

ผลของการออกกำลังกายแบบพิลาทิสต่อการทรงตัวในกลุ่มวัยรุ่น

พรรณทิพย์ งามช่วง

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
All rights reserved
กันยายน 2555

ผลของการออกกำลังกายแบบพิลาทิสต่อการทรงตัวในกลุ่มวัยรุ่น

พรรณทิพย์ งามช่วง

วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
All rights reserved
กันยายน 2555

ผลของการออกกำลังกายแบบพิลาทิสต่อการทรงตัวในกลุ่มวัยรุ่น

พรรณทิพย์ งามช่วง

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

ผศ.นพ.สุรศักดิ์ บุญยฤทธิชัยกิจ

ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล

.....กรรมการ

.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

ผศ.ดร.ภัทรพร สิทธิเลิศพิศาล

ผศ.ดร.สมรรถชัย จำนงค์กิจ

.....กรรมการ

ผศ.ดร.สมรรถชัย จำนงค์กิจ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

23 กันยายน 2555

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภัทรพร ลิทธิเลิศพิศาล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมรรถชัย จำนงค์กิจ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ซึ่งให้ความรู้ คำแนะนำ คำปรึกษา และตรวจแก้ไขจนวิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์ ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณอาสาสมัครทุกท่าน ที่มาเข้าร่วมและให้ความร่วมมือในการศึกษา รวมถึงคณะ เทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่ให้ความอนุเคราะห์ในเรื่องสถานที่ อุปกรณ์ และ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

ขอขอบคุณคณาจารย์สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่านที่ถ่ายทอดความรู้ความเข้าใจและ ข้อคิดต่างๆ ที่สามารถนำมาเป็นพื้นฐานในการศึกษาครั้งนี้ และขอขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ สาขาวิชา วิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่าน ที่คอยช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้เสมอมา

ท้ายที่สุดนี้ผู้เขียนน้อมขอระลึกถึงคุณบิดา มารดา และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่อยู่เบื้องหลัง ความสำเร็จและคอยให้กำลังใจตลอดมา

พรรณทิพย์ งามช่วง