

ขอเชิญชวนน้องๆ นักเรียน/นักศึกษา

# สมัครเข้าร่วมกิจกรรมก้าวทำใจ

รับเปิดทอมใหม่  
ด้วยร่างกายฟิต&เฟิร์ม

**1** ผ่านช่องทาง LINE  
(สำหรับผู้ใช้สมาร์ทโฟน)

**2** ผ่านช่องทางเว็บไซต์  
[www.kaotajai.com](http://www.kaotajai.com)



SCAN  
**[QR CODE]**  
ลงทะเบียนสมัครฟรี



เว็บไซต์ก้าวทำใจ

ได้ความรู้ด้านสุขภาพ

พิเศษสุด  
สะสมแต้มสุขภาพ



ไม่ว่าคุณจะอยู่ที่ไหน จะทำอะไร (เดิน วิ่ง ออกกำลังกาย เล่นกีฬา ฯลฯ)  
ก็สนุกด้วยกันง่ายๆ กับก้าวทำใจ “เราจะแข็งแรงไปด้วยกัน”

- ร่างกายแข็งแรง
- สุขภาพหัวใจดี
- เพิ่มการเรียนรู้&ความจำ
- ความคิดสร้างสรรค์
- เพิ่มความสูง
- การนอนหลับดี
- ควบคุมน้ำหนัก
- เพิ่มภูมิคุ้มกันร่างกาย

