายงานที่ไม่ใช่ระดับชิงชนะเลิศ จะบอกเวลาเฉพาะบุคคลด้วย และใช้เวลานี้เพื่อหาผู้ชนะในประเภทกลุ่มอายุ

4.5 การบริการหลังเส้นชัย

ผู้จัดกิจกรรมวิ่งบนถนน จะต้องมีการให้บริการหลังเส้นชัยเมื่อการจัดกิจกรรมได้เสร็จสิ้นลง เนื่องจากนักวิ่งยังคงต้องการบริการที่จำเป็น อาทิ เครื่องดื่ม อาหาร ดังนั้น ผู้จัดกิจกรรมควรเตรียมการบริการหลังเส้นชัยให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรมหลังเข้าเส้นชัย โดยเฉพาะพื้นที่บริการหลังเข้าเส้นชัยควรเป็นถนนหรือสนามที่ตรงและกว้าง ในการจัดกิจกรรมที่มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมหลายพันคน น้ำและบริการอื่นๆ ที่จำเป็นควรตั้งไว้ในตำแหน่งที่ห่างออกมาจาก เส้นชัยอย่างน้อย 50 เมตร ซึ่งลำดับการให้บริการที่แนะนำ มีดังนี้

- 1) น้ำดื่ม (สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งแนวหน้าหรือผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่ต้องการน้ำแรงด่วน)
- 2) เหยี่ยวที่ระลึก
- 3) เครื่องบริโภคเพื่อความสดชื่น
- 4) เสื้อผู้พิชิต หรือ finisher T-shirt (ถ้ามี)
- 5) บริการถ่ายรูปนักวิ่งคู่กับเหยี่ยว (ถ้ามี)
- 6) จุดตรวจสอบเวลาด้วยอุปกรณ์จับเวลาแบบไร้สาย (ถ้ามี)
- 7) จุดบริการอาหาร
- 8) บริการรับฝากสัมภาระ
- 9) จุดนัดพบ

4.6 การดำเนินงานหลังการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน

ผู้จัดกิจกรรม/แข่งขันวิ่งบนถนน ต้องดำเนินการ ดังนี้

- 1) ประกาศและจัดแสดงผลการแข่งขันเบื้องต้นเพื่อการรับรางวัลภายในเวลาที่สมเหตุสมผลในวันแข่งขัน และประกาศผลการแข่งขันทั้งหมดลงสื่อสาธารณะในวันจัดกิจกรรมวิ่ง ทั้งนี้การประกาศผลการแข่งขันอย่างเป็นทางการในรายการที่มีป้ายรับรองให้ประกาศผลโดยเร็วที่สุด
- 2) การจัดเก็บสถานที่ให้เรียบร้อยและการคืนพื้นผิวจราจร การเก็บขยะ โดยดำเนินการตามแผนงาน และการจัดเตรียมทีมไว้ล่วงหน้า
- 3) บันทึกเรื่องราวการจัดกิจกรรมวิ่ง สรุปลงจดบันทึกเรียนการจัดกิจกรรมวิ่ง และการประชุมประเมินผลเพื่อรายงานผลต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง พร้อมทั้งเผยแพร่ต่อสื่อสาธารณะตามความเหมาะสม
- 4) แสดงความขอบคุณผู้สนับสนุนการจัดกิจกรรมวิ่ง อาสาสมัคร หน่วยงานต่างๆ และเจ้าของพื้นที่

4.7 กรณีผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งเป็นผู้พิการ จะต้องเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกให้คนพิการได้ร่วมด้วย

ระบุรายละเอียดของการจัดกิจกรรมวิ่งในกรณีที่มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นผู้พิการ ซึ่งโดยหลักการแล้ว ในการจัดกิจกรรมวิ่งที่มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นผู้พิการ/วีลแชร์ และผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่ง ที่เป็นคนพิการประเภทอื่นๆ ควรจะต้องมีการเตรียมการและวางแผนการดำเนินการอย่างน้อย ดังนี้

1) ต้องมีการเตรียมปล่อยตัวผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นผู้ฝึกการ/วีลแชร์แยกต่างหาก เพื่อให้แน่ใจว่าผู้เข้าร่วมกิจกรรมและ/หรือผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนจะได้รับความปลอดภัย

2) การปล่อยตัวผู้เข้าร่วมกิจกรรมวีลแชร์ก่อนผู้เข้าร่วมกิจกรรมและ/หรือผู้เข้าร่วมกิจกรรมอื่นอย่างน้อยเป็นเวลา 5 นาทีขึ้นไป

3) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นผู้พิการประเภทอื่นมักต้องใช้เวลาในการวิ่ง และต้องการความช่วยเหลือมากกว่าผู้แข่งขันทั่วไป ผู้จัดกิจกรรมจึงมักให้สิทธิ์ในการปล่อยตัวก่อน และอนุญาตให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้พาผู้ช่วยประจำตัววิ่งไปด้วยตลอดเส้นทาง

4) เตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกให้คนพิการ อาทิ ทางลาดขึ้นสู่พิธีการ (ในกรณีรับรางวัล) ห้องสุขาสำหรับคนพิการ และอื่นๆ ตามความเหมาะสม

จึงควรระบุให้ชัดเจนว่าได้มีการดำเนินการเรียบร้อยแล้วในทุกเรื่องที่สำคัญ หรือหากไม่เรียบร้อยนั้นเกิดจากปัญหาอุปสรรคใดและมีการแก้ไขในเบื้องต้นอย่างไร ทั้งนี้ สามารถแนบเอกสารและ/หรือรายละเอียดได้ตามความเหมาะสม



ประกาศกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
เรื่อง “แนวทางปฏิบัติการจัดกิจกรรมวิ่งบนถนน



ประกาศกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
เรื่อง “แนวทางปฏิบัติการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนน”

ด้วยปัจจุบันประชาชน ทุกเพศ ทุกวัย ตื่นตัวและให้ความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมวิ่งประเภทถนน เป็นจำนวนมาก แต่อย่างไรก็ตาม การจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนของประเทศไทย โดยเฉพาะองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการกำกับดูแลการกีฬาของประเทศไทย ยังไม่มีการกำหนดมาตรฐาน หรือกำหนดหลักเกณฑ์ที่ชัดเจน ซึ่งเป็นการสร้างหลักเกณฑ์เครื่องมือที่ใช้เป็นหลักประกันเบื้องต้นว่า ผู้จัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนจะปฏิบัติตามกฎหมาย อันเป็นการส่งเสริมความปลอดภัยต่อชีวิต ร่างกาย อนามัย และทรัพย์สินของนักกีฬาวิ่ง ดังปรากฏข่าวสารที่แสดงให้เห็นถึงปัญหาการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนหลายรายการในพื้นที่ต่างๆ ซึ่งนำมาสู่ความเสียหายต่อประชาชน และชื่อเสียงของพื้นที่ที่จัดกิจกรรม รวมถึงชื่อเสียงของประเทศ อันเนื่องมาจากการขาดมาตรฐานในการดำเนินการ และความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของผู้จัดกิจกรรม ดังนั้น เพื่อให้หน่วยงานของรัฐและภาคเอกชนซึ่งจะจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนน ผู้สนับสนุน รวมทั้งผู้เกี่ยวข้องมีแนวทางการดำเนินการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนให้เป็นมาตรฐาน ในแนวทางเดียวกัน ซึ่งจะมีมาตรการป้องกันและลดผลกระทบด้านการดำเนินการ ตลอดจนมีมาตรการติดตาม ตรวจสอบผลกระทบที่เกี่ยวข้องได้อย่างมีประสิทธิภาพ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา จึงได้กำหนดแนวทางปฏิบัติการดำเนินการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนน ดังนี้

๑. ให้ผู้จัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนจัดทำและดำเนินการตามแนวทางปฏิบัติการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนน (Road Race Checklist) แนบท้ายประกาศฉบับนี้

๒. แนวทางปฏิบัติการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนให้ถือเป็นเอกสารประกอบการพิจารณาและกำกับดูแลร่วมของผู้จัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนน ส่วนราชการ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

๓. ส่วนราชการหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งในส่วนกลาง ส่วนภูมิภาค และท้องถิ่นสามารถใช้แนวทางปฏิบัติการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนน เป็นกรอบในการพิจารณาให้การสนับสนุน ทั้งนี้สามารถพิจารณาแต่งตั้งคณะกรรมการเฉพาะกิจเพื่อพิจารณาและกำกับดูแลได้ตามความเหมาะสม

๔. ให้ผู้จัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนมีหน้าที่รายงานผลการดำเนินการและบทเรียนที่สำคัญจากการจัดกิจกรรมวิ่งประเภทถนนให้กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาทราบและใช้เป็นฐานข้อมูลต่อไป

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๑๙ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๒

(นายวีระศักดิ์ โควสุรัตน์)

รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

*มาตรการจัดการแข่งขัน
ภายใต้การระบาดโควิด - 19*



แนวคิด

มาตรการในการควบคุมโรคที่สำคัญ และมีผลกระทบโดยตรงต่อการจัดกิจกรรมการแข่งขันวิ่งได้แก่ ความจำเป็นที่ต้องลดความแออัด และการทำให้เกิดระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) ดังนั้นหากจำเป็นต้องจัดการแข่งขันภายใต้การแพร่ระบาด COVID-19 จึงต้องปรับกิจกรรมการจัดการแข่งขันให้สอดคล้องกับมาตรการ

➢ ธรรมชาติของกิจกรรมมวลชน (Mass participation) มักจะเป็นการรวมตัวของผู้คน ดังนั้นแนวคิดหลักในการบริหารการจัดการแข่งขันภายใต้การแพร่ระบาดจึงจำเป็นต้องเริ่มต้นที่การ “กระจายความแออัดของผู้เข้าร่วมกิจกรรม” เป็นสำคัญ

➢ แน่ใจที่สุดว่าจำนวนผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมภายใต้การแพร่ระบาด อาจไม่สามารถทำให้มีปริมาณมากเหมือนกับที่เคยดำเนินการในช่วงปกติ แต่หากมีการบริหารจัดการได้ดีพอก็จะช่วยให้การดำเนินกิจกรรมสามารถดำเนินการไปได้

➢ ต้องจัดการเรื่อง “การลดความแออัด” ในขั้นตอนต่างๆ ของการดำเนินกิจกรรมที่สำคัญ ได้แก่ การรับอุปกรณ์แข่งขัน งาน EXPO จุดเริ่มต้นและเส้นชัย จุดรับน้ำดื่ม จุดรับเหรียญและเสื้อที่ระลึก จุดรับอาหาร ฯลฯ

➢ ต้องวางแผนงานตั้งแต่ตอนเริ่มกิจกรรม โดยเน้นการมีกิจกรรมรวมตัวให้น้อยที่สุด เน้นการใช้ระบบออนไลน์ทดแทน และวางแผนการกระจายผู้คนให้เฉลี่ยไปในช่วงเวลาต่างๆ ให้เหมาะสม เช่น การกระจายเวลาการรับอุปกรณ์การแข่งขัน การกระจายเวลาปล่อยตัว ฯลฯ



ลักษณะขอ ผู้เข้าร่วม กิจกรรม

จากสถิติการเข้าร่วมการแข่งขัน ทั้งจากภายใน และภายนอกประเทศ พบว่านักวิ่งส่วนใหญ่มีอายุประมาณ 35-40 ปี โดยผู้หญิงส่วนใหญ่มีอายุประมาณ 35 ปี ส่วนผู้ชายมีอายุประมาณ 40 ปี และมีแนวโน้มว่าผู้หญิงกำลังจะมากกว่าผู้ชาย

ศักยภาพทางเศรษฐกิจค่อนข้างดี ใช้การเข้าร่วมกิจกรรมแข่งขันวิ่ง พร้อมๆ กับการท่องเที่ยว (Sports Tourism) โดยส่วนใหญ่จะพักค้างแรม 1-2 คืน และมีการใช้จ่ายใช้สอยเฉลี่ยไม่น้อยกว่า 1,000 บาทต่อคน

ดังนั้นด้วยวิสัยทัศน์ และสถานะจึงเชื่อได้ว่านักวิ่งส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มคนที่มีศักยภาพ มีพื้นฐานความเป็นนักกีฬา ค้นเคຍกับการอยู่ในกฎระเบียบการแข่งขัน และมีความรับผิดชอบต่อกฎระเบียบของสังคมนั้นเป็นเหตุผลส่วนหนึ่งว่า ทำไมรายการแข่งขันที่มีผู้เข้าร่วมหลายหมื่นคน จึงดำเนินการไปได้โดยปราศจากความวุ่นวาย

ลักษณะร่วมที่สำคัญของคนกลุ่มนี้อีกสิ่งหนึ่งก็คือ การเป็นกลุ่มคนที่ระมัดระวังรักษาสุขภาพเป็นหลัก ทั้งเรื่องการใช้ชีวิต การนอน การกิน การดื่ม ดังนั้นข้อปฏิบัติใดๆ ที่เกี่ยวกับสุขภาพคนกลุ่มนี้จะเป็นกลุ่มคนแรกๆ ที่จะยึดถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด

ท่ามกลางการแพร่ระบาด การจัดการแข่งขันที่จะประกาศดำเนินการ ต้องแสดงให้เห็นถึงความปลอดภัยในการเข้าร่วมกิจกรรม คู่แข่งกับการจ่ายท่ามกลางสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบันที่การตัดสินใจซื้อต้องมีเหตุผลเพียงพอ มิฉะนั้นแล้วรายการนั้นๆ จะไม่ได้รับการยอมรับ และไม่ประสบความสำเร็จได้ในที่สุด



มาตรการควบคุมของ ศบค. (ฉบับที่ 4)

มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
 <p>ทำความสะอาดพื้นทั้งก่อน-หลังบริการ และกำจัดขยะมูลฝอยทุกวัน</p>	 <p>มีมาตรการคัดกรองไข้ก่อนเข้าสถานที่</p>
 <p>สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า</p>	 <p>จัดให้มีการระบายอากาศภายในอาคาร</p>
 <p>ให้มีจุดบริการล้างมือ</p>	 <p>จัดให้มีระบบคิว และมีพื้นที่รอคิวห่างกันอย่างน้อย 1 เมตร</p>
 <p>ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย 1 เมตร</p>	 <p>อาจให้ผู้ให้บริการผู้ให้บริการสวม Face Shield ขณะให้บริการ</p>
 <p>ให้ควบคุมจำนวนผู้ใช้บริการมิให้แออัด</p>	 <p>จัดให้มีระบบเก็บข้อมูลและติดตามผู้ใช้บริการ</p>
 <p>จำกัดเวลาอยู่ในพื้นที่ไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อคน</p>	 <p>ให้พัฒนานวัตกรรมลงทะเบียน/ จองคิวรูปแบบใหม่ระยะยาว</p>
 <p>แนะนำ ตรวจสอบ ควบคุม กำกับมาตรการ</p>	
 <p>ลงทะเบียนยืนยันปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโรค</p>	
 <p>ลงทะเบียนเข้า - ออกด้วย App “ไทยชนะ”</p>	

NEXT NORMAL

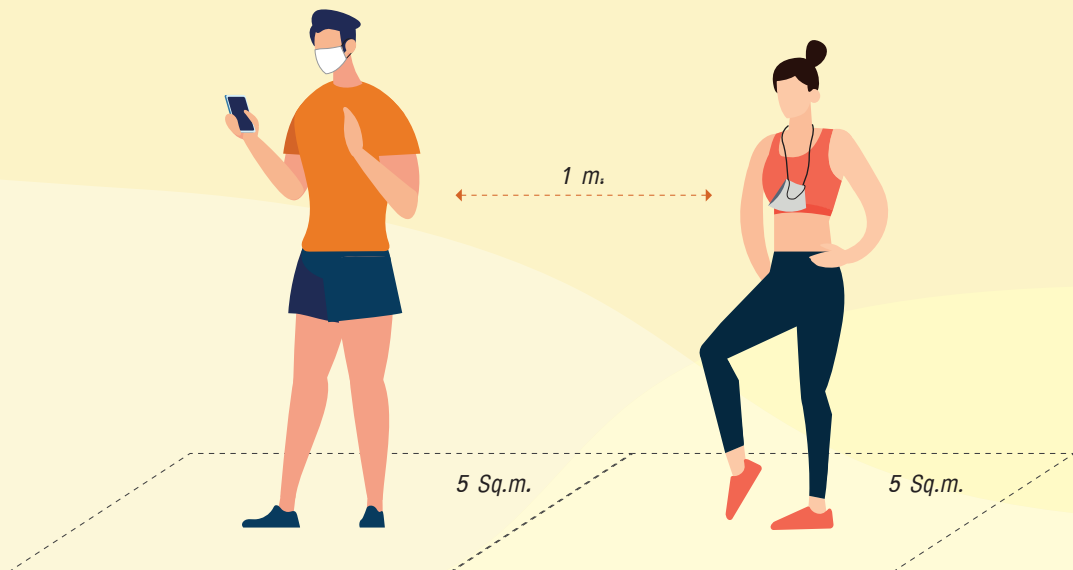
ROAD & TRAIL RACES

- 1 จำนวนผู้เข้าร่วม**ต้อง**สอดคล้องกับขนาดของพื้นที่
- 2 ควรให้สิทธิ์การยกเลิกสำหรับผู้ที่มีความเสี่ยง
- 3 ควรมีประกันอุบัติเหตุ และ/ หรือ โควิด - 19
- 4 ควรรับรองตนเองไม่ให้ไปในพื้นที่เสี่ยง
- 5 ควรมีใบรับรองแพทย์สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยง
- 6 ควรปรับลดกิจกรรมรวมตัว
- 7 **ต้อง** Check In - Out โทษนะ
- 8 **ต้องมี**สถานีคัดกรอง/จุดล้างมือ
- 9 **ต้อง**ยืน - นั่งห่างกันไม่น้อยกว่า 1 เมตร
- 10 หน้ากากต้องเป็นอุปกรณ์บังคับทั้งกรรมการและนักกีฬา (ยกเว้นขณะวิ่ง)
- 11 ควรปล่อยตัวเป็นกลุ่มย่อยเป็นช่วงเวลา
- 12 ระวังความแออัดในสถานีน้ำ
- 13 ควรกำหนดระเบียบและกฎกติกาการแข่งขัน
- 14 จุดเริ่มต้นและเส้นทางการแข่งขันควรกว้างเพียงพอ
- 15 **ต้อง**ทำความสะอาด ก่อน ระหว่าง และหลังการแข่งขัน
- 16 ควรมีทะเบียนรายชื่อ และมีระบบติดตามผลหลังการแข่งขัน



แนวทางการจัดแข่งขันนี้ ได้นำข้อปฏิบัติตามมาตรการควบคุมหลักและมาตรการเสริม ของศูนย์บริหารสถานการณ์ COVID-19 (ศบค.) มาปรับใช้ โดยมีหัวข้อสำคัญที่ควรดำเนินการเพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์แพร่ระบาด บางรายการจำเป็นต้องปฏิบัติตาม ในขณะที่บางรายการเป็นเพียงข้อเสนอแนะ โดยทั้งนี้ มีแนวทางดำเนินการดังนี้

1. ต้องลดจำนวนผู้เข้าร่วม ลดทั้งจำนวนของกรรมการและนักกีฬา ให้จำนวนสอดคล้องกับพื้นที่จัดการแข่งขัน โดยกำหนดให้มีระยะห่างระหว่างบุคคล ยืน-นั่ง ไม่น้อยกว่า 1 เมตร และต้องมีพื้นที่ในบริเวณที่มีการรวมตัวกันเป็นสัดส่วน 1 คนต่อ 5 ตารางเมตร ต้องลดจำนวนผู้เข้าร่วม ลดทั้งจำนวนของกรรมการและนักกีฬา ให้จำนวนสอดคล้องกับพื้นที่จัดการแข่งขัน โดยกำหนดให้มีระยะห่างระหว่างบุคคล ยืน-นั่ง ไม่น้อยกว่า 1 เมตร และต้องมีพื้นที่ในบริเวณที่มีการรวมตัวกันเป็นสัดส่วน 1 คนต่อ 5 ตารางเมตร และต้องลงทะเบียนการแข่งขันใน แพลตฟอร์ม “สปิริต” ของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา รวมถึงการลงทะเบียนในแอปพลิเคชัน “ไทยชนะ”



2. ควรเปิดให้นักกีฬามีสิทธิ์ยกเลิกการแข่งขันในกรณีที่พบว่ามีอาการป่วย หรืออยู่ในภาวะที่มีความเสี่ยงจากการติดเชื้อ โดยอาจกำหนดให้มีขั้นตอนการคืนเงิน หรือการโอนสิทธิ์ให้ผู้อื่นได้ ขบวนการนี้จะช่วยให้สร้างความมั่นใจของผู้สมัครเข้าร่วมการแข่งขัน

3. หากเป็นไปได้ควรจัดให้มีการทำประกัน COVID-19 ให้กรรมการ อาสาสมัคร และนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน นอกเหนือไปจากการทำประกันอุบัติเหตุที่ดำเนินการอยู่แล้ว

4. ควรมีการรับรองตัวเอง โดยไม่ไปในพื้นที่เสี่ยงการระบาดก่อนการแข่งขัน 14 วัน ทั้งนี้อาจใช้แอปพลิเคชัน “หมอชนะ” เช็คอินเพื่อแสดงประวัติเส้นทางการเดินทาง

5. ยกเลิกเข้าร่วมแข่งขันกรณีที่คาดว่าตนมีความเสี่ยง หรือควรมีใบรับรองแพทย์ โดยควรจะดำเนินการตรวจร่างกายหาไวรัส COVID-19 และส่งผลการตรวจก่อนการแข่งขัน ในกรณีที่มีผู้สมัครจากต่างประเทศ การดำเนินการให้เป็นไปตามประกาศของทางราชการในช่วงเวลานั้นๆ

6. ควรลดกิจกรรมรวมตัว ก่อน หรือหลังการแข่งขัน กิจกรรมใดๆ ที่เคยให้ฝูงชนมารวมตัว ควรมีให้น้อยลง และกระจายการเข้าร่วมกิจกรรม ใช้ระบบออนไลน์ทดแทน

7. ต้องเช็คอิน-เช็คเอาท์ “ไทยชนะ” การแข่งขันของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

8. ต้องมีสถานที่คัดกรองเพื่อวัดอุณหภูมิร่างกายของผู้เข้ามาในบริเวณการแข่งขัน และควรมีจุดบริการเจล หรือแอลกอฮอล์ล้างมือไว้บริการ

9. ต้องยืน - นั่งห่างกันไม่น้อยกว่า 1 เมตรในทุกกิจกรรม เช่น การยืนรอคิวเข้าห้องน้ำ ปล่อยตัวรับเหรียญ ฯลฯ รวมถึงระยะห่างกันของกรรมการขณะปฏิบัติงาน

10. ต้องกำหนดให้หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าเป็นอุปกรณ์บังคับ ทั้งนักกีฬาและกรรมการ

o สำหรับอาสาสมัคร และกรรมการ จำเป็นต้องมีอุปกรณ์บังคับ เป็น หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า และสำหรับอาสาสมัครจุดบริการอาจต้องสวมถุงมือ

o สำหรับนักกีฬา ให้หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าเป็นอุปกรณ์บังคับ โดยขณะทำการวิ่งไม่ต้องใส่หน้ากาก แต่เป็นข้อบังคับให้ใช้ในชั่วงก่อน และหลังการแข่งขัน เช่น ในจุดบริการอาหาร และเครื่องดื่ม หรือตลอดระยะเวลาที่อยู่ในสถานที่ที่ปิด เช่น ในเดินท์พยาบาล รถขนส่ง

11. ควรปรับการปล่อยตัวให้เป็นกลุ่มย่อย โดยเน้นไม่ให้นักกีฬามาคอยการปล่อยตัวหน้าจุดเริ่มต้นดังเช่นในอดีต แต่อย่างไรก็ตามพึงระลึกว่าการปล่อยตัวลักษณะนี้อาจใช้เวลาถึง 1 ชั่วโมงจากเดิมที่อาจใช้เวลาเพียง 5-10 นาที ซึ่งจะกระทบต่อเวลาในการดำเนินการแข่งขันทั้งระบบ

12. ควรระวังความแออัดที่สถานีบริการ โดยอาจสามารถบริหารจัดการได้ดังนี้

1. เน้นให้นักกีฬาพกเครื่องดื่มมาเอง เช่นกรณีการวิ่งแข่งขันเทรล ในลักษณะนี้จะสามารถลดสถานีบริการให้น้อยลงได้ แต่ต้องมีทรัพยากรเพียงพอ และกระจายจุดบริการให้สอดคล้องกับจำนวนนักวิ่ง

2. คงจำนวนความถี่ของสถานีบริการไว้ แต่ต้องเพิ่มระยะห่างของการบริการให้มากขึ้นกว่าเดิม โดยจัดบริการไว้บนโต๊ะที่เว้นระยะห่างมากกว่า 2-3 เท่าของระยะปกติ โดยอาจจะให้นักวิ่งเลือกฝั่งการรับบริการตั้งแต่เริ่มลงทะเบียน เพื่อกระจายความแออัด

3. อาจใช้เจลให้พลังงานแทนอาหาร กรณีจำเป็นต้องบริการอาหารควรเป็นประเภทปรุงสุกด้วยความร้อน เช่น น้ำซุปล ผลไม้ควรมีเปลือก เช่น กัวยว อาหารต่างๆ ควรเป็นแบบมีบรรจุภัณฑ์มิดชิด เช่น ขนมปัง

13. แนวปฏิบัติเหล่านี้เป็นเรื่องใหม่ ดังนั้นควรมีการกำหนดระเบียบ และกฎกติกาการแข่งขันต้องประกาศให้ทราบอย่างชัดเจน

14. จุดเริ่มต้นมีความกว้างสอดคล้องกับจำนวนคน เส้นทางการแข่งขันควรเป็นทางตรงไม่น้อยกว่า 400 เมตรจากจุดสตาร์ท หลีกเลียงทางโค้งเพื่อลดการไปแออัดกันของนักวิ่งที่โค้งด้านใน และกิโลเมตรแรกๆ ถนนควรมีความกว้างพอที่จะให้นักวิ่งในกลุ่มนั้นๆ มีระยะห่างซึ่งกันและกันที่ปลอดภัย



15. ต้องทำความสะอาดสถานที่ก่อน ระหว่าง และหลังการแข่งขัน รวมถึงกำจัดขยะมูลฝอย

16. ควรมีทะเบียนรายชื่อทั้งนักกีฬาและกรรมการ รวมถึงกระบวนการติดตามผลผู้เข้าร่วมการแข่งขันทั้งกรรมการ และนักกีฬา ภายหลังจากการแข่งขันและอาจกำหนดให้เป็นการตอบแบบสอบถามกลับมาภายใน 7 วัน เพื่อเป็นการติดตามอาการป่วย (ที่อาจมี) ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทั้งนี้อาจใช้โอกาสนี้ประเมินผลกิจกรรมไปด้วยพร้อมกัน

**จัดการแข่งขันวิ่งอย่างปลอดภัย
ไร้โควิด - 19**



นิยาม :

ผู้จัดการแข่งขัน ได้แก่ องค์กรผู้จัดการแข่งขันที่เป็น
ทั้งบุคคล หรือนิติบุคคล ทั้งนี้รวมถึงผู้ควบคุมการแข่งขัน
เจ้าหน้าที่ กรรมการเทคนิค กลุ่มอาสาสมัคร ผู้ควบคุมเส้นทาง
บุคลากรทางการแพทย์ เจ้าหน้าที่รักษาความสะอาด พิธีกร
เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย ผู้ออกร้านค้าในงาน EXPO
 ฯลฯ โดยผู้ให้บริการต้องดำเนินการดังต่อไปนี้

1. การเตรียมสถานที่การแข่งขัน

- 1.1 ต้องทำการลงทะเบียนผู้จัด และลงทะเบียนการจัดการแข่งขันที่แพลตฟอร์ม Sport Spirit ของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
- 1.2 ลงทะเบียนกิจกรรมใน “ไทยชนะ” เพื่อรองรับการ Check In – Out ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- 1.3 ทำการขออนุญาตหน่วยงานท้องถิ่น เพื่อขออนุญาตในการจัดการแข่งขัน เพื่อพิจารณาโครงการและติดตามผลการจัดกิจกรรม
- 1.4 จำนวนผู้เข้าร่วมทั้งนักกีฬาและกรรมการ ควรเหมาะสมกับพื้นที่จัดการแข่งขัน บริเวณที่มีการเคลื่อนตัวไม่เป็นระเบียบ ต้องคำนวณการใช้พื้นที่อย่างน้อย 1 คน ต่อ 5 ตารางเมตร
- 1.5 ลดกิจกรรมรวมคนทั้งก่อน ระหว่าง และหลังการแข่งขัน
- 1.6 การลงทะเบียนรับสมัครควรผ่านระบบออนไลน์ ไม่ควรรับสมัครในวันแข่งขัน
- 1.7 ขั้นตอนการรับสมัคร ควรมีความบริหารจัดการในการกระจายความแออัดของกิจกรรมต่างๆ เช่น การรับหมายเลขแข่งขัน การปล่อยตัว ทั้งนี้อาจใช้การกำหนดเวลาที่จะมาร่วมกิจกรรมโดยกระจายความแออัดออกไป เช่น การแบ่งเวลารับอุปกรณ์แข่งขัน การแบ่งเวลาปล่อยตัว เป็นต้น
- 1.8 อุปกรณ์การแข่งขันอาจสามารถปรับเปลี่ยนเส้นทางไปรษณีย์ เพื่อลดการสัมผัส และการแออัดของคน
- 1.9 จัดทำป้ายภายในงานเพื่อให้คำแนะนำ รวมถึงมีสัญลักษณ์เตือนเพื่อให้ผู้เข้าร่วมแข่งขันทำการแข่งขันได้อย่างปลอดภัยสอดคล้องกับมาตรการป้องกันโรค

- 1.10 ควรเลือกจุดเริ่มต้น และจุดสิ้นสุดการแข่งขัน ให้เป็นสถานที่ปิด หลีกเลี่ยงพื้นที่ชุมชนที่มีคนพลุกพล่าน
- 1.11 จุดเริ่มต้นและเส้นชัยอาจทำการแยกกัน เพื่อจะได้ไม่เกิดความหนาแน่น และการชนกันของนักวิ่งที่เข้าเส้นชัยกับนักวิ่งที่กำลังทำการปล่อยตัว โดยกำหนดทิศทางของผู้เข้าเส้นชัยควรนำไปสู่จุดจอดรถ และออกจากงานได้ทันที
- 1.12 สถานที่การจัดการแข่งขันควรเป็นพื้นที่โล่ง อากาศถ่ายเทสะดวก
- 1.13 การเดินทางมาบริเวณพื้นที่จัดงานควรเข้าถึงได้สะดวก เพื่อลดเวลาเข้า – ออกจากพื้นที่ และรวมถึงการกระจายคนออกจากพื้นที่เมื่อจบการแข่งขันเป็นไปได้อย่างรวดเร็ว
- 1.14 ทิศทางการเคลื่อนที่ภายในสถานที่จัดงานควรเป็นทิศทางเดียวกัน เพื่อไม่ให้เกิดการกีดขวางเส้นทางสัญจร
- 1.15 เส้นทางเดินภายในงานควรมีความกว้างเพียงพอกับปริมาณของผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
- 1.16 การวางเดินที่ขายสินค้าในบริเวณงาน EXPO ต้องไม่มีกิจกรรมส่งเสริมการขายที่เชิญชวนลูกค้ามารวมตัวกัน
- 1.17 ภายในเดินที่ขายสินค้าควรมีเจลล้างมือแอลกอฮอล์ หรือน้ำยาฆ่าเชื้อ ไว้ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำความสะอาดมือก่อน เข้า-ออกจากเดินที่
- 1.18 ต้องกำหนดจำนวนคนที่สามารถเข้าไปในงาน Expo และรับอุปกรณ์การแข่งขันอย่างชัดเจน โดยคำนวณพื้นที่ในสัดส่วน 1 คนต่อ 4 ตารางเมตร
- 1.19 ควรจัดเตรียมที่เฉพาะสำหรับแยกบุคคลที่ป่วย หรือสงสัยว่าจะป่วย
- 1.20 กำหนดแผนการทำงาน วิธีการเคลื่อนย้าย สถานพยาบาลที่รองรับ กรณีพบผู้ป่วย หรือผู้มีอาการเสี่ยง



1.21 จัดให้มีจุดคัดกรองหน้าทางเข้างานที่ชัดเจน และมีพนักงานรับผิดชอบทำหน้าที่คัดกรองผู้เข้าร่วมแข่งขันตลอดเวลา

1.22 จัดให้มีจุดบริการแอลกอฮอล์ หรือน้ำยาทำความสะอาด สำหรับฉีดทำความสะอาดมือและอุปกรณ์กระจายอยู่ทั่วงาน

1.23 ควรมีการแจก หรือจำหน่ายหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าสำรองสำหรับผู้จัด เจ้าหน้าที่ และผู้เข้าร่วมแข่งขันที่ไม่ได้สวมมาในงาน

1.24 กำหนด และจัดพื้นที่เว้นระยะห่างกันของผู้ใช้บริการ 1-2 เมตร ที่ชัดเจนทั้งจุด Check in และจุดปล่อยตัว รวมถึงบริเวณที่มีการต่อคิว เช่น ต่อแถวกันเข้าห้องน้ำ ต่อคิวเพื่อตรวจคัดกรอง

1.25 สื่อสารเกี่ยวกับข้อมูล และสาธิตการปฏิบัติแก่ เจ้าหน้าที่ หรืออาสาสมัคร โดยประชาสัมพันธ์กระบวนการการป้องกันตนเองที่เหมาะสม

2. การเตรียมความพร้อมในการจัดแข่งขัน

2.1 มาตรการคัดกรองอาการป่วย

2.1.1 ประชาสัมพันธ์ให้รับรองตนเอง โดยไม่ไปในพื้นที่เสี่ยงการระบาดก่อนการแข่งขัน 14 วัน อาจใช้แอปพลิเคชัน “หมอชนะ” แสดงประวัติเส้นทางการเดินทาง

2.1.2 มีจุดคัดกรองวัดอุณหภูมิและอาการไอ จาม มีน้ำมูก เจ็บคอ หน้าทางเข้างานที่ชัดเจน และมีพนักงานรับผิดชอบทำหน้าที่คัดกรองผู้เข้าร่วมแข่งขันตลอดเวลา

2.1.3 กรณีพบผู้ที่มีอุณหภูมิสูงกว่า 37.5 องศาเซลเซียส ป่วย หรือสงสัยว่าจะป่วย ควรแยกออกมาในสถานที่จัดเตรียมไว้

2.1.4 กำหนดพื้นที่บริการทางการแพทย์ กับพื้นที่สำหรับบุคคลที่ตรวจพบความเสี่ยง แยกไว้ชัดเจน พร้อมแผนการลำเลียง รายชื่อโรงพยาบาลที่รองรับกรณีที่ตรวจพบ

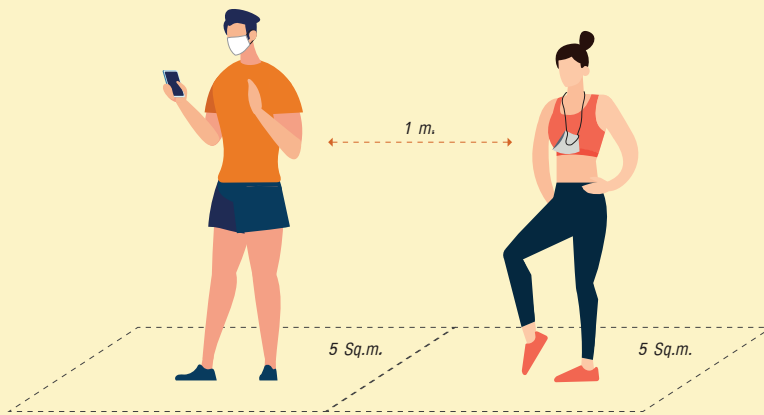
2.1.5 จัดให้ทำสัญลักษณ์สำหรับผู้ผ่านการตรวจคัดกรองแล้ว

2.1.6 เข้มงวดเรื่องการใส่หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าของผู้เข้าร่วมงานทุกคน

2.2 มาตรการในการป้องกันโรค

2.2.1 ประชาสัมพันธ์ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรักษาระยะห่าง 1-2 เมตร

2.2.2 ควรสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า และถุงมือตลอดการแข่งขัน (ถุงมือสำหรับเจ้าหน้าที่หน่วยบริการ)



2.2.3 ควรล้างมือด้วยสบู่ และน้ำสะอาด หรือแอลกอฮอล์บ่อยๆ โดยหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัส ใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

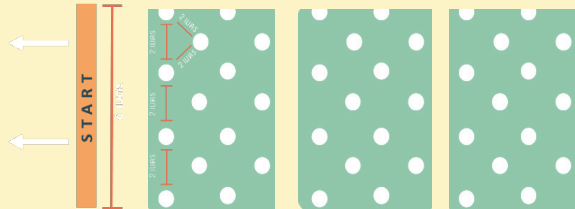
2.2.4 ควรลดการพูดคุยระยะใกล้ชิด

2.2.5 เพื่อลดความแออัดของนักวิ่งที่เข้าสู่จุดบริการ อาจกำหนดการแยกรับการบริการ เช่น แยกจุดบริการออกเป็น ชาย-ขวา โดยนักวิ่งควรทราบว่าจะรับน้ำจากฝั่งใด และเพิ่มความห่างของโต๊ะบริการให้มาก เพื่อกระจายนักวิ่งที่มาใช้บริการ

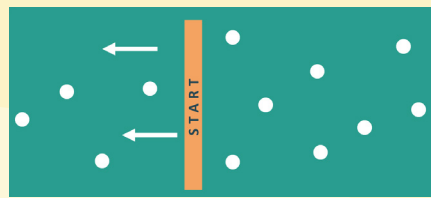


2.2.6 การปล่อยตัวการแข่งขัน เน้นไม่ให้เกิดความแออัดบริเวณจุดปล่อยตัว ตัวอย่างของรูปแบบในการปล่อยตัวที่ช่วยกระจายความแออัด ดังนี้

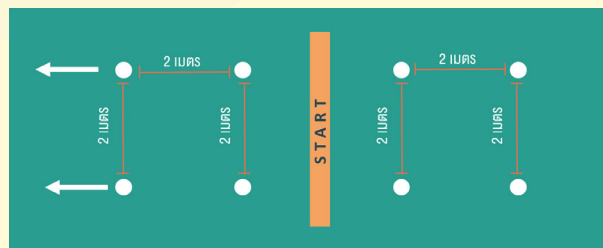
- แบบปล่อยตัวเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละประมาณ 10-25 คน มีกำหนดการที่แน่นอน และเริ่มต้นพร้อมกัน ซึ่งการปล่อยตัวแบบนี้จะสามารถปล่อยตัวนักกีฬาได้ประมาณ 1,000 คน ต่อชั่วโมง



- แบบปล่อยตัวแบบเป็นช่วงเวลา โดยกำหนดช่วงเวลาปล่อยตัวไว้ชัดเจน เช่น ปล่อยตัวเวลา 06:00 – 06:05 น. นักกีฬาในกลุ่มนี้จะมาในช่วงเวลาไหนก็ได้ ซึ่งการปล่อยตัวแบบนี้จะสามารถปล่อยตัวนักกีฬาได้ประมาณ 3,000 คน ต่อชั่วโมง

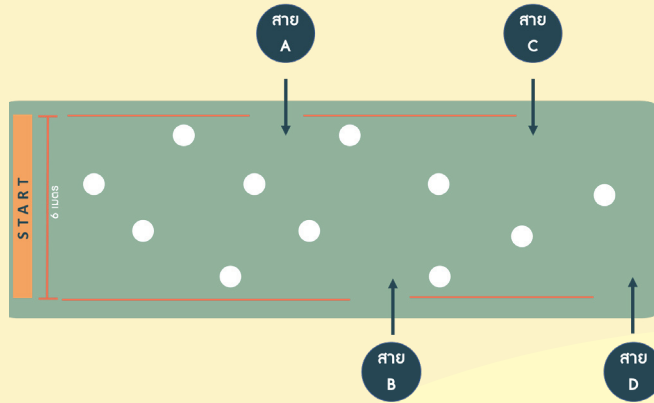


- แบบปล่อยตัวแบบต่อเนื่องทีละ 1-2 คน เวลห่างกัน 2 วินาที โดยกำหนดไว้ และเมื่อได้เวลาแข่งขันก็ทยอยปล่อยนักกีฬาออกไปครั้งละ 1-2 คน พร้อมๆ กับเรียกนักกีฬามาเช็คอินเพิ่ม ซึ่งการปล่อยตัวแบบนี้จะสามารถปล่อยตัวนักกีฬาได้ประมาณ 3,000 คน ต่อชั่วโมง



- แบบปล่อยตัวเป็นสาย โดยกำหนดกลุ่มปล่อยตัวเป็นสาย เช่น สาย A สาย B สาย C สาย D วางสลับกันเป็นรูปฟันปลา และเมื่อได้เวลาแข่งขันก็จะปล่อยตัวก็จะทยอยปล่อยนักกีฬาออกไปครั้งละ 1-4 คน พร้อมๆ กับเรียกนักกีฬามาเช็คอินเพิ่ม ซึ่งการปล่อยตัว

แบบนี้จะสามารถปล่อยตัวนักกีฬาได้มากกว่า 5,000 คน ต่อชั่วโมง แต่พื้นที่ในการปล่อยตัวควรมีความกว้างเพียงพอ (2 เมตร ต่อ 1 สาย)



ตารางประเมินการปล่อยตัวของ การปล่อยตัวแต่ละรูปแบบ

รูปแบบการปล่อยตัว	จำนวนคน/ชั่วโมง	การเช็คคินรอรปล่อยตัว	นักวิ่งกลุ่มเป้าหมาย	ข้อดี-ข้อเสีย
แบบที่ 1 ปล่อยตัวเป็นกลุ่มย่อย	ประมาณ 1,000 คน	✓	เหมาะสมกับนักวิ่งที่มีความคุ้นเคยซ้อมร่วมกัน เช่น ครอบครัว ชมรม	ข้อดี : มีการกำหนดเวลาปล่อยตัวที่แน่นอนของนักวิ่งแต่ละกลุ่ม ข้อเสีย : ปริมาณนักวิ่งในช่วงหนึ่งๆ บนเส้นทาง และช่วงเวลาการเข้าจุดบริการ จะมีความหนาแน่น มากกว่ารูปแบบอื่น
แบบที่ 2 ปล่อยตัวแบบใช้ช่วงเวลา	ประมาณ 3,000 คน	X	เหมาะสมกับนักวิ่งที่มาจากต่างถิ่นกัน ไม่คุ้นเคยกัน	ข้อดี : ไม่มีการรวมกลุ่มกันก่อนปล่อยตัว และค่อนข้างเป็นอิสระ
แบบที่ 3 ปล่อยตัวแบบต่อเนื่องทีละ 1-2 คน	ประมาณ 3,000 คน	✓	เหมาะสมกับรายการที่มีนักวิ่งจำนวนปานกลางค่อนข้างมาก	ข้อดี : สามารถควบคุมระยะห่างของนักวิ่งได้ดี ทั้งบนเส้นทางแข่งขัน และช่วงเวลาเข้าสู่จุดบริการ
แบบที่ 4 ปล่อยตัวแบบเป็นสาย	มากกว่า 5,000 คนขึ้นไป	✓	เหมาะสมกับรายการที่มีนักวิ่งจำนวนมาก	ข้อดี : สามารถรองรับการจัดการแข่งขันขนาดใหญ่ได้

2.2.7 ในรายการที่เน้นการชิงชนะเลิศ การแข่งขันควรจะใช้สถิติจาก Chip Time เป็นสำคัญ ยกเว้นนักวิ่งกลุ่มแนวหน้าที่จะอาจกำหนดเป็นการตัดสินจาก Gun Time

2.2.8 กำหนด และจัดพื้นที่เว้นระยะห่างกันของผู้ใช้บริการ 1-2 เมตร ที่ชัดเจนทั้งจุด Check In และจุดปล่อยตัว รวมถึงบริเวณที่มีการต่อคิว เช่น ต่อแถวกันเข้าห้องน้ำ ต่อคิวเพื่อตรวจคัดกรอง

2.2.9 จุดบริการบนเส้นทาง อาจใช้เจลให้พลังงานทดแทนการบริการด้านอาหาร

2.2.10 กรณีจำเป็นต้องบริการอาหารระหว่างเส้นทาง อาหารต่างๆ ควรเป็นแบบมีบรรจุภัณฑ์มิดชิด เช่น เจลให้พลังงาน ขนมปัง ผลไม้ควรมีเปลือก เช่น กล้วย

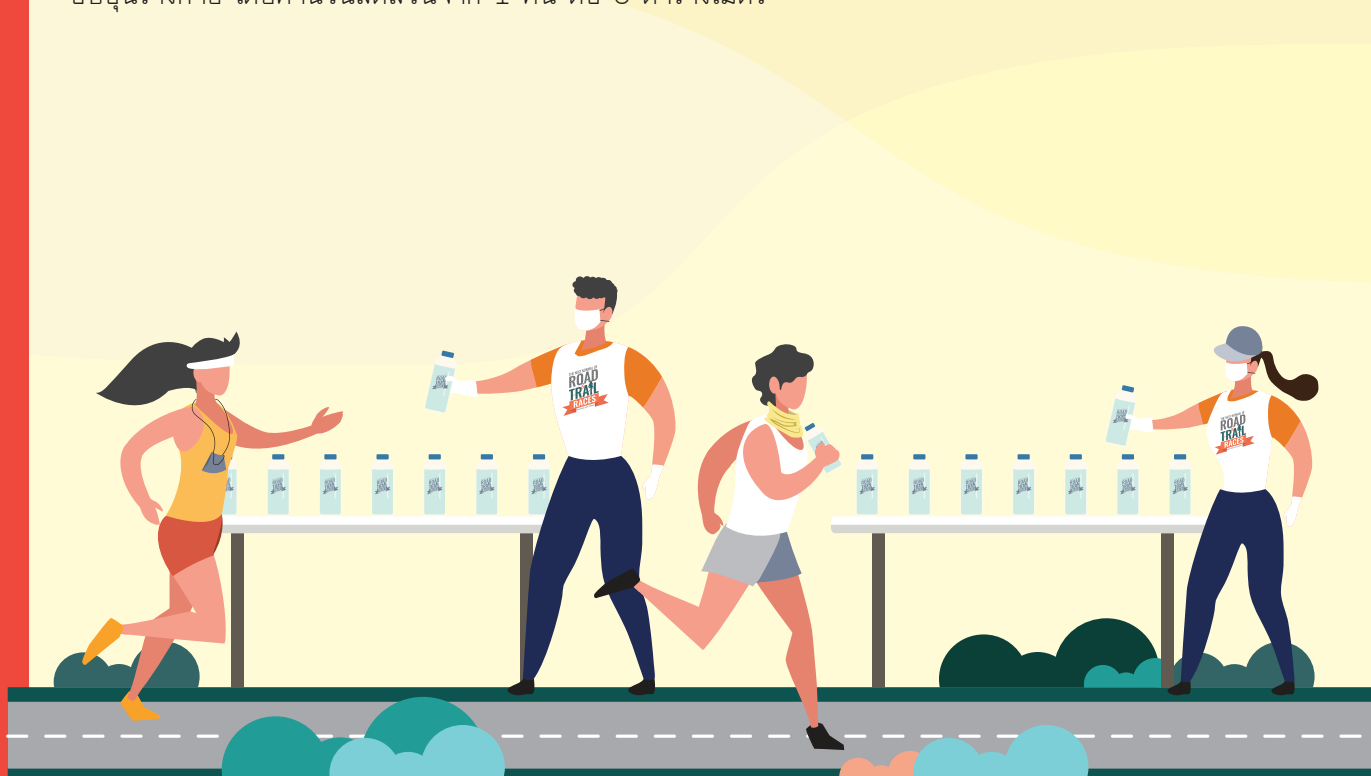
2.2.11 หากจำเป็นต้องมีบริการอาหารหลังเส้นชัย ควรเป็นแบบกล่องปิดผนึก โดยจัดเตรียมเป็นชุดๆ เพื่อให้ง่ายต่อการส่งต่อให้กับนักกีฬา หรือควรเป็นประเภทปรุงสุกใหม่ด้วยความร้อน

2.2.12 กรณีมีการมอบเหรียญรางวัลของผู้เข้าเส้นชัย ควรอย่าให้เกิดการแออัด

2.2.13 กรณีมีการมอบรางวัลแก่ผู้ชนะการแข่งขัน ควรจัดสถานที่และจุดยืนให้มีระยะห่าง 1-2 เมตร หรืออาจใช้การจัดส่งทางไปรษณีย์หลังการแข่งขันแทน

2.2.14 การประกาศผลการแข่งขันใช้การประกาศผ่านสื่อออนไลน์ ได้แก่ ทางเว็บไซต์ เฟสบุ๊ก

2.2.15 ควรกระจายจุดพื้นที่รวมตัวก่อนการแข่งขันไว้หลายจุด เพื่อการคัดกรอง เช็กอินไทยชนะ อบอุ่นร่างกาย โดยคำนวณสัดส่วนจาก 1 คน ต่อ 5 ตารางเมตร



2.2.16 พื้นที่จอดรถอาจกำหนดให้เป็นพื้นที่สำหรับการอบอุ่นร่างกาย โดยนักกีฬาจะเดินทางมาจุดเริ่มต้นเมื่อถึงเวลาแข่งขันแล้ว การแบ่งพื้นที่จอดรถเป็นโซนตามเวลาปล่อยตัวจะสะดวกในการบริหารจัดการ

2.2.17 เนื่องจากแบ่งการปล่อยตัวเป็นช่วงเวลา จะทำให้นักวิ่งชุดที่ปล่อยตัวรอบหลัง จะเดินทางมาช้ากว่าชุดแรก ดังนั้นควรระวังเส้นทางสัญจรตัดเส้นทางวิ่ง

2.2.18 กรณีที่ผู้เข้าร่วมการแข่งขันที่มาจากต่างประเทศ ขอให้ยึดถือประกาศของทางราชการในช่วงเวลานั้นๆ เป็นสำคัญ

2.3 มาตรการในการทำความสะอาด

2.3.1 ให้มีการทำความสะอาดจุดที่มีการสัมผัสบ่อย เช่น ลูกบิดประตูเข้า-ออก ประตูห้องสุขา

2.3.2 จัดให้มีถังขยะ กระจายอยู่หลายๆ แห่ง และจัดให้มีผู้ดูแลเก็บขยะอยู่ตลอดเวลา

2.3.3 กรณีมีรถรับ-ส่งผู้เข้าร่วมการแข่งขัน ควรทำความสะอาดเบาะรถทุกครั้งที่เปลี่ยนรอบผู้โดยสาร



แนวทางการปฏิบัติสำหรับผู้ออกบูธร้านค้า



- 1.1 ผู้ออกบูธร้านค้าควรทำการลงทะเบียนการเปิดขายสินค้า
- 1.2 ทำความสะอาดอุปกรณ์ภายในบูธ จุดที่มีการสัมผัสบ่อยทุก 30 นาที
- 1.3 จัดเตรียมอุปกรณ์ล้างมือ แอลกอฮอล์ เจล หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรคในบริเวณพื้นที่บริการ
- 1.4 ทำสัญลักษณ์เว้นระยะห่างของจุดบริการอย่างน้อย 1 เมตร ในบริเวณที่มีที่นั่งหรือมีการต่อคิว
- 1.5 แนะนำการจ่ายค่าบริการผ่านแอปพลิเคชัน
- 1.6 ต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าตลอดเวลาทำงาน
- 1.7 ตลอดการทำงานควรรักษาระยะห่าง 1-2 เมตร จากลูกค้าโดยเฉพาะช่วงสนทนา
- 1.8 ควบคุม และกำกับและดูแลผู้ที่ทำการเข้าชมสินค้าให้ทำตามมาตรการหลัก
- 1.9 สร้างความตระหนักรู้ และเน้นย้ำวิธีปฏิบัติ COVID-19

วิธีอย่างปลอดภัยไว้ COVID - 19



แนวทางการปฏิบัติสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรม

นิยาม : ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักกีฬา ผู้ติดตาม ผู้เข้าชมงาน EXPO

1. การเตรียมตัวก่อนการแข่งขัน

- 1.1 ผู้เข้าร่วมแข่งขันไม่ควรมีอาการป่วย
- 1.2 ผู้เข้าร่วมงานไม่ควรมีอายุเกิน 65 ปี
- 1.3 ควรทำการรับรองตนเอง โดยไม่ไปในพื้นที่เสี่ยงการระบาดก่อนการแข่งขัน 14 วัน หรืออาจใช้แอปพลิเคชัน “หมอชนะ” แสดงประวัติเส้นทางการเดินทาง
- 1.4 กรณีที่มีผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยงควรยกเลิกการแข่งขัน หรือควรจะทำเนิการตรวจร่างกายหาไวรัส COVID – 19 และส่งใบรับรองแพทย์เพื่อยืนยัน
- 1.5 ต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าเมื่อเข้าในบริเวณงาน

2. ระหว่าง และหลังการแข่งขัน

- 2.1 ผู้เข้าแข่งขันต้องทำการ Check In – Out ในแอปพลิเคชัน “ไทยชนะ” ก่อนเข้าสถานที่แข่งขันและหลังออกจากสถานที่แข่งขัน
- 2.2 ต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าเมื่อเข้าในบริเวณงาน
- 2.3 สำหรับผู้ร่วมแข่งขันให้หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าเป็นอุปกรณ์บังคับ โดยขณะทำการวิ่งไม่ควรใส่หน้ากากผ้า แต่เป็นข้อบังคับให้ใช้ในชวงก่อน และหลังการแข่งขัน เช่น ในจุดบริการอาหาร และเครื่องดื่ม หรือตลอดระยะเวลาที่อยู่ในสถานที่ที่ปิด เช่น ในเดินท์พยาบาล รถขนส่ง
- 2.4 หากรู้สึกเหนื่อยหอบ ไม่ควรสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า ให้ป้องกันโดยเน้นระยะห่าง 1-2 เมตร
- 2.5 ล้างมือด้วยด้วยสบู่ และน้ำสะอาด หรือแอลกอฮอล์ ในโอกาสที่เป็นไปได้
- 2.6 ควรลดการพูดคุยระยะใกล้ชิด



- 2.7 หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น
- 2.8 ไม่บ้วนน้ำลาย น้ำมูก หรือเสมหะลงพื้น
- 2.9 ทิ้งขยะให้ลงถัง และแยกประเภทขยะให้ถูกต้อง

2.10 ผู้เข้าแข่งขันควรเผื่อเวลาให้มาถึงบริเวณงานไม่นานมาก เช่น ประมาณ 30 นาทีก่อนเวลาปล่อยตัว ที่ได้เลือกในการลงทะเบียนไว้

2.11 การอบอุ่นร่างกายควรทำที่ลานจอดรถ หรือตามจุดที่กำหนดไว้ เมื่อใกล้เวลาปล่อยตัวจึงเดินทางเข้าจุด check in

2.12 ควรรักษาระยะห่าง 1-2 เมตร จากผู้ร่วมแข่งขัน และเจ้าหน้าที่ภายในงาน

2.13 ไม่ควรวิ่งตามนักกีฬาผู้อื่นในระยะประชิด ควรทิ้งระยะห่างอย่างน้อย 5 เมตรในขณะแข่งขัน

2.14 การวิ่งไปในระนาบเดียวกันจะปลอดภัยกว่าการวิ่งตามด้านหลัง แต่ควรมีระยะห่างไม่น้อยกว่า 1 เมตร

2.15 พึงระลึกว่าการช่วยเหลือตนเอง เช่น การนำน้ำ และอาหารมาจากที่พัก จะปลอดภัยกว่าการรับบริการบนเส้นทางแข่งขัน

2.16 จุดบริการบนเส้นทางการแข่งขัน อาจไม่สะดวกเหมือนที่เคยได้รับ เช่น น้ำดื่มอาจจะไม่มีการเปิดผนึก หรือจำนวนจุดบริการอาจมีน้อยลง

2.17 บริเวณเส้นทางการแข่งขันที่เป็นทางโค้ง มักจะมีนักวิ่งไปอยู่รวมกันที่โค้งด้านใน ในกรณีนี้ขอให้นักวิ่งทุกคนระมัดระวังเป็นพิเศษ

2.18 กรณีมีข้อตกลงให้เลือกการรับบริการ ควรปฏิบัติให้ตรงกับที่ได้เลือกลงทะเบียนไว้ เช่น เวลาการปล่อยตัว การเลือกรับฝากของ การรับน้ำดื่มจากสถานีบริการ

2.19 หากการแข่งขันกำหนดให้มีการตอบแบบสอบถามหลังเสร็จงาน ควรให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลกลับมา เพื่อเป็นเครื่องมือในการติดตามอาการป่วย (ที่อาจมี)

2.20 กรณีพบว่าเป็นผู้ติดเชื้อต้องรีบแจ้งกลับมายังฝ่ายจัดการแข่งขันในทันที



แนวปฏิบัติใหม่สำหรับนักวิ่ง

สมัครแข่งขันออนไลน์

ขั้นตอนนี้นักวิ่งต้องเลือก หรือทราบ “เวลา” ที่ตนเองจะมาร่วมในทุกกิจกรรม



- ✓ ไปรษณีย์/รับเอง
- ✓ เวลาจัดงาน expo
- ✓ ฝาก/ไม่ฝากของ
- ✓ จุดรวมตัว
- ✓ เวลาปล่อยตัว
- ✓ การรับน้ำดื่ม

Race kit & Expo

มาร่วมงานตามเวลาที่เลือก และอยู่ร่วมงานไม่เกิน 2 ชม.



- ✓ เช็किनเพื่อยืนยันมาร่วมงาน
- ✓ เช็किन – เข้าที่แอปพลิเคชัน “ไทยชนะ”
- ✓ มาตามเวลาที่ได้เลือกไว้

จุดเช็किन

เดินทางมาแข่งขันโดยยังไม่ต้องมาจุดสตาร์ท ให้อบอุ่นร่างกายในจุดที่เลือก และคอยเวลา



- ✓ ไปจุดเช็किनก่อนเวลาปล่อยตัว 10 นาที
- ✓ เช็किन – เข้าที่ แอปพลิเคชัน “ไทยชนะ”
- ✓ ฝากของ (ถ้าเลือก)

ปล่อยตัวแข่งขัน

จะปล่อยตัวเป็นกลุ่มๆ ให้มาตามเวลาที่เลือก



- ✓ ไปจุดปล่อยตัวก่อนเวลาปล่อยตัว 5 นาที
- ✓ ถอดหน้ากากก่อนวิ่ง

บนเส้นทาง

จุดบริการอาจมีน้อยกว่าปกติ ควรพกน้ำ-อาหารมาด้วย และรับบริการตามจุดที่เลือก



- ✓ วิ่งห่างจากคนข้างหน้าอย่างน้อย 5 เมตร
- ✓ รับบริการบนเส้นทางตามที่ได้เลือก
- ✓ กรณีหยุดวิ่งเพื่อรับบริการ เช่น แพทย์ ขึ้นรถรับ-ส่ง ต้องสวมหน้ากาก

หลังเส้นชัย

เดินทางกลับโดยเร็วที่สุด การรับของที่ระลึก และอาหารให้เป็นไปตามที่ได้เลือก



- ✓ รักษาระยะห่างการรับของที่ระลึก
- ✓ อาหารกล่อง หรือร้านค้าภายนอกที่ร่วมรายการ

**แนวทางการกำกับ ติดตาม
ประเมินผล**



แนวทางการกำกับ ติดตาม ประเมินผล

การกำกับ ติดตามผลการดำเนินงานตามมาตรการ

ส่วนกลาง

- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
- กระทรวงสาธารณสุข

ทำหน้าที่ออกคู่มือ และเกณฑ์การปฏิบัติ ตามความเหมาะสมกับพื้นที่และประเภทของกิจการ พร้อมทั้งประเมินความพร้อมตามเกณฑ์

ระดับจังหวัด

- ศปก.จังหวัด/กทม. ศปก.อำเภอ/เขต ศปก.ตำบล ศปก.เทศบาลนคร ศปก.เทศบาลเมือง และศปก.

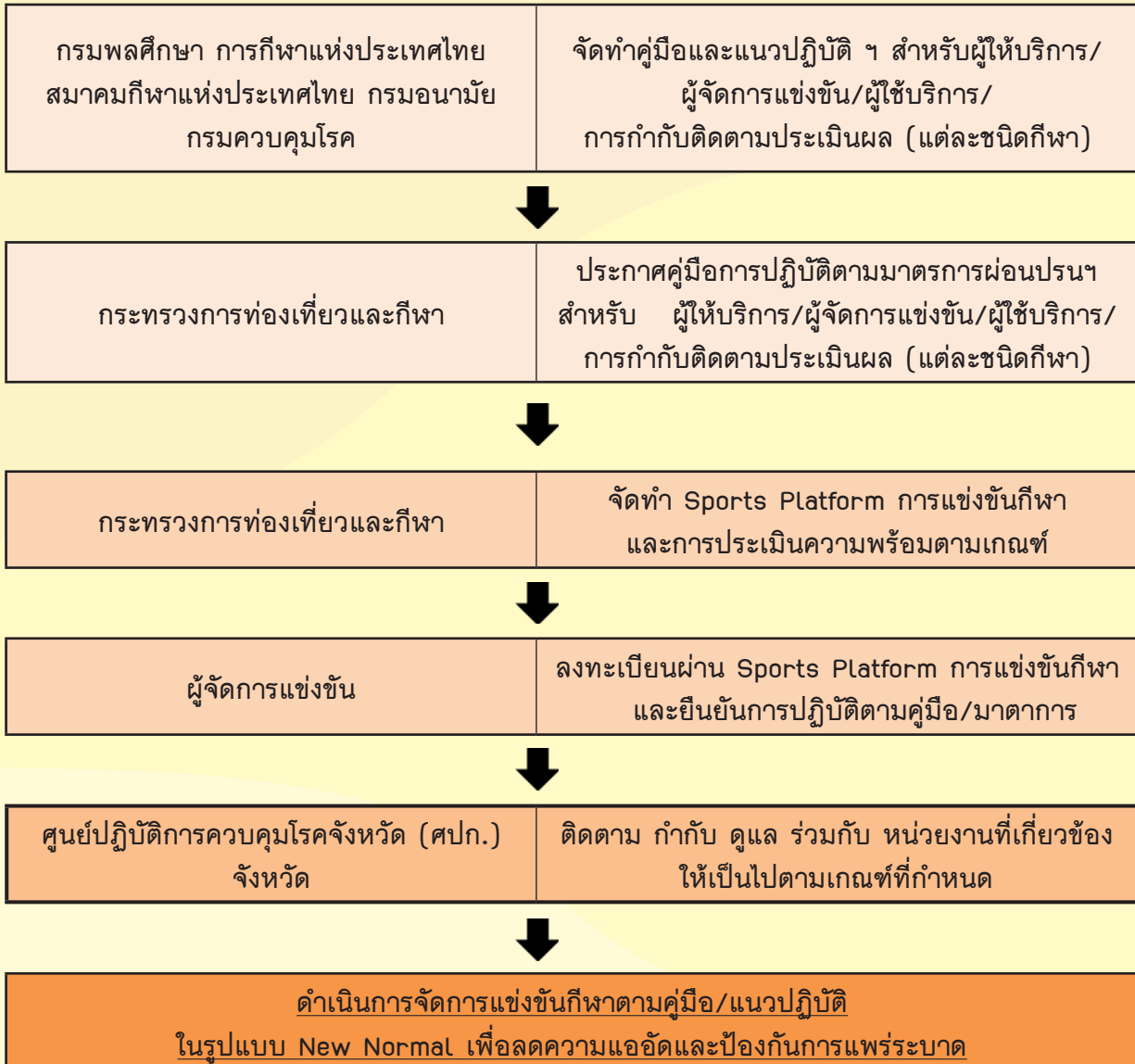
เมืองพัทยา

ทำหน้าที่ติดตาม กำกับ ดูแล ร่วมกับ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด ระดับอำเภอและตำบล

- ศปม. จัดกำลังสายตรวจร่วม ตำรวจ ทหาร และหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้อง ตรวจสอบการประกอบการหรือการจัดกิจกรรมให้เป็นไป ตามมาตรการที่กำหนด



แนวทางการกำกับ ติดตาม ประเมินผลการดำเนินงานตามมาตรการ





חכמות





คำสั่งศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อ ไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด - 19)

ที่ ๕/๒๕๖๓

เรื่อง แนวปฏิบัติตามข้อกำหนดออกตามความในมาตรา ๙
แห่งพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๔๘
(ฉบับที่ ๔)

ตามที่คณะรัฐมนตรีมีมติในการประชุมเมื่อวันที่ ๒๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ ให้ขยายระยะเวลาการบังคับใช้ประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินในทุกเขตท้องที่ทั่วราชอาณาจักรออกไปตั้งแต่วันที่ ๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓ จนถึงวันที่ ๓๐ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓ นั้น

เพื่อให้การปฏิบัติงานตามข้อกำหนดออกตามความในมาตรา ๙ แห่งพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๔๘ ตามประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินและการขยายระยะเวลาการประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินดังกล่าว และตามคำสั่งนายกรัฐมนตรีที่ ๕/๒๕๖๓ เรื่อง การจัดตั้งหน่วยงานพิเศษเพื่อปฏิบัติหน้าที่ตามพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๔๘ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ และที่แก้ไขเพิ่มเติม เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ อาศัยอำนาจตามความในข้อ ๔ (๒) ของคำสั่งนายกรัฐมนตรีที่ ๔/๒๕๖๓ เรื่อง แต่งตั้งผู้กำกับการปฏิบัติงาน หัวหน้าผู้รับผิดชอบและพนักงานเจ้าหน้าที่ในการแก้ไขสถานการณ์ฉุกเฉิน ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ และที่แก้ไขเพิ่มเติม นายกรัฐมนตรีในฐานะผู้อำนวยการศูนย์บริหารสถานการณ์โควิด - 19 จึงมีคำสั่งให้หัวหน้าผู้รับผิดชอบในการแก้ไขสถานการณ์ฉุกเฉินและพนักงานเจ้าหน้าที่ดำเนินการให้เป็นไปตามมาตรการป้องกันโรคแนบท้ายคำสั่งนี้โดยเคร่งครัด

ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ ๑๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓ เป็นต้นไป จนกว่าจะมีคำสั่งเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น

สั่ง ณ วันที่ ๑๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓

พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา

นายกรัฐมนตรี

ผู้อำนวยการศูนย์บริหารสถานการณ์โควิด - 19

กิจการ/กิจกรรม	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม	หน่วยงานรับผิดชอบ
<p>ง. สนามกีฬาหรือสถานที่เพื่อการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา หรือเพื่อการเรียนการสอนในทุกรูปแบบกีฬา ให้เปิดดำเนินการได้ ยกเว้นสนามขนาดใหญ่ สนามชนไก่ สนามกอล์ฟ หรือสนามการแข่งขันอื่นในลักษณะทำนองเดียวกันยังไม่อนุญาตให้เปิดดำเนินการ</p> <p>สถานที่ที่ได้รับการผ่อนคลายเป็นกรณีพิเศษให้มีการแข่งขันและถ่ายทอดโทรทัศน์ การแข่งขันกีฬาหรือการถ่ายทอดผ่านสื่ออื่น ๆ ได้ แต่ต้องไม่มีผู้ชมอยู่ในสนามแข่งขัน และผู้จัดการแข่งขันต้องดำเนินการตามขั้นตอนและวิธีการที่ทางราชการกำหนดด้วย</p>	<p>๑) ทำความสะอาดพื้นที่ที่มีการสัมผัสบ่อย ๆ อุปกรณ์กีฬา ห้องสุขา และห้องอาบน้ำ ทั้งก่อนและหลังให้บริการ และให้กำจัดขยะมูลฝอยทุกวัน</p> <p>๒) ให้มีผู้ประกอบการ พนักงานบริการ ผู้ฝึกสอนหรือผู้ช่วยประกอบบริการ พนักงานขายหรือหน้ากาคั่วคั่วดื่ม สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าตลอดเวลา สำหรับผู้ใช้บริการหรือพนักงานที่ต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า ทั้งก่อนและหลังให้บริการหรือการฝึกซ้อม</p> <p>๓) ให้มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรค</p> <p>๔) ให้เว้นระยะนั่งหรือยืนอย่างน้อย ๑ เมตร และลดการใกล้ชิดกันระหว่างการฝึกซ้อม การเรียนการสอน หรือการแข่งขัน</p> <p>๕) ให้ความคุ้มครองจำนวนผู้ใช้บริการ มิให้แออัด หรือจัดรอบการเข้าใช้บริการให้เป็นไปตามมาตรการป้องกันควบคุมโรค อาจพิจารณาจำกัดระยะเวลาการใช้บริการ การเรียนการสอน หรือการแข่งขันไม่เกิน ๒ ชั่วโมง</p> <p>๖) ให้ความคุ้มครองจำนวนผู้ใช้บริการในสระว่ายน้ำ โดยคิดเกณฑ์จำนวนผู้ใช้บริการ ตามขนาดพื้นที่ไม่น้อยกว่า ๘ ตารางเมตรต่อคน</p> <p>๗) จัดให้มีการให้คำแนะนำผู้ใช้บริการ ตรวจสอบตราควบคุม กำกับการใช้บริการ และใช้บริการให้เป็นไปตามมาตรการควบคุมหลักอย่างเคร่งครัด</p>	<p>๑) มีมาตรการคัดกรองผู้ใช้ และอาการไอ หอบเหนื่อย จาม หรือเป็นหวัด สำหรับผู้ประกอบการ พนักงานบริการ หรือผู้ฝึกสอนหรือผู้ช่วยและผู้ใช้บริการ หรือนักกีฬา ก่อนเข้าสถานที่พร้อมติดสัญลักษณ์แสดงการคัดกรองผ่าน ทั้งนี้ให้รายงานหน่วยงานรับผิดชอบ กรณีพบผู้ที่เข้าเกณฑ์สอบสวนโรคตามแนวทางที่กำหนด</p> <p>๒) จัดให้มีการระบายน้ำอากาศภายในอาคารที่ดี รวมทั้งบริเวณห้องสุขา ห้องอาบน้ำ และห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ทั้งนี้ให้ทำความสะอาด เครื่องปรับอากาศอย่างสม่ำเสมอ</p> <p>๓) จัดให้มีระบบคิว และมีพื้นที่รอคิวที่มีที่นั่งหรือยืนห่างกันอย่างน้อย ๑ เมตร</p> <p>๔) ให้ความคุ้มครองสุขภาพในสระว่ายน้ำ ให้มีความเป็นกรด - ด่าง ระดับคลอรีนตกค้าง หรือการตรวจกรองด้วยวิธีอื่นให้ได้ตามเกณฑ์มาตรฐานการฆ่าเชื้อโรคของสระว่ายน้ำ ในทุกระบบ และแสดงให้ผู้ใช้บริการทราบเป็นประจำทุกวัน</p> <p>๕) อาจให้ผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนหรือผู้ช่วย พนักงานบริการสวม Face Shield ขณะใช้บริการ</p> <p>๖) จัดให้มีระบบเก็บข้อมูลและติดตามผู้ฝึกซ้อมหรือผู้ช่วย ผู้ใช้บริการ หรือพนักงานที่ฝากคน</p>	<p>๑) กก. และ สช. ออกคู่มือและเกณฑ์การปฏิบัติตามความเหมาะสมกับพื้นที่และประเภทของกิจการ พร้อมทั้งประเมินความพร้อมตามเกณฑ์</p> <p>๒) สปก. จังหวัด/กทผ. สปก.อำนาจเขตภาคกลาง สปก.เทศบาลนคร สปก.เทศบาลเมือง และ สปก.เมืองพัทยา ติดตาม กำกับ ดูแล ติดตาม กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ที่เกี่ยวข้องให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด</p> <p>๓) สปบ. จัดกำลังสายตรวจร่วม ตำรวจทหาร และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อตรวจการประกอบกิจการหรือการจัดกิจกรรมให้เป็นไปตามมาตรการที่กำหนด</p>

กิจกรรม/กิจกรรม	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม	หน่วยงานรับผิดชอบ
<p>จ. ตู้เกม เครื่องเล่นหยอดเหรียญที่ได้รับอนุญาตตามกฎหมายและตั้งอยู่ในห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า คอมมูนิตี้ออลล์ ให้เปิดดำเนินการได้</p>	<p>๘) ให้กิจการลงทะเบียนและยื่นรับการปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโรคตามที่ทางราชการกำหนด ให้มีการลงทะเบียนก่อนเข้าและออกจากสถานที่ และเพิ่มมาตรการใช้แอปพลิเคชันที่ทางราชการกำหนด หรือใช้มาตรการควบคุมด้วยการบันทึกข้อมูลและรายงานทดแทนได้</p> <p>๑) ทำความสะอาดพื้นที่ที่มีการสัมผัสบ่อย ๆ อุปกรณ์ ตู้เกมส่ เครื่องเล่นหยอดเหรียญ และบริเวณโดยรอบ ทั้งก่อนและหลังให้บริการ และให้กำจัดขยะมูลฝอยทุกวัน</p> <p>๒) ให้ผู้ประกอบการ พนักงานบริการ และผู้ใช้บริการสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าตลอดเวลา</p> <p>๓) ให้มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรค</p> <p>๔) ให้เว้นระยะนั่งหรือยืน รวมทั้งเครื่องเล่น อย่างน้อย ๑ เมตร และลดการใกล้ชิดกับระหว่างทำกิจกรรม</p> <p>๕) ให้ความคุมจำนวนผู้ใช้บริการ มีให้แออัด และจำกัดระยะเวลาการใช้บริการไม่เกิน ๒ ชั่วโมงต่อวัน</p> <p>๖) จัดให้มีการให้คำแนะนำผู้ใช้บริการตรวจตราควบคุม กำกับการใช้บริการและใช้บริการให้เป็นไปตามมาตรการควบคุมหลักอย่างเคร่งครัด</p>	<p>ผู้ช่วย หรือผู้ที่มีอาการเข้าได้กับเกณฑ์สอบสวนโรค ภายหลังจากการใช้บริการได้</p> <p>๗) ให้พิจารณาพัฒนาขั้นตอนการลงทะเบียน ก่อนเข้าและออกจากสถานที่ และระบบจองคิว แอปออนไลน์ เพื่อให้บริการรูปแบบใหม่ในระยะยาว</p> <p>๑) มีมาตรการคัดกรองผู้ใช้ และอาการไอ หอบเหนื่อย จาม หรือเป็นหวัด สำหรับผู้ประกอบการ พนักงานบริการ และผู้ใช้บริการก่อนเข้าสถานที่ พร้อมติดตั้งสัญลักษณ์แสดงการคัดกรองผ่าน ทั้งนี้ ให้นำรายงานหน่วยงานรับผิดชอบ กรณีพบผู้ที่เข้าเกณฑ์สอบสวนโรคตามแนวทางที่กำหนด</p> <p>๒) จัดให้มีการระบายนอกภาคภายในอาคารที่ดี ทั้งนี้ ให้ทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศอย่างสม่ำเสมอ</p> <p>๓) จัดให้มีระบบคิว และมีพื้นที่รอคิวที่มีที่นั่งหรือยืน ห่างกันอย่างน้อย ๑ เมตร</p> <p>๔) จัดให้มีระบบเก็บข้อมูลและติดตามผู้ใช้บริการ ผู้เกมส์ เครื่องเล่นหยอดเหรียญได้ทุกคน หากพบผู้ช่วยหรือผู้ที่มีอาการเข้าได้กับเกณฑ์สอบสวนโรค ภายหลังจากการใช้บริการได้</p> <p>๕) ให้พิจารณาพัฒนาขั้นตอนการลงทะเบียน ก่อนเข้าและออกจากสถานที่ และระบบจองคิว แอปออนไลน์ เพื่อให้บริการรูปแบบใหม่ในระยะยาว</p>	<p>หน่วยงานรับผิดชอบ</p> <p>๑) สช. ออกคู่มือและเกณฑ์ กงปฏิบัติตนตามแนวระบวมกับพื้นที่และประเภทของกิจการ พร้อมทั้งประเมินความพร้อมตามเกณฑ์</p> <p>๒) สปก. จังหวัด/กทม. สปก.อำเภอ/เขตเทศบาลนคร สปก.เทศบาลเมือง และสปก.เมืองพัทยา ติดตาม กำกับ ดูแล ร่วม กับ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด</p> <p>๓) สปม. จัดกำลังสายตรวจร่วม ตำรวจ ทหาร และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อตรวจ</p>



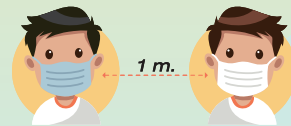
CORONA VIRUS PREVENTION



สวมหน้ากากอนามัย
ยกเว้นขณะวิ่ง



ล้างมือให้บ่อย



รักษาระยะห่าง



ห้ามถ่มน้ำลาย



หลีกเลี่ยงการวิ่งแข่ง
ในพื้นที่แคบ
หรือแข่งเบียดเพื่อรับน้ำ



ระมัดระวังการพูดคุยเสียงดังหรือไอจาม
ที่ทำให้เกิดฝอยละออง

วิ่งอย่างปลอดภัย
#Big Space, Less Contact

ขอขอบคุณ

1. กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยกองงานคณะกรรมการนโยบายการกีฬาแห่งชาติ
2. การกีฬาแห่งประเทศไทย โดยฝ่ายกีฬาอาชีพและกีฬามวย
3. สมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์
4. สมาคมนักวิ่งเทรลแห่งประเทศไทย
5. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยสำนักสร้างเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ
6. สมาพันธ์ชมรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพไทย
7. คณะทำงานพัฒนาแนวทางและมาตรการจัดการแข่งขันวิ่ง
8. คณะที่ปรึกษา

คณะที่ปรึกษา

- | | |
|------------------------------|--|
| 1. นายโชติ ตราชู | ปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา |
| 2. นายก่อศักดิ์ ยอดมณี | ผู้ว่าการการกีฬาแห่งประเทศไทย |
| 3. นายณัฐวุฒิ เรืองเวส | รองผู้ว่าการการกีฬาแห่งประเทศไทย ฝ่ายกีฬาอาชีพและสิทธิประโยชน์ |
| 4. นายทนต์เกียรติ จันทร์ชุม | ผู้อำนวยการฝ่ายกีฬาอาชีพและกีฬามวย |
| 5. นางบงกชรัตน์ โมลี | ผู้อำนวยการกองงานคณะกรรมการนโยบายการกีฬาแห่งชาติ |
| 6. พล.ต.ต.สุรพงษ์ อาริยะมงคล | เลขาธิการสมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ |
| 7. ดร.ชุมพล ครุฑแก้ว | ผู้ก่อตั้งสมาคมนักวิ่งเทรลแห่งประเทศไทย |
| 8. ดร.นพ.ไพโรจน์ เสาน่วม | ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) |
| 9. ดร.ณรงค์ เทียมเมฆ | ผู้ทรงคุณวุฒิแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) |
| 10. ผศ.ดร.ชัยฤทธิ์ ศิลาดเดช | อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง |
| 11. นายประสาร จิรัชัยสกุล | ประธานสมาพันธ์ชมรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพไทย |
| 12. นางบัญญัติร์ สุหฤทธดำรง | กรรมการสมาพันธ์ชมรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพไทย |

THE NEXT NORMAL OF
**ROAD
RACE**
MANUAL