เทศบาลเมืองสุพรรณบุรี
ขอเชิญร่วมกิจกรรม

ปั่นสนุก สุขภาพดี

ปั่นจักรยาน เพื่อสุขภาพ

ครั้งที่ 129

เทศบาลเมืองสุพรรณบุรี

วันเสาร์ที่ 29 สิงหาคม 2569

สถานที่ เทศบาลเมืองสุพรรณบุรี

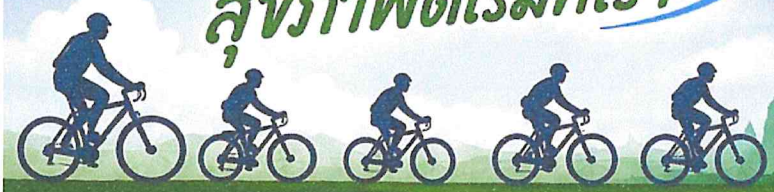
เวลา 05.00 – 06.00 น.

ประโยชน์ของการปั่นจักรยาน

- เสริมสร้างสุขภาพหัวใจ
- เพิ่มความแข็งแรงของปอด
- เผาผลาญแคลอรีควบคุมน้ำหนัก
- อารมณ์ดีลดความเครียด
- เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

แต่งกายสุภาพ
สวมหมวกนิรภัย
เพื่อความปลอดภัย

มาปั่นด้วยกัน
สุขภาพดีเริ่มที่เรา



ติดต่อสอบถาม 035511021 ต่อ 128

ขอเชิญร่วมกิจกรรมปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ครั้งที่ 129

วันเสาร์ที่ 29 สิงหาคม 2569

ณ บริเวณเทศบาลเมืองสุพรรณบุรี

เวลา 05.00 น. ลงทะเบียน

เวลา 06.00 น. ปล่อยตัวนักปั่น

เส้นทางการปั่น

กลุ่ม A+B ระยะทาง ๔๐ กิโลเมตร จุดเริ่มต้นหน้าสำนักงานเทศบาลเมืองสุพรรณบุรี สาย A และ B ออกตัวพร้อมกัน เลี้ยวซ้าย ไปทางสะพานไผ่ขวาง ตรงไปทางป่าโมกข์ สาย B ถึงจุดหมาย ที่อบต.นาคู และแวะพัก พักอบต.นาคู จากนั้น สาย A ไปต่อเส้นทางป่าโมกข์ ขากลับวนกลับเส้นทางเดิม ตรงขึ้นสะพานไผ่ขวาง และเลี้ยวขวากลับเข้าเทศบาลเมืองสุพรรณบุรี (กลุ่ม A และกลุ่ม B ระยะทางเท่ากัน ต่างกันที่ความเร็วในการปั่น โดยกลุ่ม A ปั่นที่ความเร็ว ≥ ๓๕กม. /ชม. , กลุ่ม B ปั่นที่ความเร็ว ๒๕-๒๘ กม./ชม.)

กลุ่ม C กลุ่มแม่บ้าน ระยะทางประมาณ ๑๐ กิโลเมตร ขาไป จุดเริ่มต้นบริเวณหน้าสำนักงานเทศบาลเมืองสุพรรณบุรี เลี้ยวซ้ายไปทางถนน ๓๔๐ผ่านวัดลาวทอง ตรงไปเส้นโพธิ์พระยาสายเก่า แวะพักรถ ที่วัดสว่างอารมณ์ และขากลับออกจากวัดสว่างอารมณ์ แล้วตรงไปกลับทางคันคลองหลังวัดพิหารแดง (กลุ่ม C ปั่นที่ความเร็ว ๒๐-๒๕ กม./ชม.) กลับเทศบาลเมืองสุพรรณบุรี