

ผลการฝึกความแข็งแรงกล้ามเนื้อขาที่มีต่อ
การห่มในนักกีฬายูโด

กิตติพร ภู่อึ้งเรือง

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
บัณฑิตวิทยาลัย
Copyright © by Chiang Mai University
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
All rights reserved
เมษายน 2548

ผลการฝึกความแข็งแรงกล้ามเนื้อขาที่มีต่อ

การทุ่มในนักกีฬายูโด

กิตติพร ภู่อึ้งเรือง

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง

ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาศาสตรการกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by บัณฑิตวิทยาลัย Chiang Mai University

All rights reserved มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมษายน 2548

ผลการฝึกความแข็งแรงกล้ามเนื้อขาที่มีต่อ

การท่อมในนักกีฬา 유도

กิตติพร ภูรุ่งเรือง

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

.....ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์

.....กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ.จักรกริช กล้าผจญ

.....กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ชรชัย คำวงษ์

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

23 เมษายน 2548

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาจาก ผศ. ดร. ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์ ประธานกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ผศ. นพ. จักรกริช กล้าผจญ กรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระที่ได้ให้ความรู้ คำปรึกษาแนะนำและตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อันเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยอย่างละเอียดในการดำเนินการการศึกษาวิจัยรวมทั้งให้ข้อคิดต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ และทำให้การค้นคว้าแบบอิสระมีความถูกต้องสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ผู้ศึกษาวิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ในการดำเนินการศึกษา การฝึกซ้อม ได้รับความอนุเคราะห์สถานที่จากโรงเรียนอัสสัมชัญ ลำปาง ที่ได้อนุเคราะห์สถานที่ ห้องฝึก Fitness สถาบันวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณท่านคณาจารย์ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ทุกท่านที่ได้เมตตากรุณาถ่ายทอดความรู้ความเข้าใจ และประสบการณ์ต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

กิตติพร ภู่อึ้งเรือง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved