

## กิจกรรมออกกำลังกายทุกวันพุธ

(เดือนเมษายน 2564)

.....

### ผลการดำเนินงาน

1. กิจกรรมท้าทายการออกกำลังกาย 21 วัน

➤ ดูจากการส่งผลแก้วทำใจว่ามีใครบ้างที่ออกกำลังกายต่อเนื่อง 21 วัน

2. ดำเนินกิจกรรมการออกกำลังกายร่วมกันทุกวันพุธ

3. จัดกลุ่ม BMI ของเจ้าหน้าที่ เพื่อหารูปแบบการออกกำลังกายให้เหมาะสมเพื่อให้บุคลากรมี BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติ

### ภาพประกอบ

