

ผลของโปรแกรมการฝึกด้วยน้ำหนักต่อท่าทางและความทนทานของลำตัวส่วน
บนและแขนของนักกีฬาตีลาศประเภทบอลดุม

อนันต์ กันทวัน

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

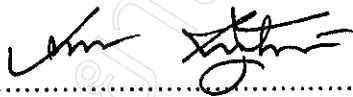
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
กันยายน 2545

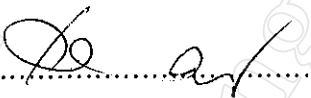
ผลของโปรแกรมการฝึกด้วยน้ำหนักต่อท่าทางและความทนทานของลำตัวส่วนบนและ
แขนของนักกีฬาตีลาศประเภทบอลกลม


อนันต์ กันทวัน

การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตรการกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ


.....ประธานกรรมการ
ผศ.ดร. ประภาส โปธิ์ทองสุนันท์


.....กรรมการ
ผศ. เพียรชัย คำวงษ์


.....กรรมการ
อาจารย์ภัทรพร สิริเลิศพิศาล

21 กันยายน 2545

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประภาส โพร้ทองสุนันท์ อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ผู้ซึ่งให้ความรู้ คำปรึกษา แนะนำ ชี้แนะข้อบกพร่องต่างๆ ตลอดจนถึงการตรวจและแก้ไขการค้นคว้าแบบอิสระให้เสร็จสมบูรณ์ ผู้เขียนกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพียรชัย คำวงษ์ และอาจารย์ภัทรพร สิทธิเลิศ พิศาล ที่กรุณาได้รับเป็นกรรมการตรวจสอบการค้นคว้าแบบอิสระ อาจารย์เกรียงศักดิ์ ธีรนนท์ และ อาจารย์สุพัชชา จิตอารี จากเชียงใหม่ ดานซ์ เซนต์เตอร์ ผู้ให้ความรู้ คำแนะนำ ตลอดจนเอื้อเฟื้อ สถานที่ในการทดสอบ

ขอขอบคุณ คุณภูวนารถ ทองแท้ และ พนักงานฮิลล์ ไซล์ ฟิตเนต เซนต์เตอร์ ทุกท่านที่เอื้อเฟื้ออุปการะ สถานที่ ตลอดจนอำนวยความสะดวกในการฝึกจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี นักกีฬาลีลาศ ระดับเยาวชนจังหวัดลำพูนที่ให้ความร่วมมือในการฝึก รวมถึงการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณ พ่อ คุณแม่ และภรรยา ที่ได้ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจในการทำการค้นคว้าแบบอิสระในครั้งนี้

สุดท้ายนี้ หากมีข้อผิดพลาดหรือขาดตกบกพร่องประการใด ผู้เขียนขอภัยเป็นอย่างสูงในข้อบกพร่องและผิดพลาดนั้นและผู้เขียนหวังว่าการค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้คงมีประโยชน์บ้างไม่มากนักน้อยสำหรับวงการกีฬาลีลาศ ตลอดจนผู้สนใจที่จะศึกษากีฬาลีลาศต่อไป

อนันต์ กันทวัน