



รายงานการติดตามประเมินผล
การเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9
ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน
ระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568
(The 9th Asian Winter Games 2025, Harbin)



HARBIN 2025
ASIAN WINTER GAMES

งานกำกับดูแลและติดตามประเมินผลกีฬาเป็นเลิศ
กองพัฒนากีฬาเป็นเลิศ
ฝ่ายพัฒนากีฬาเป็นเลิศ
การกีฬาแห่งประเทศไทย

บทสรุปผู้บริหาร

สาธารณรัฐประชาชนจีน (People's Republic of China) เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 ต่อจากเมืองซัปโปโร และเมืองโอบิฮิโร ประเทศญี่ปุ่น โดยถือเป็นครั้งที่ 2 ที่นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง ได้รับสิทธิ์เป็นเจ้าภาพเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว และเป็นครั้งที่ 3 ที่สาธารณรัฐประชาชนจีน ได้รับสิทธิ์เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขันอีกครั้ง ซึ่งถือเป็นประเทศลำดับที่ 2 ที่เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวมากที่สุด ต่อจากประเทศญี่ปุ่นที่เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันถึง 4 ครั้ง

ในครั้งนี้นี้ สาธารณรัฐประชาชนจีน ได้บรรจุกีฬาชนิดใหม่เข้าทำการแข่งขัน 1 ชนิดกีฬา ได้แก่ กีฬาสกีภูเขา (Ski Mountaineering) รวมมีการจัดการแข่งขันทั้งสิ้น 11 ชนิดกีฬา จำนวน 64 รายการ ซึ่งสถานที่หลักในการจัดการแข่งขันครั้งนี้ คือ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน ทั้งนี้ การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ดำเนินการเตรียมนักกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 เป็นจำนวนทั้งสิ้น 132 คน แบ่งเป็นนักกีฬา จำนวน 99 คน ผู้ฝึกสอน จำนวน 33 คน จาก 4 สมาคมกีฬา (11 ชนิดกีฬา) โดยเริ่มเก็บตัวฝึกซ้อม ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม - 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 รวมทั้งสิ้น 35 วัน และในช่วงการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน จำนวน 85 คน การกีฬาแห่งประเทศไทยได้รับการจัดสรรงบประมาณในการเตรียมและส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 37,000,000 บาท

การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ดำเนินการประเมินความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 จากที่ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันสรุปได้ ดังนี้

1. ประเทศไทยสามารถทำได้ 1 เหรียญทองแดง อยู่ในอันดับที่ 8 ของเอเชีย และเป็นอันดับที่ 2 ของอาเซียน
2. มีนักกีฬาไทยเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 จำนวน 85 คน เป็นนักกีฬาหน้าใหม่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฤดูหนาวครั้งแรก จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 88.23 และส่งเข้าร่วมแข่งขัน จำนวน 32 รายการ จาก 64 รายการ คิดเป็นร้อยละ 50 ของรายการแข่งขันทั้งหมด
3. เมื่อนำผลการแข่งขันของนักกีฬาในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน มาเปรียบเทียบกับผลการแข่งขันในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8 ณ เมืองซัปโปโระ และเมืองโอบิฮิโร ประเทศญี่ปุ่น นักกีฬาทำผลงานได้ดีขึ้น จำนวน 5 รายการ คิดเป็นร้อยละ 15.62 นักกีฬาทำผลงานได้ลดลง จำนวน 4 รายการ คิดเป็นร้อยละ 12.5 และมีรายการที่ไม่สามารถเปรียบเทียบได้ จำนวน 23 รายการ คิดเป็นร้อยละ 71.87
3. สมาคมกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันมีจำนวนทั้งสิ้น 4 สมาคมกีฬา (11 ชนิดกีฬา) โดยมีสมาคมกีฬาฮอกกี้น้ำแข็งแห่งประเทศไทย ที่ตั้งเป้าความคาดหวังเหรียญรางวัล และ 3 สมาคม ที่ตั้งความคาดหวังอื่นๆ ในการแข่งขัน คือ สมาคมกีฬาฟิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้งแห่งประเทศไทย, สมาคมกีฬาเคอร์ลิงแห่งประเทศไทย และสมาคมกีฬาสกีและสโนว์บอร์ดแห่งประเทศไทย
4. การเปรียบเทียบความคาดหวังกับผลการแข่งขันของนักกีฬาไทย พบว่า
 - ทำได้สูงกว่าความคาดหวัง จำนวน 1 สมาคมกีฬา คิดเป็นร้อยละ 25 (สมาคมกีฬาสกีและสโนว์บอร์ดแห่งประเทศไทย)

- ทำได้ตามความคาดหวัง จำนวน 1 สมาคมกีฬา คิดเป็นร้อยละ 25 (สมาคมกีฬาฟิสิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้งแห่งประเทศไทย)
- ทำได้ต่ำกว่าความคาดหวัง จำนวน 2 สมาคมกีฬา คิดเป็นร้อยละ 50 (สมาคมกีฬาฮอกกี้น้ำแข็งแห่งประเทศไทย และสมาคมกีฬาเคอร์ลิงแห่งประเทศไทย)

5. เงินรางวัลที่กองทุนพัฒนากีฬาชาติมอบให้นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และสมาคมที่ได้เหรียญรับรางวัล แบ่งออกเป็นเงินรางวัลของนักกีฬา จำนวน 500,000 บาท เงินรางวัลของผู้ฝึกสอน จำนวน 100,000 บาท และเงินรางวัลของสมาคมกีฬา จำนวน 150,000 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 750,000 บาท

สาเหตุที่ทำให้ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ

1. สาเหตุที่ทำให้ประสบความสำเร็จ

- การเพิ่มขึ้นของงบประมาณที่ได้รับของแต่ละสมาคมในการเก็บตัวฝึกซ้อมและส่งไปแข่งขันในต่างประเทศ
- การนำวิทยาศาสตร์การกีฬาในด้านต่างๆมาใช้ในการพัฒนานักกีฬาตลอดในช่วงระยะเวลาการเก็บตัวฝึกซ้อมและในขณะเข้าร่วมการแข่งขัน
- การฝึกซ้อมในต่างประเทศแถบฤดูหนาวที่เหมาะสมและดีต่อพัฒนาการของนักกีฬาไทย
- อุปกรณ์ที่ใช้สำหรับฝึกซ้อมมีจำนวนเพียงพอ และมีมาตรฐานเดียวกันกับอุปกรณ์ที่ใช้ในการแข่งขัน
- มีการศึกษาคู่แข่งขันอย่างละเอียด และวางแผนสำหรับการรับมือ
- การศึกษากฎ กติกา ที่มีการปรับปรุงที่ใช้ในการแข่งขันมาประยุกต์ใช้ในการฝึกซ้อม เพื่อเตรียมความพร้อมและเทคนิคให้กับนักกีฬา

2. สาเหตุที่ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จ

- ความไม่ได้เปรียบเสียเปรียบด้านสรีระร่างกาย ทำให้มีผลต่อนักกีฬามาก
- ประเทศไทยไม่มีสนามฝึกซ้อมที่เหมาะสมสำหรับกีฬาฤดูหนาว

แนวทางการพัฒนาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬาที่ทำการแข่งขันในกีฬาฤดูหนาว

กีฬาประเภททีม การพัฒนาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬาฮอกกี้น้ำแข็ง สามารถแบ่งออกเป็นหลายด้านที่สำคัญ ได้แก่

1. สมรรถภาพทางกาย นักกีฬาสามารถฝึกความแข็งแรงและพลังกำลัง (Strength and Power) โดยการฝึกเวทเทรนนิ่ง เช่น ท่าสควอช, เดดลิฟท์ และการฝึกพลัยโอเมตริกส์ เพื่อเพิ่มแรงระเบิด และยังสามารถฝึกความทนทาน โดยการฝึกการออกกำลังกายแบบใช้ออกซิเจนหรือที่เรียกว่าการฝึก Cardiovascular Exercise เช่น การปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ หรือการฝึก HIIT เพื่อเพิ่มความทนทานของระบบหัวใจและปอด และการฝึกความเร็วและความคล่องตัว โดยการฝึกการวิ่งด้วยความเร็วในระยะสั้น การซ้อมการเคลื่อนที่แบบเปลี่ยนทิศทางอย่างรวดเร็วบนพื้นน้ำแข็ง นอกจากนี้การฝึกสมดุลและการทรงตัว ด้วยวิธีการฝึกบน Bosu Ball หรือในชื่อเต็มคือ Both Sides Up Ball ซึ่งอุปกรณ์ชนิดนี้เป็นอุปกรณ์ที่มีลักษณะเป็นลูกครึ่งลูกบอล (ด้านนูน) กับฐานเรียบ (ด้านแบน) ซึ่งสามารถใช้ได้ทั้ง 2 ด้าน เพื่อช่วยให้ร่างกายต้องปรับสมดุลการทรงตัวอยู่ตลอดเวลา หรือใช้อุปกรณ์ TRX ที่ย่อมาจาก Total Resistance Exercise คืออุปกรณ์ออกกำลังกายที่ใช้สายรัดสองเส้นที่แขวนจากจุดยึด (เช่น ประตู, คาน, หรือโครงสร้างแข็งแรง) เพื่อให้ผู้ฝึกใช้น้ำหนักตัวเองเป็นแรงต้าน ในการฝึกกล้ามเนื้อ

2. โภชนาการและการฟื้นตัว โดยพื้นฐานแล้วนักกีฬาต้องโภชนาการที่เหมาะสม โดยการรับประทาน โปรตีนและคาร์โบไฮเดรตให้เพียงพอสำหรับการสร้างกล้ามเนื้อและฟื้นฟูพลังงาน นอกจากนี้การดื่มน้ำและ อิเล็กโทรไลต์ คือ เกลือแร่ เช่น โซเดียม, โพแทสเซียม, แมกนีเซียม และแคลเซียม จะสามารถช่วยให้ร่างกาย ที่สูญเสียน้ำและเกลือแร่ผ่านเหงื่อจากการฝึกอย่างหนักสามารถชดเชยในสิ่งที่สูญเสียไปได้ ซึ่งถ้าขาดความ สมดุลจะส่งผลกระทบต่อสมรรถภาพและสุขภาพโดยตรง ทั้งนี้จะรวมถึงการพักผ่อนและการนอนหลับ นักกีฬาควร นอนหลับอย่างน้อย 7 - 9 ชั่วโมงต่อวัน เพื่อช่วยให้ร่างกายได้มีการฟื้นตัวจากการฝึกซ้อม สุดท้ายการฟื้นฟู ร่างกาย นักกีฬาสามารถใช้เทคนิคการบำบัดด้วยความเย็นหรือที่เรียกว่า Cryotherapy เพื่อลดการอักเสบ อากาศบวมของกล้ามเนื้อและลดอาการปวด, นวดกล้ามเนื้อ, และการยืดเหยียดเพื่อลดอาการล้า

3. จิตวิทยาการกีฬา นักกีฬาต้องมีการฝึกเทคนิคต่างๆเพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองได้ ไม่ว่าจะทั้งใน สถานการณ์การของการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน ทั้งนี้เทคนิคทางจิตวิทยาการกีฬาระดับพื้นฐาน คือ การสมาธิ หรือใช้เทคนิคการจินตภาพ นอกจากนี้การจัดการความกดดันก็เป็นสิ่งจำเป็น นักกีฬาสามารถฝึกการหายใจ และการพูดคุยกับตนเองในเชิงบวก และนักกีฬาที่สามารถฝึกการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ เพราะจะส่งผล ให้นักกีฬาเกิดการพัฒนาทักษะการสื่อสารและการสร้างความสามัคคีในทีม

4. การใช้เทคโนโลยีและวิทยาศาสตร์การกีฬา ผู้เชี่ยวชาญหรือนักวิทยาศาสตร์การกีฬาต้องมีการใ้ นักกีฬาทำการวิเคราะห์ข้อมูลการเคลื่อนไหว (Motion Analysis) เพราะถือเป็นเครื่องมือสำคัญในวงการกีฬา ยุคใหม่ โดยจะช่วยให้เข้าใจลักษณะการเคลื่อนไหว, ประสิทธิภาพทางกายภาพ และพฤติกรรมในการแข่งขันของ นักกีฬาได้อย่างแม่นยำ เพื่อใช้ปรับปรุงกลยุทธ์, รูปแบบการเล่น และการฝึกซ้อม ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งอาจ ใช้ GPS Tracking เพื่อติดตามตำแหน่ง, ความเร็ว, ระยะทาง และทิศทางการเคลื่อนไหวของนักกีฬาได้แบบ เรียลไทม์ และใช้กล้องวิดีโอเพื่อบันทึกการเคลื่อนไหว (Video Analysis) เพื่อดูภาพการเคลื่อนไหวของนักกีฬา ในแบบสโลว์โมชั่น และสามารถเปรียบเทียบก่อนและหลังทักษะนั้นๆที่นักกีฬาแสดงออกมาในระหว่างการฝึกซ้อม เพื่อศึกษาการเคลื่อนไหวที่และพฤติกรรมในการเล่นของนักกีฬา และนักกีฬาควรมีการตรวจวัดสมรรถภาพทางกาย เพราะเป็นหัวใจสำคัญของการฝึกอย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์วัดความสามารถของ ระบบต่างๆในร่างกาย เพื่อประเมินศักยภาพปัจจุบัน, วางแผนการฝึกซ้อมเฉพาะบุคคล, ติดตามพัฒนาการและ ลดความเสี่ยงที่จะเกิดอาการบาดเจ็บ อาจใช้การทดสอบปริมาณการใช้ออกซิเจนสูงสุด (VO₂ Max Test) เพื่อ วัดขีดจำกัดสูงสุดของร่างกายในการใช้ออกซิเจนขณะออกแรงเต็มที่, การทดสอบระดับกรดแลคติก (Lactate Threshold Test) และการวัดแรงกล้ามเนื้อ (Dynamometry)

5. การป้องกันและฟื้นฟูอาการบาดเจ็บ ในระหว่างการฝึกซ้อมและการแข่งขันนักกีฬาต้องมีการ ป้องกันอาการบาดเจ็บ เพราะฉะนั้นนักกีฬาจำเป็นต้องฝึกการอบอุ่นร่างกายที่เหมาะสม เช่น การยืดเหยียด แบบเคลื่อนไหว (Dynamic Stretching) และการฝึกการเคลื่อนไหวของข้อต่อ (Mobility Training) นอกจากนี้ ในการรักษาและการฟื้นฟู นักกีฬาสามารถใช้การกายภาพบำบัดและเทคนิคต่างๆ เช่น การใช้คลื่นเสียงความถี่ สูงผ่านเครื่องมือไปยังกล้ามเนื้อหรือเนื้อเยื่อที่บาดเจ็บ (Ultrasound Therapy), การส่งพลังงานคลื่นเสียงแรง สูงไปกระตุ้นเนื้อเยื่อที่ผิดปกติ (Shockwave Therapy) และการฟื้นฟูด้วยแรงต้าน (Strength Rehab Training)

6. การพัฒนาทักษะเฉพาะทางในแต่ละชนิดกีฬา เช่น การเล่นสเก็ต (Skating Skills) นักกีฬาต้องฝึก การเคลื่อนไหวแบบ Crossovers เพื่อเลี้ยวโค้งหรือเปลี่ยนทิศทาง โดยไม่เสียความเร็ว, Backward Skating เพื่อสร้าง การเคลื่อนไหวที่แบบตั้งรับหรือเปลี่ยนทิศได้เร็ว และการฝึกการควบคุมขอบใบมีด Edge Work ที่ถือเป็นหัวใจของ การเคลื่อนไหวทั้งหมดในสเก็ต และยังคงต้องฝึกการควบคุมไม้ฮอกกี้ ฝึกการเลี้ยงลูกและการยิงประตูในรูปแบบต่างๆ

และสุดท้ายการฝึกอ่านเกมและการตัดสินใจ เพื่อศึกษากลยุทธ์และใช้การจำลองสถานการณ์เพื่อตอบสนองได้เร็วขึ้น

ประเภทบุคคล การพัฒนาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬา (ทั้งสกีอัลไพน์ สกีครอสคันทรี่ และฟรีสไตล์) ต้องครอบคลุมหลายด้านเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกาย ทักษะ และความสามารถในการแข่งขันโดยแนวทางหลักมีดังนี้

1. สมรรถภาพทางกาย

- ความแข็งแรงและพลังกำลัง สามารถฝึกเวทเทรนนิ่ง โดยเน้นกล้ามเนื้อขา, แขนกลางลำตัว, และความแข็งแรงของแขน รวมทั้งการฝึกแบบพลัยโอเมตริกส์ เช่น การกระโดดขึ้นกล่อง (Box Jumps), การกระโดดยาวสลับเท้า (Bounding Drills) เพื่อเสริมพลังระเบิด

- ความอดทนและระบบหัวใจ ในด้านหลอดเลือดและความทนทาน นักกีฬาสามารถฝึก HIIT (High - Intensity Interval Training) เช่น การปั่นจักรยาน, ว่ายน้ำ และยังสามารถฝึกแบบใช้ออกซิเจน (Aerobic Training) เช่น วิ่งระยะไกล หรือสกีครอสคันทรี่ เพื่อใช้กล้ามเนื้อทั่วร่างกายให้ได้มากที่สุด

- การทรงตัวและความยืดหยุ่น การฝึกโพรพรีโอเซพชัน (Proprioception Training) เป็นการฝึกเพื่อให้ได้ความแม่นยำของกล้ามเนื้อและเป็นการควบคุมร่างกายในการเคลื่อนไหวและการทรงตัว อาจใช้ Bosu Ball หรือในชื่อเต็มคือ Both Sides Up Ball หรือกระดานทรงตัว (Balance Board) เพื่อพัฒนาการทรงตัว นอกจากนี้ในการฝึกการทรงตัวและความยืดหยุ่นของร่างกาย นักกีฬาก็สามารถฝึกโยคะและพิลาทิส (Yoga & Pilates) ได้อีกด้วย

- ความเร็วและความคล่องตัว เป็นองค์ประกอบสำคัญในหลายๆกีฬา ที่ต้องการการเคลื่อนไหวที่รวดเร็วและการเปลี่ยนทิศทางที่คล่องแคล่ว การฝึกที่ดีจะช่วยเพิ่มการตอบสนองที่รวดเร็วและการประสานงานที่มีประสิทธิภาพระหว่างการเคลื่อนไหวต่างๆของร่างกาย โดยสามารถใช้บันไดความคล่องตัว (Agility Ladder Drills) เพื่อเพิ่มความเร็วในการเคลื่อนไหวและการประสานงานระหว่างขาและแขนโดยการฝึกการเปลี่ยนทิศทางและการเคลื่อนไหวได้รวดเร็วในพื้นที่จำกัด และฝึกโดยใช้ Reaction Drills ที่เป็นการฝึกฝนให้ร่างกายสามารถตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นต่างๆได้เร็วที่สุด เช่น การวิ่งไปหยิบลูกบอลตามคำสั่ง, การเปลี่ยนทิศทางเมื่อได้รับสัญญาณจากโค้ชหรือคูฝึก

2. โภชนาการและการฟื้นฟูร่างกาย โดยการรับประทานอาหารที่เหมาะสมที่เน้นโปรตีนเพื่อซ่อมแซมกล้ามเนื้อ และคาร์โบไฮเดรตสำหรับพลังงานที่ร่างกายต้องใช้ ยังรวมไปถึงการดื่มน้ำและอิเล็กโทรไลต์ คือเกลือแร่ เช่น โซเดียม, โพแทสเซียม, แมกนีเซียม และแคลเซียม ที่จะช่วยป้องกันภาวะขาดน้ำในสภาพอากาศหนาว และนักกีฬามีความจำเป็นในการนอนหลับที่มีคุณภาพ อย่างน้อย 7 - 9 ชั่วโมงต่อวัน และในการฟื้นฟูหลังฝึกซ้อม นักกีฬาสามารถใช้เทคนิคการบำบัดด้วยความเย็นหรือที่เรียกว่า Cryotherapy เพื่อลดการอักเสบ อาการบวมของกล้ามเนื้อและลดอาการปวด, นวดกล้ามเนื้อ, และการยืดเหยียดเพื่อลดอาการล้า

3. จิตวิทยาการกีฬา นักกีฬามีความจำเป็นที่จะต้องทำการฝึกการทำสมาธิ และการควบคุมความเครียด อาจเป็นการฝึกการหายใจ และการคิดบวก รวมทั้งการรับมือและการตัดสินใจภายใต้แรงกดดันในสถานการณ์ต่างๆ

4. การใช้เทคโนโลยีและวิทยาศาสตร์การกีฬา ในปัจจุบันมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว และสามารถนำมาใช้ในการวิเคราะห์และพัฒนาประสิทธิภาพของนักกีฬาได้หลายด้าน โดยเฉพาะการใช้ GPS (Global Positioning System), Video Analysis, Biomechanics & Motion Analysis, และ AI ในการวิเคราะห์คู่แข่ง เพื่อพัฒนาแผนการแข่งขันที่สามารถนำไปใช้ในการฝึกซ้อมและการแข่งขันจริงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. การป้องกันและฟื้นฟูอาการบาดเจ็บ โดยมีการใช้หลายเทคนิคและวิธีการต่างๆ เพื่อรักษาและฟื้นฟูสภาพร่างกาย รวมถึงการฝึกฝนเพื่อป้องกันการบาดเจ็บในอนาคต ในกระบวนการนี้การฝึกความยืดหยุ่นและการเคลื่อนไหว (Mobility Training), ทักษะเฉพาะทาง (Sport - Specific Skills), จิตวิทยาการกีฬา, และ การใช้เทคโนโลยีเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการแข่งขัน ล้วนมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มประสิทธิภาพการฝึกซ้อมและการแข่งขัน

6. การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย

- ความแข็งแรงและพลังกำลัง เป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับนักกีฬาสปีดสเก็ต (Speed Skating) ซึ่งเป็นกีฬาที่ต้องการแรงระเบิดจากขา, ความมั่นคงของแกนกลางลำตัว (Core Stability) และการถ่ายน้ำหนักอย่างรวดเร็วและแม่นยำในแต่ละรอบของการก้าว ซึ่งสามารถพัฒนาได้อย่างมีประสิทธิภาพผ่านการฝึกแบบเวทเทรนนิ่ง (Weight Training) และพลาโยเมตริกส์ (Plyometrics)

- ความเร็วและความคล่องตัว เป็นหัวใจสำคัญโดยเฉพาะในสถานการณ์แข่งขันที่ต้องการการเร่งความเร็วอย่างรวดเร็ว, การเปลี่ยนทิศทางเฉียบคม และการเคลื่อนไหวที่แม่นยำในพื้นที่จำกัด การฝึกซ้อมในหมวดนี้ควรรวมทั้งบนพื้นแข็งและบนลานน้ำแข็ง เพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะการเคลื่อนไหวจริงในการแข่งขัน โดยสามารถฝึกสปринต์ (ความเร็วระยะสั้น, แรงระเบิดต้นทาง, และท่าทางในการเร่งความเร็ว), ฝึกเปลี่ยนทิศทาง (การเข้าโค้ง, การถ่ายน้ำหนักอย่างแม่นยำ, และการเบรก-เร่งที่รวดเร็ว) เป็นต้น

- ความอดทนของระบบหัวใจและปอด เป็นพื้นฐานสำคัญที่ช่วยให้นักกีฬาสามารถรักษาความเร็วและฟอร์มได้ตลอดการแข่งขัน โดยเฉพาะในระยะกลางและระยะยาว เช่น 1,000 - 5,000 เมตร หรือมากกว่านั้น การฝึกความทนทานจะช่วยเพิ่ม ประสิทธิภาพการใช้ออกซิเจน, ความสามารถในการฟื้นตัวระหว่างรอบ, และลดความเหนื่อยล้าในช่วงท้ายเกม

- การทรงตัวและความยืดหยุ่น เป็นองค์ประกอบสำคัญที่นักกีฬาต้องรักษาสสมดุลในท่าทางที่ต่ำขณะเคลื่อนไหวด้วยความเร็วสูง โดยเฉพาะช่วงเข้าโค้งและถ่ายน้ำหนักไปที่ขาข้างเดียวอย่างแม่นยำ การฝึกเพื่อพัฒนาองค์ประกอบนี้จะช่วยให้เคลื่อนไหวได้ลื่นไหล ลดความเสี่ยงจากการบาดเจ็บ และเพิ่มประสิทธิภาพในการแข่งขัน

7. การพัฒนาเทคนิคและทักษะเฉพาะทาง

- ท่าทางและการสเก็ต (Skating Posture & Form) การมีท่าทางที่ถูกต้องจะช่วยให้ออกแรงได้เต็มที่, ลดแรงต้าน และควบคุมทิศทางได้แม่นยำ โดยเฉพาะในจังหวะเร่งความเร็วและการเข้าโค้ง เทคนิคหลักที่ต้องฝึก คือ Low Stance (ท่าทางต่ำ), Edge Work & Crossovers (การใช้ขอบใบมีดและการเข้าโค้ง), และ Stride Efficiency (ประสิทธิภาพในการก้าว)

- การออกตัวและเร่งความเร็ว (Start & Acceleration) เป็นจุดตัดสินของการแข่งขันสปีดสเก็ต โดยเฉพาะระยะสั้น เช่น 500 เมตร ซึ่งใครออกตัวได้ก่อนและเร่งความเร็วได้เร็วกว่ามักมีโอกาสคุมเกมตั้งแต่ต้น การฝึกในหมวดนี้จึงต้องเน้นพลังระเบิดจากท่าเตรียมตัว, ความแม่นยำของทิศทาง การออกแรง และการเคลื่อนไหวที่สอดคล้องกันทั้งลำตัว

- การเข้าโค้ง (Cornering & Turning Techniques) เป็นทักษะเฉพาะของสปีดสเก็ตที่ต้องใช้การประสานกันของการถ่ายน้ำหนัก, การควบคุมมุมเอียงของลำตัว (Lean Angle) และการควบคุมขอบใบมีด (Edge Control) อย่างละเอียดแม่นยำ เพราะช่วงเข้าโค้ง คือ จุดที่นักกีฬาสามารถ เพิ่มหรือลดความเร็วได้มากที่สุดในแต่ละรอบ

- การรักษาความเร็วและความทนทาน (Speed Maintenance & Endurance) คือ ทักษะที่ช่วยให้นักสปีดสเก็ตรักษาความเร็วสูงต่อเนื่องได้โดยไม่ลดแรงส่ง, ใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถฟื้นตัวเร็วระหว่างรอบ โดยเฉพาะในระยะ 1,000 - 1,500 เมตร ที่ต้องใช้ทั้งความเร็วและความอดทน การฝึกหลักในหมวดนี้เน้นที่การลดแรงต้าน, ปรับท่าทางให้ลื่นไหล และเพิ่มขีดจำกัดความเร็วสูงสุดของร่างกาย

8. โภชนาการและการฟื้นฟูร่างกาย (Nutrition & Recovery)

- โภชนาการที่เหมาะสม (Optimized Nutrition) เป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการฝึกซ้อมและการแข่งขันในกีฬาสปีดสเก็ท การรับประทานอาหารที่ถูกต้องจะช่วยให้ร่างกายมีพลังงานเพียงพอ, ฟื้นฟูร่างกายหลังการฝึก และช่วยเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ซึ่งในกรณีของนักกีฬาความต้องการทางโภชนาการจะเน้นที่โปรตีน, คาร์โบไฮเดรต และไขมันที่ดี

- การฟื้นตัวหลังฝึกซ้อม (Recovery Techniques) เป็นขั้นตอนสำคัญที่จะช่วยให้นักกีฬาฟื้นฟูกล้ามเนื้อ, ลดความเมื่อยล้า และป้องกันการบาดเจ็บ จากการฝึกซ้อมที่หนักหน่วง โดยการฟื้นฟูที่ดีจะช่วยให้พร้อมสำหรับการฝึกซ้อมครั้งถัดไปและสามารถพัฒนาได้อย่างต่อเนื่อง

9. จิตวิทยาการกีฬา (Sports Psychology)

- การพัฒนาสมาธิและโฟกัส (Focus & Mental Training) เป็นส่วนสำคัญที่ช่วยให้นักกีฬาสามารถจัดการกับความเครียด, ฟื้นฟูความมั่นใจ และเพิ่มประสิทธิภาพในสนามแข่งได้อย่างสูงสุด โดยเฉพาะในกีฬาที่ต้องใช้ทั้งความเร็วและความแม่นยำอย่างสปีดสเก็ท การฝึกสมาธิและการโฟกัสจะช่วยให้สามารถรักษาประสิทธิภาพในการแข่งขันและลดความกดดันได้ดี

- การรับมือกับแรงกดดัน (Handling Competition Pressure) เป็นทักษะที่สำคัญมากสำหรับนักกีฬาในการรักษาประสิทธิภาพสูงสุดในช่วงที่ต้องเผชิญกับความเครียดและการแข่งขันที่ท้าทาย เทคนิคต่างๆ เช่น กิจวัตรก่อนการแข่งขัน (Pre - Race Routine) และการพูดกับตัวเองในเชิงบวก (Positive Self-talk) สามารถช่วยเสริมสร้างความมั่นใจและรักษาสมาธิในช่วงเวลาที่สำคัญได้อย่างมีประสิทธิภาพ

10. การใช้เทคโนโลยีและวิทยาศาสตร์การกีฬา (Technology & Sports Science) เป็นการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาในด้านต่างๆ โดยการใช้เทคโนโลยีและเครื่องมือวิทยาศาสตร์ที่ทันสมัยช่วยในการวิเคราะห์และปรับปรุงประสิทธิภาพการฝึกซ้อมและการแข่งขันในระดับสูง การใช้เครื่องมือเหล่านี้ในกีฬาที่ต้องใช้ทักษะเฉพาะอย่างสปีดสเก็ท สามารถช่วยในการเพิ่มประสิทธิภาพและลดความเสี่ยงจากอาการบาดเจ็บได้

11. การป้องกันและฟื้นฟูอาการบาดเจ็บ เป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้นักกีฬารักษาประสิทธิภาพการฝึกซ้อมและการแข่งขันได้อย่างยาวนาน การฝึก Strength & Stability Training มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความแข็งแรงและความมั่นคงให้กับข้อเข่า ข้อเท้า และสะโพก ซึ่งเป็นส่วนที่มักเกิดอาการบาดเจ็บจากการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน การใช้กายภาพบำบัด และเทคนิค Active Recovery อย่าง Foam Rolling และ Mobility Drills จะช่วยให้อาการฟื้นตัวเป็นไปอย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

คำนำ

รายงานการติดตามประเมินผลการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 จัดทำขึ้นเพื่อทราบถึงปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะต่างๆจากการเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ โดยมีการติดตามสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยเพื่อประเมินผลทั้งสิ้น 4 สมาคมกีฬา เพื่อนำข้อมูลที่ได้รับจากการติดตามประเมินผลไปปรับปรุงและใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาพร้อมทั้งพัฒนาการเตรียมทีมเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันครั้งต่อไป

รายงานฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความร่วมมือจากผู้บริหารการกีฬาแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยที่เกี่ยวข้อง ผู้ฝึกสอน นักกีฬา ตลอดจนคณะติดตามประเมินผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ที่ให้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศของประเทศไทยต่อไป

งานกำกับดูแลและติดตามประเมินผลกีฬาเป็นเลิศ
กองพัฒนากีฬาเป็นเลิศ
ฝ่ายพัฒนากีฬาเป็นเลิศ
การกีฬาแห่งประเทศไทย

สารบัญ

	หน้า
บทสรุปผู้บริหาร	ก
คำนำ	ข
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญแผนภาพ	ฉ
บทที่ 1 ข้อมูลการจัดการแข่งขัน	1
ประวัติกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว	1
การแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวที่ผ่านมา	1
การแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	5
สัญลักษณ์ประจำการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	7
ความหมายของระบบสีที่ใช้ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	8
สัญลักษณ์นำโชคประจำการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	9
เหรียญรางวัลของการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	10
สัญลักษณ์ของแต่ละชนิดกีฬาที่ใช้ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	11
บทที่ 2 การเตรียมทีมนักกีฬา	13
การติดตามประเมินผลในช่วงเตรียมทีมของนักกีฬาไทย	13
ความคาดหวังของสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	14
การใช้วิทยาศาสตร์การกีฬา	18
บทที่ 3 ผลการแข่งขัน	23
ผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	23
การเปรียบเทียบความคาดหวังก่อนการเข้าร่วมการแข่งขันกับผลการแข่งขันในกีฬาเอเชียนเกมส์ ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	31
เงินรางวัลจากกองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ	33
บทที่ 4 บทสรุป	34
การติดตามประเมินผลในช่วงเตรียมทีมเก็บตัวฝึกซ้อม	34
การใช้วิทยาศาสตร์การกีฬา	34
ผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	35
การเปรียบเทียบความคาดหวังกับผลการแข่งขัน	35
สรุปเงินรางวัลจากกองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ	35
สาเหตุที่ทำให้ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	36
แนวทางการพัฒนาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬาที่ทำการแข่งขันในกีฬาฤดูหนาว ...	36

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บรรณานุกรม	41
ภาคผนวก	42
ภาคผนวก ก ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	43
ภาคผนวก ข ประมวลผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	48
ภาคผนวก ค รายงานคณะทำงานติดตามประเมินผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	51

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 1 ณ ประเทศญี่ปุ่น	1
2 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 2 ณ ประเทศญี่ปุ่น	1
3 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 3 ณ สาธารณรัฐประชาชนจีน	2
4 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 4 ณ สาธารณรัฐเกาหลี	2
5 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 5 ณ ประเทศญี่ปุ่น	3
6 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 6 ณ สาธารณรัฐประชาชนจีน	3
7 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 7 ณ สาธารณรัฐคาซัคสถาน	4
8 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8 ณ ประเทศญี่ปุ่น	4
9 แสดงข้อมูลจำนวนนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	6
10 แสดงสรุปผลเหรียญรางวัลในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	7
11 แสดงจำนวนเหรียญรางวัลและสถานที่จัดการแข่งขันในแต่ละชนิดกีฬา	12
12 แสดงจำนวนนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ในช่วงการเตรียมทีมเก็บตัวฝึกซ้อม	13
13 แสดงความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังจากการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	14
14 แสดงผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ช่วงที่ 1 ระหว่างวันที่ 2 - 31 มกราคม พ.ศ. 2568	19
15 แสดงผลการแข่งขันในภาพรวมของการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	23
16 แสดงเหรียญรางวัลของประเทศในระดับอาเซียนในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	23
17 แสดงเหรียญรางวัลของประเทศไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	24
18 แสดงผลการแข่งขันของนักกีฬาไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	24
19 แสดงการเปรียบเทียบพัฒนาการและผลงานของนักกีฬาไทยทั้งอันดับและสถิติในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 กับกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8	28
20 แสดงการเปรียบเทียบความคาดหวังเหรียญรางวัลและผลการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	30

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
21	แสดงเงินรางวัลจากกองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ	33

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพ		หน้า
1	แสดงจำนวนรายการแข่งขันที่ประเทศไทยส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ ฤดูหนาว ครั้งที่ 9	28

บทที่ 1

ข้อมูลการจัดการแข่งขัน

ประวัติกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว

กีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว (Asian Winter Games) เป็นการแข่งขันกีฬาฤดูหนาวระดับทวีปในภูมิภาคเอเชีย ซึ่งอยู่ภายใต้การกำกับดูแลของสภาโอลิมปิกแห่งเอเชีย (Olympic Council of Asia: OCA) โดยมีรูปแบบคล้ายกับการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกฤดูหนาว และจัดขึ้นเพื่อส่งเสริมกีฬาในประเทศที่มีภูมิอากาศหนาวเย็นในทวีปเอเชีย โดยในจุดเริ่มต้นของการแข่งขันนี้มีแนวคิดในการจัดการแข่งขันขึ้นในช่วงทศวรรษ 1980 โดยมีประเทศญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีบทบาทสำคัญในการผลักดันให้มีการแข่งขันขึ้น ทั้งนี้ ในการจัดการแข่งขันครั้งแรกประเทศญี่ปุ่นได้เป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขันที่เมืองซัปโปโร จังหวัดฮอกไกโด ซึ่งในขณะนั้นประเทศญี่ปุ่นมีประสบการณ์ในการจัดการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกฤดูหนาวแล้วในปี ค.ศ. 1972

การแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวที่ผ่านมา

ครั้งที่ 1 จัดขึ้นที่เมืองซัปโปโร จังหวัดฮอกไกโด ประเทศญี่ปุ่น ระหว่างวันที่ 1 - 8 มีนาคม ค.ศ. 1986 (พ.ศ. 2529) โดยมีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 7 ประเทศ ได้แก่ ประเทศญี่ปุ่น, สาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐเกาหลี, สาธารณรัฐอินเดีย, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี และเขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันทั้งสิ้น 430 คน ใน 7 ชนิดกีฬา

ตารางที่ 1 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 1 ณ ประเทศญี่ปุ่น

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 ญี่ปุ่น	29	23	6	58
2	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	4	5	12	21
3	 สาธารณรัฐเกาหลี	1	5	12	18

ครั้งที่ 2 จัดขึ้นที่เมืองซัปโปโร ทางตอนเหนือของประเทศญี่ปุ่นการแข่งขันครั้งนี้เป็นการจัดการแข่งขันเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวของประเทศญี่ปุ่นครั้งที่ 2 ติดต่อกัน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 9 - 14 มีนาคม ค.ศ. 1990 (พ.ศ. 2533) โดยมีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 10 ประเทศ ได้แก่ ประเทศญี่ปุ่น, สาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐเกาหลี, สาธารณรัฐอินเดีย, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี, เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐฟิลิปปินส์, สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน และสาธารณรัฐจีน มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันทั้งสิ้น 310 คน ใน 6 ชนิดกีฬา

ตารางที่ 2 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 2 ณ ประเทศญี่ปุ่น

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 ญี่ปุ่น	29	23	6	58
2	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	4	5	12	21
3	 สาธารณรัฐเกาหลี	1	5	12	18

ครั้งที่ 3 จัดขึ้นที่นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน การแข่งขันครั้งนี้เป็นการจัดการแข่งขันเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวครั้งแรกของสาธารณรัฐประชาชนจีน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 4 - 11 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 1996 (พ.ศ. 2539) มีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 17 ประเทศ ได้แก่ สาธารณรัฐประชาชนจีน, ประเทศญี่ปุ่น, สาธารณรัฐเกาหลี, สาธารณรัฐอินเดีย, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐจีน, สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน, สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน, สาธารณรัฐคาซัคสถาน, สาธารณรัฐคีร์กีซ, รัฐคูเวต, สาธารณรัฐเลบานอน, เขตบริหารพิเศษมาเก๊าแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สหพันธรัฐรัสเซีย, สาธารณรัฐอิสลามปากีสถาน, สาธารณรัฐทาจิกิสถาน และราชอาณาจักรไทย มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 453 คน ใน 8 ชนิดกีฬา

ตารางที่ 3 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 3 ณ สาธารณรัฐประชาชนจีน

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	15	7	15	37
2	 สาธารณรัฐคาซัคสถาน	14	9	8	31
3	 ญี่ปุ่น	8	14	10	32

ครั้งที่ 4 จัดขึ้นที่จังหวัดคังว็อน สาธารณรัฐเกาหลี การแข่งขันครั้งนี้เป็นการจัดการแข่งขันเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวครั้งแรกของสาธารณรัฐเกาหลี จัดขึ้นระหว่างวันที่ 30 มกราคม - 6 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 1999 (พ.ศ. 2542) มีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 22 ประเทศ ได้แก่ สาธารณรัฐเกาหลี, สาธารณรัฐประชาชนบังกลาเทศ, ราชอาณาจักรภูฏาน, เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐอินเดีย, ประเทศญี่ปุ่น, สาธารณรัฐคาซัคสถาน, รัฐคูเวต, เขตบริหารพิเศษมาเก๊าแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, สหพันธ์สาธารณรัฐประชาธิปไตยเนปาล, สาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐฟิลิปปินส์, สาธารณรัฐสิงคโปร์, สาธารณรัฐสังคมนิยมประชาธิปไตยศรีลังกา, สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน, สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม, สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน, สาธารณรัฐเลบานอน, สาธารณรัฐจีน, สาธารณรัฐคีร์กีซ และสาธารณรัฐอิสลามปากีสถาน มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 798 คน ใน 7 ชนิดกีฬา 43 รายการแข่งขัน

ตารางที่ 4 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 3 ณ สาธารณรัฐเกาหลี

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	15	10	11	36
2	 สาธารณรัฐเกาหลี	11	10	15	36
3	 สาธารณรัฐคาซัคสถาน	10	8	7	25

ครั้งที่ 5 จัดขึ้นที่จังหวัดอาโอดมริ ประเทศญี่ปุ่น จัดขึ้นระหว่างวันที่ 1 - 8 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2003 (พ.ศ. 2546) มีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 17 ประเทศ ได้แก่ สาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐจีน, สาธารณรัฐอินเดีย, สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน, ประเทศญี่ปุ่น, สาธารณรัฐคาซัคสถาน, สาธารณรัฐคีร์กีซ, สาธารณรัฐเลบานอน, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, สหพันธ์สาธารณรัฐประชาธิปไตยเนปาล, สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี, สาธารณรัฐอิสลามปากีสถาน, รัฐปาเลสไตน์, สาธารณรัฐเกาหลี, สาธารณรัฐ

ทาจิกิสถาน, สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน และราชอาณาจักรไทย มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 641 คน ใน 10 ชนิดกีฬา 51 รายการแข่งขัน

ตารางที่ 5 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 5 ณ ประเทศญี่ปุ่น

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 ญี่ปุ่น	24	23	20	67
2	 สาธารณรัฐเกาหลี	10	8	10	28
3	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	9	11	13	33

ครั้งที่ 6 จัดขึ้นที่เมืองฉางชุน สาธารณรัฐประชาชนจีน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 28 มกราคม - 4 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2007 (พ.ศ. 2550) มีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 26 ประเทศ ได้แก่ สาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐอิสลามอัฟกานิสถาน, เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐอินเดีย, สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน, ราชอาณาจักรฮังการี, ประเทศญี่ปุ่น, สาธารณรัฐคาซัคสถาน, สาธารณรัฐคีร์กีซ, สาธารณรัฐเกาหลี, รัฐคูเวต, สาธารณรัฐเลบานอน, เขตบริหารพิเศษมาเก๊าแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สหพันธรัฐมาเลเซีย, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, สหพันธ์สาธารณรัฐประชาธิปไตยเนปาล, สาธารณรัฐอิสลามปากีสถาน, สาธารณรัฐฟิลิปปินส์, รัฐปาเลสไตน์, สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี, สาธารณรัฐทาจิกิสถาน, เติร์กเมนิสถาน, สาธารณรัฐจีน, สหราชอาณาจักรออสเตรีย, สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน และราชอาณาจักรไทย มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 796 คน ใน 10 ชนิดกีฬา 47 รายการแข่งขัน

ตารางที่ 6 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 6 ณ สาธารณรัฐประชาชนจีน

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	19	19	23	61
2	 ญี่ปุ่น	13	9	14	36
3	 สาธารณรัฐเกาหลี	9	13	11	33

ครั้งที่ 7 จัดขึ้นที่เมืองอัสตานาและอัลมาตี สาธารณรัฐคาซัคสถาน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 31 มกราคม ถึง 6 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2011 (พ.ศ. 2554) มีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 26 ประเทศ ได้แก่ สาธารณรัฐอิสลามอัฟกานิสถาน, สาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี, เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สาธารณรัฐอินเดีย, สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน, ประเทศญี่ปุ่น, ราชอาณาจักรฮังการี, สาธารณรัฐคาซัคสถาน, สาธารณรัฐเกาหลี, รัฐคูเวต, สาธารณรัฐคีร์กีซ, สาธารณรัฐเลบานอน, สหพันธรัฐมาเลเซีย, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, สหพันธ์สาธารณรัฐประชาธิปไตยเนปาล, รัฐปาเลสไตน์, สาธารณรัฐฟิลิปปินส์, สาธารณรัฐจีน, สาธารณรัฐทาจิกิสถาน, สหราชอาณาจักรออสเตรีย, สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน และราชอาณาจักรไทย มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 843 คน ใน 11 ชนิดกีฬา

ตารางที่ 7 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 7 ณ สาธารณรัฐคาซัคสถาน

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 สาธารณรัฐคาซัคสถาน	32	21	17	70
2	 ญี่ปุ่น	13	24	17	54
3	 สาธารณรัฐเกาหลี	13	12	13	38

ครั้งที่ 8 จัดขึ้นที่เมืองซัปโปโร ประเทศญี่ปุ่น จัดขึ้นระหว่างวันที่ 19 - 26 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2017 (พ.ศ. 2560) เดิมกำหนดการแข่งขันครั้งนี้อยู่ในปี ค.ศ. 2015 (พ.ศ. 2558) อย่างไรก็ตามในการประชุมของสภาโอลิมปิกแห่งเอเชีย ประจำปี ค.ศ. 2009 (พ.ศ. 2552) ได้ตัดสินใจในการย้ายช่วงการแข่งขันเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวให้จัดก่อนกีฬาโอลิมปิกฤดูหนาว 1 ปี นอกจากนี้เมืองซัปโปโรและเมืองโอบิฮิโร เป็นเมืองที่ถูกเสนอตัวเป็นเจ้าภาพกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว 2017 โดยคณะกรรมการโอลิมปิกญี่ปุ่น ซึ่งได้รับเกียรติเป็นเจ้าภาพเมื่อวันที่ 31 มกราคม พ.ศ. 2554 การแข่งขันครั้งนี้เป็นครั้งที่ 3 ที่เมืองซัปโปโรเป็นเจ้าภาพในปี 1986, 1990 และครั้งที่ 4 ที่ประเทศญี่ปุ่นเป็นเจ้าภาพ มีประเทศเข้าร่วมการแข่งขัน 31 ประเทศ ได้แก่ รัฐกาตาร์, สาธารณรัฐเกาหลี, สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี, สาธารณรัฐคาซัคสถาน, สาธารณรัฐคีร์กีซ, รัฐคูเวต, สาธารณรัฐประชาชนจีน, ประเทศญี่ปุ่น, สาธารณรัฐประชาธิปไตยติมอร์-เลสเต, เตอร์กเมนิสถาน, สาธารณรัฐจีน, สาธารณรัฐทาจิกิสถาน, ราชอาณาจักรไทย, สหพันธ์สาธารณรัฐประชาธิปไตยเนปาล, ราชอาณาจักรบาห์เรน, สาธารณรัฐอิสลามปากีสถาน, สาธารณรัฐฟิลิปปินส์, สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย, เขตบริหารพิเศษมาเก๊าแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, สหพันธรัฐมาเลเซีย, สาธารณรัฐเลบานอน, สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม, สาธารณรัฐสังคมนิยมประชาธิปไตยศรีลังกา, สหรัฐอาหรับเอมิเรตส์, สาธารณรัฐสิงคโปร์, สาธารณรัฐอินเดีย, สาธารณรัฐอินโดนีเซีย, สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน, เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน, ราชอาณาจักรนิวซีแลนด์ และเครือรัฐออสเตรเลีย มีการจัดการแข่งขัน 11 ชนิดกีฬา 64 รายการแข่งขัน

ตารางที่ 8 แสดงการสรุปเหรียญ 3 อันดับ จากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8 ณ ประเทศญี่ปุ่น

อันดับ	ประเทศ	เหรียญทอง	เหรียญเงิน	เหรียญทองแดง	รวม
1	 ประเทศญี่ปุ่น	27	21	26	74
2	 สาธารณรัฐเกาหลี	16	18	16	50
3	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	12	14	9	35

การแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

เอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 รู้จักกันทั่วไปในชื่อ ฮาร์บิน 2025 จะเป็นครั้งที่ 9 ของการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ซึ่งเป็นการแข่งขันกีฬาหลายประเภททั่วทวีปเอเชียที่จะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2025 (พ.ศ. 2568) ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน ซึ่งเป็นครั้งที่ 2 ที่นครฮาร์บินเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขัน และเป็นครั้งที่ 3 ที่สาธารณรัฐประชาชนจีนเป็นเจ้าภาพการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว และนครฮาร์บินได้รับเลือกให้เป็นเมืองเจ้าภาพในการประชุมสมัชชาใหญ่สภาโอลิมปิกแห่งเอเชีย ครั้งที่ 42 (42nd OCA General Assembly) เมื่อวันที่ 8 กรกฎาคม พ.ศ. 2566 ที่กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

ในเดือนตุลาคม ค.ศ. 2023 (พ.ศ. 2566) สภาโอลิมปิกแห่งเอเชีย ได้ประกาศโปรแกรมการแข่งขันกีฬาทั้งหมดสำหรับกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว โดยมีการแข่งขัน 64 รายการใน 11 ประเภทกีฬาในโปรแกรมกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ค.ศ. 2025 กีฬา 5 ประเภทที่ใช้สนามน้ำแข็ง ได้แก่ เคอร์ลิง, สเกตลีลา, สเกตความเร็ว, สเกตความเร็วระยะสั้น และฮอกกี้น้ำแข็ง รวมถึงสกี นอกจากนี้ยังมีการแข่งขันสกีปีนเขาเป็นครั้งแรกในกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว สำหรับการแข่งขันสกีกระโดดไกลได้ถูกยกเลิกจากโปรแกรมหลังจากที่เคยจัดแข่งขันในครั้งที่ผ่านมาของเกมส์นี้

คณะกรรมการโอลิมปิกแห่งชาติ (NOC) ทั้งหมด 34 แห่งที่มีกำหนดการเข้าร่วมการแข่งขัน โดยเป็นจำนวนที่สูงกว่าสถิติสูงสุดเดิมที่มี NOC จากสภาโอลิมปิกแห่งเอเชีย จำนวน 30 แห่ง เข้าร่วมในครั้งเดียวกันเมื่อปี 2017 โดยภูฏาน กัมพูชา และซาอุดีอาระเบีย มีกำหนดการเข้าร่วมการแข่งขันเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวเป็นครั้งแรก โดยราชอาณาจักรภูฏาน รัฐอิสลามเอมิเรตส์อัฟกานิสถาน และราชอาณาจักรบาห์เรนกลับมาเข้าร่วมการแข่งขันอีกครั้ง หลังจากไม่ได้เข้าร่วมในปี พ.ศ. 2017 ขณะที่สาธารณรัฐประชาธิปไตยติมอร์-เลสเตเคยเข้าร่วมในปี ค.ศ. 2017 จะไม่ได้เข้าร่วมในครั้งนี มีนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขันจำนวนสูงสุดเป็นประวัติการณ์ จำนวน 1,275 คน แบ่งเป็นชาย 755 คน และหญิง 520 คน แต่เมื่อทำการแข่งขันจริงมีเพียง 1,222 คน ที่ทำการยืนยันการลงทะเบียนเข้าร่วมการแข่งขัน

ตารางที่ 9 แสดงข้อมูลจำนวนนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ลำดับ	ประเทศ	จำนวนนักกีฬาและเจ้าหน้าที่
1	 รัฐอิสลามเอมิเรตส์อัฟกานิสถาน	3 คน
2	 ราชอาณาจักรบาห์เรน	18 คน
3	 ราชอาณาจักรภูฏาน	1 คน
4	 ราชอาณาจักรกัมพูชา	4 คน
5	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	170 คน
6	 เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน	73 คน
7	 สาธารณรัฐอินเดีย	59 คน
8	 สาธารณรัฐอินโดนีเซีย	6 คน
9	 สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน	14 คน
10	 ประเทศญี่ปุ่น	151 คน

ตารางที่ 9 แสดงข้อมูลจำนวนนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ลำดับ	ประเทศ	จำนวนนักกีฬาและเจ้าหน้าที่
11	 ราชอาณาจักรฮัจญ์ไมด์จอร์แดน	1 คน
12	 สาธารณรัฐคาซัคสถาน	138 คน
13	 รัฐคูเวต	25 คน
14	 สาธารณรัฐคีร์กีซ	40 คน
15	 สาธารณรัฐเลบานอน	17 คน
16	 เขตบริหารพิเศษมาเก๊าแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน	21 คน
17	 สหพันธรัฐมาเลเซีย	8 คน
18	 สาธารณรัฐประชาชนมองโกเลีย	35 คน
19	 สหพันธ์สาธารณรัฐประชาธิปไตยเนปาล	4 คน
20	 สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลีส	3 คน
21	 สาธารณรัฐอิสลามปากีสถาน	2 คน
22	 สาธารณรัฐฟิลิปปินส์	19 คน
23	 รัฐกาตาร์	15 คน
24	 ราชอาณาจักรซาอุดีอาระเบีย	8 คน
25	 สาธารณรัฐสิงคโปร์	23 คน
26	 สาธารณรัฐเกาหลี	149 คน
27	 สาธารณรัฐสังคมนิยมประชาธิปไตยศรีลังกา	4 คน
28	 สาธารณรัฐจีน	67 คน
29	 สาธารณรัฐทาจิกิสถาน	4 คน
30	 ราชอาณาจักรไทย	85 คน
31	 เติร์กเมนิสถาน	24 คน
32	 สหรัฐอาหรับเอมิเรตส์	7 คน
33	 สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน	23 คน
34	 สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม	1 คน
รวม		1,222 คน

ตารางที่ 10 แสดงสรุปผลเหรียญรางวัลในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

อันดับ	ประเทศ	G	S	B	Total
1	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	32	27	26	85
2	 สาธารณรัฐเกาหลี	16	15	14	45
3	 ประเทศญี่ปุ่น	10	12	15	37
4	 สาธารณรัฐคาซัคสถาน	4	9	7	20
5	 สาธารณรัฐฟิลิปปินส์	1	-	-	1
	 สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน	1	-	-	1
7	 สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี	-	1	-	1
8	 สาธารณรัฐจีน	-	-	1	1
	 ราชอาณาจักรไทย	-	-	1	1

สัญลักษณ์ประจำการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



สัญลักษณ์ประจำการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ถูกออกแบบโดยทีมงานจากวิทยาลัยศิลปะแห่งมหาวิทยาลัยชิงหัว มีชื่อว่า “Breakthrough” การออกแบบนี้สะท้อนถึงเอกลักษณ์ของเมืองเจ้าภาพและความงามของกีฬาฤดูหนาว โดยมีองค์ประกอบหลักดังนี้

- นักกีฬาปิดสเก็ตติ้ง ที่มีความคล่องแคล่วและสง่างามเป็นตัวแทนของน้ำใจนักกีฬาทั่วเอเชีย และยังแสดงให้เห็นถึงความภาคภูมิใจของเมืองฮาร์บินที่เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันในฐานะเมืองแห่งแชมป์โอลิมปิก

- ดอกไลแลคที่บานสะพรั่ง เป็นสัญลักษณ์ของวัฒนธรรมแห่งความอบอุ่นใจของเมืองฮาร์บิน ในขณะที่รีบปิ่นที่หมุนวนช่วยเพิ่มความรู้สึกสนุกสนานให้กับตราสัญลักษณ์

- สัญลักษณ์สภาโอลิมปิกแห่งเอเชีย แสดงถึงความปรารถนาอันยาวนานของประเทศในเอเชียในการแสวงหาความก้าวหน้าและสันติภาพ

- สีที่ใช้ในตราสัญลักษณ์ที่มีการไล่เฉดสีระหว่างน้ำเงินและสีม่วง เป็นการเลียนแบบแสงและเงาในการหักเหของแสงแดดที่กระทบกับน้ำแข็ง แสดงให้เห็นถึงเสน่ห์ของกีฬาฤดูหนาว
- โครงสร้างลายเส้นโดยรวมของตราสัญลักษณ์สามารถมองได้ว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของตัวอักษรจีน “Jiu” ซึ่งแปลว่า 9 หมายถึงการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์เอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9
- ลายเส้นด้านนอกที่ก่อตัวเป็นอักษรจีนที่เขียนว่า “he” ซึ่งแปลว่าความสามัคคี สื่อถึงความปรารถนาอันแรงกล้าของชาวชนที่มีต่อความสามัคคี ความก้ำกั้นาร่วมกัน และการมาบรรจบกันอย่างมีความสุขกับมิตรสหายชาวเอเชีย

ความหมายของระบบสีที่ใช้ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

สำหรับการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ปี 2025 ระบบสีที่ใช้ในการออกแบบสัญลักษณ์ของงานนี้ถูกคัดสรรอย่างพิถีพิถันเพื่อสะท้อนถึงเอกลักษณ์ของเมืองเจ้าภาพและความงดงามของกีฬาฤดูหนาว โดยมีรายละเอียดดังนี้

冰晶蓝

สีคริสตัลบลู ได้รับแรงบันดาลใจจากน้ำแข็งที่มีรูปร่างคล้ายแม่น้ำช่วงหัวที่ไหลผ่านเมืองฮาร์บิน และเฉดสีคริสตัลบลูสะท้อนถึงเสน่ห์เฉพาะตัวของเมืองแห่งน้ำแข็งและหิมะ

丁香紫

สีม่วงไลแลค ได้รับแรงบันดาลใจจากสีของดอกไลแลคดอกไม้ประจำเมืองฮาร์บิน สะท้อนให้เห็นถึงการต้อนรับขับสู้ของชาวเมืองฮาร์บินและความคิดสร้างสรรค์ของเมือง รวมถึงบรรยากาศงานที่รื่นเริงของการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

兴安绿

สีเขียว ได้รับแรงบันดาลใจจากสีของป่าไม้ที่อุดมสมบูรณ์และกว้างใหญ่ สื่อถึงอนาคตอันสดใสของเมืองฮาร์บินในการพัฒนาที่มีคุณภาพสูงและยั่งยืนภายใต้การฟื้นฟูภาคตะวันออกเฉียงเหนือของจีน

丰登黄

สีเหลือง หมายถึงการเก็บเกี่ยวที่อุดมสมบูรณ์ ได้รับแรงบันดาลใจจากฤดูเก็บเกี่ยวของมณฑลเฮย์หลงเจียง ซึ่งสะท้อนถึงช่วงเวลาของการสุกของข้าว สีนี้เป็นสัญลักษณ์ของทรัพยากรการเกษตรที่อุดมสมบูรณ์ในฮาร์บิน

จึงเน้นย้ำถึงความมุ่งมั่นของเจ้าภาพในการสร้างความมั่นคงด้านอาหารให้แก่ชาวจีนจากจุดยืนที่แข็งแกร่งและมุ่งมั่นที่จะทำให้ฮาร์บินเป็นเมืองแห่งการเกษตรสมัยใหม่

คำขวัญประจำการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



คำขวัญของการแข่งขันในครั้งนี้ คือ “Dream of Winter, Love among Asia” หรือ “ความฝันแห่งฤดูหนาว ความรักแห่งเอเชีย” เป็นการเน้นย้ำแนวคิดเรื่องการเชื่อมโยงประเทศในภูมิภาคเอเชียกับน้ำแข็งและหิมะ ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมระหว่างประเทศในเอเชีย นอกจากนี้ยังสื่อถึงการปฏิบัติตามวิสัยทัศน์ของชุมชนที่มีอนาคตร่วมกันของมนุษยชาติ และกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวควรเป็นอีกหนึ่งช่องทางในการเชื่อมโยงในการส่งเสริมความร่วมมือและพัฒนาร่วมกันระหว่างประเทศในเอเชีย

สัญลักษณ์นำโชคประจำการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



สัญลักษณ์นำโชคประจำการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 นี้ได้แก่เสือไซบีเรีย มีชื่อว่า บินบิน และ นินี่ ได้เปิดตัวต่อสาธารณชนเป็นครั้งแรกท่ามกลางเสียงเชียร์จากพิธีเปิดตัวที่ถูกจัดขึ้นที่เมืองฮาร์บิน สัญลักษณ์นำโชคนี้ได้รับการออกแบบโดยทีมงานของวิทยาลัยจิตรศิลป์แห่งมหาวิทยาลัยชิงหัว ซึ่งถือเป็นสัญลักษณ์ของการสำรวจและการสร้างมรดกทางธรรมชาติและวัฒนธรรมอันเป็นเอกลักษณ์ของภาคตะวันออกเฉียงเหนืออย่างลึกซึ้ง โดยต้นแบบของ บินบิน และ นินี่ คือลูกเสือไซบีเรีย 2 ตัวที่เกิดในเดือนกันยายน ค.ศ. 2023 ที่สวนเสือไซบีเรียในฮาร์บิน ทั้งนี้ นายจาง ซี เซียง นายกเทศมนตรีเมืองฮาร์บิน รวมทั้งยังเป็นรองประธานและเลขาธิการคณะกรรมการจัดการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 นี้ ได้กล่าวใน

พิธีเปิดตัวโดยมีเนื้อความว่า ชื่อของสัญลักษณ์นำโชคนี้มีความหมายว่า “ยินดีต้อนรับสู่ฮาร์บิน” แสดงให้เห็นถึงการรอคอยอย่างกระตือรือร้นและการต้อนรับอย่างจริงจังของฮาร์บินต่อประเทศอื่นๆ ในเอเชีย

บินบิน เป็นตัวแทนของกิจกรรมบนน้ำแข็ง โดยใส่ชุดกีฬาฤดูหนาวและแบ่งปันความสนุกสนานในการเล่นน้ำแข็ง ในขณะที่ บินบิน เป็นตัวแทนของกิจกรรมบนหิมะที่สวมชุดจีนดั้งเดิม และในวัฒนธรรมจีนดั้งเดิม เสื้อเป็นสัญลักษณ์แห่งความโชคดีและมีลักษณะนิสัยเชิงบวกมากมาย เช่น ความซื่อสัตย์ ความแข็งแกร่ง และความกล้าหาญ ซึ่งสอดคล้องกับจิตวิญญาณโอลิมปิกเป็นอย่างยิ่ง นอกจากนี้ยังเป็นการผสมผสานภาพลักษณ์ของเสื้อที่น่ารักให้เข้ากับลักษณะเฉพาะของน้ำแข็งและหิมะในฤดูหนาวและวัฒนธรรมพื้นบ้านของเมืองฮาร์บินได้อย่างลงตัว

เหรียญรางวัลของการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



เหรียญรางวัลสำหรับการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 มีชื่อว่า “Spirit of Speed” ด้านหน้าของเหรียญรางวัลเป็นการผสมผสานระหว่างรูปทรงเพริยวลมของสนามแข่งขันกับสัญลักษณ์ของการแข่งขันในครั้งนี้อย่างกลมกลืน ซึ่งถ่ายทอดการเคลื่อนไหวที่ทรงพลังและสง่างามของนักกีฬาในสนามแข่งขัน การออกแบบนี้สะท้อนถึงความแข็งแกร่งและความสวยงามของกีฬา สนามแข่งขันที่โค้งมนผสมเข้ากับรูปร่างของโรงละครฮาร์บินแกรนด์ที่สะท้อนถึงสุนทรียศาสตร์อันเป็นเอกลักษณ์ของเมือง ด้านหลังของเหรียญรางวัลเป็นภาพทิวทัศน์ของเมืองยาลู่ ที่มีทิวเขาและป่าไม้ที่สะท้อนภูมิประเทศของเทือกเขาขนาดใหญ่และเล็ก สร้างภาพทิวทัศน์อันอุดมสมบูรณ์ได้อย่างมีชีวิตชีวา ตรงกลางมีสัญลักษณ์ของสภาโอลิมปิกแห่งเอเชียฝังด้วยอัญมณีซุนเกะสีแดงที่หายากจากเฮย์หลงเจียง ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของดวงอาทิตย์ที่ส่งประกายเหนือแผ่นดินอันสดใส แดบริบบิ้นที่ด้านบนของเหรียญได้รับแรงบันดาลใจจากทัศนียภาพบนเกาะซัน ที่เพิ่มเอกลักษณ์เฉพาะตัวของท้องถิ่นให้กับการออกแบบ

สัญลักษณ์ของแต่ละชนิดกีฬาที่ใช้ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



Speed Skating



Short Track
Speed Skating



Figure Skating



Ice Hockey



Curling



Alpine Skiing



Cross-Country Skiing



Freestyle Skiing



Snowboard



Biathlon



Ski Mountaineering

ตารางที่ 11 แสดงจำนวนเหรียญรางวัลและสถานที่จัดการแข่งขันในแต่ละชนิดกีฬา

ที่	ชนิดกีฬา	จำนวนเหรียญ	สถานที่แข่งขัน
1	 Speed Skating	11	Heilongjiang Ice Events Training Centre Speed Skating Rink
2	 Short Track Speed Skating	9	Heilongjiang Ice Events Training Centre Multifunctional Hall
3	 Figure Skating	4	Heilongjiang Ice Events Training Centre Multifunctional Hall
4	 Ice Hockey	2	Harbin Ice Hockey Arena Harbin Sport University Student Skating Rink
5	 Curling	3	Harbin Pingfang District Ice Hockey Arena
6	 Alpine Skiing	2	Yabuli Ski Resort
7	 Cross-Country Skiing	6	Yabuli Ski Resort
8	 Freestyle Skiing	11	Yabuli Ski Resort
9	 Snowboard	6	Yabuli Ski Resort
10	 Biathlon	4	Yabuli Ski Resort
11	 Ski Mountaineering	3	Yabuli Ski Resort

บทที่ 2 การเตรียมทีมนักกีฬา

การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้จัดสรรงบประมาณในการเตรียมและส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน มีรายละเอียดดังนี้

1. งบประมาณในการเตรียมการแข่งขัน	จำนวน	16,000,000	บาท
2. งบประมาณในการส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน	จำนวน	21,000,000	บาท
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น		37,000,000	บาท

การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้กำหนดหลักเกณฑ์การสนับสนุนการเก็บตัวฝึกซ้อมของนักกีฬาไทย เพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน โดยให้สมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยเก็บตัวฝึกซ้อม ระหว่างวันที่ 1 มกราคม - 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 (รวม 35 วัน) รายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 12 แสดงจำนวนนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ในช่วงการเตรียมทีมเก็บตัวฝึกซ้อม

ที่	สมาคมกีฬา	นักกีฬา	โค้ช	ผู้ฝึกสอน	ผู้จัดการทีม
1	สมาคมกีฬาฟิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้งแห่งประเทศไทย	9	-	3	1
2	สมาคมกีฬาเคอร์ลิงแห่งประเทศไทย	12	-	3	1
3	สมาคมกีฬาฮอกกี้น้ำแข็งแห่งประเทศไทย	46	-	10	2
4	สมาคมกีฬาสกีและสโนว์บอร์ดแห่งประเทศไทย	21	-	9	1
รวมทั้งสิ้น		88	-	25	5

การติดตามประเมินผลในช่วงเตรียมทีมของนักกีฬาไทย

ในการเก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน มีสถานที่ในการเก็บตัวฝึกซ้อม 2 ลักษณะ คือ เก็บตัวฝึกซ้อมภายในประเทศไทย จำนวน 3 สมาคม ได้แก่ สมาคมกีฬาฟิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้งแห่งประเทศไทย, สมาคมกีฬาเคอร์ลิงแห่งประเทศไทย และสมาคมกีฬาฮอกกี้น้ำแข็งแห่งประเทศไทย เก็บตัวฝึกซ้อมต่างประเทศ จำนวน 1 สมาคม ได้แก่ สมาคมกีฬาสกีและสโนว์บอร์ดแห่งประเทศไทย

จากการติดตามประเมินผลและสอบถามสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย เรื่องการเก็บตัวฝึกซ้อมของนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ มีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านการเก็บตัวฝึกซ้อม นักกีฬามีวินัย มุ่งมั่น และตั้งใจฝึกซ้อมตามโปรแกรมที่ผู้ฝึกสอนกำหนด

2. ด้านสถานที่ฝึกซ้อม สถานที่ฝึกซ้อมส่วนใหญ่มีความเหมาะสม ตาสถานที่ฝึกซ้อมของสมาคมกีฬาฟิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้งแห่งประเทศไทยมีปัญหาในด้านของการจัดสรรเวลาในการเข้าฝึกซ้อม เนื่องจากสถานที่ดังกล่าวอยู่ในพื้นที่ของห้างสรรพสินค้า จึงมีความจำเป็นในการต้องเข้าไปทำการฝึกซ้อมเมื่อถึงเวลาปิดทำการของห้างสรรพสินค้าแล้วเท่านั้น

3. ด้านอุปกรณ์การฝึกซ้อม อุปกรณ์ของแต่ละชนิดกีฬามีความเหมาะสมและมีจำนวนเพียงพอ
4. ด้านที่พัก ส่วนใหญ่สมาคมกีฬาจัดหาที่พักให้นักกีฬา มีความสะดวกสบาย โดยสมาคมได้สำรองจ่ายค่าที่พักก่อนและดำเนินการส่งเบิกกับการกีฬาแห่งประเทศไทยภายหลัง
5. ด้านอาหาร ส่วนใหญ่นักกีฬาจะซื้ออาหารรับประทานเองและบางสมาคมจัดจ้างแม่ครัวประกอบอาหารให้นักกีฬา หรือมีการติดต่อร้านอาหารประจำให้นักกีฬา ซึ่งปริมาณอาหารและคุณภาพเป็นไปตามสภาพการบริหารจัดการของแต่ละสมาคม
6. ด้านเบี้ยเลี้ยง ส่วนใหญ่สมาคมได้สำรองจ่ายค่าเบี้ยเลี้ยงให้นักกีฬา ก่อน แลทำการส่งเอกสารการเบิกและยืมเงินสำรองจ่ายมาที่การกีฬาแห่งประเทศไทย
7. ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สมาคมกีฬาส่วนใหญ่เล็งเห็นถึงความสำคัญของวิทยาศาสตร์การกีฬา จึงได้นำเอาหลักทางวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้ในการฝึกซ้อม และยังมีความต้องการนักวิทยาศาสตร์การกีฬา, นักกายภาพ, เจ้าหน้าที่นวด และนักจิตวิทยาการกีฬาให้เข้ามาช่วยดูแลนักกีฬาอย่างใกล้ชิด ซึ่งฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ดำเนินการส่งผู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆ ทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้าไปดูแล
8. ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการเก็บตัวฝึกซ้อม เนื่องจากการเก็บตัวฝึกซ้อมของนักกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 เป็นช่วงเวลาเดียวกันกับการเก็บตัวฝึกซ้อมของนักกีฬาที่อนุมัติเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 33 และการแข่งขันกีฬาอาเซียนพาราเกมส์ ครั้งที่ 13 ที่ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขัน ทำให้นักกีฬาที่อยู่ในโครงการเก็บตัวฝึกซ้อมเอเชียนเกมส์ฤดูหนาวไม่สามารถจองเวลาการใช้บริการของศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทยได้ เนื่องจากมีปริมาณความต้องการในการเข้าใช้บริการเป็นจำนวนมาก ทำให้นักกีฬาไม่สามารถเข้ารับบริการจากศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาได้อย่างทั่วถึง

ความคาดหวังของสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ในช่วงก่อนการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว การกีฬาแห่งประเทศไทยได้ทำการสอบถามความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังในการเข้าร่วมการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยที่ทำการส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ ดังนี้

ตารางที่ 13 แสดงความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังจากการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง
1	นายปอล ฮองรี วีเยอร์ตองส์	สกีลีลา	สโลปส์ไลด์ บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 5
			บิกแอร์ บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 5
2	นายเจเรมีย์ ภูมิน คนอร์	สกีปีนเขา	สปรินท์ บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 10
3	นายลัทธิวัชร ชนาเมธิสุรัตน์	สโนว์บอร์ด	สโลปส์ไลด์ บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 15
			บิกแอร์ บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 15
4	นายกรกรร ขำพั้งสน	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20
5	นายภัทรพล แสงแดง	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20

ตารางที่ 13 แสดงความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังจากการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์
ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง
6	นายตอมมี อิลโม เอมีล ฮาลโต	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20
7	นายทศวรรษ นกแย้ม	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20
8	นางสาวคาริสสา วสวนนท์	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลหญิง	ติดอันดับ 1 ใน 20
9	นางสาวพิชญภาพร ทิพย์เกษร	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลหญิง	ติดอันดับ 1 ใน 20
10	นายมรรค จันเหลือง	สกีข้ามทุ่ง	สปринท์คลาสสิก บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
		ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20
		ฤดูหนาว	ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 10
11	นายธนากร เกยไชย	สกีข้ามทุ่ง	สปринท์คลาสสิก บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
		ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20
		ฤดูหนาว	ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 10
12	นายธนาธิป บุญฤทธิ์	สกีข้ามทุ่ง	สปринท์คลาสสิก บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
			10 กิโลเมตร บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
			ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
13	นายจิตติภัทร์ จิตมั่นชัยธรรม	สกีข้ามทุ่ง	สปринท์คลาสสิก บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
			10 กิโลเมตร บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
			ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
14	นายจักรวาล เจริญสุข	สกีข้ามทุ่ง	ฟรีสไตล์ 10 กิโลเมตร ชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
			ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
15	นายอริช นิติสาพร	สกีข้ามทุ่ง	ฟรีสไตล์ 10 กิโลเมตร ชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
			ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 30
16	นางสาวพัชรา แสงจันทร์	สกีข้ามทุ่ง	สปринท์คลาสสิก บุคคลหญิง	ติดอันดับ 1 ใน 30
			ฟรีสไตล์ 5 กิโลเมตร หญิง	ติดอันดับ 1 ใน 30
17	นางสาวณัฐอัชฌา ฉัตรฐิติเมธี	สกีข้ามทุ่ง	สปринท์คลาสสิก บุคคลหญิง	ติดอันดับ 1 ใน 30
			ฟรีสไตล์ 5 กิโลเมตร หญิง	ติดอันดับ 1 ใน 30
18	นายนราวิชญ์ สายสุข	ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20
		ฤดูหนาว	ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 10
19	นายกฤษกร กิ่งสกุล	ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	ติดอันดับ 1 ใน 20
		ฤดูหนาว	ผลัด 4x75 ทีมชาย	ติดอันดับ 1 ใน 10
20	นางสาวจริยาวดี อุดมลาภ	ทวิกีฬาฤดูหนาว	7.5 กิโลเมตร บุคคลหญิง	ติดอันดับ 1 ใน 30
21	นายณกเกตน์ สวนสุข	สเก็ตความเร็ว	100 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			500 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,000 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน

ตารางที่ 13 แสดงความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังจากการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์
ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง
22	นายประกฤษ บวรมงคลศักดิ์	สเก็ตความเร็ว ระยะสั้น	500 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,000 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
23	นายชลชาติ ตะพรม	สเก็ตความเร็ว ระยะสั้น	500 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,500 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับ 1 ในอาเซียน
24	นายจิรวุฒิ ผลกาจ	สเก็ตความเร็ว ระยะสั้น	500 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,500 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
25	นายภูริภัทร ช่างไม้	สเก็ตความเร็ว ระยะสั้น	1,000 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,500 เมตร บุคคลชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับ 1 ในอาเซียน
26	นางสาวปิ่นปรีดา เปรมปรีชา	สเก็ตความเร็ว ระยะสั้น	500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,000 เมตร บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับ 1 ในอาเซียน
27	นางสาวธัญญา ฉัตรไธสง	สเก็ตความเร็ว ระยะสั้น	500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,000 เมตร บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
			1,500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับ 1 ในอาเซียน
28	นางสาวทีฆรี ศิลปอาษา	สเก็ตลีลา	บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
29	นางสาววิภาณันท์ เหวตระกูล	สเก็ตลีลา	บุคคลหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
30	นายพงษ์ศักดิ์ มหัทธนสกุล	เคอร์ลิง	ทีมชาย	อันดับ 1 ในอาเซียน
31	นายณัฐ บุนยาภรณ์			
32	นายองอาจ มณีเนตร			
33	นายประเวศ แก้วจิ้น			
34	นายเทพฤทธิ์ ไรวินท์			
35	นางสาวกัญญา ณิชชาณรงค์	เคอร์ลิง	ทีมหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
36	นางสาวณัฐธิดา คัมภีร์กิจ			
37	นางสาวพิชญธิดา เจ้าทรัพย์			
38	นางสาวรวรรวิสาห์ ปัญญาเนรมิตดี			

ตารางที่ 13 แสดงความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังจากการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์
ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง
39	นางสาวศุภกาญจน์ แก้วมรกต	เคอร์ลิง	ทีมหญิง	อันดับ 1 ในอาเซียน
40	นายธีร์กวิน เจียรธีรวิทย์	เคอร์ลิง	คู่ผสม	อันดับ 1 ในอาเซียน
41	ร้อยเอกหญิง ชนาธิป ช้อนขำ			
42	นายบุญญ์ ผาสุกกิจวัฒนา	ฮอกกี้น้ำแข็ง	ทีมชาย	อันดับ 1 ใน 3
43	นายอารยะ วัฒนปัญญากุล			
44	นายณกฤต สุทธิวิจิตรโต			
45	นายชนกชนม์ ลิ้มปิ่นเพชร			
46	นายธนชัย ศักดิ์ชัยเจริญกุล			
47	นายสถิระ ถาวะ			
48	นายอธิษฐ์ ขุนราชฎ์			
49	นายณัฐภัทร ลัคคนทีนากร			
50	นายเค็น เอ็ดวิน ซินเบอร์น			
51	นายแพทริก พอร์สเนอร์			
52	นายรักษ์ชัย สุขวิบูลย์			
53	นายนิโคลาส ชาร์ล แลมสัน			
54	นายเบนจามิน เดวิด คลายเนสเซ			
55	นายปณณ หงส์สวัสดิ์			
56	นายยอน มิคไคล์ อิช์คส์สัน			
57	นายโดมินิค โพลเลนไวเดอร์			
58	นายทัศนัย พ่วงรอด			
59	นายศรารุช วัฒนนะ			
60	นายศรารุช ผาสุกวงศ์			
61	นายกิม ยูฮานี อาร์รอลา			
62	นายเจมส์ ณ พิกุล แม็คคอเลียร์			
63	นายณัฐชยธร ญาณภรรณาพันธ์			
64	นางสาวอภิชญา ไชสานันท์	ฮอกกี้น้ำแข็ง	ทีมหญิง	อันดับ 1 ใน 3
65	นางสาวเอวิตรา โพธิ์ทอง			
66	นางสาวจารวี ศรีจำนง			
67	นางสาวกานต์พิชชา แสนเทศ			
68	นางสาวนิษฐานันต์ ลอยกุลนันท์			
69	นางสาวภัทรานิษฐ์ ศรีพรหม			
70	นางสาวภวริศา ศักดิ์ชัยเจริญกุล			
71	นางสาวแพรพลอย ชันภักดี			

ตารางที่ 13 แสดงความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังจากการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์
ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง
72	นางสาวแพรวไพลิน ชันภักดี	ฮอกกี้น้ำแข็ง	ทีมหญิง	อันดับ 1 ใน 3
73	นางสาวลิลิตา โภคา			
74	นางสาวศิริกาญจน์ จิตตรีศิลป์			
75	นางสาวศุภิสรา ธรรมมะ			
76	นางสาวสุวิภา ปัญญามณีรัตน์			
77	นางสาวธมิตา กุลธาดาปกรณ์			
78	นางสาวทิพย์วรินทร์ ญาณภรณ์พันธ์			
79	นางสาวรัชชันทน์ บุญยบุล			
80	นางวิไลกษญาณ์ วัฒนกุลเจริญไชย			
81	นางสาววิลาสินี รัตนนัย			
82	นางสาววรนิษฐา ศิริวิกุล			
83	นางสาวพัชรมน วรวัฒน์			
84	นางสาวปริม เดชไชย			
85	นางสาวมาริษา ฉิมประดิษฐ์			

การใช้วิทยาศาสตร์การกีฬา

ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้สนับสนุนด้านต่างๆที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬาให้แก่กีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน ที่ได้เริ่มเก็บตัวฝึกซ้อมในช่วงวันที่ 1 มกราคม - 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 โดยฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬาได้จัดการให้บริการแก่นักกีฬา ดังนี้

1. การจัดผู้เชี่ยวชาญสาขาต่างๆเพื่อให้คำปรึกษาแก่นักกีฬาและผู้ฝึกสอน ประกอบด้วย ด้านสรีรวิทยา ด้านโภชนาการ ด้านจิตวิทยาการกีฬา ด้านชีวกลศาสตร์ ฯลฯ
2. การจัดผู้เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์การกีฬา เช่น แพทย์ พยาบาล นักกายภาพบำบัด เจ้าหน้าที่นวด และการเปิดคลินิกนอกเวลาราชการ เป็นต้น
3. การตรวจสอบสารต้องห้าม โดยกองควบคุมการใช้สารต้องห้ามทางการกีฬา สำนักงานควบคุมการใช้สารต้องห้ามทางการกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ทำการเก็บตัวอย่างปัสสาวะในนักกีฬาเพื่อตรวจวิเคราะห์หาสารต้องห้าม ณ ห้องปฏิบัติการ ในกลุ่มนักกีฬาที่ได้รับสิทธิ์เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ที่ทำการเก็บตัวฝึกซ้อมในประเทศไทย จำนวน 17 คน และจากผลการวิเคราะห์พบว่า ไม่พบสารต้องห้ามในนักกีฬาทั้ง 17 คน
4. การทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา ได้กำหนดการทดสอบสมรรถภาพเป็นจำนวน 1 ครั้ง ในช่วงระหว่างวันที่ 2 - 31 มกราคม พ.ศ. 2568 เพื่อทราบถึงสมรรถภาพทางกายของนักกีฬา เพื่อประเมินความพร้อมของนักกีฬาก่อนเดินทางเข้าร่วมการแข่งขัน โดยผลการทดสอบของ

นักกีฬาชายมีสมรรถภาพทางกายอยู่ในเกณฑ์ดี และนักกีฬาหญิงมีสมรรถภาพทางกายอยู่ในเกณฑ์ดีเช่นกัน
ในการประเมินผลการทดสอบนั้นสามารถแบ่งเกณฑ์การประเมินได้ดังนี้

เกณฑ์ค่าเฉลี่ย แบ่งเป็น	4.00 ขึ้นไป	หมายถึง	ดีมาก
	3.00 - 3.99	หมายถึง	ดี
	2.00 - 2.99	หมายถึง	ปานกลาง
	ต่ำกว่า 1.99	หมายถึง	ต่ำ

ตารางที่ 14 แสดงผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ช่วงที่ 1 ระหว่างวันที่ 2 - 31 มกราคม พ.ศ. 2568

ที่	รายชื่อนักกีฬา	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ		วันที่เข้ารับการทดสอบ
				ค่าเฉลี่ย	เกณฑ์	
สมาคมกีฬาสกีและสโนว์บอร์ดแห่งประเทศไทย						
1	นายกฤษกร กิ่งสกุล	172	57.9	2.88	ปานกลาง	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
2	นายธนาธิป บุญฤทธิ์	181	72.0	3.25	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
3	นายจิตติภัทธ์ จิตมั่นชัยธรรม	172	62.5	3.00	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
4	นายนราวิชัย สายสุข	175	69.1	3.88	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
5	นายฉัฏฐ์ ชยาเมธิสุรัตน์	172	59.2	3.71	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
6	นายจักรวาล เจริญสุข	170	75.5	3.00	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
7	นายธนากร เยไชย	166	54.9	3.75	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
8	นายทศวรรษ นกแย้ม	175	72.3	3.75	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
9	นายกรกรร ข้าพึ่งสน	170	66.6	3.50	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
10	นายภัทรพล แสงแดง	175	65.3	3.38	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
11	นายเจเรมี ภูมิน คนอร์	173	77.0	3.00	ดี	27 มกราคม 2568
ค่าเฉลี่ยรวม				3.37	ดี	
12	นางสาวพิชญพร ทิพย์เกษร	163	55.3	3.63	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
13	นางสาวพัชรภา แสงจันทร์	158	56.9	2.86	ปานกลาง	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
14	นางสาวณัฐชญา นัตริฐิติเมธี	154	54.4	3.57	ดี	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
15	นางสาวจริยวดี อุดมลาภ	160	60.0	4.00	ดีมาก	3 - 4 กุมภาพันธ์ 2568
16	นางสาวคาริสสา วสวนนท์	155	49.0	4.00	ดีมาก	29 มกราคม 2568
ค่าเฉลี่ยรวม				3.64	ดี	
สมาคมกีฬาฟิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้งแห่งประเทศไทย						
17	นายภูริภัทร ช่างไม้	170	59.7	4.00	ดีมาก	21 พฤศจิกายน 2567
18	นายจิรวุฒน์ ผลกาจ	165	63.6	4.60	ดีมาก	21 พฤศจิกายน 2567
19	นายประกฤต บวรมงคลศักดิ์	168	62.2	3.20	ดี	21 พฤศจิกายน 2567
20	นายชลชาติ ตะพรหม	170	60.7	4.40	ดีมาก	21 พฤศจิกายน 2567
21	นายณภเกตน์ สวนสุข	175	72.4	3.40	ดี	25 ธันวาคม 2567
ค่าเฉลี่ยรวม				3.92	ดี	

ตารางที่ 14 แสดงผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ช่วงที่ 1 ระหว่างวันที่ 2 - 31 มกราคม พ.ศ. 2568 (ต่อ)

ที่	รายชื่อนักกีฬา	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ		วันที่เข้ารับการทดสอบ
				ค่าเฉลี่ย	เกณฑ์	
สมาคมกีฬาฟิสิกเกอร์และสปีดเก็ตติ้งแห่งประเทศไทย						
22	นางสาววิภาณันท์ เหวระกุล	161	51.3	3.00	ดี	4 ธันวาคม 2567
23	นางสาวทีฆรี ศิลปอาษา	160	54.5	5.00	ดีมาก	4 ธันวาคม 2567
24	นางสาวปิ่นปรีดา เปรมปรีชา	168	59.3	4.60	ดีมาก	21 พฤศจิกายน 2567
25	นางสาวธัญญา ฉัตรโรตอง	163	51.8	4.40	ดีมาก	21 พฤศจิกายน 2567
ค่าเฉลี่ยรวม				4.25	ดีมาก	
สมาคมกีฬาเคอร์ลิงแห่งประเทศไทย						
26	นายธีรภวิน เจียรธีรวิทย์	167	71.5	1.67	ต่ำ	25 ธันวาคม 2567
27	นายองอาจ มณีเนตร	163	67.5	1.67	ต่ำ	25 ธันวาคม 2567
28	นายณัฐ บุนยาภรณ์	170	96.0	2.33	ปานกลาง	25 ธันวาคม 2567
29	นายพงษ์ศักดิ์ มหัทธนสกุล	167	67.5	2.33	ปานกลาง	25 ธันวาคม 2567
30	นายเทพฤทธิ์ ไรวินท์	184	80.7	2.67	ปานกลาง	25 ธันวาคม 2567
31	นายประเวศ แก้วจัน	171	76.2	3.33	ดี	25 ธันวาคม 2567
ค่าเฉลี่ยรวม				2.33	ปานกลาง	
32	นางสาวกัญญา ณิชชาณรงค์	160	51.0	1.33	ต่ำ	25 ธันวาคม 2567
33	นางสาววรรณวิสาข์ ปัญญาเนรมิตดี	167	55.7	4.33	ดีมาก	25 ธันวาคม 2567
34	นางสาวณัฐธิดา คัมภีร์กิจ	157	64.4	1.67	ต่ำ	25 ธันวาคม 2567
35	นางสาวศุภกาญจน์ แก้วมรกต	157	60.0	2.33	ปานกลาง	25 ธันวาคม 2567
36	นางสาวพิชญธิดา เจ้าทรัพย์	174	60.0	3.33	ดี	25 ธันวาคม 2567
37	ร้อยเอกหญิง ชนาธิป ซ้อนขำ	167	54.7	3.67	ดี	29 มกราคม 2568
ค่าเฉลี่ยรวม				2.78	ปานกลาง	
สมาคมกีฬาฮอกกี้น้ำแข็งแห่งประเทศไทย						
38	นายนิโคลัส ชาร์ล แลมสัน	179	72.1	2.50	ปานกลาง	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
39	นายเจมส์ ณ พิกุล แม่คอเลียร์	175	57.7	3.70	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
40	นายปิ่น ณ หงษ์สวัสดิ์	167	60.8	4.10	ดีมาก	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
41	นายอารยะ วัฒนปัญญากุล	173	81.7	3.20	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
42	นายยอน มิคโคล์ อิชส์สัน	175	80.7	2.90	ปานกลาง	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
43	นายณัฐภัทร ลัคคนทีนากร	171	72.0	3.40	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
44	นายรักษชัย สุขวิบูลย์	165	71.3	3.40	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
45	นายชนกชนม์ ลิมปินเพชร	179	72.5	4.10	ดีมาก	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
46	นายณกฤต สุทธิวิจิตโต	175	84.3	3.00	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
47	นายเบนจามิน เดวิด คลายเนสเซ	182	100.1	3.20	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567

ตารางที่ 14 แสดงผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ช่วงที่ 1 ระหว่างวันที่ 2 - 31 มกราคม พ.ศ. 2568 (ต่อ)

ที่	รายชื่อนักกีฬา	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ		วันที่เข้ารับการทดสอบ
				ค่าเฉลี่ย	เกณฑ์	
48	นายแพทริก พอร์สเนอร์	185	83.2	3.80	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
49	นายเค็น เอ็ดวิน ซินเบอร์น	181	83.0	3.20	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
50	นายอริษฐ์ ขุนราษฎร์	182	76.3	1.40	ต่ำ	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
51	นายณัฐชัยธร ญาณกรณาพันธ์	182	75.0	3.00	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
52	นายธนชัย ศักดิ์ชัยเจริญกุล	177	72.7	4.00	ดีมาก	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
53	นายศราวุธ ผาสุขวงศ์	182	79.5	3.50	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
54	นายบุญญ์ ผาสุขกิจวัฒนา	176	74.5	3.80	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
55	นายทัศน์ัย พ่วงรอด	175	65.6	3.60	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
56	นายศราวุธ วัฒนนะ	177	91.5	3.60	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
57	นายสิทธิระ ถาวร	186	87.0	3.70	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
58	นายโดมินิค โพลแล็นไวดอร์	176	95.1	3.50	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
59	นายกิม ยูฮานี อาร์รอลา	177	75.0	3.50	ดี	21 มกราคม 2568
ค่าเฉลี่ยรวม				3.37	ดี	
60	นางสาวธมิตา กุลธาดาปกรณ์	172	62.7	2.40	ปานกลาง	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
61	นางสาวมาริษา นิมประดิษฐ์	167	59.4	3.90	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
62	นางสาวปริม เดชไทย	164	65.3	3.50	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
63	นางสาวภัทรานิษฐ์ ศรีพรหม	160	52.6	3.40	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
64	นางสาวรัชชานันท์ บุญยุบล	160	56.9	3.38	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
65	นางสาววิไลกษญา วัฒนกุลเจริญไชย	165	75.5	2.88	ปานกลาง	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
66	นางสาววิลาสินี รัตนนัย	167	62.3	2.75	ปานกลาง	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
67	นางสาวพัชรมน วรวัฒน์	164	51.8	3.30	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
68	นางสาวจารวี ศรีจำนงค์	161	79.8	2.00	ปานกลาง	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
69	นางสาวภวริศา ศักดิ์ชัยเจริญกุล	167	54.1	3.70	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
70	นางสาวทิพย์วิทร ญาณกรณาพันธ์	175	65.5	3.40	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
71	นางสาวอภิชญา ไชสานันท์	163	48.8	4.00	ดีมาก	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
72	นางสาวแพรวไพลิน ชันภักดี	164	58.2	3.40	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
73	นางสาวแพรวพลอย ชันภักดี	161	57.8	3.50	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
74	นางสาวศุภิสรา ธรรมมะ	155	48.4	3.30	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
75	นางสาวสุวิภา ปัญญาณิรัตน์	163	57.2	4.00	ดีมาก	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
76	นางสาวศิริกาญจน์ จิตตรีศิลป์	160	63.5	3.00	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
77	นางสาวกานต์พิชชา แสนเทศ	157	87.7	2.20	ปานกลาง	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
78	นางสาวนิษฐานันต์ ลอยกุลนันท์	155	44.8	3.10	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567

ตารางที่ 14 แสดงผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ช่วงที่ 1 ระหว่างวันที่ 2 - 31 มกราคม พ.ศ. 2568 (ต่อ)

ที่	รายชื่อนักกีฬา	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ		วันที่เข้ารับการทดสอบ
				ค่าเฉลี่ย	เกณฑ์	
79	นางสาวรนิษฐา ศิริวิกุล	162	54.9	3.00	ดี	21 พ.ย. - 18 ธ.ค. 2567
80	นางสาวเอวิตรา โพธิ์ทอง	157	51.6	3.50	ดี	23 มกราคม 2568
ค่าเฉลี่ยรวม				3.22	ดี	

บทที่ 3 ผลการแข่งขัน

ผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน ระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2025 (พ.ศ. 2568) นักกีฬาทีมชาติไทยสามารถคว้าเหรียญรางวัลแรกในประวัติศาสตร์ของไทย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตารางที่ 15 แสดงผลการแข่งขันในภาพรวมของการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

อันดับ	ประเทศ				
1	 สาธารณรัฐประชาชนจีน	32	27	26	85
2	 สาธารณรัฐเกาหลี	16	15	14	45
3	 ประเทศญี่ปุ่น	10	12	15	37
4	 สาธารณรัฐคาซัคสถาน	4	9	7	20
5	 สาธารณรัฐฟิลิปปินส์	1	-	-	1
	 สาธารณรัฐอุซเบกิสถาน	1	-	-	1
7	 สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนเกาหลี	-	1	-	1
8	 สาธารณรัฐจีน	-	-	1	1
	 ราชอาณาจักรไทย	-	-	1	1
รวมทั้งสิ้น		64	64	64	192

จากตารางที่ 15 แสดงผลการแข่งขันในภาพรวมของการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 พบว่า สาธารณรัฐประชาชนจีน สามารถทำผลงานได้เป็นอันดับ 1 คือ 32 เหรียญทอง 27 เหรียญเงิน 26 เหรียญทองแดง รวม 85 เหรียญ อันดับที่ 2 สาธารณรัฐเกาหลี คือ 16 เหรียญทอง 15 เหรียญเงิน 14 เหรียญทองแดง รวม 45 เหรียญ ตามลำดับ

ตารางที่ 16 แสดงเหรียญรางวัลของประเทศในระดับอาเซียนในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

อันดับ	ประเทศ				
1	 สาธารณรัฐฟิลิปปินส์	1	-	-	1
2	 ราชอาณาจักรไทย	-	-	1	1
รวมทั้งสิ้น		1	-	1	2

จากตารางที่ 16 แสดงเหรียญรางวัลของประเทศในระดับอาเซียนในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 พบว่า สาธารณรัฐฟิลิปปินส์ สามารถทำได้ 1 เหรียญทอง และราชอาณาจักรไทย ทำได้ 1 เหรียญทองแดง

ตารางที่ 17 แสดงเหรียญรางวัลของประเทศไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ที่	ชนิดกีฬา				
1	สกีลีลา	-	-	1	1
รวมทั้งสิ้น		-	-	1	1

จากตารางที่ 17 แสดงเหรียญรางวัลของประเทศไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 พบว่า ประเทศไทย ทำได้ 1 เหรียญทองแดง จากนายปอล ฮองรี วีเยอร์ตองส์ ในชนิดกีฬาสกีลีลา

ตารางที่ 18 แสดงผลการแข่งขันของนักกีฬาไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ผลการแข่งขัน
1	นายปอล ฮองรี วีเยอร์ตองส์	สกีลีลา	สโลปสไตล์ บุคคลชาย	อันดับที่ 3
			บิกแอร์ บุคคลชาย	อันดับที่ 6
2	นายเจเรมีย์ ญมอ คนอร์	สกีปีนเขา	สปรินท์ บุคคลชาย	อันดับที่ 11
3	นายลัทธิวัชร ชยาเมธิสุรัตน์	สโนว์บอร์ด	สโลปสไตล์ บุคคลชาย	อันดับที่ 8
			บิกแอร์ บุคคลชาย	อันดับที่ 7
4	นายกรกรร ชำพึงสน	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	อันดับที่ 27
5	นายภัทรพล แสงแดง	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	อันดับที่ 24
6	นายตอมมิ อิลโม เอมีล อาล์โต	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	อันดับที่ 22
7	นายทศวรรษ นกแย้ม	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	DNF
8	นางสาวคาริสสา วสวนนท์	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลหญิง	อันดับที่ 20
9	นางสาวพิชญภาพร ทิพย์เกษร	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลหญิง	อันดับที่ 24
10	นายมรรค จันเหลือง	สกีข้ามทุ่ง	สปรินท์คลาสสิก บุคคลชาย	อันดับที่ 11
		ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 20
		ฤดูหนาว	ผลัด 4x7.5 กม. ทีมชาย	อันดับที่ 7
11	นายธนากร เงยไชย	สกีข้ามทุ่ง	สปรินท์คลาสสิก บุคคลชาย	อันดับที่ 21
		ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 22
		ฤดูหนาว	ผลัด 4x7.5 กม. ทีมชาย	อันดับที่ 7
12	นายธนาธิป บุญฤทธิ์	สกีข้ามทุ่ง	สปรินท์คลาสสิก บุคคลชาย	อันดับที่ 22
13	นายจิตติภรณ์ จิตมั่นชัยธรรม	สกีข้ามทุ่ง	สปรินท์คลาสสิก บุคคลชาย	อันดับที่ 32
			ฟรีสไตล์ 10 กิโลเมตร ชาย	อันดับที่ 34
			ผลัด 4x7.5 กม. ทีมชาย	อันดับที่ 8
14	นายจักรวาล เจริญสุข	สกีข้ามทุ่ง	ฟรีสไตล์ 10 กิโลเมตร ชาย	อันดับที่ 37
			ผลัด 4x7.5 กม. ทีมชาย	อันดับที่ 8
15	นายอิชัย นิติสภาพร	สกีข้ามทุ่ง	ฟรีสไตล์ 10 กิโลเมตร ชาย	อันดับที่ 36
			ผลัด 4x7.5 กม. ทีมชาย	อันดับที่ 8
16	นางสาวพัชรภา แสงจันทร์	สกีข้ามทุ่ง	สปรินท์คลาสสิก บุคคลหญิง	อันดับที่ 24
			ฟรีสไตล์ 5 กิโลเมตร หญิง	อันดับที่ 27

ตารางที่ 18 แสดงผลการแข่งขันของนักกีฬาไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ผลการแข่งขัน
17	นางสาวณัฐอัชฌา ฉัตรฐิติเมธี	สกีข้ามทุ่ง	สปринท์คลาสสิก บุคคลหญิง	อันดับที่ 22
			ฟรีสไตล์ 5 กิโลเมตร หญิง	อันดับที่ 29
18	นายนราวิชญ์ สายสุข	ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	DSQ
			ผลัด 4x7.5 กม. ทีมชาย	อันดับที่ 7
19	นายกฤษกร กิ่งสกุล	ทวิกีฬา	10 กิโลเมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 30
			ผลัด 4x7.5 กม. ทีมชาย	อันดับที่ 7
20	นางสาวจริยาวดี อุดมลาภ	ทวิกีฬา	7.5 กิโลเมตร บุคคลหญิง	อันดับที่ 21
21	นายนภเกตนธ์ สวนสุข	สเก็ต ความเร็ว	100 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 22
			500 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 22
			1,000 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 23
22	นายประกฤษ บวรมงคลศักดิ์	สเก็ต ความเร็ว	500 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 26
			1,000 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 19
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	ตกรอบ Semifinal
23	นายชลชาติ ตะพรหม	สเก็ต ความเร็ว	500 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 15
			1,000 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 20
			1,500 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 19
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	ตกรอบ Semifinal
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับที่ 5
24	นายจิรวัดณ์ ผลกาจ	สเก็ต ความเร็ว	500 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 28
			1,500 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 29
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	ตกรอบ Semifinal
25	นายภูริภัทร ช่างไม้	สเก็ต ความเร็ว	1,000 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 24
			1,500 เมตร บุคคลชาย	อันดับที่ 21
			ผลัด 5,000 เมตร ทีมชาย	ตกรอบ Semifinal
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับที่ 5
26	นายปิ่นปรีดา เปรมปรีชา	สเก็ต ความเร็ว	500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับที่ 19
			1,000 เมตร บุคคลหญิง	อันดับที่ 14
			1,500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับที่ 13
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับที่ 5
27	นางสาวธนัชญา ฉัตรโรตอง	สเก็ต ความเร็ว	500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับที่ 11
			1,000 เมตร บุคคลหญิง	อันดับที่ 17
			1,500 เมตร บุคคลหญิง	อันดับที่ 9
			ผลัด 2,000 เมตร ทีมผสม	อันดับที่ 5

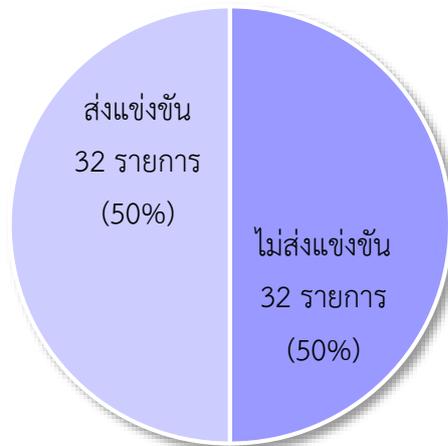
ตารางที่ 18 แสดงผลการแข่งขันของนักกีฬาไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ผลการแข่งขัน
28	นางสาวซึซึริ คิลปออา	สเก็ตลีลา	บุคคลหญิง	อันดับที่ 20
29	นางสาววิภาณันท์ เหวตระกุล	สเก็ตลีลา	บุคคลหญิง	อันดับที่ 22
30	นายพงษ์ศักดิ์ มหัทธนะกุล	เคอร์ลิง	ทีมชาย	อันดับที่ 11
31	นายณัฐ บุนยาภรณ์			
32	นายองอาจ มณีเนตร			
33	นายประเวศ แก้วจิ้น			
34	นายเทพฤทธิ์ ไรวินท์			
35	นางสาวกัญญา ณิชชาณรงค์	เคอร์ลิง	ทีมหญิง	อันดับที่ 8
36	นางสาวณัฐธิดา คัมภีร์กิจ			
37	นางสาวพิชฎิธิดา เจ้าทรัพย์			
38	นางสาววรรณวิสาข์ ปัญญาเนรมิตดี			
39	นางสาวศุภกาญจน์ แก้วมรกต			
40	นายธีร์ภวิน เจียรธีรวิทย์	เคอร์ลิง	คู่ผสม	อันดับที่ 8
41	ร้อยเอกหญิง ขนาธิปซ้อนขำ			
42	นายบุญญ์ ผาสุกกิจวัฒนา	ฮอกกี้น้ำแข็ง	ทีมชาย	อันดับที่ 6
43	นายอารยะ วัฒนปัญญากุล			
44	นายฤกฤต สุทธิวิจิตโต			
45	นายชนกชนม์ บิมปิ่นเพชร			
46	นายธนชัย ศักดิ์ชัยเจริญกุล			
47	นายสธิระ ถาวร			
48	นายอชิษฐ์ ขุนราษฎร์			
49	นายณัฐภัทร ลัคนทินากร			
50	นายเค็น เอ็ดวิน ซินเบอร์น			
51	นายแพทริก ฟอัสเนอร์			
52	นายรักษชัย สุขวิบูรณ์			
53	นายนิโคลาส ชาร์ล แลมสัน			
54	นายเบนจามิน เดวิด คลายเนสเซ			
55	นายปณณ หงส์สวัสดิ์			
56	นายยอน มิคไคล์ อีซึคส์สัน			
57	นายโดมินิค โพลเลนไวเดอร์			
58	นายทัศนัย พ่วงรอด			
59	นายศราวุธ วัฒนนะ			
60	นายศราวุธ ผาสุกวงศ์			
61	นายกิม ยูฮานี อาร์รอลา			

ตารางที่ 18 แสดงผลการแข่งขันของนักกีฬาไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

ที่	นักกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ผลการแข่งขัน
62	นายเจมส์ ณ พิกุล แม็คคอลลีย์	ฮอกกี้น้ำแข็ง	ทีมชาย	อันดับที่ 6
63	นายณัฐชยธร ญาณกรธนาพันธ์			
64	นางสาวอภิชญา ไชยสนันท์	ฮอกกี้น้ำแข็ง	ทีมหญิง	อันดับที่ 6
65	นางสาวเอวิตรา โพธิ์ทอง			
66	นางสาวจารวี ศรีจำนง			
67	นางสาวกานต์พิชชา แสนเทศ			
68	นางสาวนิษานันต์ ลอยกุลนันท์			
69	นางสาวภัทรานิษฐ์ ศรพรหม			
70	นางสาวภวริศา ศักดิ์ชัยเจริญกุล			
71	นางสาวแพนพลอย ชันภักดี			
72	นางสาวแพรวไพลิน ชันภักดี			
73	นางสาวลิลลดา โภคา			
74	นางสาวศิริกาญจน์ จิตตรีศิลป์			
75	นางสาวศุภิสรา ธรรมมะ			
76	นางสาวสุวิภา ปัญญามณีรัตน์			
77	นางสาวธมิกา กุลธาดาปกรณ์			
78	นางสาวทิพย์วรินทร์ ญาณกรธนาพันธ์			
79	นางสาววรรษนันท์ บุญยบูล			
80	นางวิลักษณ์ วัฒนกุลเจริญไชย			
81	นางสาววิลาลินี รัตนนัย			
82	นางสาววณิชฐา ศิริวิกุล			
83	นางสาวพัชรมน วรวัฒน์			
84	นางสาวปริม เดชไทย			
85	นางสาวมาริษา ฉิมประดิษฐ์			

แผนภาพที่ 1 แสดงจำนวนรายการแข่งขันที่ประเทศไทยส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



จากแผนภาพที่ 1 แสดงจำนวนรายการแข่งขันที่ประเทศไทยส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 พบว่า มรการแข่งขันครั้งนี้ ประเทศไทยเจ้าภาพได้จัดการแข่งขันทั้งหมด 11 ชนิดกีฬา 64 รายการ และนักกีฬาทีมชาติไทยลงทำการแข่งขันทั้งหมด 11 ชนิดกีฬา 32 รายการ คิดเป็นร้อยละ 50

ตารางที่ 19 แสดงการเปรียบเทียบพัฒนาการและผลงานของนักกีฬาไทยทั้งอันดับและสถิติในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 กับกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8

ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ผลงาน/ผลการแข่งขัน		การเปรียบเทียบผลการแข่งขัน			
		ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ดีขึ้น	เท่าเดิม	ลดลง	ไม่สามารถเปรียบเทียบได้
สกีลีลา	สโปลสไต์ล บุคคลชาย	-	ทองแดง				✓
	บิกแอร์ บุคคลชาย	-	อันดับที่ 6				✓
สกีปีนเขา	สปรินท์ บุคคลชาย	-	ตกรอบ Semifinal				✓
สโนว์บอร์ด	สโปลสไต์ล บุคคลชาย	-	DNS				✓
	บิกแอร์ บุคคลชาย	-	อันดับที่ 7				✓
สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	อันดับที่ 15	อันดับที่ 22			✓	
	สลาลอม บุคคลหญิง	-	อันดับที่ 20				✓
สกีข้ามทุ่ง	สปรินท์คลาสสิก ชาย	DSQ	ตกรอบ Semifinal	✓			
	ฟรีสไตล์ 10 กม. ชาย	DSQ	อันดับที่ 28				✓
	ผลัด 4x75 ทีมชาย	-	อันดับที่ 8				✓
	สปรินท์คลาสสิก หญิง	DSQ	ตกรอบ Quarterfinal	✓			
	ฟรีสไตล์ 5 กม. หญิง	DSQ	อันดับที่ 27	✓			

ตารางที่ 19 แสดงการเปรียบเทียบพัฒนาการและผลงานของนักกีฬาไทยทั้งอันดับและสถิติในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 กับกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8 (ต่อ)

ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ผลงาน/ผลการแข่งขัน		การเปรียบเทียบผลการแข่งขัน			
		ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ดีขึ้น	เท่าเดิม	ลดลง	ไม่สามารถเปรียบเทียบได้
ทวีกีฬา ฤดูหนาว	10 กม. บุคคลชาย	-	อันดับที่ 20				✓
	ผลัด 4x75 ทีมชาย	-	อันดับที่ 7				✓
	7.5 กม. บุคคลหญิง	-	อันดับที่ 21				✓
สเก็ต ความเร็ว	100 ม. บุคคลชาย	-	อันดับที่ 22				✓
	500 ม. บุคคลชาย	-	อันดับที่ 22				✓
	1,000 ม. บุคคลชาย	-	อันดับที่ 23				✓
สเก็ต ความเร็ว ระยะสั้น	500 ม. บุคคลชาย	ตกรอบ แบ่งกลุ่ม	ตกรอบ Quarterfinal	✓			
	1,000 ม. บุคคลชาย	ตกรอบ แบ่งกลุ่ม	ตกรอบ Quarterfinal	✓			
	1,500 ม. บุคคลชาย	ตกรอบ แบ่งกลุ่ม	ตกรอบ Semifinal	✓			
	ผลัด 5,000 ม. ชาย	-	ตกรอบ Semifinal				✓
	500 ม. บุคคลหญิง	-	ตกรอบ Quarterfinal				✓
	1,000 ม. บุคคลหญิง	-	ตกรอบ Quarterfinal				✓
	1,500 ม. บุคคลหญิง	-	อันดับ 2 (Final B)				✓
	ผลัดผสม 2,000 ม.	-	อันดับ 5 (Final B)				✓
สเก็ตลีลา	บุคคลหญิง	อันดับที่ 9	อันดับที่ 20			✓	
เคอร์ลิ่ง	ทีมชาย	-	ตกรอบ Roundrobin (อันดับที่ 11)				✓
	ทีมหญิง	-	ตกรอบ Roundrobin (อันดับที่ 8)				✓
	คู่ผสม	-	ตกรอบ Roundrobin (อันดับที่ 8)				✓

ตารางที่ 19 แสดงการเปรียบเทียบพัฒนาการและผลงานของนักกีฬาไทยทั้งอันดับและสถิติในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 กับกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8 (ต่อ)

ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ผลงาน/ผลการแข่งขัน		การเปรียบเทียบผลการแข่งขัน			
		ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ดีขึ้น	เท่าเดิม	ลดลง	ไม่สามารถเปรียบเทียบได้
ฮอกกี	ทีมชาย	อันดับที่ 5	อันดับที่ 6			✓	
น้ำแข็ง	ทีมหญิง	อันดับที่ 5	อันดับที่ 6			✓	
รวมทั้งสิ้น				6	-	4	22

หมายเหตุ: การเปรียบเทียบผลการแข่งขันที่ไม่สามารถเปรียบเทียบได้ หมายถึง เป็นรายการแข่งขันใหม่ที่นักกีฬาทีมชาติไทยเข้าร่วมการแข่งขันเป็นครั้งแรก

จากตารางที่ 19 แสดงการเปรียบเทียบพัฒนาการและผลงานของนักกีฬาไทยทั้งอันดับและสถิติในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 กับกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว พบว่า เมื่อนำผลการแข่งขันของนักกีฬาทีมชาติไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮยหลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน มาเปรียบเทียบกับผลการแข่งขันของนักกีฬาทีมชาติไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8 ณ เมืองซัปโปโร และเมืองโออิตชิโร ประเทศญี่ปุ่น จะเห็นได้ว่า นักกีฬาสามารถทำผลงานได้ดีขึ้น จำนวน 6 รายการ คิดเป็นร้อยละ 18.75 รายการที่นักกีฬาทำผลงานลดลง จำนวน 4 รายการ คิดเป็นร้อยละ 12.50 และรายการแข่งขันที่ไม่สามารถเปรียบเทียบได้ เนื่องจากเป็นรายการแข่งขันที่นักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันเป็นครั้งแรก จำนวน 22 รายการ คิดเป็นร้อยละ 68.75

การเปรียบเทียบความคาดหวังก่อนการเข้าร่วมการแข่งขันกับผลการแข่งขันในกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ในช่วงก่อนการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 การกีฬาแห่งประเทศไทยได้ทำการสอบถามความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังในผลการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยที่ทำการส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ และเมื่อจบการแข่งขันจึงนำผลการแข่งขันของนักกีฬามาเปรียบเทียบกับความคาดหวังดังกล่าว ดังนี้

ตารางที่ 20 แสดงการเปรียบเทียบความคาดหวังเหรียญรางวัลและผลการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

สมาคมกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง	ผลการแข่งขัน	การเปรียบเทียบ		
					สูงกว่า	ตามเป้า	ต่ำกว่า
ส.สกีและสโนว์บอร์ดฯ	สกีลีลา	สโลปสไตล์ บุคคลชาย	1 ใน 5	อันดับที่ 3		✓	
		บิกแอร์ บุคคลชาย	1 ใน 5	อันดับที่ 6			✓
	สกีปีนเขา	สปรินท์ ชาย	1 ใน 10	อันดับที่ 11			✓
	สโนว์บอร์ด	สโลปสไตล์ บุคคลชาย	1 ใน 15	อันดับที่ 8		✓	
		บิกแอร์ บุคคลชาย	1 ใน 15	อันดับที่ 7		✓	

ตารางที่ 20 แสดงการเปรียบเทียบความคาดหวังเหรียญรางวัลและผลการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

สมาคมกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง	ผลการแข่งขัน	การเปรียบเทียบ		
					สูงกว่า	ตามเป้า	ต่ำกว่า
ส.กีฬาสกีและสโนว์บอร์ดฯ	สกีลงเขา	สลาลอม บุคคลชาย	1 ใน 20	อันดับที่ 22			✓
		สลาลอม บุคคลหญิง	1 ใน 20	อันดับที่ 20		✓	
	สกีข้ามทุ่ง	สปริ้นท์คลาสสิก ชาย	1 ใน 30	อันดับที่ 11		✓	
		ฟรีสไตล์ 10 กม. ชาย	1 ใน 30	อันดับที่ 28		✓	
		ผลัด 4x75 ทีมชาย	1 ใน 30	อันดับที่ 8		✓	
		สปริ้นท์คลาสสิก หญิง	1 ใน 30	อันดับที่ 22		✓	
		ฟรีสไตล์ 5 กม. หญิง	1 ใน 30	อันดับที่ 27		✓	
	ทวิกีฬาฤดูหนาว	10 กม. บุคคลชาย	1 ใน 20	อันดับที่ 20		✓	
		ผลัด 4x75 ทีมชาย	1 ใน 10	อันดับที่ 7		✓	
7.5 กม. บุคคลหญิง		1 ใน 30	อันดับที่ 21		✓		
ส.กีฬาฟิสิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้ง	สเก็ตความเร็ว	100 ม. บุคคลชาย	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 22		✓	
		500 ม. บุคคลชาย	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 22		✓	
		1,000 ม. บุคคลชาย	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 23		✓	
	สเก็ตความเร็วระยะสั้น	500 ม. บุคคลชาย	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 15			✓
		1,000 ม. บุคคลชาย	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 19			✓
		1,500 ม. บุคคลชาย	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 19			✓
		ผลัด 5,000 ม. ทีมชาย	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 8		✓	
		500 ม. บุคคลหญิง	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 11		✓	
		1,000 ม. บุคคลหญิง	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 14			✓
		1,500 ม. บุคคลหญิง	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 9		✓	
		ผลัดผสม 2,000 ม.	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 5		✓	
	สเก็ตลีลา	บุคคลหญิง	1 ใน เอเชีย	อันดับที่ 20			✓

ตารางที่ 20 แสดงการเปรียบเทียบความคาดหวังเหรียญรางวัลและผลการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 (ต่อ)

สมาคมกีฬา	ชนิดกีฬา	รายการแข่งขัน	ความคาดหวัง	ผลการแข่งขัน	การเปรียบเทียบ		
					สูงกว่า	ตามเป้า	ต่ำกว่า
ส.กีฬา เคอร์ลิงฯ	เคอร์ลิง	ทีมชาย	1 ใน อาเซีย	อันดับที่ 11			✓
		ทีมหญิง	1 ใน อาเซีย	อันดับที่ 8			✓
		คู่ผสม	1 ใน อาเซีย	อันดับที่ 8			✓
ส.ฮอกกี้น้ำแข็งฯ	ฮอกกี้น้ำแข็ง	ทีมชาย	1 ใน 3	อันดับที่ 6			✓
		ทีมหญิง	1 ใน 3	อันดับที่ 6			✓
รวมทั้งสิ้น					-	19	13

จากตารางที่ 20 แสดงการเปรียบเทียบความคาดหวังเหรียญรางวัลและผลการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 จาก 11 ชนิดกีฬา 32 รายการแข่งขัน แบ่งออกเป็น

1. ความคาดหวังอันดับ 1 ใน 3 จำนวน 2 รายการ
2. ความคาดหวังอันดับ 1 ในอาเซีย จำนวน 14 รายการ
3. ความคาดหวังอันดับ 1 ใน 5 จำนวน 2 รายการ
4. ความคาดหวังอันดับ 1 ใน 10 จำนวน 2 รายการ
5. ความคาดหวังอันดับ 1 ใน 15 จำนวน 2 รายการ
6. ความคาดหวังอันดับ 1 ใน 20 จำนวน 3 รายการ
7. ความคาดหวังอันดับ 1 ใน 30 จำนวน 6 รายการ

ผลการเปรียบเทียบในภาพรวมทั้ง 11 ชนิดกีฬา 32 รายการ ที่สมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยตั้งความคาดหวังจากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 พบว่า

- ตามความคาดหวัง จำนวน 19 รายการ คิดเป็นร้อยละ 59.38
- ต่ำกว่าความคาดหวัง จำนวน 13 รายการ คิดเป็นร้อยละ 40.63

เงินรางวัลจากกองทุนพัฒนากีฬาแห่งชาติ

ตามประกาศคณะกรรมการบริหารกองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขในการให้เงินรางวัลแก่นักกีฬา บุคลากรกีฬา และสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2565 โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 21 แสดงเงินรางวัลจากกองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ

ที่	สมาคมกีฬา	เหรียญรางวัล				เงินรางวัล			รวมทั้งสิ้น
		ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม	นักกีฬา	ผู้ฝึกสอน (20%)	สมาคมกีฬา (30%)	
1	สกีและสโนว์บอร์ด	-	-	1	1	500,000	100,000	150,000	750,000
	รวมทั้งสิ้น	-	-	1	1	500,000	100,000	150,000	750,000

จากตารางที่ 21 แสดงเงินรางวัลจากกองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ พบว่า เงินรางวัลทั้งหมดที่มอบให้แก่นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย เป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น 750,000 บาท แบ่งเป็น นักกีฬา 500,000 บาท ผู้ฝึกสอน 100,000 บาท และสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย 150,000 บาท

บทที่ 4

บทสรุป

การแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน ระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 การจัดการแข่งขันทั้งสิ้น 11 ชนิดกีฬา 64 รายการ การกีฬาแห่งประเทศไทยได้ดำเนินการเตรียมนักกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 เป็นจำนวนทั้งสิ้น 85 คน จาก 4 สมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ที่ทำการแข่งขันทั้งสิ้น 11 ชนิดกีฬา โดยเริ่มต้นการเก็บตัวฝึกซ้อมตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม - 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 (รวม 35 วัน) นอกจากนี้การกีฬาแห่งประเทศไทยได้จัดสรรงบประมาณในการเตรียมและส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 เป็นเงินทั้งสิ้น 37,000,000 บาท

การติดตามประเมินผลในช่วงเตรียมทีมเก็บตัวฝึกซ้อม

การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้สนับสนุนการเตรียมนักกีฬาไทยในการเก็บตัวฝึกซ้อม โดยงานกำกับดูแลและติดตามประเมินผลกีฬาเป็นเลิศ กองพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศ ฝ่ายพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศได้ดำเนินการติดตามประเมินผลการเก็บตัวฝึกซ้อมของนักกีฬา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อติดตามความก้าวหน้าของการเก็บตัวฝึกซ้อม พร้อมทั้งประสานงานและแก้ไขปัญหาอุปสรรคต่างๆ ทั้ง 11 ชนิดกีฬา

ในการเก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 มีสถานที่เก็บตัวฝึกซ้อมใน 2 ลักษณะ คือ เก็บตัวฝึกซ้อมในประเทศไทย จำนวน 3 สมาคมกีฬา และเก็บตัวฝึกซ้อมต่างประเทศ 1 สมาคมกีฬา จากการติดตามประเมินผลการเก็บตัวฝึกซ้อมของนักกีฬา พบว่า นักกีฬามีวินัย มุ่งมั่น และตั้งใจในการฝึกซ้อม สถานที่ฝึกซ้อมส่วนใหญ่มีความเหมาะสม แต่สถานที่ฝึกซ้อมของสมาคมกีฬาฟิสิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้งแห่งประเทศไทยมีปัญหาในด้านเวลาของการเข้าใช้สถานที่ฝึกซ้อม เนื่องจากเป็นลานสเก็ตของห้างสรรพสินค้า จึงสามารถเข้าฝึกซ้อมได้ในเวลาปิดทำการเท่านั้น ในส่วนของอุปกรณ์มีความเหมาะสมและมีจำนวนเพียงพอ ด้านเบี้ยเลี้ยง ส่วนใหญ่สมาคมฯ ได้สำรองจ่ายไปก่อนและดำเนินการส่งเอกสารเบิกและยืมเงินมายังการกีฬาแห่งประเทศไทย นอกจากนี้ในด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สมาคมกีฬาส่วนใหญ่สังเกตเห็นความสำคัญของวิทยาศาสตร์การกีฬา จึงได้นำวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้ในการฝึกซ้อม ทั้งนี้ ยังมีความต้องการผู้เชี่ยวชาญด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาเพิ่มเติม เช่น นักกายภาพบำบัด เจ้าหน้าที่นวด และนักจิตวิทยาการกีฬาให้เข้ามาช่วยดูแลนักกีฬาอย่างใกล้ชิด ซึ่งฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬาได้ทำการส่งผู้เชี่ยวชาญสาขาต่างๆ เข้าไปดูแล

การใช้วิทยาศาสตร์การกีฬา

ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้สนับสนุนด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬาให้แก่ นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน ที่ได้เริ่มเก็บตัวฝึกซ้อมในช่วงวันที่ 1 มกราคม - 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 โดยฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬาได้จัดการให้บริการแก่นักกีฬา ดังนี้

1. การจัดผู้เชี่ยวชาญสาขาต่างๆ เพื่อให้คำปรึกษาแก่นักกีฬาและผู้ฝึกสอน ประกอบด้วย ด้านสรีรวิทยา ด้านโภชนาการ ด้านจิตวิทยาการกีฬา ด้านชีวกลศาสตร์ ฯลฯ

2. การจัดผู้เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์การกีฬา เช่น แพทย์ พยาบาล นักกายภาพบำบัด เจ้าหน้าที่นวด และการเปิดคลินิกนอกเวลาราชการ เป็นต้น

3. การตรวจสอบข้อห้าม โดยกองควบคุมการใช้สารต้องห้ามทางการกีฬา สำนักงานควบคุมการใช้สารต้องห้ามทางการกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ทำการเก็บตัวอย่างปัสสาวะในนักกีฬาเพื่อตรวจวิเคราะห์หาสารต้องห้าม ณ ห้องปฏิบัติการ ในกลุ่มนักกีฬาที่ได้รับสิทธิ์เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ที่ทำการเก็บตัวฝึกซ้อมในประเทศไทย จำนวน 17 คน และจากผลการวิเคราะห์พบว่า ไม่พบสารต้องห้ามในนักกีฬาทั้ง 17 คน

ผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน ระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2025 (พ.ศ. 2568) นักกีฬาทีมชาติไทยสามารถคว้าเหรียญรางวัลแรกในประวัติศาสตร์ของไทย โดยทำได้ 1 เหรียญทองแดง จากนายปอล ฮองรี วีเยอร์ตองส์ ในชนิดกีฬา สกีลีลา ในรายการแข่งขันสโลปสไตล์ บุคคลชาย

การเปรียบเทียบความคาดหวังกับผลการแข่งขัน

ในช่วงก่อนการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 การกีฬาแห่งประเทศไทยได้ทำการสอบถามความคาดหวังเหรียญรางวัลและความคาดหวังในผลการแข่งขันจากสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยที่ทำการส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ และเมื่อจบการแข่งขันจึงนำผลการแข่งขันของนักกีฬามาเปรียบเทียบกับความคาดหวัง จาก 11 ชนิดกีฬา 32 รายการ ดังนี้

1. คาดหวังอันดับ 1 ใน 3	จำนวน	2	รายการ
2. คาดหวังอันดับ 1 ในอาเซียน	จำนวน	14	รายการ
3. คาดหวังอันดับ 1 ใน 5	จำนวน	2	รายการ
4. คาดหวังอันดับ 1 ใน 10	จำนวน	2	รายการ
5. คาดหวังอันดับ 1 ใน 15	จำนวน	2	รายการ
6. คาดหวังอันดับ 1 ใน 20	จำนวน	3	รายการ
7. คาดหวังอันดับ 1 ใน 30	จำนวน	6	รายการ

ผลการเปรียบเทียบในภาพรวมทั้ง 11 ชนิดกีฬา 32 รายการ ที่สมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยตั้งความคาดหวังจากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9 พบว่า

- ตามความคาดหวัง	จำนวน	19	รายการ	คิดเป็นร้อยละ	59.38
- ต่ำกว่าความคาดหวัง	จำนวน	13	รายการ	คิดเป็นร้อยละ	40.62

สรุปเงินรางวัลจากกองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ

เงินรางวัลที่กองทุนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติมอบให้แก่ นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ที่ได้รับ 1 เหรียญทองแดง เป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น 750,000 บาท แบ่งออกเป็น นักกีฬา 500,000 บาท ผู้ฝึกสอน 100,000 บาท และสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย 150,000 บาท

สาเหตุที่ทำให้ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

สาเหตุที่ทำให้ประสบความสำเร็จ

1. การเพิ่มขึ้นของงบประมาณที่ได้รับของแต่ละสมาคมกีฬาในการเก็บตัวฝึกซ้อมและส่งแข่งขันในต่างประเทศ
2. การนำวิทยาศาสตร์การกีฬาในด้านต่างๆมาใช้ในการพัฒนานักกีฬาตลอดช่วงระยะเวลาการเก็บตัวฝึกซ้อมและในขณะเข้าร่วมการแข่งขัน
3. การเก็บตัวฝึกซ้อมต่างประเทศในแถบฤดูหนาวที่เหมาะสมและดีต่อพัฒนาการของนักกีฬาไทย
4. อุปกรณ์ที่ใช้ในการฝึกซ้อมมีจำนวนที่เพียงพอและมีมาตรฐานเดียวกันกับอุปกรณ์ที่ใช้ในการแข่งขัน
5. การศึกษาคู่แข่งอย่างละเอียดและวางแผนสำหรับการรับมือในการแข่งขัน
6. การศึกษาสถิติการที่มีการปรับปรุงสำหรับใช้ในการแข่งขันมาประยุกต์ใช้ในการฝึกซ้อมเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับนักกีฬา

สาเหตุที่ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จ

1. ความได้เปรียบเทียบเปรียบด้านสรีระร่างกายที่ส่งผลต่อนักกีฬาไทยเป็นอย่างมาก
2. ประเทศไทยไม่มีสนามฝึกซ้อมที่เหมาะสมกับกีฬาฤดูหนาว

แนวทางการพัฒนาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬานักกีฬาที่ทำการแข่งขันในกีฬาฤดูหนาว

กีฬาประเภททีม การพัฒนาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬานักกีฬาออกกั๊นน้ำแข็ง สามารถแบ่งออกเป็นหลายด้านที่สำคัญ ได้แก่

1. สมรรถภาพทางกาย นักกีฬาสามารถฝึกความแข็งแรงและพลังกำลัง (Strength and Power) โดยการฝึกเวทเทรนนิ่ง เช่น ท่าสควอช, เดดลิฟท์ และการฝึกพลัยโอเมตริกส์ เพื่อเพิ่มแรงระเบิด และยังสามารถฝึกความทนทาน โดยการฝึกการออกกำลังกายแบบใช้ออกซิเจนหรือที่เรียกว่าการฝึก Cardiovascular Exercise เช่น การปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ หรือการฝึก HIIT เพื่อเพิ่มความทนทานของระบบหัวใจและปอด และการฝึกความเร็วและความคล่องตัว โดยการฝึกการวิ่งด้วยความเร็วในระยะสั้น การซ้อมการเคลื่อนที่แบบเปลี่ยนทิศทางอย่างรวดเร็วบนพื้นน้ำแข็ง นอกจากนี้การฝึกสมดุลและการทรงตัว ด้วยวิธีการฝึกบน Bosu Ball หรือในชื่อเต็มคือ Both Sides Up Ball ซึ่งอุปกรณ์ชนิดนี้เป็นอุปกรณ์ที่มีลักษณะเป็นลูกครึ่งลูกบอล (ด้านนูน) กับฐานเรียบ (ด้านแบน) ซึ่งสามารถใช้ได้ทั้ง 2 ด้าน เพื่อช่วยให้ร่างกายต้องปรับสมดุลการทรงตัวอยู่ตลอดเวลา หรือใช้อุปกรณ์ TRX ที่ย่อมาจาก Total Resistance Exercise คืออุปกรณ์ออกกำลังกายที่ใช้สายรัดสองเส้นที่แขวนจากจุดยึด (เช่น ประตู, คาน, หรือโครงสร้างแข็งแรง) เพื่อให้ผู้ฝึกใช้น้ำหนักตัวเองเป็นแรงต้าน ในการฝึกกล้ามเนื้อ

2. โภชนาการและการฟื้นตัว โดยพื้นฐานแล้วนักกีฬาต้องโภชนาการที่เหมาะสม โดยการรับประทานโปรตีนและคาร์โบไฮเดรตให้เพียงพอสำหรับการสร้างกล้ามเนื้อและฟื้นฟูพลังงาน นอกจากนี้การดื่มน้ำและอิเล็กโทรไลต์ คือ เกลือแร่ เช่น โซเดียม, โพแทสเซียม, แมกนีเซียม และแคลเซียม จะสามารถช่วยให้ร่างกายที่สูญเสียน้ำและเกลือแร่ผ่านเหงื่อจากการฝึกอย่างหนักสามารถชดเชยในสิ่งที่สูญเสียไปได้ ซึ่งถ้าขาดความสมดุลจะส่งผลต่อสมรรถภาพและสุขภาพโดยตรง ทั้งนี้จะรวมถึงการพักผ่อนและการนอนหลับ นักกีฬาควร

นอนหลับอย่างน้อย 7 - 9 ชั่วโมงต่อวัน เพื่อช่วยให้ร่างกายได้มีการฟื้นตัวจากการฝึกซ้อม สุดท้ายการฟื้นฟูร่างกาย นักกีฬาสามารถใช้เทคนิคการบำบัดด้วยความเย็นหรือที่เรียกว่า Cryotherapy เพื่อลดการอักเสบ อาการบวมของกล้ามเนื้อและลดอาการปวด, นวดกล้ามเนื้อ, และการยืดเหยียดเพื่อลดอาการล้า

3. จิตวิทยาการกีฬา นักกีฬาต้องมีการฝึกเทคนิคต่างๆเพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองได้ ไม่ว่าจะทั้งในสถานการณ์ของการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน ทั้งนี้เทคนิคทางจิตวิทยาการกีฬาขั้นพื้นฐาน คือ การสมาธิ หรือใช้เทคนิคการจินตภาพ นอกจากนี้การจัดการความกดดันก็เป็นสิ่งจำเป็น นักกีฬาสามารถฝึกการหายใจ และการพูดคุยกับตนเองในเชิงบวก และนักกีฬาก็สามารถฝึกการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ เพราะจะส่งผลให้นักกีฬาเกิดการพัฒนาทักษะการสื่อสารและการสร้างความสามัคคีในทีม

4. การใช้เทคโนโลยีและวิทยาศาสตร์การกีฬา ผู้เชี่ยวชาญหรือนักวิทยาศาสตร์การกีฬาต้องมีการให้นักกีฬาทำการวิเคราะห์ข้อมูลการเคลื่อนไหว (Motion Analysis) เพราะถือเป็นเครื่องมือสำคัญในวงการกีฬา ยุคใหม่ โดยจะช่วยให้เข้าใจลักษณะการเคลื่อนไหว, ประสิทธิภาพทางกายภาพ และพฤติกรรมในการแข่งขันของนักกีฬาได้อย่างแม่นยำ เพื่อใช้ปรับปรุงกลยุทธ์, รูปแบบการเล่น และการฝึกซ้อม ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งอาจใช้ GPS Tracking เพื่อติดตามตำแหน่ง, ความเร็ว, ระยะทาง และทิศทางการเคลื่อนไหวของนักกีฬาได้แบบเรียลไทม์ และใช้กล้องวิดีโอเพื่อบันทึกการเคลื่อนไหว (Video Analysis) เพื่อดูภาพการเคลื่อนไหวของนักกีฬาในแบบสโลว์โมชั่น และสามารถเปรียบเทียบก่อนและหลังทักษะนั้นๆที่นักกีฬาแสดงออกมาในระหว่างการฝึกซ้อม เพื่อศึกษาการเคลื่อนที่และพฤติกรรมในการเล่นของนักกีฬา และนักกีฬาควรมีการตรวจวัดสมรรถภาพทางกาย เพราะเป็นหัวใจสำคัญของการฝึกอย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์วัดความสามารถของระบบต่างๆในร่างกาย เพื่อประเมินศักยภาพปัจจุบัน, วางแผนการฝึกซ้อมเฉพาะบุคคล, ติดตามพัฒนาการและลดความเสี่ยงที่จะเกิดอาการบาดเจ็บ อาจใช้การทดสอบปริมาณการใช้ออกซิเจนสูงสุด (VO₂ Max Test) เพื่อวัดขีดจำกัดสูงสุดของร่างกายในการใช้ออกซิเจนขณะออกแรงเต็มที่, การทดสอบระดับกรดแลคติก (Lactate Threshold Test) และการวัดแรงกล้ามเนื้อ (Dynamometry)

5. การป้องกันและฟื้นฟูอาการบาดเจ็บ ในระหว่างการฝึกซ้อมและการแข่งขันนักกีฬาต้องมีการป้องกันอาการบาดเจ็บ เพราะฉะนั้นนักกีฬาจำเป็นต้องฝึกการอบอุ่นร่างกายที่เหมาะสม เช่น การยืดเหยียดแบบเคลื่อนไหว (Dynamic Stretching) และการฝึกการเคลื่อนไหวของข้อต่อ (Mobility Training) นอกจากนี้ในการรักษาและการฟื้นฟู นักกีฬาสามารถใช้การกายภาพบำบัดและเทคนิคต่างๆ เช่น การใช้คลื่นเสียงความถี่สูงผ่านเครื่องมือไปยังกล้ามเนื้อหรือเนื้อเยื่อที่บาดเจ็บ (Ultrasound Therapy), การส่งพลังงานคลื่นเสียงแรงสูงไปกระตุ้นเนื้อเยื่อที่ผิดปกติ (Shockwave Therapy) และการฟื้นฟูด้วยแรงต้าน (Strength Rehab Training)

6. การพัฒนาทักษะเฉพาะทางในแต่ละชนิดกีฬา เช่น การเล่นสเก็ต (Skating Skills) นักกีฬาต้องฝึกการเคลื่อนที่แบบ Crossovers เพื่อเลี้ยวโค้งหรือเปลี่ยนทิศทาง โดยไม่เสียความเร็ว, Backward Skating เพื่อสร้างการเคลื่อนที่แบบตั้งรับหรือเปลี่ยนทิศได้เร็ว และการฝึกการควบคุมขอบใบมีด Edge Work ที่ถือเป็นหัวใจของการเคลื่อนที่ทั้งหมดในสเก็ต และยังคงต้องฝึกการควบคุมไม้ฮอกกี้ ฝึกการเลี้ยงลูกและการยิงประตูในรูปแบบต่างๆ และสุดท้ายการฝึกอ่านเกมและการตัดสินใจ เพื่อศึกษากลยุทธ์และใช้การจำลองสถานการณ์เพื่อตอบสนองได้เร็วขึ้น

ประเภทบุคคล การพัฒนาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับนักกีฬา (ทั้งสกีอัลไพน์ สกีครอสคันทรี่ และพรีสไตร์) ต้องครอบคลุมหลายด้านเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกาย ทักษะ และความสามารถในการแข่งขันโดยแนวทางหลักมีดังนี้

1. สมรรถภาพทางกาย

- ความแข็งแรงและพลังกำลัง สามารถฝึกเวทเทรนนิ่ง โดยเน้นกล้ามเนื้อขา, แขนกลางลำตัว, และความแข็งแรงของแขน รวมทั้งการฝึกแบบพลัยโอเมตริกส์ เช่น การกระโดดขึ้นกล่อง (Box Jumps), การกระโดดยวสลับเท้า (Bounding Drills) เพื่อเสริมพลังระเบิด

- ความอดทนและระบบหัวใจ ในด้านหลอดเลือดและความทนทาน นักกีฬาสามารถฝึก HIIT (High - Intensity Interval Training) เช่น การปั่นจักรยาน, ว่ายน้ำ และยังสามารถฝึกแบบใช้ออกซิเจน (Aerobic Training) เช่น วิ่งระยะไกล หรือสกีครอสคันทรี่ เพื่อใช้กล้ามเนื้อทั่วร่างกายให้ได้มากที่สุด

- การทรงตัวและความยืดหยุ่น การฝึกโพรพรีโอเซพชัน (Proprioception Training) เป็นการฝึกเพื่อให้ได้ความแม่นยำของกล้ามเนื้อและเป็นการควบคุมร่างกายในการเคลื่อนไหวและการทรงตัว อาจใช้ Bosu Ball หรือในชื่อเต็มคือ Both Sides Up Ball หรือกระดานทรงตัว (Balance Board) เพื่อพัฒนาการทรงตัว นอกจากนี้ในการฝึกการทรงตัวและความยืดหยุ่นของร่างกาย นักกีฬาก็สามารถฝึกโยคะและพิลาทิส (Yoga & Pilates) ได้อีกด้วย

- ความเร็วและความคล่องตัว เป็นองค์ประกอบสำคัญในหลายๆกีฬา ที่ต้องการการเคลื่อนไหวที่รวดเร็วและการเปลี่ยนทิศทางที่คล่องแคล่ว การฝึกที่ดีจะช่วยเพิ่มการตอบสนองที่รวดเร็วและการประสานงานที่มีประสิทธิภาพระหว่างการเคลื่อนไหวต่างๆของร่างกาย โดยสามารถใช้บันไดความคล่องตัว (Agility Ladder Drills) เพื่อเพิ่มความเร็วในการเคลื่อนไหวและการประสานงานระหว่างขาและแขนโดยการฝึกการเปลี่ยนทิศทางและการเคลื่อนไหวได้รวดเร็วในพื้นที่จำกัด และฝึกโดยใช้ Reaction Drills ที่เป็นการฝึกฝนให้ร่างกายสามารถตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นต่างๆได้เร็วที่สุด เช่น การวิ่งไปหยิบลูกบอลตามคำสั่ง, การเปลี่ยนทิศทางเมื่อได้รับสัญญาณจากโค้ชหรือคูฝึก

2. โภชนาการและการฟื้นฟูร่างกาย โดยการรับประทานอาหารที่เหมาะสมที่เน้นโปรตีนเพื่อซ่อมแซมกล้ามเนื้อ และคาร์โบไฮเดรตสำหรับพลังงานที่ร่างกายต้องใช้ ยังรวมถึงการดื่มน้ำและอิเล็กโทรไลต์ คือเกลือแร่ เช่น โซเดียม, โพแทสเซียม, แมกนีเซียม และแคลเซียม ที่จะช่วยป้องกันภาวะขาดน้ำในสภาพอากาศหนาว และนักกีฬามีความจำเป็นในการนอนหลับที่มีคุณภาพ อย่างน้อย 7 - 9 ชั่วโมงต่อวัน และในการฟื้นตัวหลังฝึกซ้อม นักกีฬาสามารถใช้เทคนิคการบำบัดด้วยความเย็นหรือที่เรียกว่า Cryotherapy เพื่อลดการอักเสบ อาการบวมของกล้ามเนื้อและลดอาการปวด, นวดกล้ามเนื้อ, และการยืดเหยียดเพื่อลดอาการล้า

3. จิตวิทยาการกีฬา นักกีฬามีความจำเป็นที่จะต้องทำการฝึกการทำสมาธิ และการควบคุมความเครียด อาจเป็นการฝึกการหายใจ และการคิดบวก รวมทั้งการรับมือและการตัดสินใจภายใต้แรงกดดันในสถานการณ์ต่างๆ

4. การใช้เทคโนโลยีและวิทยาศาสตร์การกีฬา ในปัจจุบันมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว และสามารถนำมาใช้ในการวิเคราะห์และพัฒนาประสิทธิภาพของนักกีฬาได้หลายด้าน โดยเฉพาะการใช้ GPS (Global Positioning System), Video Analysis, Biomechanics & Motion Analysis, และ AI ในการวิเคราะห์คู่แข่ง เพื่อพัฒนาแผนการแข่งขันที่สามารถนำไปใช้ในการฝึกซ้อมและการแข่งขันจริงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. การป้องกันและฟื้นฟูอาการบาดเจ็บ โดยมีการใช้หลายเทคนิคและวิธีการต่างๆ เพื่อรักษาและฟื้นฟูสภาพร่างกาย รวมถึงการฝึกฝนเพื่อป้องกันการบาดเจ็บในอนาคต ในกระบวนการนี้การฝึกความยืดหยุ่นและการเคลื่อนไหว (Mobility Training), ทักษะเฉพาะทาง (Sport - Specific Skills), จิตวิทยาการกีฬา, และการใช้เทคโนโลยีเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการแข่งขัน ล้วนมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มประสิทธิภาพการฝึกซ้อมและการแข่งขัน

6. การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย

- ความแข็งแรงและพลังกำลัง เป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับนักกีฬาสปีดสเก็ต (Speed Skating) ซึ่งเป็นกีฬาที่ต้องการแรงระเบิดจากขา, ความมั่นคงของแกนกลางลำตัว (Core Stability) และการถ่ายน้ำหนักอย่างรวดเร็วและแม่นยำในแต่ละรอบของการก้าว ซึ่งสามารถพัฒนาได้อย่างมีประสิทธิภาพผ่านการฝึกแบบเวทเทรนนิ่ง (Weight Training) และพลาสมेटริก (Plyometric)

- ความเร็วและความคล่องตัว เป็นหัวใจสำคัญโดยเฉพาะในสถานการณ์แข่งขันที่ต้องการการเร่งความเร็วอย่างรวดเร็ว, การเปลี่ยนทิศทางเฉียบคม และการเคลื่อนไหวที่แม่นยำในพื้นที่จำกัด การฝึกซ้อมในหมวดนี้ควรรวมทั้งบนพื้นแข็งและบนลานน้ำแข็ง เพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะการเคลื่อนไหวจริงในการแข่งขัน โดยสามารถฝึกสปринต์ (ความเร็วระยะสั้น, แรงระเบิดต้นทาง, และท่าทางในการเร่งความเร็ว), ฝึกเปลี่ยนทิศทาง (การเข้าโค้ง, การถ่ายน้ำหนักอย่างแม่นยำ, และการเบรก-เร่งที่รวดเร็ว) เป็นต้น

- ความอดทนของระบบหัวใจและปอด เป็นพื้นฐานสำคัญที่ช่วยให้นักกีฬาสามารถรักษาความเร็วและฟอร์มได้ตลอดการแข่งขัน โดยเฉพาะในระยะกลางและระยะยาว เช่น 1,000 - 5,000 เมตร หรือมากกว่านั้น การฝึกความทนทานจะช่วยเพิ่ม ประสิทธิภาพการใช้ออกซิเจน, ความสามารถในการฟื้นตัวระหว่างรอบ, และลดความเหนื่อยล้าในช่วงท้ายเกม

- การทรงตัวและความยืดหยุ่น เป็นองค์ประกอบสำคัญที่นักกีฬาต้องรักษาสมดุลในท่าทางที่ต่ำขณะเคลื่อนไหวด้วยความเร็วสูง โดยเฉพาะช่วงเข้าโค้งและถ่ายน้ำหนักไปที่ขาข้างเดียวอย่างแม่นยำ การฝึกเพื่อพัฒนาองค์ประกอบนี้จะช่วยให้เคลื่อนไหวได้ลื่นไหล ลดความเสี่ยงจากการบาดเจ็บ และเพิ่มประสิทธิภาพในการแข่งขัน

7. การพัฒนาเทคนิคและทักษะเฉพาะทาง

- ท่าทางและการสเก็ต (Skating Posture & Form) การมีท่าทางที่ถูกต้องจะช่วยให้ออกแรงได้เต็มที่, ลดแรงต้าน และควบคุมทิศทางได้แม่นยำ โดยเฉพาะในจังหวะเร่งความเร็วและการเข้าโค้ง เทคนิคหลักที่ต้องฝึก คือ Low Stance (ท่าทางต่ำ), Edge Work & Crossovers (การใช้ขอบใบมีดและการเข้าโค้ง), และ Stride Efficiency (ประสิทธิภาพในการก้าว)

- การออกตัวและเร่งความเร็ว (Start & Acceleration) เป็นจุดตัดสินของการแข่งขันสปีดสเก็ต โดยเฉพาะระยะสั้น เช่น 500 เมตร ซึ่งใครออกตัวได้ก่อนและเร่งความเร็วได้เร็วกว่ามักมีโอกาสคุมเกมตั้งแต่ต้น การฝึกในหมวดนี้จึงต้องเน้นพลังระเบิดจากท่าเตรียมตัว, ความแม่นยำของทิศทางออกแรง และการเคลื่อนไหวที่สอดคล้องกันทั้งลำตัว

- การเข้าโค้ง (Cornering & Turning Techniques) เป็นทักษะเฉพาะของสปีดสเก็ตที่ต้องใช้การประสานกันของการถ่ายน้ำหนัก, การควบคุมมุมเอียงของลำตัว (Lean Angle) และการควบคุมขอบใบมีด

(Edge Control) อย่างละเอียดแม่นยำ เพราะช่วงเข้าโค้ง คือ จุดที่นักกีฬาสามารถ เพิ่มหรือลดความเร็วได้มากที่สุด ในแต่ละรอบ

- การรักษาความเร็วและความทนทาน (Speed Maintenance & Endurance) คือทักษะที่ช่วยให้นักกีฬาสปีดสเก็ตสามารถรักษาความเร็วสูงต่อเนื่องได้โดยไม่ลดแรงส่ง, ใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถฟื้นตัวได้เร็วในระหว่างรอบ โดยเฉพาะในระยะ 1,000 - 1,500 เมตร ที่ต้องใช้ทั้งความเร็วและความอดทน การฝึกในหมวดนี้เน้นที่การลดแรงต้าน, ปรับท่าทางให้ลื่นไหล และเพิ่มขีดจำกัดความเร็วสูงสุดของร่างกาย

8. โภชนาการและการฟื้นฟูร่างกาย (Nutrition & Recovery)

- โภชนาการที่เหมาะสม (Optimized Nutrition) เป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการฝึกซ้อมและการแข่งขันในกีฬาสปีดสเก็ต การรับประทานอาหารที่ถูกต้องจะช่วยให้ร่างกายมีพลังงานเพียงพอ, ฟื้นฟูร่างกายหลังการฝึก และช่วยเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ซึ่งในกรณีของนักกีฬาความต้องการทางโภชนาการจะเน้นที่โปรตีน, คาร์โบไฮเดรต และไขมันที่ดี

- การฟื้นตัวหลังฝึกซ้อม (Recovery Techniques) เป็นขั้นตอนสำคัญที่จะช่วยให้นักกีฬาฟื้นฟูกล้ามเนื้อ, ลดความเมื่อยล้า และป้องกันการบาดเจ็บ จากการฝึกซ้อมที่หนักหน่วง โดยการฟื้นฟูที่ดีจะช่วยให้พร้อมสำหรับการฝึกซ้อมครั้งถัดไปและสามารถพัฒนาได้อย่างต่อเนื่อง

9. จิตวิทยาการกีฬา (Sports Psychology)

- การพัฒนาสมาธิและโฟกัส (Focus & Mental Training) เป็นส่วนสำคัญที่ช่วยให้นักกีฬาสามารถจัดการกับความเครียด, ฟื้นฟูความมั่นใจ และเพิ่มประสิทธิภาพในสนามแข่งได้อย่างสูงสุด โดยเฉพาะในกีฬาที่ต้องใช้ทั้งความเร็วและความแม่นยำอย่างสปีดสเก็ต การฝึกสมาธิและการโฟกัสจะช่วยให้สามารถรักษาประสิทธิภาพในการแข่งขันและลดความกดดันได้ดี

- การรับมือกับแรงกดดัน (Handling Competition Pressure) เป็นทักษะที่สำคัญมากสำหรับนักกีฬาในการรักษาประสิทธิภาพสูงสุดในช่วงที่ต้องเผชิญกับความเครียดและการแข่งขันที่ท้าทาย เทคนิคต่างๆ เช่น กิจวัตรก่อนการแข่งขัน (Pre - Race Routine) และการพูดกับตัวเองในเชิงบวก (Positive Self-talk) สามารถช่วยเสริมสร้างความมั่นใจและรักษาสมาธิในช่วงเวลาที่สำคัญได้อย่างมีประสิทธิภาพ

10. การใช้เทคโนโลยีและวิทยาศาสตร์การกีฬา (Technology & Sports Science) เป็นการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาในด้านต่างๆ โดยการใช้เทคโนโลยีและเครื่องมือวิทยาศาสตร์ที่ทันสมัยช่วยในการวิเคราะห์และปรับปรุงประสิทธิภาพการฝึกซ้อมและการแข่งขันในระดับสูง การใช้เครื่องมือเหล่านี้ในกีฬาที่ต้องใช้ทักษะเฉพาะอย่างสปีดสเก็ต สามารถช่วยในการเพิ่มประสิทธิภาพและลดความเสี่ยงจากอาการบาดเจ็บได้

11. การป้องกันและฟื้นฟูอาการบาดเจ็บ เป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้สามารถรักษาประสิทธิภาพการฝึกซ้อมและการแข่งขันได้อย่างยาวนาน การฝึก Strength & Stability Training มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความแข็งแรงและความมั่นคงให้กับข้อเข่า ข้อเท้า และสะโพก ซึ่งเป็นส่วนที่มักเกิดอาการบาดเจ็บจากการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน การใช้กายภาพบำบัด และเทคนิค Active Recovery อย่าง Foam Rolling และ Mobility Drills จะช่วยให้การฟื้นฟูเป็นไปอย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

บรรณานุกรม

- การกีฬาแห่งประเทศไทย. รายงานการติดตามและประเมินผลกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 8 ณ เมืองซัปโปโร และเมืองโอบิฮิโร ประเทศญี่ปุ่น ระหว่างวันที่ 19 - 26 กุมภาพันธ์ 2560. กรุงเทพฯ: การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2560
- วิกิพีเดีย. (ไม่มีวันที่). เอเชียนเกมส์ฤดูหนาว 2025. http://th.wikipedia.org/wiki/เอเชียนเกมส์ฤดูหนาว_2025 (สืบค้นเมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2568)
- The 9th Asian Winter Games Harbin 2025. (n.d.). *Harbin 2025 Official Website*. <http://www.harbin2025.com/english/> (สืบค้นเมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2568)

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว
ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน
ระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568

ที่	ชนิดกีฬา/รายชื่อนักกีฬา	อายุ (ปี)	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ			หมายเหตุ
					โดยรวม	เกณฑ์	วันที่/เจ็บ/ ทดสอบไม่ครบ	
1	ฟิกเกอร์และสปีดสเก็ตติ้ง							
	ฟิกเกอร์สเก็ตหญิง							
	1. วิกานันท์ เหวระกุล	17	161.0	51.3	3.00	ดี	4 ธ.ค. 67	
	2. ทิมรี ศิลปอาษา	15	160.0	54.5	5.00	ดีมาก	4 ธ.ค. 67	
	ค่าเฉลี่ย	16.00	160.50	52.90	4.00	ดีมาก		
	สปีดสเก็ตชาย							
	1. ภูริภัทร ช่างไม้	17	170.5	59.7	4.00	ดีมาก	21 พ.ย. 67	
	2. จิรวัดน์ ผลกาจ	20	165.0	63.6	4.60	ดีมาก	21 พ.ย. 67	
	3. ประกฤต บวรมงคลศักดิ์	27	168.0	62.2	3.20	ดี	21 พ.ย. 67	
	4. ชลชาติ ตะพรม	17	170.0	60.7	4.40	ดีมาก	21 พ.ย. 67	
5. นกเกตนันท์ สอนสุข	26	175.0	72.4	3.40	ดี	25 ธ.ค. 67		
ค่าเฉลี่ย	21.40	169.70	63.72	3.92	ดี			
หญิง								
1. ปันปรีดา เปรมปรีชา	17	168.0	59.3	4.60	ดีมาก	21 พ.ย. 67		
2. ธนัญญา ฉัตรไธสง	18	163.0	51.8	4.40	ดีมาก	21 พ.ย. 67		
ค่าเฉลี่ย	17.50	165.50	55.55	4.50	ดีมาก			
2	เคอร์ลิ่งชาย							
	1. ชีร์กวิน เจียรชีร์วิทย์	34	167.0	71.5	1.67	ต่ำ	25 ธ.ค. 67	
	2. อองอาจ มณีเนตร	44	163.0	67.5	1.67	ต่ำ	25 ธ.ค. 67	
	3. ณัฐ บุนยารณ	40	170.0	86.0	2.33	ปานกลาง	25 ธ.ค. 67	
	4. พงษ์ศักดิ์ มหัทธกุล	46	167.0	67.5	2.33	ปานกลาง	25 ธ.ค. 67	
	5. เทพฤทธิ์ ไรวินท์	40	184.0	80.7	2.67	ปานกลาง	25 ธ.ค. 67	
	6. ประเวศ แก้วจีน	42	171.0	76.2	3.33	ดี	25 ธ.ค. 67	
	ค่าเฉลี่ย	41.00	170.33	74.90	2.33	ปานกลาง		
	หญิง							
	1. กัญญา ณัฐชาณรงค์	45	160.0	51.0	1.33	ต่ำ	25 ธ.ค. 67	
2. วรณวิสาข์ ปัญญาเนรมิตดี	35	167.0	55.7	4.33	ดีมาก	25 ธ.ค. 67		
3. ณัฐธิดา คัมภีร์กิจ	27	157.0	64.4	1.67	ต่ำ	25 ธ.ค. 67		
4. ศุภกาญจน์ แก้วมรกต	36	157.0	60.0	2.33	ปานกลาง	25 ธ.ค. 67		

ที่	ชนิดกีฬา/รายชื่อนักกีฬา	อายุ (ปี)	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ			หมายเหตุ
					โดยรวม	เกณฑ์	วันที่/เจ็บ/ ทดสอบไม่ครบ	
2	เคอร์ลิง (ต่อ)							
	หญิง							
	5. พิชญธิดา เจ้าทรัพย์	17	174.0	60.0	3.33	ดี	25 ธ.ค. 67	
	6. ชนาธิป ซ้อนขำ	33	167.0	54.7	3.67	ดี	29 ม.ค. 68	
	ค่าเฉลี่ย	32.17	163.67	57.63	2.78	ปานกลาง		
3	ฮอกกี้น้ำแข็ง							
	ชาย							
	1. นิโคลาส ชาร์ล แลมสัน	36	179.0	72.1	2.50	ปานกลาง	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	2. เจมส์ ณ พิฑูล แม็คคอเลียร์	19	175.0	57.7	3.70	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	3. ปันณ์ หงษ์สวัสดิ์	22	167.0	60.8	4.10	ดีมาก	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	4. อารยะ วัฒนปัญญากุล	25	173.0	81.7	3.20	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	5. ยอน มอคโคล์ อิชคส์สัน	29	175.0	80.7	2.90	ปานกลาง	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	6. ณัฐภัทร ลักขณาทินากร	24	171.0	72.0	3.40	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	7. รัชชัย สุขวิบูลย์	28	165.0	71.3	3.40	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	8. ชนกชนม์ ลิมชนเพชร	25	179.0	72.5	4.10	ดีมาก	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	9. ณกฤต สุทธิวิจิตโต	19	175.0	84.3	3.00	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	10. เบนจามิน คลายเนสเซ	25	182.0	100.1	3.20	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	11. แพทริก ฟอรัสเนอร์	31	185.0	83.2	3.80	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	12. เค็น เอ็ดวิน ซินบอร์น	29	181.0	83.0	3.20	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	13. อธิษฐ์ ขุนราษฎร์	19	182.0	76.3	1.40	ต่ำ	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	14. ณัฐชธร ญาณกรรณพันธ์	17	182.0	75.0	3.00	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	15. ธนชัย ศักดิ์ชัยเจริญกุล	20	177.0	72.7	4.00	ดีมาก	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	16. ศราวุฒิ ผาสุขวงศ์	27	182.0	79.5	3.50	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	17. ปุญญ์ ผาสุขกิจวัฒนา	21	176.0	74.5	3.80	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	18. ทศนัย พ่วงรอด	27	175.0	65.6	3.60	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	19. ศราวุธ วัฒนนะ	28	177.0	91.5	3.60	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	20. สกิระ วัฒนนะ	26	186.0	87.0	3.70	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	21. โดมินิค โพลเลินไวเตอร์	26	176.0	95.1	3.50	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	22. กิม ยูฮานี อาร์รอลา	32	177.0	75.0	3.50	ดี	21 ม.ค. 68	
		ค่าเฉลี่ย	25.23	177.14	77.80	3.37	ดี	
	หญิง							
	1. ธมิตา กุลธาดาปกรณ์	18	172.0	62.7	2.40	ปานกลาง	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	2. มาริษา ฉิมประดิษฐ์	17	167.0	59.4	3.90	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	3. ปริม เดชไทย	17	164.5	65.3	3.50	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	
	4. ภัทรานิษฐ์ ศรีพรหม	18	160.0	52.6	3.40	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	

ที่	ชนิดกีฬา/รายชื่อนักกีฬา	อายุ (ปี)	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ			หมายเหตุ	
					โดยรวม	เกณฑ์	วันที่/เจ็บ/ ทดสอบไม่ครบ		
3	ฮอกกี้น้ำแข็ง (ต่อ) หญิง								
	5. วรชันทน์ บุญยุบล	36	160.0	56.9	3.38	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	เจ็บเข้า	
	6. วิลักษณ์ วัฒนกุลเจริญไชย	30	165.0	75.5	2.88	ปานกลาง	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	เจ็บเข้า	
	7. วิลาสินี รัตนนัย	29	167.0	62.3	2.75	ปานกลาง	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	ผ้าตัด	
	8. พัชรมน วรวัฒน์	17	164.0	51.8	3.30	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	9. จารวี ศรีจำนงค์	26	161.0	79.8	2.00	ปานกลาง	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	เจ็บเข้า	
	10. ภาริศา ศักดิ์ชัยเจริญกุล	18	167.0	54.1	3.70	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	11. ทิพย์วรินทร์ ญาณกรณาพันธ์	18	175.0	65.5	3.40	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	12. อภิขญา ไชสานันท์	18	163.0	48.8	4.00	ดีมาก	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	13. แพรไพลิน ชันภักดี	21	164.0	58.2	3.40	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	14. แพรพลอย ชันภักดี	21	161.0	57.8	3.50	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	15. ศุภิสรา ธรรมมะ	18	155.0	48.4	3.30	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	16. ลิลรดา โภคา	20	163.0	57.2	4.00	ดีมาก	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	17. สุวิภา ปัญญาณิรัตน์	19	165.0	67.6	3.00	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	เจ็บข้อมือ	
	18. ศิริกาญจน์ จิตตรีศิลป์	41	160.0	63.5	3.00	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67	เจ็บเข้า	
	19. กานต์พิชชา แสนเทศ	19	157.0	87.7	2.20	ปานกลาง	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	20. นิษานันท์ ลอยกุลนันท์	20	155.0	44.8	3.10	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	21. วรนิษฐา ศิริวิกุล	18	162.0	54.9	3.00	ดี	21 พย. - 18 ธ.ค. 67		
	22. เอวิตรา โพธิ์ทอง	19	157.0	51.6	3.50	ดี	23 ม.ค. 68		
		ค่าเฉลี่ย	21.73	162.93	60.29	3.22	ดี		
	4	สกีและสโนว์บอร์ด ชาย							
		1. กฤษกร กิ่งสกุล	17	172.0	57.9	2.88	ปานกลาง	3 - 4 ก.พ. 68	
		2. ธนาธิป บุญฤทธิ	18	181.0	72.0	3.25	ดี	3 - 4 ก.พ. 68	
3. จิตติภักดิ์ จิตมั่นชัยธรรม		21	172.0	62.5	3.00	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
4. นราวิชญ์ สายสุข		24	175.0	69.1	3.88	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
5. ลักวัชร ชยามณีสุรัตน์		19	172.0	59.2	3.71	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
6. จักรวาล เจริญสุข		17	180.0	75.5	3.00	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
7. ธนากร เยไชย		19	166.0	54.9	3.75	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
8. ทศวรรษ นกแย้ม		17	175.0	72.3	3.75	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
9. กรกรร ข้าพังสน		18	170.0	66.6	3.50	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
10. ภัทรพล แสงแดง		18	175.0	65.3	3.38	ดี	3 - 4 ก.พ. 68		
11. เจเรมีย์ ภูมิอ คนอร์		22	173.0	77.0	3.00	ดี	27 ม.ค. 68	ทดสอบต่างประเทศ	
	ค่าเฉลี่ย	19.09	173.73	66.57	3.37	ดี			

ที่	ชนิดกีฬา/รายชื่อนักกีฬา	อายุ (ปี)	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ผลการทดสอบ			หมายเหตุ
					โดยรวม	เกณฑ์	วันที่/เจ็บ/ ทดสอบไม่ครบ	
4	สกีและสโนว์บอร์ด (ต่อ)							
	หญิง							
	1. พิชญพร ทิพย์เกษร	18	163.0	55.3	3.63	ดี	3 - 4 ก.พ. 68	
	2. พัชรภา แสงจันทร์	16	158.0	56.9	2.86	ปานกลาง	3 - 4 ก.พ. 68	
	3. ณัฐชัชฌา ฉัตรรัฐดิเมธี	16	154.0	54.4	3.57	ดี	3 - 4 ก.พ. 68	
	4. จริยวดี อุดมลาภ	18	160.0	60.0	4.00	ดีมาก	3 - 4 ก.พ. 68	
5. คาริสสา วสวนนท์	17	155.0	49.0	4.00	ดีมาก	29 ม.ค. 68	ทดสอบต่างประเทศ	
	ค่าเฉลี่ย	17.00	158.00	55.12	3.61	ดี		

หมายเหตุ: เกณฑ์ค่าเฉลี่ย แบ่งเป็น

4.00	ขึ้นไป	หมายถึง	ดีมาก
3.00	- 3.99	หมายถึง	ดี
2.00	- 2.99	หมายถึง	ปานกลาง
ต่ำกว่า	1.99	หมายถึง	ต่ำ

ภาคผนวก ข
ประมวลภาพการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

ประมวลภาพการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



ประมวลภาพการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9



ภาคผนวก ค

รายนามคณะกรรมการติดตามประเมินผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9

รายนามคณะกรรมการติดตามประเมินผลการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ฤดูหนาว ครั้งที่ 9
ณ นครฮาร์บิน มณฑลเฮย์หลงเจียง สาธารณรัฐประชาชนจีน
(The 9th Asian Winter Games 2025, Harbin)
ระหว่างวันที่ 7 - 14 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568

ที่ปรึกษา

1. นายปรีชา	ลาลูน	รองผู้ว่าการการกีฬาแห่งประเทศไทย ฝ่ายกีฬาเป็นเลิศและวิทยาศาสตร์การกีฬา
2. นายยุทธยา	จิ้นหิต	ผู้อำนวยการฝ่ายพัฒนากีฬาเป็นเลิศ
3. นายเกียรติกร	สุภากรณ์	ผู้อำนวยการกองพัฒนากีฬาเป็นเลิศ

ผู้เก็บรวบรวมข้อมูล

1. นางสาวดวงดาว	มุลศิริ	หัวหน้างานกำกับดูแลและติดตาม ประเมินผลกีฬาเป็นเลิศ
2. นายเอกวิทย์	วรรณรัฐ	พนักงานส่งเสริมกีฬา 6
3. นายชญาธร	จิวนารายณ์	พนักงานบริหารงานทั่วไป 3
4. นางทวีพร	สรรพภาชิต	ผู้ช่วยปฏิบัติงานโครงการฯ
5. นายธนดล	สุนทรปักษิน	ผู้ช่วยปฏิบัติงานโครงการฯ
6. นายทวีพล	พิงสุนทรศิริมาศ	ผู้ช่วยปฏิบัติงานโครงการฯ
7. นางสาวธีรธิดา	ปลื้มสำราญ	ผู้ช่วยปฏิบัติงานโครงการฯ
8. นายพีรพล	ฉายหุ่่น	ผู้ช่วยปฏิบัติงานโครงการฯ
9. นายพายุพงศ์	ภูนาเมือง	ผู้ช่วยปฏิบัติงานโครงการฯ
10. นายพากร	มานูวงศ์	ผู้ช่วยปฏิบัติงานโครงการฯ

ผู้จัดทำสรุปรายงานการติดตามประเมินผล

นายชญาธร	จิวนารายณ์	พนักงานบริหารงานทั่วไป 3
----------	------------	--------------------------

ผู้ตรวจสอบสรุปรายงานการติดตามประเมินผล

นางสาวดวงดาว	มุลศิริ	หัวหน้างานกำกับดูแลและติดตาม ประเมินผลกีฬาเป็นเลิศ
--------------	---------	---