

เปิดตัวยิ่งใหญ่ ศูนย์มาราธอนศึกษาแห่งแรก 'มรภ.หมู่บ้านจอมบึง' จับมือญี่ปุ่นพัฒนาศักยภาพ



ช่วงต้นเดือนมกราคมที่ผ่านมา นายวีรธ ประเสริฐ รองผู้ว่าราชการจังหวัดราชบุรี เป็นประธานแถลงข่าวจัดงานโครงการ สสส.จอมบึงมาราธอน 2019 ปีที่ 34 ซึ่งปีนี้ จังหวัดราชบุรี ร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏ (มรภ.) หมู่บ้านจอมบึง มูลนิธิวิทยาลัยหมู่บ้านจอมบึง และภาคีเครือข่าย ชุมชนในท้องถิ่น นักวิ่ง อาสาสมัคร ร่วมกับผู้สนับสนุนหลัก คือ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) บริษัท ซีพี-เมจิ จำกัด จัดการแข่งขันวิ่งประเพณีระดับนานาชาติมาตรฐานสากล “สสส. จอมบึงมาราธอน 2019 ครั้งที่ 34” ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ภายใต้แนวคิด “มาราธอนแห่งการเรียนรู้ เป็น New Chapter of the Legend” ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง ระหว่างวันที่ 18-20 มกราคม 2562

ชื่อสั้น งานวิ่งมาราธอนของ มรภ.หมู่บ้านจอมบึง ถือเป็นกิจกรรมเป้าหมายของนักวิ่งหลายคนที่ต้องเข้าร่วมรายการให้ได้ เนื่องจากเป็นกิจกรรมวิ่งประเพณีที่มีมาตรฐานสากล และจัดขึ้นอย่างต่อเนื่องมาถึงปีที่ 34 เรียกได้ว่าเป็นตำนาน หรือรายการต้นแบบการวิ่งมาราธอนในเมืองไทยทีเดียว แต่ทุกปีนักวิ่งจำนวนไม่น้อยต้องพลาดหวัง โดยเฉพาะในปัจจุบัน กระแสความนิยมการออกกำลังกายด้วยการวิ่งมาราธอน คึกคักมาก มีการจัดกิจกรรมวิ่งในระยะมาราธอนขึ้นในประเทศมากอย่างไม่เคยมีมาก่อน สำหรับปีนี้ มีนักวิ่งลงชื่อเข้าร่วมเพื่อผ่านการจับสลากหรือล็อตได้กว่า 27,000 ราย นับเป็นการสมัครแบบล็อตได้เป็นปีที่ 3 มีผู้เข้าร่วมประมาณ 15,000 คน เพื่อเตรียมสร้างปรากฏการณ์รวมพลน้องเหลืกมืออาชีพ และนักวิ่งหน้าใหม่ ปีนี้ยังคงความเป็นไทยมาราธอนที่เต็มเปี่ยมด้วยประวัติศาสตร์



นอกจากกิจกรรมการวิ่งที่จะเกิดขึ้นแล้ว ยังมีชาวต่างชาติของน้องเหลืกมืออาชีพ เนื่องด้วย มรก.หมู่บ้านจอมบึง กำลังต่อยอดกิจกรรม โดยเตรียมจัดตั้งศูนย์มาราธอนศึกษา เพื่อเป็นแหล่งรวบรวมข้อมูลองค์ความรู้ด้านมาราธอน ที่ทันสมัยและทันเหตุการณ์ ส่งเสริมสุขภาพของคนในประเทศ และสามารถต่อยอดไปสู่การพัฒนาการท่องเที่ยวอีกด้วย โดยจะมี Professor ที่สอนวิชามาราธอนจาก University of Tsukuba ประเทศญี่ปุ่น ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยที่จัดการแข่งขันมาราธอน ที่จะมาเป็นแขกรับเชิญร่วมวิ่งครั้งนี้ มาแลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์การวิ่งมาราธอนที่ถูกต้องให้กันอีกด้วย

ผศ.ดร.ชัยฤทธิ์ ศิลาเดช รักษาการแทนอธิการบดี มรก.หมู่บ้านจอมบึง กล่าวว่า สืบเนื่องจากเมื่อปีที่ผ่านมามี มรก.หมู่บ้านจอมบึง มีโอกาสไปชมการแข่งขันมาราธอนที่มหาวิทยาลัย Tsukuba ประเทศญี่ปุ่น ซึ่งจัดมาราธอนมาประมาณ 36 ปี ใกล้เคียงของ มรก.หมู่บ้านจอมบึง ซึ่งเป็นความร่วมมือระหว่างมหาวิทยาลัย Tsukuba และ เมือง Tsukuba โดยนายกเทศมนตรีเมือง Tsukuba มีนักวิ่งมากกว่า 20,000 คน จากทั่วประเทศ จากการดูงานครั้งนี้ ได้มีโอกาสพบปะสนทนาพูดคุยด้านพลศึกษา มีนักกีฬาระดับโอลิมปิก รวมทั้งพบการสนทนาวิชาการด้วย จากการพูดคุยสอบถามเรื่องราว ได้ความรู้มาค่อนข้างมาก

“คนที่มาวิ่งมาราธอนที่นั่น ไม่ใช่แค่มาวิ่งเท่านั้น แต่จะเตรียมการวิ่ง และคนที่วิ่งยังจะได้รับการพัฒนาด้านการออกกำลังกาย ด้านจิตใจ คนที่จะวิ่งมาราธอน 42 กิโลเมตรได้ ต้องมีความพร้อมความแข็งแรงด้านร่างกาย จิตใจ มีระเบียบวินัยของตัวเอง ที่นี่เปิดสอนมาหลายปี





แล้ว ปีละประมาณ 300-400 คน นอกจากนั้นมีการอบรมระยะสั้นด้วย สำหรับจอมบึงมารอthon มีการสรุปกันว่าเป็นมารอthonในตำนานการวิ่ง เนื่องจากมีเรื่องเล่าขานมาก เริ่มตั้งแต่ครั้งที่ 1 เมื่อปี 2528 จากกลุ่มอาจารย์วิทยาลัยครูหมู่บ้านจอมบึงเริ่มต้นวิ่งระดับร้อยคน พอถึงครั้งที่ 33 ในปี 2561 นักวิ่งเริ่มขยับขึ้นไปถึง 14,000 คน แต่จริงๆ แล้วมีคนสมัครถึง 20,000 คน จึงเริ่มจับสลากครั้งแรกเมื่อปี 2561 ที่สุดกลายเป็นตำนานกล่าวขานกันไปว่า ชีวิตหนึ่งของคนที่จะวิ่งมารอthon ต้องมาจอมบึงมารอthonให้ได้ บางคนมาวิ่งตั้งแต่หนุ่มๆ ปัจจุบันก็ยังมาวิ่งเวลามาวิ่งแต่ละครั้งจะมีเรื่องเล่ากลับไป พร้อมชักชวนลูกหลานเข้ามา ร่วมกิจกรรมด้วย มีหลายเรื่องที่มีความรู้ เช่น การต้อนรับนักวิ่ง การจัดการแข่งขัน การทำกติกาที่เป็นสากล ทั้งเรื่องระยะทาง การดูแลความปลอดภัยในเส้นทาง การให้น้ำ ให้เกลือแร่เป็นสิ่งที่จำเป็นมาตรฐาน ล้วนเป็นความรู้ทั้งหมด ที่สำคัญรายการที่จัดขึ้นได้มาตรฐาน ระยะทาง ได้รับการรับรองจากสมาคมกรีฑาโลก สมาคมกรีฑาเอเชีย สมาคมกรีฑาแห่งประเทศไทยรับรอง

สิ่งหนึ่งสำคัญที่เป็นเสน่ห์ของจอมบึงมารอthon คือ ความร่วมมือของ "บวร" คือ บ้าน ตั้งแต่ระดับชาวบ้าน ในการจัดวิ่งครั้งที่ 32 ผมพบคุณป้าคนหนึ่งนั่งรถเข็นอยู่หน้าบ้าน มาคอยให้กำลังใจนักวิ่ง สอบถาม

ลูกหลานจึงทราบว่าคุณป้ารอคอยการวิ่งมานานกว่า 20 ปี เพราะเกิดมาจากความรู้สึกว่าเป็นเจ้าของงาน ทั้งยังเชื่อมโยงไปถึงผู้นำชุมชนที่สืบทอดกันมานาน

ส่วนที่ 2 คือ วัด ต้องขอชมครู อาจารย์รุ่นแรกๆ ที่เห็นความสำคัญด้านจิตใจ และได้นิมนต์พระ เจ้าอาวาสจากวัดตามเส้นทางที่นักวิ่งวิ่งผ่าน มาประพรมน้ำมนต์ให้นักวิ่ง ทำให้นักวิ่งที่กำลังเหนื่อยได้รับน้ำมนต์จากหลวงพ่อแล้วเกิดกำลังใจ อีกส่วนหนึ่งคือ โรงเรียน ตั้งแต่ นักเรียน ผู้บริหาร ครู มีการสืบทอดกิจกรรมต่อๆ กันมา ในช่วงปล่อยตัวนักวิ่งประมาณตี 4 จะมีนักเรียน ครู ผู้บริหารโรงเรียน มาคอยตั้งแต่ช่วงกลางคืน เพื่อเป็นกองเชียร์ให้กำลังใจนักวิ่ง สะท้อนความสามัคคีของคนในชุมชน โดยมีมารอthonเป็นเครื่องมือ นักวิ่งจะไม่พบบรรยากาศแบบนี้จากการวิ่งมารอthonที่อื่นๆ ทำให้ช่วง 5 ปีย้อนหลังมีหลายจังหวัดมาดูงาน

"สำหรับแนวคิดการตั้งศูนย์มรารอthonศึกษา เกิดขึ้นจากการรวบรวมความรู้จากการปฏิบัติ และประสบการณ์ ที่ทำมานาน 33 ปี ส่วนอีกเรื่องถือว่าสำคัญ คือ ความร่วมมือทั้งเรื่องการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เชื่อมโยงเรื่องการท่องเที่ยว ซึ่งจังหวัดราชบุรีประกาศยุทธศาสตร์จังหวัดที่จะส่งเสริมการท่องเที่ยว อาศัยเรื่องกีฬา ที่ผ่านมา



พบการแข่งขันมาราธอนบางแห่ง มีปัญหาเรื่องการจัดการ การดูแลนักวิ่ง มาตรฐานการจัดงาน สิ่งนี้จะอยู่ในศูนย์มาราธอนศึกษา ล่าสุด ได้ทำแผนจัดตั้งศูนย์มาราธอนศึกษา เสนอต่อมหาวิทยาลัยเห็นชอบแล้ว โดยให้เป็นหน่วยงานหนึ่งในคณะครุศาสตร์ เพราะเดิมเปิดการเรียนการสอน ครุศาสตร์ไม่เน้นทิตในสาขาวิชาพลศึกษาอยู่แล้ว

ทั้งนี้ ได้วางหลักสูตร 2 แนวทาง คือ หลักสูตรสำหรับนักศึกษา เปิดสอนเบื้องต้นเป็นวิชาศึกษาทั่วไปสำหรับบังคับให้นักศึกษาในวิชาเรียนพลศึกษาทุกคน ต้องผ่านวิชามาราธอนศึกษา และนักศึกษาคณะอื่นสามารถเลือกได้นอกจากนี้เปิดหลักสูตรระยะสั้น เวลา 1 เดือน 3 เดือน



อาจเป็นหลักสูตรเกี่ยวกับการเตรียมตัววิ่งมาราธอน หลักสูตรเกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขันมาราธอน หลักสูตรเกี่ยวข้องกับมาตรฐาน เพราะตอนนี้ สสส.ร่วมสนับสนุนการจัดมาราธอนประมาณ 17 ปีมาแล้ว ซึ่งได้ทำวิจัย สมัยก่อนเป็นมินิมาราธอน ขยายเป็นฮาล์ฟมาราธอน และฟูลมาราธอน ตอนนี้ สสส.โดยทีมนักวิจัยได้ถอดบทเรียนพร้อมจัดทำมาตรฐานการจัดแข่งขันมาราธอนไว้แล้ว โดยจะเปิดสอนในปีการศึกษา 2562 เป็นต้นไป ส่วนคนสอนจะเป็นอาจารย์ที่ดูแลรายวิชา เนื่องจากมาราธอนมีความรู้หลากหลาย การเรียนการสอนจะใช้ผู้เชี่ยวชาญมาช่วยทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยในประเทศจะเชิญนักวิ่ง หรือผู้จัดการการวิ่งที่มีประสบการณ์ มีผลงานเป็นที่ปรากฏมาเป็นวิทยากรที่เคยพูดคุยกันไว้ เช่น คุณ บอติสแลม เพราะสร้างแรงบันดาลใจให้คนรุ่นใหม่หันมาออกกำลังกายด้วยการวิ่งจำนวนมาก



ช่วงที่ผ่านมา มหาวิทยาลัยได้จัดสัมมนา 2 ครั้ง ในนามศูนย์มาราธอนศึกษา โดยเชิญเกจิเรื่องมาราธอนของประเทศไทยมารวมไว้ที่นี่ มีการพูดคุยกันเรื่องความรู้ การจัดการที่เกี่ยวกับมาราธอน มีการเชิญ Professor จาก Tsukuba 3 ท่าน มาให้แนวคิด ให้ข้อสังเกตต่างๆ รวมทั้งนักวิ่งที่มีปัญหาสุขภาพ เป็นอัมพฤกษ์ หันมาเริ่มวิ่งจากมินิ ฮาล์ฟ และฟูลมาราธอน สามารถช่วยทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง หายจากการเจ็บป่วย ดังนั้น จะเชื่อมโยงมาราธอนที่จะนำไปสู่การรักษาโรคบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับกล้ามเนื้อ และอาศัยความรู้ของมาราธอนที่จะช่วยเหลือผู้เจ็บป่วย

ผศ.ดร.ชัยฤทธิ์กล่าวในตอนท้ายว่า เชื่อว่าการตั้งศูนย์มาราธอนศึกษาจะไปได้ดี เพราะปัจจุบัน คนสนใจออกกำลังกายด้วยการวิ่งสูงมาก และหลายหน่วยงานสนใจการจัดการแข่งขันมาราธอน แต่ยังไม่ทราบแนวทางจัดงานให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งการจัดงานไม่ว่าด้วยวัตถุประสงค์ใดก็ตาม ต้องได้จิตวิญญาณของมาราธอน คือ ส่งเสริมการออกกำลังกาย ความปลอดภัยในการวิ่ง ให้ความสำคัญผู้พิการแค้นที่มารวมวิ่ง ต้องเปิดเผย โปร่งใส ให้ข้อมูลอย่างละเอียดครบถ้วน

ทั้งหมดนี้ “จอมบึงมาราธอน” มีครบทั้งหมด และตอบสนองความต้องการของนักวิ่งได้

พันธุ์ แก้วนุ้ย