

'แพท-ภรณ์ยู' นำโปรโมต 'ไทเกอร์ ชิกซ์แพ็ค ชาลเลนจ์'

เปิดตัวไปได้พักใหญ่แล้ว สำหรับ แคลิฟอร์เนีย บัวขาว และ ไทเกอร์ คริสตัล โลห์ ที่ได้จับมือกันทำโครงการที่ชื่อว่า "ไทเกอร์ ชิกซ์แพ็ค ชาลเลนจ์ 2010" โดยให้สมาชิกฟิตเนสแคลิฟอร์เนีย บัวขาว ทุกสาขาเข้าร่วมประกวดเพื่อมีรูปร่างที่ฟิตแอนด์เฟิร์มภายในระยะเวลา 3 เดือน โดยผู้ที่ชนะการประกวดจะได้เงินรางวัลทั้งสิ้น 1 แสนบาท พร้อมโอกาสถ่ายแบบกับนิตยสารชั้นนำอีกด้วย ซึ่งวันนี้ "สยามดารา" ได้มีโอกาสร่วมพูดคุยกับผู้ที่เกี่ยวข้องถึงกิจกรรมในครั้งนี้

เริ่มจาก "อาร์ท" อนุรักษ์ เทียงธรรม Fitness Training Manager ผมเป็น Fitness Training Manager ครับ พุดง่าย ๆ ก็คือเป็นครูสอนเทรนเนอร์อีกทีหนึ่ง ถือเป็นโอกาสดีที่ ไทเกอร์ร่วมกับแคลิฟอร์เนียเพื่อให้นักส่วนใหญ่สนใจและใส่ใจในสุขภาพมากขึ้น ผมว่าตอนนี้คนไทยออกกำลังกายกันมากขึ้น เปลี่ยนแปลงไปเยอะมาก

"ผมว่าวิถีชีวิตเราเปลี่ยนไป แต่ก่อนเราทำงานได้เคลื่อนไหวบ้าง แต่ตอนนี้เรานั่งดูทีวี กินบิ๊ปปิคอร์น มีรีโมตเยอะมาก เลยทำให้เราไม่ได้ออกกำลังกาย ไม่ได้เคลื่อนไหว อัตราคนเป็นโรคหัวใจ เป็นโรคเบาหวานมากขึ้น ผมว่าตอนนี้เหมือนกับว่าชีวิตคนเราขาดการออกกำลังกายไม่ได้แล้ว ใครที่ยังนั่งอยู่บนอยู่ควรระวังไว้ชนิดหนึ่ง ยังไงลองไปตรวจสุขภาพดูก่อนว่า คุณมีความเสี่ยงเป็นโรคอะไรหรือเปล่า ถ้าคุณมีความ

เสี่ยง นั่นคือสัญญาณที่บอกว่า คุณควรเริ่มหันมาออกกำลังกายได้แล้วครับ"

ด้านดารานู๋นุ่นกระซางใจสาว ๆ และชอบการออกกำลังกายเป็นชีวิตจิตใจ "แพท" ภรณ์ยู โจรหนูฉัตรธรรม เผยว่า "ผมว่าโครงการ "ชิกซ์แพ็ค ชาลเลนจ์ 2010" นี้ เป็นโครงการที่ดีนะครับ เป็นโครงการที่หนุ่ม ๆ และสาว ๆ ควรให้ความสนใจครับ ผมว่าผู้ชายมีชิกซ์แพ็คเท่กว่า

ผู้ชายที่มีพุง ถ้าไม่ใช่อาเสี้ยนะ คือการที่เค้าชวนให้แพทมาช่วยโปรโมตโครงการนี้ เพราะอย่างหนึ่งแพทเป็นคนที่ชอบออกกำลังกายด้วยครับ

หลักการออกกำลังกายของผม อาทิหนึ่งเราแบ่งเลยว่า เล่นกี่วัน ที่ผมเข้ามาช่วยโปรโมตครั้งนี้ เพราะผมคิดว่าการออกกำลังกายมีแต่ข้อดีครับ มันไม่มีข้อเสียหรอก และอีกอย่างหนึ่งทางแคลิฟอร์เนียเค้าเห็นความสำคัญกับ

หนุ่ม ๆ และสาว ๆ ในการออกกำลังกายตรงนี้ ผมว่าการเล่นชิกซ์แพ็คเนี่ยยากนะ มันต้องวิ่งและซิทอัพเป็นร้อยเป็นพันกว่าจะได้ แล้วก็ยังต้องรู้จักการกินที่ดี เพราะไม่จั้นชิกซ์แพ็คจะหายเลยนะ อย่างเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถ้าหยุดไม่ได้ ก็ต้องเลือกดื่มเบียร์ที่ไม่มีแคลลอรี่อย่าง ไทเกอร์ คริสตัล โลห์"

ส่วนหนุ่ม พอล ดินสกุล หนุ่มไอโซนักเรียนนอก ที่เสียต่ายไม่ได้เข้าร่วมประกวด เพราะต้องไปเรียนต่อต่างประเทศ กล่าวว่ "โครงการ ชิกซ์แพ็ค ชาลเลนจ์ เป็นโครงการที่น่าสนใจมาก ๆ ครับ ตอนที่ทางโครงการติดต่อให้ผมมาร่วมโปรโมตโครงการนี้ ผมตัดสินใจในทันทีเลย ครับ เพราะตัวผมเองเป็นคนชอบออกกำลังกายอยู่แล้ว และดีใจเหมือนเราได้มาร่วมโปรโมตกิจกรรมนี้ แบบนี้พอเค้าติดต่อมา ผมก็ตัดสินใจทันที ซึ่งตรงนี้ก็ที่น่าสนใจก็คือสปอนเซอร์เป็นไทเกอร์ เบียร์ ซึ่งเบียร์เป็นเบียร์ที่ไม่มีแคลลอรี่ จัง ๆ ตัวผมเองอยากเข้าร่วมโครงการนี้มาก ๆ เลยครับ แต่พอดีผมต้องไปเรียนต่อเมืองนอกในเดือนหน้านี้ ก็เลยไม่มีโอกาสได้เข้าร่วม"

การออกกำลังกายนอกจากจะได้สุขภาพดีแล้ว การออกกำลังกายครั้งนี้ ยังได้เงินสดกลับไปนอนกอดที่บ้านอีกด้วย

หมวยอินเตอร์ : เรื่อง
มร.แจ็ก : ภาพ



อนุรักษ์ เทียงธรรม

ภรณ์ยู โจรหนูฉัตรธรรม

พอล ดินสกุล