



ข่าวประชาสัมพันธ์

การจับเคลื่อนการแข่งขันและพัฒนากีฬาออกกํารังกายและกีฬา

อบต.โคธราช อ.สูงเนิน อ.นครราชสีมา ขอเชิญชวน
พี่น้องชาวตำบลโคธราช และพี่น้องพื้นที่ใกล้เคียง มาร่วมกัน
ออกกํารังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วัน
วันละ ไม่น้อยกว่า 30 นาที และร่วมกิจกรรมออกกํารังกาย
ของ อบต. ทุกวันพุธ ณ บริเวณโคธราช ตั้งแต่เวลา 16.00 น.
เป็นต้นไป

เพื่อประโยชน์ต่อร่างกายและจิตใจ ทำให้ร่างกาย
แข็งแรงและอารมณ์ดี ทั้งยังช่วยต่อต้านโรคภัยและภาวะ
สุขภาพต่างๆ อีกด้วย

